



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

ESTUDIO CUALITATIVO SOBRE LA INFLUENCIA
DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PERSONAS CON
DISCAPACIDAD INTELECTUAL

*QUALITATIVE STUDY ABOUT THE INFLUENCE OF
PHYSICAL ACTIVITY IN PEOPLE WITH
INTELLECTUAL DISABILITY*

Autor/es

Coral Rubio Rivas

Director/es

María Rosario Romero Martín

Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
2016

ÍNDICE

Resumen/Abstract.....	2
I Introducción.....	3
II Marco Teórico.....	4
1. Discapacidad.....	4
1.1. Personas con discapacidad: concepto y aproximación histórica.....	4
1.2. Discapacidad: marco legislativo.....	6
1.3. Personas con discapacidad intelectual: Causas y características.....	10
2. Actividad Física en Personas con Discapacidad Intelectual.....	15
2.1. Condición física: definición y componentes.....	15
2.2. ¿Por qué realizar ejercicio físico?.....	17
2.3. ¿Qué actividad física es mejor?.....	18
2.4. ¿Existen barreras para practicar deporte?.....	19
3. Aplicación en la práctica de la AF con personas con discapacidad.....	20
3.1. Exclusión => segregación => integración => inclusión.....	20
3.2. Actividad física inclusiva.....	23
3.2.1. Extraescolar: Deporte inclusivo.....	23
3.2.2. Educación Física formal.....	26
III Objetivo.....	26
III Metodología.....	26
1. Fase preparatoria.....	28
2. Trabajo de campo.....	30
2.1. Diseño de la entrevista.....	30
2.2. Selección de los entrevistados.....	33
2.3. Intervención.....	34
3. Procesamiento y análisis.....	34
IV Análisis y Resultados.....	35
1. Actividad física y discapacidad intelectual.....	35
2. Comprensión conceptual segregación, integración e inclusión.....	39
3. Actividad física inclusiva.....	43
4. Situación actual.....	47
V Conclusiones.....	52
VI Consideraciones finales.....	55
VII Bibliografía.....	57
Anexos.....	63

Resumen

Este trabajo consiste en un estudio cualitativo cuyo objetivo es profundizar en la percepción social que existe sobre la práctica físico deportiva por parte de las personas con discapacidad intelectual, cómo les influye, en qué contextos se realiza, cuáles serían más convenientes y cómo el entorno social puede influir o no en esta situación.

Para ello, en una primera fase, se realiza una aproximación teórica al objeto de estudio, analizando sus diferentes dimensiones desde la literatura científica para, a continuación, llevar a cabo un trabajo de campo que permita un acercamiento al problema de investigación desde el prisma de distintos agentes que tienen implicaciones en el mismo, concretándose en la realización de entrevistas semiestructuradas. Todo ello, en su conjunto, nos permitirá tener una base teórica complementada con extractos de una realidad vista desde distintas perspectivas, en definitiva, una visión general del problema aunque desde un contexto particular.

Palabras clave: inclusión, discapacidad intelectual, actividad física, percepción social.

Abstract

This work consist of qualitative study whose objective is delve into the social perception that exists of the practice of physical activity of people with intellectual disabilities, how it them have influence, in what contexts it's made, which would be the most appropriate and how the social environment can to influence or not in this approach.

To do this, in a first phase, it made a theoretical approach to the subject of study, analyzing their different aspects from the scientific literature for, to next, to do a fieldwork leading to be close of the research problem from the eyes of different persons that have implications in that, concentrating in semistructured interviews. All as a whole, will enable us to have a theoretical basis complemented with stracts of a reality view from different perspectives, in short, a general view of the problem although from a particular context.

Key words: inclusion, intellectual disabilities, physical activity, social perception.

I. Introducción

El presente trabajo pretende profundizar en la práctica de actividad física que hacen las personas con discapacidad intelectual, la influencia que tiene sobre estas personas, en qué contextos se realiza y si el entorno social actual influye en ello.

¿Se está velando por que la situación en la que se encuentran los sectores más vulnerables de la sociedad, como es el caso de la discapacidad intelectual, mejore?; ¿Las medidas tomadas para ello son las más convenientes?; ¿Hablamos y actuamos de distinta manera?... Se habla mucho de inclusión pero ¿es un concepto qué esté claro?; ¿se podría decir que existe una verdadera inclusión en todos los ámbitos? Con este trabajo se pretende responder a estas preguntas, en qué situación estamos y hacia dónde y en qué sentido se está trabajando.

Mi principal motivación para afrontar este tema se debe a la realización de las prácticas en la Asociación de Síndrome de Down de Huesca. Ver las capacidades y cualidades de las personas con algún tipo de discapacidad intelectual me hizo preguntarme si realmente es algo de lo que la sociedad está al corriente o bien hay una falta de información. Considero que a veces se tiende a dar un trato especial a estas personas debido a su condición, basándose en una primera impresión sin prestar atención a todo lo que pueden dar de sí. Mi intención es profundizar en este tema y observar si estoy en lo cierto o bien es una opinión errónea. De una u otra forma va a quedar reflejada la situación en la que nos encontramos, si hay que tomar medidas o bien si hemos alcanzado la cúspide de la igualdad.

Para resolver estas incógnitas me he decantado por una investigación cualitativa, en la que se entrevista a personas relacionadas con el tema en cuestión, provenientes de distintos ámbitos, para que aporten información que permita una aproximación lo más acorde posible con la realidad.

Este trabajo se estructura en dos partes: en primer lugar un marco teórico que nos va a permitir conocer todo aquello que caracteriza a las personas con discapacidad, más concretamente a aquellas con discapacidad intelectual; la influencia de la actividad física en estas personas y su aplicación actual; Y una segunda parte de la investigación que hemos llevado a cabo, es decir, el proceso que hemos seguido para llegar a los resultados y conclusiones que finalizan con esta investigación.

II. MARCO TEÓRICO

1. Discapacidad

1.1. Personas con discapacidad: Concepto y aproximación histórica.

Hasta el s.XVI no aparece una definición para referirse de manera específica a las personas con algún tipo de discapacidad mental. Esta primera referencia pertenece a Fitzherbert en 1534 (es posible que a las personas hipoacúsicas las metieran en este mismo grupo) "Y se dirá que es tonto o idiota de nacimiento, aquel individuo que sea incapaz de contar o numerar veinte peniques, de decir quién es su padre o su madre, como de saber su propia edad, de modo tal que aparente no poseer entendimiento o razón, ni para su beneficio ni en su detrimento" (Scheerenberger, 1984, p.52). Hasta este momento se había abordado como una variante de locura, si bien es cierto que en 1324 con la aparición de la ley "King's act", se hace una pequeña diferenciación entre "lunático" el cual se identifica con un estado transitorio e "idiota" un estado congénito perpetuo (Verdugo, 1994). Como nos explica Andrés (2014), todo este tiempo destacaba en su mayoría un predominio en la sociedad del infanticidio (abandono o asesinato de aquellos niños considerados "débiles"), se les consideraba como una marca del pecado, se les asociaban a demonios, brujería, herejes... y por ello eran perseguidos. Por otro lado, en ocasiones fueron utilizados como una vía de salvación divina y la gente les daba limosnas para enmendar sus propios pecados. Esto supuso, que personas sin recursos, desesperadas, se amputaran algún miembro corporal para recibir dicha limosna. Pero en la historia también han existido excepciones como es el caso de la civilización de Semang (Malasia), en la que las personas que tenían discapacidad eran consideradas sabias. En Europa, en este mismo siglo, se deja de apartar la mirada hacia estas personas y se idean nuevas técnicas para mejorar su calidad de vida se crean los primeros hospitales psiquiátricos, se idean sistemas de comunicación en función de la lengua de signos..., supone el comienzo de la conciencia social.

El cambio de concepción hacia la discapacidad intelectual, rechazando la idea de que sea un tipo de demencia, surge a partir del s. XIX. Se empieza a actuar con este colectivo desde otra perspectiva; Jean Marc Gaspard Itard fue el primero en comenzar con estos progresos, creía que todo ser humano es "educable" por la simple condición de ser humano. En 1800 decidió aplicar un tratamiento sobre "el niño salvaje de Aveyron", del cual Pinel había dicho que se encontraba por debajo de muchas especies domésticas. Si bien no consiguió que adquiriese las capacidades consideradas "normales" para un niño de su edad, sí que se observaron progresos en el desarrollo de los sentidos (menos el oído), en habilidades afectivas y en menor cantidad en habilidades cognitivas. (Itard, 1801/1982). Posteriormente, el discípulo de Jean-Marc Gaspard cogería su relevo

y publicaría el primer tratado dirigido a las personas con discapacidad intelectual, “La instrucción fisiológica y moral de los idiotas”. En este tratado se propone el primer método educativo para dichas personas, “Método Fisiológico” (Carrobles y Verdugo, 1988). Esquirol, en 1818, comienza a diferenciar entre demencia, confusión mental, y discapacidad intelectual, siendo esta última el resultado de una agenesia intelectual, es decir, que no ha llegado a desarrollarse y es irreversible (Verdugo, 1994).

Entrando ya en el s. XX, tal y como nos explica Wehmeyer et al., (2008), se rechaza el término “idiotas” sustituyéndose por “retrasado mental”. Se adopta esta nueva denominación porque Goddard establece que una lentitud mental es detectable por una discrepancia entre la edad mental y la edad cronológica. Según Tregold, (1937), como se cita en Verdugo (1994), las personas que se encontraban en esta situación tenían un desarrollo incompleto, eran ineducables (incapacidad de beneficiarse del sistema educativo ordinario), tenían un bajo C.I., eran incapaces de mantener una vida independiente y tenían comportamiento general desadaptativo.

En esta época, surge una corriente denominada “eugenesia”, que afecta directamente a todas aquellas personas que tienen algún tipo de discapacidad. Las consecuencias de esta corriente eran la segregación, esterilización o genocidio de dichas personas.

Esta práctica fue suprimida en 1948 con la Declaración Universal de los Derechos Humanos de ese mismo año (Andrés, 2014). Es a partir de esta fecha cuando empiezan a aparecer leyes que defienden a las personas con algún tipo de discapacidad: 1955, aprobación del programa Internacional de Rehabilitación de minusválidos Físicos; 1971, Declaración de los Derechos del Retrasado mental; 1975, Declaración de los Derechos de los Impedidos; 1980, primera clasificación de discapacidad por parte de la OMS (más adelante en 2001, cambiará por: “Clasificación del Funcionamiento, la Discapacidad y la Salud” usándose así, términos más adecuados y menos despectivos). Ya a finales de s. XX se empezaron a establecer leyes para su protección laboral, como es el caso de la OIT en 1983 “Sobre la readaptación profesional y el empleo de personas inválidas”.

En 1992, podríamos decir que se produce un punto de inflexión en la perspectiva del trato hacia las personas con discapacidad. Ya no se entiende este concepto como un rasgo de la persona sino como una situación en la que entran en juego unas limitaciones funcionales de la persona y el contexto que lo rodea. Esta nueva visión se corresponde al modelo teórico que elaboró la Asociación Americana para el Retraso Mental (Aparicio, 2009). En 1993 la ONU elaboró las “Normas uniformes sobre la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad” (Padilla-Muñoz, A. 2010). Un año después, a través de la declaración de Salamanca propuesta por la UNESCO (1994) se insta a la educación ordinaria de todos los niños sin excepción:

La educación integrada y la rehabilitación apoyada por la comunidad representan dos métodos complementarios de impartir enseñanza a las personas con necesidades educativas especiales. Ambos se basan en el principio de integración y participación y representan modelos bien comprobados y muy eficaces en cuanto a costo, para fomentar la igualdad de acceso de las personas con necesidades educativas especiales, que es parte de una estrategia nacional y cuyo objetivo es conseguir la educación para todos (p. 17).

Es el comienzo de la educación integradora que tenemos hoy en día y el camino hacia una educación inclusiva.

Finalmente el mayor progreso para con estas personas se logra en la convención de 2007 de Naciones Unidas sobre los derechos de las personas con discapacidad, el cual ha sido el mayor logro en lo que respecta a la inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad. En el preámbulo de esta declaración, se especifica que los estados partes que están presentes en la convención reconocen:

La discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás (Naciones Unidas, 2007, preámbulo “e”).

El principal problema de la discapacidad no es un problema en sí mismo sino que es un problema derivado de la percepción y actitud de la sociedad hacia aquellas personas con discapacidad.

1.2. DISCAPACIDAD: Marco legislativo

A día de hoy, el marco normativo vigente en materia de ordenación para la integración de personas con discapacidad viene establecido a nivel, estatal, por el RD legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social. La aprobación de esta ley supone la derogación normativa de la Ley 13/1982, de 7 de abril, de integración social de las personas con discapacidad, la Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad y la Ley 49/2007, de 26 de diciembre, por la que se establece el régimen de infracciones y sanciones en materia de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad, ya que quedan integradas dentro de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.

La Ley General de Derechos Humanos de las personas con discapacidad y de su inclusión social se fundamenta en la ratificación y aprobación, el 23 de noviembre de 2007, de la Convención sobre derechos de las personas con discapacidad, hecho en Nueva York el 13 de diciembre de 2006, y que tiene por objeto los siguientes puntos:

Artículo 1. Objeto de esta ley.

Esta ley tiene por objeto:

- a) Garantizar el derecho a la igualdad de oportunidades y de trato, así como el ejercicio real y efectivo de derechos por parte de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones respecto del resto de ciudadanos y ciudadanas, a través de la promoción de la autonomía personal, de la accesibilidad universal, del acceso al empleo, de la inclusión en la comunidad y la vida independiente y de la erradicación de toda forma de discriminación, conforme a los artículos 9.2, 10, 14 y 49 de la Constitución Española y a la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y los tratados y acuerdos internacionales ratificados por España (RD legislativo 1/2013, 2015, p. 3).
- b) Establecer el régimen de infracciones y sanciones que garantizan las condiciones básicas en materia de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad (RD legislativo 1/2013, 2015, p. 4).

Además dentro de esta Ley se dan una serie de definiciones que regirán las referencias administrativas a personas que se encuentren dentro de este marco normativo. En lo que se refiere al desarrollo del presente trabajo cabe destacar la definición dada al término de discapacidad:

Discapacidad: es una situación que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias previsiblemente permanentes y cualquier tipo de barreras que limiten o impidan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás (RD legislativo 1/2013, 2015, p. 4).

En lo que a la actividad deportiva se refiere, continuando dentro de la normativa general básica, esta ley recoge una serie de referencias a la misma:

Título I Derechos y obligaciones, Artículo 7. Derecho a la igualdad:

Las administraciones públicas protegerán de forma especialmente los derechos de las personas con discapacidad en materia de [...]información y acceso a la cultura, al deporte, al ocio así como de participación en los asuntos públicos, en los términos previstos en este Título y demás normativa que sea de aplicación (RD legislativo 1/2013, 2015, p. 7).

Dentro de la normativa específica por materias, en lo referente a la actividad deportiva las leyes vigentes a día de hoy son, por una parte la Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte, modificada el 1 de mayo de 2015. Dentro de esta Ley, queda recogido, lo siguiente: *“La presente Ley tiene por objeto la ordenación del deporte, de acuerdo con las competencias que corresponden a la Administración del Estado”* (Ley 10/1990, 2015, p.5).

Y más adelante continúa en el punto 1 del artículo 3: *“1. La programación general de la enseñanza incluirá la educación física y la práctica del deporte”* (Ley 10/1990, 2015, p. 5).

Por consiguiente, dentro de la legislación estatal cabría citar en lo referente a la Educación, la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de Educación, en la redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, que contienen toda la normativa relativa al área de Educación Física, que se aplicará de acuerdo a la contextualización autonómica establecida a través de las Órdenes y Decretos respectivos. Dentro de la comunidad autónoma de Aragón, en lo referente a las medidas de Atención a la Diversidad donde quedan recogidas los procedimientos de intervención educativa para todas las áreas incluida la Educación física, a día de hoy está vigente en primer lugar el Decreto 135/2014, de 29 de julio, por el que se regulan las condiciones para el éxito escolar y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo, y la Orden de 30 de Julio de 2014, de la Consejera de Educación Universidad, Cultura y Deporte, por la que se regulan las medidas de intervención educativa para favorecer el éxito y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo. Estos dos documentos junto con la Orden de 16 de Junio de 2014 (la cuál ha sido modificada en ciertos aspectos por la orden ECD/850/2016 de 29 de julio), de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centro docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, establecen el marco normativo para la enseñanza y el desarrollo de la actividad física y deportiva de personas con discapacidad dentro del ámbito educativo.

Además de los referente a la educación, en 2011 se aprueba el Real Decreto 1709/2011, de 18 de noviembre, por el que se crea y regula el Foro de Cultura Inclusiva que transformaría posteriormente el Real Decreto 1720/2012, de 28 de diciembre, por el que se modifica el Real Decreto 1709/2011, de 18 de noviembre, con el que se crea y regula el Foro de Cultura inclusiva. La finalidad de este foro es: *“[...] realizar el seguimiento de la aplicación de la Estrategia Integral Española de Cultura de Todos, cuyas competencias, estructura y régimen de funcionamiento se adecuarán a lo establecido en este real decreto.”* (RD 1709/2011, 2011, p. 126774).

Aunque este Foro centra su atención sobre todo en la cultura inclusiva, de cara a la organización de eventos deportivos y actividades deportivas inclusivas puede ser de gran ayuda, ya que entre algunas de sus funciones se encuentran las siguientes:

b) Proporcionar información, asesoramiento y apoyo a los órganos, organismos e instituciones incluidos en el ámbito de aplicación de la Estrategia, así como a las organizaciones representativas de personas con discapacidad y de sus familias, con el fin de promover la implantación de medidas de accesibilidad.

f) Generar un fondo de documentación técnica en accesibilidad que sirva como referencia en el trabajo de los profesionales de la cultura y del personal de los espacios culturales (RD 1709/2011, 2011, p. 126775).

Volviendo a la Ley 10/1990, dentro los principios generales, en el punto 2 del artículo 4 se establece el siguiente principio, por el que se insta a fomentar el deporte en personas que presentan algún tipo de minusvalía: *“2. Es competencia de la Administración del Estado fomentar la práctica del deporte por las personas con minusvalías físicas, sensoriales, psíquicas y mixtas, al objeto de contribuir a su plena integración social.”* (Ley 10/1990, 2015, p.15).

Contextualizado en la Comunidad Autónoma de Aragón, se aprobó la Ley 4/1993, de 16 de marzo, del Deporte de Aragón que tiene por objeto: *“Artículo 1º. Objeto. La presente Ley tiene por objeto la ordenación de la practica físico-deportiva en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Aragón.”* (Ley 4/1993, 1993, Disposiciones Generales, p.894).

Por consiguiente a nivel autonómico la ley que rige la ordenación del deporte autonómico es la Ley 4/1993, de 16 de marzo, del deporte de Aragón, atendiendo siempre a las ordenación estatal establecida por la Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte.

Es importante remarcar que la Ley 4/1993 fue modificada hace cinco años a través de la Ley 2/2011, de 24 de febrero, en lo que se refiere a la ley del Deporte de Aragón. Este cambio es de gran interés para nosotros, ya que introduce aspectos relativos a la ordenación de la discapacidad en el ámbito deportivo. Estos cambios responden al artículo 25.1 del Estatuto de Aragón, aprobado por Ley Orgánica 5/2007, de 20 de abril, que dice que los poderes públicos aragoneses promoverán medidas que garanticen la autonomía y la integración social y profesional de las personas con discapacidades, así como su participación en la vida de la comunidad (Ley 2/2011, 2011).

La finalidad de la modificación es el reconocimiento de federaciones deportivas aragonesas que integren únicamente a deportistas con discapacidad, atendiendo a las especificidades que concurren en su actividad deportiva.

Así pues, la Ley 2/2011 modifica los apartados 3 y 4 del artículo 25 de la Ley 4/1993, pasando a reconocer a los deportistas con discapacidad dentro de la formación de federaciones tanto de manera individual como compartida, tal y como queda reflejado en la modificación del segundo punto del apartado 3 del artículo 25, donde se recogen las especificaciones necesarias para formar una federación:

b) La demostración de que existe una práctica habitual y constante de una modalidad o forma de ejercicio de la actividad físico-deportiva no integrada en una federación ya constituida o, según proceda, el reconocimiento de las diferencias con otras modalidades incluidas, o bien la declaración por parte de la Dirección General del Deporte de la especificidad de la práctica por deportistas con discapacidad de modalidades integradas (p. 36171).

Además, se modifica el punto 4 añadiendo una excepción para el reconocimiento de federaciones de la misma modalidad deportiva, pasando a reconocerse tales federaciones si son realizadas por personas con algún tipo de discapacidad: “4. [...]. *Se exceptúan las federaciones polideportivas dedicadas a la promoción, el desarrollo y la organización de una o varias modalidades deportivas realizadas exclusivamente por personas con discapacidad física, intelectual, sensorial o mixta.*”(p. 36171).

1.3. PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL: Causas y características

Como hemos podido observar en los apartados anteriores, la discapacidad no viene con la persona, o con un déficit o limitación, sino que es una interacción entre éstos y su entorno lo que puede provocar tal discapacidad. Es por esto, por lo que no se puede hablar de tipos de discapacidad intelectual, sino de posibles causantes de la misma.

En primer lugar comenzaré exponiendo la última definición de discapacidad intelectual que estableció la AAIDD (Asociación Americana de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo) (2010): “*La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas tanto en funcionamiento intelectual, como en conducta adaptativa, tal y como se ha manifestado en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Esta discapacidad se origina antes de los 18 años*” (p. 31).

Tal definición se debe entender siempre atendiendo a las siguientes premisas:

1. Las limitaciones en el funcionamiento presente se deben considerar en el contexto de ambientes comunitarios típicos de los iguales en edad y cultura.

2. Una evaluación válida tiene en cuenta la diversidad cultural y lingüística, así como las diferencias en comunicación y en aspectos sensoriales, motores y conductuales.
3. En una persona, las limitaciones coexisten habitualmente con capacidades.
4. Un propósito importante de la descripción de limitaciones es el desarrollo de un perfil de necesidades de apoyo.
5. Si se mantienen apoyos personalizados apropiados durante un largo periodo, el funcionamiento en la vida de la persona con DI generalmente mejorará (AAIDD, 2010, p. 25).

Esto significa que para establecer que una persona presenta una discapacidad intelectual se debe analizar el contexto en el cual se encuentra y siempre atendiendo a la diversidad individual de la persona, su procedencia, convivencia, idioma, características culturales...; esto ha de ser en igualdad de condiciones. El punto 3 es un desencadenante del 2, teniendo en cuenta la diversidad de la persona, de una forma más personal, dicho individuo tendrá capacidades y habilidades unas más destacadas que otras, este punto ha de tenerse en cuenta. Con todo esto, lo que se pretende es establecer un perfil en el que se encuentren los puntos en los que esta persona necesita apoyo. Con dichos apoyos tendría, en teoría, que mejorar. El siguiente esquema ejemplifica lo anteriormente descrito y muestra las dimensiones que se han de tener en cuenta para diagnosticar que una persona presenta una discapacidad intelectual según la (American Association on Mental. Retardation) (AAMR)

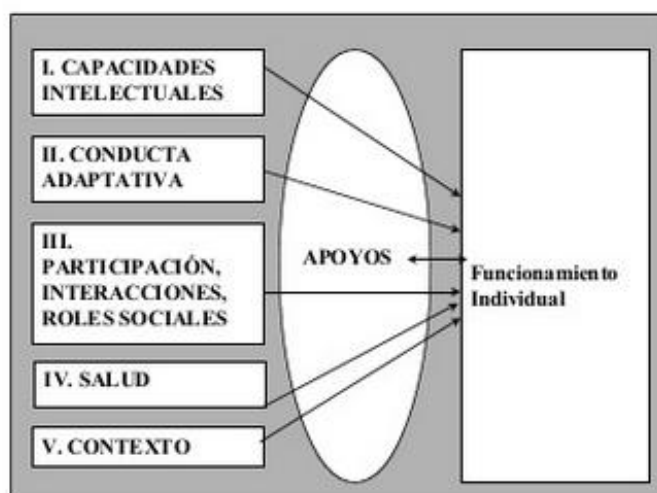


Figura 1. Esquema de la AAMR traducido por Verdugo. y Jenaro, (2002, fig. 3.1., p. 13).

Pese a contar con 5 dimensiones, por el momento, no todas tienen un método de evaluación. Sí, es el caso de la dimensión I, a la que correspondería la medición del CI (históricamente era el único criterio, que establecía discapacidad ligera, moderada, severa y profunda), para ello el test más

utilizado es la escala de medición de Wechsler (Navas, Verdugo y Gómez, 2008). En el caso de “la conducta adaptativa” definida como *“el grupo de habilidades conceptuales, sociales y prácticas aprendidas por las personas para funcionar en su vida diaria”* (AAIDD, 2010, p. 44), aunque aún hoy en día no se cuentan con muchos test de evaluación o escalas de medición, parece ser que la más utilizada es la ABS-RC 2 (Escala de Conducta Adaptativa-Residencias y Comunidad Segunda Edición). Esta escala ha sido objeto de estudio para comprobar su validez. Consta de dos partes, la primera muestra la conducta adaptativa, es decir, aquellas habilidades en las que no presenta ninguna dificultad, para ello se establecen un total de 10 dominios y la segunda, los problemas de conducta que contienen 8 dominios (Medina-Gómez, García-Alonso y Antolín, 2015). En el caso del resto de dominios su medición es más compleja, no existiendo un test específico para ello.

Según el CREENA (Centro de Recursos de Educación Especial de Navarra) y basándose en la 11ª edición de la AAIDD y el DSM-IV-TR se establecen las siguientes categorías teniendo en cuenta tanto aspectos conductuales como el nivel de CI (funcionamiento intelectual):

- Discapacidad intelectual leve. Se tendrían que cumplir las siguientes características: con respecto al funcionamiento intelectual se encontrarían entre un CI de 50-55 y sin superar el 70-75, dado el caso de encontrarse entre 70-75 debería de tener un déficit de adaptación en la conducta. No sería el caso de aquellos que, aún encontrándose en ese rango, no se identificaran problemas graves de adaptación a la conducta. Se caracterizarían por un aprendizaje relativamente completo pero desarrollado de una forma más lenta en la mayoría de habilidades (autonomía, aspectos personales y sociales; corporales; motrices; cognitivas; comunicación y lenguaje). En algunas habilidades cognitivas como simbolización y abstracción, discriminación de aspectos relevantes, extraer principios, generalizar aprendizajes, habilidades metacognitivas... tendrían más dificultades. En el lenguaje podrían manifestar problemas si se tratan de habilidades más avanzadas (tener presente el contexto en el que se encuentra, metáforas, comprensión de textos más complejos como científicos...). Suele ser habitual que todo esto vaya acompañado de un cierto déficit sensorial y/o motor.

Las habilidades sociales y comunicativas, frecuentemente se desarrollan en la etapa de educación infantil y más adelante, en primaria es cuando aprenden el manejo instrumental básico.

- Discapacidad intelectual moderada. Esta “categoría” es la que más frecuentemente se asocia a síndromes. En este caso, se encontrarían aquellos individuos con un CI de entre 30-45 y 50-55 y con problemas de desarrollo en casi todas las áreas de la conducta adaptativa. En este caso tendrían escaso autocontrol, lo que podría desencadenar situaciones conflictivas. Necesitarían la guía de un adulto y en lo que respecta a las relaciones sociales, en general, se trataría de un área

bastante cerrada. Igual que en el caso anterior, las habilidades cognitivas son las que más problemas les darían. El aprendizaje se caracterizaría por un procesamiento secuencial y serían capaces de extrapolar a una situación contextualizada algo concreto que hubiera sido aprendido previamente. En las habilidades comunicativas y de lenguaje, podrían presentar dificultades articulatorias, en el ritmo del habla y tartamudez. Éstas se suelen manifestar durante los primeros años de la infancia. En el caso del aprendizaje instrumental básico sería adquirido en la etapa de escolarización, no siempre sería alcanzado a veces solo parcialmente. Conforme a su autonomía personal, normalmente conseguirían desplazarse por sitios que les fueran familiares y mediante algo de supervisión podrían ocuparse de su cuidado personal y adquirir ciertas habilidades sociales.

- Discapacidad intelectual grave. Se puede ver relacionada con metabopatías y alteraciones pre o perinatales. Aquí se encontrarían aquellos en los que el CI estuviera entre 20-25 y 35-40 y con graves problemas en la conducta de adaptación. Motrizmente hablando, tendría un desarrollo lento, el cual, les provocaría problemas en el control y conocimiento del propio cuerpo y en el control manipulativo elemental. En lo que se refiere a la autonomía personal, la podrían adquirir aunque tendrían poca conciencia de las sensaciones relacionadas con la higiene. A parte de las complicaciones en las categorías anteriores, normalmente presentarían problemas para aprender elementos como género, número, tiempos y flexiones verbales. El vocabulario que finalmente lograrían aprender sería muy básico. En este caso necesitarían de un adulto casi todo el tiempo con ellos, apenas tendrían control de sus impulsos y lo más normal es que tuvieran habilidades sociales muy limitadas. La adquisición del lenguaje sería más tardía, a veces, incluso nula pero en su defecto podrían aprender algún otro tipo de comunicación alternativa. En general alcanzarían habilidades básicas de cuidado personal.
- Discapacidad intelectual profunda/pluridiscapacidad. Se le asocia este término porque estas personas habitualmente tendrían una alteración neurológica que provocaría esta discapacidad. Presentarían importantes anomalías a nivel anatómico y fisiológico, alteraciones de origen neuromotor, en los sistemas sensoriales y tendrían tendencia a desarrollar enfermedades. Esto supondría que tuvieran muchas dificultades motrices, obteniéndose sólo movimientos reflejos primarios, tendrían alteraciones en el tono muscular, los movimientos voluntarios serían muy escasos, en cambio, tendrían movimientos involuntarios incontrolados, la coordinación gruesa y fina sería muy imprecisa, el equilibrio estático alterado y dificultad para situarse en espacio y tiempo. A consecuencia de todo esto, no contarían con autonomía personal, precisarían de alguien constantemente a su lado. El CI no llegaría a 20-25. Estas personas no presentarían un alto grado de conciencia, ni desarrollo emocional. La comunicación sería prácticamente nula, o al menos muy limitada, y pocas veces sería intencionada. Acarrearían graves problemas

motrices, que les impedirían, en la mayoría de los casos, una autonomía personal. Podrían llegar a aprender algún patrón básico del desarrollo motor

Las causas del desarrollo de una discapacidad intelectual son muchas y variadas, algunas incluso desconocidas, como apunta FEAPS (Plena Inclusión, 2016). *“Hay muchos tipos y causas diferentes de discapacidad intelectual. Algunos se originan antes de que un bebé nazca, otros durante el parto y otros a causa de una enfermedad grave en la infancia. Pero siempre antes de los 18 años.”* (s. p). Partiendo de esta base, a continuación, expongo las principales causas, recogidas de la misma página anterior:

Trastorno genético. Esta causa es prenatal y hereditaria. En esta categoría se encuentra:

- Síndrome de X frágil. Mutación del cromosoma X por falta de una proteína (Federación Española del Síndrome X Frágil, 2016).
- Síndrome de Lesch-Nyhan. Se trata de una enfermedad rara hereditaria ligada al cromosoma X, provocada por la falta de la enzima HPRT y solo es manifestada en varones, las mujeres pueden ser portadoras silenciosas (Kaneshiro, Zieve, Ogilvie y A.D.A.M. editorial team, trad. Tango, 2016).
- Fenilcetonuria. Enfermedad congénita hereditaria transmitida mediante el gen no dominante, causada por la mutación del gen de la enzima fenilalanina (www.PKU.es, 2016).

Trastorno cromosómico. Esta causa es prenatal, durante la disposición de los cromosomas y no es por carácter hereditario. En este grupo, algunos de los síndromes que nos encontramos son:

- El síndrome de Down. Se produce por un problema de la división del cromosoma 21 y creándose un cromosoma extra, según como se desencadene aparecen tres tipos diferentes: no disyuntivo, mosaicismo o traslocación (NDSS, 2016).
- El síndrome de Prader-Willi. Poco frecuente, se debe a alteraciones en el cromosoma 15. En este caso en un 3,5% la alteración puede ser hereditaria, en el resto se produce en la división celular (Del Barrio, Castro, San Román, 2006).
- El síndrome de Maullido de Gato. Se encuentra entre las enfermedades raras, producida por una pérdida de material genético en el cromosoma 5. Está asociada con una discapacidad intelectual alta (Hernández, Herranz y Álvarez, 2006).
- El síndrome de Angelman. Producida por alteraciones en el cromosoma 15. Asociada a una discapacidad intelectual profunda (Arias, del Barrio y Pérez, 2006).

Causas biológicas: pueden ser prenatales provocada por el sarampión o rubeola (las más frecuentes), consumo de algún medicamento o ciertas toxinas; perinatales puede darse por toxinas o infecciones, asfixia o demasiada presión sobre la cabeza al nacer y postnatales provocada por traumatismos en la cabeza o meningitis.

Causas Ambientales: entre estas se encuentran alteraciones alimenticias de la madre durante el embarazo, falta de estimulación física y sensorial y falta de atención sanitaria (FEAPS, 2016).

2. Actividad física en personas con discapacidad intelectual

2.1. Condición física: definición y componentes

Antes de averiguar cómo influye (positiva o negativamente) la actividad física en personas con discapacidad intelectual, vamos a establecer cuál sería la condición física que los caracteriza en lo que a componentes de salud se refiere. De esta manera nos será más fácil identificar el tipo de actividad física más apropiada, si existiría alguna contraindicada o si por el contrario podría realizar todo tipo de actividad física.

Los componentes que determinan la condición física relacionadas con la salud según el Colegio Americano de Medicina del Deporte, citado, en Casajús y Vicente-Rodríguez (2011, p. 198) son la flexibilidad, la resistencia cardiorrespiratoria, la fuerza muscular y la composición corporal.

Atendiendo a que las personas con discapacidad intelectual presentan dismorfia corporal (anomalías), hipotonía muscular (menor tono muscular), hiperlaxitud articular (mayor flexibilidad de las articulaciones) y trastornos de la psicomotricidad (López y López, 2008; Morales, Alvaut y Lam, 2009).

Flexibilidad

En el caso de aquellas personas que tienen una discapacidad intelectual clasificada como “moderada”, este suele ser su punto fuerte. Con esto quiero decir, que tienen esta capacidad muy desarrollada (Toro y Zarco, 1998). En el caso de Síndrome de Down (SD) (síndrome más frecuente entre las personas que cuentan con discapacidad intelectual), debido a sus características morfológicas cuentan con una hiperlaxitud articular (Casajús y Vicente-Rodríguez, 2011).

Resistencia cardiorrespiratoria

En la mayoría de las ocasiones la resistencia cardiovascular va asociada a malformaciones cardíacas, es por ello que en personas con discapacidad intelectual suele ser inferior que en aquellas que no presentan tal discapacidad (Ríos, 2007). La frecuencia cardíaca máxima de estas personas es inferior, provocando un menor gasto cardíaco máximo y por consiguiente un menor consumo de oxígeno máximo (López y López, 2008). Dentro de este colectivo esta diferencia es más pronunciada en aquellos individuos que tienen Síndrome de Down (Baynard et al., citado en Casajús y Vicente-Rodríguez, 2011). Sin embargo, Bofill (2010) nos muestra en otro estudio la diferencia entre personas con SD y el resto de personas con DI pero sin SD se debe al uso de un test u otro (*course navette* o *shuttle run*).

Por último y volviendo a López y López (2008) las personas con SD tendrán una mayor sensibilidad a la fatiga, debido a tener mayor segregación de la enzima superóxido dismutasa, la cual altera las especies reactivas de oxígeno.

Fuerza muscular

La fuerza muscular es también inferior en este colectivo con respecto a aquellas personas que no padecen discapacidad intelectual. Se ha demostrado que existe una relación directa entre fuerza de pierna y consumo de oxígeno máximo (Pitetti y Boneh, 1995), por tanto una menor fuerza muscular puede ser debido a la menor frecuencia cardíaca máxima, anteriormente descrita. Existen estudios que muestran una relación entre el grado de discapacidad intelectual y la fuerza muscular de la persona. Con niveles más altos de discapacidad intelectual la fuerza muscular es menor, por ejemplo, aquellos individuos que tienen discapacidad intelectual considerada leve tienen mayor fuerza muscular que aquellos que tienen discapacidad más severa (Morales, Alvaut y Lam, 2009).

La mayoría de estudios que han evaluado la fuerza muscular en personas con discapacidad intelectual han llegado a la conclusión que ésta es menor en las personas con SD que en personas que padeciendo discapacidad intelectual su etiología es diferente (Casajús y Vicente-Rodríguez, 2011).

Composición corporal

Para determinar la composición corporal tendremos en cuenta el IMC (índice de masa corporal), el nivel de masa ósea y de masa muscular.

Las personas con discapacidad intelectual tienen mayor tendencia a padecer obesidad, es decir, tienen tasas altas de IMC y varias son las causas de esta situación. Algunos de los síndromes asociados a la discapacidad intelectual, tienen entre sus síntomas la obesidad. En el caso de adolescentes con SD, muchas veces, manifiestan hipotiroidismo que provoca un aumento de peso; los fármacos utilizados en estos casos pueden provocar arritmias (alteración del ritmo cardíaco) y fenómenos de isquemia -disminución de circulación de la sangre y por tanto recepción de oxígeno- (López y López, 2008). El tratamiento a base de ciertos medicamentos y alteraciones alimenticias debidas a dicha discapacidad puede aumentar esta tendencia al sobrepeso. A esto hay que sumar que, en su mayoría, optan por una vida altamente sedentaria y una dieta, en ocasiones, poco equilibrada (San Mauro-Martín, Onrubia-González-De la Aleja, Garicano-Vilar E., Cadenato-Ruiz, Hernández-Villa, 2016). A parte del IMC, hay que indicar que también el porcentaje de grasa corporal es mayor (Casajús y Vicente-Rodríguez, 2011).

En el caso del nivel de masa ósea, las personas con discapacidad intelectual, tienen más riesgo de que éste sea bajo debido a la a la vida sedentaria a la que están acostumbrados, a la poca exposición al sol y, como en el caso anterior, a algunos medicamentos que tienen que tomar; falta de vitamina

D; presencia de hipotonía muscular... Esto supone un riesgo a padecer osteoporosis (Casajús y Vicente-Rodríguez, 2011).

Como hemos indicado, ya anteriormente, presentan hipotonía muscular, esto supone que sus niveles de masa muscular son significativamente inferiores.

Si bien es cierto que a estas personas en cierta medida pueden afectarles ciertos problemas que se asocian a su discapacidad, estos problemas no les impiden una práctica normal de ejercicio. Eso sí, siempre atendiendo a sus necesidades individuales y adaptando los ejercicios si fuera necesario. Otros problemas que se han encontrado que provocan una menor práctica en estos colectivos son la falta de motivación y la dificultad de comprensión de los ejercicios. (Piretti, Campbell y Fernhall, citado en López y López, 2008; Agüero et al., 2011). Este es un problema del que se tiene que encargar el educador deportivo, es el que tiene que encontrar la forma de eliminar estos factores que provocan el aumento de la vida sedentaria en estas personas. En el siguiente apartado, procederemos a explicar porqué es necesaria la actividad física en la vida diaria, qué beneficios les aporta y nos aporta, pues el ejercicio físico es beneficioso para todos.

2.2. ¿Por qué realizar ejercicio físico?

Hay que partir de la base de que los beneficios de la actividad física en personas con discapacidad serán los mismos que en toda la población, sobre todo hacia una lucha contra una vida sedentaria, la obesidad y todo aquello que puede desencadenar (diabetes, hipertensión arterial, insuficiencia respiratoria...) (INSERM ,citado en Rivière, 2010). Se ha comprobado que con la actividad física se producen beneficios tanto a nivel fisiológico, a nivel psicológico y nivel preventivo. Arráez, Ambel, Rodríguez y Martín (1993).

Volviendo a González-Agüero et al. (2011), Nos indican que en estas personas los beneficios se incrementan tanto a nivel de factores físicos como a nivel de calidad de vida.

Factores físicos: en el anterior apartado se ha podido observar que estas personas presentan una condición física inferior, ya sea, debido a los síndromes padecidos, a un estilo de vida más sedentaria u otros factores... Esta situación se puede mejorar realizando actividad física de forma regular. Ha sido demostrado que con ejercicio físico se mejoran variables de la salud como la fuerza muscular, la capacidad aeróbica, la composición corporal (índices de masa corporal, ósea, muscular y peso corporal) y la educación postural. Esto significa que, en gran parte, los problemas de condición física que les pueden repercutir en su vida diaria o provocar más problemas se pueden reducir con un programa de actividad física. Por tanto, en primer lugar, nos encontramos que el ejercicio físico de forma regular les beneficia a nivel de salud. Se ha observado que a través de un entrenamiento general aplicado dos días a la semana durante 20 semanas se producen mejoras a

nivel cardiovascular y en el nivel de masa muscular y ósea. (González-Agüero et al., citado en González-Agüero, Vicente-Rodríguez y Casajús, 2011)

Función sensomotriz y cognitiva: con la actividad física se mejora el control corporal, la percepción del esquema corporal, el procesamiento de la información sensorial, la automatización de acciones, la coordinación y la precisión de gestos, la orientación en el espacio y la percepción de los distintos cuerpos (Rivière, 2010).

Respecto a la influencia de la actividad física en la mejora de su capacidad cognitiva, no hemos encontrado artículos que se refieran directamente a personas con discapacidad intelectual. Sin embargo Gómez-Pinilla e Hillman (2013) nos indican que se ha podido observar que la actividad física mejora las habilidades cognitivas, existiendo una relación directa entre procesos metabólicos de la energía y la plasticidad sináptica (la cuál es necesaria para procesos de aprendizaje y memoria), por lo tanto, es de esperar que estos beneficios sean aprovechados también por estas personas.

Factores hacia la calidad de vida: en este apartado vamos a contar con aquellos factores que van más relacionados con aspectos de bienestar psicológico y social. La actividad física proporciona una mayor autoestima, socialización y menor ansiedad; les ayuda a canalizar mejor sus instintos y reafirmar su personalidad (Arráez, Ambel, Rodríguez y Martín, 1993; Bartlo y Klein citado en González-Agüero, Vicente-Rodríguez y Casajús, 2011; Carolina et al., citado en González-Agüero, Vicente-Rodríguez y Casajús, 2011;).

Con todo esto se podría afirmar que es indiscutible que la actividad física debería encontrarse en la vida de todas las personas y en especial en aquellas que presentan una discapacidad intelectual. Produce beneficios tanto a nivel físico, psíquico y social, previene de enfermedades y puede llegar a reducir e, incluso en ocasiones, suprimir aquellas ya instauradas.

2.3. ¿Qué actividad física es mejor?

Rivière (2010) nos va a ayudar a resolver esta duda. En primer lugar, este autor, nos dice que hay que atender los deseos y las motivaciones de la persona, pues esto es esencial para que su práctica sea efectiva y de una forma continua. Además nos indica que habría que consultar con el equipo médico para que la práctica de actividad física no suponga un riesgo para su salud por tener algún aspecto contraindicado. También nos explica que no existe un deporte cómo tal que sea mejor o peor, voy a revelar cuáles son las motivaciones que, en general, les mueve para elegir uno u otro deporte.

Los deportes individuales suelen ser elegidos por aquellos que tienen dificultades en la socialización y comunicación. Cada tipo de deporte enmarcado dentro de este conjunto reporta unos beneficios, a continuación voy a explicar algunos ejemplos otorgados por Rivière (2010). La natación, ayuda a mejorar la percepción del espacio y a la coordinación, la cual es también trabajada junto con el equilibrio en la gimnasia, en la escalada y en la equitación. En la escalada, sobre todo lo que respecta al nivel sensomotriz y al conocimiento del propio cuerpo. Finalmente en este grupo hay que hacer un apunte sobre la equinoterapia, pues este tipo de terapia defiende que se desarrolla, en gran medida, el nivel psicosocial y es muy utilizada en este colectivo.

Los deportes de oposición según el autor anteriormente citado, les permiten descubrir al otro, cada acción tiene una reacción en el adversario, además tienen que actuar según los movimientos del contrario. En este marco tenemos los deportes de contacto, que a priori pueden parecer peligrosos pero si se enseñan bien los principios y técnicas no tienen por qué dar problemas y además reportar beneficios (a nivel coordinativo, equilibrio, percepción del propio cuerpo y de sus límites). Con lo que se refiere a deportes de oposición sin contacto mejora la coordinación, la precisión y la velocidad de reacción. Este tipo de deporte y los individuales pueden ser desarrollados en un marco de inclusión sin problemas para aquellos que se tienen un tipo de discapacidad leve o moderada.

Los deportes de colaboración-oposición, estos suelen ser de mayor complejidad debido al gran contenido de reglas y cambios de roles. Supone una mayor dificultad a la hora de querer trabajar en un marco inclusivo. Sin embargo, estos deportes les ayudarían a una mejor socialización, siendo éste uno de los hándicaps de estas personas.

Deportes de expresión corporal, ayudan fundamentalmente al equilibrio, la coordinación y al desarrollo de las capacidades sociales. Son deportes que, a menudo, se utilizan dentro de un marco inclusivo.

Los deportes de riesgo, generalmente, son contraindicados pero con el apoyo necesario, todo es posible.

A modo de síntesis de este apartado, todos los deportes son practicables por personas con discapacidad intelectual, cada uno tendrá unas características motivacionales que le llevará a una u otra práctica, y tendrá unas características físicas o fisiológicas que le pueden impedir el desarrollo de otras. Hay que favorecer el desarrollo de las prácticas que les resulten más atractivas, para llevarles hacia una forma de vida activa y saludable.

2.4. ¿Existen barreras para practicar deporte?

La respuesta es sí, aún no se han conseguido eliminar todas las barreras que existen, que no significa que dentro de unos años no se haya logrado, pues estamos en un proceso de cambio hacia una sociedad inclusiva. Se pueden identificar dos tipos de barreras, barreras del entorno (no tienen

que ver con la persona sino con aquello que lo rodea) y barreras personales (se las pone el propio individuo). Dentro de las barreras del entorno nos encontramos con problemas en la accesibilidad, en el equipamiento deportivo adecuado, en el transporte, en el personal no cualificado, en los costes de la actividad y en algunas acciones discriminatorias (Jaarma et al. citado en Reina, 2015). Con lo que se refiere a barreras personales están el miedo escénico, el dolor, la falta de energía y la sensación de complejidad del ejercicio (Phillipps, Flemming y Tsintzas, citado en Reina, 2015). Estas serían las variables que les impedirían realizar algún deporte o actividad dirigida, las cuales hay que intentar suprimir para poder optar al deporte para todos.

3. Aplicación en la práctica de la AF con personas con discapacidad

3.1. Exclusión => segregación => integración => inclusión

Estos cuatro términos, algunos más recientes que otros, han sido y son usados a la hora de establecer cómo se encuentran las personas con discapacidad intelectual con respecto a la sociedad, en una actividad, en situaciones laborales o académicas etc. Es por ello, que antes de abordar la inclusión como método dentro de las actividades físico-deportivas, conviene esclarecer a qué nos referimos cuando hablamos de exclusión, segregación, integración y/o inclusión.

Exclusión

Si consultamos la RAE, nos encontramos con las siguientes definiciones:

- Exclusión: “Acción y efecto de excluir.”
- Excluir: “Quitar a alguien o algo del lugar que ocupaba o prescindir de él o de ello.”

Es decir la exclusión con respecto a las personas con discapacidad es la acción de prescindir de éstas dentro de un contexto determinado, tal que en la sociedad en general, ámbitos educativos, ámbitos laborales, ámbitos deportivos...

Es un problema que se da cada vez menos, organizaciones como Naciones Unidas han puesto de su parte para que esta situación no suceda más, cosa que como vimos en la aproximación histórica se ha dado durante muchos años en todo el mundo. Así pues, como podemos ver a continuación en un extracto de la ratificación de 2006 (preámbulo p y artículo 2) de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, se vela por la lucha contra esta situación:

Preocupados por la difícil situación en que se encuentran las personas con discapacidad que son víctimas de múltiples o agravadas formas de discriminación por motivos de raza, color,



Fig.2. (<https://goo.gl/EQ7zyC>)

sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional, étnico, indígena o social, patrimonio, nacimiento, edad o cualquier otra condición. (...) Por “discriminación por motivos de discapacidad” se entenderá cualquier distinción, exclusión o restricción por motivos de discapacidad que tenga el propósito o el efecto de obstaculizar o dejar sin efecto el reconocimiento, goce o ejercicio, en igualdad de condiciones, de todos los derechos humanos y libertades fundamentales en los ámbitos político, económico, social, cultural, civil o de otro tipo. Incluye todas las formas de discriminación, entre ellas, la denegación de ajustes razonables. Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad (p. 20649).

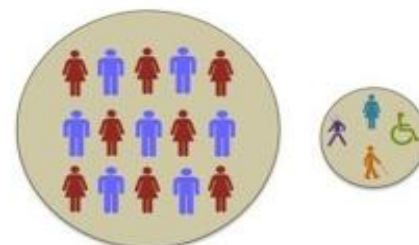
Segregación

Si consultamos la RAE, nos encontramos con las siguientes definiciones:

Segregación: “*Acción y efecto de segregar*”

Segregar: “*Separar y marginar a una persona o a un grupo de personas por motivos sociales, políticos o culturales.*”

Así pues nos encontramos que según estas definiciones, segregación y exclusión son prácticamente lo mismo. En la anterior definición se prescindía de ella, en esta no pero sí que la enmarca en otro grupo distinto, separándola del resto.



Para entenderlo mejor vamos a tomar como ejemplo el contexto educativo formal. A principios del s. XX se instaura la educación obligatoria, esto supone un aumento considerable de alumnos y se ven desbordados debido a la cantidad y diversidad de éstos. Se comienza a separar a los alumnos por una clasificación basada en el CI, surgiendo así las escuelas especiales (Verdugo, Rodríguez, Sarto, Calvo, Santamaría, 2009). En su momento supuso un progreso, pues había habido un cambio de concepción muy grande, se pasó de apartar la mirada de las personas con discapacidad para adquirir un concepto de conciencia social. Pero esto ahora, no tiene cabida, somos conscientes de que estas personas son una más en la sociedad y apartarlas en centros en los que no están en contacto con la sociedad, no se puede considerar una solución.

Fig.3. (<https://goo.gl/EQ7zyC>)

Integración

Si consultamos la RAE, nos encontramos con las siguientes definiciones:

Integración: “*Acción y efecto de integrar o integrarse.*”

Integrar: “*Hacer que alguien o algo pase a formar parte de un todo.*”

Es decir, según esto, podríamos decir que esto sería lo ideal, pero la teoría, no siempre es la realidad. Al final, una



Fig.4. (<https://goo.gl/EQ7zyC>)

situación con la que se pretendía que aquellas personas situadas en un ámbito segregado pasarán a formar parte activa de la sociedad, no fue así, sino que se limitó a situar a las personas dentro del mismo contexto que el resto pero no ofreciéndoles las mismas oportunidades (fig. 2.). Refiriéndonos otra vez a la educación, cómo dice Rubio (2007) en su artículo “Principios de normalización, integración e inclusión”, el modelo educativo de “integración”, es un modelo basado en el déficit, es decir, que resalta aquello que no puede hacer. en vez de lo que sí puede hacer. Para solucionar este problema se decidió incluir personal de apoyo aunque el profesor del aula no tuviera una especial formación.

Inclusión

Si consultamos la RAE, nos encontramos con las siguientes definiciones:

Inclusión: “Acción y efecto de incluir.”

Incluir: “Poner algo o a alguien dentro de una cosa o de un conjunto, o dentro de sus límites.”

Estas definiciones no esclarecen mucho, pues parece que sea lo mismo que integración. Para Soto (2007), inclusión “Significa posibilitar a todos los estudiantes participar de lleno en la vida y el trabajo dentro de las comunidades, sin importar sus necesidades” (p. 325). Para Ferguson y Jeanchild (1999), citado en Ríos, 2009 “La cuestión no estriba en que las escuelas puedan incluir a todos los alumnos a pesar de sus diferentes capacidades o discapacidades, sino que pueden reforzar el aprendizaje de cada alumno a causa de sus diferencias” (p. 193).

La UNESCO, de nuevo refiriéndonos al ámbito educativo, dice:

El objetivo de la inclusión es brindar respuestas apropiadas al amplio espectro de necesidades de aprendizaje tanto en entornos formales como no formales de la educación. La educación inclusiva, más que un tema marginal que trata sobre cómo integrar a ciertos estudiantes a la enseñanza convencional, representa una perspectiva que debe servir para analizar cómo transformar los sistemas educativos y otros entornos de aprendizaje, con el fin de responder a la diversidad de los estudiantes. El propósito de la educación inclusiva es permitir que los maestros y estudiantes se sientan cómodos ante la diversidad y la perciban no como un problema, sino como un desafío y una oportunidad para enriquecer las formas de enseñar y aprender (UNESCO, 2005, p. 14).

Dentro del entorno educativo, varios autores (Echeita y Ainscow 2011; Blanco, 2008, y Muntaner, 2010) coinciden en que las características de la inclusión son:



Fig.5. (<https://goo.gl/EQ7zyC>)

- Presencia, refiriéndose a representación en la escuela de todos los individuos de la sociedad sin excepción.
- Participación, no solo vale con estar en la escuela sino que todos los alumnos tienen derecho a la intervención en el aula en igualdad de condiciones.
- Logros, que se impartan clases que permitan el progreso de todos los alumnos sin distinción, es decir que todos adquieran los conocimientos programados.

Es decir, como llevamos diciendo hasta ahora, las personas con algún tipo de discapacidad son una persona más dentro de la sociedad, con sus características personales como tenemos todos. Este nuevo concepto pretende entender la diversidad, todos tenemos capacidades y discapacidades en algún aspecto; por tanto, derecho de todos tener una sociedad inclusiva que atienda las diferencias de cada uno en un marco común. Se busca, además de la presencia ya aplicada en la integración, la participación de todas las personas. No pretende integrar al alumno con necesidades especiales, es decir, llevar el alumno a la escuela, sino que sea la escuela la que se transforme para que permita una educación común que atienda a las necesidades de todos.

3.2. Extraescolar: Deporte inclusivo

“El deporte inclusivo es la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad, donde manteniendo el objetivo del deporte en sí o de la práctica que se va a llevar a cabo facilitamos todos los recursos necesarios para que se dé una participación activa por parte de la persona con discapacidad” Ocete (2013)

Como hemos explicado en el apartado anterior se busca la participación de todas las personas sin importar quién sea. Deporte en el que todos tienen cabida y que ayudará a una inclusión social. Aunque esto debería ser una realidad, lo cierto es que no es así, es por ello que La Alianza estratégica (2012) elaboró un manifiesto para denunciar esta situación con la intención de que se llevarán a cabo las soluciones que ellos proponían:

- Ningún niño o niña con discapacidad debe quedar sin acceso a la educación física.
- Los colegios dispondrán de profesores e instalaciones para la enseñanza y práctica del deporte a alumnos con y sin discapacidad.
- Las ciudades dispondrán de instalaciones deportivas adaptadas y accesibles para la práctica conjunta de deporte.
- Las federaciones deportivas adaptarán sus reglamentos para regular y permitir la práctica inclusiva de deporte.
- Los niños con discapacidad podrán mejorar su salud y condición física, además de su calidad de vida e integración social a través del deporte.
- La práctica conjunta de deporte estará presente en los medios de comunicación social.
- Las Administraciones Públicas incluirán en la agenda política el “Deporte Inclusivo”.
- Se crearán competiciones inclusivas periódicas en todas las categorías, empezando desde infantiles.

- Se promoverá que el Parlamento español desarrolle iniciativas que permitan que se generalice la integración social de las personas con discapacidad también en el ámbito del deporte y la actividad física.
- Todas las personas con discapacidad tienen derecho a educación física, la práctica deportiva, la salud, el bienestar físico y mental, la integración, el ocio y las posibilidades profesionales que ofrece el deporte (s. p.)

Los tres primeros puntos y el último son en teoría una realidad, o deberían ser una realidad, pues así está recogido en la ley:

“Las personas con discapacidad tienen derecho a una educación inclusiva, de calidad y gratuita, en igualdad de condiciones con las demás” (RDL 1/2013, 2015, p.11)

Se realizarán programas de sensibilización, información y formación continua de los equipos directivos, el profesorado y los profesionales de la educación, dirigida a su especialización en la atención a las necesidades educativas especiales del alumnado con discapacidad, de modo que puedan contar con los conocimientos y herramientas necesarias para ello” (RD legislativo 1/2013, 2015, p.11)

A fin de que las personas con discapacidad puedan vivir en forma independiente y participar plenamente en todos los aspectos de la vida, los Estados Partes adoptarán medidas pertinentes para asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, al entorno físico, el transporte, la información y las comunicaciones, incluidos los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones, y a otros servicios e instalaciones abiertos al público o de uso público, tanto en zonas urbanas como rurales. (Instrumento de Ratificación de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad, 2008, p. 20651)

Según Hernandez (2000) no siempre es posible aplicar programas deportivos inclusivos, sí que son posibles si se trata de discapacidades leves, en cambio se vuelven más complicados cuando se trata de una grave afectación. Los deportes de equipo serían menos apropiados, nos informan Echeita y Ainscow (2011), debido a que son deportes de mayor complejidad lo que supone una mayor dificultad tanto para la práctica como para el diseño, pero no es imposible una práctica inclusiva en este contexto.

A la hora de aplicar un programa deportivo en este sentido hay que entender que la diversidad es la base de todo deporte inclusivo, es decir, se tienen que atender las diferencias individuales de todos los participantes. Aunque se pudieran encontrar en grupos características comunes no hay que centrarse en ello y tratarse de una atención personalizada común (Mendoza, 2009).

Para Echeita y Ainscow (2011) hoy en día una práctica inclusiva en una competición regular es algo prácticamente inconcebible, sin embargo, las ligas escolares no deberían impedir el acceso a centros especiales, pues no se trata de una liga en busca de un rendimiento; Por otro lado, se deberían crear ligas de deporte inclusivo como tal (personas con y sin discapacidad trabajando juntas). Esto no supondría un gran sacrificio económico y sería un paso más hacia la igualdad.

En el siguiente apartado nos vamos a centrar en la educación física inclusiva.

3.3. Educación Física Formal

Como hemos podido observar en el marco legislativo, la educación física para todos es un derecho y está recogido por ley. Un profesor debería atender a todos sus alumnos por igual para que todos se pudieran beneficiar del programa estipulado. Este programa debe estar orientado al máximo desarrollo de las capacidades y por otra parte darle los recursos necesarios para que se desenvuelva en la sociedad (Velázquez, 2015). El proceso inclusivo está orientado a mejorar la calidad de vida de las personas en riesgo de exclusión (Parrilla, citado en Romero, 2015.)

Para conseguir un programa de educación física lo más adecuado posible, Velázquez (2015) nos propone los siguientes objetivos que se tienen que cumplir:

- Generar personas motrizmente competentes: que el estudiante sea capaz de defenderse a nivel motor, que las competencias aprendidas les sirvan de base a la hora de realizar cualquier actividad física.
- Lograrlo para todo el alumnado sin excepción. Que no haya ningún alumno que no adquiriera los conocimientos programados para ellos.
- Hacerlo de forma apropiada. Para ello, el docente se tiene que cuestionar si las clases que imparten permiten el desarrollo de todos sus alumnos y estar en una continua actualización metodológica.
- Enseñar algo más que prácticas motrices. Conseguir inculcar valores inclusivos a través del deporte, es decir, que mediante las clases se consiga una correcta educación para la igualdad.

Esto supone un reto para el docente pero que no debería ser un problema, sin embargo, a pesar de que la inclusión en educación debería ser indiscutible en la época en la que estamos, lo cual además está recogida por ley, aún existen barreras que impiden su pleno desarrollo o producen una falsa inclusión. Estas barreras son explicadas por Ríos (2009).

- Condicionantes infraestructurales: muchos centros no cuentan con los recursos necesarios para asegurar una buena calidad docente para atender a todos los alumnos por igual. Los centros antiguos, construidos antes de la normativa vigente, no cumplen con las necesidades de los alumnos en lo que a estructura y material para educación física se refiere.

- Condicionantes sociales: la sensibilización y el desconociendo de la sociedad puede producir un rechazo hacia el alumnado con necesidades educativas especiales. Ya sea por parte de los compañeros inculcada, a veces, por la familia o entorno cercano o bien por parte del claustro de profesores que no están a favor de la inclusión.
- Condicionantes de los propios alumnos que presentan necesidades educativas especiales. En ocasiones son estos propios alumnos los que se automarginan, por la no aceptación o por propias dificultades sociales. El interés hacia la materia impartida es otro de los factores que puede influir para no conseguir una participación activa
- Condicionantes de la práctica docente: en ocasiones se piensa que la educación física no es una materia pedagógica y esto puede ser una causa de no contar con profesor de apoyo para poder impartir una clase inclusiva. Falta de formación en cómo tratar la diversidad y diseñar actividades para todos puede provocar una participación menos activa por parte del alumno con discapacidad o que ésta incluso sea pasiva, es decir, que el alumno esta en la clase pero no participa.

Para que un profesor favorezca la inclusión tiene que diseñar programas que faciliten el acceso de todos los alumnos, teniendo en cuenta sus características individuales, y que favorezcan el progreso de todos Velázquez (2015). Todos los alumnos tienen que ser atendidos en igualdad de condiciones, todas las clases tienen que ser diseñadas para un aprovechamiento de todos los alumnos sin excepción.

III. Objetivo

El objetivo principal de esta investigación es averiguar la percepción social que existe sobre la práctica de actividad física por parte de las personas con discapacidad intelectual.

Dentro de este objetivo principal se enmarcan los siguientes objetivos específicos:

- Averiguar de qué manera determinados agentes sociales consideran que la práctica de actividad física influye en las personas con discapacidad intelectual.
- Determinar si existe un tipo de práctica de ejercicio físico que más apropiado para este colectivo.
- Establecer si hay una conciencia general sobre los diferentes contextos en los que las personas con discapacidad intelectual pueden realizar actividad física: segregado, integrado o inclusivo.
- Conocer cuál es el contexto más apropiado para la práctica de actividad física.
- Analizar la situación actual de las personas con discapacidad intelectual.

IV. Metodología

Como se ha podido observar a lo largo del marco teórico, el tema tratado en este trabajo es un tema fundamentalmente social y de una gran complejidad, pues aún estamos en un proceso de cambio. Es por ello por lo que nos decantamos por un tipo de metodología cualitativa, ya que, consideramos que es la metodología más acorde a las características de este trabajo.

En primer lugar vamos a establecer cuáles son las características de este método enunciadas en Guillén, Peñarrubia, Montero y Adell (2014, p. 11-12):

- *El investigador es el principal instrumento de medida.* Esto puede implicar cierta subjetividad, porque, en este caso es el propio investigador quién analiza los datos y la información recopilada.
- *Perspectiva naturalista.* El investigador se tiene que adentrar en la investigación, no existe control sobre los datos, las categorías preestablecidas pueden variar, pueden surgir más o desaparecer algunas. Te permite una obtención de datos más real y profunda.
- *Estudios a pequeña escala.* No se pueden sacar generalizaciones tiene un fin intrínseco. Aunque se podría extrapolar ciertos aspectos en situaciones similares a la estudiada.
- *Preocupación por la comprensión.* Se busca la comprensión de la conducta humana desde el contexto en el que se encuentra.
- *La investigación no tiene reglas de procedimiento.* Es un proceso dinámico, que va surgiendo con la recopilación de la información, permite la variación y la modificación según las circunstancias.
- *Planteamiento inductivo.* A partir de un dato concreto o aspecto o problema, se pretende descubrir y profundizar sobre él.
- *Investigación procesual y recursiva.* El diseño de la investigación se va elaborando conforme el investigador se va nutriendo de nuevos conocimientos e información.
- *Naturaleza holística.* El fenómeno lo estudia en su conjunto, no lo puede separar pues sino no tendría sentido. El fenómeno solo tiene sentido en su conjunto.
- *Basada en la interpretación y la crítica.* Reflexión, interpretación y crítica son los sistemas utilizados.

Las fases en una investigación cualitativa son las siguientes: (1) Preparatoria; (2) Trabajo de campo; (3) Analítica; e (4) Informativa. (Monje, 2011); Rodríguez, Gil y García, (1996). Como podemos ver en esquema mostardo a continuación,

Estas fases no tienen una progresión lineal sino que se superponen una con otra como se puede ver en la Fig. 5. Aún no se ha acabado una cuando se puede empezar con la siguiente. Como hemos explicado antes, la investigación cualitativa se caracteriza por un proceso dinámico. Rodríguez, Gil y García (1996).

Partiendo de estas premisas a continuación explicamos lo que hemos realizado en cada fase. Teniendo en cuenta que la cuarta fase se concentra en la exposición del presente estudio y su posterior divulgación si fuera el caso.

FASES Y ETAPAS DE LA INVESTIGACION CUALITATIVA

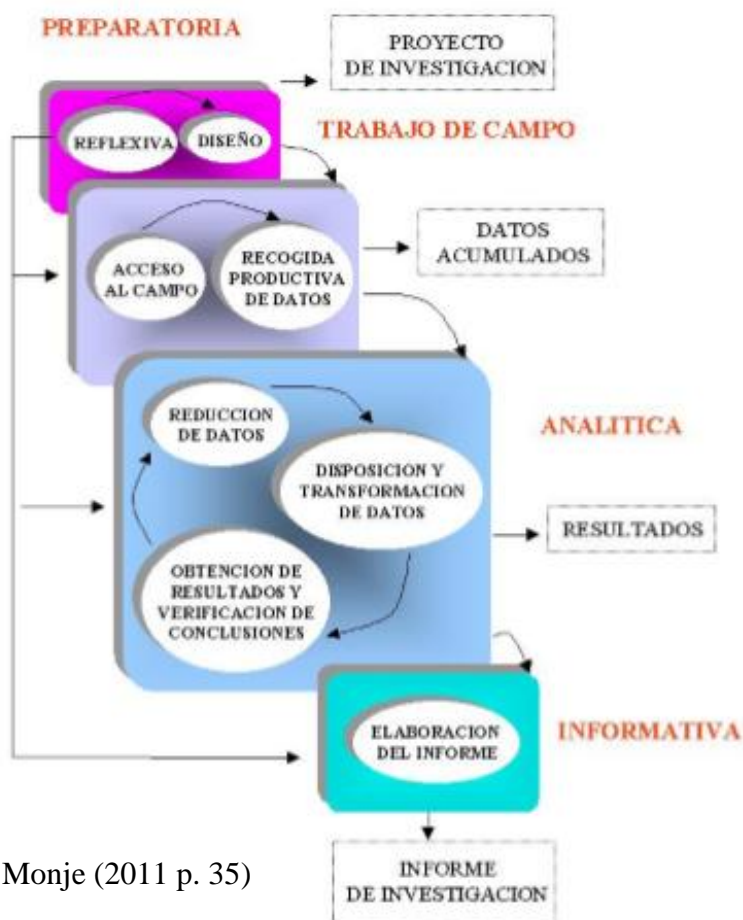


Fig. 5 Monje (2011 p. 35)

1. Fase preparatoria

Esta fase tal y como nos explican Monje (2011) y Rodríguez et al., (1996) se divide en dos etapas: (1) reflexiva y de (2) diseño. La primera consiste en la recopilación de información referida al objeto de estudio en cuestión, en nuestro caso: “la percepción social que existe sobre la práctica de actividad física por parte de las personas con discapacidad intelectual”, esta etapa se corresponde con el apartado de marco teórico. A través de un proceso inductivo-deductivo hemos recogido todos los aspectos necesarios para poder deducir cuáles son los problemas principales en lo que a nuestro objeto de estudio se refiere. Para esta revisión bibliográfica se han consultado las bases de datos de las bibliotecas de la red UNIZAR que incluyen artículos, libros y recursos electrónicos. Además hemos usado capítulos de libros, libros y artículos disponibles online. Algunos de los sitios que hemos utilizado para encontrar todo este material han sido: PubMed, dialnet, catálogo roble, FEAPS, Asociación Down España, CEDI. Entre las palabras clave para conseguir el material más acorde a

nuestro estudio se encuentran las siguientes: discapacidad; discapacidad intelectual; actividad física en discapacidad intelectual; inclusión; deporte inclusivo; legislación deporte y discapacidad...

Siguiendo con Monje (2011) y Rodríguez et al. (1996), nos indican que la segunda etapa dentro de una investigación cualitativa es el diseño, el cual en nuestro estudio debería ser el siguiente:

1. Tendríamos que tener un enfoque de lo más general a lo más concreto. De ahí que nuestro marco teórico empieza con una aproximación histórica de la situación de la discapacidad, le sigue un marco legislativo que muestra la situación de personas con discapacidad, en especial con respecto al deporte y a la educación física, y una vez que hemos establecido la situación en la que se encuentran las personas con discapacidad nos centramos en la discapacidad intelectual, por lo tanto, continuamos con las características que definen la discapacidad intelectual y la etiología de la misma. Sabiendo en qué situación se encuentran, qué puede causar una discapacidad intelectual y cuáles son las características más relevantes podemos dirigirnos a cómo les afecta la actividad física. En primer lugar creímos conveniente establecer cuál es la condición física en lo que a componentes de salud se refiere, pues esto nos dará indicios de si existe alguna contraindicación a la hora de realizar actividad física. Aclarada la situación de la que pueden partir, decidimos averiguar por qué deberían realizar ejercicio físico, que actividades serían mejor y si existen barreras que puedan impedir su práctica. Finalmente nos tenemos que centrar en cómo se aplica en la práctica (segregación, integración e inclusión) y acabamos indagando en qué consiste la actividad física inclusiva formal y no formal, pues es el camino en el que va la sociedad en estos momentos.
2. Una vez extraída y seleccionada la información relevante se organizó un primer conjunto de categorías y subcategorías y se trabajaron con dos expertos, profesores de universidad. Estudiadas y definidas cada una de ellas se procedió a un proceso de redefinición a partir de las sugerencias de los expertos quedando finalmente las cuatro categorías siguientes: (1) Actividad física y discapacidad intelectual; (2) Comprensión de segregación, integración e inclusión; (3) Actividad física inclusiva y (4) Situación actual.
3. En lo que respecta a la selección de la herramienta de recogida de datos, nos decantamos por una entrevista semidirigida denominada así por autores como Rosenfeld y Avrutin (2011) y Bedmar y Pose (2007) o semiestructurada como la designan Peláez, Rodríguez, Ramírez, Pérez, Vázquez y González (s. A). Nuestra elección se basa en que nuestro tema es fundamentalmente social y es por ello que creímos necesario recoger las opiniones, sensaciones y conocimientos de aquellas personas que están vinculadas de alguna forma con los aspectos estudiados (discapacidad intelectual y actividad física). Consideramos más conveniente un estilo de entrevista abierta que permitiera una mayor decisión al entrevistado a la hora de hablar pero con un guion que permitiera reconducirse hacia la dirección en la que nuestro estudio iba dirigido.

2. Trabajo de campo

2.1. Diseño de la entrevista

Para conocer nuestro objeto de estudio desde una situación real, situaciones concretas. Se decidió utilizar como instrumento la entrevista semidirigida a agentes, a personas implicadas desde distintos prismas: padres, educadores, políticos, agentes sociales:

La entrevista cualitativa se caracteriza por la elaboración de un guión previo de entrevista, pero de preguntas abiertas, permitiendo al entrevistado darnos más matices que puede que no hallamos tenido en cuenta en la preparación de la misma. (Peláez et al., s. A). Siguiendo a Wengraf citado en Valles (2014) En esta entrevista en primer lugar teníamos que mostrar los objetivos de nuestro estudio, los cuales teníamos que traducir en preguntas centrales, por lo tanto, en primer lugar elaboramos los objetivos de la entrevista o cuestiones de investigación, estos fueron diseñados a través de nuestro objeto de estudio y la aproximación teórica que habíamos realizado. Nuestros objetivos iban a ser los siguientes:

- .Conocer la opinión sobre la influencia de la actividad física en personas con discapacidad intelectual.
- Identificar el grado de conocimiento y de diferenciación de los conceptos: segregación, integración e inclusión y su aplicación práctica.
- Detectar el valor otorgado al deporte inclusivo.
- Averiguar la opinión sobre el alcance igualitario en la actualidad.

Estos objetivos se convirtieron en las 4 preguntas centrales de la investigación, que nos iban a servir para introducir el tema a tratar y del cual pretendíamos sacar la información.(consultar diseño completo en anexo 1). Volviendo a Wengraf citado en Valles (2014) el guión contaba con varias preguntas dinámicas o de reconducción que se enmarcaban dentro de cada pregunta principal, esto permitía la reconducción al tema principal en caso de que el entrevistado se desviara del tema en cuestión.

El procedimiento de elaboración de la entrevista y su protocolo de aplicación siguió las siguientes fases

1. Se elaboraron una serie de preguntas en base a la previa recopilación de información mostrada en el marco teórico.
2. Se pasó a 3 expertos, los cuales eran profesores de universidad que elaboran con asiduidad trabajos de investigación cualitativa y uno de ellos es profesor de deporte adaptado, de esta manera se verificó la validez de la entrevista, tanto de las preguntas cómo el formato.
3. Se modificó la entrevista conforme a las indicaciones de los expertos, consiguiéndose un formato que permitiría una entrevista más dinámica.

4. Se hizo una prueba piloto con tres personas desconocedoras de la investigación y del tema tratado para corroborar que la redacción de las preguntas era clara y comprensible y además calcular el tiempo de duración de la misma que podría estimarse para detallarlo a los posteriores entrevistados.

El diseño de la entrevista iba a ser igual para todos, esto nos ofrecería la posibilidad de tener distintas perspectivas sobre un mismo tema, correspondiéndose a la triangulación personal propuesta por Bisquerra (citado en Guillén et al., 2014).

Así pues las categorías y subcategorías quedarán de la siguiente manera (en cursiva aquellas añadidas tras las entrevistas):

1. **Actividad Física en discapacidad intelectual:** se refiere a todos los conceptos que abordan la relación en la actualidad entre actividad física y personas con discapacidad intelectual. Se divide en las siguiente subcategorías:
 - **Nivel de importancia** (código: 10): si es importante una práctica deportiva o no y en qué medida.
 - **Beneficios y desventajas** (código: 11): con respecto a la actividad física, influencia en estas personas.
 - **Actividades físicas apropiadas y no apropiadas** (código: 12): cuál sería la actividad “ideal” o las más convenientes o tienen una mayor motivación y si existe alguna contraproducente o menos conveniente o tiene una menor motivación.
 - **Posibles impedimentos** (código: 13): barreras físicas, económicas, sociales, personales... que podrían impedir la realización de algún tipo de actividad física en este colectivo.
 - **Frecuencia** (código: 14): que frecuencia considera que sería conveniente.
 - **Oferta** (código: 15): que actividades existen hoy en día, si es suficiente, si son mejorables.
 - **Formación** (código: 16): formación por parte del personal que imparte estas actividades es apropiada para crear actividades de las que puedan beneficiarse estas personas.
 - **Aspectos a tener en cuenta** (código: 17): que hay que tener cuenta antes y durante una actividad física en la que participen personas con discapacidad
2. **Comprensión conceptual:** se refiere a la diferencia entre segregación, integración e inclusión y todo a lo que estos conceptos se refiere:
 - **Opinión** (código: 21): opiniones que puedan tener hacia alguno de estos conceptos y su correspondiente aplicación en la sociedad.
 - **Qué se entiende por segregación, integración e inclusión** (código: 22): qué es lo que para ellos engloba cada concepto.
 - **Frecuencia de uso** (código: 23): qué es lo que más encontramos en la actualidad.

- **Ventajas y desventajas** (código: 24): ventajas y desventajas que puedan tener a la hora de su aplicación.
 - **Impedimentos** (código: 25): barreras que puedan impedir la aplicación práctica de alguno de estos conceptos.
3. **Actividad Física Inclusiva:** esta categoría la vamos a dividir en dos.
- a. **No formal,** toda actividad física inclusiva que se realiza extraescolarmente o durante el tiempo libre.
 - *Opinión*(código:30):cuál es la opinión sobre el deporte inclusivo y de la siguiente frase “Un deporte que lo llamamos inclusivo pero que debería ser el deporte para todos” Ocete (2013)
 - **Quién sale beneficiado** (código: 31): si se trata de un beneficio común para todos los participantes, es un beneficio de solo una parte o no beneficia a nadie.
 - **Oferta** (código: 32): que oferta de deporte inclusivo existe, en lo que se refiere a cantidad y tipología.
 - **Instituciones que la apoyan** (código: 33): quién defiende más este tipo de deporte y/o lo apoyan, lo inculcan o incitan a su práctica.
 - **Implicación social** (código: 34): si supone un esfuerzo por parte de la sociedad y si de ser así se está de acuerdo o dispuesto a asumir esa mayor implicación.
 - *Situaciones discriminantes* (código: 35): si considera que existen situaciones en la que no se ha permitido acceder a un deporte a una persona con discapacidad en igualdad de condiciones o bien si se conoce de alguna en concreto.
 - *Si lo considera o no factible* (código: 36): se puede realizar actividad física de forma inclusiva o es algo más utópico.
 - b. **Formal,** en lo que a Educación física en el entorno escolar se refiere. Todo lo que esto conlleva:
 - **Participación resultante** (código: 41): si un alumno con discapacidad participa de la misma forma que sus compañeros.
 - **Consideración de los compañeros hacia el individuo** (código: 42): si dicho alumno es considerado uno más entre sus compañeros, o cómo lo consideran, las razones etc.
 - **Resultados de la práctica** (código: 43): una educación física inclusiva beneficia, perjudica, aspectos que pueden surgir en una clase de este estilo.
 - **Formación docente** (código: 44): la formación del profesor es la adecuada, o se precisa de algunos conocimiento o práctica que éstos no tiene hasta el momento.

4. **Actualidad:** aquello que se refiere a la situación actual de las personas con discapacidad intelectual.
- **Consideración** (código: 51): cómo se les considera por parte de la sociedad actualmente, cómo les considera el entrevistado.
 - **Nivel alcanzado** (código 52): si existe o no una completa igualdad en la actualidad, de no ser así, si llevamos el camino adecuado y se toman las medidas pertinentes.
 - **Fomento de la inclusión** (código 53): si se va hacia una inclusión social y se fomenta en la inclusión en todos los ámbitos.
 - **Cumplimiento de la ley** (código 54): si se cumple lo dictado por la ley o bien se sanciona su incumplimiento.
 - **Federaciones deportivas comunes** (código 55): cuál es la opinión con respecto a mantener dos tipos de federaciones (Federación deportiva de la disciplina correspondiente y por otro lado Federación deportiva de dicha disciplina para personas con discapacidad), si considera que sería una opción de igualdad crear una sola común.
 - **Educación para la igualdad** (código 56): en lo que se refiere a la educación para evitar una futura discriminación o trato diferente a las personas con discapacidad.
 - **Propuestas** (código 57): posibles propuestas para mejorar la situación de las personas con discapacidad.
 - **Apoyo institucional** (*ayuntamiento, comarcal, provincial, autonómico...*) (código 58): si existe apoyo por parte de instituciones, con qué frecuencia se recurre a ellos, se ha negado alguna vez alguna ayuda, en que aspectos apoyan...

2.2. Selección de entrevistados

Basándonos en Valles (2014) nuestra selección se basó en la relación con el objeto de estudio y que además tuvieran las siguientes características:

Su relación tenía que ser directa con el tema en cuestión pero desde un enfoque distinto al del resto de entrevistados.

- Intentar que procedieran de distintos ámbitos.
- Edad, sexo y características socioeconómicas distintas.
- Accesibilidad

En base a estos criterios decidimos que nuestros entrevistados tenían que ser 5:

- Un familiar directo de una persona con discapacidad (a poder ser algún progenitor)
- Un/una responsable político con cargo o en departamentos deportivos o de asuntos sociales.
- Un/una docente de educación física en edad escolar.
- Coordinador/a de actividades deportivas en alguna asociación en relación con la discapacidad.
- Director/a de una asociación en relación con la discapacidad.

Una vez decidido cómo debían ser nuestros informadores comenzamos con nuestro proceso de búsqueda, proceso de los más complicados en relación a todo el trabajo realizado. Finalmente tras intentar contactar en repetidas ocasiones con varios agentes, alguna con más éxito que otra, conseguimos a nuestros 5 seleccionados.

Nos citamos con ellos en un espacio en el que se encontraran cómodos (fueron 3 domicilios y 2 despachos), esto nos facilitó un ambiente propicio para que nos dieran más información respecto al tema.

2.3. Intervención

El desarrollo de la entrevista tal y cómo habíamos planeado se realizó en los lugares que nuestros entrevistados se sentían más agusto. Previamente se les informaba de cuáles eran los objetivos que íbamos a buscar para que se hicieran una idea lo más aproximada del tema a tratar. Empezábamos introduciendo las preguntas centrales (se correspondían con los objetivos como hemos dicho anteriormente) y a partir de ahí les dejábamos hablar. La línea de la entrevista nos la marcaba el entrevistado e indagábamos más en aquellos aspectos en lo que el entrevistado tenía más interés. Esto supuso que a veces no se hablaran de ciertas subcategorías que pensábamos que podían surgir o habíamos creado para la reconducción al tema en cuestión y en cambio nos surgieran nuevas categorías que no habíamos planeado.

3. Procesamiento y análisis de datos

Registramos los datos a través de una grabación de voz. Este registro se plasmó en sus sucesivas transcripciones textuales (ver anexo 4), tras las cuales se enviaron a los informadores para que nos confirmaran que estaban de acuerdo con lo hablado.

Para el análisis como Guillén et al. (2014) nos indicaban las transcripciones se dividieron en unidades de información a partir de las cuatro categorías establecidas previamente (Actividad física y discapacidad intelectual; Comprensión y aplicación conceptual; Actividad física inclusiva deporte inclusivo y Situación actual) y dentro de cada una de ellas se establecieron varias categorías secundarias denotadas por un código de dos cifras (remontése a la descripción de las categorías en el apartado 2.2. de la metodología). Cada unidad de contenido principal le correspondía un color y cada categoría secundaria un número. El rango numérico de las categorías secundarias permitía añadir más si fuera necesario al analizar la entrevista, como finalmente ocurrió. Así pues a la hora de ir leyendo la transcripción a cada párrafo le asignaba uno o varios números, dependiendo si se podía meter dentro de varias categorías. Una vez codificadas, se metían en unas tablas Excel diseñadas según las categorías (ver anexo 2). Como hemos mencionado, al ir analizando cada entrevista nos surgieron más categorías secundarias y se nos invalidaron otras quedándose una tabla final con todos los datos recogidos. (Ver ejemplo en anexo 3)

Para analizar los datos, se tomó la información recogida categoría por categoría para exponer y discutir la información obtenida que nos permitiera llegar a conclusiones y en definitiva a presentar la opinión de los informantes sobre el objeto de estudio.

V. Análisis y Resultados

Describimos aquí con profusión el resultado del análisis de la información obtenida de nuestros informantes. El análisis lo vamos a abordar desde las 4 unidades de contenido principales que hemos descrito anteriormente (Actividad física y discapacidad intelectual, comprensión y aplicación conceptual, actividad física inclusiva en entorno escolar o extraescolar y la situación actual en distintos aspectos). Así mismo, dentro de estas 4 unidades principales, en ocasiones, nos referiremos a alguna de las unidades secundarias, tanto las elaboradas previamente como las surgidas a partir del trabajo de campo.

1. Actividad física y discapacidad intelectual

“La acción saludable de la actividad física sobre la población general, ampliamente demostrada en numerosos estudios, es todavía más importante cuando nos referimos a poblaciones con características especiales, como lo son las personas con discapacidad intelectual” (González-Agüero et al., 2011, p.197).

Se ha comprobado que la actividad tiene un **triple papel: fisiológico, psicológico y preventivo** (...) la actividad deportiva juega un papel en la **educación y en la readaptación**. En este sentido nunca será o deberá ser un fin, una meta, pero sí un medio, **un método destinado a desarrollar, restaurar o mantener las funciones restringidas o lesionadas, una técnica funcional terapéutica destinada a favorecer la integración social** (Arráez et al., 1993).

Se ha podido observar que los entrevistados coinciden con estos autores en la importancia que tiene la actividad física para todos. Con respecto a si su influencia es aún mayor si se tiene discapacidad intelectual hay discrepancia entre los entrevistados. Siendo dos los que afirman que sí y dos los que matizan que la importancia no varía dependiendo de si tienes o no una discapacidad, es importante para todo el mundo indistintamente.

“Si para mí el deporte es importante en todos los colectivos, en este mucho más importante.”

Entrevistado 1

“Es importante en la discapacidad intelectual igual que en todos los grupos de personas de la sociedad” “podemos trabajar ciertas cosas, como cosas de autonomía, habilidades sociales...”Entrevistado 2

*"Igual de importante que en los otros, es **necesaria** vamos."* Entrevistado 3

*"Yo creo que es **fundamental** porque además yo creo que **está bastante relacionado la capacidad intelectual**"* Entrevistado 4

Con respecto a qué la hace tan importante nos señalan numerosas causas, si observamos las afirmaciones de los autores anteriormente expuestas también indican varios aspectos en los que beneficia el ejercicio física. Entre los cuáles se encuentra la salud, la integración, la educación... De nuevo estos aspectos también han sido señalados por los entrevistados e incluso añaden más.

*"creo que además de **salud** les ayuda a su **progresión**, a su **formación como personas**" "estoy convencido de que les ayuda en su **formación**, en su **personalidad** y en la **integración en el mundo de fuera**, por decirlo así"* Entrevistado 1

*"como una herramienta para la **inclusión social** y como **para desarrollo personal** de cada persona y también para la **salud**" "podemos **trabajar** ciertas cosas, como cosas de **autonomía**, **habilidades sociales**..."* Entrevistado 2

*"Yo creo que es fundamental porque además yo creo que **está bastante relacionado la capacidad intelectual**, el desarrollo de la capacidad intelectual con el desarrollo físico entonces yo creo que van a la par entonces **puede llegar incluso a mejorar las capacidades Intelectuales**." E incluso añade una frecuencia semanal de práctica deportiva que podría ser beneficiosa *"Yo creo que **3 días a la semana**"**

Entrevistado 3

Centrándonos en esta última afirmación que establece una relación directa del ejercicio físico y las capacidades cognitivas, Gómez-Pinilla e Hillman ya hablaron de este tema en su artículo "The Influence of Exercise on Cognitive Abilities" (2013). Establecían que a la hora de realizar actividad física se mejoran ciertas habilidades cognitivas como son la memoria y el aprendizaje debido a un proceso metabólico surgido durante el ejercicio.

Aclarado que tanto para entrevistados como para los autores de la materia la actividad física es importante, vamos a ver qué opinan sobre qué actividades son más o menos convenientes. Encontrábamos que autores como Rivière (2010), destacaban la importancia de la motivación, de los gustos de cada persona, no existiendo un deporte mejor o peor. Contraindicaciones para hacer una u otra modalidad deportiva dependerían de las condiciones personales, no habiendo una norma general. Pues bien, nuestros entrevistados, de una u otra forma vienen a decir lo mismo, no suprimen ninguna por norma general y se centran más en los gustos individuales.

“yo creo que en un principio **no descartaría ninguna actividad** como punto de partida, **luego habría que analizar a cada grupo o a cada persona** para ver que sería mejor”; “a uno le gusta jugar a balonmano, a otro le gusta jugar al baloncesto... porque además **cada uno tiene sus gustos**”
Entrevistado 1

“Ellos están a gusto en lo que ellos dominan de alguna manera (...) entonces ellos tienen que **partir de una base de que primero les enseñen, el estímulo está en eso**” Entrevistado 3

“La **natación** le viene muy bien, **bicicleta** también y el **patinaje**, yo te digo lo que ella hace, y el **senderismo** también iría muy bien **si no es excesivo** porque se cansan (...) **el baloncesto** está muy bien y el **fútbol** también” Entrevistado 3

“Fundamentalmente intentar sobre todo **reforzar lo que ellos hagan bien**, lo que pasa que cada caso es distinto, luego también los intereses, **los intereses que ellos tienen**” Entrevistado 4

Como se puede ver en estos dos últimos casos, apuntan a practicar actividad física en la que ellos se desenvuelvan bien. Nos encontramos pues con dos variables a la hora de practicar uno u otro deporte, afición por dicha práctica y dominio de la misma.

Por otro lado, el entrevistado 5, explica que la actividad física más apropiada dependerá de las características individuales de cada uno, una actividad podría ser beneficiosa para uno y no para otro. “La gente actual **tiene perfiles muy distintos**, digamos que **no hay un patrón general para todos**. Hay unas actividades físicas que vienen bien a unos y una misma actividad física no es común para otro para que le sirva de estímulo”. A lo que parece que el entrevistado 1 también hace referencia, si nos fijamos en la afirmación previamente dispuesta matiza que luego habría que observar a cada uno para averiguar que es mejor.

En esta línea el entrevistado 5 añade que en caso de que necesite una persona de apoyo, la implicación de esta en el ejercicio tiene que ser menor que la de la persona que está realizando la actividad física. “Tenemos que intentar que las cosas tengan **mayor grado de intervención por parte del usuario y menor grado de intervención de los auxiliares**(...), sí el grado de intervención es mucho mayor que el grado de disfrute de los usuarios que es mucho menor entonces no tiene mucho sentido”.

En relación a las barreras para la realización de actividad física, nuestros entrevistados no coincidieron entre sí ni tampoco con las que establecía Reina (2015) referidas al entorno y a cuestiones personales. La mayor parte de las barreras han sido indicadas por el entrevistado 3, que recordamos es la madre de una adolescente con discapacidad intelectual, también el entrevistado 2 nos indica una barrera social, así pues las barreras que señalan los entrevistados son las siguientes: el tiempo dedicado al estudio impide realizar todas las actividades físicas deseadas; el número de plazas ofertadas por el

ayuntamiento en lo que se refiere a actividades físico-deportivas es insuficiente; por parte de las familias poca persistencia en el aprendizaje de habilidades deportivas; no aceptación dentro de un grupo por parte de la sociedad.

*“Ella **ha hecho secundaria** y ha titulado además, entonces claro eso es un esfuerzo que le tiene que dedicar bastantes horas entonces algunas cosas podíamos decir que si y a otras que no”*

Entrevistado 3

“Sí el padre confía que el hijo lo va a conseguir se consigue, yo pienso que a veces lo dan por perdido, piensan que no lo van a conseguir y entonces no lo hacen, o que se lo van a dar otros”

Entrevistado 3

“Ayuntamiento si se pudiera que se ofertaran más plazas, dentro de lo que tiene más demanda”

Entrevistado 3

“El impedimento más sería de la no aceptación de que entre en el grupo una persona con discapacidad” Entrevistado 2

En lo que sí que coinciden los entrevistados es en que existe oferta deportiva dirigida a este colectivo pero podría haber más y de hecho solicitan más.

“nunca es suficiente pero yo creo que lo importante es ir avanzando, ósea que no perdamos ninguna actividad, que cada año haya las mismas o alguna más.” Entrevistado 1

“yo creo que debería haber más” Entrevistado 4

“Como presidente de la Asociación y como Asociación siempre vamos a pedir más siempre, queremos más. (...) la Comarca de La Hoya tiene senderos adaptados pues con los senderos adaptados tenemos algo más, son cosas pequeñas y se van haciendo y no con una programación continua, nos gustaría si hubiera una programación continua” Entrevistado 5

El entrevistado 3 ya hemos indicado antes que solicitaba más plazas en las actividades del ayuntamiento.

A la hora de trabajar con estas personas, recordemos que Rivière (2010) señalaba que se debía atender a las características individuales, nos explicaba los problemas de condición física más habituales, que la motivación es un componente importante y que tienen dificultades de comprensión y por tanto les puede costar entender ciertos ejercicios necesitando más tiempo para ello. Los entrevistados afirman alguno de estos aspectos:

“Hay que tener mucha paciencia”; “A la gente con discapacidad les cuesta más aprender”; “Y luego pues claro aun enseñándole pues va más despacio” Entrevistado 3

“Si se comparan con el resto, pues a lo mejor en principio hay que tener un poco de cuidado para que ellos no vean eso como algo negativo” Entrevistado 4

"en el Síndrome de Down, ya sabéis que hay que tener todo muy visual, si tienen problemas de oído pues le hablamos de cerca, a la cara, luego que cada uno es particular es igual que todas las personas (...) tienes que ver cómo funciona en tu grupo y a partir de ahí evaluar que apoyos necesita o si necesita algún apoyo” Entrevistado 2

A modo de resumen de esta categoría, se ha encontrado que la actividad física es muy importante. Para los autores y algunos entrevistados ésta es aún mayor en personas con discapacidad intelectual, en cambio para otros el grado de importancia es igual para todos. Les beneficia en aspectos de salud, desarrollo personal y es posible que influya en una mejora de sus capacidades cognitivas. La actividad física a realizar dependerá principalmente de los gustos de la persona, pero siempre hay que atender a las características individuales de cada uno. No se identifican barreras reseñables puesto que no se han encontrado coincidencias en las respuestas ni con respecto a lo que dicen los autores. Para diseñar e impartir un ejercicio físico hay que atender a que tienen dificultades de comprensión y quizás se precise un mayor tiempo de explicación para que lo entiendan, explicaciones mayormente visuales puede ayudar a ello.

2. Comprensión y aplicación conceptual: segregación, integración e inclusión.

A la hora de la segregación es un concepto que todos nuestros entrevistados entienden, entre integración e inclusión la diferencia se vuelve más difusa. En una ocasión la persona entrevistada no entendía muy bien la diferencia entre algunos de los términos solicitándome que se la esclareciera. Todos los entrevistados a excepción del 1 opinan que son conceptos que en la sociedad no están claros. Esto es algo que autores como Alemany, ya señalaba *“Semánticamente, incluir e integrar tienen significados muy parecidos, lo que hace que muchas personas utilicen estos verbos indistintamente.”* O como Blanco (2008) *“Se está asimilando el movimiento de inclusión con el de integración cuando en realidad se trata de dos enfoques con una visión y foco distintos”* (p. 6). Por su parte los entrevistados nos indican lo siguiente:

"El concepto lo tienen claro la mayoría de la gente, hablo de gente de la calle, quizá siga pensando que hay que seguir utilizando la palabra inclusiva y hay que seguir utilizando la inclusión (...) a mí me gustaría más hablar de igualdad" Entrevistado 1

"Inclusión, lo suyo sería meter a los chavales todos juntos independientemente de sus discapacidades. Integración sería más programa más especializado que no fuera tanto como una

inclusión, más un paso intermedio. Segregación sería más llevar a todos los chavales discriminarlos por capacidades y ponerlos en distintos compartimentos”; “no está del todo claro” Entrevistado 4

*“Inclusión es una nueva palabra que todo el mundo ahora a lo mejor no la entiende, pero digamos que yo trabajo desde el sistema educativo, allí en la asociación lo que hablamos nosotros desde la asociación son de las tres “P”, que son, **Presencia, Participación y Progreso**, ósea que estén en el mismo entorno, en el mismo contexto que todo el mundo, luego que participen en una actividad(...)luego que tengan un progreso y un desarrollo” ; “**integración** sería un término, un concepto anterior al de inclusión **está en el contexto de una participación**” ; “**segregación o exclusión digamos sería lo mismo** (...)sería a nivel educativo o a nivel de deporte, derivando a una persona a un sistema especial” Entrevistado 2*

"Integración es la visión normalizada de la gente que tiene discapacidad, es cualquier tipo de discapacidad, cualquier tipo de dificultad, la normalización de vivir con alguien"; "La integración es eso matizar la diferencia y conseguir que sean lo más bajas posibles"; "inclusión es meterte en la actividad yo creo que se refiere más en actividad social y en el entorno laboral" "la inclusión es que sepas de que va.es meterte dentro de la red social y de la red laboral" Entrevistado 5

Como se puede observar, con respecto a segregación está claro que es separar del resto, remarcando sus diferencias. En cambio, con respecto a integración e inclusión no se observa una diferencia clara entre los mismos, coinciden en que integración es un paso intermedio entre segregación e inclusión y que en la inclusión además de estar dentro de la actividad, todos participan en ella. La inclusión se tiende a confundir con la integración porque los matices son muy sutiles.

En el caso del entrevistado 2, su visión sobre la inclusión se corresponde con la visión que está enmarcada en un contexto educativo, ala que la mayoría de autores hacen referencia: Echeita y Ainscow (2011, p. 5) “*La inclusión busca la presencia, la participación y el éxito de todos los estudiantes*”; Guijarro (2008, p. 7) “*Está relacionada con la presencia, la participación y los logros de todos los alumnos*”;Muntaner (2010, p. 8)“*La presencia, la participación y el éxito de todo el alumnado expuesto a cualquier riesgo de exclusión, y no sólo de aquellos con discapacidad o con necesidades especiales*”

Dos de los entrevistados, ambos son padres de adolescentes con discapacidad, afirman a que se tiende a dar un trato especial a las personas con discapacidad. Este trato especial, es algo que denuncian, tan malo es la discriminación como la pormenorización.

*"A través de la relación social muchas veces lo que hacemos es lo que digo yo, **el gesto que me sabe mal, vas a cualquier persona y dice hay que bonito** (...) **Eso no es integración social**" Entrevistado*

5. Con esto se refiere a que a un joven en un mismo contexto no se le dirigen de esa forma, por decirlo de laguna manera le toman más en serio.

"A nivel de sociedad yo creo que la sociedad en aspectos aún tiene que cambiar mucho porque los ven como hay que cariñosos, los tienes que tratar como a otra persona " Entrevistado 3

Con respecto a la palabra inclusiva, el entrevistado 1 hace un matiz llegando a afirmar que al final el uso de este concepto acaba siendo excluyente.

"La palabra inclusiva, tengo mis dudas o al menos los matices, está bien porque la gente de la calle necesita oírla, pero ya si avanzamos un poco más quizás no haya que utilizarla demasiado." "la palabra inclusiva es excluyente entonces yo creo que no se trata de excluir sino de introducir, incorporar. Vamos a olvidarnos de inclusiva y vamos a tratar a todo el mundo igual, cada uno con su peculiaridades pero como las personas de otros colectivos"

¿Cómo debemos actuar?; ¿qué es más conveniente para estas personas?, en estos aspectos hay diversidad de opiniones. No se ponen de acuerdo en qué les va a beneficiar más. Tienen claro que se necesita inclusión pero algunos opinan que con matices, que en ocasiones es más conveniente actividades personalizadas para ellos, les benefician más y progresan más. Entre estos matices se encuentran, grupos reducidos de personas y que partan de una base, es decir, que aprendan previamente por su cuenta para luego poder ser incluidos en un grupo ordinario.

"Por muy buenas que sean las actividades inclusivas siempre hay que hacer la diferencia de los chavales que tienen dificultades y problemas de los otros. Hacer un programa general para todos, yo eso lo veo que es más factible en grupos reducidos"; "Yo creo que por ejemplo si hubiera estudios claros que dijeran, por ejemplo igual a ciertas edades eso que suena fatal la segregación igual en ciertas edades les podría convenir, decir cómo van a avanzar más si lo hacemos de esta manera que si lo hacemos de otra, no lo sé tengo dudas." Entrevistado 4

"Lo que se tiene que conseguir es que haya personas tanto con discapacidad y sin discapacidad"
"Hay visiones que va todo para especial y hay otra visión que va por inclusión, la integración está entre las dos" Entrevistado 2

"sí la idea es que seamos normales contra más cosas que tengamos para ayudarnos, más normalizada será la vida y normalizarse es participar en todo aunque seamos muy malos que no pasa nada"
Entrevistado 5

"Yo creo que es bueno que se programen esas actividades para este colectivo o colectivos que pudieran coordinarse con él, unas actividades propias para ellos o estudiadas y adaptadas de alguna manera." Entrevistado 1

“La inclusión está más en primero enseñar para que sepan y luego ya se puede incluir aunque vayan un poco más despacito, pero hombre un mínimo tienen que saber.” Entrevistado 3

Opinan que con la inclusión se van a sentir más integrados en el contexto social. Por otro lado las actividades segregadas, actividades personalizadas para ellos pero sin trato con los demás, les pueden beneficiar a la hora de un progreso en lo que a los objetivos de la actividad se refiere.

“Las actividades segregadas que a lo mejor a la hora de buscar objetivos concretos a lo mejor sí que consigues más cosas (...) Pero corres el riesgo de hacer ahí un gueto.” “La convivencia sobretodo conviven” (se refiere a las actividades inclusivas) Entrevistado 4

“Trabajamos con gente sin discapacidad y con discapacidad pues se desarrollan más actividades sociales” Entrevistado 2

“Una actividad generalizada para todos los colectivos (...) el rendimiento o la rentabilidad de esa actividad no sería la mejor” Entrevistado 1.

Cabe destacar que en 3 ocasiones se refieren al coste económico que supone la inclusión, pudiendo ser este uno de los problemas por los que no existe una verdadera inclusión:

“En esta época es difícil por la falta de dinero además la tendencia va al revés a reducir profesorado y entonces los profesores que hay que partirse el mayor número de alumnos” Entrevistado 4

“La inclusión está en que sepan, lo que no puedes tú es que pensar que papá estado te lo va a solucionar todo, la familia tiene que eso y rascarse el bolsillo” Entrevistado 3

“En el sistema educativo también se da todo muy especial pero porque a la administración económicamente a lo mejor le va bien esto” Entrevistado 2

Sin embargo, según dice el entrevistado 2, esto no debería ser un problema afirmando lo siguiente: *“en la convención pone que ningún país puede poner como excusa la crisis económica”*

En resumen, a pesar de las discrepancias semánticas con respecto a integrar e incluir, el objetivo final es el de normalizar. En ciertas ocasiones quizás sean mejor actividades segregadas puesto que los puedes atender mejor y las actividades se diseñan para ellos. Uno de los problemas que puede repercutir a la hora de poder realizar actividades inclusivas, las cuales les beneficiaría en aspectos sociales, podría ser la economía. Se hace un pequeño apunte a la discriminación mediante la pormenorización con apelativos cariñosos, el trato ha de ser igual hacia todos los miembros de la sociedad, con y sin discapacidad.

3. Actividad física inclusiva

En este apartado nos vamos a referir por un lado a lo que consideraríamos deporte inclusivo y por el otro lado la educación física en el marco educativo.

*“Un deporte que lo llamamos inclusivo pero que **debería ser el deporte para todos**”* Ocete (2013, s. p.)

En general, se considera que sí es posible incluir a personas con y sin discapacidad en la misma práctica deportiva pero no todos están convencidos de que el resultado fuera del todo satisfactorio.

"Habrá personas de este grupo discapacidad que seguramente podrían incluirse en un grupo normal de actividad deportiva, (...) pero como general, hablo como colectivo general, yo creo que para ellos también sería mejor una actividad estudiada para sus características." Entrevistado 1

"El deporte sí que tiene que ser para todos en el sentido de que todos podemos intentar practicarlo (...) intentar practicar pero sí las adaptaciones y el trabajo de los auxiliares, de las personas que trabajan en el deporte, es mucho mayor que la actividad real que le queda a los usuarios, no tiene mucho sentido" Entrevistado 5

“Deporte para todos es porque el deporte tiene que ser una cosa normalizadora en todos los aspectos. Aspectos de: cualidades físicas de una persona, cualidades intelectuales (...) por eso no hay que segregar a las personas, luego ya tema tipo de competición, ya ahí es otra cosa” Entrevistado 2

"Incluirlos pero después de que hayan avanzado y si no tienen que tener un poco más de atención." Entrevistado 3

En lo que están de acuerdo los entrevistados es en que la práctica deportiva tiene que poder realizarse por todos, se podrían incluir pero teniendo en cuenta ciertos aspectos. Para uno es que tengan una base deportiva previa, otro matiza que podrían incluirse en un grupo ordinario pero sin embargo, es más beneficiosa una práctica deportiva específica para ellos y otro pone en cuestión su posible participación en competiciones. Se podría decir que sí que creen que sea factible pero no consideran que acabe siendo una actividad normalizada. El entrevistado 4, no conocía el deporte inclusivo y a su parecer el deporte adaptado es bueno *"La discapacidad se acaba viendo (...) no puedes poner tampoco a competir cómo boxeo distintas, categorías distintos pesos pues aquí también es un poco lo mismo a mí sí que me parece bien que haya deporte adaptado. (...) Yo no conocía estas cosas"*

Sin embargo, a pesar de estas opiniones, los entrevistados, en ocasiones hacen referencia a la existencia o participación de algún familiar o conocido en deporte inclusivo.

"deportes como el rugby o natación, por ahí sí que se pueden en competiciones, yo sí que he visto algunas veces con discapacidad" Entrevistado 2

*"Pero yo por mi parte la verdad que he considerado que **ha estado incluida en el deporte**, luego ella pues tiene que ir **al ritmo suyo, eso sí**, pero la verdad es que **se lo han respetado** siempre su ritmo y **siempre ha practicado**, te quiero decir que nunca ha estado ahí al lado."* Entrevistado 3

El resultado de una práctica deportiva de este estilo reporta beneficios tanto a la personas con y sin discapacidad, es algo en lo que varios de los entrevistados están de acuerdo.

*"**A todos beneficia** porque aquellos que son más capaces no les queda más remedio que echar una mano a los que son un poquito más incapaces, eso es bueno para ellos"* Entrevistado 4

*"Es importante **para la gente con y sin discapacidad los valores que aportan**, porque aportan muchos, valores como la **amistad**, valores como el **compañerismo** y luego cosas que **no se pueden contrastar porque son inexplicables**, que te llenan , cosas del cuerpo que no son ni explicables ni evaluables, físicamente ni por calidad ni por cantidad"* Entrevistado 2

*"las personas discapacitadas son personas estupendas y **te aporta un montón de cosas y luego también te enseñan un montón de cosas**"* Entrevistado 3

Algunos añaden que la involucración social para favorecer un deporte inclusivo es positiva:

*"No tiene por qué, pues como todas las cosas que se hacen, **requiere un esfuerzo pero no tiene por qué no hacerse**, quiero decir que como todo no tiene porqué ser una carga especial"* Entrevistado 4

"Ella ha hecho todo pero a su ritmo, ella ha aprendido todo pero a su ritmo y le han tenido en cuenta que ella tenía otro ritmo." Entrevistado 3

El entrevistado 4, matiza que por parte de las federaciones debería haber un cambio para favorecer la inclusión: *"todas las federaciones de deportes (...) se sensibilizaran un poco y que pudieran entrar"*

Finalmente recurrir a Hernández (2015) quien se refiere a deporte inclusivo como un proceso que atienda a la diversidad y permita la realización de deporte próximo a la normalidad. En este mismo artículo habla de las federaciones deportivas, indicando que se podría abrir una categoría que permitiera participación conjunta de personas con y sin discapacidad, además añade que no supondría un gran coste económico, siendo una opción muy factible. Esto supondría incluirlos en las federaciones deportivas ordinarias. Nuestros entrevistados tienen diversidad de opiniones con respecto a este tema.

"Necesitarías mucha gente, mucha gente. Entonces si hubiera posibilidad perfecto, sería una fórmula, pero no es fácil" Entrevistado 1

"También puede ser positivo el mantener una federación que sabes que va a tender tus problemas pero por otro lado tampoco sería malo" Entrevistado 4

“Hay federaciones especiales para personas con discapacidad, eso sería para dar una oportunidad para hacer ese deporte, o que hagan deporte, está bien, pero sería un paso más entrar en las federaciones ordinarias” Entrevistado 2

No lo ven fácil pero lo ven una buena forma de inclusión, un camino para la igualdad.

Centrándonos ya en la educación física en un ambiente inclusivo. Como señalaba Ríos (2009) citado en Romero (2015). Es un medio ideal para trabajar la inclusión a través de la participación activa de todos los alumnos.

Los entrevistados dentro de este entorno discrepan, algunos consideran que sí que se da una participación conjunta y el alumno con discapacidad es considerado un compañero más, y otros que sí que hacen actividades dentro de la educación física pero que éstas son especiales para el individuo y/o sus compañeros no lo consideran uno más... Esta última línea es la que más ha destacado entre los entrevistados

Por la línea de una participación activa y conjunta...

“Con respecto al colegio, el deporte que ha hecho pues es que es deporte para todos, quiero decir los profesores es que la han considerado una más y ha sido una más y le han ayudado y sus compañeros y todo” Entrevistado 3.

En cambio, otros opinan que se dan situaciones discriminantes, en las que el alumno con discapacidad no es uno más, en ocasiones inculcado por la familia y a veces faltan profesores de apoyo en las clases de E.F.

“Depende de las edades aquí tenemos que diferenciar, en edades tempranas no es fácil que sean considerados, no sé por qué motivo, pero bueno creo que aquí hay un componente importante de educación familiar y escolar, ósea de educación” Entrevistado 1

*“El programa de Educación Física dentro del cole llegó hasta aquí y aquí ya no llego, porque aquí ya no había apoyo en Educación Física. (...) Intentar, se intenta pero llega un momento en el que si no hay una ayuda específica, no se pueden hacer determinadas cosas.”*Entrevistado 5

“El problema siempre es un poco por las dos partes. Cuando uno por una parte no quiere y el otro tampoco quiere es muy complicado y acaba buscando los recovecos para escapar de lo que no le gusta, pero cuando el chaval hace el esfuerzo de entrar y participar, muchas veces lo consiguen y lo aceptan” Entrevistado 4 - Hace referencia a la discriminación por parte de los compañeros pero apunta a una participación activa dentro de la clase.

"Muchas veces no son los chavales a lo mejor los que van a discriminar o segregar a esa persona sino a lo mejor las familias de esos chavales, pero hay que decirles, que eso es bueno, a ver no todos somos iguales, hay gente diferente como todos" Entrevistado 2

Estas afirmaciones podrían estar enmarcadas dentro de las barreras que Ríos (2009) apuntaba en su artículo. Ríos explica que el rechazo de los compañeros de clase puede ser debido a un desconocimiento y falta de sensibilización (también mencionada en más de una ocasión por nuestros entrevistados); también aclara que ciertos comentarios del entorno próximo al alumno (familias, vecinos...) pueden incrementar ese rechazo de los compañeros; y finalmente alude a que en ocasiones es el mismo alumno con discapacidad quien se automargina por un autoconcepto negativo o problemas de relación social a lo que el entrevistado 4 también ha hecho referencia.

Tres de estos creen que el problema viene de la formación del docente.

"Hay colegios en los que la actitud social no es la correcta (...) en vez de tener una profesora de apoyo parece que tiene un incordio." Entrevistado 5

"Lo que hacemos con las dificultades es incrementar, incrementarlas, porque no tengo formación para tratar eso" Entrevistado 5 (refiriéndose a los profesores)

"Hay falta de información y de formación por parte de los profesionales, tanto educativos como de deporte, de educación física" Entrevistado 2

"Yo creo que tendrían que incidir más, nosotros hacemos cursos de formación del profesorado y muchas veces aceptas esos cursos y no te dicen gran cosa" Entrevistado 3

Esta situación también es denunciada por Romero (2015) quien considera que para los profesores supone un reto cuando cuentan con alumnos con discapacidad, y no siempre pueden llevar a cabo una práctica inclusiva. Ríos (2009) cree que esto es debido a que la educación física no es considerada aún como una materia de educación pedagógica sino como un medio para "adiestrar cuerpos", y por este motivo no se considera la opción de introducir un profesor/a de apoyo en esta asignatura. Ríos también denuncia una falta de formación para tratar clases de este estilo.

El deporte puede ser un medio para la inclusión social de las personas con discapacidad, pero la mayoría de los entrevistados opinan que deporte inclusivo como tal es muy complicado, no lo rechazan pero tienen dudas con respecto a ello. No es el caso del entrevistado 2 quien considera que es difícil pero beneficioso.

En lo que están de acuerdo es que el deporte tiene que poder ser practicado por todos, aspecto que está recogido en La ley 10/1990 en el artículo 4 *“Es competencia de la Administración del Estado fomentar la práctica del deporte por las personas con minusvalías físicas, sensoriales, psíquicas y mixtas, al objeto de contribuir a su plena integración social.”* (Ley 10/1990, 2015).

El crear una sola federación de cada modalidad deportiva, sin entrar en federaciones específicas de deporte adaptado podría ser beneficioso, pero todos coinciden que es complicado. En el caso del entrevistado 2, cree que por parte de las federaciones se deberían sensibilizar y permitir el acceso a personas con discapacidad.

Una actividad física inclusiva reporta beneficios tanto a las personas con y sin discapacidad, una práctica conjunta desarrolla valores de amistad y cooperación.

Sin embargo, a pesar de que los beneficios sean hacia ambas partes, se dan casos de discriminación por parte de los compañeros, se alude a falta de educación, falta información y sensibilización y al propio aislamiento de la persona con discapacidad.

Finalmente creen que la formación del docente no es la adecuada y se debería de incidir más en ello para favorecer la práctica de educación física inclusiva

4. Situación actual

Garantizar el derecho a la **igualdad de oportunidades y de trato**, así como el **ejercicio real y efectivo de derechos** por parte de las personas con discapacidad **en igualdad de condiciones** respecto del resto de ciudadanos y ciudadanas, a través de la **promoción de la autonomía personal, de la accesibilidad universal, del acceso al empleo, de la inclusión en la comunidad y la vida independiente y de la erradicación de toda forma de discriminación**, conforme a los artículos 9.2, 10, 14 y 49 de la Constitución Española y a la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y los tratados y acuerdos internacionales ratificados por España.

Convención sobre derechos de las personas con discapacidad (2007, art. 1)

Como ya pudimos observar las leyes amparan y defienden los derechos de las personas con discapacidad y aboga por una inclusión social, ahora veremos si los entrevistados si ven la realidad actual como lo dictado por la ley.

Según los entrevistados no se ha llegado a una igualdad total pero llevamos el camino indicado, de aquí a un futuro consideran que se puede llegar a cumplir. Estamos dando los pasos correctos, pero quizás un poco lentos.

"No vamos hacia atrás, eso es verdad, hemos adelantado, hemos avanzado bastante. Pero para mí vamos muy despacio en este tema, yo creo que deberíamos ir más rápido" Entrevistado 1

"Sí, pasos se están dando, lo que pasa que eso tiene que llevar un proceso, antes se veía que era un problema de la persona y ahora se ve como un déficit del contexto de que no se ha sabido adaptar, que no ha habido recursos suficientes para que esa persona se desarrolle" Entrevistado 2

"No pero hay un intento serio, ¿eso cuando se consigue? pero yo creo que hay un intento serio por conseguirlo, cada vez todos tenemos más claro que hay diferencias y desigualdades y estamos ahí" Entrevistado 4

"Igualdad total no hay, es muy difícil, yo creo que el camino sí por supuesto" Entrevistado 3

"Venimos de sectores que hace 25 años te lo hacías tú todo, ahora tenemos conciertos con las administraciones. Todos los pasos que han dado claro que son buenos porque hace 25 años no había nada, esa es la respuesta estándar antes no había nada que te me vas a quejar" Entrevistado 5

Si nos fijamos en este último apunte, podemos observar que coincide con todos los entrevistados en que sí que se están dando pasos pero matiza, que el hecho de recurrir a que antes estábamos muy mal, no justifica la situación actual.

El trato de la sociedad a este colectivo no se podría identificar aún como de igualdad, como habíamos visto antes, en ocasiones se les minusvalora dándoles un trato demasiado protector y otras veces se discriminan, lo que está claro es que la sociedad no lo identifica como un individuo más.

"No es algo tan raro como ve mucha gente y qué es muy importante para (...) para todo el mundo es muy importante que se trate este tema con normalidad y bueno apoyando a estas personas y ayudándoles a crecer, por supuesto mentalmente también y es labor de toda la sociedad no puedo ser labor de la familia solo, hay que involucrar a toda la sociedad porque si no, no podremos." Entrevistado 1

"Yo no rechazo a nadie si tú estás por la labor, si las familias van a qué te lo den todo pues entonces no, porque claro es mucho esfuerzo, entonces el esfuerzo hay que hacerlo desde la familia para conseguir que se integren." "Pero queda mucha gente mayor que aún se acuerda de cuando los tenían encerrados en casa, yo pienso que eso se conseguirá con los años, es seguir luchando y con los años pues se incluirán y serán personas con discapacidad pero totalmente aceptada en la sociedad." Entrevistado 3

"Sensibilizar a toda la sociedad que no está sensibilizada" Entrevistado 2

"Lo que quiere la gente los de Down, aquí los de ASPACE aquí, los de hipoacúsicos aquí, los de la ONCE de aquí, cada uno en su centro y que no salga nunca, eso no es futuro porque al final lo que haremos es tener guetos" Entrevistado 5

Sin embargo como hemos visto antes, la ley está ahí, y por tanto debería ser sancionado, pero la mayoría de nuestros entrevistados coinciden en que muchas veces ésta no se cumple, y que aunque debería estar sancionado, por norma general no se hace.

"Yo creo que a nivel de la administración se cumplen y luego los derechos los vulneramos las personas (...) No son sancionados porque ni se enteran, nadie se entera te lo sufres tú y ya está" Entrevistado 3

"Estoy seguro de que en algún caso si se da pero yo lo desconozco, un chavalico que haya querido entrar y no lo haya hecho, yo creo que sí se sanciona lo conoceríamos, así que yo creo que no." Entrevistado 4

"Por ejemplo en extraescolares de gente si, pues que necesitan más apoyo, que hay que contratar a más gente, si tienen que contratar a más gente se paga entre el grupo y ya está y ahí está la ley que lo recoge" Entrevistado 2

"Luego en la realidad cada uno hace lo que el dinero, que es lo que manda, ahora es lo que manda (...) la convención pone que ningún país puede poner como excusa la crisis económica (...) ley hay, pero otra cosa es que se cumpla o no" Entrevistado 2

"Tenemos una ley que nos dicen que los organismos públicos tienen que tener un porcentaje de personas discapaces trabajando, no se cumple, no hay inclusión" Entrevistado 5

Para evitar estas situaciones y llegar a una verdadera inclusión en todos los ámbitos, se tiene que partir de la educación, una educación para la igualdad ayudaría a eliminar estas situaciones.

"En edades tempranas no es fácil que sean considerados, no sé por qué motivo, pero bueno creo que aquí hay un componente importante de educación familiar y escolar, ósea de educación. (...) la educación fundamental viene de la familia y luego se complementa con la escuela" Entrevistado 1

"A nivel de la sociedad tendría que haber mentalización hay que tratarlos por igual (...) yo concienso a nivel individual (...) cuando ya se vea en todos los sitios que son personas normales pues con una discapacidad pero normales, pues entonces la gente ya se concienca." Entrevistado 3

"En la escuela, tanto en primaria como en secundaria, y más en universidad yo creo que tiene que haber ese concepto de discapacidad, tiene que haber una sensibilización por parte del profesorado o por parte de las asociaciones donde están los usuarios o esas personas, la sensibilización de a esos usuarios a esas personas de ese término, de la diversidad (...) entonces es importante hacer una sensibilización tanto a los alumnos como a los padres de esos alumnos, para ver que es una cosa normal" Entrevistado 2

"La marcha ASPACE sí que sirve para eso, para socializar y poner en valor, es una conciencia social y nos meten tejido social que nos hace inclusivo, eso sí que es inclusivo la marcha, porque nos mete en el tejido social porque la gente que colabora va contigo y te ve, ve lo que puedes hacer y las dificultades" Entrevistado 5

"Por eso te quiero decir que esto viene desde la formación y así integramos e incluimos, si yo tengo al crío hasta los 9 años esperando que se vaya y lo mando a un centro especial no hemos hecho nada"
Entrevistado 5

El entrevistado 5 señalan en más de una ocasión que se deberían suprimir los centros especiales para lograr una verdadera inclusión:

"Lo ideal sería que dentro de X años no hubiera colegios especiales, hubiera las medidas necesarias"

"Si el niño tú estás en el cole, estás en Juan 23 y el chaval que tiene discapacidad a los 9 años se va a un centro especial de ASPACE, los críos que están ahí cómo le van a hacer caso, cómo lo van a considerar, si tú mismo dentro del marco educativo, dentro del colegio común que es para todos, lo que quieres hacer es que se vaya para el otro lado, como a los críos en un futuro le van a tener en cuenta"

"Cuándo empiezan la lectoescritura inmediatamente ya tienen que ir al otro lado, en un momento dado dentro de mucho tiempo, 6, 7, 8 años esto será una programación normal."

La propuesta más recurrida por parte de los entrevistados ha sido la necesidad de la presencia de un profesor de apoyo en cada aula.

"Lo mismo que en primaria y en secundaria se necesitaría apoyo en todas las clases y te dan pues lo que puede la administración" Entrevistado 3

"Yo lo vería así, dos profesores en cada aula, hubiera un apoyo más, que se requiera un apoyo más, y entre los dos hagan una metodología conjunta para llegar a todos los alumnos" Entrevistado 2

"Si tú tienes un profesor o dos profesores de apoyo que están preparados, que tienen la formación, que vienen a ti, eso es integrarlos en el aula." Entrevistado 5

Finalmente todos coinciden en que por parte de la administración hacen lo que pueden, y que dentro de sus posibilidades fomentan la inclusión, siempre se podría hacer más pero trabajan bien.

“Lo que hay que hacer desde las instituciones es ayudar, potenciar la celebración con la colaboración de las instituciones de estas actividades que organizan los centros asistenciales, pues a través de cesiones de instalaciones, con las ayudas económicas si es necesario” Entrevistado 1

“Yo creo que todas las instituciones tienen un buen tratamiento de estos colectivos yo no creo que haya ninguna institución que no favorezca a estos colectivos y al deporte. Gobierno de Aragón por supuesto tendrá sus programas y sus ayudas; diputación provincial soy consciente de que sí porque la conozco más de cerca, la comarca dentro de sus limitaciones también y el ayuntamiento también ya te digo estamos siempre en plena colaboración con ellos para hacer todo tipo de actividades, yo creo que sí que no hay ninguna institución que pueda negarse a esta labor.” Entrevistado 1

“Desde el colegio y desde las asociaciones y todo pues ayudan. Cada uno yo pienso que hace lo que puede. ¿Es suficiente?, pues es que es suficiente no, nunca es” Entrevistado 3

“En Aragón está la de atención temprana, el centro base que se llama, cualquier ápice de algún problema que tenga tanto en educación infantil, tanto en pediatría, como en las familias pueden acudir allí hacer una evaluación y ya hacer un programa de desarrollo de estimulación que lleva 6 años y es gratuito y después te pueden dar el alta o te pueden derivar a una asociación”

Entrevistado 2

“Tenemos buena respuesta tanto del Ayuntamiento, nosotros estamos contentos porque tanto el Ayuntamiento ,como la comarca, como la Diputación con lo que es la discapacidad y sus limitaciones, están trabajando muy bien, nos están ayudando mucho y están intentando todas las propuestas que hacemos (...) pero siempre vamos a pedir más eso está claro” Entrevistado 5

Más concretamente el entrevistado 2 y 5, ambos pertenecientes a centros asociativos, hablan del proyecto de Huesca inclusiva que se ha planteado y se pretende llevar a cabo.

“Entre todos nos juntaremos haremos las 20 demandas, quitaremos las 7 que son imposibles, dejaremos las 3 que nos parecen maravillosas y dejaremos 10, pero esas 10 demandas son las cosas que queremos hacer para una verdadera Huesca inclusiva (...) Este programa con el Ayuntamiento”

Entrevistado 5

“En Huesca sí que se está trabajando desde CÁDIS con el Ayuntamiento de Huesca para tener una ciudad inclusiva” Entrevistado 2

En este último apartado hemos podido observar que la igualdad total en la actualidad no existe, sigue faltando sensibilización en la sociedad. Se están llevando un buen camino, pero se tendría que ir más rápido. Las situaciones discriminantes pueden deberse tanto a el rechazo como a la minusvaloración por exceso de protección. Sin embargo, a pesar de que por ley se defiendan los derechos de las personas con discapacidad y situaciones discriminantes deberían estar sancionadas, a la hora de la verdad no se suelen cumplir, ya sea porque no se enteran o no llega a buen puerto. Las administraciones favorecen una inclusión social y hacen por concienciar e intentar fomentar dicha inclusión pero por falta de recursos no se toman medidas que deberían ser tomadas. Ahora en Huesca se está llevando un proyecto “Huesca Inclusiva” que irá en beneficio de las personas con discapacidad, un paso más para la igualdad. Entre las peticiones y propuestas de los entrevistados, la más destacada es la necesidad de un profesor de apoyo en todas las asignaturas.

V. Conclusiones

Este apartado nos va a servir para mostrar cuáles son las conclusiones a las que hemos llegado tras la investigación. Éstas responderán a nuestro objetivo principal por el que decidimos embarcarnos en este trabajo, que recordemos era el siguiente: **averiguar la percepción social que existe sobre la práctica de actividad física por parte de las personas con discapacidad intelectual.**

1. Existen distintos términos (integrar e incluir) para identificar un mismo concepto. Esto ha supuesto discrepancias semánticas entre los autores consultados y nuestros entrevistados, sin embargo todos coinciden en que el objetivo final es que todas las personas tengan cabida cualquiera que sea la actividad a realizar.
2. El ejercicio físico aporta beneficios a las personas con discapacidad intelectual a nivel de salud, desarrollo personal y es posible que influya en una mejora de sus capacidades cognitivas. Esto significa que sería ideal una práctica regular de actividad física, algo que es necesario en toda la sociedad pero aún más en aquellas personas con discapacidad intelectual.
3. Siguiendo con el punto anterior, hay que aclarar que para seleccionar el tipo de actividad física a realizar siempre hay que atender primeramente a las motivaciones de la persona con discapacidad intelectual, a la actividad que se corresponda con sus deseos. Esta actividad será la más recomendada, por lo tanto, la actividad física ideal dependerá de las características personales de cada individuo.
4. La práctica de actividad física no tiene porqué verse afectada por aspectos físicos, psicológicos, económicos... Sin embargo, a lo largo de la historia, ha habido muchas barreras sociales que impedían su práctica por parte de personas con discapacidad intelectual en igualdad de condiciones que los demás, algo que hoy en día parece que poco a poco vamos superando.

5. Por tanto la práctica de actividad física es necesaria y factible para estas personas pero ¿en igualdad de condiciones? Con respecto a la práctica de actividad física de una manera inclusiva nos encontramos con más problemas; si que se considera una buena opción para su desarrollo social pero con ciertas condiciones. Nuestros entrevistados no acaban de confiar en este tipo de actividades, creen que estas actividades suponen un menor progreso tanto para las personas con cómo sin discapacidad, sin embargo sí que piensan que es una buena forma de socialización y de incluirlos en la vida en sociedad. Una actividad física inclusiva reporta beneficios a todas las personas practicantes, tengan o no discapacidad, se desarrollan valores de amistad y cooperación.
6. La economía puede ser uno de los factores que impidan la práctica deportiva inclusiva. Las administraciones se esfuerzan por concienciar e intentar fomentar dicha inclusión pero por falta de recursos no se toman las medidas que deberían ser tomadas. Esta falta de recursos también se ve reflejada en el entorno escolar, pues se demandan más profesores de apoyo pero nuestros entrevistados saben que es algo, ahora mismo inviable, pues no hay suficientes fondos como para afrontar ese gasto.
7. Crear una sola federación de cada modalidad deportiva, sin entrar en federaciones específicas de deporte adaptado podría ser beneficioso para conseguir la igualdad.
8. La discriminación sigue presente en las clases de educación física pudiendo ser causas de este problema por un lado la falta información y sensibilización, que puede verse empeorada por una inadecuada educación familiar, y por otro lado el propio aislamiento de la persona con discapacidad.
9. La formación del docente en una clase de educación física o la de un monitor deportivo en una clase dirigida se considera que aún es precaria para afrontar sesiones de las que todos puedan beneficiarse en igualdad de condiciones.
10. A la hora de impartir una clase o sesión se ha de tener en cuenta el tiempo y el modo en que se dé la explicación. Pues no tienen tantas dificultades en el desarrollo del ejercicio como en la comprensión del mismo. Se recomienda dar explicaciones mayormente visuales.
11. Un trato de igualdad significa que ni se discrimine ni se minusvalúe por exceso de protección. Partiendo de esto no existe una igualdad como tal en la actualidad, la ley defiende los derechos de las personas con discapacidad y las situaciones discriminantes están sancionadas, sin embargo a la hora de la verdad no se suelen cumplir. Llevamos el camino adecuado pero éste quizás sea demasiado lento.

V. Conclusions

This last part is going to help us show the conclusions we have reached after research. These give an answer to the main objective that made us get involved in this study, that we remind it was the following: **to discover the social perception that exists of the practice of physical activity of people with intellectual disabilities.**

1. Different words exist (to integrate and to include) to identify a same idea. This has led to semantic discrepancies between the consulted authors and our interviewees. However, all of them agree that the final objective is that no matter the activity everybody has a place.
2. Physical exercise provides intellectual disabled people with profits on their health and personal development level, and it might have an effect on their cognitive abilities. That means that a regular practice of physical activity would be ideal because it is something necessary for all society but even more for people with intellectual disability.
3. Following on from my previous point, it must be explained that in order to select the kind of physical activity, attention should be paid firstly to the motivation of the people with intellectual disability and to the activity that best fits their needs. This will be the most recommended activity and therefore, the ideal physical activity will depend on personal characteristics.
4. Physical practice doesn't have to be dashed by physical, psychological or economic aspects. However, throughout history, there have been a lot of social barriers that hindered this practice on people with intellectual disability on an equal basis to the others, something that it seems that nowadays we are gradually leaving behind us.
5. Therefore, physical activity is necessary and possible for this people, but is it on equal terms? Regarding the practice of physical activity, we find more problems when it comes to inclusion. It is considered as a good option for their social development but it must be subject to certain conditions. Our interviewees cannot trust this kind of activities; they think that they involve a lower progress for people with disabilities but also for people without disabilities. However, they do think that it is a good way of socialization and inclusion in society life. An inclusive physical activity brings benefits to all participants; friendship values and cooperation are developed.
6. The economy could be one of the factors that hinder inclusive sport practice. The administrations make an effort to raise awareness and encourage this inclusion but due to resource shortage, measures that must be taken are not been adopted. This lack of resources is also reflected in the school environment since more support teachers are demanded. Therefore, our interviewees know that it is something now unfeasible because there aren't enough funds to face this expense.

7. To create just one federation for each sort of sport, without specifying sport- adapted federations could be beneficial in the path to equality.
8. Discrimination continues to be present in physical education classes, maybe because of information and awareness shortage on the one hand, which could bring to paternal education shortage, or on the other hand due to the own isolation of the person with disability.
9. The training of a teacher in a physical education lesson or the one of a sport coach in a supervised class is still considered to be precarious to face sessions where everybody can benefit from equal conditions.
10. When teaching a lesson or session, time and the way of explanation should be kept in mind because people with disability don't have so many difficulties in developing the exercise but in the understanding of this one. It is recommended to give mainly visual explanation.
11. Equal treatment doesn't mean discrimination or undervalue by over protectiveness. On this basis, there is no such equality nowadays. The law protects the rights of people with disabilities and discriminatory behavior is penalized. However, at the moment of truth discriminations are not taken into account. In conclusion, we are on the right path but maybe it is too slow.

VI. Consideraciones finales

Esta investigación nos ha servido para hacer un zoom de la situación actual de las personas con discapacidad intelectual en el ámbito físico deportivo. Nos hemos encontrado con que se han hecho muchos avances, pues la situación de estas personas ha estado llena de obstáculos hasta un pasado bastante reciente. Sin embargo aún queda mucho por hacer y esta investigación ha servido para demostrarlo. Somos conscientes de que un deporte inclusivo es beneficioso para personas con y sin discapacidad pero en cambio su puesta en práctica parece ser algo más utópico. Achacamos la imposibilidad de una práctica en este sentido a la falta de recursos económicos, a que estamos en crisis; pero no permitamos que nuestras mentes también lo estén. En nuestra opinión el principal problema reside en un desconocimiento generalizado de cómo llevar a cabo una actividad inclusiva. Es por esto, que hemos decidido plantear una serie de propuestas que permitan aproximarnos poco a poco a las claves necesarias para una práctica deportiva que implique un desarrollo integral de todos sus participantes sin importar sus características personales.

En primer lugar quisiéramos volver a recordar la frase de Ocete (2013) en la que partía de la base de que el deporte inclusivo debería ser llamado deporte para todos. Para comenzar con un cambio de percepción hacia el tipo de actividades que deberíamos proponer se debe partir de aquí. Una vez que se comprende que

el deporte de base, el deporte para todos, debería ser para todos indistintamente de quien sea, cómo sea, podremos conseguir progresos.

Para que una actividad deportiva o una clase de educación física sean realmente inclusivas deberíamos empezar por un cambio de metodología de enseñanza. Si continuamos en la línea de que el docente o monitor se dirige hacia todos de la misma manera con la firme creencia de que todos somos iguales jamás conseguiremos una actividad inclusiva. No todos somos iguales, de hecho, todos somos diferentes y es lo que hace una sociedad rica. Como bien decía Mendoza (2009), hay que entender la diversidad.

Con respecto al entorno escolar esta metodología debería estar orientada al desarrollo de las capacidades y para que esto ocurra deberíamos entender la enseñanza como un proceso interdisciplinar y global, no separar las asignaturas sino formar un proyecto común. Todas las personas con y sin discapacidad tenemos un punto fuerte, distinta forma de aprender y comprender y necesidad de más o menos tiempo para ello, pero todos indistintamente de cómo lo hagamos podemos llegar a aprender los conceptos necesarios para el desarrollo de una vida en sociedad y no trabajar en esta línea es algo que la enseñanza no debería impedir.

Con respecto al entorno deportivo, el deporte de base, el deporte para todos, no debería estar centrado en el rendimiento. Para esto el monitor se tiene que encargar de que entiendan dicho deporte o actividad de una forma global. Empezar con juegos sencillos adaptados de dicha disciplina, ayudar a que todos comprendan lo que hacen para permitir su progreso. Explicar cada juego, ejercicio etc. De una forma verbal y visual, ayudarse de los participantes para ejemplificar cómo se hace, en definitiva una explicación lo más clara y visual posible. Una demostración lo más ajustada posible a la realidad ayudará a su comprensión. No cambiar de ejercicio hasta que todos lo hayan comprendido y realizado satisfactoriamente, no escatimar en el tiempo necesario para su comprensión, una buena comprensión ayudará a un progreso más rápido.

Aprovechando el proyecto de “Huesca más inclusiva”, (desarrollado por el ayuntamiento, CADIS y obra social la caixa para la mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad en la ciudad de Huesca), podríamos empezar con una propuesta de actividad física inclusiva, con esto ayudaríamos a desarrollar una conciencia social, a demostrar que si es posible una práctica deportiva en igualdad de condiciones y que además reporta enormes beneficios a todos sus participantes.

Creemos que esta investigación ha servido para poner una puesta en conciencia de una necesidad presente y que puede ser un punto de partida para posteriores investigaciones en la línea de conseguir las claves y métodos para el diseño y aplicación de una práctica deportiva inclusiva formal y no formal.

VI. Bibliografía

- AAIDD (2010) Discapacidad intelectual. (Miguel Ángel Verdugo, trad. 2011). Madrid: Alianza.
- Alemañy, C. (2009). Integración e inclusión: dos caminos diferenciados en el entorno educativo. *Cuadernos De Educación Y Desarrollo*, 1(2). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/ced/02/cam5.htm>
- Andrés, L. (2014). *Breve historia de las personas con discapacidad: De la Opresión a la Lucha por sus Derechos*. Recuperado de: <http://resumen.cl/2014/12/breve-historia-de-las-personas-con-discapacidad-de-la-opresion-a-la-lucha-por-sus-derechos/>
- Aparicio, M.L. (2009). Evolución de la conceptualización de la discapacidad y de las condiciones de vida proyectadas para las personas en esta situación. En Berruezo, M.R. y Conejero, S. (coord.): *El largo camino hacia una educación inclusiva: la educación especial y social del siglo XIX a nuestros días: XV Coloquio de Historia de la Educación*, Pamplona-Iruñea, 1, 129-138.
- Aragón. Decreto 135/2014, de 29 de julio, por el que se regulan las condiciones para el éxito escolar y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo. *Boletín Oficial de Aragón*, 1 de agosto de 2014, núm.150, pp. 24826 – 24838
- Aragón. Ley 4/1993, de 16 de marzo, del Deporte de Aragón. *Boletín Oficial del Aragón*, 26 de marzo de 1993, núm. 34, pp. 893-906.
- Aragón. Ley 2/2011, de 24 de febrero, de modificación de la Ley 4/1993, de 16 de marzo, del Deporte de Aragón. *Boletín Oficial del Aragón*, 7 de abril de 2011, núm. 83, pp. 36170- 36171.
- Aragón. Ley Orgánica 5/2007, de 20 de abril, de reforma del Estatuto de Autonomía de Aragón. *Boletín Oficial de Aragón*, 23 de abril de 2007, núm. 97.
- Aragón. Orden de 30 de julio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se regulan las medidas de intervención educativa para favorecer el éxito y la excelencia de todos los alumnos de la Comunidad Autónoma de Aragón desde un enfoque inclusivo, *Boletín Oficial de Aragón*, 05 de agosto de 2014, núm. 152, pp. 25181-25223.
- Aragón. Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón, *Boletín Oficial de Aragón*, 20 de junio de 2014, núm. 119, pp. 19288-208236.
- Aragón. Orden ECD/850/2016 de 29 de julio, por la que se modifica la Orden de 16 de junio de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón., *Boletín Oficial de Aragón*, 12 de agosto de 2016, núm. 156, pp. 20715-20884.
- Arráez, J., Ambel, L., Rodríguez, A., & Martín, A. (1993). *La mejora de las condiciones físicas en los deficientes psíquicos*. Málaga: UNISPORT.

- Bedmar, M. J. & Pose, F. (2007): *La entrevista semidirigida como modalidad de texto para el estudio de la conversación coloquial*. J. A. Moya Corral y M. Sosinski (eds.): Las hablas andaluzas y la lengua española. Granada: Editorial Universidad de Granada, pp. 169-195.
- Blanco, R., Aguerro, I., Ouane, A., & Shaeffer, S. (2008). *La educación inclusiva: el camino hacia el futuro: una breve mirada a los temas de educación inclusiva: aportes a las discusiones de los talleres*. Lecture, Ginebra.
- Bofill, A.M. (2010). Educación física en personas con discapacidad intelectual. *Educación y diversidad*. 4 (2), 17-32.
- Brogna, P. (2009). *Visiones y revisiones de la discapacidad*. Distrito Federal: FCE - Fondo de Cultura Económica.
- Carrobes, J.A. & Verdugo, M.A. (1988). *La integración personal, social y vocacional de los deficientes psíquicos adolescentes*. Madrid: Ediciones de la Universidad Autónoma de Madrid.
- Casajús, J. & Vicente-Rodríguez, G. (2011). Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales, EXERNET Madrid: Consejo Superior de Deportes, Servicio de Documentación y Publicaciones.
- Celener, G. & Febbraio, A. (2011). *Técnicas proyectivas actualización e interpretación en los ámbitos clínico, laboral y forense*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- CREENA-Equipo de psíquicos (2016). Centro de Recursos de Educación Especial de Navarra. Recuperado de http://creena.educacion.navarra.es/equipos/psiquicos/infor_gral.php
- Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M., & Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación En Educación Médica*, 2(7), 162-167.
- Declaración de Salamanca y marco de acción para las necesidades especiales*. (1994). París: UNESCO.
- Down España & Fundación Sanitas. (2013). *Deporte para todos, ejercicio de igualdad*. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=NUHnDyeVRFg>
- Echeita, G. & Ainscow, M. (2011). La educación inclusiva como derecho: marco de referencia y pautas de acción para el desarrollo de una revolución pendiente. *Revista De Didáctica De La Lengua Y La Literatura*, 12, 26-46.
- Echeita, G., Simón, C., Verdugo, M.A., Sandoval, M., López, M, Calvo, I. & González-Gil, F. (2009). Paradojas y dilemas en el proceso de inclusión educativa en España. *Revista De Educación*, 349, 153-178.
- España. Instrumento de Ratificación de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad, hecho en Nueva York el 13 de diciembre de 2006. *Boletín Oficial del Estado*, 21 de abril de 2008, núm. 96, 20648-20659
- España. Ley 26/2011, de 1 de agosto, de adaptación normativa a la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. *Boletín Oficial del Estado*, 2 de agosto de 2011, núm. 184, pp. 87478-87494

- España. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013, núm. 295, pp. 97858 a 97921
- España. Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte, versión consolidada. *Boletín Oficial del Estado*, 1 de mayo de 2015, núm. 249.
- España. Real Decreto 1709/2011, de 18 de noviembre, por el que se crea y regula el Foro de Cultura Inclusiva, *Boletín Oficial del Estado*, 29 de noviembre de 2011, núm. 287, pp. 126774 a 126777.
- España. Real Decreto 1720/2012, de 28 de diciembre, por el que se modifica el Real Decreto 1709/2011, de 18 de noviembre, por el que se crea y regula el Foro de Cultura Inclusiva, *Boletín Oficial del Estado*, 11 de enero de 2013, núm.10, pp. 1327-1329.
- España. Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, *Boletín Oficial del Estado*, 25 de junio de 2015, núm. 289.
- FEAPS (2016). Qué es discapacidad intelectual. Recuperado de <http://www.plenainclusion.org/discapacidad-intelectual/que-es-discapacidad-intelectual>
- FEAPS (2006). Síndromes y apoyos, panorámica desde la ciencia y desde las asociaciones (1st ed., pp. 225-253). Madrid: Confederación Española de Organizaciones a favor de las Personas con Discapacidad Intelectual-FEAPS. Procedente de <http://www.feaps.org/archivo/publicaciones-feaps/libros/coleccion-feaps/308-sindromes-y-apoyos-panoramica-desde-la-ciencia-y-desde-las-asociaciones.html>
- Federación Española del Síndrome X Frágil. (2016). *Xfragil.org*. Acceso 10 de Julio 2016, recuperado de <http://www.xfragil.org/>
- Fernández, J. (2007). La inclusión social a través del deporte. *Escuela Abierta*, 10, 253-272.
- Flick, U. (2004). *Introducción a la investigación cualitativa*. Coruña: Fundación Paideia Galiza.
- Gallego, J., Alcaraz-Ibañez, M., Aguilar-Parra, J., & Cangas, A. (2016). *Libro de actas del IV Congreso Internacional de Deporte Inclusivo* (pp. 1-14). Almería: Editorial Universidad de Almería 2016.
- García, M., Ibañez, J., & Alvira, F. (1986). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación*. Madrid: Alianza.
- Gómez-Pinilla, F. & Hillman, C. (2013). The Influence of Exercise on Cognitive Abilities. *Comprehensive Physiology*. 3:403–428.
- Guillén, R., Adell, J., & Peñarubia, C. (2014). *Metodología cualitativa aplicada a las ciencias del deporte* (1st ed.). Zaragoza: Prensas de la Universidad de Zaragoza.
- Hernández, F. (2000). El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts*, 60, 46-53.
- Informe mundial sobre la discapacidad*. (2011). Génova, Suiza.

- Información general sobre discapacidad 2015 (2015). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Madrid: Polibea.
- Itard, J. & Sánchez Ferlosio, R. (1982). *Memoria e informe sobre Víctor de l'Aveyron*. Madrid: Alianza Editorial.
- López, J. & López, L., (2008). *Fisiología clínica del ejercicio* Madrid.: Médica Panamericana
- Luckasson, R. y cols (2002). *Mental Retardation: Definition, Classification, and Systems of Supports*. 10th Edition. Washington: AAMR. Edición en castellano: Retraso mental: definición, clasificación y sistemas de apoyo. (M. A. Verdugo y C. Jenaro, trad.) Madrid: Alianza Editorial
- La Alianza Estratégica (2012). *Manifiesto por el Deporte Inclusivo*. Recuperado 6 Junio 2016, de <http://www.fundacionsanitas.org/deporte-inclusivo/info/manifiesto/>
- Medina-Gómez, M., García-Alonso, M., & Antolín, V. (2015). Validación Preliminar de la Escala de Conducta Adaptativa ABS-RC: 2 en España. *Acta De Investigación Psicológica*, 5(2), 2076-2086. [http://dx.doi.org/10.1016/s2007-4719\(15\)30024-7](http://dx.doi.org/10.1016/s2007-4719(15)30024-7)
- Mendoza, N. (2009). La formación del profesorado en educación física con relación a las personas con discapacidad. *Intervención Psicosocial*, 17(3), 43-56. <http://dx.doi.org/10.4321/s1132-05592008000300004>
- Morales, C. A., Alvaut, K. & Lam R.M. (2009). Fuerza muscular máxima en atletas con discapacidad intelectual. *Apunts Med Esport*, 44(164). 151-155.
- Muntadas, T., Martín, M., Muñoz de Leyva, M., Torredemer, M., Albarrán, R., & Salgueiro, M. et al. (2009). *La educación que queremos. Situación actual de la inclusión educativa en España* (1st ed., pp. 73-108). Madrid: Confederación Española de Organizaciones en favor de las Personas con Discapacidad Intelectual - FEAPS.
- Muntaner, J.J. (2010). De la integración a la inclusión: un nuevo modelo educativo. En P. Arnaiz, M. Hurtado & F. Soto, *25 años de integración escolar en España*. Murcia: Consejería de Educación, Formación y Empleo, Servicio de Publicaciones y Estadística. Recuperado de <http://diversidad.murciaeduca.es/tecnoneet/2010/mono.html>
- Navas, P., Verdugo, M.A. & Gómez, L. (2008). Diagnóstico y clasificación en discapacidad intelectual. *Intervención Psicosocial*, 17(2). 143-152.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa - Guía didáctica*. Neiva: Universidad Surcolombiana.
- Nueva York. Informe del Consejo de Derechos Humanos: Sexagésimo quinto período de sesiones. *Naciones Unidas*, del 14 de septiembre de 2009 al 18 de junio de 2010, N° 53 (A/65/53), 1-215
- Nueva York. Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y Protocolo Facultativo. *Naciones Unidas*, 13 de diciembre de 2006.
- Padilla-Muñoz, A. (2010). Discapacidad: contexto, concepto y modelos. *International Law: Revista Colombiana de Derecho Internacional*, Enero-Junio, 381-414.

- Peláez, A., Rodríguez, J., Ramírez, S., Pérez, L., Vázquez, A. y González, L., Entrevista [archivo PDF]. Recuperado de <http://goo.gl/jdzTvH>
- Pitetti, K. H. y Boneh, S. (1995). Cardiovascular fitness as related to leg strength in adults with mental retardation. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 27(3), 423-428.
- ¿Qué es el Síndrome de Down? - National Down Syndrome Society. (2016). *Ndss.org*. Recuperado el 7 de Mayo de 2016, de <http://www.ndss.org/Resources/NDSS-en-Espanol/Sobre-de-Sindrome-de-Down/Que-es-el-Sindrome-de-Down/>
- ¿Qué es la fenilcetonuria? - PKU.es. (2016). *PKU.es*. Recuperado el 13 de Julio del 2016, de <http://www.pku.es/definicion/>
- Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española* (22.^a ed.). Madrid, España.
- Ríos, M. (2007). *Manual de educación física adaptada al alumno con discapacidad*. Barcelona, España: Paidrotibo.
- Ríos, M. (2009). La inclusión en el área de educación física en España. Análisis de las barreras para la participación y el aprendizaje. *Ágora Para La EF Y El Deporte*, (9), 83-114.
- Ríos, M., Arráez, J.M., Bazalo, P., Enciso, M., Hueli, J.M., Jiménez, E., Cofre, A., Martínez, J.O., Perales, T., Pérez, A., Pérez, J., Rovira-Beleta, E., Sanz, D., Solís, M. (2010). *Plan integral para la actividad física y el deporte*. Madrid.
- Rivière, D. & Hornus-Dragne, D. (2010). Sport et handicap mental. *Empan*, 79(3), 22.
- Rodríguez, G., Gil, J., & García, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*: cap. III. [Archivo PDF]. Archidona: Aljibe. Recuperado de <http://goo.gl/OUFxkE>
- Romero, R. (2015). Educación física inclusiva, ¿realidad o sueño? El ejemplo de Martí: hechos, no palabras. En Arribas, H. y Fernández, D. (coord.). *Deporte adaptado y escuela inclusiva*, p. 93-108. Barcelona: Graó.
- Rubio, F. (2009). Principios de normalización, integración e inclusión. *Revista Digital De Innovación Y Experiencias Educativas*, 19.
- San Mauro-Martín I, Onrubia-González-De la Aleja, J., Garicano-Vilar E., Cadenato-Ruiz C., Hernández-Villa I., Rodríguez-Alonso P., Pina-Ordúñez, D., Fortúnez-Garrido, E., Villacorta-Pérez, P., Sanz-Guisado, C., Galdine-Martín, P., Bonilla-Navarro, P., Figueroa-Borque, P., García de Angulo, B. Análisis del estado nutricional y composición corporal de personas con discapacidad intelectual. *Rev Neurol* 2016; 62: 493-501.
- Schalock, R.L. (1999). Hacia una nueva concepción de la discapacidad. En Jordan, F.D.B. & Verdugo, M.A. (Ed.). *Hacia una nueva concepción de la discapacidad: Actas de las III Jornadas Científicas de Investigación sobre personas con discapacidad*. (pp.79-110). Salamanca, España: Amarú.
- Schalock, R.L. (2009). La nueva definición de discapacidad intelectual, apoyos individuales y resultados personales. *Siglo Cero: Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 40 (1) (229)22-39.

Scheerenberger, R. (1984). *Historia del retraso mental*. 1st ed. San Sebastián: Servicio Internacional de Información sobre Subnormales.

Soto, N. (2007). ¿Diversidad -inclusión vs transformación? *El Ágora USB*, 7(2), 324-334.

Tamarit, J. (2005). *Discapacidad intelectual*. En M. G. Milla y F. Mulas (Coord.): Manual de atención temprana.663-682. Valencia: Ed. Promolibro

Kaneshiro, N.K., Zieve, D., Ogilvie, I. & A.D.A.M. Editorial team. (2016). *Síndrome de Lesch-Nyhan*: (Tango trad.) MedlinePlus enciclopedia médica. Medlineplus.gov. Recuperado el 19 de Julio del 2016, del <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001655.htm>

Toro, S. & Zarco, J. (1998). *Educación física para niños y niñas con necesidades educativas especiales*. Archidona, Málaga: Aljibe.

UNESCO (2005). *Guidelines for inclusion: Ensuring Access to Education for All*. París: UNESCO

Valles, M. S. (2014). *Entrevistas cualitativas* (2a. ed.). Madrid: CIS - Centro de Investigaciones Sociológicas.

Velázquez, C. (2015). Educación física inclusiva. Una propuesta posible, justa y necesaria. En Arribas, H y D. Fernández, D. (Coord.). *Deporte adaptado y escuela inclusiva*, p. 27-42. Barcelona: Graó.

Vargas, I. (2012). La entrevista en la investigación cualitativa: nuevas tendencias y retos. *Revista Calidad En La Educación Superior*, 3(1), 119-139.

Verdugo, M.A. (1994). El cambio de paradigma en la concepción del retraso mental: la nueva definición de la AAMR. *Siglo cero: Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, (153), 5-24.

Verdugo, M.A. & Schalock, R.L. (2010). Últimos avances en el enfoque y concepción de las personas con discapacidad intelectual. *Siglo cero: Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*. 41 (4) (236), 7-21.

Wehmeyer, M. L. (2009). Autodeterminación y la Tercera Generación de prácticas de inclusión. *Revista De Educación*, 349, 45-67.

Wehmeyer M.L.; Buntinx, W.H. E.; Lachapelle, Y.; Luckasson, R.A.; Schalock, R.L.; Verdugo, M.A; Borthwick-Duffy, S.; Bradley, V.; Craig, E.M.; Coulter, D.L.; Gómez, S.C.; Reeve, A.; Shogren, K.A.; Snell, M.E.; Spreat, S.; Tassé, M.J.; Thompson, J.R. &Yeager, M.H. (2008). El constructo de discapacidad intelectual y su relación con el funcionamiento humano. (Laura Gómez trad.) *Siglo Cero: Revista Española sobre Discapacidad Intelectual*, 39(3), (227), 5-18

OBJETIVOS

1. Conocer la opinión sobre la influencia de la actividad física en personas con discapacidad intelectual.
2. Identificar el grado de conocimiento y de diferenciación de los conceptos: segregación, integración e inclusión y su aplicación práctica.
3. Detectar el valor otorgado al deporte inclusivo.
4. Averiguar la opinión sobre el alcance igualitario en la actualidad.

GUIÓN DE ENTREVISTA

CATEGORÍA	PREGUNTA	
ACTIVIDAD FÍSICA Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL	Pregunta introductoria: ¿cómo de importante considera que es la actividad física en este colectivo?	
	Preguntas de reconducción	¿Cree que obtienen algún tipo de beneficio?
		¿Cree que tiene alguna desventaja?
		¿Qué tipo de actividad física considera que sería más apropiada?
		¿Qué tipo de actividad física considera que sería menos apropiada?
		¿Piensa que existe algún tipo de impedimento para que puedan realizar actividad física?
		¿Cuál crees que sería la frecuencia ideal de actividad física?
		¿Cree que la oferta existente de programas de actividad física es suficiente? ¿Se abarcan suficientes franjas horarias, es decir, tienen un horario poco restringido?
		¿Considera que hay familias que precisan de alguna subvención para poder beneficiarse de este tipo de actividad?
		¿Cree que para realizar actividad física dentro de un programa es necesaria una aptitud física mínima?
Dentro de los programas existentes de actividad física ¿considera óptima la preparación del monitor/entrenador?		

SEGREGACIÓN, INTEGRACIÓN, INCLUSIÓN		Pregunta introductoria: ¿Qué entiende por inclusión, integración y segregación?	
		Preguntas de reconducción	¿Considera que la sociedad tiene claro la diferencia entre estos tres conceptos?
			¿Cree que se debería incidir más en la formación para su diferenciación?
			¿Cuál cree que es el método más utilizado (integración, inclusión, segregación)? ¿Cree que según el contexto se debe emplear uno u otro (formación, inserción laboral, círculo social, actividades en el tiempo libre...)?
			¿Cuáles crees que son las ventajas y desventajas que presentan las actividades segregadas?
			¿Cuáles crees que son las ventajas y desventajas que presentan las actividades integradas?
			¿Cuáles crees que son las ventajas y desventajas que presentan las actividades inclusivas?
		¿Cree que existen impedimentos para realizar actividades con alguno de estos métodos? ¿La oferta es suficiente para todos los métodos?	
ACTIVIDAD FÍSICA INCLUSIVA	DEPORTE INCLUSIVO NO FORMATIVO	Pregunta introductoria: Me gustaría saber qué opina de la siguiente frase dicha por Carmen Ocete, investigadora del CEDI (centro de estudios sobre deporte inclusivo): <i>“Un deporte que lo llamamos inclusivo pero que debería ser el deporte para todos”</i>	
		Preguntas de reconducción	¿A quién cree que beneficia el deporte inclusivo?
			¿Cree que la oferta hoy en día es suficiente y accesible para todos?
			¿Qué instituciones opinas que abogan más por este tipo de deporte?
			¿Cree que ofertar deporte inclusivo implica un mayor esfuerzo por la sociedad?

			¿Ha presenciado alguna situación en la que a un individuo no se le haya permitido realizar alguna actividad física en igualdad de condiciones que el resto?
	EDUCACIÓN FÍSICA INCLUSIVA	Pregunta introductoria: ¿Dentro de la e.f. escolar cree que el discapacitado participa de manera activa con el resto de sus compañeros?	
		Preguntas de reconducción	¿Cree que sus compañeros lo consideran uno más?
			¿Considera que el trato es diferente según la etapa escolar en la que se encuentren?
			¿Cree que de alguna forma con este tipo de educación física se impide un progreso mayor al resto de alumnos?
			¿Considera que la formación del docente permite el desarrollo de actividades de beneficio común?
IGUALDAD EN LA ACTUALIDAD	Pregunta introductoria: ¿Cree que hemos llegado a alcanzar una completa igualdad en la actualidad?		
	Preguntas de reconducción	Según los temas tratados, ¿considera que se han tomado las medidas necesarias para fomentar la participación en actividades inclusivas?	
		¿Cree que el impedimento de realización de una actividad debido a una discapacidad está sancionado?	
		¿Considera que lo que dicta la ley sobre los derechos de la discapacidad y el deporte es cumplido en su totalidad?	
		¿Podría decirme alguna propuesta para alcanzar esta igualdad en lo que respecta a actividad física?	
		Con respecto a las federaciones deportivas, ¿cree que el mantener federaciones específicas de deporte discapacitado ayuda a alcanzar la igualdad?	

Anexo 2

COMPRESIÓN CONCEPTUAL				
Grado de comprensión	Frecuencia de uso	Ventajas y desventajas	Impedimentos	
SITUACIÓN ACTUAL				
Consideración	Nivel alcanzado	Fomento de inclusión	Cumplimiento de la ley	Propuestas

ACTIVIDAD FÍSICA Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Nivel de importancia	Beneficios / Desventajas	AAFF apropiada / no apropiada	Posibles Impedimentos
<p>1 "Es importantísima, es importante en todos los colectivos pero en este mucho más"</p>	<p>1 "porque es una forma de progresar en su formación y es una forma de que también se haga deporte, deporte enfocado hacia la formación, hacia la salud, no hacia la competición. Entonces si para mí el deporte es importante en todos los colectivos, en este mucho más importante."</p>	<p>1 "yo creo que en un principio no descartaría ninguna actividad como punto de partida, luego habría que analizar a cada grupo o a cada persona para ver que sería mejor (...)pero yo en un principio no le veo que ninguna sea negativa (...) yo de entrada no descartaría ninguna, y estoy seguro de que estas personas tampoco (...) otra cosa será luego pero también con las personas sin discapacidad, que también habrá personas que no sean capaces de jugar a baloncesto por ejemplo, por el motivo que sea, o hacer otro tipo de deporte, pues aquí lo mismo pero de entrada yo no descartaría ningún tipo de actividad, de deporte"</p>	<p>1. "Este colectivo es un colectivo con unas características y nada más, hay otros colectivos con otras características como las personas mayores, o de no sé, de personas obesas, a cada una hay que adaptarla a un deporte (...) son una más y no hace falta ni inclusión ni nada."</p>
<p>3 - "Igual de importante que en los otros, es necesaria vamos."</p>	<p>1 "El entorno salud yo siempre lo nombro en todos los colectivos, pero en este especialmente. Entonces en este colectivo, yo personalmente, creo que además de salud les ayuda a su progresión, a su formación como personas y creo que esto es muy importante porque el deporte es bueno para la salud pero sobretodo en estos colectivos yo creo lo más importante es que, bueno, que ellos sientan que pueden hacer deporte exactamente igual como cualquier otra persona con sus limitaciones lógicamente pero que ese deporte les va a marcar en su formación y en su personalidad futura. Y esto es lo más importante."</p>	<p>1 "Yo creo que para ellos también sería mejor una actividad estudiada para sus características."</p>	<p>1. "No, yo creo que la situación económica de las familias una vez que ingresan en estos centros asistenciales, yo creo que no tienen problemas económicos."</p>

ACTIVIDAD FÍSICA Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Frecuencia	Oferta	Preparación formativa	A tener en cuenta
3 "Yo creo que 3 días a la semana "	1 "Yo creo que como he dicho antes se ha ido mejorando año tras año, se ha ido pensando en actividades deportivas, los centros asistenciales trabajan bien, trabaja muy bien ¿es suficiente? Nunca, nunca es suficiente pero yo creo que lo importante es ir avanzando , ósea que no perdamos ninguna actividad, que cada año haya las mismas o alguna más y al final conseguiremos algo mejor de lo que tenemos. "	3 "Yo creo que sí, que ahora con la formación de esto chavalicos que entran en el tafad, los licenciados en deporte, ahora en España ha mejorado mucho , los entrenadores..."	3 "Hay que tener mucha paciencia (...) Pero hay que seguir insistiendo y ella a lo mejor como ve que no puede pues también dice que no, que no quiero. Pero tú no te haces pesado todos los días pero de vez en cuando sacas la bicicleta venga vamos Andrea que vamos a intentar... "
	1 "Ahora las actividades físicas las organizan principalmente los centros ósea ASPACE, ATADES... ATADES hace todos los años la jornada que a mí me gusta mucho y que vienen de ATADES de Zaragoza, ATADES de Teruel, de otras provincias... y están toda la mañana desde las 9 de la mañana hasta las 3 de la tarde y en diferentes puntos, en colegios de la ciudad, pabellones escolares... hacen actividades regladas y muy organizadas para terminar en una final en el Palacio de Deportes. Es un acto maravilloso, y luego hay un desfile pero participan igual 200 o más de 200 personas y se lleva haciendo pues como 15 años o algo así, cada año va a más ósea cada año viene más gente."	5 "el monitor ya coge cada niño y viendo las limitaciones que tienen les hace un ejercicio u otro se adapta. intentando normalizar lo mas posible siempre, porque si nos ponemos en el grupo aparte no hemos hecho nada."	3 "es que a la gente con discapacidad les cuesta más aprender "

COMPRESIÓN CONCEPTUAL				
Opinión	Grado de comprensión	Frecuencia de uso	Ventajas y desventajas	Impedimentos
<p>1 "La palabra inclusiva, tengo mis dudas o al menos los matices, está bien porque la gente de la calle necesita oírla, pero ya si avanzamos un poco más quizás no haya que utilizarla demasiado."</p>	<p>1 "El concepto lo tienen claro la mayoría de la gente, hablo de gente de la calle, quizá siga pensando que hay que seguir utilizando la palabra inclusiva y hay que seguir utilizando la inclusión (...) a mi me gustaría más hablar de igualdad"</p>	<p>1 "En todos los eventos deportivos que he estado en estos años que llevo en el Ayuntamiento, han sido eventos deportivos de discapacitados, ósea no han sido comunes, quizás alguna pequeña cosa pero así ya un poco organizado y tal, siempre han sido de discapacitados"</p>	<p>1 "Yo creo que es bueno que se programen esas actividades para este colectivo o colectivos que pudieran coordinarse con él, unas actividades propias para ellos o estudiadas y adaptadas de alguna manera."</p>	<p>3 "porque el grupo exige unos mínimos, lo que no puede ir es una persona que no sabe nada a un grupo que saben. "</p>
<p>1 "la palabra inclusiva es excluyente entonces yo creo que no se trata de excluir sino de introducir, incorporar. vamos a olvidarnos de inclusiva y vamos a tratar a todo el mundo igual, cada uno con su peculiaridades pero como las personas de otros colectivos."</p>	<p>3 "¿Qué entiendes por inclusión integración y segregación, entiendes la diferencia entre los tres términos? - No mucho"</p>	<p>3 "Integración porque sobre todo en los institutos se intenta, en primaria tampoco sé cómo lo harán. (...) Yo creo que en estos momentos más, en los institutos se apuesta más por la integración, a lo mejor sí que en ciertas asignaturas se le separa del grupo general pero la tendencia es que estén integradas"</p>	<p>1 " una actividad generalizada para todos los colectivos (...) el rendimiento o la rentabilidad de esa actividad no sería la mejor habría colectivos que sí que llegarían a cumplir los objetivos de la actividad y habría otros que por sus características no llegarían y a lo mejor otros pues se quedarían cortos porque las características de cada colectivo son diferentes"</p>	<p>3 "pero claro, todo eso ha sido una inversión económica y una dedicación muy grande "</p>

ACTIVIDAD FÍSICA INCLUSIVA		
NO FORMAL		
Opinión	Personas beneficiadas	Oferta
<p>1 "Habrá personas de este grupo discapacidad que seguramente podrían incluirse en un grupo normal de actividad deportiva, segurísimo, un porcentaje importante porque lo he visto en estas competiciones que hacemos todos los años o que hace ATADES, hay gente que podría hacer una actividad deportiva normalizada, pero como general, hablo como colectivo general, yo creo que para ellos también sería mejor una actividad estudiada para sus características."</p>	<p>3 "A todos beneficia porque aquellos que son más capaces no les queda más remedio que echar una mano a los que son un poquito más incapaces, eso es bueno para ellos y a los otros formar parte de un equipo también les refuerza si se consigue hacer bien y no entiendo por qué ha de hacerse mal , beneficiará a todos la convivencia siempre es buena"</p>	<p>1 "Preparar una actividad deportiva para diferentes colectivos, ya no éste, sino preparar una actividad deportiva para una persona obesa, por ejemplo, y para Indurain en el mismo grupo pues no puede ser. Pero no porque este colectivo sea discapacitado sino porque cada colectivo, cada tipología persona hay que adaptarla a ese deporte, hay que intentar hacer grupos similares en esas características porque si no se baja mucho la calidad de esa actividad."</p>
<p>1 "Yo considero que al menos un porcentaje importante de este grupo podría integrarse perfectamente dentro de un programa de actividad deportiva normalizada."</p>	<p>3 "Lo bueno es la inclusión porque además del buen desarrollo de las personas con discapacidad intelectual, los valores y todo lo que reporta tener o en un aula o en un centro o en una actividad, una persona o varias personas con discapacidad, da igual de que tipo sea, a las demás personas también les desarrollan bastantes valores."</p>	<p>1 "Hay que estudiar la actividad para cada colectivo o grupo de colectivos similares."</p>

ACTIVIDAD FÍSICA INCLUSIVA		
NO FORMAL		
Implicación por parte de la sociedad	Situación discriminante	Factible o no
<p>3 "Siempre cuentas con que la gente apoya siempre más a la persona discapacitada, ósea siempre cuentas con eso que la apoyan más, se esfuerzan más con la persona discapacitada."</p>	<p>4 "Estoy seguro de que en algún caso si se da pero yo lo desconozco un chavalico que haya querido entrar y no lo haya hecho, yo creo que sí se sanciona lo conoceríamos, así que yo creo que no."</p>	<p>3 "Pero yo por mi parte la verdad que he considerado que ha estado incluida en el deporte, luego ella pues tiene que ir al ritmo suyo, eso sí, pero la verdad es que se lo han respetado siempre su ritmo y siempre ha practicado, te quiero decir que nunca ha estado ahí al lado. "</p>
<p>3 "y le han tenido en cuenta que ella tenía otro ritmo."</p>	<p>2 "Que se le haya impedido, pues si por ejemplo en extraescolares de gente si, pues que necesitan más apoyo, que hay que contratar a mas gente, si tienen que contratar a más gente se paga entre el grupo y ya esta y ahí esta la ley que lo recoge que hay casos así prácticos y como hay jurisprudencia , si una persona ha ganado un juicio en una situación si es de la misma temática y si es de la misma forma pues tu puedes decir que ha habido un caso igual, existe jurisprudencia ,esto se tiene que llevar así y que hay casos de educación también de educación física, de deportes más en temas de extraescolares "</p>	<p>3" Ella ha hecho todo pero a su ritmo, ella ha aprendido todo pero a su ritmo "</p>

ACTIVIDAD FÍSICA INCLUSIVA			
FORMAL			
Participación resultante	Consideración de los compañeros hacia el individuo	Resultados de la práctica	Formación del docente
3 "Y dentro de lo que es el colegio ha hecho deporte pues igual que todos "	1 "Depende de las edades aquí tenemos que diferenciar, en edades tempranas no es fácil que sean considerados "	3 " A sus compañeros le ha aportado un montón que Andrea estuviera en la clase y le han ayudado muchísimo "	3 "yo creo que tendrían que incidir más , nosotros hacemos cursos de formación del profesorado y muchas veces aceptaa esos cursos y no te dicen gran cosa"
3 "con respecto al colegio, el deporte que ha hecho pues es que es deporte para todos, quiero decir los profesores es que la han considerado una más y ha sido una más y le han ayudado y sus compañeros y todo y ha sacado buenas notas me la han puesto hasta 9"	3 " lo que es en clase yo creo que ha sido siempre igual lo único que a la hora de juntarse fuera de clase pues en la secundaria ya cambia (...) no comparten los mismos intereses (...) porque la forma de salir pues es que es diferente (...) En primaria digamos son más niños y en secundaria pues empieza a salir ellos solos por ahí y todas estas cosas pues digamos los niños con discapacidad no encajan, ni encajan ni a ellos les gusta. "	3 " Cómo personas les beneficia un montón a los compañeros da igual en el deporte que donde sea, las personas discapacitadas son personas estupendas y te aporta un montón de cosas y luego también te enseñan un montón de cosas , a no complicarnos la vida tanto como nos la complicamos eso sobre todo."	2 " hay falta de información y de formación por parte de los profesionales, tanto educativos como de deporte, de educación física , que nosotros damos toda la información y formación, nos sujetamos a lo que nos digan, tanto en centros escolares como centros deportivos, como empresas en general"

Anexo 3

SITUACIÓN ACTUAL			
Consideración	Nivel alcanzado	Fomento de inclusión	Cumplimiento de la ley
<p>1 "Este colectivo es un colectivo con unas características y nada más, hay otros colectivos con otras características como las personas mayores, o de no sé, de personas obesas, a cada una hay que adaptarla a un deporte"</p>	<p>1 "No vamos hacia atrás, eso es verdad, hemos adelantado, hemos avanzado bastante. Pero para mí vamos muy despacio en este tema, yo creo que deberíamos ir más rápido, con la evolución que tiene la sociedad en los últimos 40/50 años yo creo que esto debería evolucionar mucho más."</p>	<p>3 "Pero queda mucha gente mayor que aún se acuerda de cuando los tenían encerrados en casa, yo pienso que eso se conseguirá con los años, es seguir luchando y con los años pues se incluirán y serán personas con discapacidad pero totalmente aceptada en la sociedad."</p>	<p>3 "Yo creo que a nivel de la administración se cumplen y luego los derechos los vulneramos las personas, quiere decir a niveles de la administración yo creo que se cumplen pero lo que pasa es que luego las personas los vulneramos a veces (...). No son sancionados porque ni se enteran, nadie se enterate lo sufres tú y ya está (...)Pues cuando se vulneran pues yo que sé(...) pues cuando por ejemplo le ha dicho alguien pues tú vete, no sé cómo decirte pues de eso quién se enteranadie"</p>
<p>1 "Luego ya en edades un poco más maduras o adultas, pero en las primeras edades, incluso adolescentes no está funcionando bien, ósea, no se están haciendo las cosas como se debería, no ahora, yo creo que no hemos conseguido inculcar a nuestros hijos o a nuestros alumnos esa igualdad de las personas independientemente de que sean discapacitados o no, ahí tenemos mucho trabajo."</p>	<p>3"Igualdad total no hay, es muy difícil, yo creo que el camino sí por supuesto, pero es que lo que yo opino ya te lo he dicho es que la integración está en saber. Yo no paso de nadie si tú estás por la labor, si las familias van a qué te lo den todo pues entonces no, porque claro es mucho esfuerzo, entonces el esfuerzo hay que hacerlo desde la familia para conseguir que se integren."</p>	<p>3 "Yo creo que sí pero si se consigue alguna cosa más siempre será mejor"</p>	<p>4 "yo creo que sí se sanciona lo conoceríamos, así que yo creo que no."</p>

SITUACIÓN ACTUAL			
Federaciones deportivas comunes	Educación para la igualdad	Propuestas	Apoyo institucional (ayuntamiento, comarcal, provincial, autonómico...)
<p>1 "Necesitarías mucha gente, mucha gente del colectivo de discapacidad que quisiera hacer deporte. No es fácil encontrar un grupo importante para baloncesto, un grupo importante para balonmano, un grupo importante... para introducirlo en la Federación. Entonces si hubiera posibilidad perfecto, sería una fórmula ¿no? pero no es fácil con los números, no al menos en ciudades como en Huesca. Ciudades más grandes, quizás sí que puedas hacer un equipo de cada categoría y cada actividad deportiva, pero en ciudades más pequeñas es más complicado, (...) podría ser una opción a nivel autonómico, con el potencial que tiene Zaragoza (...) poner una sección dentro de cada una, a lo mejor no de todas las federaciones pero empezar con tres o cuatro federaciones y poner una sección que fuera de personas disminuidas."</p>	<p>1 " no sé por qué motivo, pero bueno creo que aquí hay un componente importante de educación familiar y escolar, ósea de educación."</p>	<p>1 "Yo propondría concienciar a la gente. Se pueden hacer campanas de sensibilización, se puede concienciar, habría que hablar mucho con los colegios, los institutos... porque es importante a cierta edad lo que dice el profesor, osea porque los padres nunca tienen razón, entonces es mucho más importante lo que dice el profesor o un amigo que lo que dicen los padres a ciertas edades. Entonces yo creo que habría que empezar por ahí."</p>	<p>1 "Entonces en este momento, lo que hay que hacer desde las instituciones es ayudar, potenciar la celebración con la colaboración de las instituciones de estas actividades que organizan los centros asistenciales, pues a través de cesiones de instalaciones, con las ayudas económicas si es necesario, aunque se apañan bien pero bueno si es necesario... entonces yo creo que vamos por ahí, ellos las organizan porque son los que más saben de esto y las instituciones tenemos que estar detrás para ayudarles en todo."</p>
<p>3 " También puede ser positivo el mantener una federación que sabes que va a tender tus problemas pero por otro lado tampoco sería malo que estuvieran incluidas baloncesto pues por ejemplo fuera todo baloncesto, bueno yo creo que sí que podría ser positivo todo es baloncesto al fin y al cabo. "</p>	<p>1 "La educación y la formación se da en casa, en el colegio pasamos 5 horas cuando somos pequeños y en casa 19, entonces lógicamente no puedes pretender que el resultado de tu hijo o de tu hija sea propiciado por la educación que recibe en el colegio, yo creo que no es así, y encima cuando es la clase están 25 tocan a 4 minutos por clase, yo creo que la educación fundamental viene de la familia y luego se complementa con la escuela"</p>	<p>1"Yo creo que todos tenemos que trabajar cada uno desde nuestro ámbito en esto y concienciar a la gente de lo que existe y lo que sucede y que no es algo tan raro como ve mucha gente y qué es muy importante para la persona y para las familias también, para todo para todo el mundo es muy importante que se trate este tema con normalidad y bueno apoyando a estas personas y ayudándoles a crecer, por supuesto mentalmente también y es labor de toda la sociedad no puedo ser labor de la familia solo, hay que involucrar a toda la sociedad porque si no, no podremos."</p>	<p>1 "La propia entidad, la propia asociación, lógicamente siempre buscan en las instituciones un respaldo pero es de este tipo que te he comentado antes, ósea pues ceder gratuitamente la instalación por ejemplo durante todo el día qué vale bastante dinero, pero, pero bueno, va más en este sentido o colaborar con unos trofeos o por supuesto la presencia del concejal en la entrega de premios, que siempre estamos por supuesto, o del alcalde en ocasiones también yo creo que va más dirigida a la ayuda hacia eso, ósea no tienen situaciones económicas que no les permitan desarrollar estas actividades."</p>

ENTREVISTADO 1

Entrevistador.- Vamos a hablar un poco sobre la conciencia que se tiene sobre la discapacidad intelectual y la actividad física, que actividades hay hoy en día y un poco eso, ¿vale?

Entonces, así la primera pregunta ¿cómo consideras que es de importante la actividad física en este colectivo?

Entrevistado.- 10. Es importantísima, es importante en todos los colectivos pero en este mucho más 11. porque es una forma de progresar en su formación y es una forma de que también se haga deporte ¿no? deporte enfocado hacia la formación, hacia la salud, no hacia la competición ¿no? Entonces si para mí el deporte es importante en todos los colectivos, en este mucho más importante.

Entrevistador.- Entonces considera que beneficia en lo que es el entorno de la salud ¿no? Digamos

Entrevistado.- 11. Si, si, ósea el entorno salud y siempre lo nombro ¿no? en todos los colectivos, pero en este especialmente. Entonces en este colectivo, yo personalmente, creo que además de salud les ayuda a su progresión a su formación como personas y creo que esto es muy importante porque, vamos el deporte es bueno para la salud pero sobretodo en estos colectivos yo creo lo más importante es que bueno que ellos sientan que pueden hacer deporte exactamente igual que cualquier otra persona, con sus limitaciones lógicamente, pero que ese deporte les va a marcar en su formación y en su personalidad futura ¿no? Y esto es lo más importante.

Entrevistador.- Digamos que también les permite un sentimiento de sentirse igual hacia la sociedad ¿no? con respecto a la sociedad, sentirse uno más Dentro de...

Entrevistado.- 11. Eso es, es una forma de integración ¿no? Es una forma de integración porque bueno ellos son conscientes de sus limitaciones y aquí hacemos en esta ciudad, en este patronato, muchas pruebas, muchas competiciones. Con personas discapacitadas y ellos nos demuestran que, lógicamente dentro de sus limitaciones, nos demuestran su progresión y su esfuerzo para llegar a conseguir un objetivo deportivo ¿no? Como puede ser una canasta o el salto de una valla, a lo mejor una valla es una ladrillo en vez de una valla, vale, pero bueno el objetivo es saltar eso ¿no?, ese obstáculo. Y al final ellos lo consiguen y tienen su esfuerzo de entrenamiento y tienen (...) encuentros que hay de que organiza ATADES en muchas ocasiones, y ves el esfuerzo y la progresión de estas personas año tras año, esto es fundamental para su formación y para su personalidad futura.

Entrevistador.- Muy bien, podríamos definir el deporte como un factor que permite la integración dentro de la sociedad

Entrevistado.- 11. Es una herramienta, es una herramienta básica para todo el mundo pero especialmente para este colectivo de personas,¿no? en el que yo estoy convencido de que les ayuda en su formación, en su formación, en su personalidad y en la integración en el mundo de fuera por decirlo así.

Entrevistador.- ¿Consideras que hay alguna actividad física que sería menos apropiada? ¿O crees que podrían...?

Entrevistado.- 12. Yo creo que no, que depende de las características de cada persona ¿no? Si esto está claro ¿no? Hay diferentes niveles ¿no? Pero yo creo que un principio no descartaría ninguna actividad como punto de partida, eh luego habría que analizar a cada grupo o a cada persona para ver que sería mejor ¿no? Porque... pero yo en un principio no le veo que ninguna sea negativa, pero yo no descartaría, yo de entrada no descartaría ninguna, y estoy seguro de que estas personas tampoco, ósea seguro.

Entrevistador.- Mira de lo que has dicho, me ha resultado interesante lo que dices de dependiendo de la persona, claro porque aquí estamos tratando, lo estamos tratando dentro de un sector que también podríamos decir que son individuos, que hay diferentes, ósea que igual que yo no puedo realizar un tipo de actividad ósea, que en realidad no se tendría que diferenciar...

Entrevistado.- 12. De entrada no, ósea otra cosa será luego pero también con las personas no discapacitadas, que también habrá personas que no sean capaces de jugar a baloncesto por ejemplo ¿no? por el motivo que sea no? O hacer otro tipo de deporte, pues aquí pasaría un poco lo mismo, pero de entrada yo no descartaría ninguna actividad deportiva.

Entrevistador.- Hablando de esto, lo tengo más adelante pero lo voy a introducir ya, porque me ha parecido interesante aquí. Me gustaría saber ¿qué opinas de la siguiente frase que dijo Carmen Ocete, que es investigadora del CEDI, dijo, “un deporte que lo llamamos inclusivo pero que debería ser el deporte para todos”?

Entrevistado.- 21. Si, a mi la palabra inclusiva, tengo mis dudas ¿no? o al menos los matices, está bien, porque la gente de la calle necesita oírla ¿no? pero ya si avanzamos un poco más, quizás no haya que utilizarla demasiado, la palabra inclusiva es excluyente. Mm? Es muy raro ¿no?, pero la palabra inclusiva es excluyente, entonces yo creo que no se trata de excluir sino de introducir, incorporar. Y entonces yo digo tengo mis dudas con esta palabra no, vamos a olvidarnos de inclusiva y vamos a tratar a todo el mundo igual, cada uno con sus peculiaridades pero como las personas de otros colectivos.

Entrevistador.- Porque ¿tú crees que la gente tiene este concepto claro dentro de la sociedad?, quitando la gente que lo ha estudiado, la gente que sabe y que está metida dentro de este mundo

Entrevistado.- 22. El concepto lo tienen claro, lo que pasa es que la mayoría de la gente, hablo de gente de la calle, quizás siga pensando que hay que seguir utilizando la palabra inclusiva y hay que seguir utilizando la inclusión a mi me gustaría más hablar de igualdad.

51. 30. Este colectivo es un colectivo con unas características y nada más, hay otros colectivos con otras características, como las personas mayores, o de no sé, de personas obesas, a cada una hay que adaptarla a un deporte (...)

Entrevistador.- Son una más y no hace falta ni inclusión ni nada, ¿sino que tendrían que hacer actividades...?

Entrevistado.- Ese es el ideal pero todavía queda mucha gente que no lo ve así, ese es el objetivo.

Entrevistador.- Crees que hay actividades, vamos a denominarlas deporte para todos, quiero decir estas personas pueden realizar actividad física dentro de un programa normalizado?

.Entrevistado.- 32. No es fácil, hay que ser objetivo, sería lo ideal pero no es fácil porque hay que preparar una actividad deportiva para diferentes colectivos, ya no éste, claro preparar una actividad deportiva para una persona obesa, por ejemplo, y para Indurain en el mismo grupo pues no puede ser, pero no porque este colectivo sea discapacitado sino porque cada colectivo, cada tipología persona hay que adaptarla a ese deporte, hay que intentar hacer grupos similares en esas características porque si no se baja mucho la calidad de esa actividad.

24. Yo creo que es bueno que se programen esas actividades para este colectivo o colectivos que pudieran coordinarse con él, unas actividades propias para ellos , estudiadas y adaptadas de alguna manera.

Entrevistador.- Crees que si se incide un poco en la formación del profesional que se encarga de realizar estas actividades, podría llegar a adaptarlas para que sirvan para ambos a la vez, ósea una especie de actividad que programe un bien común digamos?

32. Entrevistado.- Podría darse pero es muy complicado ¿eh?. Buscar una actividad generalizada para todos los colectivos, ya no los de discapacidad, para todos los colectivos diferentes, es realmente complicado, no sé si habrá alguien que pueda conseguirlo, o no, pero yo lo veo muy complicado.

Entrevistador.- Supondría un gran esfuerzo por parte del...

Entrevistado.- 24. Si, y además ya digo, el rendimiento o la rentabilidad de esa actividad no sería la mejor, habría colectivos que sí que llegarían a cumplir unos objetivos de la actividad pero habría otros que por sus características no llegarían y a lo mejor otros se quedarían cortos porque las características de cada colectivo son diferentes, entonces yo en principio, aunque hay algunos que si pueden unirse,

32. Hay que estudiar la actividad para cada colectivo o grupo de colectivos similares.

Entrevistador.- Tú crees que es mejor ¿crear actividades dentro del propio colectivo, unas actividades específicas para ellos y no para otros colectivos?

Entrevistado.- Si, yo creo que sí, independientemente de es esto eso es generalizar mucho,

30. Habrá personas de este grupo de discapacidad que seguramente podrían incluirse en un grupo normal de actividad deportiva, segurísimo, un porcentaje importante porque lo he visto en estas competiciones que hacemos todos los años o que hace ATADES, hay gente que podría hacer una actividad deportiva normalizada, pero como general, hablo como colectivo general,

12. yo creo que para ellos también sería mejor una actividad estudiada para sus características.

Entrevistador.- Entonces estas personas crees que pueden hacer actividad física de forma normalizada, que podrían conseguirlo, ¿tú crees que se les pondría algún impedimento a la hora de, crees que si van a apuntarse a algún sitio les pondrían algún impedimento por sus características?.

Entrevistado.- No yo creo que no, vuelvo a decir lo mismo, eso es generalizar, habría que estudiar cada caso, pero yo creo que no.

30. Habría casos que podrían cumplir, a ver hay unos requisitos formales que hay que cumplir, y luego me imagino que las actividades tendrán unos requisitos físicos mínimos también que hay que cumplir, pero son muy mínimos, que yo creo que cualquier persona de la calle puede hacerlo. Yo considero que al menos un porcentaje importante de este grupo podría integrarse perfectamente dentro de un programa de actividad deportiva normalizada.

Entrevistador.- Vamos a hablar un poquito de lo que dice la ley, las federaciones por ejemplo, porque estamos aquí hablando de que hay que tratarse como a uno mas y luego en el caso de las federaciones deportivas, se especifica federación deportiva de discapacidad y luego otras federaciones deportivas. ¿Crees que deberíamos integrar, dentro de por ejemplo, vamos a poner baloncesto, federación de baloncesto y dentro de la federación de baloncesto, pues categorías como está la categoría femenina, como esta la categoría masculina, sería mas acorde, o así como esta...?

Entrevistado.- Podría ser, pero eso es un objetivo muy ambicioso, podría ser claro, pero,

55. Necesitarías mucha gente, mucha gente del colectivo de discapacidad que quisiera hacer deporte. No es fácil encontrar un grupo importante para baloncesto, un grupo importante para balonmano, un grupo importante... para introducirlo en la Federación correspondiente. Entonces si hubiera posibilidad perfecto, sería una fórmula ¿no? pero no es fácil con los números, no al menos en ciudades como en Huesca. Ciudades más grandes, quizás sí que puedas hacer un equipo de cada categoría y cada actividad deportiva, pero en ciudades más pequeñas es más complicado-

Entrevistador.- Y considerarlo quizás a nivel autonómico?

Entrevistado.- Podría ser una opción a nivel autonómico, con el potencial que tiene Zaragoza, en cuanto a habitantes, podría ser, podría ser, poner una sección dentro de cada una, a lo mejor no de todas las federaciones, pero empezar con tres o cuatro federaciones y poner una sección que fuera de personas disminuidas.

Entrevistador.- Y hablando de la educación física inclusiva, bueno educación física para todos, ¿Crees que dentro de la educación física, puesto que ya los sectores de la discapacidad están ya integrados dentro de la escuela, crees que el profesor y los compañeros dentro de la clase de educación física , lo consideran uno más?

Entrevistado.- 42. Depende de las edades aquí tenemos que diferenciar, en edades tempranas no es fácil que sean considerados, no sé por qué motivo, pero bueno creo que aquí

56. hay un componente importante de educación familiar y escolar, ósea de educación.

51. Luego ya en edades un poco más maduras o adultas, pero en las primeras edades, incluso adolescentes no está funcionando bien, ósea, no se están haciendo las cosas como se debería, no ahora, yo creo que no hemos conseguido inculcar a nuestros hijos o a nuestros alumnos esa igualdad de las personas, independientemente de que sean discapacitados o no, ahí tenemos mucho trabajo.

Entrevistador.- ¿Y eso crees que es mas labor de padres, labor de formación,..?

Entrevistado.- Influye todo, aunque yo soy de los que piensan

56. La educación y la formación se da en casa, en el colegio pasamos 5 horas cuando somos pequeños y en casa 19, entonces lógicamente no puedes pretender que el resultado de tu hijo o de tu hija sea propiciado por la educación que recibe en el colegio, yo creo que no es así, y encima cuando es la clase están 25 tocando a 4 minutos por clase, yo creo que la educación fundamental viene de la familia y luego se complementa con la escuela.

Entrevistador.-Quizás, igual es porque las familias y la sociedad en general, a cierta edad todavía no está del todo concienciada como que estas personas son una persona mas dentro de la sociedad?

Entrevistado.- Si, yo creo que es evidente,

51. Yo creo que cuando hay alguna familia que tiene un familiar cercano, o amigo, o conocido incluso, conocido ya de cierta relación, yo creo que lo ven de otra manera, lo analiza diferente, lo ve de otra manera y es como lo tendría que analizar todo el mundo pero claro hay es un porcentaje muy bajo el que está incluido en este grupo de personas que tienen alguien cercano y que conocen de cerca y dicen: *jolín pues fíjate y se podrían hacer más cosas y mejor*, pero desgraciadamente el porcentaje es bajo, y al que no está en este grupo, pues desgraciadamente hay muy poca gente que lo analice cómo se debe analizar

Entrevistador.- ¿Y qué propondrías?, es muy complicado pero ¿que propondrías?

Entrevistado.- 57. Yo propondría concienciar a la gente, por supuesto, se pueden hacer campañas de sensibilización, se puede concienciar, habría que hablar mucho con los colegios, los institutos... porque es importante a cierta edad lo que dice el profesor, ósea porque los padres nunca tienen razón, entonces es mucho más importante lo que dice el profesor o un amigo que lo que dicen los padres a ciertas edades, entonces yo creo que habría que empezar por ahí, pero yo en eso soy....

Entrevistador.- queda mucho por hacer aún, ¿entonces confiamos en el futuro, no?

Entrevistado.- 52. No vamos hacia atrás, eso es verdad, hemos adelantado, hemos avanzado bastante. Pero para mí vamos muy despacio en este tema, yo creo que deberíamos ir más rápido, con la evolución que tiene la sociedad en los últimos 40/50 años yo creo que esto debería evolucionar mucho más.

Entrevistador.- ¿Crees que en algún día se conseguirán este tipo de proyectos utópicos?

Entrevistado.- Yo espero que sí,

57. Yo creo que todos tenemos que trabajar cada uno desde nuestro ámbito en esto y concienciar a la gente de lo que existe y lo que sucede y que no es algo tan raro como como ve mucha gente y qué es muy importante para la persona y para las familias también, para todo para todo el mundo es muy importante que se trate este tema con normalidad y bueno apoyando a estas personas y ayudándoles a crecer, por supuesto mentalmente también y es labor de toda la sociedad, no puede ser labor de la familia solo, hay que involucrar a toda la sociedad porque si no, no podremos.

Entrevistador.- ¿Crees que la sociedad se vería beneficiada si en algún momento se tratara a estas personas como un igual?

Entrevistado. Seguro que si, seguro, seguro,

51. Porque yo las personas que he conocido, he conocido a bastantes personas, creo que tienen un potencial impresionante, lógicamente con unas características y con sus cualidades concretas como todos, todos tenemos, dominamos unas cosas y no tenemos ni idea de otras, estas personas es lo mismo, solo hace falta encontrarles esas cualidades positivas. Una vez encontrada tiene un potencial como mínimo igual que los demás, como mínimo, yo resalto como mínimo porque creo que en muchos casos es muy superior con todo lo que les ha costado para llegar hasta ahí a ese punto.

Entrevistador.- Y volviendo, como has dicho que has visto a estas personas trabajar con ASPACE en proyectos y tal, ¿has visto trabajar conjuntamente a estas personas con el resto, deporte para todos digamos?

Entrevistado.- No, yo siempre,

23. En todos los eventos deportivos que he estado, en estos años que llevo en el Ayuntamiento, han sido eventos deportivos de discapacitados, ósea no han sido comunes, quizás alguna pequeña cosa pero así ya un poco organizado y tal, siempre han sido de discapacitados.

Entrevistador.- ¿Consideras que la actividad física propuesta para estas personas,(bueno como me has dicho que es mejor que sean actividades físicas específicas para ellos) hay una oferta suficiente?

Entrevistado.- Esto si que es difícil,

15. Todo es mejorable ¿no? yo creo que como he dicho antes, se ha ido mejorando año tras año, se ha ido pensando en actividades deportivas, los centros asistenciales trabajan bien, trabajan muy bien ¿es suficiente? Nunca, nunca es suficiente pero yo creo que lo importante es ir avanzando, que no perdamos ninguna actividad ningún año, que cada año haya las mismas o alguna más y al final conseguiremos algo mejor de lo que tenemos.

Entrevistador.- ¿Y tu como estas dentro de este entorno, que actividades físicas entonces hay ahora mismo, ósea las que no se pierden, las de aquí para adelante?

Entrevistado.- 15. Ahora las actividades físicas las organizan principalmente los centros ósea ASPACE, ATADES... ATADES hace todos los años una jornada que a mí me gusta mucho y que vienen de ATADES de Zaragoza, ATADES de Teruel, de otras provincias... y están toda la mañana desde las 9 de la mañana hasta las 3 de la tarde en diferentes puntos, en colegios de la ciudad, pabellones escolares, hacen actividades regladas y muy organizadas para terminar en una final en el Palacio de Deportes. Es un acto

entrañable y maravilloso, y luego hay un desfile, pero participan... igual 200 o más de 200 personas y se lleva haciendo, pues como 15 años o algo así, cada año va a más, ósea cada año viene más gente.

Entrevistador.- Ósea, ¿que la sociedad cada vez se va concienciando más con este tipo de actividades?

Entrevistado.- 51. La gente una vez que está ahí, lo aplaude, lo reconoce, lo que pasa es que le cuesta llegar hasta ahí. Hasta ahí le hace llegar, pues un amigo, o un conocido, o algún caso cercano, pero por sí misma, es difícil, no sé por qué, no lo sé, pero le cuesta, le cuesta... 57. es lo que tenemos que intentar, intentar acercar a la gente a estos eventos deportivos, qué son eventos deportivos y que seguro que si van alguna vez, van todos los años seguro, a mi me ha pasado, es que no me lo pierdo.

Entrevistador.- Y quitando actividades así, digamos puntuales, actividades más de forma periódica, ¿no hay tantas?

Entrevistado.- 32. No, Huesca es una ciudad pequeña, este colectivo es pequeño lógicamente, entonces es difícil organizar algo para todos, porque a uno le gusta jugar a balonmano, a otro le gusta jugar al baloncesto porque además cada uno tiene sus gustos, no nos pensemos, a ver si tú crees que le vas a decir a este, venga tu atletismo, no, no yo quiero canasta, o...

58. Entonces yo creo que en este momento, lo que hay que hacer desde las instituciones es ayudar, potenciar la celebración con la colaboración de las instituciones de estas actividades que organizan los centros asistenciales, puesta través de cesiones de instalaciones, con las ayudas económicas si es necesario, aunque se apañan muy bien, pero bueno si es necesario... entonces yo creo que vamos por ahí, ellos las organizan porque son los que más saben de esto y las instituciones tenemos que estar detrás para ayudarles en todo.

Entrevistador.- Hablando de estas subvenciones las familias, si van a estas asociaciones, ¿no precisan de ningún tipo de subvención mas? o ¿considera que hay familias que no van bien económicamente para...?

Entrevistado.- 13. No, yo creo que la situación económica de las familias una vez que ingresan en estos centros asistenciales, yo creo que no tienen problemas económicos.

58. La propia entidad, la propia asociación, lógicamente siempre buscan en las instituciones un respaldo, pero es de este tipo que te he comentado antes, ósea pues ceder gratuitamente la instalación por ejemplo durante todo el día qué vale bastante dinero, pero, pero bueno, va más en este sentido o colaborar en unos trofeos o por supuesto la presencia del concejal en la en la entrega de premios, que siempre estamos por supuesto, o del alcalde en ocasiones también, yo creo que va más dirigida a la ayuda hacia eso, ósea no tienen situaciones económicas que no les permitan desarrollar estas actividades.

Entrevistador.- ¿Alguna vez os han solicitado que les cedieseis algún espacio durante todo el año, pongamos, para realizar algún tipo de actividad, o taller..?

Entrevistado.- 58. No, yo creo que no, es algo más puntual, pues por ejemplo para este torneo pues a lo mejor, pues dos días, siempre son cosas puntuales nunca ha sido para todo el año, que yo sepa.

Entrevistador.- ¿Que instituciones, opinas que abogan mas por este tipo de deporte?

Entrevistado.- 58. Yo creo que todas las instituciones tienen un buen tratamiento de estos colectivos, yo no creo que haya ninguna institución que no favorezca a estos colectivos y al deporte. Gobierno de Aragón por supuesto tendrá sus programas y sus ayudas; diputación provincial soy consciente de que sí, porque la conozco más de cerca, la comarca dentro de sus limitaciones también y el ayuntamiento también, ya te digo estamos siempre en plena colaboración con ellos para hacer todo tipo de actividades, yo creo que sí, que no hay ninguna institución que pueda negarse a esta labor.

ENTREVISTADO 2

Entrevistador.- ¿Como de importante consideras que es la actividad física en este colectivo, en la discapacidad intelectual?

Entrevistado.-10. 11.Es importante en la discapacidad intelectual igual que en todos los grupos de personas de la sociedad, como una herramienta para la inclusión social y como para desarrollo personal de cada persona y también para la salud, para mejorar la salud.

Entrevistador.- Ósea beneficia igual que beneficia al resto de la sociedad?

Entrevistado.- 10.Si, igual.

Entrevistador.- ¿De una manera más influyente o en la misma medida?

Entrevistado.- 10.No, de la misma medida, 11. lo que pasa que podemos trabajar ciertas cosas, como cosas de autonomía, habilidades sociales, porque por ejemplo siempre²⁴ trabajamos con gente sin discapacidad y con discapacidad pues se desarrollan mas actividades sociales, como has visto con gente de prácticas, o con voluntarios o con gente externa.

Entrevistador.- Muy bien, entonces tú crees que la influencia, de los monitores, ayudan bastante al desarrollo de estas actividades y que den un fruto?

Entrevistado.-²¹.Hombre lo que se tiene que conseguir es que haya personas tanto con discapacidad y sin discapacidad, da igual que sean monitores, que sean gente de prácticas, que sean voluntarios, que sean familiares, vale, eso da igual, que se haga una vida lo mas normalizada posible, que pueda participar todo el mundo y cuanto más gente haya, mas ambiente haya mejor.

Entrevistador.-¿ Que entiendes por inclusión, integración y segregación?

Entrevistado.- ¿Que?

Entrevistador.- ¿Inclusión, integración y segregación?

Entrevistado.-²².Inclusión es una nueva palabra que todo el mundo ahora a lo mejor no la entiende, pero digamos que yo trabajo desde el sistema educativo, allí en la sociedad lo que hablamos nosotros desde la asociación son de las tres “P”, que son, Presencia, Participación y Progreso, ósea que estén en el mismo entorno, en el mismo contexto que todo el mundo, luego que participen en una actividad, vale, y luego que tengan un progreso y un desarrollo, participen con ellos y que puedan desarrollar, vale, digamos que integración seria un término, un concepto anterior al de inclusión, vale, que seria, o yo lo percibo así,

como, está en el contexto de una participación, poca participación, vale, su función digamos que es un poquito más.., más compleja, vale, porque participa, tiene la presencia y después ya progresa, lo importante eso, lo primero que se hacía con las personas con discapacidad intelectual o con otras personas, da igual, de otra discapacidad es que tengan presencia en los sitios, vale, pueden tener presencia pues en el deporte o en las escuelas, vale, pero tienen que tener también participación, antes no participaban, los tenían ahí y no participaban. Y luego además de participar tienen que tener un progreso, tienen que desarrollar, tienen que evaluar del punto inicial al final y una evaluación en el proceso del profesor de enseñanza especialista en eso. Luego segregación, vale, que nosotros segregación o exclusión, digamos sería lo mismo, sería una segregación, sería a nivel educativo o a nivel de deporte, derivando a una persona a un sistema especial, vale, que sería a nivel deportiva, unas actividades especiales solo para personas con discapacidad, o en la escuela con la educación especial, el llevar a todas personas con discapacidad a un contexto todos juntos, vale,

24. lo negativo es que no se les hará el desarrollo interpersonal de actividades sociales con otras personas no va a suceder, vale, porque no van a tener contacto, vale, si que pueden a lo mejor tener más apoyos por que tendrán a lo mejor mas monitores, o más recursos, vale, pero lo bueno es la inclusión de la discapacidad para el desarrollo completo de la persona

Entrevistador.- Digamos que ¿Integración es un medio que hemos utilizado para llegar hasta la inclusión?

Entrevistado.- 22. Si

Entrevistador.- Ahora, ¿hoy en día lo ideal es inclusión o segregación dependiendo del tipo de actividad, pero ideal inclusión?

Entrevistado.-23.Si, ya dependiendo de la visión de cada uno, hay visiones que va todo para especial y hay otra visión que va por inclusión, la integración está entre las dos, hay muchos, por ejemplo en el sistema educativo, también está la educación física, en el sistema educativo también se da todo muy especial pero porque a la administración económicamente a lo mejor le va bien esto, entonces tiran para ello, para tener a lo mejor menos carga de trabajo, le ponen todos los recursos en un centro, y hay un aula especial de trastorno general del desarrollo, autismo u otro tipo de discapacidad y no poner apoyos en todos los centros donde haya una persona que necesite de esos apoyos específicos.

Entrevistador.- Entonces ¿tú crees que si por parte de las instituciones se enfocara el dinero más hacia eso, habría una mayor, digamos inclusión dentro de la sociedad?

Entrevistado.- 21.Si, claro lo primero para que se dé una inclusión en la sociedad es que la gente vea a personas con discapacidad intelectual, en este caso que se vea que pueden hacer muchas cosas, puede vivir

en piso independiente, que puede hacer cursos ordinarios, que puede ir a nadar en cursillos también ordinarios. Entonces la segregación es hacer especiales unos grupos, para natación, un grupo de natación solo con personas con discapacidad o de baloncesto solo con personas con discapacidad.

31. Lo bueno es la inclusión porque además del buen desarrollo de las personas con discapacidad intelectual, los valores y todo lo que reporta tener o en un aula o en un centro o en una actividad, una persona o varias personas con discapacidad, da igual de que tipo sea, a las demás personas también les desarrollan bastantes valores.

Entrevistador.- ¿Eso sería un beneficio mutuo?

Entrevistado.-31.Si, es común, ahora se habla de la diversidad, la diversidad la tenemos que ver como una cosa buena, no una cosa mala, vale, lo que es en origen todos somos diferentes, en primer término la diversidad es así, todos somos diferentes, todos tenemos diferentes formas de aprender, todos tenemos capacidades para algo y discapacidades para algo, y la diversidad la tenemos que ver no como un problema, sino un beneficio para desarrollarnos todos, tanto las personas que tengan discapacidad como las personas que no tengan discapacidad.

Entrevistador.- Y hablando un poquito de esto, en la educación física inclusiva, en la educación física digamos, hoy en día los alumnos con cierta diversidad, con discapacidad, trabajando todos juntos, ¿tú crees que los compañeros lo consideran uno más?

Entrevistado.- 56.A mí por ejemplo en la escuela, tanto en primaria como en secundaria, ya más en universidad yo creo que tiene que haber ese concepto de discapacidad, tiene que haber una sensibilización por parte del profesorado o por parte de las asociaciones donde están los usuarios o esas personas, la sensibilización de a esos usuarios a esas personas de ese término, de la diversidad; podemos decir que todos somos diferentes- Ahora la sensibilización que se hace tanto en los colegios, en primaria, en secundaria, o universidad la hacemos diferente, ahora siempre hacemos una sensibilización, o la gente hace sensibilización que van los profesionales a dar una charla, nosotros primero hacemos una introducción los profesionales y luego hablan los chavales nuestros de la asociación de todas las actividades que hacen. Entonces es importante hacer una sensibilización tanto a los alumnos como a los padres de esos alumnos, para ver que es una cosa normal, buena que las van a ver en el parque, en la piscina por la calle y que no tiene que dar ni miedo a trabajar con ellos ni a tratar con ellos porque son personas como todos los demás, 54. tienen los mismos derechos, aunque se tienen que hacer leyes como en la asociación internacional de los derechos.... Digamos que las personas con discapacidad en todos los ámbitos, educación, salud, deporte, educación física o participación social, digamos que: primero se tienen que esforzar un poquito más y tienen que hacer valer sus derechos, además de todas las leyes que hay, ahora se ha hecho, en el

2006, se ratificó en el 2008 en la convención internacional de los derechos de las personas con discapacidad, pero es todo un resumen, también, de los derechos humanos, de los derechos del niño, de los derechos de las personas en general, los derechos están en la constitución, pero se recalca, para que todos los países que quieran ser miembros de esa convención, de la ONU, que ratifiquen en eso, entonces si se ratifica, pues hay unas evaluaciones, y dan unas orientaciones de cómo tienen que llevar esa convención, de hecho hay artículos de educación inclusiva, de participación social, de participación en espacios comunitarios. Hay otros artículos de por ejemplo para discapacidad en niñas y en mujeres.... Hay un montón que se pueden...

Entrevistador.- Digamos que por parte de la ley si que se ha pretendido concienciar ¿y luego en la realidad?

Entrevistado.- 54. Luego en la realidad cada uno hace lo que el dinero, que es lo que manda, ahora es lo que manda, vale, pero hay por ejemplo en la convención pone que ningún país puede poner como excusa la crisis económica, tiene que matarse la cabeza, hacer, cambiar de metodologías, es lo que hacemos nosotros, que intentamos en los colegios, cambiar de metodologías, los recursos que no tienen que ser mas recursos en cantidad sino en calidad, y eso, ley hay, pero otra cosa es que se cumpla o no se cumpla, luego también el apoyo a las familias es importante porque muchas veces van con las familias porque no les dan toda la información, por ejemplo una persona, un chaval que quiera hacer una actividad extraescolar y tenga discapacidad y tenga en que, bueno no lo sepan al principio la empresa que está contratando en ese colegio la actividad extraescolar y vea que tiene, que necesita un apoyo para un chaval, pues, si necesita un apoyo y tiene que contratar a una persona, a otra persona, no le podemos decir a la familia de ese chaval que pague todo el apoyo ese, porque sería un apoyo para todo el grupo, entonces la familia puede decir, y por ley esta, bueno son cursos de formación que nos han hecho, tipo jurídica, es que la actividad esa tiene que ser con dos monitores y pagada entre todos, vale, no lo paga solo la persona con discapacidad, digamos que cuando entra una persona de apoyo tanto en el aula como en una actividad de actividad física, el apoyo no solo está al servicio de la persona con discapacidad, sino digamos que es un recurso, que en el tema educativo es muy importante, o

57. yo lo vería así, dos profesores en cada aula, hubiera un apoyo más, que se requiera un apoyo más, y entre los dos hagan una metodología conjunta para llegar a todos los alumnos, por si hay alguno un poco mas cohibido, o si es una metodología de siempre, el que entra, entra y el que no, mira lo saco al de apoyo, o si tengo en educación física, los grupos de extraescolares le pongo un apoyo y hace unos ejercicios aparte de los otros.

Entrevistador.- Digamos que la ley si que lo establece, ¿pero hay falta información por parte de...

Entrevistado.- 51.Hay falta de información por parte de las familias,

44. hay falta de información y deformación por parte de los profesionales, tanto educativos como de deporte de educación física, que nosotros damos toda la información y formación, nos sujetamos a lo que nos digan, tanto en centros escolares como centros deportivos, como empresas en general, por ejemplo la coordinadora de centros de discapacidad que es CARIS, pues ahí pueden llamar todas las empresas que quieran y por ejemplo si una persona con discapacidad intelectual o Síndrome de Down aunque no la tengamos nosotros, asesora, como se tiene que trabajar con esa persona, si va a haber algún problema, siempre da un poco de respeto pero luego, con información, formación y sensibilización tanto a los profesionales que van a llevar al chaval como al grupo, y a

42.las familias del grupo pues muchas veces no son los chavales a lo mejor los que van a discriminar o segregar a esa persona sino a lo mejor las familias de esos chavales, pero hay que decirles, que eso es bueno, a ver no todos somos iguales, hay gente diferente como todos, luego la ciencia, la investigación ha llegado a unas discapacidades mas, por ejemplo a la hora de llevar gafas/lentillas sino seriamos discapacitados visuales bastante gente, otras físicas pues han puesto sillas de ruedas o muletas o cosas ortopédicas.

44.En el desarrollo cognitivo, pues a lo mejor el profesional tiene que hacer una formación o tener información, por ejemplo nosotros 17.en el Síndrome de Down, ya sabéis que hay que tener todo muy visual, si tienen problemas de oído porque hablamos de cerca, a la cara, luego que cada uno es particular es igual que todas las personas, tienen sus particularidades sus manías, se enfadan es igual que todos, tenemos un grupo por ejemplo de futbol, unos juegan mejor otros peor los altos los ponemos en la defensa, otros es igual con la distancia, es igual que tengan Síndrome de Down o discapacidad intelectual, tú tienes que ver cómo funciona en tu grupo y a partir de ahí evaluar que apoyos necesita o si necesita algún apoyo y de ahí ya ver que con el apoyo que desarrollo puede alcanzar.

Entrevistador.- Hablando de todo esto de la inclusión, me gustaría saber qué opinas de la frase que dijo Carmen Ocete para favorecer la inclusión dentro del deporte, dijo “Un deporte que le llamamos inclusivo pero que debería ser el deporte para todos”

Entrevistado.-30.Ahí hay un tema deporte inclusivo, claro que tiene que ser tanto deporte para todos, como escuela para todos, como sociedad para todos, como todo el mundo para todos, no solo vas a hacer un deporte específico para los altos, hay que hacer para los altos pero también los bajos por ejemplo en la NBA que es la liga “ mejor del mundo”, hay gente de 2,20 y hay gente de 1,68, con esa frase del deporte para todos es porque el deporte tiene que ser una cosa normalizadora en todos los aspectos. Aspectos de: cualidades físicas de una persona, cualidades intelectuales, cualidades de, físicas de por ejemplo ser mejor

en una cosa, mejor coordinación, por eso no hay que segregar a las personas, luego ya tema tipo de competición, ya ahí es otra cosa, tipo de competición ya hay que llevar unos baremos hay que llevar unas marcas ahí sí que hay unas cualidades, los que tienen que pasar, pasan y el que no pasa, no pasa. Luego están los paralímpicos que ahí se ha hecho, que si es inclusivo o no es inclusivo los paralímpicos, porque se han hecho unas actividades solo para discapacidad, ahora ya vemos que hay gente que pasa tanto las marcas de paralímpicos como las normales de las olimpiadas, hay gente de físicos que en olimpiadas sí que en atletismo han llegado a correr los cien y los doscientos metros. Deporte para todos es como dijéramos eso el mundo es de todos y para todos y tener que hacer cosas para todos, no solo para la gente que saque un 9 en primaria, en secundaria y tal, hay que llegar a estos objetivos da igual que saque un 6 un 5, un 3 y un 2 lo importante es que se esfuerce la gente y ya está.

Entrevistador.- Y hablando de esto también, con respecto a las federaciones deportivas, ¿crees que mantener federaciones específicas de discapacidad, ayuda a alcanzar la igualdad?

Entrevistado.- 55. Hombre con esto de las federaciones, por ejemplo aquí en Huesca, no hay ninguna federación, sí que hay federación especial olimpics Aragón. Yo como lo veo, lo veo algo exclusivo, no es algo inclusivo.

22. Inclusivo sería meter a estas personas que están dispuestas o que les gusta una práctica deportiva, es incluirlas en contextos inclusivos como pistas de atletismo, aquí por ejemplo que va un grupo, el club de atletismo Zoiti, el club de atletismo Huesca en las pistas deportivas y luego entrenamiento, eso sería una presencia en el contexto, luego puede ser que dentro de una categoría puedan entrar las personas con discapacidad, pero podrían entrenar juntos igual, unos harían unos ejercicios , otros, otros, claro por ejemplo en atletismo unos harán velocidad , otros harán peso, otros harán jabalina, otros harán 1500 vallas, da igual, pues si por ejemplo un chaval con discapacidad intelectual puede entrenar en el mismo grupo, pero tiene que hacer otros ejercicios, porque pos sus cualidades tiene que hacer, yo que sé, peso o jabalina o lo que sea, ira detrás pero luego

32. meterlo dentro, en las competiciones si se puede, de cualquier disciplina, ahora se está haciendo mucho y el año que viene lo haremos nosotros, es el tema del rugby inclusivo, está bastante puesto en acción en el País Vasco y aquí ya se ha propuesto varios años, y este año lo vamos a hacer, un equipo inclusivo, tanto personas con discapacidad con personas no normales, no esto no, personas con discapacidad y personas sin discapacidad, normales no, vuelvo a recalcar en esto he metido poco la pata, porque en el rugby los entrenadores lo que nos han explicado, lo miden, tanto por la técnica como lo grande que eres, entonces algún entrenamiento que hemos hecho a alguno de los nuestros ya les han dicho que en algún partido sí que es imposible que pudieran participar en la liga normal que están, pero que en muchos partidos en relación a sus capacidades, si que podrían hacerlo, y luego entrenar, hacer un entrenamiento con todo el equipo, eso

es normal, otra cosa es que en la competición porque hay un partido específico pueda sacar a uno o a dos para que hagan el trabajo de cualquier puesto. Luego claro, luego pues,

32. es más difícil en otros deportes ahora mismo en el rugby esto es bueno y el año que viene seguro que una vez a la semana entrenamos, si alguno quiere participar en el equipo y irse por ahí de campeonatos, se podrá ir, pero

55. sería más de las federaciones es que todas las federaciones de deportes, baloncesto, fútbol, etc. se sensibilizaran un poco y que pudieran entrar, claro ahí estamos ya en competiciones que claro si no vales, te vas a otro equipo o no te fichan, pero luego el tema escolar, al ser tema escolar o juegos escolares esto ya entra más tipo competitivo que posiblemente pues me quedaba solo pues tu estos fuera, cogemos solo a los López, si hay un Síndrome de Down o un discapacitado intelectual que no llega a esos mínimos y no está seleccionado, pues no está seleccionado, tendrá que ir a otro sitio, pero es igual, es igual que otro,

55. las federaciones eso, hay federaciones especiales para personas con discapacidad, eso sería para dar una oportunidad para hacer ese deporte, o que hagan deporte, está bien, pero sería un paso más entrar en las federaciones ordinarias, eso es lo que veo yo.

Entrevistador.- Pero por ejemplo en las federaciones hay distintas categorías, digamos en la categoría, yo por ejemplo he participado en actividades en la categoría C que es la más baja digamos

Entrevistado.- Por ejemplo, 36. hay en diferentes deportes, por ejemplo en natación, en la categoría máster, que es, no sé, de 21 en adelante., tú te presentas a una competición tu vas por ejemplo a cien metros braza o 100 metros libres, tu presentas cuanto haces, yo que sé 29 segundos, pues a ti te ponen en una serie, donde entren gente de 29 de 30 segundos, 27, 28, como los mas bebés, los de 21 hasta 100 años pues te ponen en una franja o en una serie de esas, entonces da igual a lo mejor estas compitiendo con gente de 30 años de 40 de 50, bueno yo he estado en un máster a lo mejor con alguien de 70 años, pero ha sido olímpico un montón de veces y esta a lo mejor haciendo pues tal marca y está compitiendo con los de 40, a lo mejor ahí sí que podrían entrar, son marcas y ya está, da igual que sea mucha o poca.

Entrevistador.- ¿Y porque crees que eso no se da ahora, porque en verdad dentro de competiciones, pocas veces ves?

Entrevistado.- Porque en las competiciones que se ven ahora mas, que son fútbol, baloncesto, eso es muy difícil, y luego los padres ya se echan atrás cuando ven muchas dificultades, mas yo creo que ponen dificultades cuando las gentes que lo llevan, ya empiezan, oye pues este chaval no va a ser capaz, tal, yo creo que esa es la situación que veo yo ahora pero en

32. deportes como el rugby o natación por ahí sí que se pueden en competiciones yo sí que he visto algunas veces con discapacidad y con rugby ahora sí que hay un programa que se está llevando un con Down España de rugby inclusivo, ha dado buenas respuestas y por ahí yo creo es el camino,

52. lo de la inclusión tanto educativa/ social tanto como en todos los ámbitos no es de hoy para mañana, tienes que ver que hace unos años era impensable que vivieran solos y que pudieran trabajar y que puedan hacer un montón de cosas antes sí que los segregaban a centros fuera de la ciudad cosas exclusivas hasta las más dispares que eran cosas horrosas, cosas endemoniadas, cosas raras que han sido por dioses o por Dios que les ha castigado por algún pecado o lo que sea hasta ahora que están en la sociedad y ya está por ejemplo

53. en Huesca sí que se está trabajando desde Cádiz con el Ayuntamiento de Huesca para tener una ciudad inclusiva que ya de por sí es una ciudad inclusiva

52 la gente que viene de fuera pues ve que hay mucha gente por la calle o haciendo actividades pues que tienen discapacidad y lo hacen igual que el resto de las personas la ves por la calle y no la tienes que mirar de una forma distinta o decir mira pues ay pues este tal , no que en principio a lo mejor las más visibles te dan un poquito más de impresión pero

58. yo creo que eso es lo que tendrían que hacer también tanto las administraciones públicas como privadas una acción inclusiva y

51. luego sensibilizar a toda la sociedad que no está sensibilizada siempre se dice mira pues ahí está trabajando este subnormalico, tal, Pues esas cosas las oyes y además las oyes de gente joven qué dices pues sí que necesitan un poquito más de formación, estas personas que a lo mejor pueden trabajar mejor que tú o puede hacer ciertas cosas mejor que tú y la estás ya etiquetando de esa manera pues la estás ya segregando.

Entrevistador.- Esta sensibilización por dónde crees tú que la deberíamos atacar más hacia la formación dentro del colegio?

Entrevistado.- La sensibilización es a todo el mundo, primero, la primera sensibilización es que se vean las personas con discapacidad que todas las personas vean que las personas con discapacidad pueden hacer cosas por ejemplo de la sociedad

58.a partir de las Administraciones después, ayuntamientos, diputaciones gobierno luego estaríamos en alumnado, por ejemplo en los colegios alumnado profesorado equipo directivo luego como he dicho la sociedad en general hay un amplio abanico que se pueden hacer pero

56. no se puede hacer inclusión Social si no se hace educativa y al revés, inclusión de todo, luego quién lo puede hacer,

53. los que mejor pueden hacerlo son los propios chavales o las personas que ya son adultas, ahora ya la tienen esperanza de vida mucho más que antes, es que antes la esperanza de vida era de 28 años para los síndrome de Down ahora se dice que van a vivir, y van a envejecer con nosotros entonces son esas

personas las que tienen que explicar a todas esas personas que tienen algún prejuicio con la discapacidad pues que pueden vivir solas, que pueden ir a comprar, que pueden ir hacer actividades solos, ir al cine, ir de cena pueden hacer cosas normales con autonomía, con independencia, qué es lo que se trabaja en todas las asociaciones

Entrevistador.- Crees que ahora mismo no se ha conseguido a una perfecta igualdad pero que se está llevando el Camino correcto?

Entrevistado.- 52. Sí, pasos se están dando, lo que pasa que eso tiene que llevar un proceso por ejemplo lo que te decía antes De la Edad Antigua hasta ahora, hace 20 o 30 años se veía diferente la discapacidad, antes se veía que era un problema de la persona y ahora se ve como un déficit del contexto de que no se ha sabido adaptar, que no ha habido recursos suficientes para que esa persona se desarrolle,

56. siempre se pecaba de decir pues esta persona en cualquier dictamen educativo o de educación física o cualquiera si tienes que hacer un informe de un chaval con discapacidad siempre será lo negativo pues mira no va a saber hacer entradas, ni se va a tirar, no va a correr como los demás, no te va a decir que está contento siempre, que la pelota la bota muy bien, ¿vale?, siempre te van a decir lo negativo, no lo positivo , entonces, si tu solo hablas de una persona y siempre hablas de lo negativo y no de lo positivo pues se va a llevar una imagen entonces

51. antes solo se veía la discapacidad como déficit y ahora la discapacidad que es el modelo social de la discapacidad, antes era de déficit y ahora es de social que el entorno, el contexto donde está no hay recursos suficientes entonces el que cambiaba antes era la persona y lo que teníamos que cambiar era la persona y las discapacidades de la persona y ahora lo que hay que cambiar es el contexto de la persona para que se pueda desarrollar, como te decía antes , si a un ciego o alguien que tiene algo de visión , le dices no vas a ver nunca y intentas hacer cosas pues antes en realidad no ve y ahora que se ha hecho, con investigación y tal pues hay gafas, lentillas, las operaciones con láser y tal pues eso es lo mismo pero con discapacidad intelectual pues claro es más, un poco más difícil por qué una discapacidad intelectual mientras que el síndrome de Down es visible en el físico pero hay discapacidad que no, y ahí hay que tener un poco de cuidado al tratar con ciertas personas porque pueden tener discapacidad y tratarlas mal porque no saben actuar en ciertos momentos y las puedes discriminar en vez de ayudar, digamos que en resumen

51. 52. se ha pasado de un modelo de déficit que solo se miran las cosas negativas a un modelo social en donde es el contexto el que tiene que cambiar y buscar cosas adecuadas para que esa persona pueda desarrollarse y hacer actividades normales como los demás.

Entrevistador.- Entonces está claro que a las personas de este sector les beneficia hacer actividades conjuntas con personas fuera de este entorno, al revés crees que se verían beneficiadas, ósea personas de fuera del entorno se ven beneficiadas al trabajar con ellos?

Entrevistado.-23.Si, si claro tanto en la escuela como en otras situaciones nosotros lo que buscamos es que las actividades, no se hagan todas, algunas se tienen que hacer claro, en las instalaciones de la asociación pero que se hagan casi todas fuera, en la comunidad, en la sociedad para que no sea una cosa exclusiva, una cosa inclusiva y si pueden participar otras personas sin discapacidad pues mejor, tanto fuera como dentro.

31. Que beneficio puede haber en las personas que no tienen discapacidad y están con personas con discapacidad?, pues hay un camino que es la sensibilización, la sensibilización no puede ser solo con una formación, que te la de alguien, o que te la de un chaval con discapacidad, puede ser una relación de grupo que está trabajando, por ejemplo un club de escritores, que están escribiendo unas poesías, leyendo un libro y luego comentándolo, entonces tú ves que ciertas personas pueden hacer cosas, y yo creo que haciendo eso tu después haciendo crítica tanto del trabajo que has hecho en ese grupo, tanto en deporte, en educación física, para saber que tú te vas a concienciar de ciertas cosas y de ciertos valores que antes no lo pensabas, eso por ejemplo lo han tenido o ahora lo tienen más, gente que ha ido a la escuela con gente con discapacidad y ahora ya cuando son mayores comentan pues mira yo iba con un chaval con discapacidad, mira le tenían que poner una maquina porque era de la once y un armario especial pero mira el se iba solo por Huesca y a nosotros nos daba miedo de que le cogiera un coche por ejemplo y sabia todo Huesca,

31. es importante para la gente con y sin discapacidad los valores que aportan, porque aportan muchos, valores como la amistad, valores como el compañerismo y luego cosas que no se pueden contrastar porque son inexplicables, que te llenan cosas del cuerpo que no son explicables ni evaluables, físicamente ni por calidad ni por cantidad, son cosas que yo creo que a la hora de hacerlas tanto en la escuela como fuera de la escuela, siempre te van a quedar como por ejemplo en la escuela o una actividad que hagas fuera que no tenga, yo que sé, yo creo que te va a quedar algo pues que te llene y que te motive y que lo hagas a gusto y que después puedas pensar en casa o en unos años, pues hacer crítica de las cosas que has hecho, pues mira aprendí esto de este, de esto del grupo, de tal, este porque cree que eras un mal profesor porque era un mal profesor o un buen profesor, o este alumno o estos alumnos que te vienen algo pero eso yo creo que es inevitable con todas estas personas en grupos,

31.activan a todo el mundo tanto para que les ayuden a ellos como ellos también pueden ayudar a otros porque a lo mejor son expertos en ciertas prácticas y otros no lo son

Entrevistador.- Y dentro de la escuela, como hemos dicho que ya están muy metidos en la escuela de una forma muy normalizada, tú crees los compañeros lo consideran uno más?

Entrevistado.-56. Lo que te he dicho, la discapacidad intelectual , el síndrome de Down sí, porque se ve físicamente, entonces por ejemplo el padre puede decir mira pues es Síndrome de Down , pobrecico y tal, hace falta también una sensibilización a todos pero claro hay persona con Discapacidad intelectual que es muy difícil que se vea que necesita un apoyo , necesita un apoyo, una ayuda, esa población es la que está más vulnerable, a tipos de acoso o a tipos de, las familias no pueden hacer esa sensibilización porque no lo ven porque no son expertos en esta cosa, claro los profesores ahí tienen que hacer una evaluación exhaustiva de todos sus alumnos, de ponerse en contacto con asociaciones o no, porque por ejemplo aquí 58.en Aragón está la de atención temprana, el centro base que se llama, cualquier ápice de algún problema que tenga tanto en educación infantil, tanto en pediatría, como en las familias pueden acudir allí hacer una evaluación y ya hacer un programa de desarrollo de estimulación que lleva 6 años y es gratuito y después te pueden dar el alta o te pueden derivar a una asociación.

Entrevistador.- Y ¿crees que existe algún tipo de impedimento, ya me has contestado básicamente que no, pero te lo pregunto por si acaso, tipo de impedimento para que puedan realizar actividad física?

Entrevistado.- 13. Impedimento, claro dependiendo de donde estén, si en un sitio no hay instalaciones pues no pueden entrenar, yo creo que si les gusta, claro que no estén obligados a hacerlo, que sea que les guste, también que los compañeros estén sensibilizados que también les guste hacer ese mismo deporte, o educación física, y los trabajadores que queden con ellos, profesionales o voluntarios pues igual, el 25.impedimento más seria de la no aceptación de que entre en el grupo una persona con discapacidad, no veo otro impedimento, impedimento de hacer deporte, claro el problema es hacer deporte o educación física en un grupo inclusivo, aquí por ejemplo tenemos personas que están, tenemos el grupo de natación en cursillos ordinarios o trabajando en empleos ordinarios yo creo que impedimento, claro que puede haber pero es dependiendo de las personas no dependiendo de la capacidad o discapacidad que tenga esa persona, es el entorno o la sociedad quien tiene que facilitar esas cosas,. si el monitor / trabajador que está allí no lo acepta, es un impedimento pero si es un profesor que no lo ve como un problema sino como un reto el que esa persona haga educación física como los demás y así tiene esa formación para cuando en años posteriores vaya a tener otro chaval así pues así es mejor, otra cosa es que lo vea como un problema y ya ponga barreras o digan que no pueden o no tienen apoyos, apoyos a la familia, a los amigos, al mismo grupo que les apoya.

Entrevistador.- ¿Conoces algún caso en que se le haya impedido?

Entrevistado.- 35. Que se le haya impedido, pues si por ejemplo en extraescolares de gente si, pues que necesitan más apoyo, que hay que contratar a más gente, si tienen que contratar a más gente se paga entre el grupo y ya está y

54. ahí está la ley que lo recoge que hay casos así prácticos y como hay jurisprudencia , si una persona ha ganado un juicio en una situación si es de la misma temática y si es de la misma forma pues tu puedes decir que ha habido un caso igual, existe jurisprudencia ,esto se tiene que llevar así y que hay casos de educación también de educación física, de deportes más en temas de extraescolares pero yo lo veo también como el tema de las mujeres por ejemplo que a las chicas en la federaciones de fútbol no les dejan jugar en ciertas categorías, es una tontería como una casa. Qué es más normalizado por ejemplo desde esa discriminación hacia la mujer o de la chica pero es también gente con discapacidad, si la persona con discapacidad o da igual, una chica, siendo un chico, siendo alto, siendo bajo o moreno o con gafas, o lo que sea, da igual, y si quiere hacer deporte y lo puede realizar ya está otra cosa es que no lo pueda realizar y otra cosa es que en ciertas categorías ya no puede llegar a un nivel porque sus compañeros están a mas nivel, si que podrá hacer los entrenamientos y tal pero luego a la hora de competir ya es otra cosa,

36. competición y lo de inclusión es difícil, habría que trabajarlo mucho también con los chavales se podrían hacer ilusiones de que van a llegar y tal, y hay que decir pues como todos, cada vez hay gente mucho mejor que tu y mucho peor que tú, entonces no hay que discriminar a nadie, ni hay que decir no voy a poder llegar a hacer tal cosa.

ENTREVISTADO 3

Entrevistador.- ¿Como de importante consideras que es la actividad física en este colectivo?

Entrevistado.- 10. Igual de importante que en los otros, es necesaria vamos.

Entrevistador.- ¿Crees que tiene alguna desventaja el deporten en algún aspecto?

Entrevistado.- 12. Para mí no, ella ha hecho deporte en el colegio y luego pues hemos ido, , en bici con ella, tardó bastante en aprender y tardó bastantes años, también empezamos desde muy pequeña y tardó bastantes años, pero la verdad qué va muy bien bicicleta, ósea podemos hacer una excursión en bicicleta con ella, también patina, también desde muy chiquitina intentamos que aprendiera a patinar y aprender a patinar también le costó pero ahora patina, bueno hace días que está pidiendo, como le dieron el alta hace poco, está pidiendo ir a patinar pero como hace tanto calor.

41. Y dentro de lo que es el colegio ha hecho deporte pues igual que todos y bueno muy bien, han hecho coreografías...

13. En la asociación no ha llegado a hacer este deporte que hacíais, bueno este año por la espalda , pero luego otros años ha ido algunas cosas pero no a todo porque ella ha hecho secundaria y ha titulado además, entonces claro eso es un esfuerzo al que le tiene que dedicar bastantes horas, entonces a algunas cosas podíamos decir que sí y a otras que no, y como también en el colegio hacía deporte y por su cuenta también, es lo que te digo que nosotras quiero decir que salimos, andamos, vamos en bici... pues cuando ella quiere ir en patín, nos vamos allí detrás del Palacio de Congresos y va un rato y por aquí por las plazas.

Entrevistador.- Dice Carmen Ocete, un deporte que lo llamamos inclusivo pero que debería ser el deporte para todos, ¿qué opinas de esa frase?

Entrevistado.- 30. El deporte tiene que estar para todo el que lo quiera practicar, yo lo he notado, claro, tampoco sé ha inscrito ella en ningún club, ni en ningún una cosa, el deporte que ha hecho ella ha sido con nosotros o en la asociación o en el colegio, pero por ejemplo

41. con respecto al colegio es que es deporte para todos, quiero decir los profesores es que la han considerado una más y ha sido una más y le han ayudado y sus compañeros y todo y ha sacado buenas notas le han puesto hasta 9.

41. y es más cuándo hacían las excursiones en primaria, iban una vez al año una excursión con algún club de bicicleta y lo único que te decían es que fuera alguien de la familia porque era más pequeña también y sabía menos. Y entonces iba mi hija la mayor con ella y hacían la excursión y ella pues si tenía algún problema le ayudaba mi hija porque claro ahí iba el de la bicicleta y un profesor con veintitantos, entonces iba mi hija y ya está.

36. Pero yo por mi parte la verdad que he considerado que ha estado incluida en el deporte, luego ella pues tiene que ir al ritmo suyo, eso sí, pero la verdad es que se lo han respetado siempre su ritmo y siempre ha practicado, te quiero decir que nunca ha estado ahí al lado. En todos los deportes que ha hecho, en Santa Ana, por ejemplo que hacían bádminton, pues también.

12. Ella está dispuesta siempre, de lo que se cansa es de andar. A Andrea le tenemos que ir estimulando, cuando lleguemos nos comeremos el bocadillo.

Entrevistador.- ¿Crees que la oferta que hay hoy en día es suficiente y accesible para todos, la oferta de deporte en general, tanto por parte de entidades, como por parte del ayuntamiento, si tú te quieres apuntar a algo no tienes ningún problema?

15. Entrevistado.- Hay unas plazas, por ejemplo las del patronato hay unas plazas,

Entrevistador.- ¿Crees que debería haber más plazas?

Entrevistado.- En lo que la gente tiene más demanda tendría que haber más plazas, lo que hay más demanda a la gente le tiene que fastidiar quedarse sin plaza, supongo.

En lo que afecta a la asociación, un año fue en colaboración con alguien, creo que eran universitarios, lo que te digo es por otras personas que se que intentan a lo mejor en el patronato y *mira pues me he quedado sin plaza.*

12. Lo de la Asociación está muy bien aparte los críos con el baloncesto tienen una afición que para qué.

Entrevistador.- ¿Qué tipo de actividad física crees que sería más apropiada?

Entrevistado.- 12. La natación le viene muy bien, bicicleta también y el patinaje yo te digo lo que ella hace y el senderismo también iría muy bien, si no es excesivo, porque se cansan, senderismo por las zonas de aquí y alrededor de Huesca también estaría muy bien, el decir voy a hacer un sendero y luego almuerzo que es lo que les motiva.

Entrevistador.- ¿Y deportes más en equipo?

Entrevistado.- 12. El baloncesto está muy bien y el fútbol también, lo de ir con amigos, eso le encanta. El fútbol lo intentamos porque en primaria su grupo, jugaban al futbol los chicos y las chicas venían aquí a hacer partidos y eso y Andrea se iba con las de la clase de más pequeños porque ella no quería fútbol, el fútbol nunca le ha motivado.

12. Ellos están a gusto en lo que dominan de alguna manera, entonces yo por ejemplo futbol no le he enseñado pero le enseñado a ir en bici y le he enseñado a patinar y le he enseñado a encestar en la canasta, ellos tienen que partir de una base de que primero les enseñen, el estímulo está en eso. Si les ponen a hacer unas cosas que no se le ha enseñado pues no tienen tanto estímulo.

Entrevistador.- ¿Crees que dentro de.. por ejemplo las clases de educación física, no hacen un esfuerzo por que se les enseñe una base de todos los deportes?

Entrevistado.- Si te refieres a las clases de educación física del colegio, ahí les enseñan, entonces tienen una motivación porque les enseñan.

12. En Santa Ana también lo que hacen son las coreografías, pues cuando tienen una fiesta o lo que sea, eso les viene genial también.

Entrevistador.- ¿Hay alguna actividad física que consideras que es menos apropiada?

Entrevistado.- 12. Los deportes así brutos no los veo adecuados, hombre si fuera judo, yo pienso que para ellos igual es demasiado agresivo, pues es que también habría que explicarles muchas cosas también y que controlaran mas y hay que explicarles todo .

Entrevistador.- ¿Crees que la oferta de actividad física, implica un aporte económico elevado, o crees que es adecuado para todas las familias?

Entrevistado.- 13. Para todas dependiendo, lo del patronato está bien, en clubs deportivos el coste económico pues dependerá de las posibilidades de cada persona.

Entrevistador.- ¿Crees que debería hacerse algún tipo de subvención para ayudar a estas personas?

Entrevistado.- 13. Si, estaría bien un descuento si nos referimos al Ayuntamiento, podría haber alguna ayuda en ese aspecto para ellos y en los gimnasio también pueden hacer un descuento, ya puestos a pedir

Entrevistador.- ¿Conoces alguna familia que no haya podido realizar alguna actividad debido a falta de medios?

Entrevistado.- 13. No, es que lo de realizar actividad física si quieres con que te vayas a andar a las todos los días se puede hacer deporte gratis también, yo creo que está bien en general

13. Lo que te he dicho del Ayuntamiento si se pudiera que se ofertaran más plazas, dentro de lo que tiene más demanda y para ellos ayudarles en todos los ámbitos en los que se pueda, pero por ejemplo en el caso de Andrea en el que todavía está estudiando pues no tienes mucho tiempo si está estudiando las cosas que estudias y luego aparte la Asociación da más cosas pues el día tiene unas horas.

Entrevistador.-¿Crees que para realizar actividad física dentro de un programa normalizado se precisa de una actitud física mínima o no hace falta tener una actitud física mínima?

Entrevistado.- 13 Yo pienso que tienen que tener una actitud física mínima desde pequeños, lo que no puedes hacer es de golpe, a un adulto Down ponerle de golpe a hacer un deporte y esperar un rendimiento, yo pienso que desde pequeños tienes que fomentarlo y las familias sobre todo. Si yo no me hubiera empeñado en que Andrea aprendiera a andar en bicicleta nadie le habría enseñado, si yo no me hubiera empeñado en que Andrea fuera en patín nadie le habría enseñado, entonces yo pienso que ya desde las familias ya desde pequeños habría que intentar conseguir cosas, no es fácil, cuesta esfuerzo y no rendirse y cada día un poco, un poco, un poco, un poco y la sensación que te da cuando ves que pedalea,

12. por ejemplo en la bici les cuesta mucho coordinar este movimiento y entonces hay que insistir, insistir, insistir hasta que un día ves que lo hacen y tú aplaudes ya.

13. El deporte empieza desde las familias, no dar nada por perdido, porque yo por ejemplo el primer día que le puse lo patines Andrea su padre dijo no aprenderá en la vida, y le dije yo sí que aprenderá. Y ha aprendido, te quiero decir pero claro hay que insistir, pues agárrate en la barandilla y ahora pon un pie así, pero ponlo así Andrea, ponlo así, hay que ir dándoles muchas ideas para que sepas cómo se hace, incluso decirles con el pie así y cogerle el pie y pone solo tú y el otro cogérselo también y ponérselo también y ahora agárrate y ves andando, y a lo mejor, pues no que me da miedo pues yo te ayudo.

13. Sí el padre confía que el hijo lo va a conseguir, se consigue,

Entrevistador.- ¿Tú crees que las familias realizan todo el esfuerzo o a veces se desvanece?

Entrevistado.- 13. Yo pienso que a veces lo dan por perdido, piensan que no lo van a conseguir y entonces no lo hacen, o que se lo van a dar otros.

13. Yo soy la primera que está en la línea de fuego a la hora de enseñar a Andrea, luego pues todo lo que me van dando pues bien recibido será. Yo soy la primera que está en la brecha, yo desde que ha nacido y los otros padres hacen cosas también, lo que quiero decir es que yo no digo que no hagan cosas pero lo que yo veo, es que sí, que dan alguna cosa por pérdida, como dice el refrán “El que se empeña se casa”, pues si te empeñas lo consigues.

17. Hay que tener mucha paciencia porque yo te puedo decir que lo de la bici, costo años, si empezamos con 3 o 4 años igual a los 8 o 9 lo conseguimos, que hiciera ese movimiento, primero con las ruedas, luego sin las ruedas, yo por ejemplo mi sobrino pues a los 5 o 6 años iba en bicicleta pues Andrea debía tener 8, pero hay que seguir insistiendo y ella a lo mejor como ve que no puede pues también dice que no, que no quiero. Pero tú no te haces pesado, pero tu todos los días sacas la bicicleta venga vamos Andrea que vamos a intentar...

12. Lo “último” es lo que más nos gusta.

22. Entrevistador.- ¿Qué entiendes por inclusión integración y segregación, entiendes la diferencia entre los tres términos?

Entrevistado.- No mucho, explícamelo un poco.

17. Es que la gente con discapacidad les cuesta más aprender entonces lo primero que hay que hacer es que aprenda esa persona y luego podrá estar en el grupo,

25. porque el grupo exige unos mínimos, lo que no puede ir es una persona que no sabe nada a un grupo que saben.

21. La inclusión está más en primero enseñar para que sepan y luego ya se puede incluir, aunque vayan un poco más despacito, pero hombre un mínimo tienen que saber.

Entrevistador.-¿Tú crees que por ejemplo, si en lo que es la base, no dentro de un programa normalizado, sino un programa de iniciación, si se deberían adaptar esas actividades para todos, para que todos aprendieran de la misma manera?

21. Entrevistado.- Yo creo que en principio tienen que ir ellos a aprender un poco solos y luego ya se pueden incluir, porque, claro así de principio yo lo que te puedo decir de ejemplo es que

32. por ejemplo Andrea ha ido a natación al J10 entonces ella sí que ha ido dentro de un grupo desde chiquitina, pues iba en el grupo de 3 años, y ha ido desde los 3 años y entonces ella poco a poco y como ha ido a muchos cursos de verano en los que estaba integrada con todos, aunque luego el profesor le tenía que prestar un poco más de atención a ella, pues claro acabo nadando estupendamente y todo

25. pero claro, todo eso ha sido una inversión económica y una dedicación muy grande y luego pues el mismo profesor decía, es mejor que haga algún curso de verano, porque claro si durante el curso iba una vez a la semana luego durante los cursos de verano daban 2 semanas seguidas intensivo, intensivo, pero

34. siempre cuentas con que la gente apoya siempre más a la persona discapacitada, ósea siempre cuentas con eso, que la apoyan más, se esfuerzan más con la persona discapacitada. Por ejemplo cuando abrían la persiana para que lo viéramos los padres, pues tú veías que las personas normales entre comillas nadaban más rápido, pero todo el mundo aplaudía el esfuerzo que hacía Andrea, pues que ella sí tenía que hacer un largo pues lo hacía pero a lo mejor en medio se agarraba, pero luego seguía sabes lo que te quiero decir, es decir el normal así a todo el largo seguido y Andrea en medio se agarraba y luego seguía y veías al monitor que le decía Andrea tira.

36. Ella ha hecho todo pero a su ritmo, ella ha aprendido todo pero a su ritmo y

34. le han tenido en cuenta que ella tenía otro ritmo.

Entrevistador.- ¿Entonces tú crees que es mejor que empiecen con una dedicación especial hacia ellos, una vez que hayan avanzado, incluirlos?

Entrevistado.- 30. Incluirlos pero después de que hayan avanzado y si no tienen que tener un poco más de atención.

41. Por ejemplo ella ha hecho los cursillos de natación en el colegio y no ha tenido ningún problema, pero claro ella ya nadaba, pues nada, va más despacio que los otros pero tampoco supone un problema grande, ella va un poco más despacio y ya está.

25. Pero desde luego los padres tenemos que estar muy concienciados de enseñarles en todos los ámbitos, la inclusión está en que sepan, lo que no puedes tú es pensar que papá está al lado y te lo va a solucionar todo, la familia tiene que eso y rascarse el bolsillo, yo entiendo que habrá gente que no podrá y yo tampoco soy rica pero a mí no me importa gastármelo, yo me lo quitaré de ir de vacaciones pero lo invertiré en mi hija antes, a mí que me solucione la vida papa estado pues no, lo que te da el estado bien recibido y si tú puedes pedir para que te dé más pues también, pero lo que no te da, pues tienes que llegar tú y te lo tienes que quitar de otras cosas porque lo principal es sacar adelante a un hijo qué has tenido y que necesita más cosas.

Entrevistador.- El otro día estuve hablando con Jorge y me dijo que iban a hacer rugby inclusivo, van a estar síndrome de Dow dentro de un equipo de rugby, están apostando por un deporte inclusivo, ¿tú crees que la apuesta por un tipo de deporte inclusivo tiene algún tipo de impedimento?

Entrevistado.- Yo creo que por ejemplo los críos que han practicado futbol dentro de la asociación, pueden, pero yo por ejemplo meter en el rugby a Andrea, pues no, a ella no le gusta el futbol, no le gusta correr, pues no, pero es lo que te digo yo voy siempre que tengan alguna noción, los chicos que ya tengan una noción lo veo bien, lo veo muy bien, que lo intenten, además a los críos les hace mucha ilusión y le motiva el deporte muchísimo y la competición y el ganar, pero todo viene de saber un poco.

Entrevistador.- ¿Crees que se debería incentivar mas a que aprendieran más deporte....?

Entrevistado.- Si, primero que les enseñen a ellos y luego se pueden meter desde esa enseñanza en los equipos de inclusión, claro

34. La gente les apoya, pero claro si alguno no sabe hacer nada, pues dicen aquí nos está molestando, hay que partir de que sepan algo y desde el momento que saben les apoyan un montón

17. Y luego pues claro aun enseñándole pues va más despacio pero es cuestión de su constitución, de su genética.

Entrevistador.- ¿Crees que este tipo de deporte inclusivo, beneficia tanto a las personas con discapacidad como a las personas sin discapacidad?

Entrevistado.- 43. A sus compañeros le ha aportado un montón que Andrea estuviera en la clase y le han ayudado muchísimo, Andrea, Andrea cuando recogió el título de secundaria le aplaudieron sus compañeros.

Andrea por ejemplo tenía apoyo en matemáticas y lengua pero en el resto pues va con el profesor normal y luego el apoyo en casa, luego para hacer, para estudiar, entonces a Andrea siempre la ponían con un compañero que no era siempre el mismo.

43. Los compañeros me mandaban a mí correos electrónicos, mira que Andrea tiene que presentar esta parte de la asignatura, te quiero decir que eso les beneficia a todos y todos están contentísimos de haber tenido Andrea como compañera, cómo personas les beneficia un montón a los compañeros da igual en el deporte que donde sea, las personas discapacitadas son personas estupendas y te aportan un montón de cosas y luego también te enseñan un montón de cosas, a no complicarnos la vida tanto como nos la complicamos eso sobre todo.

Entrevistador.- ¿No has presenciado nunca un tipo de actitud negativa hacia Andrea por parte de nadie?

Entrevistado.- No, que yo sepa no.

Entrevistador.- ¿Crees que el trato es diferente según la etapa escolar, el trato que ha tenido Andrea según la etapa escolar por parte de sus compañeros o el trato siempre ha sido de uno más?

42. Entrevistado.- Lo que es en clase yo creo que ha sido siempre igual, lo único que a la hora de juntarse fuera de clase pues en la secundaria ya cambia, es porque no comparten los mismos intereses, porque por ejemplo Andrea tampoco quiere ir con ellos, tienen intereses diferentes y ni Andrea quiere ir con ellos, ni ellos con Andrea, digamos a la hora de salir porque la forma de salir pues es que es diferente, hasta la secundaria pues es que tampoco salen, no salen, están ahí en la plaza. En primaria digamos son más niños y en secundaria pues como empiezan a salir ellos solos por ahí y todas estas cosas pues digamos los niños con discapacidad no encajan, ni encajan ni a ellos les gusta.

Por ejemplo Andrea ha ido de viaje de estudios con los compañeros del Santa Ana y ha estado muy bien, te quiero decir pues claro lo ha pasado muy bien pero luego es muy diferente. Por ejemplo una persona con discapacidad no encaja tomando alcohol en el tubo, ni haciendo botellón, ellos son más sanos, porque luego también las conversaciones que llevan entre ellos por ejemplo las chicas son conversaciones diferentes.

Entrevistador.- ¿Crees que en la actualidad hemos llegado a alcanzar una igualdad, en todos los aspectos?

Entrevistado.- 52. Igualdad total no hay, es muy difícil, yo creo que el camino sí por supuesto, pero es que lo que yo opino ya te lo he dicho es que la integración está en saber.

51. Yo no rechazo a nadie si tú estás por la labor, si las familias van a qué te lo den todo pues entonces no, porque claro es mucho esfuerzo, entonces el esfuerzo hay que hacerlo desde la familia para conseguir que se integren.

58. La forma es que sepan, entonces hacer todo lo posible para que sepan, desde la familia y luego desde el colegio y desde las asociaciones y todo pues ayudan.

Entrevistador.- ¿Crees que la ayuda es suficiente?

Entrevistado.- 58. Cada uno yo pienso que hace lo que puede, lo máximo que puede, que tampoco veo yo que digan esto ya vale, ya les vale, yo eso tampoco he visto que lo digan, pues simplemente pues oye dentro de la administración hay unos recursos y dan hasta donde pueden.

58. Lo único que claro pues desde las asociaciones se pide y a veces se dan cosas, quiero decirte es suficiente, pues es que es suficiente no nunca es.

57. Lo mismo que en primaria y en secundaria se necesitaría apoyo en todas las clases 58. y te dan pues lo que puede la administración.

57. Se podrían hacer cosas pues por ejemplo los maestros de prácticas, los maestros de prácticas vendrían muy bien para apoyo de estos críos, entiendes, en las asignaturas que no hay apoyo, porque hay solo hay apoyo en matemáticas y lengua pero luego el resto de las asignaturas te las tienes que apañar en casa con un profesor o como sea en casa, pero los maestros de practica en eso podrían hacer mucho, habría que hacer conciertos de los colegios con la universidad.

58. Pero ahora dinero pues por ejemplo no hay para que mantengan un profesor de apoyo en todas las clases porque eso supondría mucho dinero, pero es lo que hace falta, porque Andrea igual necesitaba apoyo en sociales, que en biología, que en matemáticas, que en inglés y eso pues claro que lo tienes que buscar en casa, intentar que los maestros te digan los mínimos que ella tiene que conseguir y ya en casa a buscártelo.

57. No dinero no, pero se podría mirar con los profesores de prácticas que digo yo, pero tendría que estar todo mas coordinado.

58. Andrea va a empezar una etapa que es módulos y no hay ningún tipo de apoyo, ahora está la Asociación intentando conseguir, el instituto está intentando conseguir porque ella se lo merece, ella ha aprovechado todos los apoyos que ha tenido, pero claro si no hay dotación económica, pues no.

Entrevistador.- ¿Crees que los derechos que se dictan en la ley, se cumplen todos, o hay en algún caso que no se ha llegado a cumplir?

Entrevistado.- 54. Yo creo que a nivel de la administración se cumplen y luego los derechos los vulneramos las personas, quiere decir a niveles de la administración yo creo que se cumplen pero lo que pasa es que luego las personas los vulneramos a veces.

Entrevistador.- ¿Y crees que esa vulneración esta sancionada, o se sanciona?

Entrevistado.- 54. No son sancionados porque ni se enteran, nadie se entera te lo sufres tú y ya está.

Entrevistador.- ¿Eso es algo que se debería cambiar que se debería intentar...?

51. Entrevistado.- A nivel de sociedad, yo creo que la sociedad en algunos aspectos aún tiene que cambiar mucho porque los ven como.... hay que cariñosos son, los tienes que tratar como a otra persona,

54. Pues cuando se vulneran pues yo que sé pues cuando por ejemplo Andrea le ha dicho alguien pues tú vete, no sé cómo decirte pues de eso quién se entera nadie,

56. a nivel de la sociedad tendría que haber mentalización de que hay que tratarlos por igual

Entrevistador.- ¿Y eso como crees que lo podríamos conseguir, crees que se podría conseguir de alguna forma?

Entrevistado.- 51. Pues sí, yo por ejemplo de mi labor individual de madre, lo voy explicando, sin darle la bronca a nadie, *Ay es que son muy cariñosos*, digo pues a veces como todos, yo conciencia a nivel individual.

Entrevistador.- Un padre no puede concienciar a toda la sociedad, ¿crees que se deberían hacer algún tipo de jornadas o algo para concienciar a toda la sociedad?

Entrevistado.- 56. Yo creo que ya se hacen desde la Asociación hasta tienen en el periódico algún mensaje en este sentido, yo creo que sí que se conciencia lo que pasa qué hace falta más años para que los vean en todos los sitios, entonces

51. Cuando ya se vean en todos los sitios y se vean que son personas normales pues con una discapacidad pero normales, pues entonces la gente ya se concienciará.

53. Pero queda mucha gente mayor que aún se acuerda de cuando los tenían encerrados en casa, yo pienso que eso se conseguirá con los años es seguir luchando y con los años pues se incluirán y serán personas con discapacidad pero totalmente aceptadas en la sociedad.

ENTREVISTADO 4

Entrevistador.- ¿Como de importante consideras que es la actividad física en este colectivo?

Entrevistado.- 10. Yo creo que es fundamental,

11. porque además yo creo que está bastante relacionado la capacidad intelectual, el desarrollo de la capacidad intelectual con el desarrollo físico entonces yo creo que van a la par entonces puede llegar incluso a mejorar las capacidades Intelectuales. Yo lo veo fundamental.

Entrevistador.- ¿Crees que tiene alguna desventaja para ellos la actividad física?

Entrevistado.- 17. En principio podrían verse ellos... si se comparan con el resto, pues a lo mejor en principio hay que tener un poco de cuidado para que ellos no vean eso como algo negativo pero si se tienen los cuidados y se toman las medidas oportunas para que ellos vean más un reto a superar que no una diferencia insalvable que les diferencia de los demás.

Entrevistador.- ¿Y tú crees que sería más la diferencia que ellos ven o la que sus compañeros les hacen ver?

Entrevistado.- Las dos cosas porque 42. También los compañeros sobre todo a ciertas edades, la edad con la que trabajo qué es la adolescencia, pues debe haber algunos que serán muy cabritos, entonces sí que hay que tener un poco de cuidado, porque ya no solo la percepción suya sino la de sus compañeros y que se lo hagan ver y que les hagan sentir mal.

Entrevistador.- ¿Y tú crees que a todas las edades esta ese tipo de persona que de alguna forma les hace verse diferentes o hay edades en la que no ven esa diferencia?

Entrevistado.- 42. Yo creo que los más pequeños la ven menos, en la escuela yo creo que comparten más cosas y luego yo creo que en la adolescencia sí que ya hay, porque en la adolescencia cómo se producen todos los cambios hormonales de crecimiento, todos no desarrollen igual y algunos pues dan el tirón es decir unos lo dan, otros se quedan mas bajicos y es una edad complicada en ese sentido y en esa edad pues a lo mejor pagan, los propios defectos que uno tiene , a lo mejor lo pagan metiéndose con los demás, yo creo que la adolescencia es más complicado. Y además yo estoy convencido de que cuando se pasa esa etapa que luego vuelve otra vez a funcionar, pero que esta etapa es complicada.

Entrevistador.- ¿Sería en esta etapa, cuando ellos provocan más una diferencia que en el resto de etapas?

Entrevistado.- Si, porque por ejemplo el caso de estos chavalicos ahora en los institutos, se ve mucho el grupo de los frikis que llaman, pues los frikis siempre parece que los aíslan, de cierta manera, que hacen grupo aparte, que no se acaban de integrar. Y ese punto en la adolescencia se ve.

Entrevistador.- ¿Qué tipo de actividad física consideras que sería la más apropiada para ellos?

Entrevistado.- 12. Fundamentalmente intentar sobre todo reforzar lo que ellos hagan bien, lo que pasa que cada caso es distinto, luego también los intereses, los intereses que ellos tienen, porque además lo ves hay chavales que tienen dificultades para cosas pero están tan interesados en hacerlo bien que incluso lo superan y en cambio hay chavales torpes que no tiene ningún tipo de problema pero que se te niegan a hacer una actividad, fútbol por ejemplo a mi fútbol ni de coña. Muchas veces algún chaval con dificultades pero con interés en hacer este deporte avanzan más que otro que no tendría ningún tipo de problema pero que no tiene interés. Es jugar un poco con los intereses de ellos y sobre todo tampoco intentar forzar mucho porque a estas edades, la que estoy yo, si se te plantan y te dicen no, es que no y no hay manera, y forzarlos, no. Si tú por ejemplo haces una actividad de raquetas y ves que la actividad de raquetas le gusta pues alargas un poco más esa actividad de raquetas con ellos.

Entrevistador.- ¿No va en sentido de que un tipo de actividad física es más perjudicial para ellos, sino en la que demuestran más interés, como todas las persona?

Entrevistado.-Yo creo que sí,

12. Luego habrá actividades que verás que por narices ves que no las pueden hacer y si no las pueden hacer, pues no nos pueden hacer, y sobre todo la motivación. Por ejemplo nosotros los llevamos a nadar, todos los años los llevamos a nadar y siempre hay un grupo que no nada, se quedan en la grada, se niegan. Son chavales de 1º de la ESO y normalmente en ese grupo no hay chavales que tengan dificultades, sí que por ejemplo hay alguno que sí que tiene algún problema de sobrepeso ósea que le da vergüenza ponerse el bañador, eso lo puedes llegar a entender, pero hay otros que no, que son unos bandarras, y chavales que tienen dificultades, tienes algún problema físico o incluso intelectual entran a la piscina y la piscina les motiva y les gusta.

Entrevistador.- ¿Cuál crees que sería una frecuencia ideal para hacer una actividad física?

Entrevistado.- 14. Yo creo que 3 días a la semana

Entrevistador.- ¿Crees que la oferta de programas de actividades es suficiente, o debería haber más?

Entrevistado.- 15. yo creo que debería haber más

Entrevistador.- ¿Y las franjas horarias, crees que se abarcan todas o hay algunas en que si tu trabajas y solo tienes tal franja para hacer deporte, no puedes hacer porque no hay?

Entrevistado.- 13. En los institutos siempre se trabaja mucho mejor a primeras horas que a últimas, es una cuestión de que los chavales a lo largo de la mañana se van cansando, se van agotando, y al final ya llegan con ganas de irse, no en educación física sino en todo, las ultimas horas son más complicadas que las primeras, algunos a primera hora te viene un poco dormido pero se activan.

Entrevistador.- ¿Consideras que hay familias que precisan de alguna subvención para poder beneficiarse de este tipo de actividades deportivas?

Entrevistado.- Seguro que sí, porque además con estos tiempos de crisis, seguro que si

Entrevistador.- ¿Consideras que las actividades físicas dentro de un programa son asequibles, no de forma por libre, sino si te quieres meter en un programa y te enseñen un tipo de actividad o te den unas directrices?

Entrevistado.- 13. Yo creo que a determinadas familias sí que se les podría subvencionar, y sobre todo familiar con algún hijo con algún tipo de problema concreto que necesiten una atención especializada, ahí les vendría bien.

Entrevistador.- ¿Crees que para realizar actividad física dentro de un programa se necesita una actitud mínima, quiero decir físicamente?

Entrevistado.- Yo creo que no, al final, todos podrían de una manera o de otra a todos les puede llegar a interesar

Entrevistador.- ¿Y dentro de los programas que hay de actividades física, ves que la preparación del monitor/entrenador es optima?

Entrevistado.- 16. Yo creo que sí, que ahora con la formación de esto chavalicos que entran en el tafad, los licenciados en deporte, ahora en España ha mejorado mucho, ahora hay bastantes planes de formación, y los entrenadores profesionales de distintos deportes...

Entrevistador.- ¿Qué entiendes por inclusión, integración y segregación?

Entrevistado.- 22. Inclusión, sería meter a los chavales todos juntos independientemente de sus capacidades.

Integración sería un programa un poco más especializado que la inclusión que no fuera tanto como una inclusión más un paso intermedio.

Y la segregación sería más llevar a todos los chavales discriminarlos por capacidades y ponerlos en distintos compartimentos.

Entrevistador.- ¿Crees que la sociedad tiene clara la diferencia entre estos tres términos?

Entrevistado.- 22. No, no, muy bien, Y sobre todo porque en los centros la verdad es que mezclamos mucho y hay a veces que intentas hacer grupos de una manera y otros de otra, no está del todo claro.

Entrevistador.- ¿Donde crees que se debería de incidir más para dejar claros estos conceptos?

Entrevistado.- 21. Yo creo que por ejemplo si hubiera estudios claros que dijeran ejemplo igual a ciertas edades eso que suena fatal la segregación igual en ciertas edades les podría convenir, decir cómo van a avanzar más si lo hacemos de esta manera que si lo hacemos de otra, no lo sé tengo dudas.

Entrevistador.- ¿De entre estos tres métodos cual crees que es el más usado?

Entrevistado.- 23. Integración porque sobre todo en los institutos se intenta, en primaria tampoco sé cómo lo harán.

Entrevistador.- ¿Crees que según el contexto en el que se encuentran, ya sea formación, empleo, círculo social, se debe aplicar uno u otro método, es más factible uno u otro, o es mejor casi siempre el mismo?

Entrevistado.- No lo sé, la verdad es que no lo sé.

Entrevistador.- ¿Ventajas y desventajas que podrían tener las actividades segregadas?

Entrevistado.- 24. Las actividades segregadas que a lo mejor a la hora de buscar objetivos concretos a lo mejor sí que consigues más cosas, más cosas en el sentido de que cuando tú tienes un grupo muy numeroso y además de distintos niveles, a lo mejor un grupo de distintos niveles que fuera reducido si podrías llegar a impartir todo bien, pero cuando tiene distintos (eso pasa en los institutos) un abanico amplio y además tienes treinta, la atención que puedes dar a unos y a otros es complicado. Entonces a veces lo que tiene de bueno es que conviven y que ven que todos somos iguales que haya gente diferente que a lo mejor tiene estas capacidades disminuidas pero a lo mejor tiene otras en las que te mejora eso es bueno pero luego para conseguir ciertas cosas concretas pues a lo mejor no, porque no puedes atenderlos de manera tan efectiva como deberías. Pero corres el riesgo de hacer ahí un gueto.

Luego además también ocurre que cuando conviven un grupo que los han discriminado cierta manera, por ejemplo el grupo de los malos, el concepto que se crea sobre ese grupo, eso tampoco es bueno porque ya ellos mismos se ven como el grupo de los malos.

Entrevistador.- ¿En el caso de las actividades integradas que ventajas y desventajas ves?

Entrevistado.- 24. La convivencia sobretodo conviven y ven porque además luego en la vida les va a tocar eso, en la vida adulta les va a tocar convivir con todo el mundo es muy difícil si no tienes una actividad económica que les permita vivir en una isla van a tener que convivir, entonces nos va a tocar aprender lo bueno y lo malo de la convivencia.

Entrevistador.- ¿De las actividades inclusivas que ventajas y desventajas ves?

Entrevistado.- 21. Por muy buenas que sean las actividades inclusivas siempre hay que hacer la diferencia de los chavales que tienen dificultades y problemas de los otros, hacer un programa general para todos, yo eso lo veo que es más factible en grupos reducidos en un grupo pequeño lo puedes llegar puedes prestar atención si tienes 7 o 8 Y a lo mejor les puedes dedicar atención a todos, en grupos numerosos de 30 yo lo veo complicado, que tendrían que hacer clases más reducidas.

Entrevistador.- ¿Crees que eso es factible en algún momento?

Entrevistado.- 25. En esta época es difícil por la falta de dinero además la tendencia va al revés a reducir profesorado y entonces los profesores que hay que partirse el mayor número de alumnos (...), se aumenta número de horas del profesorado nosotros antes dábamos 18 y ahora vamos 21, eso en realidad tiene muy poca influencia, no se nota pero luego la otra tendencia de tener grupos de 20 alumnos A pasar a grupos de 30 y 10 + se nota y eso perjudica, nosotros en educación física menos porque tienes más posibilidades, si tú te distribuyes un poco bien, pero los profesores que están en un aula inglés, matemáticas, francés y ese exceso de alumnos se nota y ahí sí que la calidad de enseñanza se resiente, más que aumentar las horas del profesorado .

Entrevistador.- ¿La oferta de cada parte, integración, inclusión, segregación es suficiente o crees que hay algunas que destacan más que otras?

Entrevistado.- 23. Yo creo que en estos momentos más en los institutos se apuesta más por la integración a lo mejor sí que estás asignaturas se le separa del grupo general pero la tendencia es que estén integradas

Entrevistador.- ¿Que opinas de esta frase de Carmen Ocete “un deporte que llamamos inclusivo pero que debería ser deporte par todos?

Entrevistado.- 30. La discapacidad se acaba viendo, acaba saliendo y se acaba viendo, no puedes poner tampoco a competir cómo boxeo distintas categorías distintos pesos, pues aquí también es un poco lo mismo a mí sí que me parece bien que haya deporte adaptado.

Entrevistador.- ¿El deporte para todos a quién crees que beneficia?

Entrevistado.- 31. A todos beneficia, porque aquellos que son más capaces no les queda más remedio que echar una mano a los que son un poquito más incapaces, eso es bueno para ellos y a los otros formar parte de un equipo también les reforzara si se consigue hacer bien y no entiendo por qué ha de hacerse mal, le beneficiará a todos, la convivencia siempre es buena.

Entrevistador.- ¿Crees que la oferta, de por ejemplo este equipo de rugby, en deporte para todos es suficiente?

Entrevistado.- 30. No, creo que no, Yo no conocía estas cosas

Entrevistador.- ¿El ofertar deporte inclusivo implica un mayor esfuerzo por parte de la sociedad?

Entrevistado.- 34. No tiene por qué pues como todas las cosas que se hacen, requiere un esfuerzo pero no tiene por qué no hacerse, quiero decir que como todo no tiene porqué ser una carga especial

Entrevistador.- ¿Has presenciado alguna vez una situación al que a un individuo no se la haya permitido realizar alguna actividad física, debido a su dificultad?

Entrevistado.- 42. Sí, muchas veces me toca mediar, de entrada muchas veces tienes que acabar porque lo digo yo y, y punto. Sobre todo cuando haces equipos el típico torpe que nunca lo eligen, siempre acaban aislándolo y al final tienes que ponerte un poco duro muchas veces, lo primero intentarlo de otra manera pero muchas veces tienes que llegar hasta decir oye es un compañero más y tiene que jugar. Pero el rechazo también a veces es por las dos partes el zagalico , que se queda un poco fuera que al final te dice lo que no quiero y tienes que intentar jugar también no solo convencer a los que no discriminan sino que también a ellos para que hagan ese esfuerzo de intentar integrarse un poco más.

Entrevistador.- ¿Tú que eres profesor de educación física, cuando has tenido algún alumno discapacitado, ha participado de manera activa igual que el resto?

Entrevistado.- 43. Ha habido de todo, qué te dicen eso que no quiero pero otros te puede llegar a ocurrir que incluso tengan más interés que chavales con mucha más capacidad. He tenido chavales con problemas o con dificultad que luego han entrado a participar con más entusiasmo que otro.

Entrevistador.- ¿Los compañeros los consideraban uno más?

Entrevistado.- 42. El problema siempre es un poco por las dos partes cuando uno por una parte no quiere y el otro tampoco quiere es muy complicado y acaba buscando los recovecos para escapar de lo que no le gusta, pero cuando el chaval hace el esfuerzo de entrar y participar, muchas veces lo consiguen y lo aceptan, entonces sí, yo creo que sí, qué es más un problema de actitud más que de otra cosa, cuando un chaval se meten con él y tal pero dice que no que por mis narices yo voy a y lo consigues luego los demás lo respetan como a los demás.

Entrevistador.- ¿Tú que has impartido educación física para todos, esto impide el progreso de algún alumno?

Entrevistado.- Yo creo que al final el que tiene capacidad porque tiene capacidad al final sale y el que tiene capacidad y al final no sale, yo creo que es más por otro tipo de problemas, que no, yo creo que no.

Entrevistador.- ¿La formación del docente, es suficiente para hacer actividades de beneficio común?

Entrevistado.- 44. yo creo que tenían incidir más, nosotros hacemos cursos de formación del profesorado y muchas veces la oferta de esos cursos, no te dice gran cosa.

Entrevistador.- ¿Deberían ofertar cursos de profesorado que fuesen más a conseguir actividades en que el beneficio fuese para todos los alumnos, indistintamente?

Entrevistado.- 57. Si, si cosas concretas, que te funcione luego en el aula, cursos encaminados a eso, hay muchos cursos teóricos pero es complicado incluso aplicarlos, qué dices bien eso en el papel queda muy bonito pero no, no actividades concretas cursos de ese tipo.

Entrevistador.- ¿Crees que hemos alcanzado una igualdad completa en la actualidad?

Entrevistado.- 52. No pero hay un intento serio, ¿eso cuando se consigue? pero yo creo que hay un intento serio por conseguirlo, cada vez todos tenemos más claro que hay diferencias y desigualdades y que estamos ahí

Entrevistador.-Según los temas tratados ¿consideras que se han tomado las medidas necesarias para fomentar la participación en actividades inclusivas?

Entrevistado.- 53. Yo creo que sí pero si se consigue alguna cosa más siempre será mejor

Entrevistador.- ¿Crees que el impedimento de realizar alguna actividad, debido a una discapacidad esta sancionada?

. Entrevistado.- 35. Estoy seguro de que en algún caso si se da, pero yo lo desconozco, un chavalico que haya querido entrar y no lo haya hecho.

54. Yo creo que sí se sancionara lo conoceríamos, así que yo creo que no. A los chavales que llevo, yo estoy siempre fútbol, fútbol y sí que veo chavales que quieren y no les dejan.

Entrevistador.- ¿Consideras que lo que dicta la ley, sobre los derechos de la discapacidad y el deporte se cumple? ¿Alguna propuesta para alcanzar la igualdad, en lo que respecta a actividad física?

Entrevistado.- 57. Sobre todo que cuando haya alguna queja en el sentido anterior, que esas quejas se atiendan y se resuelvan que no caigan en saco roto

Entrevistador.- ¿Crees que mantener federaciones específicas de deporte discapacitado ayuda a alcanzar la igualdad?

Entrevistado.- 55. También puede ser positivo el mantener una federación que sabes que va a tender tus problemas pero por otro lado tampoco sería malo que estuvieran incluidas baloncesto pues por ejemplo fuera todo baloncesto, bueno yo creo que sí que podría ser positivo todo es baloncesto al fin y al cabo.

ENTREVISTADO 5

Entrevistador.- ¿Como de importante consideras que es la actividad física en este colectivo?

Entrevistado.- La actividad física es fundamental para todos los usuarios de ASPACE casi todos los usuarios tienen aparte de daños digamos de discapacidad intelectual, tienen discapacidad física, limitaciones Física ya sea en los brazos en las piernas en las cuatro extremidades a la vez, solo en la mitad del cuerpo etc. etc. y entonces tranquilamente todos los días hacen sesiones de fisioterapia para estimular la musculación, hacen distintas actividades para simular la musculación y que no se encoja y que no tengan grandes pues que no se estanquen. ¿Vale? que cada día tenga una actividad física es necesario ya sea a base de fisioterapia, ya sea de trabajos manuales y hacer de cualquier otra actividad precisamente para evitar el enquistamiento de los músculos y la espasticidad

Entrevistador.- ¿Crees que la actividad física en algún momento tiene alguna desventaja, o crees que es todo positivo lo que les puede reportar?

Entrevistado.- 12. La gente actual tiene perfiles muy distintos digamos que no hay un patrón general para todos, hay unas actividades físicas que vienen bien a unos y una misma actividad física no es común para otro para que le sirva de estímulo.

12. Entonces nuestros tratamientos generalmente son individuales, las actuaciones que digamos corales, que digamos que hacemos para toda la gente son actividades la llamamos colectivas pero que tenemos que tener en cuenta el perfil de cada persona, entonces la misma actividad Física no vale para todos. Tenemos que tener una actividad o una formación en la medida de las capacidades de cada persona y en la medida de las capacidades que se puede integrar a lo que hacemos todos, es decir sí nosotros vamos a hacer todos cestos y vamos a enhebrar el cáñamo en todos los agujeros pues sí son cuatro agujeros hay gente que hace los cuatro agujeros hay gente que hará 2 y hay gente que no podrá hacerlo, entonces intentamos que sea la misma actividad pero que cada uno con un auxiliar o adaptada a él, en la medida de las posibilidades que tenga.

El juego de la boccia según los distintos tipos de discapacidades física uno puede tirarlo solo con silla de ruedas pero tirarlo con la mano y es como la petanca, entonces si solo tiene discapacidad en las piernas lo tira con la mano, los que tienen los 4 miembros afectados, tienen como un trampolín con un pequeño caño y el auxiliar, por ejemplo Héctor, él va en silla de ruedas motorizada y él busca el punto, busca el sitio a dónde quiere enviar la bola y el auxiliar es el que la coloca y la pone entonces él no está mirando el auxiliar y le está diciendo donde la tiene que poner, él está adaptando el juego o la actividad física a sus posibilidades.

Entrevistador.- ¿En los años que llevas de experiencia, consideras que hay alguna actividad física más apropiada para la discapacidad intelectual?

Entrevistado.- La natación para todos, da igual el grado que haya, la discapacidad física en el agua es menor, por ejemplo Héctor tiene tetraplejia espástica es afectación de los cuatro miembros por ejemplo en el agua no es tan tremenda como en el medio sólido, sin el agua entonces aquí pueden hacer más movimientos, más cosas de las que pueden hacer comúnmente, entonces la natación para nosotros es muy importante te guste o no te guste hay gente que no podrá pero todos o casi todos se pueden meter en el agua y todos y casi todos mejoran sus prestaciones en el agua.

Entrevistador.- ¿Digamos que las actividades acuáticas serian las ideales?

Entrevistado.- Es de las más importantes que haría yo físicamente fuera de lo que es la línea de trabajo del centro, fuera de lo que es la fisioterapia especial para cada uno de las sesiones de fisioterapia la actividad física que hacemos todos y que nos gusta más es la natación.

Entrevistador.- ¿Consideras que hay alguna menos apropiada?

Entrevistado.- Nosotros intentamos hacerlas todas pero son todas adaptadas, entonces en el momento que tú tienes una actividad física o un deporte que tardas mucho más en hacer las adaptaciones y qué tienen que intervenir mucho más las personas auxiliares que los propios usuarios, entonces las desestimamos No nos vamos a plantear jugar al baloncesto, nosotros no podemos jugar a baloncesto porque solo tenemos uno o dos que pueden tirar a canasta y entonces no tiene sentido que un auxiliar lo lleve hasta la canasta y lo ayude un poco a como lo tiene que hacer entonces eso no lo vamos hacer. Intentamos hacer las cosas que sean más apropiadas.

Pues por ejemplo a parte de la boccia nosotros hacemos senderismo, uno ira en la silla de ruedas conduciendo é, otro irá en la en la silla de ruedas moviendo con las manos y otro irá con la silla de ruedas con la ayuda del auxiliar. Vamos a hacer senderismo porque salimos al aire libre, porque hacemos una actividad en común y porque requiere un esfuerzo físico más o menos cada uno a su medida y así estamos en contacto con la naturaleza ósea que no estás quieto siempre en el mismo sitio.

Entrevistador.- ¿Un deporte qué es beneficioso para todos y aparte es permisible para todos?

Entrevistado.- 12. Tenemos que intentar las cosas que tengas el mayor grado de intervención por parte del usuario y el menor grado de intervención de los auxiliares y que sea compatible con las cosas que podemos hacer, sí el grado de intervención es mucho mayor que el grado de disfrute de los usuarios que es mucho menor entonces no tiene mucho sentido. Vamos hacer trabajar más para la gente que tiene que trabajar y el usuario no disfrutará.

Entrevistador.- ¿Cuál crees que sería una frecuencia ideal de actividad física?

Entrevistado.- Para nosotros una actividad física podría ser ir a comprar el Eroski, ir allí ya les requiere un esfuerzo, se tienen que mover, los que pueden ir andando, van andando los que tienen que ir en silla de ruedas, van en silla de ruedas, Pues tú tienes que coger este bote, me sale esto, te puede ayudar con esto, intentamos que las actividades de ocio están destinadas todas a moverte.

La frecuencia pues cada día tienen fisioterapia dentro del centro, luego tienen la natación 2 horas a la semana aparte tienen sus vacaciones de verano, que son 15 o 20 días que allí practicamos deportes después hemos hecho colaboraciones también con Aramón en el sentido en que han ido y se han metido en el esquí adaptado, los que pueden de una manera los que no, se meten dentro de, lo que digo yo, la canoa, los que no, se van con un trineo, los que no vamos con una plancha como si fuera de surf, intentamos estar en todos los lados y hacer todo lo posible con las limitaciones que hay, claro.

Ahora han añadido senda adaptadas que eso nos viene bastante, bastante bien.

El agua les da particularidad que tiene al quitarle el peso les da mayor amplitud y se pueden mover más y entonces también disfrutan más.

Un niño con esta discapacidad es complicado que vaya a un parque y se columpie entonces vamos a hacer un parque adaptado para evitar eso.

Entrevistador.- ¿Crees que la oferta existente en los programas de actividad física hoy en día es suficiente, todo lo que os a proporcionado La Hoya, actividades regulares?

Entrevistado.- 15. Como presidente de la Asociación y como Asociación siempre vamos a pedir más siempre queremos más. También somos conscientes de las cosas que se puede hacer y de las que no se pueden hacer, para hacer cualquier actividad física o cualquier deportes que vamos a hacer nosotros tenemos que ir antes nosotros y preparar el entorno porque parece una tontería pero si vamos a participar en una actividad de deporte en el pabellón y el pabellón no está adaptado pues todos lo tenemos que preparar.

La Comarca de La Hoya tiene senderos adaptados pues con los senderos adaptados tenemos algo más, después de estar trabajando después..., Claro 15. Son cosas pequeñas y se van haciendo y no con una programación continua nos gustaría si hubiera una programación continua pero claro es complicado todo el mundo queremos todo, Por ejemplo tú quieres hacer una senda y a lo mejor nos vendría bien que en la curva que tiene aquí pusieras 4 ganchos para que en la silla de ruedas se vaya engancho y va subiendo y no necesita a un auxiliar. Aparte esto es un reto, porque nosotros no tenemos retos, en teoría no tenemos reto físico. Ahora los usuarios ya que son adultos, los que tiene una cierta capacidad, una cierta movilidad ya quieren buscar retos quieren un nivel de autonomía más amplio, para tener un nivel de autonomía más alto necesitas muchas más facilidades para hacer las cosas. En el sentido del deporte pues claro, pues lo necesitamos también, nosotros queremos hacer una Senda, el adulto de nuestros usuarios que quiere

hacerlo solo todo lo posible, necesita que esté bien adaptada cualquier pequeño escalón, cualquier pequeña inclinación necesita un apoyo, una cuerda, cualquier cosa.

53. Todo esto se va ganando, se va solicitando y se va haciendo lo que pasa es que es costoso una cuestión de tiempo y trabajo. La gente tiene intención de hacerlo estamos en una época muy mala económicamente para hacer muchas cosas, y entonces ya tenemos la senda adaptada en teoría la senda tiene la senda adaptadas y tiene los sitios por donde puedes pasar que está el terreno acotado para que tú puedas hacer todo en un futuro, hay gente que no tiene una discapacidad física tan grande como otros y ese quiere hacer más cosas, quieres subir hasta el Aneto arriba del todo y como sube eso ahora mismo es imposible o es posible haciendo muchas cosas todas estas cosas pues habrá que ir consiguiendo.

58. Hay muchas cosas que tienen adaptaciones que se pueden conseguir, entonces nosotros vamos pidiendo pidiendo y pidiendo, en la comarca hay una persona que se ocupa de este tema, en el Ayuntamiento estamos dentro de la Comisión para la movilidad que es una tontería pero si quiero salir a pasear tengo que tener un sitio para salir a pasear y las aceras tienen que estar adaptadas y la entrada del parque tiene que estar adaptada. Los más antiguos tenemos dificultades por ejemplo para visitar una iglesia generalmente no está adaptada ha costado mucho tiempo, mucho trabajo, porque, porque hay, son monumentos históricos y entonces por dónde pones la rampa muchas veces tenemos que dar la vuelta toda entera hasta llegar detrás del todo del edificio del monumento para entrar por la entrada de discapacitados. Son cosas que se tienen que ir renovando con el tiempo, el edificio nuevo ahora sí que la tiene, ahora los antiguos hasta que lo hagan o no lo hagan todo eso son limitaciones pequeñas pero son limitaciones.

La ley está pero por ejemplo nosotros fuimos a Cuenca con Hector, y pudimos entrar en la catedral pero tuvimos que llamar a una persona viene por detrás no se nos abre el ascensor y entramos.

52. Eso está adaptado y pudimos entrar y bien pero por ejemplo si queremos ir al castillo no está adaptado, que en un futuro sí que estará sí a lo mejor pero ahora no está, vas pidiendo las cosas y la gente las va haciendo.

58. Tenemos buena respuesta tanto del Ayuntamiento, nosotros estamos contentos porque tanto el Ayuntamiento como la comarca como la Diputación con lo que es la discapacidad y sus limitaciones están trabajando muy bien, nos están ayudando mucho y están intentando todas las propuestas que hacemos, las están intentando llevar a cabo con las limitaciones que hay con el tiempo Etcétera etcétera económico cómo estamos, lo están intentando, haciendo con ellos, con nosotros, en Huesca estamos contentos, bastante contentos, pero siempre vamos a pedir más eso está claro.

Entrevistador.- ¿Consideras que las actividades públicas son accesibles para todos, ósea a nivel económico, a nivel de horarios?

Entrevistado.- Las actividades de senderismo y por ahí en teoría nosotros solo tenemos que llegar con la furgoneta hasta sendero. Generalmente a nosotros nos ponen un día, una persona que nos indica por dónde está el camino, entonces económicamente no tiene un coste. El Bada Huesca que es de balonmano y el LOBE Huesca que son de baloncesto nos da todos los carnets gratuitos, el Huesca de fútbol no nos lo da, por ejemplo para la entrada de fútbol es una discusión que tenemos con ellos, qué es que en la entrada adaptada está en la otra punta del todo y al entrar te quedas ahí, no puedes ir ocupar otro tipo de plaza u otro tipo de sitio con que si llueve bien y sino también (...) por ejemplo no es un campo adaptado, adaptado realmente, sí que tiene su plaza por normativa para hacer tal cual pero falta un poco diría de cariño diría de corazón.

En otros sitios por ejemplo claro el Lobe Huesca Tiene una ventaja que disfruta el pabellón nuevo entonces claro, entrar a pie de calle entras arriba del todo, tu sitio donde estés, más o menos desde arriba del todo se ve. Para bajar abajo del todo, te bajan abajo del todo con un ascensor, tienes que intentar avisar si vas con la furgoneta y te entran con la furgoneta por debajo. Cómo es una instalación nueva está preparada.

Entrevistador.- Entonces, digamos que ¿el problema está en las instalaciones antiguas que las reformas cuestan más?

Entrevistado.- 51. Hay gente que te da más facilidades y hay gente que te da menos eso como en todos los sitios hay veces que tenemos más facilidades para hacer una actividad o proponerla y hay otros que tienes más dificultades vas a ver el partido del cáncer por ejemplo de la Asociación Española Contra el Cáncer y ya directamente tú tienes tu puerta entras te acompañan te dejan y te ponen en otros sitios no.

Contra más gente haya en la ciudad, dónde más gente hay más asumido lo tienes y más y mejor lo tienen y en ciudades pequeñas donde tienen menos demanda de entradas y de sitios adaptados y de concienciación de que tiene que estar todo adaptado para que todo el mundo pueda llegar, porque en teoría todos tenemos los mismos derechos pues cuesta más también, tienen menos poderes económicos generalmente.

Entrevistador.- Por lo tanto, diríamos que influye la ubicación en la que te encuentras

Entrevistado.- Si, si voy a Barcelona o voy Valencia a ver el Oceanografic entro bien por todos lados, los pasillos son súper anchos, no hay ninguna dificultad tienes tu ascensor y las personas, quién es la persona que te acompaña a otra persona que controla etcétera etcétera pero por ejemplo si voy aquí a la biblioteca de Almudévar tengo que avisar a la bibliotecaria para que me abra el ascensor porque lo tiene cerrado para que los críos no suban y bajen o a lo mejor no funciona o a lo mejor no sé, qué no sé cuántas, claro contra menos demanda hay menos preparados están para lo que pueda salir

Entrevistador.- Cree que para realizar actividad física dentro de un programa normalizado se necesita de una aptitud física mínima –

Entrevistado.- Repíteme por favor la pregunta

Entrevistador.- Es decir, pongamos que ahora si ahora quisieras llevar a Héctor a una actividad normalizada, por ejemplo natación con otros usuarios, ¿eso es factible o se necesita una aptitud física mínima para entrar en ese programa aunque sea nivel iniciación?

Entrevistado.- Mira te cuento la historia de Héctor iba a natación desde los 6 meses, ahora tiene 14 años, iba con los bebés en el J Diez, Iba siguiendo entra a la piscina con todos, la actitud que tiene en el agua es buena y trabaja más o menos bien con sus limitaciones pero trabaja más o menos bien,

16. el monitor ya coge cada niño y viendo las limitaciones que tienen les hace un ejercicio u otro se adapta. Intentando normalizar lo más posible siempre, porque si nos ponemos en el grupo aparte no hemos hecho nada. Cuando llega un momento en el que la seriedad física de la espasticidad que tiene que, la espasticidad le hace inmovilizar los músculos Posicionalmente se queda quieto, cuando llega momento que la espasticidad es alta y no puede realizar los ejercicios te dice ven el jueves que hay menos gente y ya intentamos ahí, Y ya tienes un tratamiento un poco más claro. Cuando intentamos meterle en una actividad normalizada llega un momento en el que lo tendría que llevar yo porque necesitaría una clase particular por su nivel de movilidad muscular no llega al mínimo para poder integrarse, hay otras veces que sí, cuando lo llevas aquí al fútbol, lo pone en la pista, y Hector

51. juega con la silla porque lo conoces de toda la vida, ya no es invasivo en otros entornos ya sería invasivo, y dirían que hace aquí. Él estuvo escolarizado desde el principio y como lo conocen pues ya sí Hector va con el balón va corriendo con el balón, él va corriendo la silla, pero estos ya porque lo conocen pero hay otros sitios si llegas nuevo no te van a, tú no te metes al campo de fútbol con los demás, con tus limitaciones no te dejan entonces lo que decimos

36. hasta cierto punto sí que podemos integrarlo y la actividad física es como y la podemos llevar como las personas normales entre comillas o como los que no están dañados ni física ni intelectualmente llega momento en el que tenemos la barrera qué es la diferencia de distancia.

Entrevistador.- Como hemos estado hablando ahora de que Héctor juega con otros niños al fútbol, vamos a seguir por ese camino, ¿Qué entiendes por integración, segregación e inclusión?

Entrevistado.- 22. Integración es la visión normalizada de la gente que tiene discapacidad es cualquier tipo de discapacidad, cualquier tipo de dificultad, la normalización de vivir con alguien. nosotros siempre yo te hablo en primer plano el ejemplo nosotros Héctor cuando era pequeño a los 6 meses en el J 10 aquí fue al cole con sus dificultades, con una silla, no andaba tenía dificultades motrices en la mano etcétera etcétera se consiguen unas adaptaciones una persona de apoyo en el aula pero claro cómo ha crecido con sus

amigos En un momento dado pues repitió pues, pues con otra gente ha crecido con gente que lo conocen, lo ve, lo toca todos los días, entienden sus situación como la de los demás. Saben lo que puede hacer y lo que no y cuentan con él, comparten las cosas que pueden hacer con él, no hacían actividades que no podían hacer con él o hacían actividades que no podían hacer con él pero integrándolo como espectador, como portero o como fuera.

22. La integración es eso matizar la diferencia y conseguir que sean lo más bajas posibles o por ejemplo que el entorno te permita que la diferencia no exista. Eso es imposible, es una utopía, siempre va a haber una pequeña diferencia. Pero sí tu intentas integrar o asimilar las diferencias de cada uno o las limitaciones de cada uno para que la actividad sea común entonces se elimina se quita claro tú vas a hablar con alguien un usuario de los nuestros me hablas con Héctor y Héctor te habla con la pantalla, entonces la conversación no va a ser fluida nunca, pero si le dejas y tienes paciencia, él tendrá una conversación contigo. Normalizar la situación es tener paciencia no terminar las frases, no desesperarme porque se equivoca de la palabra, para decir una frase de 5 palabras igual las pulsa todas y aprieta el botón pues tardará 15/20 segundos.

Integración es intentar minimizar todas las diferencias, intentar que todas las actividades sean comunes y aquí se consiguió hasta que llegó una diferencia física muy grande y ya se desvinculo del cole y fue al centro ASPACE porque necesitas logopedia, terapia ocupacional, fisioterapeuta, y las necesidades que tiene aquí ya no son compatibles.

53. Cuándo empiezan la lectoescritura inmediatamente ya tienen que ir al otro lado, en un momento dado dentro de mucho tiempo, 6, 7, 8 años esto será una programación normal. Ahora nosotros cuando termina y no puede estar aquí, el usuario discapacitado va a un colegio especial

57. el ideal sería que dentro de X años no hubiera colegios especiales, hubiera las medidas necesarias, porque claro un logopeda ayuda a Héctor pero también ayuda a un niño que dice mal la R, ayuda a un niño que grita mucho y ayuda a un niño que no pronuncia bien la C., ese logopeda hace su trabajo con 4 niños que son iguales. Lo que pasa es que Héctor tiene aparte de la dificultad de hablar, una dificultad física, si conseguimos integrar eso y que sea común habremos conseguido muchas cosas.

Entrevistador.- ¿Y entonces, crees que es factible de aquí a unos años?

Entrevistado.- De aquí a unos años intentaremos que sea factible porque nosotros como asociaciones, como grupos, como antes a nivel de Federación Aragonesa, a nivel nacional etcétera, etcétera lo que intentamos es que se haga una política por el bien común. Es complicado porque en 5 años nos hemos pulido el trabajo de 15.

58. Los recortes, se dicen cómo recortes que siempre pensamos económicamente, los recortes han hecho en forma de integración. Que cuando tú dices que un niño cuando llega a la lectoescritura tiene que ir a un colegio especial directamente ya estás segregando, cuando nosotros vamos por otro camino, tenemos que integrar, sabemos que tenemos un centro especial porque llega un momento que no se podrá integrar, en el

sentido en que las actividades que desarrollan no son comunes si nosotros tuviéramos una medida de trabajo como un sitio como hace la ONCE, cómo hace Down. Los centros especiales de empleo son centros para que todo el mundo sea igual y que todo el mundo tenga trabajo, tenga una oportunidad común y desarrolle una vida común. Si nos quitas ese presupuesto o no nos deja seguir por esa línea es difícil que los podamos tener siempre en el centro, acabas siendo tú mismo, haciendo guetos.

Entrevistador.- Ósea la crisis económica ha afectado bastante a todo este proceso de...

Entrevistado.- 58. Si, la crisis económica ha afectado a todos los programas que tiraban para adelante porque lo que hemos hecho con la crisis económica nosotros las asociaciones como ASPACE o como yo de las que te puedo hablar ha sido intentar mantenerte, mantenerte en el sentido de qué si tienes un presupuesto, en ASPACE trabajan hay ciento cincuenta y pico usuarios, trabajan 85 personas, entonces tienes que intentar mantenernos la idea que tenemos que sobre todo tengamos calidad de servicio para la gente hay gente que no saldrá nunca de Aspace que está en la residencia que son mayores ya con una grave situación física gravísima en el sentido de que tienen espasticidad, tiene problemas digestivo, tienen problemas de tal, entonces son gentes, que son ya, que están en esta residencia que tienen un cuidado especial están ahí para que los cuidemos porque sabemos cómo cuidarlos y porque sabemos cómo tratarlos. Están en la residencia pero bajan a las actividades en común, bajan. Es difícil hacerlo en otro entorno. Pero sí que intentamos que los niños y en el comienzo de la vida adulta los adultos del centro dan clases de cestería en distintos sitios para amas de casa, para pueblos para etcétera van de vacaciones, hace en sus actividades ahora estamos con el programa de autonomía qué es decir quieren gobernarse a sí mismo, es difícil porque entrar en tecnicismos de si tienen capacidad o no legal para gobernarse (...) cuando tienes capacidad legal o no tienes capacidad legal. Hay que ver si tienes capacidad o no tienes capacidad legal para ser autónomo, pues todas estas cosas ellos quieren gobernarse a sí mismos y tener una vida solo, estamos planteando muchas cosas, estamos planteando vivir solo, estamos tanteando con los apoyos necesarios, estamos planteando las relaciones de pareja que antes eran casi tabú y ahora se relacionan, esta gente tienen sentimientos y tiene ganas y tiene de todo, entonces lo tienes que plantear de alguna manera, lo metes dentro del entorno asociativo etcétera etcétera entonces cómo lo hacemos pues con mucho cuidado porque al fin y al cabo estamos intentando dar unos cursillos y dar unos cursillos a los padres y nos dan cursillos a nosotros a los padres para pasar del cambio de niños a adultos y de adultos a la residencia. Todos los procesos que no sabemos, todas las cosas nuevas que ellos te piden autonomía y autodeterminación, autogestión vamos a ver hasta qué punto les podemos dar todo eso. Todo esto forma parte de la integración porque al contrario de

51. lo que quiere la gente los de Down ,aquí los de Aspace aquí, los de hipoacústicos aquí, los de la ONCE de aquí, cada uno en su centro y que no salga nunca, eso no es futuro porque al final lo que haremos es tener guetos.

Y con la crisis han conseguido mucho, lo que han conseguido es que nos enfrentemos entre nosotros por cuatro perras cuándo tendríamos que haber estado más unidos que nunca, pero es que claro tienes que sobrevivir, cada uno se lo toma como se lo toma.

Entrevistador.- Por inclusión que se entendería, ¿qué diferencia existe entre integración e inclusión?

Entrevistado.- 22. Integración, cuando tú te integras en un grupo no te preguntan nada inclusión es meterte en la actividad yo creo que se refiere más en actividad social y en el entorno laboral.

22. Inclúyeme en las decisiones que se toman a nivel laboral, porque claro tenemos una 54. ley que nos dicen que los organismos públicos tienen que tener un porcentaje de personas discapaces trabajando, no se cumple, no hay inclusión. –

Entrevistador.- Entonces en el ámbito laboral no hay.

Entrevistado.- Si que hay un porcentaje que se tiene que cumplir no me acuerdo ahora sí son el 3 el 7 o el 10, no se cumple, no cumple los organismos públicos que han hecho la ley, tienes que hacer la inclusión, 22. la inclusión es meternos en el mercado laboral y la inclusión a través del nivel social es que nos pidan opinión para las cosas que hacen, porque lo que normalmente, lo que se hacía antes era que los políticos o la gente que gobernaba hacía una cosa y luego llegábamos nosotros y hacíamos cosas de métodos, ahora en este momento los movimientos asociativos son los que indican los pasos a seguir pues la inclusión es que nos tengan en cuenta con las opiniones y los sentidos. La inclusión es que nos tengan en cuenta con el mercado laboral, que el primero que lo tiene que hacer es la administración ya sea del Estado, ya sea provincial, tienen un porcentaje de obligación de meterlos que los metan, Eso es la inclusión laboral y 57. si tú tienes en un futuro, que sería lo ideal, una persona de Asuntos Sociales que tiene una discapacidad, yo creo que tendrá una visión mucho más amplia para saber, para lo bueno y para lo malo, para saber cuándo se está exagerando, cuando no se está exagerando y saber de verdad con el entorno lo que hay claro, si yo soy, por decirte algo soy profesor de filosofía y Letras en la Universidad de Zaragoza y de repente me ponen (...) en el departamento de ciudadanía y me llaman los de Down, los de ASPACE y los de hipoacústicos , igual es que no sé de qué va y necesito que perder mucho tiempo para informarme, mucho tiempo para que le informemos, mucho tiempo para que nos haga caso, mucho tiempo para que coteje lo que hemos dicho con los, con gente de confianza entonces perdemos mucho tiempo. La inclusión significa que si nosotros participamos directamente en esas cosas, la información ya está allí y la capacidad de decisión es mucho más rápida porque al final y al cabo si yo quiero hacer un ampliación para tener 10 plazas más de residencia para 10 personas más que ya están en la vida adulta y está muy cascados y tienen que tener cuidados intensivos, si me tiene que venir un técnico a ver para qué los quieres, porque para qué, que no sé qué no sé cuántas, que perfil tiene porque

51. hay gente que no sabe el perfil que tienen así como hay gente que no sabe el perfil que tiene Down, hay gente que no sabe el perfil que tiene hipoacústicos, eso es la integración y la inclusión es que estén ahí. La integración que como tú hablas con el de Down, vives con el de Down y compartes con el de Down, pues
22. la inclusión es que sepas de que va.-

Entrevistador.- Ósea es información.

Entrevistado.- Es meterte dentro de la red social y de la red laboral. La red social la forman las asociaciones grupos independientes, los bomberos, los grupos de gaiteros, los grupos de tal... nunca hemos preguntado a nadie si puede tocar el tambor, no ha venido nunca a nadie a preguntar de la Cofradía de tal o de la Asociación de tal si tenéis alguien que sepa tocar la trompeta. Llamamos a hacer una circular en el barrio quién quiere ir a teatro que quiere tocar la trompeta, es que yo no puedo si no me lleva mi madre porque voy en silla o me lleva el auxiliar podrían bajar y preguntar algún día, sí que hemos hecho cosas han venido los de, viene gente Y hay gente que se queda asombrada claro cuando ve las capacidades.

Entrevistador.- Entonces digamos que hay una falta de información en general dentro de la sociedad hacia este ámbito

Entrevistado.- Tenemos que ir a la normalización, cómo lo que yo te decía lo de Hector aquí es porque desde pequeño lo han visto, lo conocen y saben quién es (...) Tarda 10-15 segundos en volver la cabeza entonces tú no lo sabes pero los chicos que lo conocen pues se ponen delante o le toca en la cabeza o le dicen estoy aquí mírame etcétera, etcétera, pues ya lo conocen (...)

51. Pero eso es a través de la relación social muchas veces lo que hacemos es lo que digo yo el gesto que me sabe mal, vas a cualquier persona y dice hay que bonito, adiós.

21. Eso no es integración social y para poder interactuar con la gente tienes que conocer lo que tiene y cómo lo tiene por eso cuando hacemos cosas como la marcha ASPACE cuando decimos siempre que es para que nos vean, es para que vean a los usuarios nuestros cómo son, lo que hacen y dónde están .

Entrevistador.-¿Y funciona? Es decir, ¿Habéis visto una mejoría desde que empezasteis?

Entrevistado.- (...)hay mucha gente que no sabía lo que era ASPACE No conocía lo que es la parálisis cerebral más que de una imagen determina en un momento dado y te ayuda a que conozcan lo que es, cómo está afectada la gente que trabaja sobre todo el movimiento porque claro cuando decimos que somos 150 usuarios y 85 personas trabajando eso es un movimiento social, nosotros tenemos una vida asociativa que reúne sobre todo a los padres de los usuarios y usuarias que hay gente que está que tiene una capacidad de trabajo grande y no sabe por dónde ir, está siempre mirando de su niño y no tiene integración social cuando los ves todos allí otras pues yo no sabía qué tal que cual qué hay que hacer cómo lo hacéis qué tal que cual ganas en conocimiento, la gente se conoce y si te conocen con todos los de problemas y todo lo

bueno que pueden hacer qué es mucho mejor pues para cuando vas a pedir, cuándo vas a hablar, cuando vas a solicitar, cuándo quieres lanzar una idea, una cosa nueva si saben de qué va. Lo que te decía inclusión es información a nivel social y a nivel laboral sobre todo a nivel social cuándo te conocen pues sí un chaval el otro día en silla de ruedas que lo manejaba de cine y no sé qué no sé cuántas, pues claro que lleva un chaval con silla de ruedas te da una tarjeta de que soy técnico de sonido técnico de audio no sé qué no sé cuántas titular etcétera, etcétera Hay gente que aún no se cree que con silla de ruedas puedes hacer cosas.

Entrevistador.- Crees que actividades en este sentido pueden ayudar a que en un futuro, para que la gente conozca de primera mano, ósea toda no porque igual es un proyecto un poco utópico pero...

Entrevistado.-No, pero mira nosotros tenemos ahora una estrategia nueva con Aspace que es de 2015 Hasta el 2018 si tiene dos vías principales para no marearte una es mejorar los servicios es decir nosotros ahora en la residencia estamos revisando todo lo que hacemos que es atención ambulatoria, atención temprana, escolar, transición a la vida adulta, adultos y residencia y por otro lado estamos haciendo vida asociativa, la vida asociativa es todo esto tener crear mensajes, definiciones de mensajes, de cosas que demandamos, trasmitirlo a nuestros socios y al entorno Social para qué ese mensaje cale y cuándo vayamos a pedir que la gente sepa que pedimos y por qué. Porque claro nosotros vamos a pedir el gobernador nos tienes que pagar las plazas de la residencia que no nos paga desde hace 7 meses la gente no sabe qué es, apaga la tele apaga la radio o te has olvidado de los 30 segundos. Pero claro si sabes lo que eso es, hombre esto es lo de Juan el vecino del quinto qué es hijo de tal el chaval este que vive en la esquina que este quería una habitación y no le dan. eso te da fuerza Social, el conocimiento te hace entender entonces la vida asociativa que intentamos nosotros es mandar, ahora vamos a preparar 5 mensajes que difundimos por ejemplo el catálogo ortoprotésico que es una tontería como una catedral entre comillas no se ha renovado desde el año 92 en Aragón en Cataluña van a 1000 años luz que nosotros, en Navarra ni te cuento, en el País Vasco es una pasada, en Castilla León casi ha desaparecido, esa diferencia no puede existir el catálogo ortoprotésico es que si yo voy nosotros vamos por ejemplo Héctor llevaba fólulas antes o llevas la silla de ruedas si vas con una referencia del 92 es que nosotros estamos trabajando con cosas que no existían antes había una silla que pesaba 850 kilos etcétera etcétera Vamos a proponer nosotros una silla con una batería de litio que estamos colaborando con la Universidad de Zaragoza y con Walqa para hacer una batería de litio si es mucho más ligera estamos hablando de prótesis que son elásticas que ya no son una cosa que te dejaba el brazo así todo quieto y se quedaban los tíos así todo quieto enganchados, elástica es para que tenga un tipo de movimiento que esté estimulando el músculo son cosas más modernas y por ejemplo eso está atrasadísimo entonces vas con eso y te dicen no, no, no está en el catálogo no te la pagamos entonces qué tienes que hacer tú pues irás al doctor que te tiene que dar tres recetas viejas para llegar a la nueva, eso es absurdo, lo sabe la administración y lo sabemos nosotros, cómo puede ser eso, se lo dices a la gente pues mira cuando vayas a pedir tú una silla para tu abuelo, para tu padre o cuando necesites una ayuda para

cualquier mayor o si has tenido algún accidente que sepas que estás trabajando con las medidas del 92 y que van a pagar el 60% porque no existe según cuál cojas. Claro sí yo quiero que la fiesta del barrio sea adaptada y los autos de choque pongan una rampa y sé que tengo 3 críos en el barrio que tienen silla de ruedas y lo están solicitando pues lo tendré en cuenta sino no, solo tenemos en cuenta las cosas que vemos y tocamos entonces la idea es tener 5 o 6 peticiones. Hay una muy absurda por ejemplo nosotros tenemos problemas con las enfermeras tituladas, nosotros en el centro tenemos tres médicos y una enfermera titulada es la que hace las curas porque tienen (...)Golpes lo que sea y para controlar la medicación que lleva la gente ay unas incompatibilidades que no te dejan trabajar por ejemplo si estás haciendo Sustitución en el (...) de 3 horas a la semana o 4 horas a la semana pues hay una incompatibilidad que no te dejan trabajar en ASPACE entonces te dicen que no puede ser.

A nosotros nos pone dificultades porque, porque nosotros tampoco podemos pagar lo que paga la Seguridad Social, entonces decimos macho quítanos esta incompatibilidad que no tiene sentido. Lo mismo pasa con el médico si trabajas aquí no puedes trabajar aquí nosotros queremos que el mejor neurocirujano o el mejor ortopeda que tengáis en Zaragoza venga aquí 2 días por la tarde ayudarnos ,si quiere vamos, pero por el problema de la incompatibilidad no se puede eso es absurdo ir moviendo cosas la participación ciudadana (...) en el sentido de que vais a hacer una os tenéis claro las limitaciones que tenemos nosotros en las cosas Vosotros vais hacer algo, por ejemplo Huesca inclusiva que se va a presentar dentro de (...) pues llegaron

53. Y dijeron se va a presentar Huesca inclusiva necesitamos vuestra colaboración y digo no necesitarás la colaboración de Cádiz la coordinadora de todas las asociaciones por qué porque cada uno puede tener una demanda, entre todos nos juntaremos haremos las 20 demandas quitaremos las 7 que son imposible dejaremos las 3 que nos parecen maravillosas y dejaremos 10 pero esas 10 demandas son las cosas que queremos hacer para una verdadera Huesca inclusiva. Claro si vas a hacer Huesca inclusiva sin tener en cuenta la gente. Este programa con este Ayuntamiento eso sí que lo tienen en cuenta a base de la vida asociativa es para que te tengan en cuenta, es muy importante estar presente que te vean, sobre todo que sepan quién eres y lo que haces, porque entonces sí que valoran las dificultades que hay después o las dificultades que te pones día a día eso sí que es importante. Hasta que les convencimos de que una cera de discapacitados no lleva, porque ponían la cera así y digo hay gente que se escalón no lo puedes subir Imagínate que viene el nuestro desde ASPACE que está más allá de la estación imagínate a uno que subía antes con la silla desde allí por la acera hasta el coso iba para arriba hasta casi donde la catedral cuando llega al coso, el bordillo este que le pones aquí igual no lo levanta porque está hecho polvo, eso sí se ve y se toca, por eso te digo que

56. la marcha ASPACE sí que sirve para eso, para socializar y poner en valor.

Entrevistador.- una conciencia social, digamos

Entrevistado.-.56. Es una conciencia social y nos meten tejido social que nos hace inclusivo, 53. eso sí que es inclusivo, la marcha, porque nos mete en el tejido social porque la gente que colabora está contigo y te ve, y ve lo que puedes hacer y las dificultades que tiene simplemente para sentarte a comer, entonces ya cuando vaya al bar generalmente te dejaré más sitio.

Entrevistador.- Hablando aquí de la inclusión, mira Carmen Ocete investigadora del CEDI, el centro de estudios sobre el deporte inclusivo dijo, además aquí con síndrome de Down que hicieron un documental sobre un manifiesto, dijo: Un deporte que lo llamamos inclusivo pero que debería ser el deporte para todos, ¿qué opinas tu de esta frase?

Entrevistado.- 30. Hay veces que se puede y hay veces que no se puede. El deporte sí que tiene que ser para todos en el sentido de que todos podemos intentar practicarlo pero te vuelvo a decir lo mismo que antes hay deportes que nosotros podemos hacer intentar prácticas pero sí las adaptaciones y el trabajo de los auxiliares de las personas que trabajan en el deporte es mucho mayor que el disfrute, que la actividad real que le queda a los usuarios no tiene mucho sentido. Intentamos ser inclusivos en todos pero tenemos que saber las limitaciones que tenemos, no podemos sacrificarlo es decir si tengo que tener la silla adaptada para yo que sé vamos a citar carrera de salto de pértiga sí que es inclusivo el deporte claro pero no podemos hacer eso, cuando las adaptaciones y el trabajo del auxiliar es mucho mayor y supone un mucho mayor esfuerzo y es mucho mayor del disfrute real de la persona, del usuario no tiene mucho sentido.

Entrevistador.- Claro, cuando trabaja más el auxiliar que la persona que realmente tiene que hacer la actividad entonces deja de ser

Entrevistado.- Lo que te he dicho por ejemplo la boccia, cuando una persona está muy afectada por ejemplo Héctor, que Héctor solo puede hacer a lo mejor así, poner la canal por donde se va a tirar la bola para coger la dirección, decir la dirección, claro el auxiliar tiene que estar fuera lejos para que el sienta que es todo el trabajo lo tengo que hacer él, si tú le preguntas para dónde quieres para la derecha para la izquierda yo te lo pongo para la derecha no te preocupes lo tiramos lento o rápido lento verdad, te inclina te pongo si te tengo que llevar si tengo que colocar que tengo que colocar la bola te tengo que poner el arco delante, por ejemplo el tiro con arco se ha intentado alguna vez que tengo que poner delante te tengo que poner tenso y te tengo tú tienes que decir calcular la dirección con él Justik que se maneja tal cual y después cuando me digas ya, yo prieto el botón. Claro todo el trabajo y esfuerzo Que hemos hecho no sé si sirve para un disfrute de la persona que tira.

Entrevistador.- Claro, toman la iniciativa pero no participan en lo que la actividad es

Entrevistado.- No, no toman la iniciativa, porque casi todas las cosas que haces son antes de tomar la iniciativa, si tienes que colocar la silla, le tienes que colocar el arco, tienes un tensor que te lo van a poner así, tienes la flecha que te la vana poner aquí... tu no tomas la iniciativa en nada, quiero hacer tiro con arco, pero realmente no participas en la actividad, no sé si tiene eso viabilidad.

Entrevistador.- Y dentro de los deportes que podrían considerarse inclusivos, dentro de las limitaciones que cada persona tiene, ¿a quién crees que beneficiaría, estamos hablando de deporte inclusivo pues cómo la marcha ASPACE en el que yo ando a la vez que anda Héctor y hacemos todos lo mismo básicamente.

Entrevistado.- Casi todos los deportes, todo lo que se puede hacer, se puede hacer, nosotros ahora tenemos en infantil que Héctor está entre 14 años y más pequeños, todos estos tienen bastante capacidad física, bastante capacidad física en el sentido de que casi todos pueden andar y casi todos pueden correr. Que tienen una capacidad física mayor, hacen de todo, es decir, cuantas más cosas haces mejor porque hay veces y, por desgracia Héctor hacía muchas más cosas antes que ahora, cuanto más adulto te haces, la espasticidad, los daños mayores entonces la capacidad es menor. Entonces intentamos hacer todo lo que podamos, todos los deportes y todas las cosas y compartir los deportes con todos, es decir, nosotros firmamos un acuerdo de convenio con el Peñas para que vinieran un día y ahora vendrán un día. Que vengan al centro, comparten con nosotros, pero no para ir a verlos a jugar un partido y que ellos vengan a ver el centro, es decir, vienen un día al césped comemos y con los nuestros jugáis, ten en cuenta que esté solo da vueltas alrededor del campo porque tiene una pata de piedra, Héctor va con la silla de ruedas, el otro se cae si lo tocas mucho, ten cuidado pero que jueguen y juegan juntos. Aquí como lo conocen ya no le van a pegar una patada al tobillo porque lo voy a desarmar, simplemente lo puedo empujar y tirar al césped que no me va a decir nada. Antes, ahora ya va con la silla, pero antes si íbamos a jugar al fútbol que lo sujetaba y él pegaba patadas y ellos se la pasaban y la pasaba y yo iba para aquí tal cual y el hacía esfuerzo y trabajaba con ellos es decir pásamelo a mí, tirármela aquí, yo me pongo de portero, nos poníamos de porteros también, es decir, que estaba viviendo con ellos y disfrutando con ellos que no necesitaba, es decir, lo que te decía el esfuerzo que tenemos que hacer nosotros, el auxiliar que te lo lleva, es mayor que lo que disfruta, no tiene sentido. Nosotros aquí, en los juegos altoaragoneses para las fiestas pues vamos a jugar a los juegos altoaragoneses y participamos, La Herradura, pues La Herradura, venga la moneda, pues entre los dos la tiramos, ahí sí que como hay una interacción no es tanta la ayuda que tengo que hacer entonces sí que es más majo, entonces disfrutan más, cuántas más cosas puedan hacer ellos y menos tenga que hacer el auxiliar mucho mejor pienso eso.

Que luego mañana igual me pueden decir pues que se puede jugar al voleibol, pues a ver qué adaptaciones necesitamos qué cosas tenemos que hacer para jugar al voleibol y veremos si merece la pena. Que no nos negamos nada pero dime realmente cómo va a ser y lo tenemos que hacer.

Entrevistador.- Creen que están investigando, ósea, igual encuentran dentro de dos años que el voleibol jugado de esta forma permite una independencia suficiente al usuario

Entrevistado.- Tienes un montón de deportes paralímpicos, los deportes Paralímpicos como suele pasar siempre los discapacitados van por delante de los deportes Paralímpicos. Porque claro si estamos haciendo piernas biónicas que logras marcas que se acercan a las marcas que son normales, de la gente que digamos no tienen ninguna discapacidad. Los deportes que no se podían hacer o que no se pueden hacer, lo que hacemos nosotros es compartimentarlos, es decir, vamos hacer el voleibol, pues vamos a hacer el voleibol en silla de ruedas, sí que podemos hacer el voleibol en silla de ruedas pero tendrá que ser solo los que tengan discapacidad de cintura para abajo. El voleibol con discapacidad de las dos piernas y un brazo van a la categoría B2 los que tengan dos brazos, van a la categoría B3, entonces la categoría B3 no tiene sentido porque tiene que ir el auxiliar con él para tirar, pues no vamos a hacer eso. En el futuro, yo entiendo que los israelitas y los americanos tienen un armazón que se lo pones a Héctor entero, los trajes biónicos, y lo levanta y lo pone en marcha ahora, ahora eso vale 400 y pico mil, 600000 euros. Ahora dentro de 25 años si tenemos simplemente con un chip que te puedo estimular muscularmente y te puedas manejar, porque claro Héctor mentalmente de momento está bien puede llevar una conversación lógica, tiene memoria, tiene unos estándares bastante altos de momento, entonces claro si tuviera un botón aquí que (...) Que vale para mover al final acaba, va así y maneja el Justik, y aparte maneja un Comunicador qué es una pantalla de iPad qué va pulsando botones iba diciendo yo quiero ir al cole, yo quiero ir a la piscina, yo quiero comer, tengo hambre, quiero pizza, es amplio(...) pues claro contra más adelantos tengas, más capacidad de cosas tendrás de hacer si mañana tienes un estimulador muscular podemos hacer una mundial.

21. sí la idea es que seamos normales contra más cosas que tengamos para ayudarnos, más normalizada será la vida y normalizar es participar en todo aunque seamos muy malos que no pasa nada, entiendo que se irá ganando en capacidades físicas sobre todo. Intelectualmente será más complicado pero en las capacidades físicas sobre todos y ayudas física sobre todo, esta no tiene nada que ver con la anterior, los moldes no tienen nada que ver con los anteriores, las férulas que no tienen nada que ver con las anteriores son mucho más ligeras, ya no son estáticas, ya son más flexibles ,ahí ya implantaciones que te permiten un ligero movimiento, hay férulas que te permite hacer lo que es la pinza, el mayor problema que tiene la discapacidad es hacer la pinza (...) la discapacidad neuronal se supone que las órdenes que da el cerebro no llegan a ningún músculo entonces te quiero decir en un momento dados sí conseguimos un chip neuronal o un chip en la mano que me permita hacer esto y ya he ganado alrededor de 800 y pico movimientos, 762 me parece que está contado lo que puedes hacer con esto. Hacia el futuro tenemos que ir a la total asimilación, es utópico pero la total asimilación de todas las titulaciones y de todas las capacidades que puede hacer la gente que tiene una discapacidad. Eso tiene que ser una actitud social porque si te ven llegar con el traje biónico y no quiero jugar contigo, no jugaran contigo.

56. Hay colegios en los que la actitud social no es la correcta.

44. la pena es que hay mucha gente que se va del colegio y en vez de tener una profesora de apoyo parece que tiene un incordio. Y un profesor yo entiendo que a veces le cueste llevar el ritmo de todos y aparte tener una persona que tiene una adaptación, pues bien, pues vale, en el momento en el que todo se ha normalizado significa que todos estén integrados en el aula con un patrón común.

Entrevistador.- ¿Y esto crees que debería empezar con una formación previa o cómo deberíamos hacer para activar esta conciencia social?

Entrevistado.- 56. Todo se basa la concienciación social, se basa en la educación, por ejemplo si tú vas a hacer mañana magisterio y tienes un programa específico de integración en el aula, con los pasos, con las mecánicas, con las metodologías, pues igual que tú tienes un patrón de clase que te dice cómo tienes que hacer x, x y x, ese patrón se tiene que incorporar y tiene que ser una cosa normal, no tiene que ser ostia pues han metido más temario, ostia es una asignatura optativa. No es un patrón normal, es decir,

44. tú vas a tener un aula, antes no lo teníamos y ahora tenemos un aula multicultural y la gente que lleva 30 años a lo mejor no está preparada para un aula multicultural. Claro porque el patrón cuál es, voy a explicar todo lo que estaba explicando antes, tengo que ir más despacio para los niños que tienen dificultades de lenguaje, para las dificultades de lenguaje si tuviéramos el plan completo tendríamos una logopeda, una profesora auxiliar de apoyo, todo esto que tiene que estar integrado, pero tiene que estar pensado desde abajo para arriba, no de arriba para abajo. Lo que hacemos normalmente es, oye que llega un niño búlgaro vale pues espera le vas a poner un intérprete búlgaro que venga 3 horas para dar clase. Tú crees que se puede dar clase si tienes un niño aquí está una persona que está traduciendo se puede traducir bien todo lo que te dice, eso no es integración, ni inclusión, eso es segregación. La idea es que tú vas a tener un aula multicultural y un aula multisensorial, por decirlo de alguna manera, se trata de distintas tipologías de gente, porque no solo estamos nosotros.

57. la idea sería un aula en el que estuviera la gente entre comillas sin discapacidad, entre comillas no, sin ningún tipo de discapacidad, uno con síndrome de Down, uno con parálisis cerebral, uno ciego, una de hipoacústicos tal y cual, todos con sus mecánicas de apoyo pero el aula tiene que ser común para todos. Nosotros ponemos las herramientas para que el aula que sea común para todos, al final sea común para todos y habrá retrasos porque claro lo que tienen parálisis cerebral a lo mejor tiene un retraso, pero también tendrá el chaval que no tiene discapacidad y no pasa nada, qué haces pues te vas para abajo y vuelves a empezar o lo dejas abandonado y sigues con lo demás,

52. pero tenemos que llegar a la tipología de que a todos los puedan atender, pero claro si yo cojo aquí y desde el primer momento te mandó tu ASPACE, tú a Down, tú a hipoacústicos, tú a la ONCE, ya está se ha acabado, no hay inclusión, no hay integración no hay nada. Seguiremos intentando, si el niño tú estás en el cole, estás en Juan 23 y el chaval que tiene discapacidad a los 9 años se va a un centro especial de

ASPACE, los críos que están ahí cómo le van a hacer caso, cómo lo van a considerar. Si tú mismo dentro del marco educativo, dentro del colegio común que es para todos, lo que quieres hacer es que se vaya para el otro lado, como a los críos en un futuro le van a tener en cuenta. Sí es igual que no teníamos preparadas las aulas o no tenía más preparados a los profesores para el aula multicultural,

57. en el futuro tenemos que tener un aula multicultural, multisensorial, multidisciplinaria. Y claro para eso, en teoría la ley de discapacidad, la Ley de la Dependencia incluye a profesionales, a profesionales que fueran de apoyo, es decir, tú tienes un aula que tienes cuatro tipologías o tres tipologías que me parece una barbaridad, pero si tú tienes un profesor o dos profesores de apoyo que están preparados que tienen la formación, que vienen a ti, eso es integrarlos en el aula, Héctor ha estado aquí 11 años con el profesor de apoyo, claro, los últimos 2 años se vuelve más, hay más dificultades, entonces claro se hacía una clase común, la profesora de apoyo hacia la clase común y en un momento determinado un apoyo para Héctor del profesor titular, pero claro como tiene Jaimito o tiene Carlos o como tiene Juan eso es a dónde tendríamos que ir, pero claro eso es complicado que se haga porque si no empezamos, tú cuando estás estudiando y al principio no lo tienes claro, porque ahora mismo tú vas a hacer una clase de INEF, vas mañana te presentas el primer día y te encuentras con Hector en la silla de ruedas, cuál es la cultura que te han metido, a ti qué te han explicado para estas situaciones, qué es lo que haces, no dame una profesora de apoyo, la profesora de apoyo se queda sentada con él y no participará. Y los deportes que hagas serán particulares tuyos, no serán dentro del programa normal y general, están integrados y tiene una actividad determinada y una forma de hacerte determinada, eso lo tenemos que inculcar desde el principio.

52. Lo que hacemos generalmente de repente vamos a meter niños con discapacidad en las aulas y vamos a meterlos dentro de, porque antes no se metían, hace 25 años no había, se quedaban en casa, luego fueron al centro especial, y vamos al revés. Que está bien para que la gente los conozca,

44. ahora los metemos en el aula, uy en el aula supone un problema qué hacemos, pues vamos a meter un auxiliar, ostia pero ¿tiene formación?, si lo vamos a sacar este año ahora mismo ya y al año que viene ya... No macho, los profesores tendrían que estar ya con la formación. De qué vas a trabajar, no, no vas a trabajar tú solo en el aula con 25 tíos, te van a dejar tú solo con auxiliares, que a lo mejor tienes un intérprete, el intérprete tienes que trabajar antes de empezar la clase, tienes que darle lo que vas a dar en la clase para que el tío se lo haya memorizado, lo haya entendido y si no lo entiende que lo entienda para explicárselo al niño. Lo que no hacemos, pero claro mañana vas a tener si mañana viene uno de Surinam, otro de Camboya, otro de República del Congo y un búlgaro 4 años a trabajar aquí, al niño lo meten en el cole, no preguntan si sabe o no sabe hablar, claro qué hacen, lo cojo lo lleva el profesor de Apoyo o al pt y ahí se queda todo el día. No entiende nada, le ponemos un intérprete que vaya dos o tres horas al día, cuando la actividad lectiva tiene 35 horas a la semana y ya está.

56. Por eso te quiero decir, que esto viene desde la formación y así integramos e incluimos, si yo tengo al crío hasta los 9 años esperando que se vaya y lo mando a un centro especial, no hemos hecho nada porque

estos entienden a Héctor, toleran a Héctor, toleran y aceptan y ven las dificultades que tiene y las interpretan como una cosa normal, porque desde pequeños lo han visto y saben lo que puede hacer y lo que no puede hacer. Como yo tiro bien con la izquierda, pues Héctor va en silla por si acaso háblale de frente, porque si le hablas de lado le cuesta mucho, sobre todo cuando ves las limitaciones ya te íntegras con él y vives con él. Eso es porque estamos juntos, todo lo que sea separar, segregar y volvemos otra vez a la rueda. Tú mételo en el centro y ya te pagamos nosotros las plazas, pero claro yo lo meto en el centro y me pagas las plazas pero cuando tenga 18 años qué hago con ellos, hasta ahora los seguíamos teniendo en el centro, ahora ya tienen, quieren hacer más cosas, quieren salir. Nosotros salimos y vamos a todos lados, pero eso antes,

52. hace 25 años lo que decíamos, no salía a ningún lado, sé quedaban encerrados ahí toda la vida, con más o menos problemas, con lo que nos ha costado salir, volver a entrar no. Esta es la idea, luego veremos si lo conseguimos.

Entrevistador.- Y hablando más así de la educación física, ¿crees que la persona con discapacidad participa de manera activa dentro de la educación física?

Entrevistado.- Dentro de las limitaciones mientras tubo movilidad estuvo en ellas, aparte de la fisio, aparte la natación, aparte de lo que es

43. el Programa Educación Física dentro del cole llego hasta aquí y aquí ya no llego porque aquí ya no había apoyo en Educación Física. Tenía un pt, un profesor que cuando bajaban pues hacían sus ejercicio subían y bajaban las manos corrían por aquí, si jugaban a las bolas, así jugaban a lo de la Herradura, tal cual, lo metían en el patio para hacer todo lo posible con ayudas estuvo intentando hacer todo lo posible, mientras pudo con sus limitaciones (...)Si hubieras ido con rampa etcétera etcétera, al final hicimos la rampa para que pudiera bajar al patio con todos, para jugar al fútbol con todos, y corriendo y el Pt detrás con la silla y corriendo y ya está.

43. Intentar, se intenta pero llega un momento en el que si no hay una ayuda específica, no se pueden hacer determinadas cosas.

Entrevistador.- Entonces lo ideal sería ¿un profesor auxiliar?

Entrevistado.- Hombre y un programa, tu llegas y tienes vamos a hacer esta semana, vamos a hacer trabajo con cuerdas, saltar a la comba, estirar de la sog...Claro esto es complicado que lo haga, pero claro si lo íntegras, y lo metes dentro, el pt lo metes dentro de la sog, ahí estamos en el ejemplo de que el Pt lo hará todo y él no hará nada, ¿disfrutará?, Sí, ¿estará dentro de la actividad física? No.

Entrevistador.- Claro, sería adaptar las actividades a impartir para que todos tuvieran su participación

Entrevistado.- 43. O Tener en cuenta una parte de las actividades que hay que hacer dividir las, en teoría tendrían que ser todas comunes pero adaptarla para que pudieran hacerlo con él. Lo de los palos que se tiran al suelo y se colocan las anillas eso lo puede hacer, pues lo van haciendo y guarda su sitio en la cola, tú sabes lo que es guardar un sitio yo en la cola con todos y cuándo te toca tirar, tirar y luego vuelves, eso sí que es participar dentro de la... que te pongan a parir, Héctor no aciertas ni una, eres malísimo, eso es vida social (...)

Entrevistador.- Entonces aquí, bueno en el caso de Héctor, ha sido uno más dentro de sus compañeros

Entrevistado.- Si, hasta que no pudo, hasta que se marchó para ASPACE, sí. Ahora en ASPACE es otra dinámica, intentamos hacer absolutamente todo también, pero

51. la integración social es más complicado, sin embargo hay gente que no lo ha tenido tan bien, entonces es más complicado, sí todo son dificultades para hacer las cosas.

43. Nosotros la última dificultad que tuvimos, nos dijeron que no podía ir a la excursión y dijimos pues no lo entendemos, porque si la excursiones son de la comarca de la hoya y la hoya tiene sendas adaptadas, lo podríais haber pensado también, no fueron Héctor y dos más. No pudieron ir uno que tiene una pierna más corta que otra y otro que estaba con la pierna enyesada y digo esto no es ni medio normal.

Entrevistador.- Entonces aún no se tienen en cuenta estas cosas, ósea, teniendo los medios no se tienen

Entrevistado.- Pero esto es lo que te digo,

57. La formación así tienes en cuenta a todo el mundo para todo si no tienes la formación olvídате, o si tienes 55 años y llevas 35 de docencia te cansas, no tienes ganas de nada.

Entrevistador.- Digamos que las nuevas incorporaciones son las que tienen que trabajar en esto

Entrevistado.- Las nuevas incorporaciones son las que tienen que tener otra visión ya, y la visión tiene que ser la normalización, ya no sólo de las personas con discapacidad, sino la normalización de todo, lo que no podemos hacer es lo que hacíamos hace 25 años (...) que eras crío y si eras listo o eras tonto, te separaban, ibas a un sitio o a otro. Ahora vamos todos al mismo colegio y el colegio público, c***

44. cuando llegamos a lo multicultural no entendemos, qué costumbres podemos asumir, qué costumbres no podemos asumir, qué tipo de educación han tenido, qué nivel lingüístico, alfabético, matemático, semántico tienen, estos son muchas dificultades y lo que hacemos con las dificultades es incrementar, incrementarlas. ¿Por qué? Porque no tengo formación para tratar eso. Claro yo me planto aquí y digo no, no, necesito 2 de apoyo y una traductora que venga a las 9 de la mañana antes de, o que venga mañana tutoría que tengo de 12 a 13h que prepararemos la clase de pasado. Eso es la formación y las ganas de trabajar. Eso es la formación que no sea una dificultad, cada vez que tienes una cosa de estas. Claro si yo

tengo una aula de 25 críos que tiene que cantar, saltar y bailar, en el momento de que no canten, bailen y salten, le digo tú no vengas. Eso está dentro de la formación de la gente que va entrar ahora o que tiene que entrar nueva hora. Y eso lo tenían que haber puesto hace 10 años. Para que la gente ahora cuando viene esto, la gente ya tiene la formación, ya lo puede ir asumiendo, y vamos a volver a hacer lo mismo.

Entrevistador.- Los pasos que se han tomado, digamos que no han sido los más acertados, se ha empezado por meterlos en el aula pero no a través de una formación, no se ha dado una formación

Entrevistado.- 58. Venimos de sectores que hace 25 años te lo hacías tú todo, ahora tenemos conciertos con las administraciones, todos los pasos que han dado claro que son buenos porque antes no había nada, esa es la respuesta estándar antes no había nada que te me vas a quejar. Tenemos que ir a lo que decimos, tenemos que participar en las cosas que se hacen. Para participar en las cosas que se hacen, nosotros tenemos que decir cuál es el camino, la gente piensa que este es el camino, que lo hagan o no lo hagan... ya sabes que esto es que no depende de nosotros, nosotros vamos con demandas y podemos (...) Y pegarle fuego, fuego a una señal, del contenedor como mucho pero más no, esto es tenerlo claro e interesa poco porque

56. necesitas un mayor gasto dentro del aula, una mayor información de la gente, un sentido de continua formación anual, bianual de la gente. Lo que no puede ser es que ahora, un ejemplo chano, tú quieres hacer en el, en Almodóvar un colegio bilingüe te dicen que para que ese colegio bilingüe, no sé cómo era la historia tiene que tener nivel no sé qué, no sé cuántas, tal cual de los profesores, el nivel B2 no me acuerdo cuál era de tantos profesores. Para tener ese nivel ellos tienen la formación gratuita en el centro de (...) Y aparte cobrarían más, luego si tú decides hacerlo, queremos tener aquí un colegio bilingüe en Almodóvar y te dicen que no quieren, ahí te has quedado sin nada. La formación, oye yo estoy trabajando en mi trabajo y tengo que seguir con una formación, tú mañana estarás haciendo INEF y tendrás que recibir una formación de reciclaje, reciclarte de alguna manera. Si se hacen muchos, pocos, medianos, nuevas técnicas no sé qué, no sé cuántas, posturales flexionaminetos, Todas estas cosas las tienes que hacer y cada vez que salga una cosa nueva vas a tener que estudiar, está dentro de tu ADN qué tienes que formarte, reciclarte y mirar cosas. Hay gente que no lo tiene y no piensa hacer nada. No, no, yo estoy aquí, doy clase y cuando termine mi época me iré. No es punible pero tampoco es loable. Yo tengo mi puesto, yo doy matemáticas, no me toques las narices, formación no pienso, inglés, no pienso. Si tienes la formación, la actitud es diferente, porque si tú estás haciendo un curso, yo hice empresariales y cada 4 días cambian los sistemas de balances, el plan contable ha cambiado cuatro veces. Sí yo mañana voy a la gestoría los tipos en positivos, los impuestos, cada año cambian 3/4/5, si no tienes, si no te los estudias, no puedes trabajar. Si eres un ingeniero te pasa exactamente lo mismo, si trabajas con cualquier tipo de actividad química o industrial tienes que estar al día, si eres mecánico tienes que estar al día. **57.** No podemos tener a la gente que está formando a los críos que no se recicle, con técnicas de hace 30 años, porque están, que aquí en el cole de

Almudévar es pequeño, tienes en cada aula una cosa. Llega una con una sustitución de 3 meses y hace: a ver clase comunal todos en un círculo alrededor mío y hacemos grupos, os ponéis en grupos de 4, y tú eres el que vigila al que no se porte bien, tú vigila que hagan los deberes. Y tras la sustitución de 3 meses llega la titular no, no, asientos individuales y cada uno se preocupa de sí mismo y llega y el último mes la tienen que operar y llega otra y dice: vamos a ponernos de dos en dos y vamos a hacer... Cómo en el mismo curso tienes tres tipologías, los niños acaban totalmente chavetas y eso pasa. Si tengo una reunión y un plan. Si tengo un plan vamos adelante, sino... Hay gente que va así y dice ¿y vosotros quién sois?

Entrevistador.- La formación es esencial

Entrevistado.- Para todo, la formación es lo que ahora muchas veces te explican cuando estás haciendo tu trabajo o tu profesión, otro ingeniería otro magisterio... la formación es continua, cada cosa nueva que salga es continua, si quieres estar, estás y si no quieres estar, no estás.

57. Si fuera obligatorio sería otra cosa, si cobras por formación, si no estás reciclado no cobras.

Nosotros en ASPACE el convenio dice que se paga por evaluación continua, es decir, nosotros pagamos por evaluación continua. Tú tienes un nivel básico cuando entras y tú te tienes que formar. Lo que pagas, se paga por evaluación continua, que tus compañeros te evalúan, tu jefe de equipo en este caso te evalúa, el presidente te evalúa, y los usuarios también te evalúan. Evaluamos entre todos y se premia la formación. Si tú estás haciendo fisioterapia, si tú te ocupas de del tren inferior pues mira hay una nueva técnica de no sé qué, he hecho unos cursillos de tal, eso se valora, el esfuerzo que has hecho en estar al loro, estar al corriente de las nuevas técnicas, de las nuevas cosas que hacen. El programa que presenta, no vamos a hacer esto, he estado esta semana aquí, porque claro la formación es interna y externa. Interna tienes que ir, si no quieres ir, no vayas, pero tendrías que ir, en teoría. Y luego la externa, el permiso que pides que está en convenio de 25 días al año para que vayas al cursillo que hacen en Francia el doctor no sé qué, que es el mejor del mundo mundial. Pues eso está, tú lo haces y lo presentas, lo presentas a tus compañeros, esa presentación también se evalúa. Valorar a la gente y vas pagando a la gente por esfuerzo, por renovación e interés. No podemos tener en nuestro ámbito alguien que ha empezado hace 10 años y no quiero aprender nada más sí la técnica de (...) ha evolucionado en 7 años 30 veces o estás al loro o se te ahogaran. O las fisios nuestras, si hay nuevas técnicas de estiramientos, de relajamiento muscular, posicional, no sé qué, no sé cuántas, pues cada dos por tres tienen que ir. Porque si yo soy padre y quiero lo mejor para mi hijo, pues quiero que estés tú preparada, que me cueste 25 días al año de trabajo para que estés preparada, pues que me cueste 25 días. Es que prefiero que no estés 25 días y coger a alguien de sustitución que, que no tengas ni idea de lo que haces o que vayas con técnicas de hace 4 años y eso está dentro del ADN, dentro de lo que pensamos. Esto tú no lo haces dentro de clase normal, nunca he visto a un profesor tuyo que se vaya a 25 días a reciclarse.