

Revisión narrativa: El deporte como estrategia de inclusión social para favorecer la igualdad de personas con diversidad funcional

Narrative review: sport as a social inclusion strategy to promote equality in people with functional diversity

*Paola Stefany Acosta Romero (Universidad de Cundinamarca)

*Gina Jasley Díaz Rubiano (Universidad de Cundinamarca)

Resumen: El siguiente escrito pretende exponer como se están dando los procesos del deporte inclusivo y cómo se promueve en la sociedad con las personas funcionalmente diversas. El objetivo de esta revisión narrativa es indagar como el deporte influye en la inclusión social en personas con diversidad funcional. Es de mencionar que investigar sobre este tema emerge desde las experiencias de formación de pregrado y experiencias personales de años anteriores de las autoras, por ello, la importancia de la inclusión social depende de todas las personas, se requiere de un esfuerzo coordinado entre la sociedad y su relación con el deporte. Por otro lado, dentro del escrito se encuentra: un primer tema sobre deporte adaptado y deporte inclusivo, un segundo tema de diversidad funcional y el último tema sobre deporte e igualdad.

Palabras clave: Inclusión social, deporte adaptado, diversidad funcional.

Abstract: The following writing aims to expose how the processes of inclusive sport are taking place and how it is promoted in society with functionally diverse people. The objective of this narrative review is to investigate how sport influences social inclusion in people with functional diversity. It is worth mentioning that research on this topic emerges from the experiences of undergraduate training and personal experiences of previous years of the authors, therefore, the

importance of social inclusion depends on all people, a coordinated effort is required between society and its relationship with sport. On the other hand, within the writing is: a first topic on adapted sports and inclusive sports, a second topic on functional diversity and the last topic on sport and equality.

Keywords: Social inclusion, adapted sport, functional diversity.

Introducción

La inclusión parece ser un término controvertido, aunque su significado es evidente en todas las políticas y programas nacionales se ha encontrado que, las personas que han sufrido de alguna manera el rechazo y/o la exclusión social se ha visto afectada históricamente en el contexto colombiano, por lo cual, se entiende que es una condición que debe ser corregida directamente desde el punto de vista educativo y cultural.(Pérez Rubio, Saúl Joaquín, 2022).El concepto de inclusión en el campo del deporte es muy utilizado ([Carrizo-Páez, Mariano, 2021](#)), por tanto, los autores (Javier Ignacio García Correa-LisetteEthel Iglesias González-DaissyKatheryne Cardona Román, 2022), mencionan que todos los días tenemos la oportunidad de vivir con diferentes personas que son únicas e inimitables, algunas tienen características con algún tipo de discapacidad. La inclusión social no solo está restringida a dar objeciones a través de acciones, también se deben desenvolver recomendaciones para intervenciones razonables, interdisciplinarias, y transversales ([Carlos Eduardo Vargas Olarte, 2015](#)).

Bajo su engañosa sencillez subyace una enorme complejidad social y cultural. En el ámbito socio pedagógico, el deporte es una herramienta de inclusión en riesgo de exclusión social. Adaptar el ejercicio a poblaciones funcionalmente diversas permite que estas personas disfruten de beneficios físicos, mentales y sociales (Navas Rivas, Salvador, 2019).Los jóvenes con discapacidad

física y visual pueden ver y disfrutar pensamientos positivos sobre superación personal y superación(Sánchez Fuentes Elvis Paúl, 2020),es por esto que las actividades físicas y los ejercicios no solo aportan mayores beneficios físicos y mentales a las personas funcionalmente diversas, sino que también contribuyen a cambios positivos en su integración a la sociedad(Gutiérrez Suárez, Andrea, 2018).El deporte desde su percepción como actividad hasta el deporte como integración e inclusión y educación social ha evolucionado y una de las diferentes ramas, es la adaptación deportiva en personas con ciertas discapacidades, ya sea cognitiva, sensorial, motriz, etc.(Daniela Alejandra Velasco Vanegas, 2019).Desde este punto de vista, los aspectos involucrados en este enfoque son multifacéticos (Albert Lisboa, 2006)según(Roberto Montes Delgado - Úrsula Palos Toscano -María Luisa Avalos Latorre, 2016), los deportes adaptados benefician de alguna manera el desarrollo personal y social, que beneficia a las personas que lo practican, ya que ayuda a mejorar e integrarse en el entorno social. La actividad física tiene beneficios, que no solo se basan en lo físico sino en herramientas socialmente necesarias. Por ello se ha propuesto como misión resaltar principalmente lo más importante del deporte inclusivo y la actividad física, ya que los beneficios que aportan pueden no limitarse a unos pocos (José Ángel Casino Aguilera, 2006).Algunos autores como (Muñoz Jiménez, Eva María-Garrote Rojas, Daniel-Sánchez Romero, Cristina, 2017), han denominado que motivar a una persona con diversidad funcional a hacer deporte se transforma en una herramienta que gestiona las emociones y capacidades en pro de mejorar la autoestima necesaria para un mejor estilo de vida saludable. (Herrera Miranda, Felipe Henríquez Valenzuela, Matías-Muñoz Hinrichsen, Fernando Pérez Ramírez, Natalia-Carvajal Muñoz, Cristian, 2018), menciona que el deporte adaptado tiene como metodología promover la cultura y respeto por las personas con discapacidad y fomentar la mejora del lenguaje y el respeto en la región para sensibilizar a las comunidades locales de la región y los valores de inclusión y diversidad de actividades con movimiento adaptado. El deporte como herramienta fundamental afecta directa y

positivamente en las personas una calidad de vida, que se ha convertido cada vez más importante en nuestra sociedad. (Varas Catediano, Alejandro, 2021). Existe un vínculo entre actividad física y el aumento de una buena salud mental y social. Entonces, ¿qué tan importante es ahorrar una condición de vida activa, es generalmente aceptado y reconocido? Pero este significado añade aún más cuando hablamos de una persona discapacitada (Joan Úbeda-Colomer-Pere Molina-José Campos, 2017).

(Tarqui-Silva, Leonardo Eliecer- Sánchez-Salinas, Marco Vinicio- Garcés Mosquera, José Ernesto 2023), sitúan de manifiesto las diferentes cualidades y capacidades del deporte adaptado, e inclusivo y su exclusión sobre los estereotipos que existen acerca de la diversidad funcional, que todavía se defienden en determinada sociedad, (Javier Pérez-Tejero, Carmen Ocete, Gema Ortega-Vila, Javier Coterón, 2012), menciona que además de esto la práctica deportiva inclusiva es un diseño completo y efectivo para cambiar positivamente la forma de pensar sobre las actitudes de las personas y su diversidad. En este sentido creemos que hace falta deporte, no solo con deportes reglados y cerrados especialmente adaptados para acoger a personas en situación de exclusión, sino fomentar la práctica deportiva en la que cada uno tenga su sitio (María Belles Broseta-Carles Vera Gómez). Por tanto, (Anna Mundet-Montserrat Simó-Teresa Lleixà-Albert Batalla-Ramon Crespo, 2021), aclara, que, si se pretende educar a la sociedad para generar una inclusión, se debe ver la diversidad como un medio de oportunidad para promover los valores sociales de responsabilidad individual y colectiva de manera fructífera sin dejar de lado el estar sujetos a cambios en el entorno local. Según los autores, (Valderrama, Hernández, Rosio, Trigueros Gordillo, María Guadalupe; Manjón Ruiz, Juana; Limón Domínguez, Dolores; Solís Espallargas, María del Carmen, 2015), el movimiento es el siglo XXI. Es la influencia que se produce tras el desarrollo y formación de una identidad ya sea colectiva e individual, permitiendo la transformación y la nueva generación de

aficionados y atletas que a veces organizan su estilo de vida en base a ello. Estos cambios sugieren ayudar a desarrollar el deporte contribuyendo a más consecuencias, la cohesión e inclusión social para un mejor desarrollo comunitario

Esta revisión narrativa surge como se mencionó en el resumen desde las experiencias vividas por las autoras, a nivel de formación de pregrado cuando desarrollaron y se encontraron con las prácticas pedagógicas profesionales de un programa de licenciatura en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deporte, a su vez por cercanía con familiares que tienen diversidad funcional, por ello se puede afirmar que nació el interés y empatía por generar más conocimientos en el ámbito educativo, deportivo y la diversidad funcional, dicho lo anterior, es importante resaltar que conforme avanza el tiempo, la educación y la sociedad, así mismo ha habido cambios positivos en el tema inclusivo tanto en el ámbito deportivo como social.

Metodología

Durante el rastreo de información para escribir esta revisión narrativa se tuvo en cuenta investigaciones relacionadas con el deporte adaptado, inclusión social, deporte inclusivo y diversidad funcional. Se encontró 30 revistas indexadas, 2 publicaciones de libros, 5 tesis de grado, entre ellos 2 doctorales y 3 maestrías. Además de esto se tuvo un capítulo sobre deporte adaptado y deporte inclusivo, un capítulo de diversidad funcional y por último un capítulo sobre deporte e igualdad. Los artículos de revisión están situados en la plataforma de Dialnet, Repositorios universitarios y Google académico, toda la información encontrada en el idioma español.

Diversidad funcional

Para adentrarnos en un panorama general, (González, H. J. V., Gómez, L. P., & Santiago, N. M. (2013), menciona que la discapacidad hace referencia a cualquier persona que tenga algún tipo de problema en la salud ya sea físico o cognitivo el cual hace que se genere una limitación entre el ser humano y su entorno. Por otro lado, la diversidad es el factor positivo de la discapacidad, es el lado menos discriminatorio de referirse hacia las personas que poseen dificultades o diversidades en aspectos de su vida, ya que esto se puede presentar no solo de manera física, si no también psicológica o intelectual. Aun así, con la diversidad funcional como fenómeno universal se sigue presentando la desigualdad, con este tema como discusión es imperativo centrarnos en lo fundamental que nos ocupa en este caso y es dar una visión amplia de lo que sucede a profundidad con la diversidad funcional y su adaptación hacia el deporte, ya que nos compete como sociedad generar inclusión deportiva y prever las necesidades físicas de quien lo necesita, por otro lado, es importante tener en cuenta los datos relevantes en, este momento según la OMS (2012) “en el mundo el 15 % de la población sufre de algún tipo de discapacidad”, dicho lo anterior debemos tener en cuenta que existen diferentes tipos de discapacidad, ya sea motriz, sensorial o cognitivo, cada uno de ellos se encuentra implícito en una afección específica trayendo consigo complicaciones sociales, familiares, sentimentales y conductuales, lo cual nos hace indagar más a fondo cada tipo de discapacidad y las limitaciones que conlleva cada uno.

Por su parte, la diversidad se entiende como el lado positivo y amable del término de discapacidad, ya que al hablar de diversidad hacemos referencia a tener diferentes capacidades, es decir entender, aprender, socializar y ver las cosas de manera diferente, de esta manera se limitan las palabras despectivas frente a una persona diferente.

Deporte inclusivo y adaptado

Existe un alto índice de sedentarismo en personas que presentan algún tipo de diversidad funcional ya que por razones externas como el no tener espacios óptimos o el no saber cómo llevar a cabo alguna actividad física por la discapacidad pertinente, hacen que este tipo de población presente problemas alternos como complicaciones en la salud, problemas emocionales, cambios en su conducta y hasta desarrollo de enfermedades alimenticias. Se puede decir, que es una modalidad que se conoce tradicionalmente donde al deporte convencional se le hacen unos ajustes técnicos con sus propias reglas donde se adaptan al sujeto, transformando las modalidades deportivas y deportes principalmente específicos, de esta manera las personas con diversidad funcional asienten a la integración y participación en la sociedad. Las diferentes características que presenta el deporte adaptado hacen referencia a otros tipos de deportes. Para hablar de deporte adaptado y deporte inclusivo debemos tener en cuenta cual es el factor más importante del deporte y como este atienden la diversidad en todas las personas que lo practican. Una persona que tiene algún tipo de diversidad funcional pero aun así practica algún tipo de deporte este es llamado como “deporte adaptado”. Cualquier deporte y/o actividad que sufra una modificación o ajuste para responder a las realidades y condiciones de las personas que participan de estos se entiende como adaptación deportiva. El deporte presenta varias adaptaciones para personas con alguna diversidad funcional y que deciden practicar algún tipo de deporte.

Deporte e igualdad

Participar en encuentros deportivos trae beneficio como: permitir a la persona en focalizarse en sus capacidades más que en sus limitaciones y de esta manera contribuir activamente en la sociedad. Mediante la participación de sus modalidades deportivas, generan autoestima e independencia no solo en el área deportiva sino también en la cotidianidad. En cuanto a la sociedad se genera un cambio de perspectiva sobre el mayor tiempo que pasan las personas con diversidad

funcional, ya que se piensa que tener una diversidad funcional es no poseer habilidades ni posibilidades de destacar activamente en algún ámbito social, deportivo o educativo.

Por consiguiente, lo importante es recalcar las oportunidades que brinda el deporte adaptado ya que se puede acceder a él por 4 razones las cuales son: la primera, acceder al deporte como recurso de rehabilitación, la segunda, como mediador deportivo, la tercera, por mantenimiento de estado de salud y la última, como disciplina deportiva para desempeñar un potencial. Como mediador físico el deporte adaptado posee beneficios ya que puede fortalecer la musculatura y se evidencian aspectos positivos en cuanto al rendimiento físico general y ayuda a desarrollar habilidades y destrezas que contribuyan en el desempeño cotidiano y en el escenario deportivo, en el área recreo deportiva le permite a la persona generar un cambio de seguridad y de adaptación a una vida “normal”, esto permite que la persona comience a ponerse retos y objetivos en su vida, y fortaleciendo sus relaciones entre personas ya que se da paso a la mejora de comunicación y socialización con los demás, esto le trae un ambiente de paz y bienestar el cual mejora la calidad de vida.

Por último, es importante tener en cuenta que la posibilidad de acceder al deporte adaptado de manera profesional, se encuentra más asequible en estos momentos, ya que existen diferentes organizaciones que regulan el deporte adaptado como lo son: deaflympics, specialolympics, international paralympics committee, estos entes contribuyen al cambio de lo imaginario de la discapacidad, ayudando a formar al deporte paralímpico como movimiento social de integración, basado en el coraje, la determinación y la igualdad. Desde esta práctica, la determinación y la disciplina las personas con diversidad funcional pueden obtener metas que otras personas incluso con todas sus facultades no imaginan que pueden lograr, desde esta perspectiva se genera mayor igualdad e inclusión a la hora de compartir y convivir con esta población.

Conclusiones

Se encontró sobre la temática indagada investigación bastante extensa al respecto. Cabe resaltar que los resultados de esta revisión narrativa dieron lugar para abarcar todas las categorías propuestas las cuales conllevaron a una construcción más concisa y concreta.

El deporte como beneficio trae consigo la oportunidad de brindar una transición en el estilo de vida y aporta un cambio de consciencia colectiva generando así la inclusión social.

Por otro lado, la diversidad funcional como mirada social hace que se limiten las acciones y palabras ofensivas frente a personas con diferentes ámbitos de vida, es por ello que ser parte de este cambio hace que se genere un intercambio de aprendizajes.

El análisis sobre las diferentes características que presenta el deporte adaptado hace referencia a otros tipos de deportes. Para hablar de deporte adaptado y de deporte inclusivo se debe tener en cuenta como es de importante para todas las personas que lo practican con y sin diversidad funcional.

Referentes

Aguilera, J. Á. C. (2017). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. - Deporte Inclusivo, Actividad Física Inclusiva y Educación Física Inclusiva. *Revista de Educación Inclusiva*, 9(2).

Carrizo-Páez, M. (2021). ¿De qué hablamos cuando hablamos de inclusión deportiva de personas con discapacidad? *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(275).

Correa, J. I. G., Iglesias, L. E., & Román, D. K. C. (2022). Impacto del deporte adaptado en procesos de inclusión: participación y barreras. In *Actividad física desde la promoción y prevención en fisioterapia* (pp. 71-79). Instituto Antioqueño de Investigación (IAI).

Cuadros Niño, A. F., & Otálora Peñaloza, B. C. (2019). Implementación de juegos y deportes alternativos que permitan la inclusión deportiva en niños y niñas entre las edades de siete a doce años de la fundación (FUNDAR), ubicada en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá (Doctoral dissertation).

Dávila, F. A., & Rey, J. C. (2019). Inclusión y competitividad en el deporte federado de personas con discapacidad. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (426), ág-362.

Delgado, R. M., Toscano, Ú. P., & Latorre, M. L. A. (2016). Influencia de la práctica del Deporte Adaptado sobre la calidad de vida: un estudio cualitativo. *EmásF: revista digital de educación física*, (43), 53-68.

De los Santos Molina, N., Sanchis, L. R., & Valera, A. C. (2019). Influencia en la sensibilización frente a la diversidad funcional de una unidad didáctica en deporte adaptado. *Actividad física y deporte: ciencia y profesión*, (30), 28-30.

Domínguez, D. L., & Fernández, C. T. (2021). Deporte e Inclusión Social. Herramientas para el trabajo con grupos humanos. Sport and Social Inclusion: Tools for working with human groups. ARANZADI/CIVITAS.

García, M. E. B. (2021). Raúl Sánchez García (2020). Las cuatro heridas del deporte moderno. Cuadernos de Relaciones Laborales, 39(2), 419-422.

González, H. J. V., Gómez, L. P., & Santiago, N. M. (2013). De la incapacidad a la diversidad funcional: Una mirada a la evolución histórica de los conceptos, significados e implicaciones para la intervención psicológica. Informes Psicológicos, 13(2), 79-101.

Gutiérrez Suárez, A. (2018). El deporte como medio de inclusión social para personas con diversidad funcional: propuesta de un programa de intervención inclusivo basado en la práctica deportiva del bádminton.

Lisbona, A. (2006). Hacia un modelo en la práctica del deporte adaptado (deporte adaptado e integración). RES: Revista de Educación Social, (5), 15.

Maxwell, H., Foley, C., Taylor, T. y Burton, C. (2013). Inclusión social en el deporte comunitario: un estudio de caso de mujeres musulmanas en Australia. Revista de Gestión Deportiva, 27 (6), 467-481.

Miranda, F. H., Valenzuela, M. H., Hinrichsen, F. M., & Ramírez, N. P. Para la inclusión a través del deporte.

Moreno Plata, I. (2022). Identificando indicadores relacionados con la tolerancia a la frustración y la autoconfianza: un estudio con menores con diversidad funcional en un contexto deportivo inclusivo.

Mosetti, E., Núñez, E. T., Rojas, A. G., & Sánchez, M. M. (2016). Deporte e inclusión social: políticas deportivas municipales. *Actas de Periodismo y Comunicación*, 2(2).

Mundet, A., Simó, M., Lleixà, T., Batalla, A., & Crespo, R. (2021). De la práctica deportiva a la inclusión social: Un diagnóstico para la acción en 6 países de Europa. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (434), 73-80

Muñoz Jiménez, E. M., Garrote Rojas, D., & Sánchez Romero, C. (2017). La práctica deportiva en personas con discapacidad: motivación personal, inclusión y salud.

Navas Rivas, S. (2019). El deporte adaptado como medio de integración social.

Neira Tolosa, N. A. (2011). Determinantes sociales que promueven la inclusión/exclusión al deporte adaptado en el ámbito competitivo. *Facultad de Medicina*

Noreña Marín, V. (2020). Inclusión social y desarrollo personal de personas con diversidad funcional por medio de espacios deportivos y recreativos.

Olarte, C. E. V. (2015). Inclusión—en ya través—del deporte. *Revista Criterio Libre Jurídico*, 12(2), 61-77.

Pérez Rubio, S. J. (2022). Inclusión social de niños, niñas y jóvenes con diversidad funcional desde la práctica de la natación en el Centro Comunitario Julio Cesar Sánchez de Bogotá DC.

Pérez Tejero, J., & Ocete Calvo, M. D. C. (2018). Personas con discapacidad y práctica deportiva en España.

Ponce Garzarán, A., Calle Molina, M. T., & Leyton Román, M. (2017). Deportes alternativos y alumnado con diversidad funcional intelectual, experiencia didáctica de cuatro sesiones. Avances en liderazgo y mejora de la educación.

Rodríguez, Á. L. (2021). Un proyecto de Aprendizaje-Servicio de Acrosport con personas con diversidad funcional: percepciones de las personas receptoras del servicio. Contextos educativos: Revista de educación, (27), 99-116.

Rodríguez, V. A., Blanco, P. J. C., Gavira, J. F., & Buñuel, P. S. L. (2018). Sensibilización y formación: elementos clave para la participación inclusiva de personas con diversidad funcional visual en carreras por montaña. EmásF: revista digital de educación física, (54), 99-113.

Sánchez Fuentes, E. P. (2020). Deporte adaptado en jóvenes con discapacidad física y visual (Bachelor's thesis, Quito: UCE).

Silva, L. E. T., Salinas, M. V. S., & Mosquera, J. E. G. (2023). El deporte adaptado, inclusivo y paralímpico: una ruptura de estereotipos discriminatorios contra la diversidad funcional. Revista Innova Educación, 5(1), 120-130.

Martínez, M. A. S. (2011). La discapacidad y sus significados: notas sobre la (in) justicia. Política y cultura, (35), 209-239.

Turconi, M. L. (2020). Diversity and inclusion in sport organizations. A subversive functionalist approach (Doctoral dissertation, University of Otago).

Úbeda-Colomer, J., Molina, P., & Campos, J. (2016). Las actividades físico-deportivas en la Universitat de València: Percepción del alumnado con discapacidad. Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión, 25, 59-72.

Vaíllo, R. R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society&Education*, 6(1), 55-67.

Valderrama Hernández, R., Trigueros Gordillo, M. G., Manjón Ruiz, J., Limón Domínguez, D., & Solís Espallargas, M. D. C. (2015). El deporte para todos como propuesta educativa para la inclusión y sustentabilidad social. *Revista Fuentes*.

Vanegas, d. a. v. (2019). el deporte como resiliencia en personas con diversidad funcional motora adquirida (doctoral dissertation, universidad de san buenaventura Colombia).

Varas Catediano, A. (2021). El deporte como herramienta en los procesos de inclusión de personas con Síndrome de Down: una mirada a través del Trabajo Social.

Vázquez, F. J. H. (2000). El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(60), 46-53.

Vidaurreta, L. R., & Lima, L. V. (2020). Deporte inclusivo: mitos y realidades de la preparación psicológica del atleta discapacitado cubano. *Revista cubana de medicina del deporte y la cultura física*, 7(3).

García, C. E., & Sánchez, A. S. (2001). Clasificaciones de la OMS sobre discapacidad. *Boletín del RPD*, 50, 15-30.