

Deporte e discapacidade

Tempo estimado de lectura: 5 min

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



O Día Internacional da Discapacidade, que se celebra o 3 de decembro, é unha xornada clave para promover o deporte adaptado, xa que o deporte é un importante motor para a inclusión, o benestar e o desenvolvemento persoal de persoas con discapacidade.

Segundo o Instituto Nacional de Estadística, Galicia é a comunidade autónoma con maior porcentaxe de persoas con discapacidade de toda España⁽¹⁾. Os últimos datos aportados por esta entidade sinalan que no ano 2024 había en Galicia un total de 350.491 persoas en situación de discapacidade, o que supón un 12,8% da poboación total⁽²⁻³⁾.

Pola súa parte, a Enquisa de discapacidade, autonomía persoal e situacións de dependencia, enquisa dirixida ás persoas de seis ou máis anos que residen en centros de persoas maiores, centros para persoas con discapacidade, hospitais psiquiátricos e xeriátricos de longa estancia e vivendas tuteladas, sinala que só o 40,1% da poboación galega participante realiza exercicio físico no seu tempo de lecer e que o 29,4% das persoas participantes, é dicir, 79.000 galegas e galegos indican que desexarían realizar exercicio físico pero non poden a causa da súa discapacidade. Estes datos de práctica deportiva non acadan a media galega, que cifra no 46,1% a poboación que realiza actividade física de xeito habitual (polo menos unha vez á semana) na nosa comunidade, segundo os números da última *Enquisa de hábitos deportivos en España*⁽⁴⁾, do ano 2022.

PROVINCIA	FÍSICA	INTELLECTUAL	SENSORIAL	E. RARA	E. MENTAL
A Coruña	75 689	15 002	20 357	195	29 569

PROVINCIA	FÍSICA	INTELLECTUAL	SENSORIAL	E. RARA	E. MENTAL
Lugo	16 456	4 798	5 899	62	6 388
Ourense	20 709	3 987	5 806	121	8 307
Pontevedra	74 330	13 538	19 847	265	29 166
Total Galicia	187 184	37 325	51 909	643	73 430
Total persoas con discapacidade de Galicia					350 491

Persoas con discapacidade en Galicia (por provincia e tipo)

Malia esta situación, a participación de persoas con discapacidade no deporte na nosa comunidade está a medrar nos últimos tempos, grazas en gran parte ao traballo do tecido asociativo. É máis, a práctica deportiva non está só a medrar, senón tamén a cambiar a súa orientación. Despois de moitos anos de oportunidades case unicamente no **deporte adaptado**, cada vez é máis habitual atoparmos en Galicia exemplos de **deporte inclusivo**. Cómpre sinalar neste punto que o **deporte adaptado** é aquel no que se realizan modificacións para facilitar a práctica deportiva, presenta clasificacións funcionais e está especificamente dirixido a persoas con discapacidade. Mentres tanto, o deporte inclusivo é aquel no que participan persoas con e sen discapacidade en igualdade de condicións, dentro dos mesmos equipos e empregando o mesmo regulamento que as modalidades convencionais⁽⁵⁾. Este último responde ás demandas da Convención sobre os dereitos das persoas con discapacidade da Organización das Nacións Unidas e do RDL 1/2013 polo que se aproba o Texto Refundido da Lei Xeral de dereitos das persoas con discapacidade e da súa inclusión social⁽⁶⁾. Estes documentos fan referencia ao dereito das persoas con discapacidade a acceder e participar de forma plena e igualitaria no deporte. Do mesmo xeito, a nova Lei 39/2022 do Deporte de España, establece a inclusión coma un dos seus eixos principais, apostando pola incorporación das modalidades deportivas adaptadas e/ou inclusivas dentro da estrutura das federacións unideportivas, tal e como xa recomendaba o Comité Paralímpico Internacional⁽⁷⁾.

Precisamente, a accesibilidade é unha das principais barreiras para a práctica deportiva que define a literatura científica. Outras son o custe das actividades, o transporte, a dispoñibilidade de recursos, a institucionalización das persoas con discapacidade, a estigmatización e exposición a prexuízos, as necesidades de apoio, a falta de apoio emocional ou psicolóxico, a sobreprotección ou o medo ás lesións, a falta de coñecemento sobre o contexto deportivo, a falta de confianza, a necesidade dunha rede social sólida, as dificultades na comunicación, a falta de oportunidades de participación plena e o descoñecemento das entidades deportivas sobre os procesos de inclusión no deporte⁽⁵⁻⁸⁻⁹⁻¹⁰⁻¹¹⁻¹²⁾. Por último, a formación precaria do persoal técnico deportivo en materia de inclusión deportiva xoga un papel crucial neste sentido, debido á ausencia de materias específicas obrigatorias nas diferentes titulacións deportivas tanto no ámbito académico como no ámbito federativo, dando lugar a medos por descoñecemento nos e nas profesionais, o que pode favorecer actitudes evitadoras da inclusión na oferta de

actividades deportivas na contorna comunitaria e, incluso, na docencia de Educación Física nos centros educativos⁽¹³⁾. Todas estas barreiras provocan taxas moi altas de sedentarismo entre a poboación con discapacidade⁽¹⁴⁾, taxa que na nosa comunidade estaría en torno ao 60% da poboación tal e como se pode concluir a raíz dos datos de práctica deportiva en persoas con discapacidade do INE⁽⁴⁾.

Con todo, entre os beneficios da práctica deportiva neste colectivo destacan a mellora das habilidades sociais, do autoconcepto, da autoconfianza, da autodeterminación e do benestar, o aumento e consolidación das relacións sociais, a aparición do sentido de pertenza ás entidades e á comunidade, e dá lugar a cambios positivos na percepción da capacidade, producindo unha maior conciencia sobre o valor da diversidade na sociedade⁽⁵⁻⁹⁻¹⁰⁻¹⁵⁾. Polo tanto, tal e como reflicte o Real Patronato da Discapacidade na súa Análise sobre a situación dos dereitos das persoas con discapacidade e identificación de retos de futuro, é necesario continuar potenciando a práctica deportiva nas persoas con discapacidade, tanto a nivel federado e competitivo, como por lecer e benestar, sempre baixo a óptica da inclusión e en espazos comunitarios que gocen de accesibilidade universal⁽¹⁶⁾. Deste xeito, garántese o cumprimento dos seus dereitos, foméntase a súa participación na comunidade e impúlsase o seu recoñecemento como cidadáns de pleno dereito.



Referencias bibliográficas:

1. Instituto Nacional de Estadística (INE). Encuesta de discapacidad, autonomía personal y situaciones de dependencia 2020. <https://www.ine.es/dynt3/inebase/index.htm?padre=2589&capsel=8494>

2. <https://politicasocial.xunta.gal/es/areas/discapacidad/censo-de-personas-con-discapacidad>

3. Instituto Nacional de Estadística (INE). Encuesta de discapacidad, autonomía personal y situaciones de dependencia. Población residente en centros. 2023. <https://www.ine.es/dynt3/inebase/index.htm?padre=2589&capsel=11035>

4. Ministerio de Cultura y Deporte. Encuesta de hábitos deportivos 2022. <https://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:23953a00-9cf8-487c-98c7-f2fbc43e4e6b/encuesta-de-habitos-deportivos-2022.pdf>

5. da-Silva C. Elaboración, validación y aplicación de un cuestionario para evaluar las necesidades detectadas por el entorno del Mixed Ability rugby (Q-NeMAR) [Tesis de Doctorado, Universidade da Coruña]. Repositorio Institucional – Universidade da Coruña. <http://hdl.handle.net/2183/31112>

6. Organización das Nacións Unidas (ONU). Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. 2006. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>.

7. Leardy L., Mendoza, N., Reina, R., Sanz, D., & Pérez-Tejero, J. Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España: Grupo Editorial Cinca, S.A. ; 2018

8. Armila, P., Rannikko, A., & Torvinen, P. Young people with intellectual disabilities and sport as a leisure activity: notions from the Finnish welfare society. *Leisure Studies*. 2018;(37).

9. Chien, C. W., Rodger, S., & Copley, J. Differences in patterns of physical participation in recreational activities between children with and without intellectual and developmental disability. *Research in Developmental Disabilities*. 2017;(67).

10. Corazza, M., & Dyer, J. A new model for inclusive sports? An evaluation of participants' experiences of mixed ability rugby. *Social Inclusion*. 2017; 5(2)

11. Kiuppis, F. Inclusion in sport: disability and participation. *Inclusion in Society*. 2018; 21(1).

12. Woodmansee, C., Hahne, A., Imms, C., & Shields, N.. Comparing participation in physical recreation activities between children with disability and children with typical development: A secondary analysis of matched data. *Research in Developmental Disabilities*. 2016; 49–50.

13. Ríos, M. L'esport com a recurs educatiu en la inclusió social. *Educació social i Esport*. 2017; 65

14. Agiovlasitis, S., Yun, J., Jin, J., McCubbin, J. A., & Motl, R. W. Physical activity promotion for persons experiencing disability: The importance of interdisciplinary research and practice. *Adapted Physical Activity Quarterly*. 2018; 35

15. Dorsch, T., Richards, K. A. R., Swain, J., & Maxey, M. The Effect of an Outdoor Recreation Program on Individuals With Disabilities and their Family Members: A Case Study. *Therapeutic Recreation Journal*. 2016; 1(2).

16. Dorsch, T., Richards, K. A. R., Swain, J., & Maxey, M. The Effect of an Outdoor Recreation Program on Individuals With Disabilities and their Family Members: A Case Study. *Therapeutic Recreation Journal*. 2016; 1(2).

