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 Estatística, 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	INTELECTUAL	SENSORIAL	E. RARA	E. MENTAL
A Coruña	75 689	15 002	20 357	195	29 569

PROVINCIA	FÍSICA	INTELECTUAL	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 desecoñecemento 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; L(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; L(2).