



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
PROGRAMA DE MAESTRÍA EN TRABAJO SOCIAL

ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL

**EL DEPORTE ADAPTADO COMO ELEMENTO QUE IMPULSA LA
AUTODETERMINACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD MOTRIZ**

TESIS

QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE:

MAESTRA EN TRABAJO SOCIAL

PRESENTA:

ARACELI GUZMÁN RUIZ

TUTORA:

MTRA. ELIA LÁZARO JIMÉNEZ
ESCUELA NACIONAL DE TRABAJO SOCIAL

CIUDAD UNIVERSITARIA, Cd. Mx., MAYO 2018.



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

***No soy producto de mis circunstancias,
soy producto de mis decisiones.***

Steven Covey

Agradecimientos

Son muchas las personas especiales a las que me gustaría agradecer su amistad, apoyo, ánimo, compañía y conocimiento brindado en las diferentes etapas de este proyecto académico, algunas están aquí conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón. Sin importar donde estén, quiero decirles ¡Gracias!, fueron motor de este logro.

A mi madre *Isabel*, que me ha motivado y cuidado en todo momento, que con su paciencia y consejos seguiremos llegando muy lejos... A mi hermano *Rogelio*, que sin duda me ha demostrado su apoyo siempre, y que con su ejemplo de lucha diaria motiva mis ganas de superarme. A mi nueva familia *Guillermo*, por ser mi principal ejemplo de perseverancia, amor y por exigir lo mejor de mí cada día. Gracias a ellos, este logro es el inicio de una etapa mucho mejor... ¡Los amo!

A la Universidad Nacional Autónoma de México y a la Escuela Nacional de Trabajo Social, por darme la oportunidad de superar mis metas académicas, a cada maestra y maestro ejemplar que me apoyaron y nunca desmotivaron mis propias aspiraciones, pero sobre todo a la Mtra. Elia Lázaro, quien ha mostrado siempre ser una guía extraordinaria en la academia y en la vida, gracias a ella, esta investigación no se apagó y superó nuestras expectativas.

A mi lectora y lectores *Mtra. Norma Cruz Maldonado, Mtro Carlos Arteaga Basurto, Dr. Pedro Isnardo de la Cruz Lugardo*, que con su conocimiento y exigencia forjaron en mí y en mi trabajo, calidad profesional.

A Jesús, Alberto, Gregorio, Rosa, Pablo y Ricardo por compartirme su experiencia y cimentar, aún más, el gusto por conocer y aportar en el área del deporte adaptado, ¡Muchas gracias!

A mis amigos que siempre están a mi lado y que pasaron y siguen pasando horas escuchando mis ideas, pensamientos y anhelos... ¡Los quiero!

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	6
CAPÍTULO I. ANTECEDENTES; CIENCIAS QUE ABORDAN EL ESTUDIO DEL DEPORTE.....	8
I.I. Ciencias sociales del deporte	9
I.I. I. Actividad Física Adaptada.....	10
I.I. II. Sociología del Deporte	11
I.I. III. Psicología del Deporte.....	12
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO: RELACIÓN ENTRE DEPORTE ADAPTADO, TEORÍA DE AUTODETERMINACIÓN Y TEORÍA DE LOS CAMPOS.....	16
II.I. Deporte Adaptado.....	17
II.I. I. Función social del deporte adaptado.....	22
II.I. II. Discapacidad motriz en el deporte adaptado.....	24
II.I. III. Deportes adaptados específicos para la discapacidad motriz que se practican en México	33
II.I. IV. Beneficios y obstáculos de la práctica del deporte adaptado en la discapacidad motriz.....	45
II.II. La autodeterminación y sus alcances	53
II.II. I. Conceptualización de la autodeterminación en las personas con discapacidad motriz.....	62
II.III. Aporte teórico; Teorías de los Campos.....	67
CAPITULO III. INVESTIGACIÓN: EL DEPORTE ADAPTADO COMO ELEMENTO QUE IMPULSA LA AUTODETERMINACIÓN EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD	71
III.I. Justificación	91
III.II. Objetivos	95
III.III. Metodología.....	96
III.III. I. Proceso metodológico.....	98
III.IV. Estrategia de análisis	105
III.V. Hallazgos.....	108

III.VI. Análisis de la información	137
Categoría 1. Campo.....	138
Categoría 2. Juego.....	140
Categoría 3. Capitales	143
Categoría 4. Motivación Extrínseca.....	147
Categoría 5. Inclusión Social	151
CAPITULO IV. DISCUSIÓN; CULTURA DE LA INCLUSIÓN VS CULTURA CAPACITISTA.....	160
IV.I. El palimpsesto de la discapacidad	161
IV.II. Cultura de la inclusión social frente a la Cultura Capacitista	164
IV.III. Capacitar ¿es incluir?.....	169
IV.IV. El deporte adaptado como filosofía desde las capacidades.....	173
CONCLUSIONES.....	177
BIBLIOGRAFÍA.....	184
ANEXOS.....	195

INTRODUCCIÓN

El *deporte adaptado* como elemento que impulsa la *autodeterminación* de las *personas con discapacidad* es una oportunidad de estudio de Trabajo Social, estas conceptualizaciones fueron profundizadas para la realización de un planteamiento lógico y sustentado que aporte un conocimiento en discapacidad y de interés de profesionales que contribuyen cada vez más a aseveraciones que favorecen la inclusión social y dignifican a las personas en condición de discapacidad.

En esta lógica, el trabajo está estructurado de la siguiente forma:

En el Capítulo I. Antecedentes, partimos de las ciencias sociales que se han encargado de indagar procesos sobre el deporte adaptado, sus inicios, aportes y establecimiento de parámetros conceptuales básicos para el desglose de este trabajo. Las ciencias base son Actividad Física del Deporte, Sociología del deporte y Psicología del deporte y cómo la disciplina de Trabajo Social se apoya de estas ciencias junto con el Modelo Social de la discapacidad para sustentar esta tesis.

Es así que en el Capítulo II. Marco teórico, revisamos el origen del deporte adaptado, los propósitos al inicio de esta actividad, las consecuencias y cómo ha evolucionado su concepción social. De manera concreta aterrizamos los deportes específicos dirigidos a las personas con discapacidad motriz en México para la especificidad de este trabajo. En el mismo apartado explicamos la importancia de la Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci (2000), la cual identifica un punto de partida social; el sujeto con acciones relacionales (motivación extrínseca) que abona a la consolidación de sujetos autodeterminados. La teoría de los Campos de Pierre Bourdieu permite retomar planteamientos aplicables a esta tesis; campo, juego, capitales y así mirar a los sujetos y su dinámica desde una base explicativa sólida.

Ante el aterrizaje teórico, en el Capítulo III. Metodología de la Investigación comenzamos por justificar la urgencia de este tipo de investigaciones, planteamos los objetivos, además del universo de estudio. Posteriormente el proceso de recolección y hallazgos concreta una triangulación de la información por categorías; Categoría 1.

Campo, Categoría 2. Juego, Categoría 3. Capitales, Categoría 4. Motivación Extrínseca y Categoría 5. Inclusión Social.

Finalmente, en el Capítulo IV. Discusión; Cultura de la Inclusión VS Cultura Capacitista, nos atrevemos a revisar una polaridad presente en la forma de mirar a las personas con discapacidad, ya que, ante la lentitud de la consolidación de una sociedad inclusiva, algunas mantienen la idea de superar obstáculos como una forma de encaje con la sociedad, donde la crítica se dirige a repensar las opciones dignas y corresponsables entre sociedad y personas con discapacidad.

Es así que dicha tesis sustenta que el deporte adaptado es un campo que impulsa el ejercicio de la autodeterminación de las personas con discapacidad motriz que lo practican, ya que motiva a decidir a partir de un escenario incluyente y accesible que brinda oportunidades reales de desarrollo, y que coloca a las personas en un modo de constante búsqueda y mejora de su calidad de vida.

CAPÍTULO I. ANTECEDENTES; CIENCIAS QUE ABORDAN EL ESTUDIO DEL DEPORTE

I.I. Ciencias sociales del deporte

En el presente apartado nos enfocaremos en mencionar aquellas ciencias que aportan a Trabajo Social al estudio y explicación de los avances del deporte.

El Consejo Internacional de Ciencias del Deporte y Educación Física (International Council of Sport Science and Physical Education -ICSSPE-), mantiene una perspectiva inclusiva y de colaboración entre las diferentes disciplinas del deporte, la ciencia del deporte y la educación física, por medio de una amplia gama de organizaciones científicas y profesionales de diversas ramas y disciplinas deportivas (ICSSPE, S/F).

ICSSPE es la red más grande del mundo de organizaciones e instituciones relacionadas con el deporte, la ciencia del deporte y la educación física, que representan a millones de personas. Entre otros, el Consejo pertenece a los órganos asociados de la UNESCO y coopera con el movimiento deportivo. Al fomentar el deporte, el ejercicio, la educación y la salud, el ICSSPE contribuye al desarrollo de la sociedad humana. La organización opera con la intención de Investigar para una mejor comprensión científica de todas las facetas del movimiento humano; Educar para una mejor calidad de vida y una mejor salud para todas las personas; Abogar por los beneficios relacionados con un estilo de vida activo y los valores éticos inherentes a la actividad deportiva. (Ibídem)

Para dicha red internacional, existen 19 Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFD); 1) Pedagogía deportiva, 2) Actividad Física Adaptada (AFA), 3) Sociología del deporte, 4) Historia del deporte, 5) Filosofía del deporte, 6) Psicología del deporte y del ejercicio, 7) Biomecánica, 8) Fisiología del ejercicio, 9) Ciencias del entrenamiento, 10) Comparativa Educación Física y Deporte, 11) Cineantropometría, 12) Psicología neuromotora, control y aprendizaje motor, 13) Ciencias políticas del deporte, 14) Instalaciones deportivas, 15) Información deportiva, 16) Derecho deportivo, 17) Gestión deportiva, 18) Medicina del deporte y 19) Visión y Deporte.

Para fines prácticos del trabajo, hemos de profundizar en las siguientes ciencias: *Actividad Física Adaptada*, por su aporte en lo concerniente al deporte adaptado; *Sociología del deporte*, ya que expone los avances en el entendimiento social de la práctica del deporte; *Psicología del deporte*, que permite comprender las motivaciones

que constituyen el proceso de autodeterminación, base para que *Trabajo Social* integre un conocimiento a partir de la visión del Modelo Social de la discapacidad.

I.I. I. Actividad Física Adaptada

La Actividad Física Adaptada parte de la premisa del colectivo de personas con alguna limitación en las actividades que pueden hacer, la posible restricción en la participación, además de fijar su atención en las características que diferencia este grueso de la población, por lo que esta concepción ha sido tomada como sinónimo del término de Deporte Adaptado (Reina Vaíllo, 2010). Por ello, es importante mencionar que el parámetro conceptual del que partimos tiene su origen de la conclusión del Congreso Mundial de Actividad Física Adaptada de Quebec en 1998:

La Actividad Física Adaptada se define como un cuerpo de conocimiento multidisciplinar dirigido a la identificación y solución de las diferencias individuales en la actividad física. Es una profesión de prestación de servicio y un cuerpo académico de estudio que apoya una actitud de aceptación de las diferencias individuales, aboga por mejorar el acceso a estilos de vida y al deporte, y promueve la innovación y la cooperación en la prestación de servicios y adaptación de las normativas. (Sherrill, 1998)

Sherrill (1998) hace énfasis en la necesidad de aplicar el conocimiento experto en adaptar y adecuar ecosistemas, facilitar los cambios necesarios para un acceso igualitario, integración e inclusión, bienestar a lo largo de la vida, posibilidades de éxito a través del movimiento, empoderamiento y autoactualización.

El deporte abordado como un fenómeno social, ha logrado abordarse a profundidad por dos ciencias sociales que ahondan sobre los procesos, efectos, beneficios, excesos y controversias de esta práctica; la Sociología del deporte y la Psicología deportiva.

I.I. II. Sociología del Deporte

La Sociología del deporte se dedica al estudio de las dinámicas y procesos sociales en las personas, grupos o masas relacionados con el deporte, ya sea por cuestiones de práctica directa de los sujetos, o por ser parte de los anfitriones que gustan de mirar esa práctica y formar parte como un tercero que le interesa el desarrollo mismo de deporte.

La sociología del deporte es una subdisciplina que enfatiza la relación del deporte y la sociedad. Su ámbito comprende la acción individual y del grupo en su relación social con el deporte. Se ocupa de cómo la sociedad cambia el deporte y cómo el deporte puede provocar cambios en la sociedad. Este término se utilizó por primera vez en 1921, por el alemán Heinz Price en su obra titulada *Sociología del Deporte*, en la cual a través de un planteamiento sociológico formal se identifica al deporte, sobre todo competitivo, y se le atribuye a esta función deformar la voluntad, sin embargo, es hasta finalizada la Segunda Guerra Mundial que esta surge como una disciplina científica que ha tratado de explicar los fenómenos sociológicos generados en el ámbito del deporte (...) El interés político y económico que comenzaba a despertarse a través del deporte. Los estudios sociológicos dentro del deporte pueden llegar a generar explicaciones a problemas de la familia y la economía, pueden sugerir una definición de roles entre hombres y mujeres, ya que el deporte supone toda una serie de comportamientos y procesos sociales que no solo explican la estructura del mismo, sino la estructura social por la cual el deporte existe como una actividad. Entre las ramas que la sociología del deporte investiga encontramos las siguientes: el deporte y la socialización, la subcultura del deporte, la violencia del deporte, las políticas del deporte y la nacionalidad que lo identifica. Finalmente, la sociología del deporte es el espacio académico encargado de poner delante del estudiante la búsqueda del conocimiento transdisciplinario, sobre la relación entre el deporte la educación física y la recreación o el contexto social. (Valencia, 2014)

Las estructuras, los cambios, los contextos sociales y el impacto del deporte son también tema de constante investigación en la Sociología del deporte.

La investigación sociológica se ha interesado por el estudio de las dimensiones sociales del deporte, y desde la creación a mediados de los años sesenta del siglo XX de un Comité Internacional de Sociología del Deporte, esta disciplina se ha ido consolidado como una actividad científica y académica que va ampliando progresivamente su presencia en los departamentos universitarios de ciencias sociales y humanas aplicadas a la educación física y deporte. (García Ferrando, Manuel; Puig Barata, Núria; Lagardera Otero, Francisco, 2014, pág. 11)

En el campo del deporte, los hechos por los que se interesa la sociología tienen que ver con la forma, estructura y dinámica que adoptan las relaciones deportivas, esto es, aquellas que giran en torno a ese complejo entramado de hábitos y acontecimientos que se denominan de forma genérica, deportivos. (García Ferrando, Manuel; Puig Barata, Núria; Lagardera Otero, Francisco, 2014, pág. 12)

En la Sociología del deporte, el estudio de las prácticas realizadas por personas con algún tipo de discapacidad tomo fuerza a partir de las consecuencias de la Segunda Guerra Mundial.

Es así que su aporte sirve a Trabajo Social en cuestiones específicas de las dinámicas y relaciones entre sujetos que practican un deporte y aquellos que no lo hacen como tal, pero que son participes como aficionados, por tanto, la disciplina tiene amplia oportunidad de estudiar los procesos interpersonales y sus repercusiones en esferas como la familiar, la comunitaria, la nacional, además de que en el caso específico del deporte adaptado, permite analizar las bases de reconocimiento de los sujetos y como se van posicionando a través de su diferencia.

Trabajo Social confronta las causas y repercusiones como la aceptación social y personal de los sujetos en los ámbitos sociales como el personal, laboral, económico, con aportes, donde los planteamientos y alternativas relacionadas con visibilizar e implementar los procesos de autonomía y empoderamiento, son base para abrir cada vez más posibilidades de inclusión y autodeterminación de los sujetos.

I.I. III. Psicología del Deporte

Respecto a la Psicología de deporte, se considera una rama de esta ciencia que se complementa con ciencias de la salud como la medicina y la educación física.

La Psicología del deporte es una amplia corriente de pensamiento en la que confluyen diversas doctrinas la Psicología, Filosofía, Medicina, Psiquiatría, Higiene, Educación Física, etc., y por consiguiente se trata de un asunto de competencia multidisciplinaria abierto a la contribución que cada una pueda aportar desde la base de su preparación específica. (Antonelli & Salvini, 1962)

Esta corriente de estudio científico relaciona las formas de participación y las actividades físico-deportivas.

La Psicología del deporte está dedicada a estudiar el cómo, porqué y bajo qué condiciones los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con el atleta y el deporte (directivos, espectadores, padres de deportistas) se comportan en el modo que lo hacen, así como investigar la mutua influencia entre actividad física y la participación en el deporte y bienestar psico-físico, la salud y el desarrollo personal. (Cerviño Bárcena, 2018)

Es así que ante esta riqueza interdisciplinaria que maneja la Psicología del deporte, Trabajo Social abona cuando interrelaciona las consecuencias ante la aplicación psicológica en la dinámica deportiva en las esferas inmediatas de desarrollo de la persona, por ejemplo, en el caso de las personas con discapacidad motriz que contaron con un acompañamiento psicológico a la hora de enfrentar su condición en la dinámica deportiva, se pueden identificar sus fortalezas y junto con las personas más cercanas al sujeto, puede continuar incluido respecto a su participación en esa y otras esferas de su desarrollo.

Ahora, por parte de Trabajo Social es contribuir del estudio y promoción de este tipo de medios de inclusión (propia y social) a partir de revisar las relaciones consolidadas, gracias a que, dicho campo fortalece socialmente la forma de visualizar la discapacidad a partir de la capacidad y psicológicamente aprehender que esta condición humana no es una limitante cuando la corresponsabilidad (relación de responsabilidad) surge ante las necesidades de las personas con discapacidad motriz.

La Universidad Nacional Autónoma de México siempre se ha mostrado corresponsable ante cualquier situación de interés de nuestra sociedad y del mundo, y este tema no ha sido la excepción, sin embargo, Trabajo Social como disciplina, ha dedicado muy poco al estudio del deporte adaptado, sin embargo, en la práctica o en la intervención en discapacidad, esta disciplina ha retomado todos estos elementos que las mencionadas ciencias aportan para que su intervención sea integradora. Por ellos, nos enfocaremos en mencionar y profundizar aquellas que retoman los estudios y avances de ciencias del deporte y relacionarlas con la autodeterminación

El tema de la autodeterminación en las personas con Discapacidad esta enraizada en la Declaración Universal de Derechos Humanos, donde al ser enfocados en la situación ahora refuerce las acciones hacia el cumplimiento de los derechos civiles de

las personas con discapacidad, con el objetivo de crear oportunidades para la efectiva inclusión con dignidad y respeto. Junto con la ya mencionada Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad (2006) el compromiso de los Estados parte toma fuerza y se compromete a proteger y asegurar que las personas ejerzan sus derechos.

Antes del establecimiento internacional de la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad, promulgada por México en 2006 y consolidada con el apoyo de la Organización de las Naciones Unidas en el año 2008, en las tesis a nivel licenciatura y posgrado permanecían los conceptos *de discapacitado* (Barajas Cavazos, 2000), *capacidades diferentes*, *retrasado*, *enfermo*, *padecimiento*, además de clasificaciones de la discapacidad que se enfocaban en el funcionamiento (mental, físico, sensorial) al referir a la medicina como la ciencia de apoyo principal ante estas situaciones.

Estos antecedentes a la convención permitieron revisar a profundidad lo que se podía mejorar respecto a cómo nombrar y cómo concebir a la discapacidad y a las personas mismas, qué ha pasado y permanece en sociedad que no permite una inclusión permanente de las mismas. Es ahí mismo cuando el paradigma de la discapacidad ahora mantiene la idea de la contribución social de la discapacidad.

Si bien el Modelo Social de la discapacidad es el eje de la Convención, es importante referir que los avances han sido enfocados en cuestión de inclusión y corresponsabilidad social y estos se han visto reflejados en los textos universitarios de titulación que ahora hablan *de personas con discapacidad*, *inclusión laboral*, *deporte adaptado* (Reyes García, 2011), *eliminación de barreras físicas, comunicacionales y actitudinales*, *aplicación de la tecnología en las necesidades de las personas con discapacidad*. Con todo esto, refiero que los cambios han permitido trascender e involucrar a otros profesionales; ingenieros, arquitectos, trabajadores sociales, estudiosos de las Tics (Tecnologías de la Información y Comunicación, etc.) en este proceso de cambio social.

En cuestión del estudio del deporte adaptado, tenemos que los aportes se enfocan en *las motivaciones* (Gutiérrez & Caus, 2006), *la integración de las personas con discapacidad* (Reyes García, 2011), *las conductas* (Muños Mendez, 2003), *los programas de difusión* (Ruiz Carmona, 2013), *factores que condicionan la práctica de un deporte adaptado* (Lorenzo & Calleja, 2009), donde los estos textos en su mayoría son de orden psicológico.

En relación a lo social, particularmente desde Trabajo Social en nuestro país son pocos los estudios e investigaciones existentes en materia de deporte y deporte adaptado en discapacidad. Sin embargo, en el caso de las universidades españolas como *La Laguna*, específicamente aporta con tesis como la titulada *Las persona con discapacidad y su integración en el deporte*, la cual es un cúmulo muy efectivo de aportes entrelazados con deporte adaptado y la disciplina de Trabajo Social.

Es así que aún queda mucho por abordar, por conocer, por apropiar y aprender respecto al tema del deporte adaptado y el posible aporte académico –social.

**CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO: RELACIÓN ENTRE
DEPORTE ADAPTADO, TEORÍA DE AUTODETERMINACIÓN
Y TEORÍA DE LOS CAMPOS.**

II.I. Deporte Adaptado

El deporte ha sido entendido como algo sencillamente relacionado con la naturaleza humana, ha sido equiparable en cuestiones como comer o dormir; actividades enraizadas en la misma naturalidad (Paredes Ortiz, 2002) y cotidianidad de los contextos. Coloquialmente referimos que para *hacer deporte* hay que realizar actividades como caminar, correr, saltar, lanzar, cargar, golpear, manipular objetos, etc., siendo éstas parte de la cotidianidad de las personas. Es así que, *hacer deporte*, es una serie de actividades a nivel físico y mental, que, por medio de la regulación de ciertas normas estructuradas y dinámicas con otros, permite momentos de convivencia, competitividad y reconocimiento de otros individuos a nivel social, y a nivel corporal, una mejor condición de salud física, mental e incluso emocional.

Contreras et al. (2001) indica que los criterios caracterizadores y diferenciadores del deporte son:

- Actividad física, es decir, un cierto grado de ejercicio físico. Hernández Moreno (2000) se refiere a una característica similar, situación motriz, indicando con ella el carácter mecánico y decisonal que debe estar presente en la acción motriz realizada.
- Actividad reglamentada, o existencia de reglas, referida a la necesidad de que la conducta motriz no se presenta de forma caótica, sino ordenada, formalizada y atendiendo a determinadas reglas y principios.
- Actividad institucionalizada, como indica Hernández Moreno (2000), con ello se hace referencia a la necesidad de reconocimiento y control por parte de una instancia o institución (generalmente denominada federación) que rige su desarrollo y fija los reglamentos de juego. Contreras et al. (2001) indica con ellos el reconocimiento de la sociedad del propio juego, de sus reglas, y principios.
- Competición, entendida como una situación de enfrentamiento motor, deseo de superación, progreso y rendimiento. (Reina Vaíllo, 2010, pág. 41)

A grandes rasgos, este entendimiento nos permite decir que, el deporte no es ajeno a nuestra realidad común, sin embargo, su evolución lo ha posicionado como un fenómeno que va adquiriendo un gran impacto dentro de las diversas sociedades en el mundo.

Es una práctica humana tan significativa en nuestra época como pocos fenómenos sociológicos, forma parte de la cultura contemporánea, es un pilar en el que con fortaleza se apoya la historia cultural de nuestro tiempo. El deporte es ahora una actividad que moviliza todo un conjunto de conocimientos teóricos y técnicos del hombre hacia la meta del perfeccionamiento corporal humano infinito. (Brohm, 1982)

El deporte adaptado ha evolucionado desde su concepción como actividad de ocio, hasta la conceptualización actual de deporte como actividad integradora y socioeducativa (Lisbona, 2006), es así que definiremos al **deporte adaptado** como:

Todas aquellas modalidades deportivas que se adaptan al colectivo de personas con algún tipo de discapacidad porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de este colectivo, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica. (Reina Vaíllo, 2010, pág. 43)

Dichas modificaciones se ven reflejadas en *el reglamento, los materiales* o utensilios deportivos, las instalaciones y *las adaptaciones técnico-tácticas*¹. (Ibídem, pág. 43-44)

En la discapacidad también contamos con concepciones como deporte inclusivo y deporte paralímpico.

Deporte inclusivo:

Actividad física y deporte que permite la práctica conjunta de personas con y sin discapacidad ajustándose a las posibilidades de los practicantes y manteniendo el objetivo de la especialidad deportiva que se trate. Supone un ajuste o adaptación en las reglas y el material utilizado con el fin fomentar la participación activa y efectiva de todos los participantes. (Down, S/F)

Deporte Paralímpico:

Los llamados Juegos Olímpicos (Deportes convencionales para personas sin discapacidad) y Paralímpicos (Deportes adaptados para las personas con discapacidad física - lesión medular, amputaciones, parálisis cerebral-, discapacidad visual y discapacidad intelectual), son la máxima expresión de competitividad deportiva internacional. Las competencias son realizadas cada 4 años desde *Atenas 1896* para la versión Olímpica y desde 1960 en la versión Paralímpica (adaptado; personas con discapacidad). En dichos Juegos, los deportistas son también referidos

¹ Adaptación que cada deportista hace del modelo técnico deportivo a sus características individuales, con la intención de aprovechar al máximo sus particularidades y obtener rendimientos elevados (Morante, 1988).

como atletas de alto rendimiento, por lo que los estándares son de excelencia física y mental (Colletions, 2012).

Ante esta cuestión, es importante aterrizar que en el caso específico de las personas con discapacidad, el deporte adaptado fue una realidad con un inicio muy distinto al convencional, tuvieron que pasar 64 años y un sinnúmero de acontecimientos sociales para comprender que la discapacidad es una constante en la vida ya que las posibilidades de adquirirla aumentan ante diversas situaciones como la guerra, enfermedades, accidentes, desastres naturales, etc. lo cual posiciona a los seres humanos a trabajar por la inclusión de las personas que siguen integrando este grupo social.

La relación entre personas con discapacidad y deporte comenzó como un complemento terapéutico, es decir, la actividad física era un elemento que mejoraba la condición física, mental y emocional de la persona que adquirió una discapacidad como consecuencia del enfrentamiento armado en la Segunda Guerra Mundial (1939-1945).

En 1944 en Inglaterra, el gobierno inglés decide crear (dada la problemática de las personas lesionadas y sobrevivientes de posguerra), el Centro de Lesiones Medulares, dentro del hospital de Store Mandeville, lugar donde Ludwig Guttmann es nombrado director. En 1946, él personalmente se sienta en una silla de ruedas, y comienza a realizar las primeras experiencias deportivas con sus pacientes, los cuales presentaban lesión medular con gravedad y características variadas, entonces, a partir de esa experiencia, se da cuenta de que estas personas gravemente lesionadas necesitaban un incentivo, que más allá de distraerles de su realidad, les ayudara a sobrellevar los innumerables retos que su nueva condición les exigía de ahora en adelante. Y sentado en una silla de ruedas comienza él mismo a experimentar jugando polo con un bastón. (Deporte Adaptado México, S/F)

Este complemento presentó beneficios físicos y mentales en las personas que lo practicaba dentro de los hospitales, sin embargo, en un principio la actividad deportiva adaptada no trascendió fuera de estos. Fue hasta que, en 1948, el médico alemán (nacionalizado inglés) Ludwig Guttmann, impulsa el deporte adaptado como una posibilidad para cada vez más personas con discapacidad.

El deporte favorecía no solo a la recreación entre personas con discapacidad, sino que empezó a dar cambios evidentes en la rehabilitación de sus pacientes tanto física, como psicológicamente. Es así que Guttmann decide implantarlo como un paso importante para completar *el tratamiento por medio de la rehabilitación* (Deporte Adaptado México, S/F). En el caso de México la cronología nos incide que:

* 1957: En la ciudad de México, se llevó a cabo el primer torneo interescolar para personas con deficiencia mental, participando alumnos del Instituto Médico Pedagógico y del Instituto Eduardo Seguí. * 1963: Jorge Antonio Beltrán Romero, (él mismo persona con discapacidad y psicólogo del Instituto Mexicano de Rehabilitación A.C.), apoyado por el Patrono del Instituto el Sr. O'Farril y los doctores Vázquez Vela y Leobardo Ruiz integra la actividad deportiva al programa general de rehabilitación del mencionado Instituto y por ello se envió la primera participación mexicana a los Juegos Mundiales en Stoke Mandeville. * 1964: El Director del Centro Pedagógico infantil, Dr. Ramos Méndez, promueve en su escuela especial para niños con secuelas de polio, el "fútbol en bastones", así como la creación del "Grupo de excursionismo de niños inválidos" Grupo 84 en la organización de Boy Scouts los cuales practican escultismo y excursionismo. Grupo que sorprende por ser el primero en su género y siendo bien recibido por los grupos Scout. (Esta escuela posteriormente sería el inicio del INPI y luego DIF) * 1964: El doctor Ruiz y el psicólogo Beltrán Romero, del Instituto de Rehabilitación, acudieron a Tokio como observadores de los Juegos Olímpicos para Atletas con discapacidad. * 1967: La Coordinación de Educación Especial, perteneciente a la Secretaría de Educación Pública, convocó a la Mini-Olimpiada, primera en su género en todo México, a todos los alumnos con deficiencia mental. De las diez escuelas de Experimentación Pedagógica del Distrito Federal, alrededor de 800 alumnos tuvieron la oportunidad de competir en atletismo, fútbol y voleibol, en las instalaciones de la Magdalena Mixhuca. * 1967: Se crea la Asociación Nacional de Lisiados del Aparato Locomotor (ANLAC) a raíz de que el doctor Allan Simpson vino a México a invitar a los deportistas con discapacidad mexicanos para que acudieran a los Juegos Panamericanos de Discapacitados que se iban a celebrar en Winnipeg, Canadá, en los meses siguientes. A aquellos juegos se envió a dos lesionados del Instituto de Rehabilitación: Salvador Casillas, de 24 años de edad, cuadripléjico por un accidente de trabajo en Zacatecas, así como a Manuel Ramos, que era clavadista en Mazatlán, y que presentaba una lesión similar. Casillas ganó dos medallas de bronce en natación, una de oro en lanzamiento de la jabalina y una presea de plata y con Ramos, en tenis de mesa. No fueron abanderados oficialmente, pero los éxitos de estos deportistas incrementaron el interés del doctor Beltrán y de los médicos del Instituto de Rehabilitación de fomentar el deporte de competición dentro de los programas para los discapacitados. * Ya incorporado al movimiento deportivo internacional, México fue invitado a participar en agosto de 1972 a los Juegos Olímpicos de Discapacitados, en Heidelberg, Alemania -en Múnich se efectuaron los Juegos Olímpicos de verano-. La esposa del presidente de México, María Esther Zuno de Echeverría, abanderó a los pioneros del Deporte Sobre silla de ruedas y posteriormente llamado paralimpismo nacional. * En el mismo año, la Dirección General de Educación Especial, apoyada por la primera dama de la nación, organizó en octubre los segundos Juegos Deportivos de Educación Especial, con la asistencia de dos mil atletas. Un mes antes tuvieron efecto los primeros juegos del Distrito Federal con la presencia inusitada de 300 deportistas de 17 delegaciones, en atletismo, natación, tiro con arco, esgrima, pentatlón, tenis de mesa y halterofilia, también de deportistas con discapacidad intelectual. * 1975; Con el arribo al COI de Mario Vázquez Raña, el deporte sobre silla de ruedas, tuvo mayor auge, una vez que el Centro Deportivo Olímpico

Mexicano (CDOM) fue habilitado temporalmente, como sede para los V Juegos Panamericanos sobre silla de ruedas, además de ser sede de los juegos nacionales.

- * 1976: Nace el Instituto Nacional del Deporte, como ente gubernamental y no obstante los éxitos logrados, los deportistas discapacitados no eran apoyados por los organismos deportivos nacionales. Pese a ello, sufragando ellos mismos el costo y mantenimiento de las sillas de ruedas o los viajes para participar en los eventos nacionales e internacionales. Con los mínimos apoyos, que proporcionaban sus instituciones -los cuales muchas veces consistían sólo en permitir el uso de sus instalaciones-, pese a ello lograron sobrevivir y seguir haciendo un muy buen papel.
- * En el mismo año, un constante desarrollo del deporte en los atletas mexicanos con discapacidad era ya evidente, y en los Juegos Paralímpicos de 1976, que tuvieron lugar en Toronto, Canadá, nuestro país, participa oficialmente por primera vez en una paralimpiada y obtiene 42 preseas, de las cuales 16 fueron de oro, 14 de plata y 12 de bronce.
- * 1980: La Unión Soviética no quiso apoyar la celebración conjunta de los Juegos Olímpicos, argumentando su "casi inexistente" población con discapacidad, por lo que los Paralímpicos tuvieron que ser trasladados a Holanda, cuya sede, Arnhem, fue escenario de otra excelente participación mexicana, con la obtención de 39 medallas en las justas. Además, se rompieron siete récords mundiales y cuatro paralímpicos.
- * 1981: Año declarado por la Organización Mundial de la Salud, como -Año Internacional del Impedido en el Mundo-, se funda la Federación Mexicana de Deportes sobre Silla de Ruedas y Rehabilitados. La CODEME la afilia como la federación número 40. El presidente en turno, Juan Cornejo, quien conjuntamente con Martha Heredia (vicepresidenta), traducen y redactan los reglamentos técnicos, así como los estatutos que regirían a la Federación de Silla de Ruedas y fundan junto con sus presidentes, estado por estado, las primeras 10 Asociaciones Civiles que sustentarán legalmente ante CODEME a la entonces FEMEDESyR conjuga el esfuerzo de diversas dependencias gubernamentales y organizaciones sociales en favor de los discapacitados. Este programa conjuga los esfuerzos de las organizaciones sociales, secretarías de estado y otras dependencias y entidades de la administración pública federal con el objeto de apoyar a las personas con discapacidad en sus procesos de integración social. En el marco de este programa, la CONADE se compromete a impulsar el deporte adaptado y las actividades físicas y deportivas de las personas con discapacidad, no solo para favorecer al deporte de alto rendimiento sino como estrategia para su incorporación social mediante la educación física, el deporte y la recreación.
- * 1997: La Comisión Nacional del Deporte, bajo la gestión de Ivar Sisniega, e impulsado por el profesor Ernesto Varela, presidente de la FEMEDESIR en turno, se dio a la tarea de constituir jurídicamente y bajo las leyes normativas propias de nuestro país en materia de asociación civil, el Comité Paralímpico Mexicano (COPAME), conformado por las federaciones nacionales de deportes sobre sillas de ruedas, ciegos y débiles visuales, con discapacidad intelectual, sordos y de personas con parálisis cerebral, con el objeto de cimentar la estructura y programas del comité a fin de que sus deportistas con discapacidad tuvieran una mayor y mejor proyección internacional en el deporte de alto rendimiento. El primer director del COPAME fue el profesor Takashi Matzumura. (El Deporte para las Personas con Discapacidad, 2014, págs. 6 - 9)

En México, el proceso de la aceptación del deporte adaptado tuvo que pasar por varias etapas, y hoy día aún sigue en la lucha por ser visible y llegar a más personas con discapacidad, a la par de evolucionar en la forma de nombrarlo, cada vez con mayor dignificación hacia las personas en su conceptualización.

Es así que, podemos decir que la constancia en la práctica del deporte adaptado brinda una condición física en cuestiones de resistencia, fuerza, velocidad, movilidad, y en el caso específico de las personas con discapacidad motriz, contribuye en un mejor desplazamiento, con más independencia gracias al uso cotidiano de una silla de ruedas. Emocionalmente favorece la aceptación a partir de la visualización de lo que sí puede hacer e incluso perfeccionar, su autoestima mejora y psicológicamente sus conductas se ven motivadas a plantear metas y cumplirlas. En lo social, la aceptación de los otros surgió a partir de verlos en acción; su familia y público en general, cambio la forma de referirse a este grupo social, ya que el deporte los posicionó en un inicio como “sobrehumanos”, los cuales sí presentaban una discapacidad, pero ésta no representaba un límite como tal para ellos, sino, una oportunidad y motivación para demostrar a otros lo que podían hacer y llegar a alcanzar. El prestigio social alcanzado puede hasta el día de hoy reconocerlos como “ejemplos de vida”, ideal que perdura hasta la actualidad en el discurso coloquial de aquellos que ubican o conviven con deportistas con discapacidad, situación que hemos de abordar y discutir más adelante.

II.I. I. Función social del deporte adaptado

El deporte practicado por las personas con discapacidad no solo fue importante para ellos, sino que también trascendió en un reconocimiento de estos deportes adaptados como una forma de visibilizar a este grupo social como sujetos funcionales y con valores que transmitir a una sociedad ajena a esta condición.

El Doctor Ludwig Guttmann a nivel social y político fue promotor del deporte en silla de ruedas como proceso de reintegración social, donde se comenzaron a realizar competiciones y juegos, que con el paso de los años permitió homogenizar la práctica de los distintos deportes en todos los países, con el fin de poder llevar a cabo un mayor número de eventos internacionales; que consolidaron al deporte como una actividad que generaba “Estado de bienestar” en los individuos.

El deporte para personas con discapacidad intervino en un cambio social; puesto que su fomento desde la antigua Grecia, involucró la diversidad en el comportamiento social, como una manifestación de bien individual que no podía estar al margen del bien colectivo. (Fernández, 2000)

Es así como el deporte a nivel internacional y local se ha convertido en una participación que tiene como finalidad no solo la rehabilitación, la integración, la salud, el bienestar y una mejor condición física de niños, jóvenes y adultos con discapacidad, sino que además busca la creación de una cultura física, que mejore la calidad de vida de estas personas para aportar a su desarrollo integral (Ávila, Martínez, Ramirez, & Santiago, 2004).

Al apagarse el fuego de la guerra en el mundo, los ideales olímpicos de Pierre de Fredey, Barón de Coubertin, se recobraron. Y las nuevas juventudes dejaron atrás la lucha en las trincheras y en los campos de batalla para pensar más en la competencia en los campos, arenas y gimnasios deportivos. Como había sucedido miles de años atrás, el deporte podía no solo ser mejor argumento para fomentar la paz y la mejor convivencia entre los individuos y entre las naciones, sino también el medio que les daría a las personas con discapacidad otra imagen más favorable ante los demás y les facilitaría el inicio de una de integración social mundial. (Durand Alcántara, 2016)

Entonces podemos recuperar que *el deporte adaptado es el término que se da a todos los deportes que practican las personas con discapacidad, porque están adecuados en algunas reglas y algunas circunstancias dependiendo la discapacidad de la persona* (Zamora, 2013). Son aquellas actividades físico deportivas que pasaron por modificaciones para posibilitar la participación de las personas en condición de discapacidad física, mental y/o sensorial (Mingo, 2004).

El deporte adaptado tiene diferentes enfoques en relación a su objetivo de alcance dentro de los que se encuentran: El deporte terapéutico, recreativo y de competición.

- Deporte Terapéutico: Perfecciona las habilidades motoras que se han visto afectadas por diferentes circunstancias con el objetivo de que el individuo tenga más autonomía en su cotidianidad.
- Deporte Recreativo: Busca enfatizar fundamentalmente en un enfoque recreativo o de diversión. Cuyo objetivo va encaminado a la integración y relación social.
- Deporte de Competición: Se caracteriza por la búsqueda de resultados a nivel competitivo. (Sherril, 1998)

Bajo la visión de la Organización Mundial de la Salud a nivel internacional, se enuncia la importancia de la promoción de la Actividad Física en la formulación de políticas públicas, como parte de la prevención y promoción de salud, en los cuales va a la par

la importancia del reconocimiento de las personas por sus capacidades, lo cual a nivel social permita cambiar el enfoque imperante de limitación de la discapacidad.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad en su artículo 30, divulga el derecho de estas personas a participar en igualdad de condiciones en las actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, con un fácil acceso a las instalaciones deportivas. En este apartado se maneja que el Estado se compromete con la niñez y la juventud en cuestión de alentar y promover la participación, en la mayor medida posible (...) en las actividades deportivas generales a todos niveles.

Es cierto que es importante la promoción del deporte, sin embargo, en el deporte adaptado es importante considerar otros aspectos sociales que influyen en el proceso de práctica de esta actividad; cuestiones como la existencia o ausencia de centros deportivos adaptados a las necesidades de las personas con discapacidad, los traslados (tiempo y dinero de ellos y/o de terceros en caso de ser necesario) a las áreas deportivas ya existentes, la posibilidad económica para adquirir los implementos deportivos y cubrir gastos de competencias en otros estados o países. Acciones efectivas para brindar un servicio acorde a las necesidades aún no están claramente implementadas, porque el apoyo económico en la mayoría de los casos cubre solo una parte de sus necesidades, a pesar de que hay casos de tiempo completo de esta práctica y con resultados constantes.

II.1. II. Discapacidad motriz en el deporte adaptado

La discapacidad es un tema que ha ido cambiando con las épocas y los contextos, ha sido muy variada la forma de abordarla, entenderla y atenderla a lo largo de la historia.

Hoy día, la discapacidad es referida como una cuestión de derechos humanos que busca una dinámica social incluyente, sin embargo, en otras épocas de la historia, la forma de mirar a la discapacidad tenía una orientación caritativa, ligada a cuestiones de mendicidad y marginación legítima, donde no se llegaba a visibilizar la complejidad

del fenómeno. Esto marcó un camino donde la exclusión, la persecución, el desprecio, inclusive la prescindencia era una constante en las acciones dirigidas hacia las personas con algún tipo de discapacidad. Actualmente, no podemos referir que dichas acciones ya no son parte de la dinámica de las sociedades en el mundo, pero la apuesta ahora es mirar a la discapacidad desde la perspectiva de la diversidad humana (Palacios Rizzo, 2008).

La discapacidad es una construcción social que sigue en evolución, por ello es importante precisar los momentos y la esencia de la discapacidad en cada uno de los apartados históricos de la siguiente tabla.

Tabla 1

Paradigmas de la discapacidad

Momento	Paradigma	Ideología	Imagen	Práctica Social
Prehistoria (Hasta antes el Siglo XVIII)	Prescindencia	Mítico- Religiosa (castigo por intervención divina)	Deforme, adefesio, monstruo, mendígo y pobre.	Infanticidio (pronta muerte) y Exclusión (encierro, abandono)
Historia (Del Siglo XVIII hasta finales del Siglo XX)	Médico-Rehabilitador	Normalizadora	Enfermo, lisiado, loco, infantilización de su persona (uso de diminutivo: pobresito, mongolito, cieguito, tontito, angelito)	Rehabilitación (curar) e integración (encajar en la generalidad)
Modernidad (Finales del Siglo XX, hasta la actualidad)	Social	Inclusión social	Persona con discapacidad (persona con diversidad funcional)	Inclusión social y Derechos Humanos

Nota: Elaboración propia a partir de (Silva Montealegre, 2015)

En la modernidad, los representantes internacionales comenzaron a esclarecer qué es la discapacidad, qué involucra y como podemos entenderla, en un principio desde la perspectiva médica y posteriormente se le suma (en un mismo grado de importancia) la perspectiva social. Por ello, la Organización Mundial de la Salud y la Organización de la Nacionales Unidas, nos brindan cimientos importantes para las investigaciones sobre la discapacidad. Ante ello, la siguiente tabla conceptualiza los referentes.

Tabla 2

Referentes de la discapacidad

Institución	Documentos	Concepto de discapacidad
Organización Mundial de la Salud (1980)	Clasificación Internacional de Deficiencias, Discapacidades y Munisvalías (CIDDM)	Es toda restricción o ausencia (debida a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera <i>normal</i> para cualquier ser humano
Organización Mundial de la Salud (2001)	Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF)	Es un término genérico que incluye deficiencias, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación. Indica los aspectos negativos de la interacción entre el individuo (con la condición de salud) y sus factores contextuales (factores ambientales y personales).
Organización de la Naciones Unidas (2006)	Convención de los Derechos de las Personas con discapacidad	Surge cuando las personas con discapacidad (aquellas que tengan alguna deficiencia físicas, mental, intelectual y/o sensorial a largo plazo), al interactuar en su contexto,

		encuentran diversas barreras físicas, comunicacionales, actitudinales que impiden el ejercicio de sus derechos y su participación plena y efectiva en la sociedad, coartando así su desarrollo en igualdad de condiciones con lo demás.
--	--	---

Nota: Elaboración propia con datos de la ONU.

Dicho panorama trasciende de la cuestión médica, a la cuestión social. La corresponsabilidad social surge, y se enraiza, cuando entendemos que la discapacidad no solo es asunto de la persona que la presenta y de su familia, sino que ahora, la sociedad debe de asumir su responsabilidad a través de la creación de oportunidades en favor de la igualdad y dignidad para el desarrollo de personas con y sin discapacidad en un ideal de la inclusión social.

La inclusión social son las acciones políticas de Estado y los procesos sociales que buscan colaborar para que la población, frecuentemente excluidos, sean reconocidos en su igualdad de derechos y en sus mismas oportunidades de integración social, económica, laboral, cultural, política, etc. respecto a otros sectores. Es decir, la inclusión social hace referencia a los mecanismos institucionales y sociales que buscan superar las causas y consecuencias de la exclusión social. (Lázaro Jiménez, 2016)

Lázaro (2016) también sostiene que la discapacidad tiene sus orígenes por dos formas: a) congénita (de nacimiento) y, b) adquirida (accidentes, violencia, desastres naturales, edad, consumo de drogas, negligencias médicas). Por ello, la cuestión de la discapacidad es una constante y la urgencia radica en la prevención de la misma, así como la inclusión de las personas que ya la presentan.

Con todo esto, es importante aclarar que la discapacidad tiene una tipología que le permite diferenciar y entender las necesidades a partir de cada una, por lo que a manera general lo evidenciamos en la siguiente tabla.

Tabla 3*Generalidades de los tipos de discapacidad*

Tipo de discapacidad		Forma correcta	Conceptualización
Motriz		Persona con discapacidad motriz (física)	Es aquella que presenta dificultades relacionadas con el funcionamiento de músculo-esquelético, y la actividad neuromotora (proceso donde el pensamiento genera movimiento corporal) de manera permanente. Así como la ausencia de extremidades (brazos y/o piernas).
Sensorial	Auditiva	Persona con discapacidad auditiva	Es aquella que presenta la deficiencia, pérdida o ausencia de la capacidad de percepción del sonido.
	Visual	Persona con discapacidad visual	Es aquella que presenta la deficiencia, pérdida o ausencia relacionada con la agudeza visual, las estructuras y funciones de los ojos.
	Lenguaje	Persona con discapacidad de lenguaje	Es aquella que presenta problemas en las estructuras físicas de los órganos del lenguaje (labios, paladar, nariz) que provocan sustituciones, omisiones, adiciones o distorsiones del sonido al hablar.
Psicosocial (mental)		Personas con discapacidad psicosocial	Es aquella que presenta la deficiencia permanente en la psique. Se deriva de una enfermedad mental que afecta la forma de pensar, los sentimientos, el humor, la habilidad para relacionarse y el funcionamiento diario de una persona.
Intelectual		Personas con discapacidad intelectual	Es aquella que mantiene limitaciones significativas en el razonamiento, planificación, pensamiento abstracto, aprendizaje a partir de la experiencia y comprensión de ideas complejas (funcionamiento intelectual) y en conductas adaptativas de la vida diaria.

Múltiple	Persona con discapacidad múltiple	Es aquella con 2 o más tipos de discapacidad.
----------	-----------------------------------	---

Fuente: Elaboración propia a partir del *Curso de Sensibilización en discapacidad del DIF 2015*.

En el caso específico de este trabajo, se ahonda en la discapacidad motriz, este tipo de discapacidad tiene una relación directa con la parte física de la persona, por tanto, es evidente en las personas que la presentan, ya que deriva de cuestiones sobre el funcionamiento del cuerpo y su movimiento, equilibrio, fuerza física, y resistencia. Entonces, las personas con esta condición, presentan una limitación funcional o estructural para el desplazamiento, para manipular objetos o para la coordinación de movimiento, lo cual influye en su desarrollo personal y social. Las alteraciones pueden presentarse en los músculos, huesos, articulaciones o médula espinal, al igual de que puede derivar de afectaciones del cerebro que causan problemas en la coordinación de la movilidad de la persona (Discapacidad motriz, S/F), dando así la posibilidad de presentar afectaciones en las extremidades inferiores y/o superiores, el tronco, el cuello, la cabeza u otros miembros.

Las dificultades que presenta una persona con Discapacidad Motriz pueden ser muy variadas dependiendo del momento de aparición, los grupos musculares afectados (topografía), el origen y el grado de afectación (ligera, moderada o grave). Según el momento de aparición:

- **Antes del nacimiento o prenatal:** Tal es el caso de malformaciones congénitas, mielomeningocele, luxación congénita de cadera, etc.
- **Perinatales:** Cuando existe afectación (alteración o pérdida) del control motriz por Enfermedad Motriz Cerebral (EMOC).
- **Después del nacimiento:** Miopatías, como la distrofia muscular progresiva de Duchenne o la distrofia escapular, afecciones cráneo-cefálicas, traumatismos cráneo-encefálicos-vertebrales, tumores, etc. (Discapacidad motriz, S/F)

Por su etiología podemos mencionar que las causas pueden ser a partir de una situación genética o adquirida.

La discapacidad motriz tiene diferentes causas resumidas en la tabla 4.

Tabla 4

Principales causas de la discapacidad motriz

Tipo	Derivaciones	Concepto general
Cerebral	Parálisis	Se define como un trastorno en el control del movimiento y la postura, aparece tempranamente en la vida debido a una lesión, disfunción o malformación del Sistema Nervioso Central (SNC) y no es resultado de una enfermedad progresiva o degenerativa. (Malagón Valdez, 2007)
	Traumatismos craneoencefálicos	Es una alteración de la función cerebral o alguna otra evidencia de patología cerebral causada por alguna fuerza externa. (Toledo & Van Isseldyk, 2013)
	Tumores	Masa anormal de tejido que resulta cuando las células se multiplican más de lo debido o no mueren cuando debieran. Los tumores pueden ser benignos (no cancerosos) o malignos (cancerosos). También se llama neoplasia. (Diccionario del cáncer, S/F)
Espinal	Poliomielitis	Enfermedad muy contagiosa causada por un virus que invade el sistema nervioso y puede causar parálisis en cuestión de horas. El virus se transmite de persona a persona, principalmente por vía fecal-oral o, con menos frecuencia, a través de un vehículo común, como el agua o los alimentos contaminados, y se multiplica en el intestino. (OMS, Poliomiélitis, 2017)
	Espina bífida	La espina bífida, que literalmente significa "columna hendida," está caracterizada por el desarrollo incompleto del cerebro, la médula espinal, o las meninges (la cubierta protectora alrededor del cerebro y la médula espinal). (Stroke N. I., 2006)
	Lesiones medulares degenerativas	Son los daños sufridos en la médula espinal a consecuencia de un traumatismo (por ejemplo, un accidente de coche) o de una enfermedad o degeneración (por ejemplo, el cáncer). (OMS, Lesiones medulares, 2013)

	Traumatismo medular	Igualmente, es un daño a la médula espinal que puede resultar por lesión directa a la médula misma o indirectamente por daño a huesos, tejidos o vasos sanguíneos, Los síntomas varían algo dependiendo de la localización de la lesión. La lesión de la médula espinal ocasiona debilidad y pérdida de la sensibilidad en y por debajo de dicha lesión. La gravedad de los síntomas depende de si toda la médula está lesionada (completa) o sólo parcialmente lesionada (incompleta). (Trumatismo de la médula espinal, 2018)
Muscular	Miopatías (ej. distrofia muscular progresiva de Duchenne, distrofia escapular Landouzy-Djerine)	La miopatía es el término médico que se refiere a la enfermedad muscular. Algunas enfermedades musculares se producen cuando el sistema inmunitario ataca a los músculos. El resultado es una inflamación indebida, de ahí el nombre de miopatías inflamatorias. Esto provoca daños en el tejido muscular y debilita los músculos. (Miller, 2015)
Óseo-articular	Malformaciones congénitas (ej. amputaciones, luxaciones, artrogriposis)	También llamadas anomalías congénitas, defectos de nacimiento o trastornos congénitos. Se trata de anomalías estructurales o funcionales, como los trastornos metabólicos, que ocurren durante la vida intrauterina y se detectan durante el embarazo, en el parto o en un momento posterior de la vida. (OMS, Anomalías congénitas, 2015)
	Displasias óseas	La osteodisplasia hay que entender una afectación en el desarrollo del esqueleto, por alteración intrínseca en la formación y modelado del hueso, por lo que todos los huesos del esqueleto resultarán afectados, si bien con distinta intensidad. Son de origen genético y la causa del trastorno íntimo óseo es, al parecer, enzimática. Localizadas en el hueso en desarrollo están inferidas por los factores de amplificación y polaridad a que haremos mención más adelante. (Clavel Sainz, Gomar Guarner, & Vaquero González, 1973)
	Distrofias óseas	Por osteodistrofia hay que entender un grupo de afecciones que llevan a la deformidad de los huesos en el curso del desarrollo y modelación esquelética por una

		perturbación nutritiva, fundamentalmente extrínseca al hueso (alteraciones metabólicas, hormonales, vitamínicas). La afectación en los diversos huesos es irregular, pues depende del estado de crecimiento en que se encuentren, por ello puede o no afectarlos. (Clavel Sainz, Gomar Guarner, & Vaquero González, 1973)
	Microbianas (osteomielitis aguda, tuberculosis, óseo-articular)	Las enfermedades microbianas son patologías causadas por microorganismos que afectan de diversas formas a humanos y animales. Estos pequeñísimos microorganismos son comúnmente llamados microbios o gérmenes, y dentro de este grupo se engloban bacterias, hongos, virus, protistas y otros. (Tortora, Funke, & Case, 2007)
	Reumatismos infantiles (reumatismo articular agudo, reumatismo crónico)	El reuma o la artritis se produce por una inflamación en una articulación, que puede derivar en dolor e incluso pérdida de movimiento. En el caso de los niños se conoce con el nombre de Artritis Idiopática Juvenil o Artritis Reumatoide Juvenil. Pese a que los niños no suelen darse cuenta de las molestias producidas, se puede observar una hinchazón en la articulación. (Fernández, S/F)

Fuente: Elaboración propia con información de la Secretaria de Salud de Veracruz.

Esta clasificación presenta los orígenes tanto de la discapacidad motriz adquirida y la discapacidad motriz congénita. En la primera, los traumatismos y las enfermedades son la causa, y en el segundo tipo el origen se ubica a través de las malformaciones genéticas.

La discapacidad motriz o física es la expresión de una actividad limitada causada por la pérdida total o parcial de alguna estructura corporal o de la función de alguno de sus órganos. Pero además la discapacidad física compromete la imagen corporal se sí mismo, lo cual transforma la subjetividad, las interacciones sociales y todas las relaciones en con mundo social.

Estas transformaciones subjetivas y sociales son determinantes en la construcción y aparición de un nuevo sujeto social que se va tejiendo a sí mismo en un proceso que va de la negación, desde el momento del accidente o el proceso de enfermedad, hasta la asimilación que se construye en el aprendizaje de nuevas formas de relación social y de reflexión sobre sí mismo. (Vargas Villegas, 2016)

Por esta razón, las actividades cotidianas que se ven en la necesidad de ser adaptadas por la discapacidad motriz, empiezan con las ayudas técnicas², y en este caso la compensación la puede brindar una muleta, un par de bastones, una silla de ruedas, un vehículo, las prótesis, las férulas, y demás aparatos tecnológicos (esqueletos robóticos), que permiten nivelar la deficiencia según sea el caso de la persona. De modo que, empezando a retomar la cuestión de la corresponsabilidad, a nivel social esto se refuerza con las adaptaciones que favorecen la accesibilidad; llámense rampas, elevadores, barandales, lugares reservados (sanitarios y espacios de estacionamiento exclusivos para personas con discapacidad), transporte público con rampa para abordar y descender, son algunas de las oportunidades que favorecen los entornos en su cuestión física.

En 1963, el deporte en silla de ruedas se integra al programa general de rehabilitación del Instituto Mexicano de Rehabilitación, gracias al apoyo del psicólogo Jorge Antonio Beltrán y los médicos Vázquez Vela y Leobardo Ruiz. Por ello, el deporte en silla de ruedas es el primero en practicarse de manera formal a nivel nacional e internacional. (Deporte Adaptado México, S/F)

La discapacidad motriz fue de las primeras en relacionarse con el deporte en México, por lo que en el siguiente apartado esclarecemos los deportes y las características de los mismos.

II.I. III. Deportes adaptados específicos para la discapacidad motriz que se practican en México

En México la institución específica encargada de la promoción, difusión y preparación de deportistas con discapacidad es la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE).

² Implementos tecnológicos que compensan la deficiencia en la discapacidad. Existen una gran variedad dependiendo el tipo de discapacidad. Ejemplos: una persona con discapacidad motriz puede usar una silla de ruedas; una persona con discapacidad visual puede usar un bastón blanco o un perro guía; una persona con discapacidad auditiva un aparato auditivo. En el caso de la discapacidad psicosocial y en la intelectual, los avances tecnológicos y las aplicaciones digitales son un gran apoyo, dependiendo el caso, al igual que para los demás tipos de discapacidad.

A través de la CONADE es que existen 5 federaciones deportivas que engloban todos los deportes adaptados que se practican actualmente, dicha institución tiene como *objetivo principal detectar, apoyar y desarrollar el talento de las personas con alguna discapacidad. Inculcándoles el respeto por los demás, en un ambiente de competencia* (CONADE, 2017b)

- Federación Mexicana de Deportes sobre Silla de Ruedas.
- Federación Mexicana del Deporte para Ciegos y Débiles Visuales.
- Federación Mexicana de Deportes para Personas con Parálisis Cerebral.
- Federación Mexicana de Deportistas Especiales.
- Federación Mexicana de Deportes para Sordos.

Con base en la Información de Centro Nacional de Información y Documentación de Cultura Física y Deporte, parte de los deportes que consideramos en la siguiente descripción se encuentran dentro de La Federación Mexicana de Deportes sobre Silla de Ruedas; eje que nos permite precisar de manera detallada las características de los deportes de Atletismo, Básquetbol en silla de ruedas, Fútbol - 7 y de amputados, Powerlifting, Handcycling, Natación, Tenis de silla y de mesa, Voleibol y Danza deportiva. Además de considerar a la Federación Mexicana de Deportes para Personas con Parálisis Cerebral a través del deporte de Boccia.

A continuación, hemos de resaltar los deportes que hoy día en México son considerados adaptados y dirigidos a las personas con discapacidad motriz con base en la información de la CONADE.

Atletismo

El atletismo es parte de los juegos paralímpicos desde 1960 y ofrece una amplia gama de competiciones y eventos. Está abierto tanto a hombres como a mujeres de todos los grupos de discapacidad. Las clasificaciones comienzan con la "T" para la pista o "F" para campo. Los eventos de pista incluyen todas las distancias desde los 100 m. hasta el maratón, así como el salto de altura, el salto de longitud y el triple salto. Los eventos de campo disco, tiro, jabalina y lanzamiento del garrote, que es exclusivo del atletismo paralímpico. Este va seguido por un número de dos

dígitos. El primero indica el tipo de discapacidad y el segundo señala el grado. Cuanto menos sea el segundo número, mayor será el impacto de la discapacidad en la habilidad del atleta para completar los eventos de pista o campo. T y F 11-13 son para los atletas con una discapacidad visual. Se pueden usar correas u otros dispositivos para unir a los deportistas con sus guías visuales. Solo se pueden separar en los últimos 10 metros y el atleta debe finalizar por adelante del guía o puede ser descalificado. Se puede hacer uso de un asistente para actuar como comunicador y orientar acústicamente e indicar el punto de despegue durante los eventos de salto o en las disciplinas de lanzamiento. Los atletas de T 20 tienen una discapacidad intelectual. En los T 30, los atletas tienen una discapacidad de coordinación, como parálisis cerebral. T 32-34 compiten en carreras de sillas de ruedas y F 31-34 en lanzamientos sentados, mientras que T F 35-38 compiten de pie. Los atletas de T 40-41 tienen estatura baja. Los atletas de T 42-44 tienen una discapacidad en una o en ambas piernas, habitualmente requieren una prótesis, pero también incluye atletas con una discapacidad muscular, una limitación en el rango de movimiento o diferencia de longitud de piernas. En las clases T 45-47, los atletas tienen una discapacidad en uno o en ambos brazos. Los atletas de T 51-54 compiten en carreras de sillas de ruedas debido a una discapacidad en las piernas o la pérdida en la fuerza muscular en las piernas y/o en el tronco. Para los eventos de campo estos atletas se dicen en las clases F 51-57 compitiendo en lanzamientos sentados. También tienen discapacidades en las extremidades, por ejemplo, daños en la espina dorsal. (Paralympic Sports A-Z: Athletics , 2016)

El atletismo es un deporte adaptado con gran variedad de pruebas, pero en específico para la condición motriz las modalidades son lanzamientos (disco, tiro garrote y jabalina) o las carreras en pista, ya sea con el uso de silla de ruedas o con el uso de prótesis en las extremidades inferiores.

Básquetbol en silla de ruedas

Para ser elegible para jugar baloncesto en silla de ruedas un jugador debe tener una discapacidad física permanente en sus extremidades inferiores, que le impida correr, saltar y pivotar (girar sobre un pie fijo en el suelo para proteger la pelota de la acción de los contrarios) como un jugador a pie. Una vez que el jugador ha cumplido este requisito, son clasificados para jugar bajo el Sistema de Clasificación de Jugadores de la Federación Internacional de Baloncesto en Silla de Ruedas (IWBF). Para este deporte es importante los movimientos de tronco y la estabilidad de la persona durante una competición real de baloncesto forman la base de la clasificación funcional de un jugador, a reserva del diagnóstico médico. (Deporte Adaptado México, S/F)

El también conocido baloncesto en silla de ruedas fue incluido en los juegos paralímpicos desde 1960. El deporte es muy similar al baloncesto convencional. La cancha, el aro y el tablero son de las mismas dimensiones, cada equipo se compone de 12 jugadores con 5 de ellos en la cancha. Los jugadores son clasificados con base a un sistema de puntos de uno a cuatro puntos cinco entre más alto es el número es menor la discapacidad. Cada equipo no debe sobrepasar los 14 puntos en la cancha al mismo tiempo. Los jugadores no pueden “viajar con

la bola”, y requieren lanzarla o botarla después de dos empujes a la rueda de la silla. Como el baloncesto convencional, los tiros libres resultantes de una falta valen un punto. Los puntos dentro de la línea de los tres puntos valen dos puntos y los que son tirados desde afuera tres. Las faltas ocurren cuando un jugador o su silla de ruedas impactan a otro jugador. Cada juego consiste en cuatro periodos de diez minutos. Los periodos extra duran cinco minutos y son jugados si hay empate en el marcador al final del tiempo regular. Los jugadores usan silla de ruedas de fácil maniobra. La silla esta complementada con una o dos ruedas al frente, y dos grandes atrás para asegura balance y estabilidad. Los jugadores están atados a la silla así que cualquier leve movimiento hará que la silla reaccione con el jugador por lo que se requiere máxima agilidad. Este es un deporte de alto ritmo, que requiere coordinación ojo-mano y aguante físico. (Paralympic Sports A-Z: Wheelchair basketball, 2016)

El básquetbol en silla de ruedas es la modalidad adaptada del convencional (versión deportiva para las personas sin discapacidad) solo en cuestiones relacionadas con el contacto entre jugadores y el traslado reglamentario de la pelota, ya que el uso de la silla de ruedas complejiza el bote y pase de la pelota al momento del juego. Las dimensiones de la cancha y las alturas de la canasta y características del balón son exactamente las mismas del deporte convencional.

Boccia

La palabra boccia tiene un origen italiano que significa al español "bola". Es un deporte exclusivamente paralímpico y tiene su origen en la Grecia Clásica, el siglo XVI, recuperado en los años 70 por los países nórdicos, con el fin de adaptarlo a las personas con discapacidad. Llega a la península ibérica en el año 1988 (II Juegos Ibéricos para personas con parálisis cerebral. (Deporte Adaptado México, S/F)

El Boccia se introdujo en los juegos paralímpicos en 1984. En los juegos paralímpicos los deportistas practican esta disciplina en silla de ruedas sobre una pista 15,5 x 6 metros. Las bolas están hechas de piel y son ligeramente más grandes que las pelotas de tenis. Las bolas de la Boccia pueden ser rodadas, lanzadas, pateadas y simplemente dejadas caer abajo por una rampa. Los deportistas que no pueden impulsar la bola de manera independiente tienen un asistente deportivo en la pista y envían la bola empleando la rampa. No se permite al asistente deportivo que mire la pista o que se comunique con el deportista. La zona de lanzamiento está dividida en seis “boxes” (rectángulo dibujado en el espacio deportivo) en los que los competidores deben permanecer durante el juego. El objetivo es impulsar las bolas de color azul o rojo lo más cerca posible a la bola diana de color blanco llamada “Jack”. Cada jugador pareja o equipo tiene seis bolas en cada parcial. En los partidos individuales o por parejas se disputan cuatro parciales, mientras que por equipos se compiten durante seis parciales o más. El equipo rojo comienza el periodo inicial jugando el “Jack” y posteriormente una de sus propias bolas rojas. Le sigue el equipo azul con su bola. Después de que ambos equipos hayan jugado una bola la formación cuya bola está más alejada del Jack continuara jugando hasta que su bola aterrice más cerca del Jack que la bola del oponente más cercano al mismo,

o hasta que se queden sin bolas. Las bolas de Boccia son a menudo empujadas o sacadas fuera del campo y, como resultado, la puntuación puede cambiar drásticamente de un momento a otro. Al cierre de cada periodo la formación cuya bola está más cerca del Jack se anota un punto y recibe un punto adicional por cada bola que esté más cerca del Jack respecto del Jack, respecto de las bolas contrarias. La Boccia es uno de los pocos deportes en los que compiten a la vez hombres y mujeres. La Boccia requiere estrategia, concentración intensa y una precisión milimétrica y que una sola bola pueda marcar toda la diferencia. (Paralympic Sports A-Z: Boccia, 2016)

El boccia es un deporte 100% paralímpico, no existe su similar en convencional. El objetivo del juego es acercar lo más que se pueda a la bola principal "jack", una bola de su color. La estrategia y a precisión son elementos fundamentales para el desarrollo de este deporte. Boccia es un deporte enfocado en condiciones de discapacidad motriz e intelectual o múltiple, que abarcan los grados de severidad más altos, sin ser una limitante para la práctica deportiva.

Fútbol (Deporte Adaptado México, S/F)

Específicamente en la discapacidad motriz existen dos versiones de juego del fútbol.

A) Fútbol – 7 (deportistas con discapacidad motriz derivada de una parálisis cerebral)

La primera vez que el *Fútbol-7* participó en unos Juegos Paralímpicos fue en el año 1984 en Nueva York.

El programa oficial de los Juegos Paralímpicos contiene un torneo de *Fútbol -7*, practicado por jugadores con parálisis cerebral, con una afectación media o leve. Se trata de una adaptación del fútbol olímpico, con las mismas reglas que las de la FIFA (Federación Internacional de Fútbol Asociación) en su edición del 2000.

Se aplican las reglas para el fútbol establecidas por la FIFA, con algunas adaptaciones relacionadas con las condiciones mínimas de paridad que deben existir entre los contrincantes. Dentro de las ocho clases en que se clasifica la parálisis cerebral, de mayor grado de discapacidad (C1) a menor grado de discapacidad (C8), el fútbol 7 adaptado solo puede ser practicado personas incluidas en las clases C5, C6, C7 y C8, y cada equipo debe tener siempre en la cancha a un jugador de clase C5 o C6. (Pino Ortega , Mendoza Laíz, & Martín Hernández, 1999)

B) Fútbol para amputados (deportistas con amputaciones de extremidades superiores o inferiores)

El fútbol para amputados está aún en sus comienzos, y por eso las reglas varían según los lugares del mundo en los que se disputan los partidos. No obstante, las Reglas enumeradas a continuación se acercan a las normas más extendidas.

Reglas generales: Un "amputado" se define como una persona a la que se ha cortado una extremidad a la altura del tobillo o de la muñeca.

Los jugadores de campo pueden tener dos manos, pero una sola pierna. Los guardametas pueden tener dos piernas, pero una sola mano.

Se juega con muletas de metal y sin prótesis. Se acepta una excepción en el caso de los amputados a quienes les falten las dos piernas, que pueden utilizar una prótesis.

Los jugadores no pueden utilizar las muletas para empujar, controlar o parar el balón voluntariamente. Tal acción se equipará a tocar o jugar el balón intencionadamente con la mano. Pero si la pelota toca una muleta de forma involuntaria, la acción es tolerada.

Los jugadores no pueden usar el muñón para empujar, controlar o parar el balón voluntariamente. Tal acción se equipará a tocar o jugar el balón intencionadamente con la mano. Pero si la pelota toca el muñón de forma involuntaria, la acción es tolerada.

Es obligatorio el uso de espinilleras.

El uso de la muleta contra algún jugador se penaliza con la expulsión y una pena máxima.

El terreno de juego: 70 X 60 metros como máximo.

Las porterías: 2,2 metros como máximo (alto) x 5 metros como máximo (largo) x 1 metro (ancho).

El balón: El estándar de la FIFA.

Duración de los partidos: Los encuentros constan de dos periodos de 25 minutos cada uno (variable según las competiciones), con un descanso de 10 minutos.

Tiempo muerto: Se concede un tiempo muerto de dos minutos por equipo y por partido.

Fuera de juego: El fuera de juego no se aplica en el fútbol para amputados.

Número de jugadores: Las reglas internacionales estipulan que se juega con 6 jugadores de campo y un guardameta.

Guardameta: El guardameta no puede salir del área. Si lo hace voluntariamente, es expulsado del terreno de juego y el equipo contrario obtiene una pena máxima a su favor.

Sustituciones: Las sustituciones son ilimitadas y se pueden efectuar en cualquier momento. (FIFA, 2007)

En el fútbol 7 que se enfoca en las personas con parálisis cerebral se relaciona con la discapacidad motriz por el grado de severidad en los movimientos de la persona. En el caso de Fútbol de amputados, al presentar la ausencia de extremidades los deportistas hacen uso de muletas para concretar el mayor número de goles anotados, como en el deporte convencional. Las principales adaptaciones radican en el uso y manejo de las muletas, las dimensiones del espacio y los tiempos de juego.

Powerlifting

Su debut fue como el levantamiento de pesas en los juegos paralímpicos de Tokio de 1964. El deporte (ahora conocido como Powerlifting o Halterofilia) se expandió de participantes únicamente con lesión en la médula espinal hasta incluir atletas con discapacidades físicas por debajo de la cadera, o de deportistas con baja estatura (talla baja). Las mujeres hicieron su debut paralímpico en el año 2000. El Powerlifting es una prueba de fuerza de la parte superior del cuerpo. Y donde veras atletas levantando más de tres veces su peso. Los atletas son divididos en diez diferentes categorías, dependiendo del peso corporal y género. El Powerlifting consiste en una sola disciplina: el press de banca³. La diferencia con el deporte convencional es que los atletas no usan los pies sobre el suelo para asistir el press de banca. Los atletas paralímpicos se acuestan en una banca de estilo totalmente diferente. Cada competidor tiene dos minutos para intentar el levantamiento. Cuando el pesista tiene la barra en total control, tiene que esperar a recibir la orden de inicio. Entonces tiene que bajar la barra hasta el pecho y ahí parar. Después tiene que levantar la barra con ambos codos en sincronía, y mantener la barra bajo control hasta que el réferi ordene descansar. Por lo menos dos luces blancas son requeridas de los tres jueces para hacer válido el levantamiento. Una luz roja significa un mal levantamiento. Los atletas tienen tres intentos, el atleta que logra levantar el mayor peso es el que gana. En el tercer round, dos cambios de peso son permitidos. El cambio de peso puede ser mayor o menor. No se permiten cambios una vez que el pesista es llamado a la plataforma por el anunciador o si la barra ya ha sido cargada. Para intentar un nuevo récord se tiene que buscar exceder el último récord por lo menos con 0.5 kg. Cuando un récord del mundo es superado durante los tres levantamientos ordinarios, el 0.5 kg no cuenta hasta el total de la competición y es redondeado hasta el kilogramo. El jurado puede permitir un cuarto intento para un récord del mundo. Esto agrega suspenso a la competición para poder romper un récord del mundo, pero podría ser que no gane el oro. El "Powerlifting" ofrece un espectáculo dramático y tenso. Los entrenadores deben ser buenas estrategias mientras sus atletas buscan superar a sus rivales. (Paralympic Sports A-Z: Powerlifting, 2016)

El Powerlifting es un deporte adaptado que exige un levantamiento de pesas con estrategia, precisión y fuerza, donde el deportista entrega todo su potencial en unos segundos para concretar un resultado por el mayor peso sostenido bajo control.

Handcycling

Handcycling o ciclismo manual, está diseñado para personas con discapacidad motriz (personas amputadas, con parálisis cerebral, personas parapléjicas) y visual (moderada), con sus peculiaridades en las pruebas de ciclismo de los Juegos Paralímpicos.

³ La disciplina consiste en que el atleta, recostado sobre una banqueta especial con los brazos extendidos, recibe una barra de discos con codos bloqueados. Después de recibir una señal de "start" (inicio), el levantador debe bajar la barra hasta el pecho, mantenerlo inmóvil (visible) en el pecho y luego presionar hacia arriba, con una elevación hasta la extensión máxima de brazos. Debe mantener hasta que la elevación sea aprobada por los jueces.

Los deportistas con amputación, compiten en pruebas tanto en carretera como en pista. Los deportistas con parálisis cerebral compiten en pruebas de bicicleta en carretera y pista y los severamente afectados en pruebas con triciclo en carretera. Las pruebas existen para categoría varonil y femenil.

El corredor está sentado en una posición relativamente vertical, apoyando el peso del cuerpo en el asiento. El Ciclismo se convirtió en deporte paralímpico en 1988, en los Juegos Paralímpicos de Seúl. (Handcycling, S/F)

El Handcycling o ciclismo de mano es un deporte de competencias en circuitos de carreras donde las adaptaciones a la bicicleta y el manejo de la misma determinan la velocidad y el éxito de las pruebas. Se enfoca en la condición de discapacidad motriz o intelectual.

Natación

La natación ha sido disciplina paralímpica desde los primeros juegos en 1960. La piscina paralímpica tiene las mismas medidas que la olímpica 50 metros de largo y 25 de ancho. Hay cuatro carriles, pero solo se usan ocho en competición. Las distancias de las carreras pueden ser desde una piscina (50 m) hasta ocho en la modalidad de 400 metros y relevos. Se emplean almohadillas sensibles en cada extremo del carril para registrar los tiempos finales. Los nadadores compiten en los eventos de estilo libre, espalda, mariposa, braza, combinado y relevos. Los competidores pueden empezar la carrera en varias posiciones incluyendo de pie o sentados en o a lado de la orilla, o en el agua, dependiendo de su discapacidad. Al contrario que en el atletismo, no se permite el uso de prótesis durante la competición. La natación está abierta a deportistas con diferentes grados de discapacidad. Están categorizados en tres grupos: 1) Discapacidad Física, 2) Discapacidad Visual, 3) Discapacidad Intelectual. La discapacidad física esta a su vez dividida en diez clases. Los números bajos indican un mayor impacto en el rendimiento a la hora de nadar. Los nadadores con discapacidad visual reciben asistencia de (tappers⁴), que les avisan cuando se están acercando a la pared o si necesitan cambiar la dirección, o si van a hacer contacto firme al final. Se clasifican S 11-13 los números más bajos, cuanto mayor sea la pérdida de visión. Para tener cuidado con los deportistas de clase S 11 se requieren que usen gafas oscurecidas en todos los eventos para asegurar una competición justa. Los diferentes estilos requieren diversas habilidades. Por esa razón el deporte esta dividido en eventos S (para estilo libre, espalda y mariposa) y eventos SB para braza. Se establecen SM para los eventos combinados. Los deportistas tienen que ser rápidos, fuertes y tener una inmensa determinación para competir al mayor nivel. (Games, Paralympic Sport A-Z: Swimming, 2016)

La natación en el deporte adaptado brinda oportunidades de práctica a personas con discapacidad motriz, sensorial e intelectual tanto a nivel competitivo como recreativo. En el deportista con discapacidad motriz una de las adaptaciones principales es la

⁴ El tapper usa una larga vara para tocar al nadador cuando este se acerca al final del carril.

posibilidad de empezar la competencia dentro de la alberca, dependiendo de las características de la persona.

Al igual que en el caso del fútbol adaptado, el tenis es un deporte con dos posibilidades para las personas con discapacidad motriz:

A) Tenis en silla de ruedas

El tenis en silla de ruedas es un deporte técnico y táctico, muy similar a su homólogo olímpico. Lo juegan deportistas de más de 100 países. Las dos diferencias más significativas respecto al tenis olímpico es la “regla de dos botes”, por la que el jugador puede dejar que la pelota bote dos veces y debe devolverla antes del tercer bote. El segundo bote puede ser dentro o fuera de los límites de la pista. Los partidos son al mejor de tres sets (partida o serie). El primer jugador en llegar a los tres juegos con un margen de victoria de dos, gana el set. Como sucede en su versión convencional, si el set está igualado a 5-5 uno de los jugadores debe ganar 7-5. Si la puntuación es de 6-6, se decide el set en TIE-BREAK (desempate). En el tenis de silla de ruedas hay seis eventos para el medallero: Individual masculino, individual femenino, dobles masculinos, dobles femeninos, QUAD individual o QUAD por parejas. Los jugadores usan sillas de ruedas deportivas con ruedas adaptadas que permiten un mayor equilibrio y movilidad. Como todos los deportes paralímpicos la clasificación en el tenis de silla de ruedas se basa en el principio de que el deportista tiene una discapacidad permanente diagnosticada médicamente. Para el tenis en silla de ruedas, esta discapacidad debe ser física. Los atletas cuya discapacidad afecta hasta dos extremidades, compiten en la de hombres y en las *abiertas* de mujeres, y aquellos deportistas cuya discapacidad afecta a tres o más extremidades compiten en la categoría QUAD, que es una categoría de género mixto. (Games, Paralympic Sports A-Z: Wheelchair Tennis, 2016)

B) Tenis de Mesa

El tenis de mesa ha sido parte del paralimpismo desde los primeros juegos 1960. Se consigue un tanto cuando la oponente falla al devolver la pelota, deja que bote dos veces, envía la pelota contra la pared o cuando al devolverla no le da a la parte de la mesa del contrario. El juego comienza con el servicio, que tiene que botar primero en una parte de la mesa, traspasar la red y botar en la mesa del oponente. En el peloteo, los jugadores usan dos tipos de disparos: el golpe de derechas y el revés. Los tiros de ataque incluyen la devolución y el mate. Para estos se suelen hacer efectos que hacen que la pelota descienda y bote bruscamente. Se consigue al golpear la pelota con un golpe desde arriba y hacia delante. Los golpes defensivos incluyen el globo: uno de los movimientos más impresionantes. Los jugadores tienden a usar el efecto de retroceso con el que impulsan la pelota hacia arriba para aterrizar en la mesa. En el tenis de mesa paralímpico los atletas compiten en once clases, las clases 1-5 son para atletas que compiten sentados y están subdivididas de acuerdo a su equilibrio a sentarse y la función manual. Las clases 6-10 son para jugadores que compiten de

pie y están subdivididas de acuerdo a su equilibrio para estar de pie. Cuanto menor sea el número, mayor será el impacto de la discapacidad en el deporte. La clase 11 es para atletas con discapacidad intelectual. Cada partido es al mejor de cinco juegos y cada uno de ellos es a 11 puntos, pero se tiene que ganar con una distancia clara de dos puntos, como mínimo. Hay eventos tanto individuales como por equipos. En los individuales hay una ronda de grupo robin⁵seguida por rondas eliminatorias. Los eventos por equipos son por eliminación directa. Los puntos largos son habituales en este deporte explosivo en el que la habilidad para leer correctamente el efecto de la pelota es crucial. (Games, Paralympic Sports A-Z: Table Tennis, 2016)

En la versión del tenis de mesa los deportistas pueden presentar discapacidad motriz, pero cuentan con la capacidad para mantenerse de pie en el caso específico de la discapacidad motriz, por lo que su desempeño se enfoca en las habilidades de respuesta. En el caso del tenis en silla, el manejo de la misma influye mucho en el deportista, y por lo tanto en sus resultados al final de cada contienda.

Voleibol

Inventado en los 50`s en los países bajos, el voleibol sentado hizo su debut paralímpico en 1980. Con la competición masculina, y en el 2004 con la femenina. En comparación con el voleibol la pista de voleibol sentado es más pequeña y la red más baja pero el balón es el mismo. La línea de ataque (a dos metros de la red) divide la pista en zona delantera y zona defensiva. Solo pueden atacar o bloquear los tres jugadores de la zona delantera. En la pista juega un especialista defensivo, llamado Líbero que viste una camiseta de color diferente. Las posiciones de los jugadores están determinadas por la localización de sus nalgas, que siempre tienen que estar en contacto con la pista cuando juegan el balón, excepto en situaciones extremas de defensa, cuando se permite una ligera pérdida de contacto. Los equipos tienen 12 jugadores de los que 6 se encuentran en la pista. Para jugar al voleibol sentado no se requiere ser incapaz de levantarse. Un deportista puede ser clasificado como *discapacitado mínimo (DM)* o *discapacitado (D)*(sic). Los equipos pueden tener hasta dos DM en lista, pero solo podrá jugar uno a la vez en la pista. El partido empieza con un servicio. Al contrario que en el voleibol convencional en el sentado el oponente puede bloquear o atacar el servicio. El objetivo principal es evitar que el balón toque el suelo en su lado de la pista, o forzar que el oponente tenga un error. Cada vez que ocurra se consigue un punto. Los equipos no pueden golpear el balón más de tres veces consecutivas y un jugador no puede hacerlo dos veces consecutivas, a no ser que, en ambos casos, el primer toque sea resultado de un bloqueo. Las jugadas clave son: servicio, pase, set⁶, punto, bloqueo y recepción. Los partidos son al mejor de cinco sets. El primero que gane tres se hace con la victoria. Los primeros cuatro sets son a 25 puntos y, si es necesario, el quinto es a 15 puntos. En todos los sets, los equipos deben ganar con una diferencia de dos puntos. El voleibol sentado es un deporte rápido y emocionante para el espectador, que demanda unos excelentes

⁵ Liga deportiva, liguilla o sistema de round robin se refiere a un sistema de competición que contempla que cada competidor se enfrente al resto de los competidores, con la finalidad de promover un ganador con base en la cantidad de punto adquiridos. Los ganadores avanzan a un sistema de eliminación directa.

⁶ Tanda o grupo de puntos ganados.

reflejos, una gran fortaleza de la parte superior del cuerpo, aguante y conocimientos tácticos. (Games, Paralympic Sport A-Z: Sitting volleyball, 2016)

El voleibol sentado es específico de la discapacidad motriz, al mantenerse al ras del suelo, la red por ende baja en cuestión de altura. Ser el mejor puntaje en tres de cinco contiendas es el objetivo del juego. Este deporte exige estrategia y a su vez capacidad de respuesta inmediata por medio de reflejos, fortaleza y trabajo en equipo.

Danza deportiva

La Danza Deportiva Sobre Silla de Ruedas, o Baile Deportivo Sobre Silla de Ruedas, es una disciplina deportiva que forma parte de los deportes de la Federación Mexicana de Deportes Sobre Silla de Ruedas A.C, (FEMEDESSIR) y también del Programa Internacional Paralímpico (IPC). En esta disciplina deportiva participan personas con discapacidad motriz (personas con lesiones permanentes en el aparato locomotor, como secuelas de poliomielitis, amputaciones de miembros inferiores, lesiones medulares y malformaciones congénitas) y bailarines sin discapacidad. Existen las siguientes modalidades:

Combinado: una persona con discapacidad motriz usuario de silla de ruedas y una persona de pie sin discapacidad (1 hombre y 1 mujer)

Dúo: dos personas con discapacidad motriz usuarios de silla de ruedas (1 hombre y 1 mujer)

Single: una persona con discapacidad motriz usuario de silla de ruedas (hombre o mujer)

Grupal: grupos mayores de cinco personas de los cuales más de la mitad sean con discapacidad motriz usuarios de silla de ruedas

Para los deportistas con discapacidad motriz usuarios de silla de ruedas, se les otorga una clasificación funcional dependiendo de su movilidad y la otorga un médico clasificador experto, y dentro de las cuales son: LWD1 para los que tienen movilidad baja y LWD2 para aquellos con movilidad más alta.

Para poder integrarse y competir en el Baile Deportivo Sobre Silla de Ruedas es necesario estar afiliado a una Asociación Deportiva, dichas Asociaciones se encuentran en toda la República Mexicana, una por cada Estado, y el rango de edad para poder competir es de 10 años hasta 40 años aproximadamente. (Transformando la discapacidad, 2016)

La Paralimpiada Nacional Juvenil (deportistas de 10 a 21 años) y los Juegos Nacionales (deportistas de 21 años en adelante) son los eventos nacionales que hasta la fecha se realizan en nuestro país (Ibídem).

La danza deportiva es uno de los deportes donde México es potencia a nivel mundial. Es un deporte inclusivo ya que existe la versión donde la pareja se compone de una persona con discapacidad motriz y una sin discapacidad.

Estos deportes son adaptados y se pueden practicar a nivel recreativo y de competición, sin embargo, para el presente trabajo se tomarán los testimonios de seis personas que practican algunos de estos deportes en el Centro Paralímpico Mexicano, el cual es un *centro multidisciplinario especialista en desarrollo deportivo, trabajando en un centro que facilita el entrenamiento diario de talentos y deportistas de alto rendimiento del Deporte Adaptado* (CEPAMEX, S/F) y una persona más que forma parte la Liga de Fútbol de Amputados del Estado de México.

Es así que, sabiendo que existen este tipo de deportes, ahora contemplemos la Institución Deportiva en México encargada de brindar servicio relacionados con la práctica de alguno de ellos: La Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte:

Una institución del gobierno mexicano encargada de desarrollar e implantar políticas de Estado que fomenten la incorporación masiva de la población a actividades físicas, recreativas y deportivas que fortalezcan su desarrollo social y humano, que impulsen la integración de una cultura física sólida, que orienten la utilización del recurso presupuestal no como gasto sino como inversión y que promuevan igualdad de oportunidades para lograr la participación y excelencia en el deporte. (CONADE, 2017a)

El Deporte Adaptado está garantizado con una posibilidad de acceso social, sin embargo, la realidad es que son muy pocos los espacios accesibles, muy poco el personal capacitado, que es lo que realmente cuartea a las personas con discapacidad, y no tanto la condición humana.

Las personas con discapacidad motriz son identificadas debido a la construcción social que remite a ausencia de algún miembro, falta de movilidad en piernas y/o

brazos que involucra lesiones o ausencias en alguna o varias de las extremidades, además de también resultar de deficiencias en el sistema nervioso, ya que el movimiento del cuerpo está directamente relacionado con la conexión de los nervios, músculos y huesos, situación donde a pesar de contar con todas las partes del cuerpo, la conexión deficiente tiene como consecuencia la ausencia de movimiento, o movimientos involuntarios que complican su movilidad.

II.I. IV. Beneficios y obstáculos de la práctica del deporte adaptado en la discapacidad motriz

En las cuestiones deportivas, se ha manifestado que existe una baja motivación de las personas con discapacidad hacia su práctica, ya sea por cuestiones de desconocimiento tanto de los beneficios, así como de las cuestiones sociales que suman la ausencia de lugares accesibles y adaptados, los costos extras tales como el transporte, el cubrir los implementos deportivos como uniforme, balones, sillas de ruedas especiales, etc., suma los constantes obstáculos que conforman la exclusión social (Guzmán, 2015). Es así que podemos sintetizar que el entorno social es un responsable importante de la inhibición o de la participación en actividad física, así como del interés y las acciones para su conocimiento y promoción (Rollins & Nichols, 1994).

Al continuar con esta premisa, es vital distinguir de qué forma y por qué el deporte adaptado es un elemento y como tal una actividad que impulsa la autodeterminación de las personas con discapacidad.

Beneficios del deporte adaptado

Ante la ausencia de alguna parte del cuerpo, o ante su inmovilidad que es resumidamente lo que presentan las personas con discapacidad motriz, hemos de afianzar nuevas alternativas que permitan mantener en equilibrio a la persona.

Esa parte del cuerpo que se ha dormido para siempre, no debe contagiarse con su sueño a las demás. No es sencillo, es muy difícil pues ya no contara con palabras, o con “pasos”, o tal vez con “miradas”. Al aceptar al ejercicio y al deporte, se estará dando “vida” a la parte del cuerpo que clama vivir (Jokama, 2003, pág. 2).

Es así como desde el Modelo Médico- Rehabilitador y el Modelo Social de Derechos Humanos, la relación deporte y persona con discapacidad comienza a tomar fuerza. En el primer modelo ha resaltado el abordaje individual y sinónimo de enfermedad, ya que tuvo su auge después de la Segunda Guerra Mundial, el cuál abordaba a la discapacidad como una cuestión donde se curaba y rehabilitaba a la persona, era una cuestión del doctor, el esfuerzo de la persona y su familia, dejando que el deporte adaptado surgiera, en un primer momento, como un escenario que le daba oportunidad a los “enfermos” *de conseguir efectos terapéuticos y rehabilitadores en las personas con discapacidad* (Gutiérrez Sanmartín & Caus i Pertegáz, 2006).

En el deporte adaptado, ha existido tradicionalmente la visión de la actividad físico-deportiva desde un punto de vista utilitario, dentro de un modelo rehabilitador o tradicional. Son numerosos los estudios referentes a la influencia de la práctica de una actividad física en la fase de rehabilitación de una persona, entre los que destaca el realizado por Guttmann (1976), quien resaltaba el enorme valor terapéutico del deporte, el cual desempeña un papel fundamental en la rehabilitación física, psicológica y social de las personas con discapacidad. (Ibídem)

Con este afán, socialmente se logró que a las personas con discapacidad se les reconociera como sujetos que podían hacer cosas por ellos mismos y merecían ser integrados en sociedad, con el término de discapacitados. Donde se aceptaba que eran “los otros, los diferentes; los minusválidos”. Esta idea se mantuvo hasta que, en los años 60’s, en el Movimiento de Vida Independiente, las personas con discapacidad exigieron que se le considerara como sujetos capaces de tomar decisiones, capaces de ser responsables de sí mismas y determinar hacia dónde y cómo vivir.

Es así que el Modelo Social actual, empodera esta premisa y de manera global está plasmada en la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD), donde se toma en cuenta que la discapacidad no es una enfermedad, sino que es el resultado de que una sociedad no cuente con las condiciones necesarias

para la igualdad de oportunidades y que surge de la interacción de las personas con alguna limitación y las barreras que le impiden su pleno desarrollo en sociedad.

Ante la discapacidad motriz, el deporte adaptado tiene como función ser un elemento recreativo, donde se facilitan las relaciones sociales y el protagonismo como medio de afirmación personal, además de producir una función más que es la competitiva, donde existe un gran reto por sentirse admirados, aumentando así su autoestima y eliminando los sentimientos de marginación. Para culminar así con unciones integradoras a nivel social a través de la creación de relaciones con la comunidad (León Campos, Pelegrín Muñoz, & León Zercedo, S/A).

Ante este panorama, hemos de reconocer que los beneficios en la persona que practica cualquier deporte son mayores que los riesgos, y si se practica de manera constante y equilibrada, mejoran su estilo de vida.

Goldberg (1995) indica que muchos de los beneficios de la práctica deportiva son comunes a toda la población, pero tienen un potencial mayor en el colectivo de personas con discapacidad, debido al proteccionismo que suele rodearles. Según este autor, los beneficios generalmente son mayores que los riesgos, y éstos pueden ser minorizados con un equipo interdisciplinar, cambiando la visión médica, potenciando la participación y dotando la práctica del material adecuado. Así, la participación en una actividad física o deportiva es algo muy importante para muchas personas con discapacidad por el beneficio físico de encontrarse en forma y por el respeto, aprobación y prestigio social que eso supone. (Croucher, 1976)" (Gutiérrez Sanmartín & Caus i Pertegáz, 2006)

Los parámetros sociales que hoy exigen a las personas con discapacidad *ser ellas las que se adapten*, resaltan los procesos de discriminación, inaccesibilidad y exclusión. Por ello, los ideales de inclusión social y accesibilidad parecieran ser escenarios muy lejanos, ante esta situación las personas con discapacidad no pueden quedarse al margen de esto.

El deporte ayudará en un principio a abstraerse por momentos de los inconvenientes que esas barreras acarrearán; además fortalecerá su psiquis (afectividad, emotividad, control, percepción, cognición). Pero lo que es más importante es que el deporte crea un campo adecuado y sencillo para la auto -superación, ella busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse día a día y luego a partir de ellos proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente, un feed-back⁷. (Germán Zucchi, 2001)

Con base en los testimonios de los deportistas con discapacidad motriz que apoyaron este trabajo, rescatamos que:

Estoy en el deporte por el hecho de tener condición física, lo poco o mucho que tengo se lo debo al "básquet" (Alberto, 2017)

Los beneficios del deporte adaptado son; ¡una mentalidad ganadora!, para mi es lo principal que te da el deporte; otra es ponerte retos y superarlos, y la tercera y también muy importante; a no darte por vencido, porque en el deporte no puedes permitirte eso, porque al final vas sobre un objetivo y si tú te sientes derrotado por ende vas a perder, entonces yo creo que esos son de los beneficios, aparte de tener una buena salud, una buena condición física, evitar tantos problemas que padece la sociedad mexicana como la diabetes, la obesidad, entonces yo también creo que esos son los beneficios que el deporte te da. (Gregorio, 2017)

El deporte te deja disciplina, te enseñan tener cuidado de tu cuerpo, de tu mente, a comer sano, para saber qué está ingiriendo, tener una mente más sana, yo creo que te permite ver la vida desde otro punto, porque el deporte te enseña a tener retos en tu vida a corto y mediano plazo. (Rosa, 2017)

Como persona, el deporte adaptado me ha ayudado a ser más tolerante, no soy la persona más tolerante del mundo, pero considero que mi actitud a partir de que practico un deporte. (Jesús, 2017)

Me hizo más independiente, yo era muy flojo y el deporte me motivaba más a lo que quiero. (Ricardo, 2017)

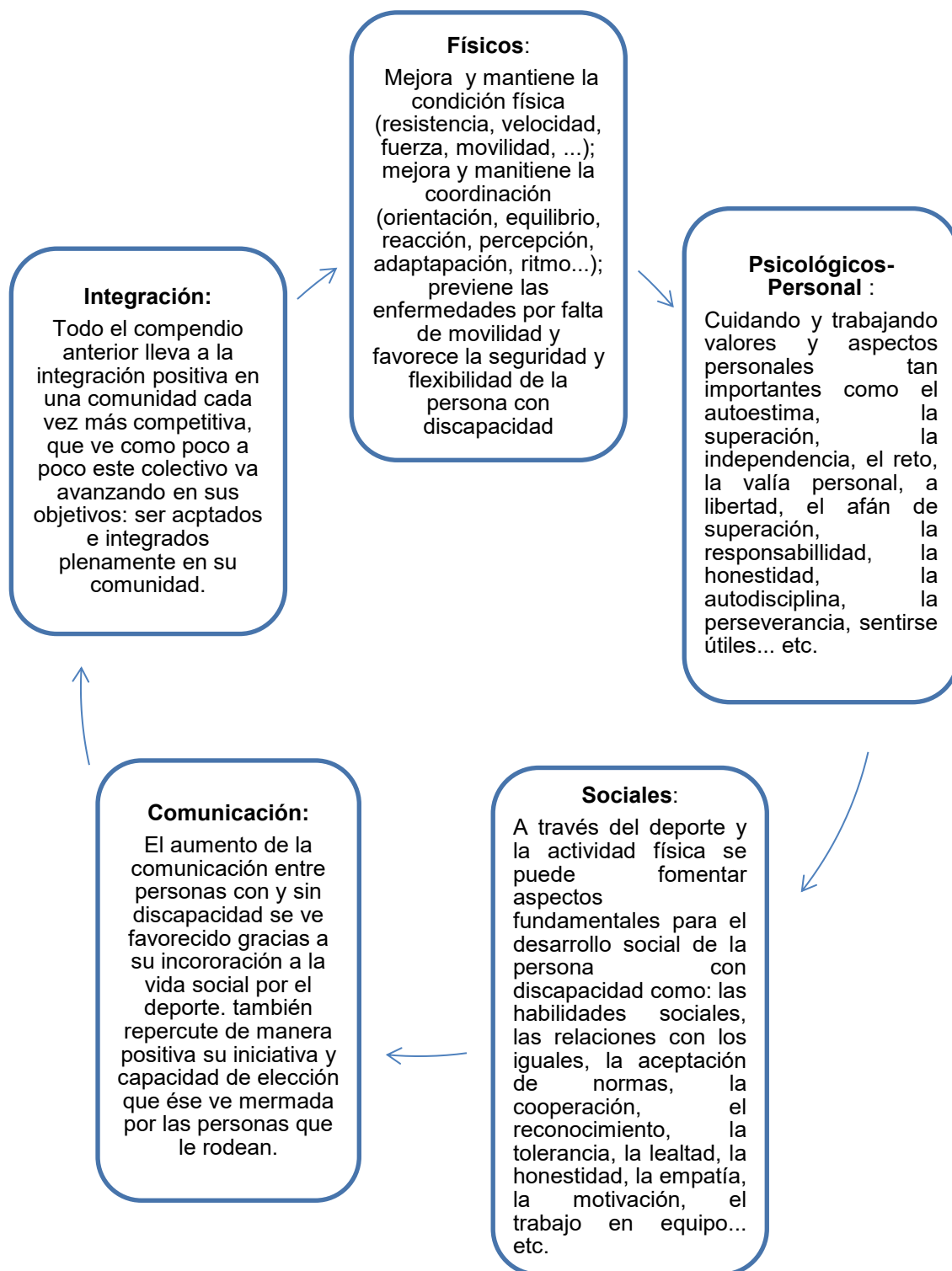
Cuando haces deporte ya no es rehabilitación, ya no depende de muchas cosas, ya eres muy libre, ya haces muchas cosas muy fácilmente. (Pablo)

Son muchas las razones por las que el deporte adaptado destaca como un medio viable para cimentar procesos de orden personal y social en las personas con discapacidad motriz que lo practican; ser una persona más independiente, mantener una condición física y mental sanas, además de forjar virtudes como la disciplina y la perseverancia para concretar logros y metas, son concretamente las que sobresalen en estos testimonios.

⁷ Es una retroalimentación de las acciones y los avances deportivos.

En la siguiente figura, englobaremos los principales beneficios.

Figura 6. Beneficios del deporte adaptado



Fuente: Elaboración propia a partir del texto: *Los beneficios del deporte en las personas con discapacidad.* (S/F). noviembre 2017

Este cumulo de beneficios es un desencadenante de procesos sociales donde la comunicación y la integración son un primer paso para la inclusión y la autodeterminación de las personas con discapacidad motriz de manera conjunta entre la propia persona con discapacidad motriz y la sociedad misma, mientras que los aspectos físicos y psicológicos permiten equilibrar al sujeto, y lo preparan para las adversidades que cualquier persona enfrenta día a día en sociedad.

(...) parece lógico pensar que las personas con discapacidad busquen, a través de la práctica deportiva, su reafirmación social. El hecho de ser la actividad deportiva un contexto destinado a demostrar ante los demás sus capacidades con independencia de la presencia o no de una discapacidad, podría ser un motivo que origine esta orientación. (Gutiérrez Sanmartín & Caus i Pertegáz, 2006)

Entrelazar las aspiraciones personales con las sociales suele ser una buena estrategia para que las personas con discapacidad vean cada vez más diluida su vida en escenarios de exclusión, ya sea por la imposición de terceros, o por auto desmotivación.

Obstáculos en el deporte adaptado

Para este apartado, retomamos los testimonios de personas con discapacidad que practican un deporte adaptado, dichas participaciones nos permiten analizar los principales obstáculos.

Una de las preocupaciones principales de los deportistas con discapacidad motriz, es que la sociedad no sabe lo que es el deporte adaptado, existe un desconocimiento significativo de lo que es, además de ignorar los beneficios y las oportunidades que representa para aquellos que ya lo hicieron propio.

El deporte adaptado algunas personas no saben que es, como te digo, si no saben lo que es la discapacidad, menos saben cómo se baila con discapacidad. Todos deberían de saber sobre discapacidad y los deportes. (D1)

A los niños y jóvenes con discapacidad hay que brindarles apoyo sin miedo a no obtener beneficios económicos, el deporte no es un negocio, es una actividad. La población en general debería de saber de las oportunidades para las personas con discapacidad. (D2)

Yo les diría a los patrocinadores que piensen bien las cosas, que nos dieran la oportunidad de demostrar que nosotros también podemos. (D3)

Hace falta más difusión, los espacios para entrar a los deportivos o a las zonas donde se van a realizar los deportes, porque si no hay difusión, no hay espacios, no hay adaptaciones, pues entonces no puede haber (deporte adaptado). También tienen que conocer las lesiones de cada uno de sus deportistas, de las personas que tienen a su cargo. Yo creo que antes que nada los funcionarios públicos deben de saber de todo lo relacionado con la discapacidad, una vez sabiendo eso se puede dar una difusión a nivel nacional o estatal, por medio de televisoras, radiodifusoras, cosas así, con el cual podrían lograr un mayor impacto ante la sociedad, para que pudieran ver lo que es el deporte adaptado. (D4)

Todo mejoraría con más apoyo y con más difusión, créeme que también la difusión es motivación. (D5)

Estar informados es responsabilidad de todos. (D6) (Guzmán, 2015)

Los entrevistados son deportistas con discapacidad motriz, y su sentir es que los encargados de la difusión del deporte adaptado no han concretado otros niveles de difusión, y que la sociedad tampoco se ha interesado por saber más de esta actividad y de su potencial en México.

Otra situación interesante que salta a través de sus voces es que la concepción de la discapacidad a través de los ojos de una persona que es deportista, no refleja incapacidad o limitación como sinónimos de discapacidad.

A la persona con discapacidad yo la veo como un ser humano "normal", pero a la sociedad le falta mucho por saber, como que algunos no saben que es la discapacidad y te ignoran, te discriminan, es lo que todavía falta.

La discapacidad es una forma de vida.

Para los que no tienen discapacidad, al principio lo ven (al deporte adaptado) como si nosotros no pudiéramos hacer algo, pero ya que lo ven, les gusta. (D1)

Con el tiempo se ha ido aceptado un poco el tema (de la discapacidad), pero aún falta mucho más y pues sigue habiendo alejamiento hacia las personas con discapacidad.

La discapacidad es una palabra, porque uno mismo demuestra de que tenemos o no la capacidad de realizar actividades. (D2)

Siento que el gobierno quiere aparentar que el deporte adaptado es completamente apoyado o que la discapacidad es apoyada, sin embargo, no es así, existen muchos lugares en donde aún son negadas las personas con discapacidad, no se apoya para nada, las esquinas de la cera no tienen rampas y las calles están tan maltratadas, así una persona en silla de ruedas no puede pasar.

La discapacidad es simplemente una forma diferente de vida, somos personas que nos superamos un poco todos los días.

Las personas “normales” ven a nuestro deporte como si fuera un milagro o algo imposible y no es así, hacemos algo grande porque conseguimos y logramos nuestros objetivos, pero lo que la gente tiene que entender es que por el hecho de que estemos con una discapacidad no significa que sea imposible o algo increíble lograr nuestras metas. (D3)

En provincia con la discapacidad aún se ven actos de discriminación, como si fueran “bichos raros” las personas con discapacidad. Aquí en la ciudad, pues ya actualmente te ven y te tratan de una forma “normal” por así decirlos, ya tienes un poco más de igualdad en los derechos.

La discapacidad es una limitación física y la dejas de ver en el momento en que te das cuenta que tú eres exactamente igual a las demás personas.

Las personas sin discapacidad ven al deporte adaptado como una forma de integración a una vida independiente, es algo importante porque empiezas a socializar cuando casi no sales. Esto en cierto punto tiene que ver con la inclusión. La gente cuando no lo conoce se les hace novedoso y admirable, se impresionan porque no tienen conocimiento de eso. (D4)

En cuestión de la discapacidad creo que hay más apertura, pero todavía no al 100%, como que el gobierno está tratando por encimita, falta mucho.

La discapacidad es una oportunidad, yo estoy agradecida con la vida por mi discapacidad, porque siento que me ha enseñado muchas cosas y que me ha dado la oportunidad de conocer otras. (D5)

Yo creo que (la discapacidad) se ve como si no existiera, como si fuéramos por así decirlo.... Invisibles, cuando si nos vamos a datos crudos, sí somos muchos. Por desgracia se tardaron mucho, pero afortunadamente ya se están tomando muchas acciones por parte del gobierno, es algo que ya necesitaba México para cambiar como país y para salir adelante.

¡Yo creo que la discapacidad no existe!, yo creo que es dependiendo de cada persona, porque si te pones a frase: -No puedo-, ahí tú mismo estás siendo discapacitado. La discapacidad siempre va a estar ahí, por así decirlo, por las personas, teniendo una condición de vida, teniendo adaptaciones de vida, la gente saldría más, no sería el “pobrecita”, no sería el “enfermito”, no sería todas esas cosas. (D6) (Guzmán, 2015).

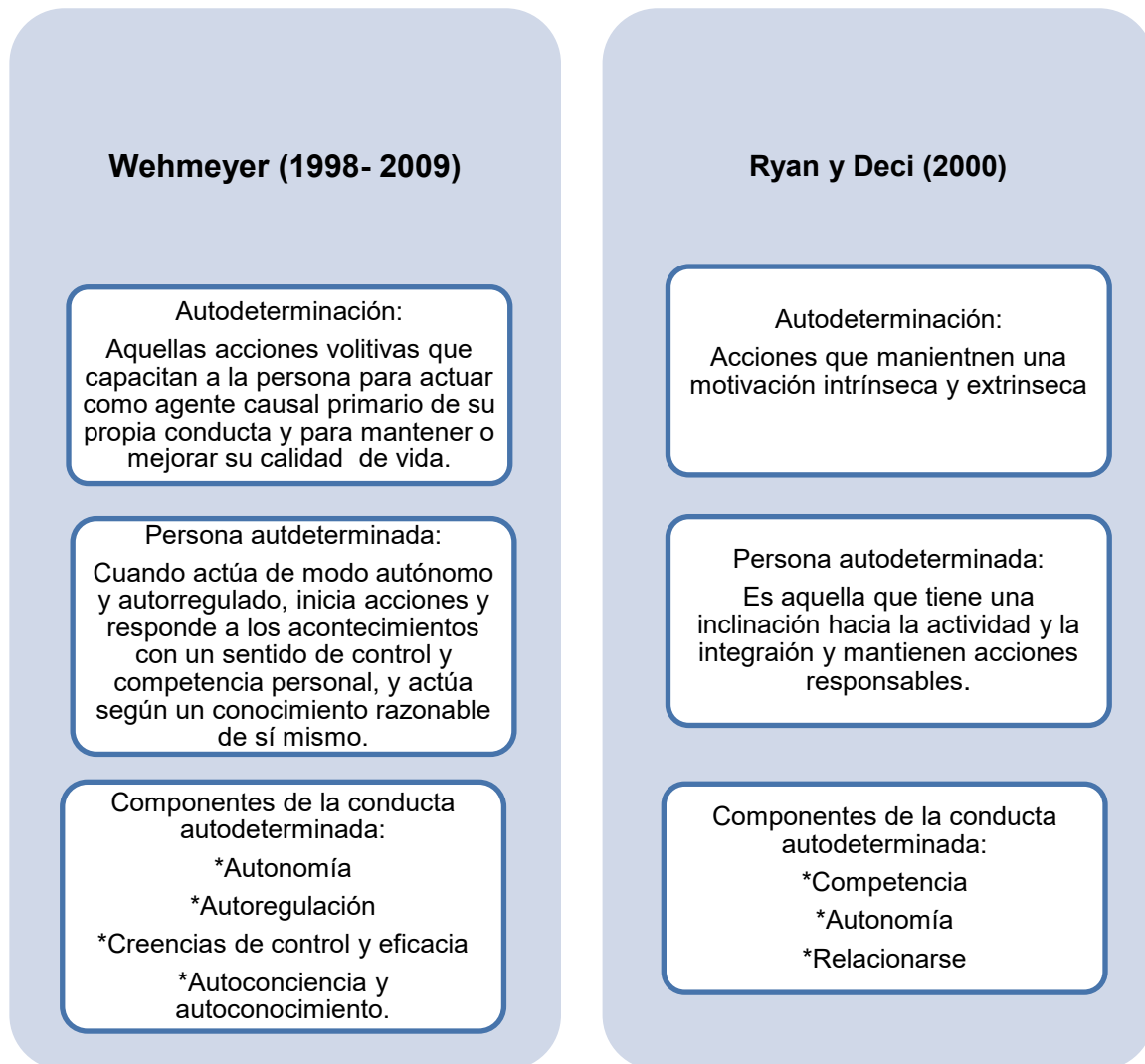
Es así que, quizá esta visión debiese de ser entendida por todos para lograr interés y que las acciones enfocadas en el deporte mejoran el panorama de muchas otras personas con discapacidad motriz y no basarse en prejuicios discriminatorios.

II.II. La autodeterminación y sus alcances

La autodeterminación es un término que engloba un sinnúmero de conceptualizaciones, y más allá de eso, una gran utilidad para la comprensión de procesos relacionales en las ciencias y disciplinas sociales.

En la suma de esfuerzos ante la búsqueda de la autodeterminación proponemos la revisión del punto de partida que es Wehmeyer (1998-2009) en la discapacidad y Ryan y Deci (2000) en la propuesta psicológica más actual y de la que parte la presente tesis.

Figura 1. Posturas base de la autodeterminación



Fuente: Elaboración basada en Arellano & Peralta (2013) y Ryan & Deci (2000).

Todas las personas tienen la capacidad para desarrollar su autodeterminación así vivan con las discapacidades más complejas (Wehmeyer M. , Personal self-determination and moderating variables that, 2011) (Chambers, 2007). Es un *proceso que dura toda la vida* y que se nutre de *atributos internos* (Wehmeyer M. , 2009) y de las personas más cercanas, a la par de la cuestiones como *la edad, la oportunidad, la capacidad y el contexto* (Wehmeyer M. , 2011).

(...) asimismo, emergen en cuanto la persona desarrolla y adquiere elementos o componentes de la conducta autodeterminada, como hacer elecciones, tomar decisiones, resolver problemas, establecer metas y logros, expresar habilidades de autorregulación y autodirección, adquirir habilidades de autodefensa y liderazgo, desarrollar percepciones positivas de control y eficacia y expectativas de resultados, tener autoconciencia o autoconocimiento. Todo ello da lugar a manifestaciones de la conducta autodeterminada en grados y niveles diferentes, que deben ser evaluados mediante distintos procedimientos (como se refleja en el siguiente apartado), de cara a proponer planes de intervención acordes con las necesidades actuales de la persona. (Arellano Torres & Peralta López, 2013)

La Teoría de la Autodeterminación se dirige a las bases que motivan al ser humano con procesos que nutren *el potencial humano innato; el crecimiento, la integración, y el bienestar*, a la par de la explotación de procesos y condiciones que fomentan el desarrollo saludable y el funcionamiento efectivo de los individuos, grupos y comunidades (Ryan & Deci, 2000).

Para Trabajo Social es importante rescatar, con el apoyo de la Psicología, cuáles son los elementos sociales que desencadenan procesos que favorecen en este caso acciones enfocadas en el bienestar del ser humano.

Los seres humanos pueden ser proactivos y comprometidos o, alternativamente, pasivos y alienados, en gran medida como una función de las condiciones sociales en las cuales ellos se desarrollan y funcionan. Por ello, es indispensable entender la Teoría de la Autodeterminación (TAD), ya que brinda elementos para poder precisar la relación e importancia de su aterrizaje social, para así conocer y explicar situaciones problema de grupos con urgentes necesidades (Ryan & Deci, 2000, pág. 1).

Ryan y Deci son los autores base de este apartado, ya que logran explicarnos los elementos esenciales en el proceso psicológico que determina mucho del bienestar o

no de una persona; la motivación que ésta tiene y mantiene a lo largo de su vida para apostar y ser partícipe de campos que aporten oportunidades de juego que mejoren sus posibilidades de inclusión social.

Comenzaremos refiriendo que mayor parte de las personas tendemos a mostrar esfuerzo, agencia y compromiso por nuestra propia permanencia en este mundo, sin embargo, también es cierto que, ante la complejidad relacional de nuestra dinámica, algunas personas podemos presentar rechazo al crecimiento y la responsabilidad de nuestro propio bienestar, presentando actitudes de apatía, alienación e irresponsabilidad. Ante estos dos hechos, es que indagaremos en la TAD es sus elementos que componen la motivación de nuestras acciones en la vida.

La TAD plantea que, para cualquier ser humano, existen tres necesidades psicológicas innatas – competencia, autonomía, y relacionarse– las cuales cuando son satisfechas producen la ampliación de la auto-motivación y la salud mental y cuando son frustradas llevan a la reducción de la motivación y el bienestar. (Ryan & Deci, 2000)

Para la TAD es imprescindible resaltar que hay factores que favorecen, versus los que reducen los potenciales humanos, destacando que los ambientes sociales optimizan o no su desarrollo, desempeño y bienestar de las personas.

En la cuestión social, la motivación es un elemento que produce, ya sea desde la persona misma o desde la movilización de otros para actuar.

Aunque la motivación es tratada frecuentemente como un constructo singular, aun una reflexión superficial sugiere que las personas son movidas a actuar por tipos de factores muy diferentes, con experiencias y consecuencias altamente variadas. Las personas pueden estar motivadas debido a que ellas valoran una actividad o debido a que hay una fuerte coerción externa. (Ryan & Deci, 2000, pág. 3)

Por ello, es elemental identificar las acciones legítimamente motivadas por la persona, de las que son controladas por actores, contextos o culturas; espacios donde las situaciones también pueden generar personas con actitudes pasivas, alienadas y/o derivadas de un trastorno mental (psicopatológicas).

Para ser más precisos respecto a la cuestión social en la motivación, hemos de explicar que, desde la Teoría de la Autodeterminación (TAD), se complementa tanto la motivación intrínseca, como la motivación extrínseca para referir a una autonomía compuesta en un primer momento y que, a lo largo de la vida, puede ser referida como autonomía relativa. Teniendo entonces las posibilidades de ser referido como una persona autodeterminada puesto que su motivación se refleja en su autonomía.

Los seres humanos somos tendientes a buscar establecer relaciones con otros, pero para poder lograr esto, hemos de desarrollar capitales personales que forjen la base de nuestras acciones motivadas, lo que será el parteaguas para autodeterminar con quienes relacionarnos, de acuerdo a qué intereses y expectativas de vida. Por ello, hemos de plantear que, en un primero momento, *el potencial positivo de la naturaleza humana*; motivación intrínseca, proviene del yo y está compuesta de la tendencia inherente a buscar la novedad y el desafío, a extender y ejercitar las propias capacidades, a explorar, y a aprender (Ryan & Deci, 2000). Claramente este tipo de iniciativas podemos notarlas en los bebés y niños en condiciones de estabilidad (salud mental, física y emocional), lo que les permite desde esa etapa, reconocer las tendencias innatas a integrarse con otros, ya que su curiosidad, inquietud y actividad en sí, denotan este tipo de motivación espontánea y natural. Siendo así que nuestras motivaciones están desde que somos pequeños, inician nuestras motivaciones sociales de convivencia, ya que (independientemente de la condición física), este tipo de iniciativa tiene un mayor disfrute en compañía de otros.

Para lograr fortalecer la motivación intrínseca, es importante el apoyo por parte de otros, en este caso pueden ser referidos los padres, pero ante la complejidad de las demandas sociales del contexto (cuestiones laborales demandantes - horario, bajo salario- cuidado de otros miembros de la familia -abuela/os-), muchas veces este refuerzo no logra darse como tal, lo cual influye en el poco o mucho en la alienación de la motivación.

Las cuestiones sociales-contextuales están relacionadas con el sentimiento de competencia que deriva de la motivación intrínseca, en otras palabras, cuando una persona se siente competente a través del reconocimiento de los otros y su inclusión en otros campos, se refuerza acciones desde la motivación intrínseca.

Esta cuestión es de vital importancia mencionar, ya que, para el presente trabajo, el deporte adaptado rescata que la competencia tiene dos aplicaciones fundamentales para su ejecución, tanto *el significado de ser competente* (apto) y así *poder participar* en el encuentro deportivo (competencia deportiva). Por lo tanto, son requeridos los apoyos contextuales inmediatos para la autonomía y la competencia como un capital o recurso interno, ambos permanentes (Reeve, 1996).

Las personas no solo tienen que experimentar sus conductas como competentes o eficaces, ellas también tienen que experimentar sus conductas como autodeterminadas por la motivación intrínseca (...). Esto requiere tanto de apoyos contextuales inmediatos para la autonomía y la competencia como recursos internos permanentes. (Ryan & Deci, 2000, pág. 4)

Todo lo anterior mencionado es para considerar que, en la cuestión social, el factor relacional tiene el origen en los apoyos para la autonomía y la competencia.

Los ambientes sociales pueden facilitar o entorpecer la motivación intrínseca al apoyar o frustrar las necesidades psicológicas innatas de las personas. Los fuertes vínculos entre la motivación intrínseca y la satisfacción de las necesidades de autonomía y competencia han sido demostrados claramente, y algunos trabajos sugieren que la satisfacción de la necesidad de relacionarse, al menos en un sentido distal, podría también ser importante para la motivación intrínseca. No obstante, en esto es crítico recordar que las personas estarán motivadas intrínsecamente solo para tareas por las que mantienen un interés intrínseco, actividades que tienen el atractivo de la novedad, el desafío, o valor estético. (Ryan & Deci, 2000, pág. 5)

El siguiente tipo de motivación es la extrínseca, que siguiendo con las premisas de los autores base, es hasta cierto punto más autónoma y autodeterminada, es la regulación a través de la identificación. Mencionan que *la identificación refleja el otorgarle un valor consciente a una meta comportamental o regulación, tal que esa acción es aceptada o hecha propia en cuanto personalmente importante*. (Ryan & Deci, 2000, pág. 7)

En el día a día, entre seres humanos podemos llegar a influir o ser influidos en las elecciones que tomamos, es así que la motivación extrínseca permite ahondar en el sentido de elección, ya sea hacia una aceptación personal y a un sentimiento de elección y en ocasiones hacia conductas alienadas y/o de obediencia lejanas de la autodeterminación. Si bien implican una conducta intencional, la primera, naturalmente, es el tipo de *motivación extrínseca que es buscada por los agentes socializados astutos, con independencia del dominio de aplicación* (Ryan & Deci, 2000, pág. 6).

Las conductas extrínsecamente motivadas que son menos autónomas son referidas como reguladas externamente. Tales conductas son ejecutadas para satisfacer una demanda externa o una recompensa contingente (...). Un segundo tipo de motivación extrínseca es la llamada regulación introyectada. La introyección implica introducir dentro de uno la regulación, pero no el aceptarla como algo de uno mismo. Esta es una forma relativamente controlada de regulación en la cual las conductas son ejecutadas para evitar la culpa o la ansiedad o para obtenciones del ego como el orgullo. (Ryan & Deci, 2000, pág. 7)

El ego en este tipo de motivación es una clásica introyección por que las personas se sienten motivadas a hacer cosas para demostrar su capacidad con el objetivo de evidenciar su autovalor.

Es así, que llegamos al punto donde la forma más autónoma de la motivación *intrínseca es la motivación integrada*.

La integración ocurre cuando las regulaciones de identificación son totalmente asimiladas por el yo, lo cual significa que ellas han sido evaluadas e introducidas dentro de la congruencia con los otros valores y necesidades de uno. Las acciones que caracterizan la motivación integrada comparten muchas cualidades con la motivación intrínseca, aunque estas aún son consideradas extrínsecas debido a que se hacen para obtener resultados separables más bien que por su inherente disfrute. Las ventajas de una mayor internalización parecen, entonces, ser múltiples (Ryan et al., 1997), incluyendo más efectividad comportamental, mayor persistencia volitiva, el incremento del bienestar subjetivo, y una mejor asimilación del individuo dentro de su grupo social. (Ibídem).

Cuando logramos juntar acciones donde las formas de regulación identificada, integrada, e intrínseca se fusionan, podemos referir a una motivación autónoma compuesta. *Cuando las personas internalizan las regulaciones y las asimilan al yo, ellas experimentan una mayor autonomía en la acción* (Ibídem).

Como se puede observar, en la siguiente figura sintetizamos su composición base:

Figura 2. Autodeterminación



Fuente: Elaboración propia 2017.

Referir a un ser humano con autodeterminación es notar la presencia de los componentes en sus motivaciones; la intrínseca se desarrolla en la infancia y es una motivación innata- natural que tiende a un equilibrio y las ganancias son personales. En la segunda nos indica que es extrínseca porque puede ser desarrollada en cualquier etapa de vida, además de que el empuje es externo- contextual y puede presentar puntos de coerción propios o de terceros, donde la ganancia es colectiva.

Entonces, podemos referir que, en una persona, *las condiciones que apoyan su autonomía y competencia fiablemente facilitan esta expresión vital de la tendencia al crecimiento humano, mientras que las condiciones que controlan la conducta y obstaculizan la percepción de efectividad reducen su expresión* (Ryan & Deci, 2000, pág. 12).

La autodeterminación es *un conjunto de actividades y habilidades necesarias para actuar como el agente causal o el protagonista de las propias acciones* (Wehmeyer M. , 2011).

Explicamos dicha construcción de vida por medio de la consecuente figura.

Figura 3. Proceso de la autodeterminación en las personas con discapacidad



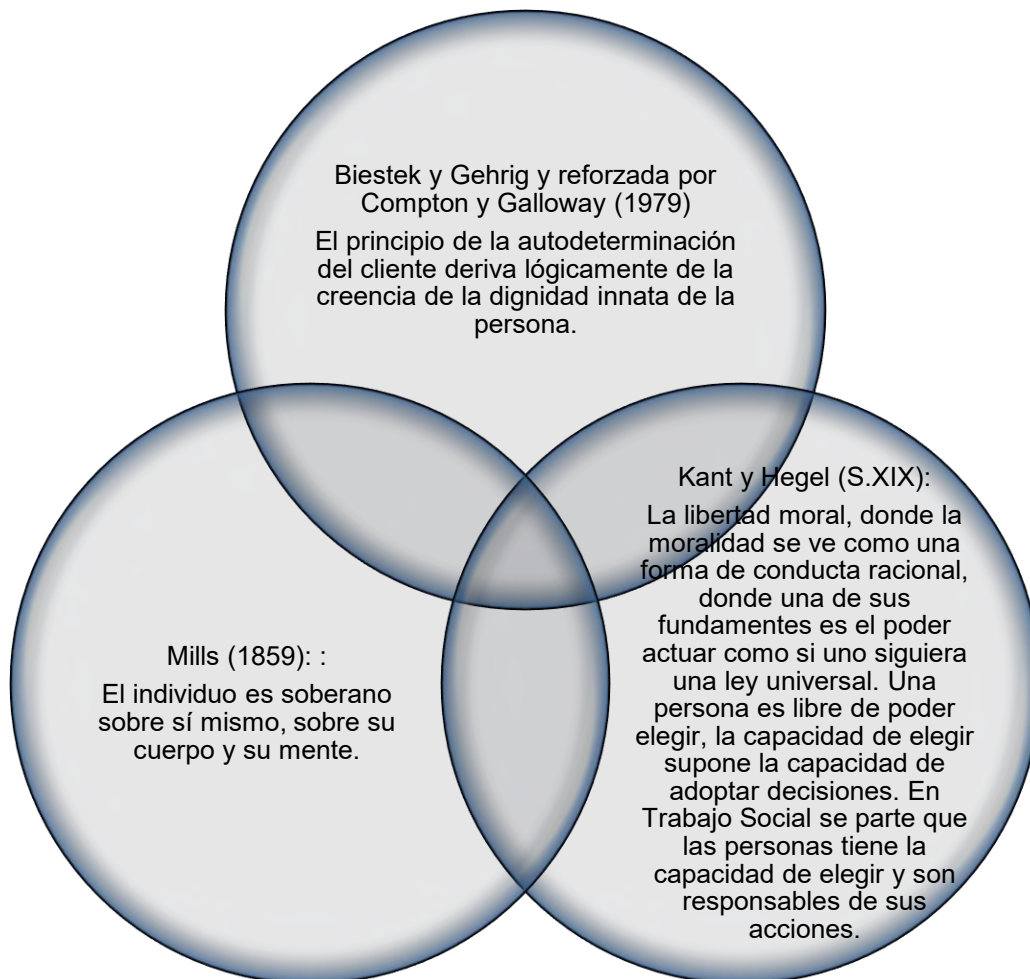
Fuente: Elaboración propia 2017.

Por tanto, en la cotidianidad es importante el ejercicio de la autonomía, y así, a través de la experiencia, aprender a ser actores responsables de las decisiones propias y sus consecuencias, las cuales repercuten en la calidad de vida, notando así el proceso de la autodeterminación que tiene como objetivo mantener sujetos autónomos.

Trabajo Social aborda la autodeterminación como un vínculo entre las acciones y un sistema externo de valores.

Como ideología, tenemos tres referentes fundamentales (Salcedo Magales, Damián, 1997, págs. 99- 102) rescatados en la Figura 4.

Figura 4. Bases de la autodeterminación en Trabajo Social



Fuente: Elaboración propia 2017.

Debido a estas bases, la autodeterminación de los sujetos desde Trabajo Social, es cimentar las bases para la acción ante la urgencia de fomentar medios sociales que favorezcan la autodeterminación de las personas con discapacidad motriz.

II.II. I. Conceptualización de la autodeterminación en las personas con discapacidad motriz

La autodeterminación en la discapacidad la referiremos como parte del escenario ideal de vida y convivencia social que es elemento trascendental para el proceso de la inclusión, ya que a partir de la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD), resaltamos que en sus principios generales, existe un ideal que incluye desde el respeto a la dignidad, a la autonomía; la cual precisa la toma de decisiones e independencia, cuestiones que son la base para procesos sociales como la participación y la inclusión en igualdad de oportunidades.

a) El respeto de la dignidad inherente, la autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas;
b) La no discriminación; **c) La participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad;** d) El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas; **e) La igualdad de oportunidades;** f) La accesibilidad; g) La igualdad entre el hombre y la mujer; - 6- h) El respeto a la evolución de las facultades de los niños y las niñas con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad. (ONU, 2006)

A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud es un referente actual de todo lo relacionado con la cuestión de la discapacidad, puesto que a la fecha considera los elementos sociales- contextuales como las dimensiones que infieren en la derivación de algún tipo de discapacidad. Así bien, debemos de mencionar que uno de los propósitos de las investigaciones en discapacidad, es identificar los procesos que favorezcan la calidad de vida de las personas con discapacidad. Por ello, éste es un primer concepto (calidad de vida) que precisa el porqué de la importancia de los procesos de autodeterminación.

La calidad de vida es un constructo complejo que recoge aspectos como la salud física de la persona, su estado psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales o las creencias personales. Ahondando de manera más precisa en la cuestión de la discapacidad, fueron establecidos ocho dominios que indican calidad de vida en una persona con discapacidad.

1) bienestar emocional (satisfacción y ausencia de estrés); 2) relaciones interpersonales (redes sociales); 3) bienestar material (estatus económico, empleo y vivienda); 4) desarrollo personal (estatus educativo y actividades de la vida diaria); 5) bienestar físico (salud y nutrición); **6) autodeterminación (metas, preferencias, elección y autonomía)**; 7) inclusión social (participación, inclusión y apoyos), y 8) derechos (dignidad y acceso legal). Según Claes y otros (2012), los dominios bienestar emocional, físico y material reflejan el bienestar general de la persona; las relaciones interpersonales, la inclusión social y los derechos están referidos a la participación social; y los dominios desarrollo personal y autodeterminación remiten a la independencia personal. (Schalock, Bonham, & Verdugo, 2008)

Como ya sabemos, desde el inicio de este apartado hemos mencionado que la autodeterminación es un constructo que comienza como una cuestión individual-personal, con características internas que ante un contexto suelen complementarse con otro tipo de motivaciones externas, dando paso a decisiones autodeterminadas o posibles conductas alienadas dependiendo del campo y sus demandas. Entonces, si referimos que la autodeterminación engloba *las acciones volitivas que capacitan a la persona para actuar como el principal agente causal de su propia vida y mantener o mejorar su calidad de vida* (Wehmeyer M. L., 2005), en el caso de las personas con algún tipo de discapacidad, esa cuestión se ve limitada por un referente y una dinámica social estancada en la discriminación y la exclusión; evidente en las cifras que nos reflejan que son un grupo social con pocas oportunidades de laborar formalmente, además de que su situación está directamente relacionada con la pobreza.

Las necesidades a nivel social en cuestión de discapacidad son muchas, desde el panorama de los Derechos humanos; el Modelo Social nos invita a ser parte de los procesos de inclusión como sociedad, pero un aspecto aún igual de importante es que las mismas personas con discapacidad sean parte activa de su propia inclusión, a

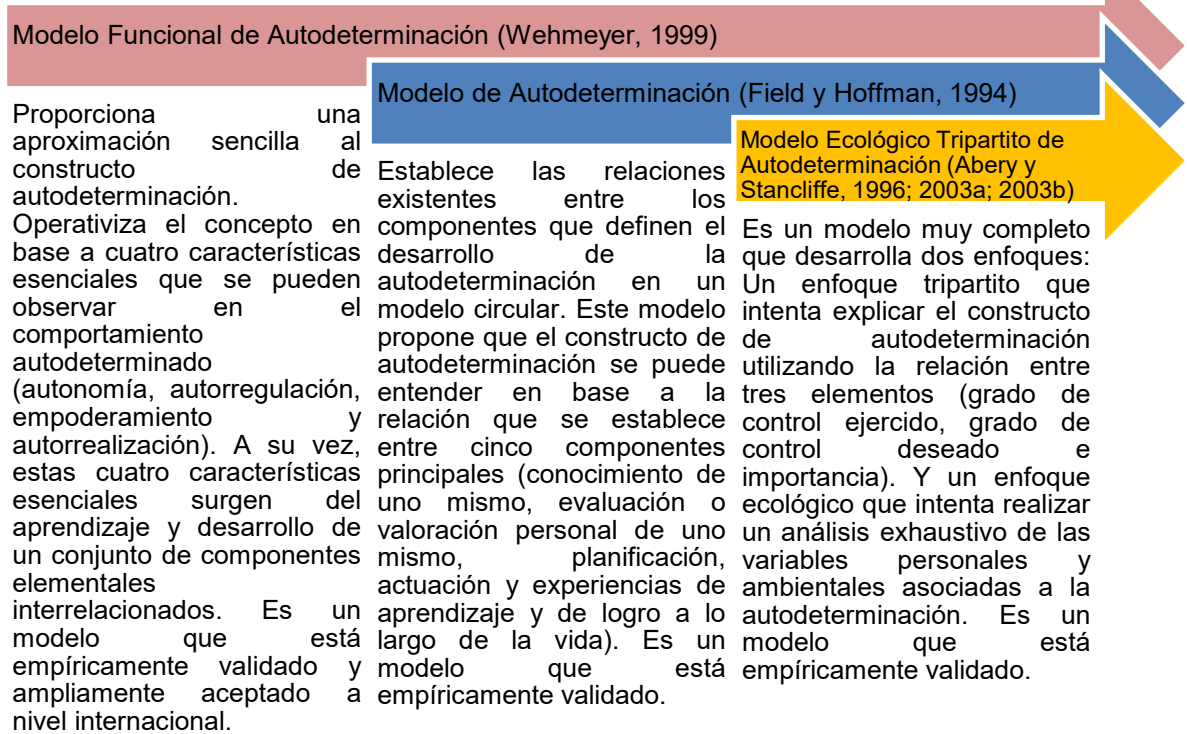
partir de hacerse y mirarse como sujetos con capacidad, útiles y pro-activas, partiendo entonces de la importancia de la constante búsqueda de su autodeterminación.

Ser autodeterminado: (a) implica poseer una serie de características disposicionales (rasgos, habilidades, actitudes y conocimientos) que permiten manifestar conductas que reflejan la expresión de la autodeterminación; (b) conlleva mostrar un carácter intencional y volitivo en nuestro comportamiento dirigido a convertirnos en el agente causal principal de los acontecimientos o situaciones que pasan a nuestro alrededor; y (c) el entorno debe ser enriquecedor para poder aprender a ser y a mostrar comportamientos autodeterminados. (Verdugo Alonso, y otros, 2014)

Ser el agente causal de lo que acontece en propia vida, es el principal objetivo de la autodeterminación en las personas con discapacidad.

El brindar y promover oportunidades en igualdad de condiciones para todos es un asunto que hoy día ocupa a gran parte de las acciones en nuestra sociedad, pero es también una realidad que cada uno tiene que motivarse a tomar las decisiones y sus correspondientes responsabilidades de los actos u omisiones en su vida, por lo que la autodeterminación en la discapacidad es investigada a partir de modelos teóricos. A continuación, en la figura 5 resumiremos las principales posturas que han abordado el tema de la autodeterminación.

Figura 5. Modelos teóricos de la autodeterminación en la discapacidad



Fuente: Elaboración propia a partir de la Escala ARC-INICO¹ de Evaluación de la Autodeterminación, 2017.

Estos modelos, *entienden la autodeterminación como una característica disposicional que se puede aprender y promover de manera explícita y que se manifiesta de múltiples formas en función de las diferencias individuales de cada uno y del entorno en el que se desenvuelve* (Verdugo Alonso, y otros, 2014).

Con esto podemos corroborar que la búsqueda de la autodeterminación es un tema que sigue persiguiéndose y que es un cimiento importante para la inclusión social de las personas con discapacidad.

Con relación a la discapacidad, la autodeterminación es un constructo que puede ser referido de dos maneras:

1. Autodeterminación como capacidad: Se refiere a un conjunto de habilidades que tienen las personas para hacer elecciones, tomar decisiones, responsabilizarse de las mismas, etc. En este sentido es una adquisición de las personas que se desarrolla mediante el aprendizaje, la interacción con otros y con uno mismo.

Consiste, por tanto, en un ejercicio directo de la autodeterminación por parte de las propias personas. Una de las definiciones más conocidas del concepto es la de Field, Martin, Miller, Ward y Wehmeyer (1998). "...una combinación de habilidades, conocimiento y creencias que capacitan a una persona para comprometerse en una conducta autónoma, autorregulada y dirigida a meta. Para la autodeterminación es esencial la comprensión de las fuerzas y limitaciones de uno, junto con la creencia de que se es capaz y efectivo. Cuando actúan sobre las bases de estas habilidades y actitudes, las personas tienen más capacidad para tomar el control de sus vidas y asumir el papel de adultos exitosos". Es, por tanto, un comportamiento complejo formado por una variedad de componentes: elección, toma de decisiones, establecimiento y logro de metas, resolución de problemas, auto conciencia, auto evaluación, auto observación, auto refuerzo, autodefensa y relaciones con otros. (López Fraguas, Marín González, & De la Parte Herrero, 2004, pág. 47)

Es por ello, para la autodeterminación es esencial la comprensión de las fuerzas y limitaciones de uno, junto con la creencia de que es capaz y efectivo. En el caso de las personas con algún tipo de discapacidad, la limitación y la frase "no poder" (no puede caminar, no puede ver, no puede escuchar...) influye de manera directa en la creación de confianza en uno mismo, por lo que es importante redireccionar la concepción de discapacidad (no tener la capacidad, no poder hacer...) hacia la capacidad; qué sí puede hacer, y cómo puede hacerlo mejor.

2. Autodeterminación como derecho: Consiste en la garantía real para las personas, al margen de sus capacidades, de tener un proyecto vital, basado en su individualidad e identidad y ejercer control sobre el mismo. En el caso de personas gravemente afectadas, el ejercicio de la autodeterminación puede ser, en gran parte, indirecto (mediado por otros) y se logra mediante los apoyos adecuados. Reforzando esta distinción hemos encontrado en Amartya Sen' una precisión entre tener poder efectivo y tener control. Tenemos poder efectivo cuando las cosas ocurren tal y como querríamos que ocurriesen, aunque no tengamos control sobre ellas. El poder efectivo, en palabras de Sen, permite la elección contra fáctica, es decir, que las cosas se pueden hacer en razón del conocimiento que se tiene de lo que la persona elegiría si realmente tuviese control sobre el resultado. Al poder efectivo no le importan cómo se ejecuten las elecciones, ni siquiera que se emprendan directamente. Por control entiende Sen, el hecho de que sea la propia persona la que realice las elecciones durante los procesos de decisión y ejecución. El siguiente ejemplo está adaptado de sus reflexiones e ilustra lo que queremos decir: Un amigo mío queda inconsciente en un accidente. El médico dice que se pueden utilizar con él dos tipos de tratamientos, el A o el B y que ambos son igual de efectivos, pero que mi amigo sufriría menos con el tratamiento A que con el B, porque tiene menos efectos secundarios. Yo sé (o creo) que mi amigo, si estuviera consciente, elegiría el tratamiento B (aunque le hiciera sufrir más), porque el tratamiento A se investigó con animales vivos, lo que mi amigo desaprueba totalmente. Si yo pido que se le aplique el tratamiento B que es el que él hubiera elegido libremente, yo le estoy garantizando el derecho de autodeterminación, aunque haya perdido la capacidad para autodeterminarse. (López Fraguas, Marín González, & De la Parte Herrero, 2004, pág. 48)

Es de vital importancia comprender que el ejercicio de la autodeterminación como derecho parte del conocimiento y respeto a la dignidad de la persona. Con o sin discapacidad las personas merecen ser escuchadas con base en sus decisiones de vida, que sustentan los valores y principios en los cuales se basa su plenitud de desarrollo e incluso su felicidad.

Con esto, podemos corroborar que la búsqueda de la autodeterminación es un tema que sigue persiguiéndose y que es un cimiento importante para la inclusión social de las personas con discapacidad.

II.III. Aporte teórico; Teorías de los Campos

Para el sustento teórico de la presente tesis, se considera a Pierre Bourdieu con la Teoría de los Campos.

Lo que constituye a los campos son dos elementos: la existencia de un capital común y la lucha por su apropiación.

Los campos se presentan para la aprehensión sincrónica como espacios estructurados de posiciones (o de puestos) cuyas propiedades dependen de su posición en dichos espacios y pueden analizarse en forma independiente de las características de sus ocupantes (en parte determinados por ellas). (Bourdieu, Algunas propiedades de los Campos, 1976)

El campo es un espacio de juego donde se establecen relaciones entre participantes en el orden de lucha (conflicto, lucha e intereses) entre los participantes.

(...) en cualquier campo encontraremos una lucha, cuyas formas específicas habrá que buscar cada vez, entre el recién llegado que trata de romper los cerrojos del derecho de entrada, y el dominante que trata de defender su monopolio y de excluir a la competencia. (Bourdieu, Algunas propiedades de los Campos, 1976)

Los agentes son los participantes del juego, por lo que pueden tener capacidad de luchar, crear, participar etc., no son sujetos estáticos, sino que tiene ciertos márgenes de maniobra. Su función es la lucha por un capital simbólico, ya que otorga legitimidad, prestigio y autoridad al agente que lo posee.

Un campo (...) se define, entre otras formas, definiendo aquello que está en juego y los intereses específicos, que son irreductibles a lo que se encuentra en juego en otros campos o a sus intereses propios (no será posible atraer a un filósofo con lo que es motivo de disputa entre geógrafos) y que no percibirá alguien que no haya sido construido para entrar en ese campo (cada categoría de intereses implica indiferencia hacia otros intereses, otras inversiones, que serán percibidos como absurdos, irracionales, o sublimes y desinteresados). Para que funcione un campo, es necesario que haya algo en juego y gente dispuesta a jugar, que esté dotada de los habitus que implican el conocimiento y reconocimiento de las leyes inmanentes al juego, de lo que está en juego, etcétera. (Bourdieu, Algunas propiedades de los Campos, 1976)

Los campos son dinámicos y producen una jerarquización entre quienes detentan el poder y aquellos que aspiran a tenerlo. Todos los campos y formas de capital están relacionados con formas de poder.

La estructura del campo es un estado de la relación de fuerzas entre los agentes o las instituciones que intervienen en la lucha o, si ustedes prefieren, de la distribución del capital específico que ha sido acumulado durante luchas anteriores y que orienta las estrategias ulteriores. Esta misma estructura, que se encuentra en la base de las estrategias dirigidas a transformarla, siempre está en juego: las luchas que ocurren en el campo ponen en acción al monopolio de la violencia legítima (autoridad específica) que es característico del campo considerado, esto es, en definitiva, la conservación o subversión de la estructura de la distribución del capital específico. (Hablar de capital específico significa que el capital vale en relación con un campo determinado, es decir, dentro de los límites de este campo, y que sólo se puede convertir en otra especie de capital dentro de ciertas condiciones. (Bourdieu, Algunas propiedades de los Campos, 1976)

Los campos son las configuraciones de clases o relaciones social sociales donde los grupos de unen y se relacionan, en este caso las personas con discapacidad en el campo del deporte adaptado.

El habitus como generador de cierto estilo de vida (deportivo) y el campo social (o el lugar de posicionamiento y desarrollo de estrategias de dominio), pasan por un necesario y justo tratamiento analítico. Así, Bourdieu concluye que:

Para comprender la distribución de la práctica de los diferentes deportes entre las clases, sería necesario toma en cuenta la representación que, en función de esquemas de apreciación y percepción que les son propios, las diferentes clases hacen de los costes (económico, cultural y físico) y los beneficios asociados a los distintos deportes; beneficios físicos inmediatos o diferidos (salud, belleza, fuerza, etc.), beneficios económicos y sociales (promoción social, etc.), beneficios simbólicos, inmediatos o diferidos, ligados al valor distributivo o proporcional de cada uno de los deportes considerados (Bourdieu, La distinción. Criterios y bases sociales del gusto, 2002)

Entonces concretamente podemos decir que el campo social a abordar en esta tesis es *el deporte adaptado*, ya que es un conjunto de relaciones sociales donde los capitales deben ser utilizados en el juego. Cuenta con sus agentes, (jugadores), reglas y estrategias, donde los capitales han de apostarse.

Los capitales según Bourdieu son los recursos puestos en juego en el campo social y pueden ser de cuatro tipos que se vinculan entre sí:

- ✓ Capital económico: El dinero y sus diversas expresiones (propiedades y bienes)
- ✓ Capital cultural: El conocimiento reflejado en documentos avalados por instituciones educativas (reconocimientos, títulos, certificados)
- ✓ Capital social: Redes de relaciones (contactos, clientes)
- ✓ Capital simbólico: Son ciertas propiedades impalpables, inefables y cuasi-carismáticas que parecen inherentes a la naturaleza misma del agente. Tales propiedades suelen llamarse, por ejemplo, autoridad, prestigio, reputación, crédito, fama, notoriedad, honorabilidad, talento, don, gusto, inteligencia, etc. Según Bourdieu, el capital simbólico así entendido “no es más que el capital económico o cultural en cuanto conocido y reconocido” (Bourdieu, Choses dites, 1987). En efecto, lejos de ser naturales o inherentes a la persona misma, tales propiedades sólo pueden existir en la medida en que sean reconocidas por los demás. Es decir, son formas de crédito otorgados a unos agentes por otros agentes. (Giménez, La sociología de Pierre Bourdieu, S/F)

Es así, que hemos de rescatar los elementos que permiten la correlación de capitales en los deportistas con discapacidad y de qué manera el deporte adaptado permite consolidar otros capitales y así empoderar una forma de vida autónoma a nivel personal y social en las diferentes actividades de la vida diaria.

El deporte adaptado es el campo donde las personas con discapacidad motriz invierten y producen capitales, su juego permite ganancias a nivel personal y social que los consolidan como sujetos productivos y capaces de manejar su vida en función de su bienestar y calidad de vida.

**CAPITULO III. INVESTIGACIÓN: EL DEPORTE ADAPTADO
COMO ELEMENTO QUE IMPULSA LA
AUTODETERMINACIÓN EN LAS PERSONAS CON
DISCAPACIDAD**

III.I. Planteamiento del problema

Desde épocas remotas, la población con discapacidad en el mundo, ha tenido que enfrentar un sinnúmero de situaciones donde las adversidades han sido una constante, ya que comenzando con el hecho de que no se les ve como iguales, sino más bien como un “ellos, aquellos” remite a una revisión histórica en la cual se les considero como los otros.

Pasando desde sujetos peligrosos y/o inútiles para la sociedad, al grado de prescindir de su existencia debido a el prejuicio de inutilidad y miedo, hasta por aterradores, graciosos o inofensivos, blanco de agresiones, burlas, incomprensión y exclusión. También se han visto como seres expuestos a la caridad de la sociedad; eternos dependientes de otros, bajo control constante y sujetos a la determinación, juicio y criterio de los especialistas que los intentan curar, quienes enfatizan el déficit e intentan procedimientos médicos y psiquiátricos para que las personas con discapacidad pudieran lograr ser como el común de la gente. Estas visiones de abordaje de la discapacidad remiten a revisar la dependencia como una característica culturalmente interiorizada de la discapacidad.

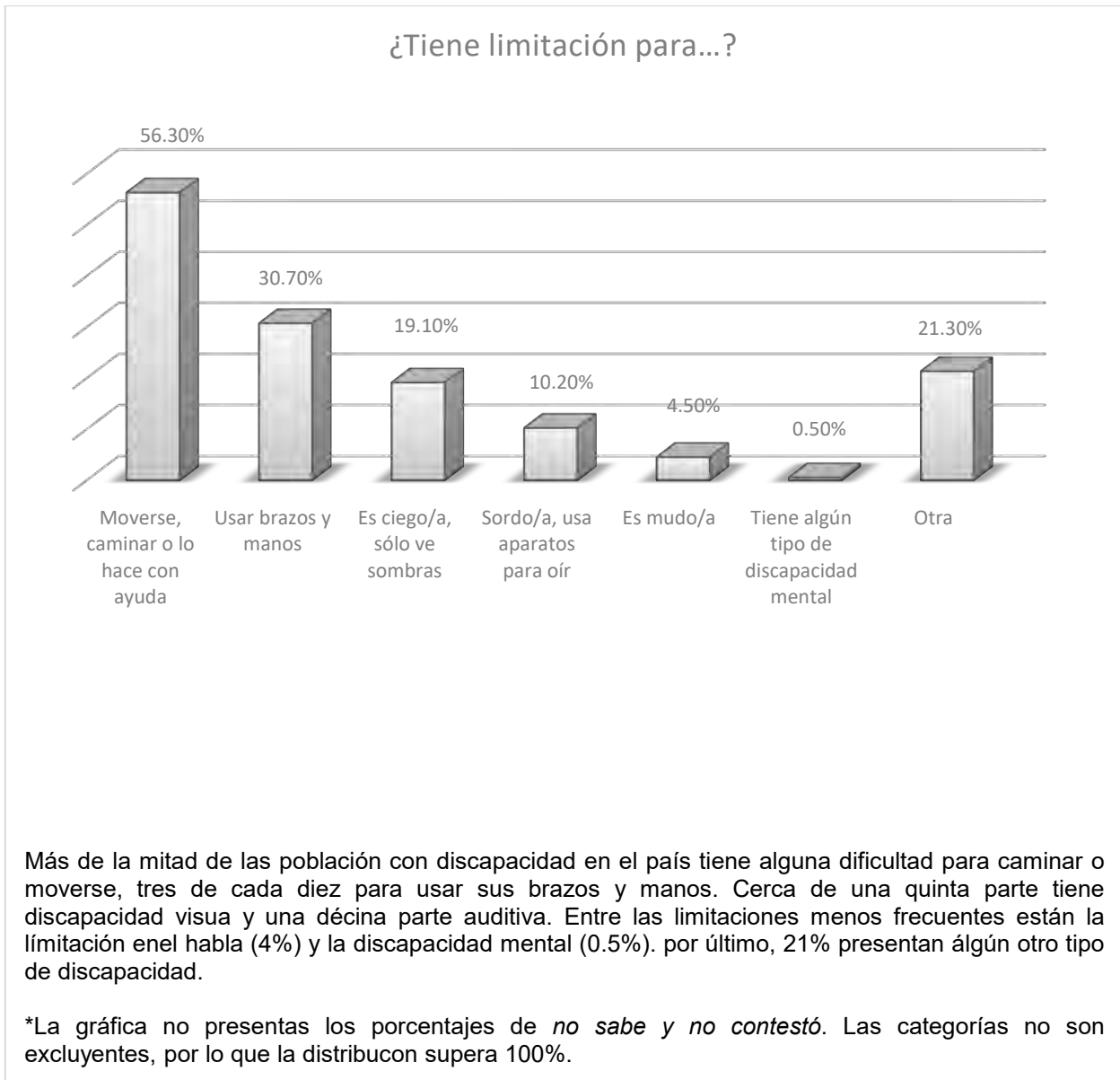
Ante las estadísticas actuales, podemos decir que las personas con discapacidad son un grupo social que va en aumento. Siendo más de mil millones de personas con algún tipo de discapacidad en el mundo, donde casi 200 millones experimentan dificultades considerables en su funcionamiento (Salud & Mundial, Resumen de Informe Mundial sobre la Discapacidad, 2011) y en el caso de México el colectivo de personas con discapacidad giraba en un aproximado de más de 5 millones 739 mil 270, representando el 5.1% de la población total (INEGI, 2010).

Ahora bien, para el año 2014 se presentó el aumento hasta el 6% (7.1 millones) en la prevalencia de personas con discapacidad en México.

En el 2014, según los resultados de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, hay en México cerca de 120 millones de personas. De ellos, casi 7.2 millones reportan tener mucha dificultad o no poder hacer alguna de las actividades básicas por las que se indaga (personas con discapacidad), alrededor de 15.9 millones tienen dificultades leves o moderadas para realizar las mismas actividades (personas con limitación) y 96.6 millones de personas indican no tener dificultad para realizar dichas actividades. Esto significa que la prevalencia de la discapacidad en México para 2014 es de 6 por ciento. (INEGI, 2015, pág. 2)

A partir de los datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática, a través de Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. ENADIS 2010. *Resultados sobre las personas con discapacidad* (figura 7) (INEGI, 2012) y la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014 (figura 8) (INEGI, 2014), nos presentan que las personas con discapacidad motriz son la parte más amplia de este grupo poblacional de manera constante.

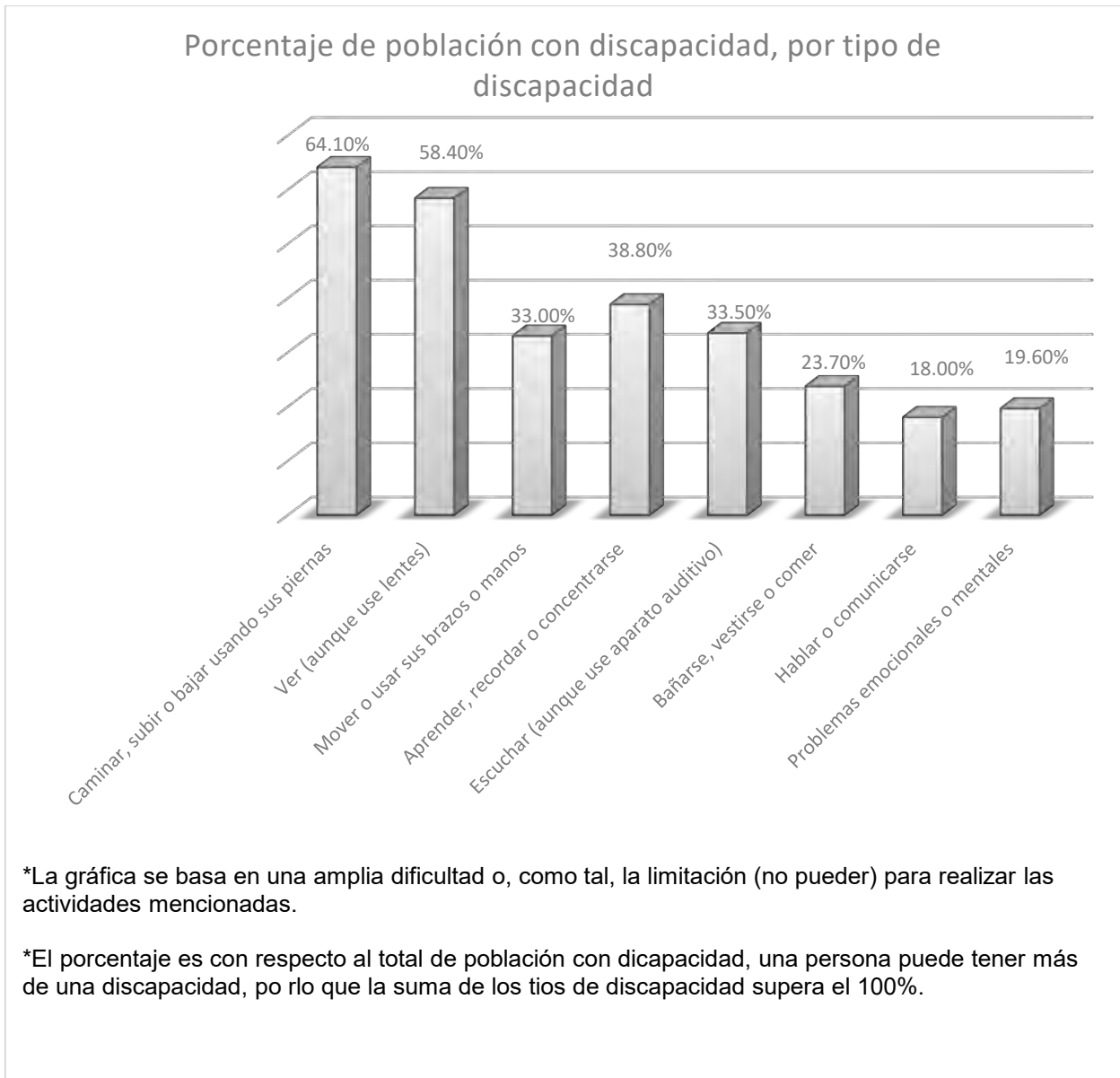
Figura 7. Limitación específica de la población con discapacidad



Fuente: Modificado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. ENADIS 2010.

Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 56.

Figura 8. Estadísticas de 2014



Fuente: Retomado de INEGI- ENADID 2014, dentro de Estadísticas a propósito del... Día Internacional de las Personas con Discapacidad 2015.

Es así que, si revisamos la lógica de la motricidad, las actividades mencionadas que entran en el tipo de discapacidad motriz son las que involucran desplazamiento, movilidad y agarre, donde los casos específicos engloban a las personas que les cuesta mucho trabajo realizar dicha actividad o de manera absoluta no pueden concretarlas ya sea por ausencia de extremidades o por inmovilidad por cuestiones de interrupción en los neurotransmisores o una lesión permanente en la columna.

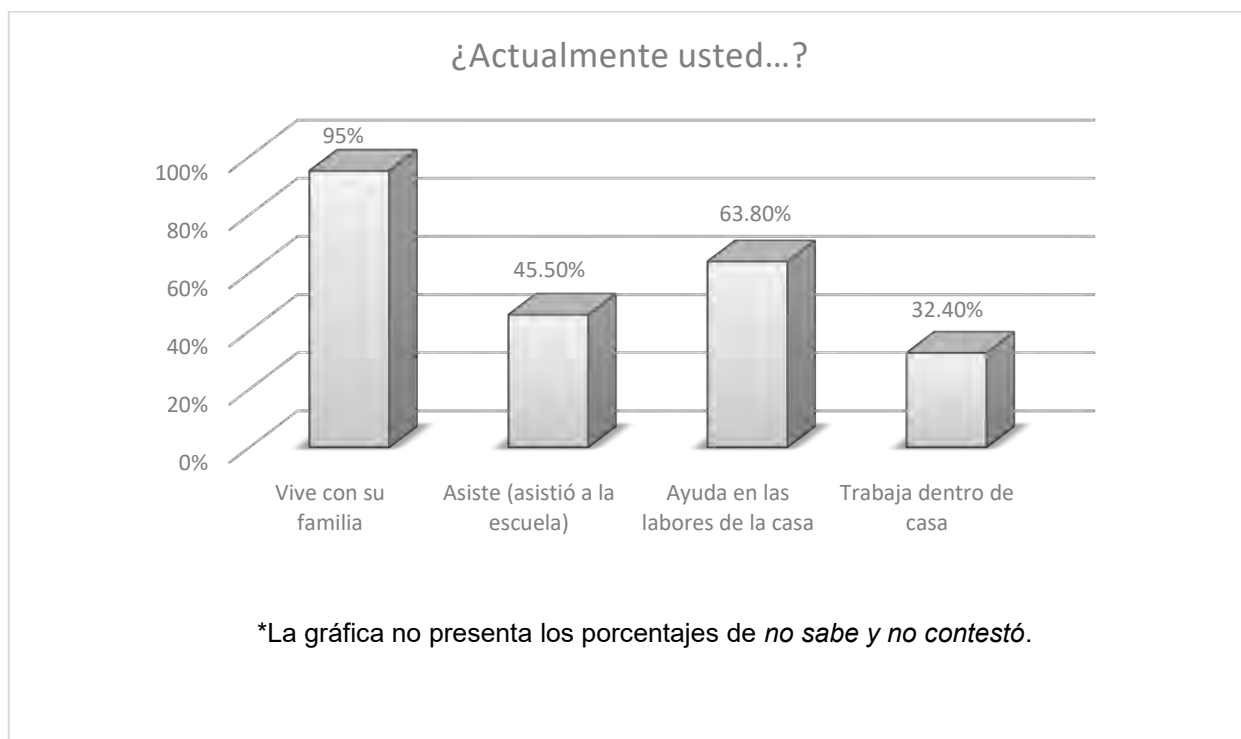
En definitiva, los apartados; caminar, subir, bajar usando sus piernas/ mover o usar brazos o manos/ bañarse, vestirse o comer son criterios representativos directamente relacionados con la discapacidad motriz, ya que tres de los ocho permiten la identificación de las personas con discapacidad, por ello dicha base estadística nos dice que la discapacidad motriz es el tipo más identificado y con mayor número de personas registradas oficialmente en nuestro país.

Ahora bien, centrando la problemática en las personas con discapacidad motriz, existen diversas circunstancias que complejizan la relación con el mundo físico y social, ya que ante las constantes barreras físicas los espacios se viven como inaccesibles por las características predominantemente diseñadas para las personas sin discapacidad, donde las barreras condicionan las oportunidades de acceso a actividades relacionadas con la educación, el empleo, salud (ejercicio de derechos) así como a servicios.

Respecto a estas situaciones retomamos gráficas del Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación junto con el Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad (2012), que permiten ilustrar algunas de las situaciones mencionadas.

En la figura 9, se hace referencia a la situación de espacios y actividades en el hogar.

Figura 9. Aproximación general de las personas con discapacidad



Fuente: Modificado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010. Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 57.

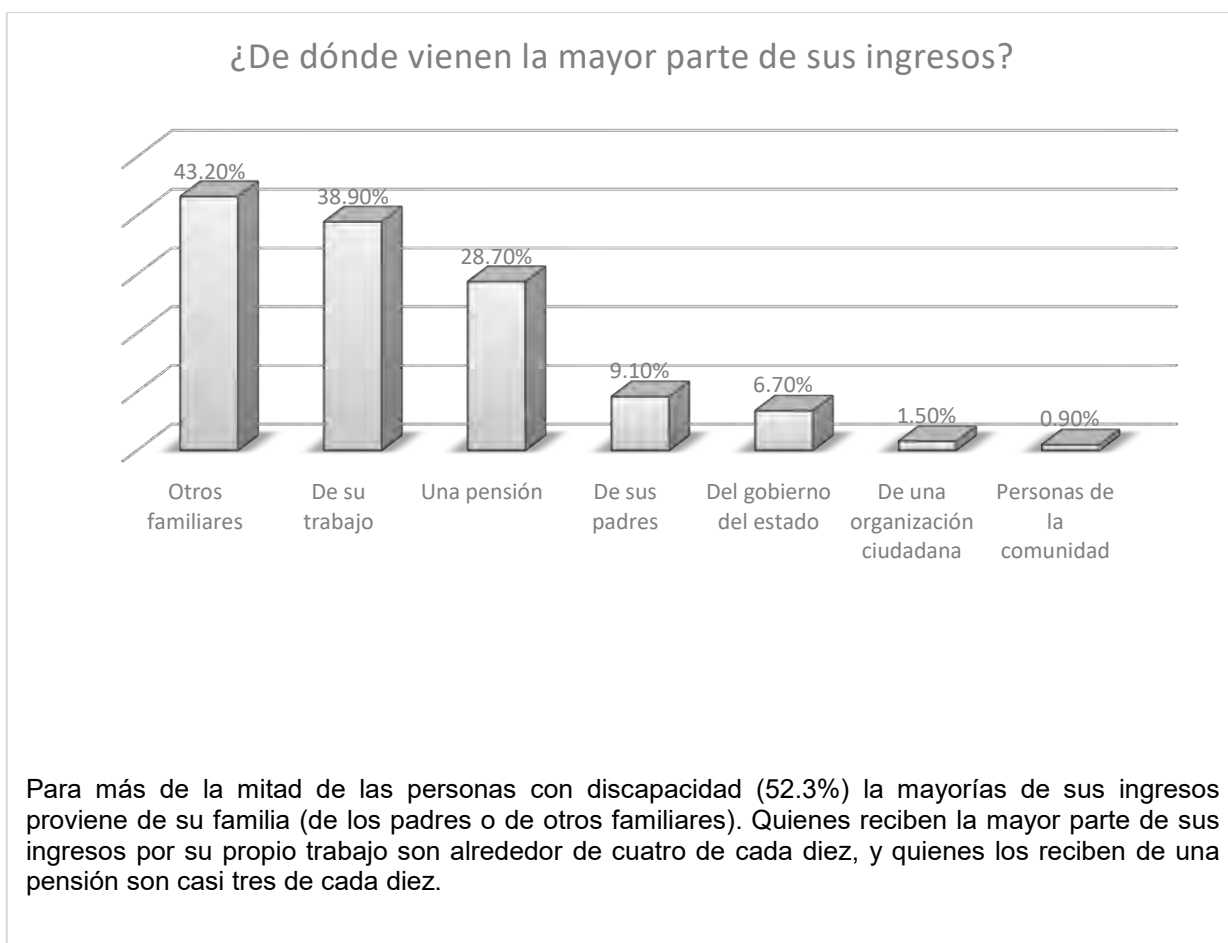
La red principal de todo ser humano es la familia, sin embargo, también es una realidad que las personas con discapacidad tienden a permanecer bajo los *vínculos familiares*, puesto que *brindan tanto apoyos emocionales como ayudas económicas, además de que constituyen una red de contención social prioritaria ocupada de compensar –no siempre con éxito– las carencias sociales que debe enfrentar el integrante con discapacidad* (Venturiello, 2009).

Las personas con discapacidad presentan una condición de vida ligada a los espacios de residencia familiar. Las llamadas *familias con discapacidades*, son una conceptualización con el propósito de subrayar que, por encontrarse entre los seres más allegados a la persona con discapacidad, esas familias deben incluir las necesidades desatendidas de esa persona en las estrategias familiares (Verdugo Alonso M. , 2004) Es así que esta situación se enlaza con las cuestiones directamente

derivadas de las posibilidades de ser personas productivas y económicamente responsables.

En la figura 10, las personas con discapacidad manifiestan el origen de sus ingresos.

Figura 10. Origen de ingresos de las personas con discapacidad



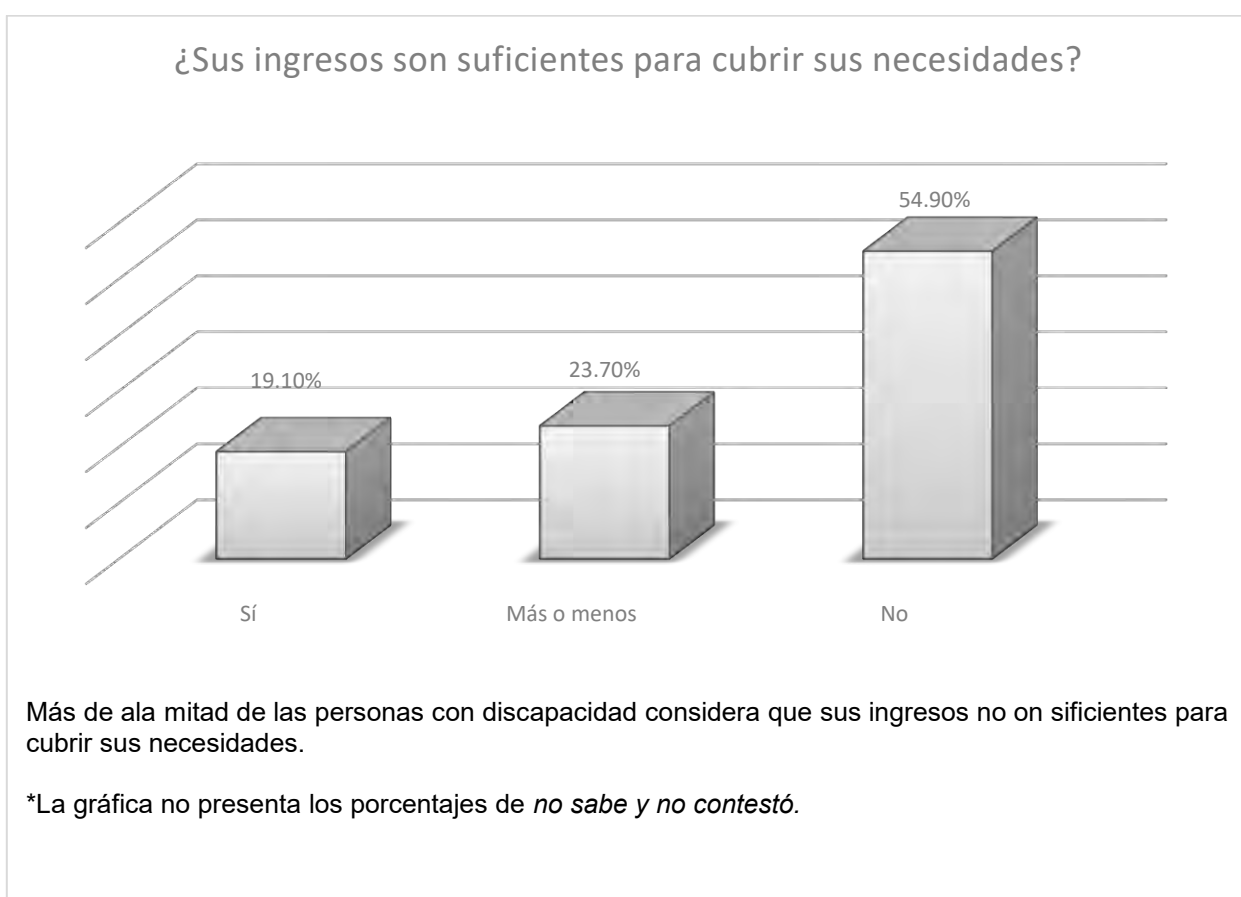
Fuente: Modificado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010. Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 58.

La familia, como ya se había mencionado, suele absorber las carencias del entorno, trata de cubrir consecuencias ante la desigualdad de oportunidades y las trabas sociales como la discriminación. Ante ello, una de las que más salta a la vista, es el desempleo, ya que, de diez personas con discapacidad, solo cuatro de ellas manifiestan contar un trabajo y que dicha actividad cubre la mayor parte de sus

necesidades, no obstante, más de la mitad de los entrevistados informan que su situación económica suele ser cubierta en mayor parte por algún familiar. Por lo tanto, la mayor parte de las personas con discapacidad dependen económicamente, de alguien (familia, institución, gobierno).

Estas aseveraciones toman fuerza con los datos de la figura 11, ya que los ingresos (independientemente del origen) no son suficientes para cubrir sus necesidades.

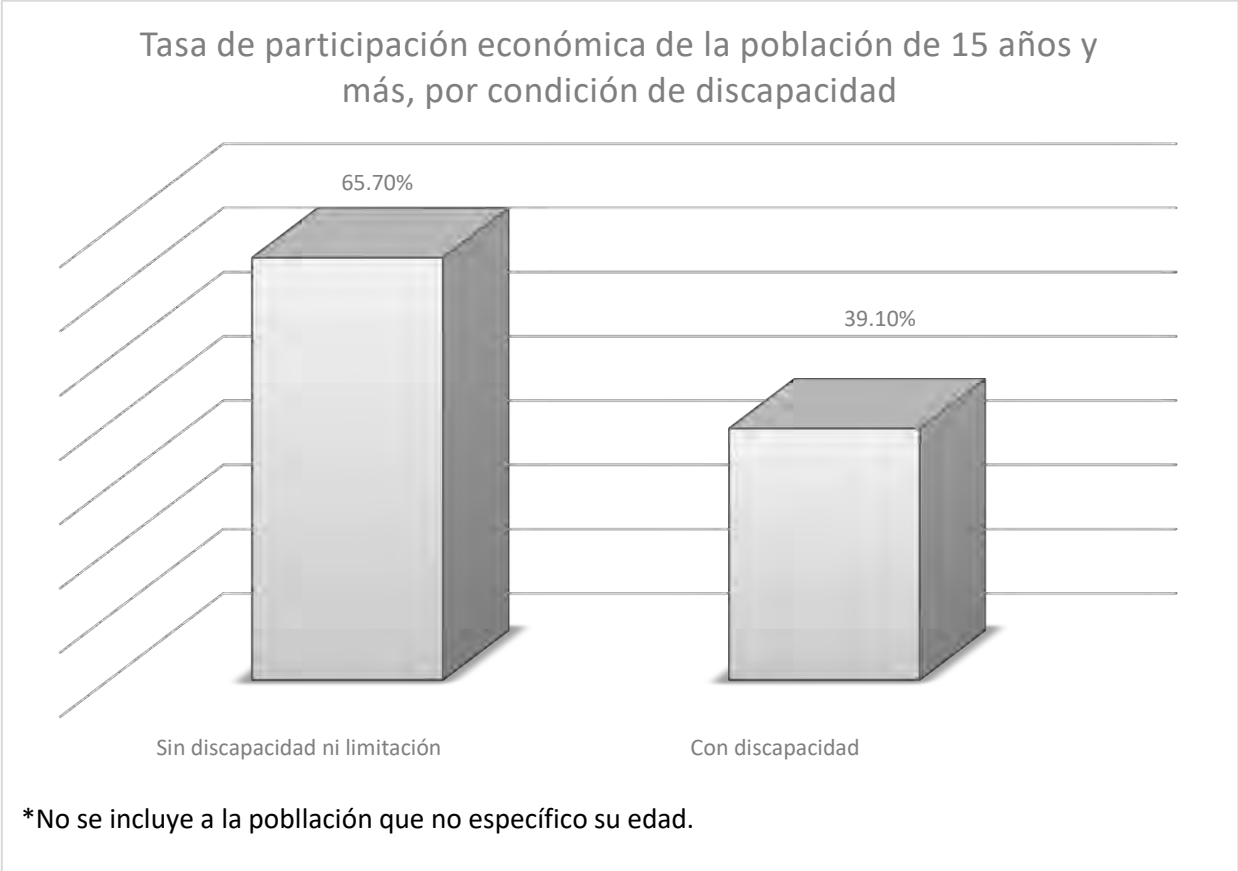
Figura 11. Insuficiencia de los ingresos



Fuente: Retomado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010.
Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 59.

De esta manera por medio de la figura 12, aludimos concretamente a la participación económica de la población con discapacidad.

Figura 12. Participación económica de las personas con discapacidad 2014

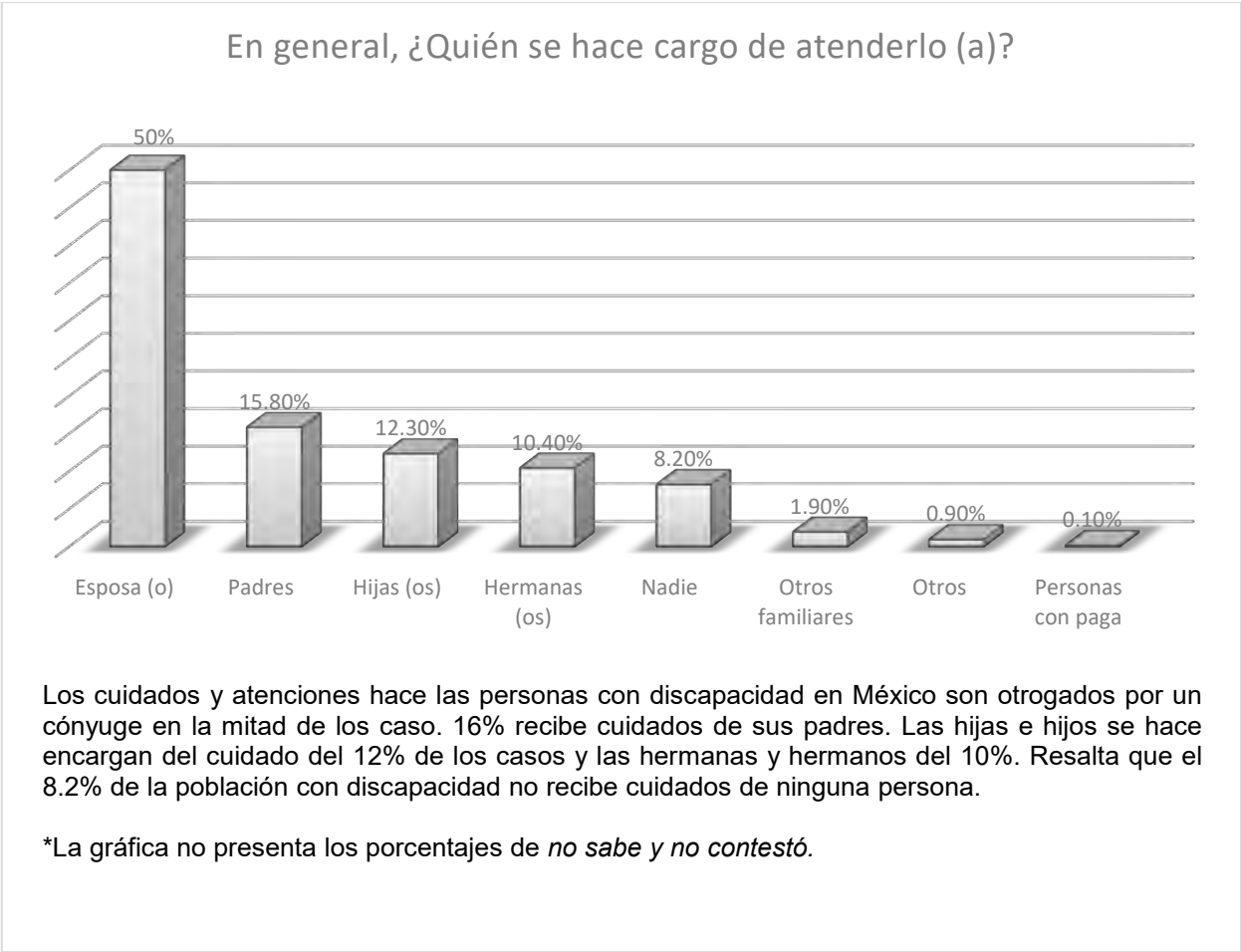


Fuente: Retomado de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014. Pág. 61.

Esta cuestión es enunciada por dicho estudio como la posibilidad de *importantes pérdidas de potenciales ingresos para los hogares en los que residen personas con discapacidad* (INEGI, 2016). Presentar discapacidad dificulta ingresar a la población económicamente activa en México. En consecuencia, la relación entre estas últimas tres gráficas habla de grado de vulnerabilidad, sobre todo en el área económica, donde de manera directa repercute en la interdependencia de los derechos (ejercer o no un derecho, repercute en el ejercicio de otros), al ser vulnerado este derecho, el derecho a la vivienda, a la alimentación o la salud se ven perjudicados o beneficiados según sea el caso.

Ahora bien, en la figura 13 se muestra que la relación de pareja crea una dinámica en la que la responsabilidad principal ante la discapacidad es de la esposa o esposo. La mitad de las personas entrevistadas consideran necesitar la ayuda de otros para algunas de sus actividades diarias.

Figura 13. Personas cuidadoras de las personas con discapacidad

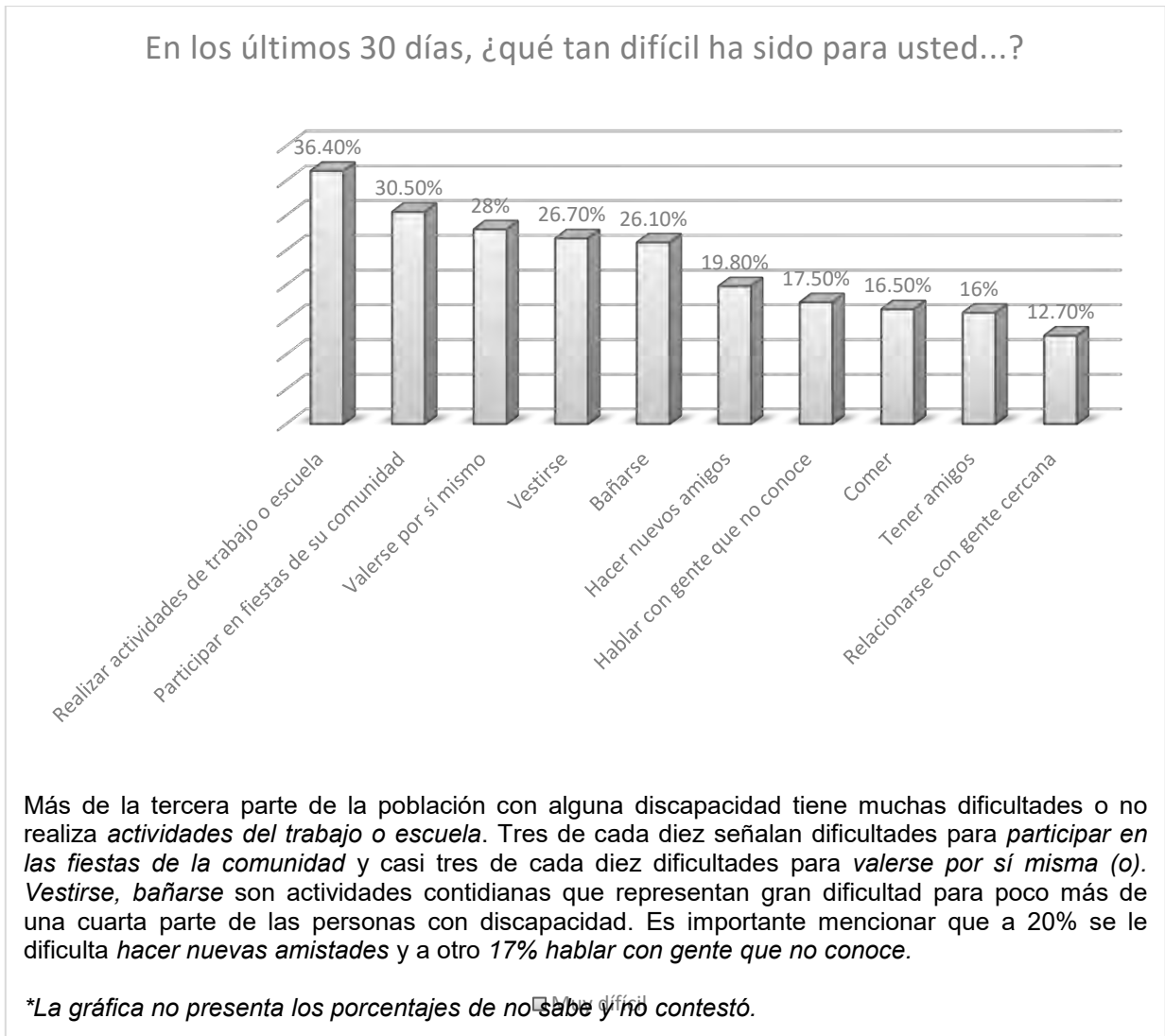


Fuente: Modificado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010. Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 66.

Querejeta (2004) menciona que para concretar dependencia en una persona debe de existir una rutina de vida donde la constante sea la *limitación en la actividad*, más la suma del factor *ayuda* para poder concretar actividades.

En la figura 14 se logra visualizar que dichas actividades de la vida diaria incluyen desde las cuestiones de convivencia y participación social, así como ejercer una actividad laboral o escolar, además de aquellas que se realizan en la dinámica de un hogar respecto a la higiene personal.

Figura 14. Dificultad en actividades de la vida diaria

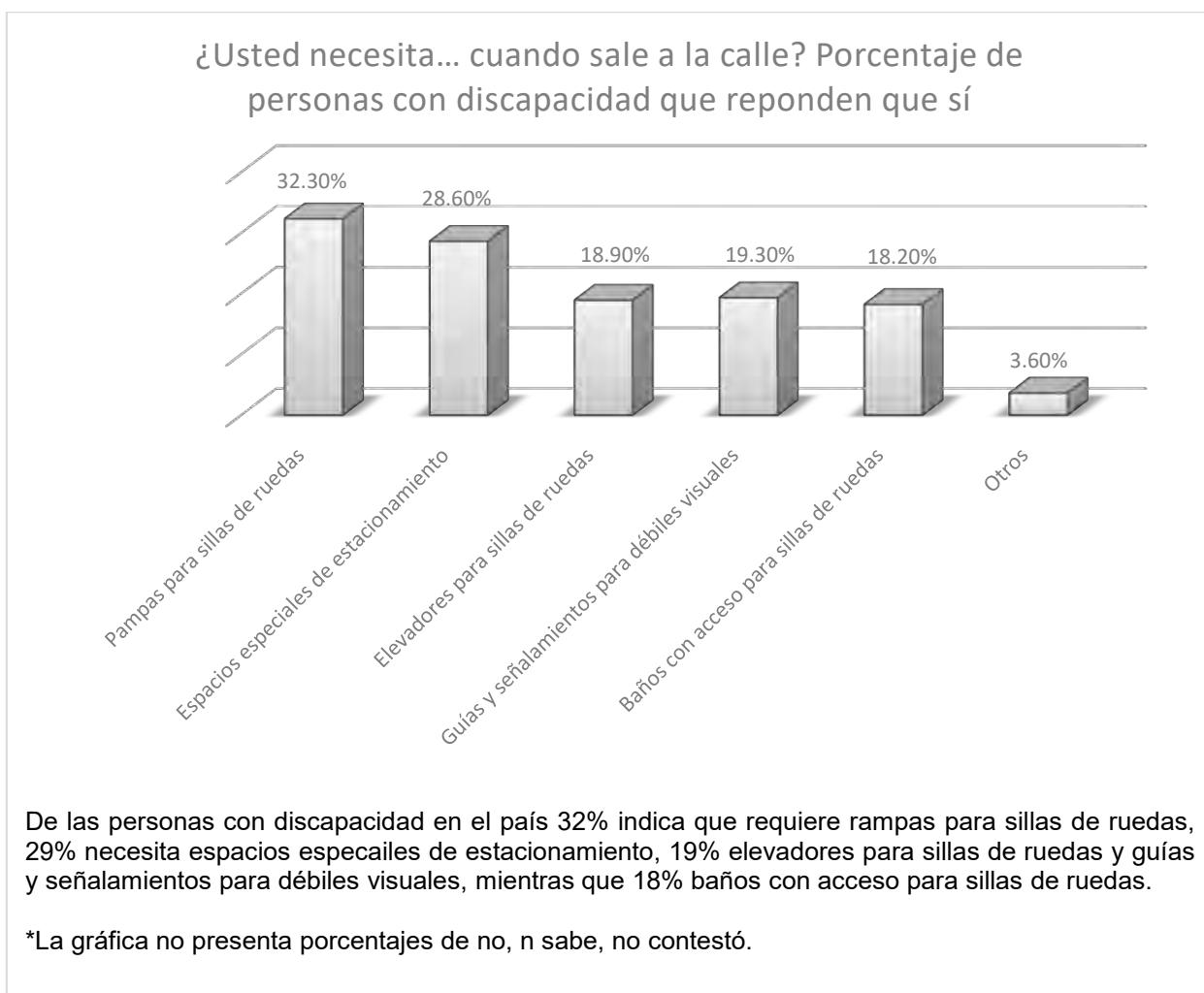


Fuente: Modificado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010. Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 67.

Relacionarse es un proceso social y psicológico que se ve favorecido por cuestiones de accesibilidad (entorno) y aceptación de los otros. Ahora bien, si los espacios de convivencia no cuentan con elementos de accesibilidad y la persona con discapacidad, en este caso motriz, no cuenta con las ayudas técnicas adecuadas, los encuentros para la socialización pueden verse truncados.

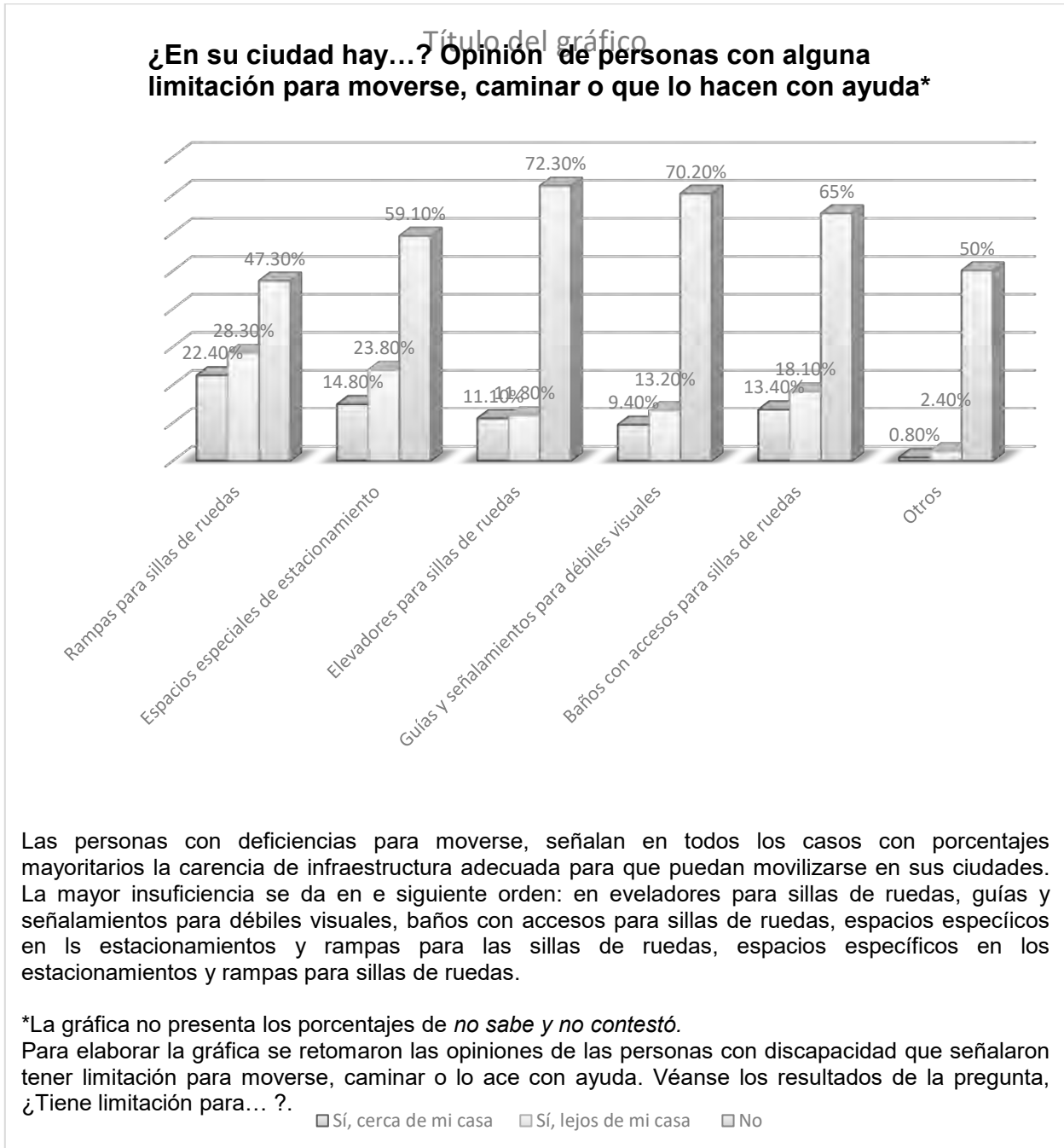
Las personas con discapacidad motriz ocupan adaptaciones de accesibilidad como elementos que le permiten desenvolverse de una mejor manera en sociedad. Es así que nos es importante rescatar en las figuras 15 y 16 aspectos relacionados con la accesibilidad en los entornos.

Figura 15. Necesidades arquitectónicas básicas



Fuente: Modificado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010.

Figura 16. Necesidades arquitectónicas básicas para personas con discapacidad motriz

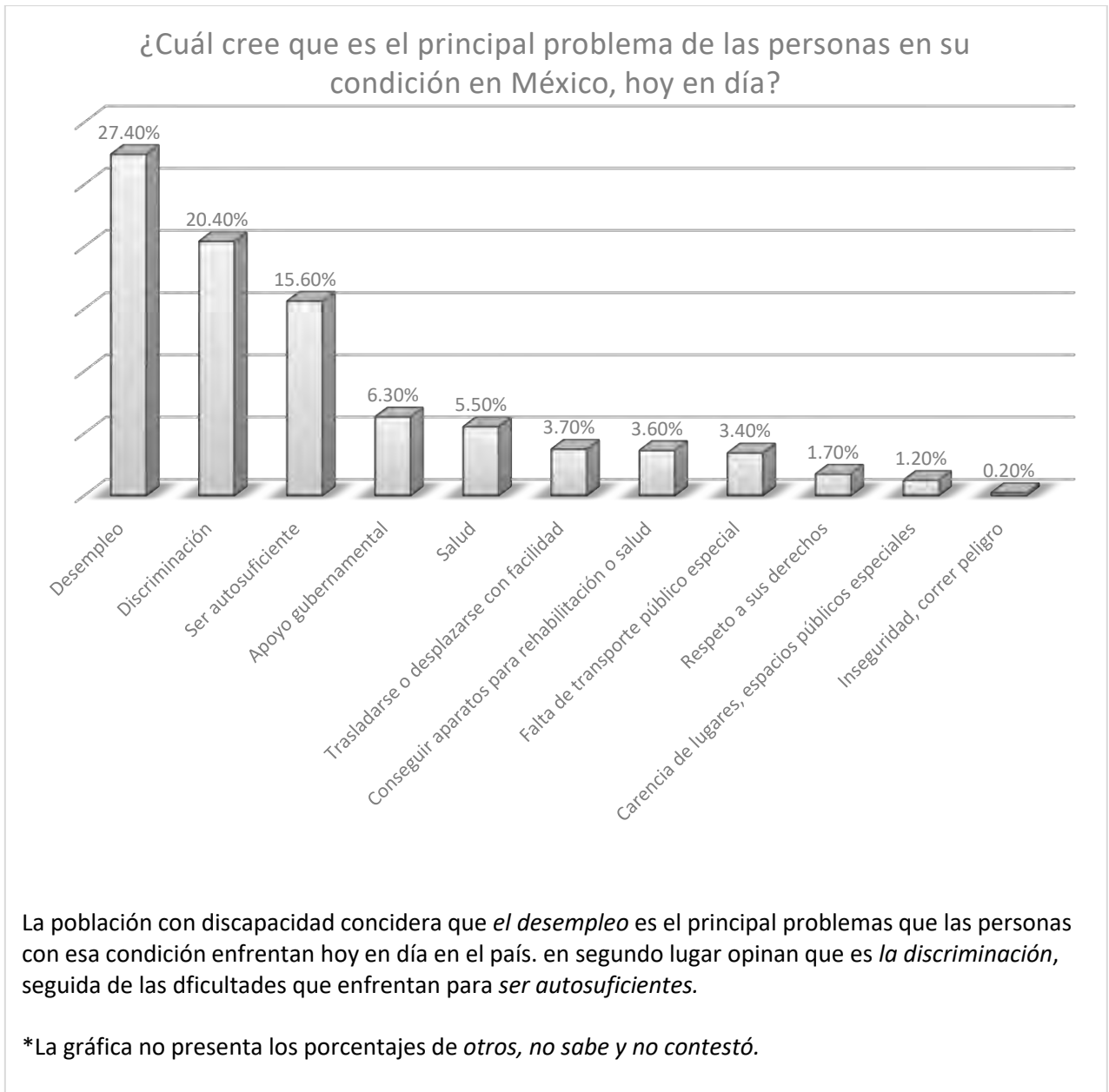


Fuente: Retomado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010.
 Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 72.

Todos los elementos mencionados en las dos figura anteriores, permiten el desplazamiento digno de las personas con discapacidad motriz, para el goce pleno de los espacios por propia cuenta y facilitando su proceso de autodeterminación, pero en el momento en que notamos que los porcentajes más altos se sustentan bajo la ausencia de los mismos (baños adaptados, elevadores, señalamientos, espacios de estacionamiento y rampas), complican en amplio grado la posibilidad de que sean las propias personas las que se desplacen y tomen decisiones sobre su dinámica de vida (a donde ir, porque medio llegar, cuánto invertir en el trayecto) de una forma digna y sobre todo autónoma.

Consecuentemente en la figura 17, hemos de constatar la opinión de las personas con discapacidad respecto a los principales problemas que ellos viven a diario por su condición.

Figura 17. Principales problemas que afrontan las personas con discapacidad

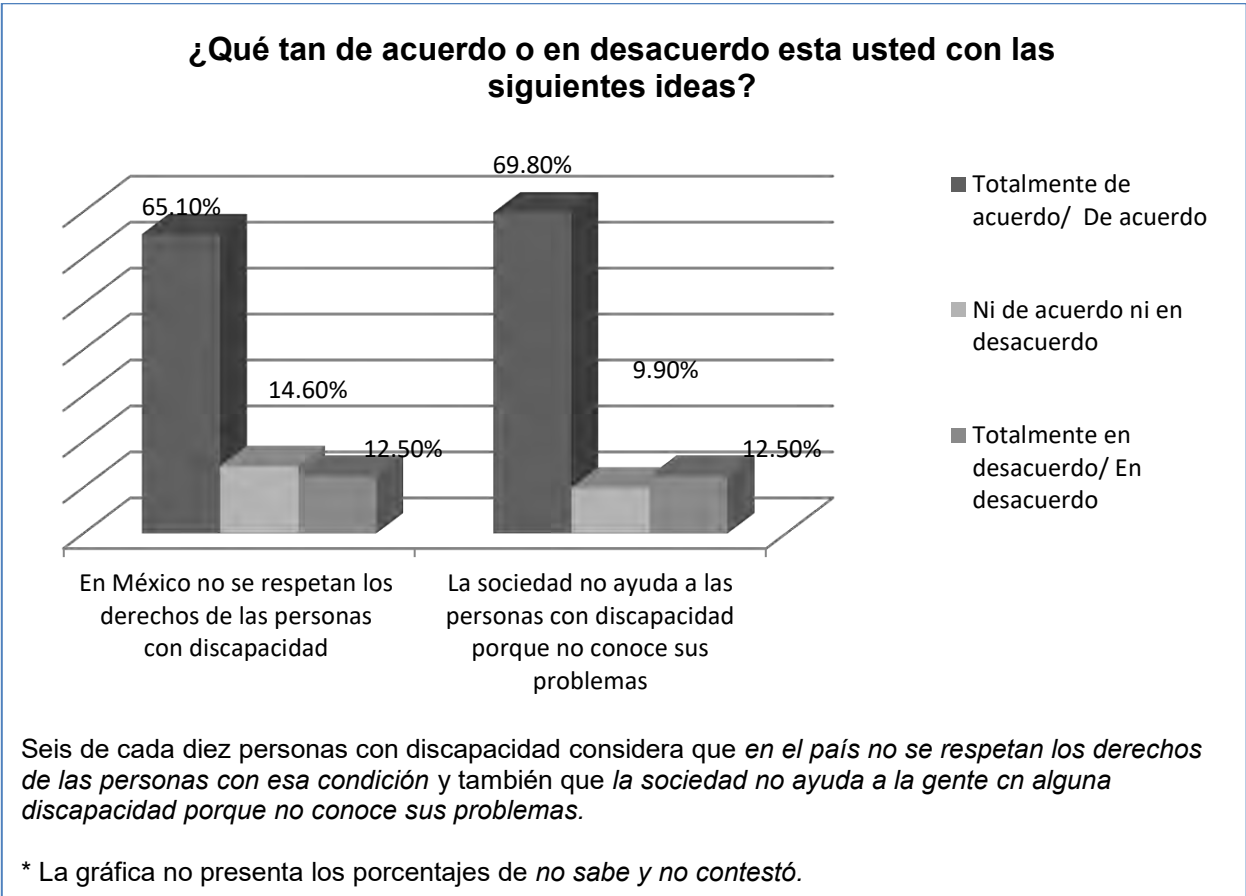


Fuente: Retomado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010.
Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 73.

Ser autónomos lo ven como una de las tres cuestiones más difíciles de llevar a cabo en la vida, por ello es importante abordar las opciones que permitan empoderar a las personas con discapacidad como sujetos social e históricamente responsables de sus propias vidas.

La mayor parte de las propias personas con discapacidad en México, perciben un panorama en donde no se respeta los derechos de las personas con discapacidad y, sobre todo, la sociedad no aporta a la compensación de la limitación porque no conoce los problemas que se derivan de estas condiciones, lo dicho se ve reflejado en la figura 18.

Figura 18. Respeto a los Derechos de las Personas con discapacidad



Fuente: Retomado de la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México. Enadis 2010. Resultados sobre las personas con discapacidad. Pág. 74

Ser parte de una sociedad que se mantiene al margen de los problemas y necesidades de un grupo poblacional del cuál ninguna personas se encuentra exenta de formar parte en cualquier momento de la vida (ya que los factores de riesgo para adquirir una discapacidad hasta hoy día siguen siendo enfermedades, violencia, fenómenos naturales, edad avanzada, negligencias médicas, accidentes automovilísticos, etc.),

habla de la urgencia de que los propios sujetos asuman que, más que necesitar de los otros para desarrollarse, pueden ir aportando a la par, cada vez más (porque hasta ahora ya no han hecho), con una sociedad que poco a poco intenta contribuir a la inclusión social.

Como consecuencia de la ausencia de la autodeterminación, tenemos presente que una situación recurrente para el grupo de las personas con algún tipo de discapacidad es la dependencia. En cuestión de conceptualización del término tenemos que:

La dependencia es el estado en el que se encuentra una persona que necesita ayudas o asistencia para realizar las actividades de la vida diaria. Suele afectar principalmente a personas mayores o con algún tipo de discapacidad permanente. Actualmente se promueven políticas para aumentar el nivel de autonomía, tanto de las personas dependientes como del entorno familiar que se hace cargo de su cuidado. (Salud F. d., 2017)

La relación entre *condición física más ayuda* (factor contextual) nos *da como resultado un tipo de dependencia* (limitación en la actividad + ayuda = dependencia). Entonces referimos que la dependencia está directamente relacionada y surge a partir de una condición de discapacidad, pero hay condiciones humanas con discapacidad que no necesariamente derivan en una dependencia (Querejeta González, 2004).

Las barreras físicas y sociales tenemos que rescatar que la dependencia es uno de los procesos sociales conocidos de manera genérica como una situación que puede verse limitada en algún grado de capacidad y participación, lo que influye en las posibilidades para realizar actividades de la vida diaria.

Querejeta aplica lo establecido en la Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y de la Salud (2001) para definir que la dependencia es:

La situación en la que una persona con discapacidad, precise de ayuda, técnica o personal, para la realización (o mejorar el rendimiento funcional) de una determinada actividad.

La dependencia, al igual que la discapacidad, es un hecho universal que afecta en mayor o menor medida a todos los individuos en ciertos momentos de su existencia (Querejeta González, 2004, pág. 19)

Las personas dependientes van en aumento por cuestiones de enfermedad, ya sea física o mental, además de los grados de marginalidad física y social (Durán Heras, 2004).

Esta situación es básicamente caracterizada por un estado ligado a la falta o la pérdida de autonomía física, psíquica o intelectual de personas que tienen necesidad de asistencia y/o ayudas importantes a fin de realizar los actos corrientes de la vida diaria. Por ello reafirmamos que todas las personas dependientes o susceptibles de llegar a serlo (independiente de cuestiones de raza, convicción filosófica, la naturaleza, origen y discapacidad) deben de participar y ser conscientes de que dependiendo del grado de severidad de su estado *tienen derecho a la asistencia y ayuda requerida para poder llevar una vida conforme a sus capacidades reales y potenciales, al nivel lo más elevado posible para cada uno. En consecuencia, ellas tienen que tener acceso a servicios de buena calidad y a las tecnologías más adaptadas* (Europa, 1998).

Es así que comenzamos a engarzar la cuestión de dependencia con la autonomía, no como contradicción sino como respuesta, ya que al visualizar las capacidades reales y potencializarlas en las personas con discapacidad motriz, la consecuencia podría desencadenar escenarios de vida más autónomos.

La situación de dependencia y autonomía personal son conceptos distintos íntimamente ligados.

La situación de dependencia implica siempre un déficit de autonomía personal, en mayor o menor grado.

Las medidas dirigidas a las personas en situación de dependencia tienen como objetivo la prevención del agravamiento de dicha situación, la promoción de aquella autonomía personal que conserva la persona afectada, y la proporción de los elementos necesarios para superar el déficit de autonomía.

También dentro de las políticas sociales se debe contemplar la prevención de la situación de dependencia dirigida al conjunto de la población, y más especialmente a los colectivos de riesgo, para evitar la pérdida de autonomía o retrasar en lo posible su aparición. (Balbontín López-Cerón, 2011)

Impulsar los medios para potencializar la autonomía de las personas con discapacidad es un aporte importante para la consolidación de escenarios incluyentes, el cual es uno de los fines sociales.

En las bases del Trabajo Social, Habermas (1988) indica que una actitud crítica es la base en la construcción de conocimiento en las ciencias sociales. La emancipación es un interés basado en la lógica de la comunicación, pero potenciando la capacidad de autorreflexión del sujeto, por lo que aplicado a la profesión tenemos claro que el Trabajador Social no impone, no domina, sino que facilita que el sujeto sea capaz de autodeterminarse, de potencializar su autonomía propia para que los sujetos se independicen de las relaciones de dependencia que pueden presentarse en su contexto. Por ello, el conocimiento en Trabajo Social basa sus aportes en la comprensión y la intersubjetividad con el objetivo que, a partir de la experiencia de los sujetos, se logre orientar un conocimiento con referentes teóricos sólidos para fundamentar su autodeterminación.

III.I. Justificación

Construir sujetos sociales e históricamente responsables es referir al proceso de tránsito al cambio social, es una aseveración de la cual parte este trabajo, ya que “Trabajo Social es una profesión y disciplina que imagina, propone y diseña –siempre con la participación de los diversos sujetos- procesos de cambio social que inciden en situaciones- problema de individuos y colectivos en sus interrelaciones y el orden social, en un momento determinado”. Señalando así que, nuestras acciones emanan de lo social y se dirigen a lo social, desde una perspectiva interdisciplinaria (Tello Peón & Ornelas, 2016).

El aporte es de tipo Etnográfico sobre la situación de las personas con discapacidad motriz que practican un deporte adaptado y que desde la voz de los protagonistas analizaremos a relación de este campo con las posibilidades que brinda a su propio proceso de autodeterminación.

Primeramente, mencionaremos que la discapacidad ha sido un tema de atención, abordaje y acciones sociales por el inminente crecimiento a nivel mundial de la población con algún tipo de esta condición.

Según el censo más actual respaldado por la Organización Mundial de la Salud, a nivel mundial existen más de mil millones de personas con algún tipo de discapacidad, un aproximado del 15% de la población mundial, donde dos de las principales causas son el envejecimiento de la población y el aumento de la prevalencia de enfermedades crónicas.

Ahora bien, si la discapacidad hoy día es considerada un problema de salud pública, también hemos de considerar la importancia del abordaje social del mismo.

Entonces, para poder comprender este punto de partida motivado por la práctica de un deporte adaptado, en el cual se parte de las capacidades de los sujetos, es vital mencionar dos concepciones sobre autodeterminación.

El Modelo Social o de Derechos, es el paradigma que contempla la responsabilidad social ante las situaciones de exclusión, marginación, y dependencia de las personas con discapacidad. Sustenta que las causas y las consecuencias tiene que ver con dinámicas sociales arraigadas en la diferencia como algo fuera de la norma, y, por lo tanto, menospreciada, donde la inclusión es primicia desde todos los ámbitos sociales, sobre todo en cuestión de derechos y el acceso a servicios, para asegurar que las necesidades de las personas con discapacidad sean cubiertas dentro de nuestra sociedad.

De este modo, partiendo de la premisa de que toda vida humana es igualmente digna, desde el modelo social se sostiene que lo que puedan aportar a la sociedad las personas con discapacidad se encuentra íntimamente relacionado con la inclusión y la aceptación de la diferencia. (Palacios Rizzo, 2008)

Entonces, la discapacidad desde el Modelo Social es una cuestión de acceso a las oportunidades y derechos que en sociedad cualquier persona puede ejercer, y uno de ellos, es el derecho al deporte (Artículo 30 de la Convención de los Derechos de las Personas con discapacidad).

Alejandrina Zamora, representante de deporte adaptado en la UNAM, en la conferencia “Rompiendo paradigmas del deporte adaptado”⁸, nos menciona que el deporte adaptado es el término se les da a todos los deportes que practican las personas con discapacidad, porque están adecuados en algunas reglas y algunas circunstancias dependiendo la discapacidad de la persona. Estos deportes parten de considerar capacidad que tiene la persona y el gusto por el mismo, como una oportunidad, que en un espacio físico adaptado posibilita la potencialización de habilidades y capacidades humanas, posicionándolas en espacios inclusivos, con

⁸ La conferencia “Rompiendo paradigmas del deporte adaptado” fue una iniciativa de la Dirección General de Tecnologías de Información y Comunicación de la UNAM, 2013.

actividades productivas, siendo más autónomas, dignas; un desarrollo en igualdad de condiciones.

Por ello, el deporte en la vida de las personas con discapacidad puede verse como un impulsor de su propio proceso de autodeterminación.

Para establecer parámetros iniciales en la concepción de la autodeterminación desde las ciencias sociales, hemos de referir a Hugo Zemelman y su concepción de ser autodeterminado.

Ser hombre es serlo todos los días, para todos los días, estar recién llegado, pero no como metáfora sino como manifestación de esfuerzo de que podemos y queremos dar a nuestra existencia un significado histórico: estar siendo desde lo inagotable de la relación con los otros, para los otros y desde los otros, de manera que el pensamiento permanezca abierto a las posibilidades de nuevas rearticulaciones entre voluntad y tendencia, así como a las posibilidades de diversas voluntades según la naturaleza de los espacios para emerger como sujeto. (Zemelman, 2002)

El reconocimiento de sí mismo como un sujeto, es una construcción histórico-social que engloba valores, posibilidades, voluntad, deficiencias (límites propios) y necesidades en un momento histórico. Entonces se ha de considerar todo esto para el éxito o no del proceso mismo de nuestra autodeterminación.

Procesos personales de auto-inclusión (auto implicación surgida de la autodeterminación) son crearse a sí mismo las posibilidades de autonomía de vida, sobre todo en las personas con discapacidad, y en este caso específico de la condición motriz con base en su contexto.

Como ya se mencionó anteriormente, la autodeterminación es una capacidad desarrollada en las personas para la toma de decisiones, hacer elecciones y ser responsable de las mismas. Ser considerada una persona autodeterminada es referirnos a un sujeto que ha aprendido a partir de sí mismo y con los otros a ser el protagonista de sus decisiones y de la calidad de su vida. (López Fraguas, Marín González, & De la Parte Herrero, 2004). Field, Martin, Miller, Ward y Wehmeyer (1998) nos menciona que la autodeterminación es una combinación de habilidades,

conocimiento y creencias que posibilitan al sujeto a comprometerse en una conducta autónoma, autorregulada y dirigida a meta. Para poder identificar que existe autodeterminación es importante la comprensión de las fuerzas y limitaciones de cada uno, junto con la creencia de que se es capaz y efectivo. Dando pauta a acciones basadas en estas habilidades y actitudes, y así visibilizar la capacidad para tomar el control de sus vidas y asumir el papel de adultos plenos y exitosos donde los componentes son la elección, toma de decisiones, establecimiento y logro de metas, resolución de problemas, autoconciencia, autoevaluación, auto-observación, autorrefuerzo, autodefensa y relaciones con otros.

Al entender a la autodeterminación como una capacidad, hemos de considerar la importancia de este proceso de la persona al exterior, lo que permite un posicionamiento de iniciativa propia, un primer paso importante en la concepción y autoconcepto de la discapacidad como una condición humana que es más que una limitación.

El proceso social en una oportunidad conjunta, donde las personas con y sin discapacidad, lo cual favorece sin duda al ideal del Modelo Social de la discapacidad que aspira a una dinámica con inclusión social; la autodeterminación como derecho, que es la garantía para ser tratados con dignidad y a partir de nuestra autonomía, para favorecer nuestra autodeterminación.

Con esto, podemos entonces preguntarnos:

¿Qué características generales presenta a discapacidad motriz y los deportes adaptados para esta condición?

¿Por qué pueden las personas con discapacidad motriz caer en una situación de dependencia?

¿Cómo el deporte adaptado influye en la autodeterminación de las personas con discapacidad motriz?

¿Cuáles son las principales necesidades sociales a atender para mejorar su proceso de autodeterminación?

III.II. Objetivos

Objetivo general:

Analizar el deporte adaptado como elemento que impulsa la autodeterminación en las personas con discapacidad motriz que lo practican.

Específicos:

- Describir el proceso y características del deporte adaptado desde lo social.
- Distinguir las características y causas de la discapacidad motriz.
- Sustentar a la autodeterminación como alternativa a la situación de dependencia en las personas con discapacidad motriz en el ejercicio del deporte adaptado.

Realizamos el primer acercamiento del abordaje teórico del problema y los parámetros para la construcción conceptual de las variables de investigación

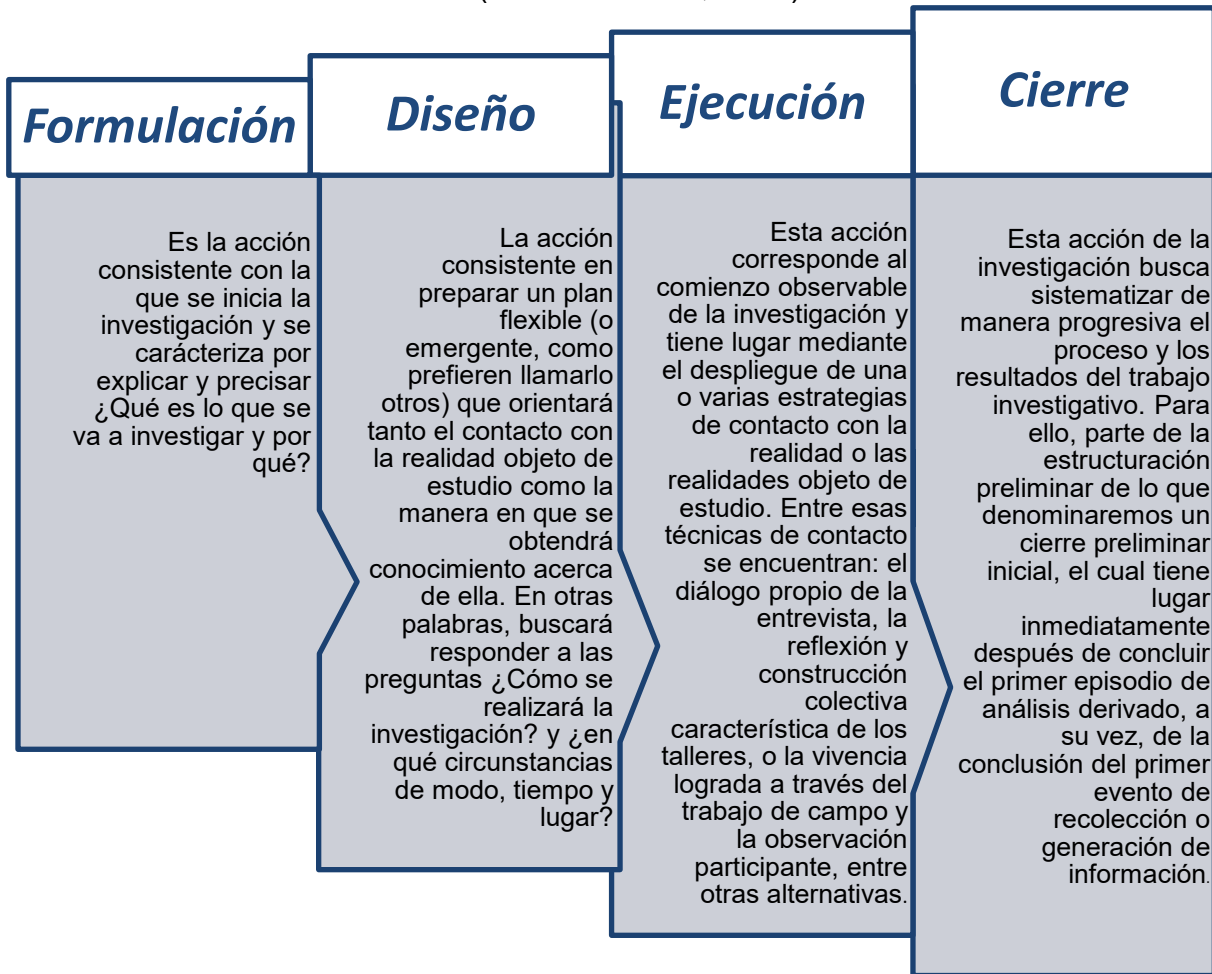
- ✓ *Variables independientes (V.I):* Son explicativas, donde su asociación o influencia con la variable dependiente se pretende descubrir en la investigación; **Deporte adaptado y Persona con discapacidad motriz.**
- ✓ *Variable dependiente (V.D):* Son el motivo o razón, son los efectos o resultados respecto por los cuales hay que realizar la investigación; **Autodeterminación.**

III.III. Metodología

En lo que respecta al proceso de la investigación, presentamos las fases consideradas:

Figura 19. Etapas de la Investigación

(Quintana Peña, 2006)



Elaboración propia con base en el texto: Metodología de Investigación Científica Cualitativa, marzo 2018.

Formulación: Se inicia la investigación problematizando la situación de las personas con discapacidad motriz y porqué la urgencia de la autodeterminación en sus vidas. Logramos definir el problema de la dependencia en las personas con discapacidad motriz y los elementos teóricos que explican la relación entre el deporte adaptado, las personas con discapacidad motriz y la autodeterminación (Véase Capítulo I y II.). Concluyendo así que la investigación sería con un enfoque cualitativo, con base en el paradigma interpretativo, a partir del método etnográfico.

Diseño: Con las bases teóricas ya firmes, como instrumento elaboramos una guía de entrevista basado en las tres variables de investigación (deporte adaptado, personas con discapacidad motriz y autodeterminación).

Ejecución: Se pusieron en acción las técnicas y estrategias para la recolección de la información por medio del contacto con la realidad de las personas con discapacidad motriz que practican un deporte adaptado. Se aplicaron las técnicas de observación y entrevista a profundidad, además de utilizarse el análisis del discurso para explicar el contenido obtenido de las entrevistas respecto a los objetivos de la investigación.

Cierre: En este apartado realizamos un análisis sobre el deporte adaptado como generador de autodeterminación en las personas con discapacidad motriz, y se plantea el inicio de una discusión acerca de los extremos socialmente manifestados hacia las personas con discapacidad motriz que son deportistas. De igual manera terminamos con el aporte de Trabajo Social en una revisión sobre la importancia de ubicar los medios de inclusión y auto inclusión de las personas con discapacidad motriz, como en este caso fue el deporte adaptado.

III.III. I. Proceso metodológico

Enfoque

La investigación cualitativa concreta una interpretación de los testimonios subjetivos de las personas que viven cierta realidad a estudiar. Por medio del dialogo, podemos indagar sobre la situación problema teniendo en cuenta el sujeto, su contexto y la necesidad, para de alguna manera crear alternativas y así avanzar hacia una posible transformación.

Las ventajas de los estudios cualitativos:

Son holísticos y sistémicos, buscan entender la realidad de la vida y la sociedad en forma totalizadora e interrelacionada (...) pero sobre todo las dimensiones del sentido, de los significados y significaciones de la acción social.

Los métodos cualitativos son interactivos, trabaja en estrecha relación con los sujetos sociales que son los constructores de la cultura.

Buscan conocer la cotidianidad como el espacio en el que se construye la vida, la existencia y la historia de los seres humanos y los pueblos.

Son dialécticos puesto que no construyen verdades absolutas e inamovibles, sino que tienen un carácter siempre heurístico, esto significa que no es la realidad la que tiene que adaptarse a las teorías, a los métodos y a las técnicas, sino que por el contrario son estas las que deben adaptarse a realidad. (Guerrero Arias, 2002, págs. 18, 19)

La investigación de enfoque cualitativo nos develó el sentido de las personas con discapacidad motriz y el significado inmerso en las experiencias que surgen del deporte adaptado.

Al colocar como centro de atención el significado que las personas con discapacidad motriz atribuyen a sus procesos personales y psicosociales, profundizamos en las diferentes construcciones de su hecho social; el ejercicio de un deporte adaptado.

Paradigma interpretativo

Esta investigación responde al Paradigma Hermenéutico ya que fue pertinente escuchar testimonios y analizar el discurso de los propios sujetos.

El Método interpretativo es la posibilidad metodológica que permite construir el sentido subjetivo, esa experiencia interna vinculada con las interacciones, es la idea de interpretar la realidad empírica a la luz de las prácticas sociales, asumiendo que esta incorpora a subjetividad de los sujetos al dar sentido a sus acciones (De la Garza Toledo, Enrique, 2006, pág. 123)

Al interpretar lo dicho por las personas con discapacidad que son deportistas, pudimos clarificar elementos que abonan a su autodeterminación.

Método

El Método Etnográfico es el que permite un acercamiento directo a la riqueza de lo único que es normal en el mundo; la diferencia en las realidades y por lo tanto la diversidad de las personas.

La etnografía es una forma de análisis social, de comprensión intelectual; un método privilegiado para el conocimiento directo de los hechos sociales. El método etnográfico se refiere a la descripción y análisis de las actividades cotidianas para entender los universos de sentido, las lógicas de la acción social del otro y de nosotros.

La investigación cualitativa y el método etnográfico como parte de esta se han revalorizado por la necesidad de entender "al otro", como resultado de las emergencias sociales que han provocado el resurgimiento, la construcción, revitalización de nuevos actores y de nuevas identidades sociales (...).

Hay una necesidad de buscar convivir en la diversidad y la diferencia, de tejer nuevos sentidos de la alteridad social, de entender al otro en su insoportable diferencia, de construir puentes interculturales, de abrir un proceso de diálogo de saberes, de buscar la unidad de la diversidad, y de conocer las lógicas de esos procesos. (Guerrero Arias, 2002, pág. 20)

En Trabajo Social, el Método Etnográfico permite comprender la complejidad de los fenómenos y en sí, los significados vividos por los sujetos en su cotidianidad.

Es precisamente en el hecho de que el trabajador social pueda conocer más de las historias de vida y de los contextos a profundidad que se sugiere que el método de

investigación etnográfica sea tomado en cuenta al momento de emprender investigaciones de carácter científico, ya que sus características se vinculan con las necesidades y funciones de este profesional de las ciencias sociales. (Gómez Sánchez, Rodríguez Gutiérrez, & Alarcón, 2015)

Involucrarse como Trabajador Social en uno o varios aspectos de la cotidianidad de los otros, es observar, estudiar sus particularidades y reconocer para optimizar los cambios sociales.

Selección de la muestra

El muestreo por conveniencia es la forma en la que nuestro universo de estudio fue elegido. Esta técnica consiste en seleccionar una población por el hecho de que sea accesible.

Participaron 6 personas con discapacidad, de ellos cinco fueron hombres y una mujer.

Los criterios de inclusión son:

- ✓ Persona con discapacidad motriz
- ✓ Mayor de edad
- ✓ Haber ejercido un deporte adaptado por cinco años como mínimo

La investigación se realizó en la Ciudad de México y zona conurbada y todos los entrevistados dieron la autorización de mantener sus nombres reales para la investigación.

En las tablas 5 y 6, se presentan los datos generales de los participantes.

Tabla 5

Datos de identificación de los deportistas⁹

Nombre	Edad	Sexo	Deportes
Rosa	61 años	Mujer	Esgrima, tiro con arco, natación, atletismo, básquetbol, tenis de mesa y de cancha y pentatlón.
Alberto	23 años	Hombre	Básquetbol y tenis
Jesús	26 años	Hombre	Básquetbol
Gregorio	30 años	Hombre	Fútbol de amputados y natación
Pablo	58 años	Hombre	Básquetbol, natación, esgrima, atletismo (campo y pista), pesas.
Ricardo	21 años	Hombre	Básquetbol y Danza deportiva

Fuente: Elaboración propia, 2017.

Tabla 6

Causas de la discapacidad motriz

Deportista	Origen	Causa específica
Rosa	Adquirida por enfermedad	Poliomielitis: Es una enfermedad muy contagiosa causada por un virus que invade el sistema nervioso y puede causar parálisis en cuestión de horas. El virus se transmite de persona a persona, principalmente por vía fecal-oral o, con menos frecuencia, a través de un vehículo común, como el agua o los alimentos contaminados, y se multiplica en el intestino. Los síntomas iniciales son fiebre, cansancio, cefalea, vómitos, rigidez del cuello y dolores en los miembros. Una de cada 200 infecciones produce una parálisis irreversible (generalmente de las piernas), y un 5% a 10% de estos casos fallecen por parálisis de los músculos respiratorios (OMS, Poliomiélitis, 2017).
Alberto	Congénita por malformación	Pie equino varo:

⁹ Deportista es el término que para la presente investigación engloba las variables; Persona con discapacidad motriz y Deporte adaptado, por lo que puede ser utilizado a en varios momentos del escrito.

		El pie equino varo, también llamado pie zambo, es una deformidad congénita del pie en la cual éste aparece en punta (equino) y con la planta girada hacia adentro (varo), que dificulta a la persona su caminar e impacta su calidad y condiciones de vida. (V. Ponseti, 1996).
Jesús	Congénita por malformación	Mielomeningocele: También conocido como espina bífida, que literalmente significa "columna hendida," está caracterizada por el desarrollo incompleto del cerebro, la médula espinal, o las meninges (la cubierta protectora alrededor del cerebro y la médula espinal) (Stroke N. I., 2016).
Ricardo		
Gregorio	Adquirida por accidente	Amputación: Es la pérdida de una parte del cuerpo, generalmente un dedo de la mano o del pie, un brazo o una pierna, que ocurre como resultado de un accidente o lesión (Madrid, 2017).
Pablo	Adquirida por accidente	Mordedura de un perro: Como consecuencia del evento, las secuelas fueron permanentes es la movilidad fuerza de su pierna.

Fuente: Elaboración propia, 2017.

Saber la causa de la discapacidad, nos permite identificar ciertas características y tener una idea más precisa de las condiciones de las personas que contribuyeron a esta investigación.

Técnicas

Las técnicas implementadas fueron:

- ✓ La observación: Es una técnica de recogida de datos que es utilizada en Trabajo Social para escenarios de observación natural, o bien para observar una situación construida y estructurada (Viscarret, 2014, pág. 283).
- ✓ La entrevista a profundidad: se construye a partir de reiterados encuentros cara a cara del investigador y los informantes con el objetivo de adentrarse en su

intimidad y comprender la individualidad de cada uno (Robles, 2011, pág. 1). Es vital lograr que el entrevistado hable libremente y exprese todo lo relacionado con sus motivaciones, creencias y sentimientos sobre el tema, los que sinceramente cree el sujeto de sí mismo, esto solo se reflejará en el momento en que el entrevistador logra consolidar un ambiente de confianza, siendo ésta la base del éxito de la técnica (Kornblit, 2004).

En promedio fueron dos sesiones por persona para concluir la entrevista a profundidad con cada deportista con discapacidad motriz. Las seis personas dieron el consentimiento de respetar sus nombres reales para la investigación.

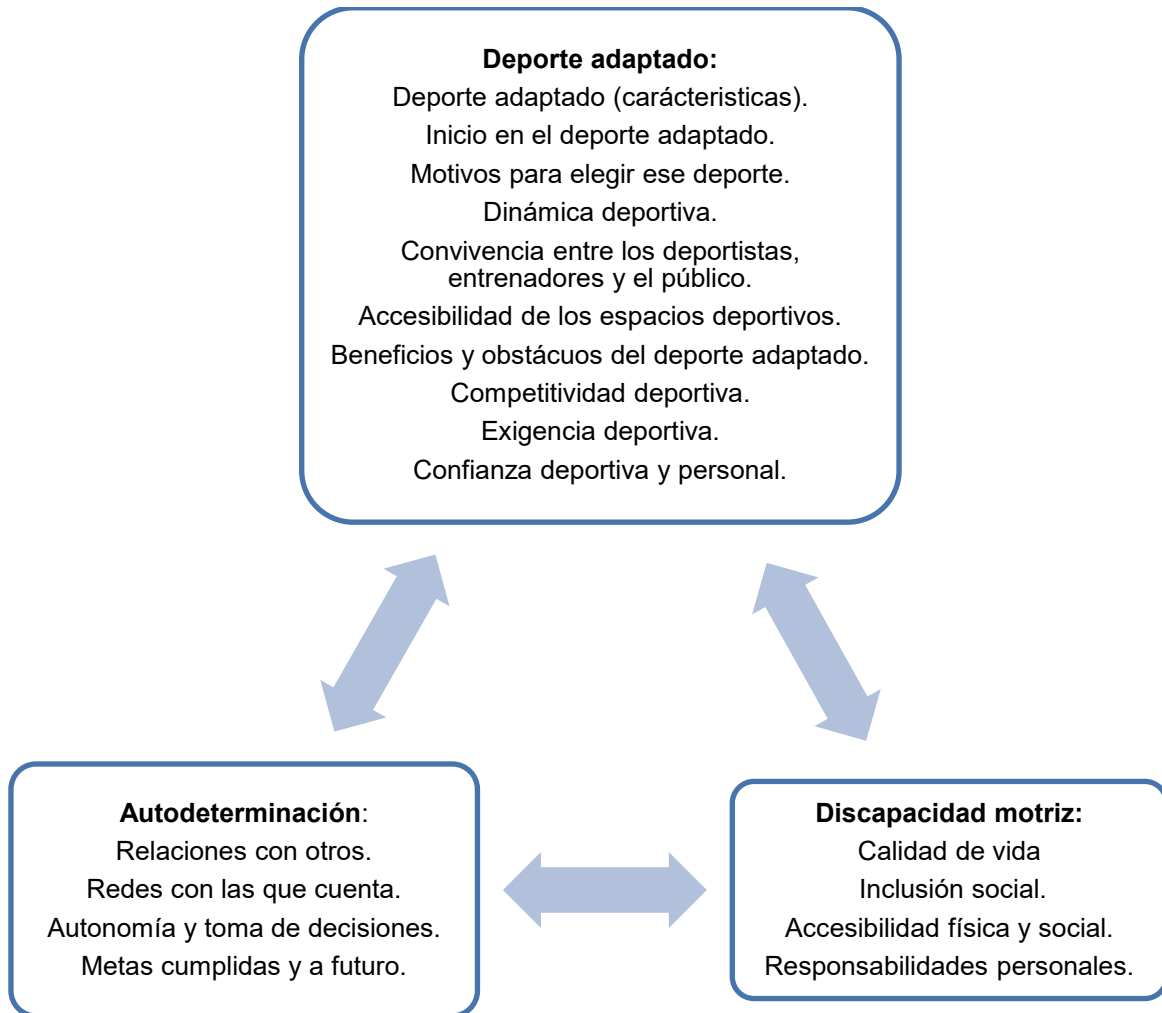
Instrumento

La guía de entrevista permitió encaminar los principales aspectos relacionados con la práctica del deporte y la realidad de las personas con discapacidad motriz que lo practican. (Véase Anexo 1). Además de una matriz de registro de datos observables que aportan al análisis del discurso.

Ahora bien, con base en las variables; Deporte adaptado (V.I), Persona con discapacidad motriz (V.I), autodeterminación (V.D). y a las preguntas de investigación, se consiguió plantear dimensiones de análisis de manera a priori, que permitieron construir cuestionamientos sobre situaciones enfocadas en conocer la experiencia de las personas con discapacidad y la manera en que el deporte adaptado se relaciona, o no, con procesos de autodeterminación en sus vidas. Todo esto a través de la escucha de testimonios respecto la forma en la que entienden y se desarrollan cada día.

En la siguiente figura, podemos visualizar los aspectos generales de la entrevista a profundidad.

Figura 20. Dimensiones generales de la entrevista a profundidad



Fuente: Elaboración propia, 2017.

III.IV. Estrategia de análisis

La información obtenida pasó por el proceso de la transcripción, para consecuentemente ser interpretada por medio del análisis estructural.

El método ha sido elaborado para comprender el efecto de lo cultural en la práctica de los sujetos. Pero, al mismo tiempo, pretende describir la lógica propia de lo cultural, en su autonomía y funcionamiento en situaciones sociales en las cuales los sujetos despliegan sus prácticas. (Martinic V., 1992, pág. 4)

En este caso, *las interpretaciones que los sujetos tienen de la realidad se construyen a partir de sus interacciones sociales* Por lo tanto, el análisis de la situación de las personas con discapacidad motriz que realizan un deporte adaptado, es referir a *una situación real que permite considerar al discurso como una práctica participante en una transacción colectiva; en una escena donde hoy diversos interactuantes y relaciones que le afectan* (Martinic V., 1992, págs. 5, 6), y donde las consecuencias determinan escenarios de vida y posibilidades de desarrollo, siendo la autodeterminación una de estas oportunidades.

Dichos cimientos *a priori*, posibilitaron la construcción de categorías de análisis gracias al rescate de situaciones que, a través del discurso de las personas entrevistadas, coinciden y permiten hacer referencia a esta significación que sobresale.

El análisis los realizamos de manera manual, al ir subrayando el contenido (el discurso) de las personas entrevistadas en cada categoría para un ordenamiento y lógica de la información de los testimonios.

Todas las categorías están relacionadas entre sí con la Teoría de los Campos de Pierre Bourdieu y las características de la Teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci, al igual que con los procesos sociales que contribuyen a la autodeterminación de las personas con discapacidad motriz, todos de alguna manera ya han sido precisados con anterioridad (Véase Capítulo I y II)

Empezaremos por estructurar las categorías con su base teórica para su definición y aporte a la presente investigación enfocada en el deporte adaptado como elemento que impulsa la autodeterminación de las personas con discapacidad motriz y para ello realizamos la siguiente tabla.

Tabla 7

Relación teórica de las categorías

Base teórica	Categoría	Elementos base de la entrevista
Teoría de los Campos de Pierre Bourdieu (1976)	Campo	<ul style="list-style-type: none"> • Deporte adaptado (características). • Inicio en el deporte adaptado.
	Juego	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica deportiva • Exigencia deportiva • Convivencia entre los deportistas, entrenadores y el público.
	Capitales	<ul style="list-style-type: none"> • Beneficios y obstáculos del deporte adaptado.
Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci (2000)	Motivación extrínseca	<ul style="list-style-type: none"> • Motivos para elegir ese deporte. • Competitividad deportiva • Metas cumplidas y a futuro • Confianza deportiva y personal.
Procesos sociales en la discapacidad (motriz)	Inclusión social	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudas técnicas • Accesibilidad física y social. • Autonomía • Inclusión • Responsabilidades personales • Relaciones con otros • Redes con las que cuenta. • Calidad de vida

Fuente: Elaboración propia, 2017.

Como definición teórica de las categorías de Campo, Juego y Capital podemos entender que un **Campo** es el espacio estructurado de disposiciones, donde se dinamiza un juego con relaciones de lucha constante entre los agentes que forman parte del mismo. Por lo tanto, el **Juego** involucra una apuesta y movilización de capitales en el campo. Los agentes buscan acumular, usar y maniobrar capitales que le permitan participar e incluso sobresalir en un campo. Entonces los **Capitales** son un recurso ya sea de tipo económico (Capital económico), de conocimiento y reconocimiento (Capital cultural), o por medio de relaciones (Capital Social), o bien, aquel con propiedades impalpables como el prestigio o la reputación (Capital Simbólico). Solo podemos llamarle *Capital* cuando es reconocido por otros, como un crédito otorgado de agente a agente. (Bourdieu, Algunas propiedades de los Campos, 1976).

Consecuentemente, la categoría que surge de La Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci es la categoría de **Motivación Extrínseca**, la cual fue explicada como la regulación que se expresa a través de la identificación, cuando esto sucede, la persona otorga un valor consciente a una meta comportamental hasta el punto de aceptarla y aprehenderla por la importancia y utilidad que tiene de manera personal (Ryan & Deci, 2000, pág. 7).

La categoría de **Inclusión social** se explica a partir del ideal del Modelo Social de la Discapacidad, este permite encaminar una sociedad con escenarios accesibles, donde las personas con discapacidad cuenten con las mismas oportunidades, sean aceptadas, reconocidas y dignificadas, alejando actos de discriminación por su condición humana. Busca la igualdad entre seres humanos, por lo que se compone de acciones para la inclusión social y concretamente vendría siendo el objetivo de los Derechos Humanos, la inclusión social de las personas, los pueblos, las naciones.

Ahora bien, hemos de mantener el discurso y la postura de las voces participantes de esta investigación, por ello, de manera textual organizamos el desglose de las entrevistas por categorías, las cuales surgen del proceso de interconexión de las situaciones mencionadas en los seis testimonios, dando paso al establecimiento de relación entre el marco teórico inicial y las vivencias por medio de la sistematización en el apartado de Análisis de resultados.

III.V. Hallazgos

Los testimonios de las personas han sido analizados de la siguiente forma: presentados en el orden de las categorías anteriormente planteadas y al final de cada una se encuentra estructurada la conclusión que dará paso a los aportes finales del análisis.

Categoría 1. Campo

Alberto

Desde mi perspectiva, el deporte es como..., ¡ah! voy a ir a jugar..., como algo muy cotidiano. Es como de las cosas que me hacen sentir competitivo, o sea, que puedo medir mi fuerza contra otra persona, que tiene a lo mejor la misma lesión o una lesión parecida. Medir el nivel de fuerza, de concentración, de precisión. El primer deporte que practico es básquetbol sobre silla de ruedas, es en el que llevé más tiempo (...) de los 18 a la actualidad es que practico básquetbol, ya permanecí de manera oficial al equipo, soy el único con la clasificación 4.5 que es la más alta.

El primer deporte que practico es básquetbol sobre silla de ruedas, es en el que llevé más tiempo. Es como un basquetbol convencional, como el que todos conocen, pero sobre una silla de ruedas, 10 jugadores con distintas lesiones y niveles de afectación física, que en conjunto logran compensar de manera conjunta una debilidad, ya que pues, los jugadores con lesiones severas, con amputaciones, lo mismo que sólo es una deformidad, entonces es como un deporte muy equilibrado porque todos pueden participar y de alguna manera son piezas claves dentro del equipo.

Los accesos tienen que tener rampas, incluso el área de las gradas también tendría que tener como algún acceso con rampa y espacio suficiente para que quepan personas en silla de ruedas, y pues sí hay canchas así y donde practicamos no hay ninguna complicación.

Tenis en silla apenas hace unos meses empecé a practicarlo, ¡me gusta, está divertido!, en su deporte muy estético a comparación del basquetbol, la gran

diferencia es que este no es un deporte en conjunto en donde el resultado obtenido un es meramente responsabilidad tuya. En un deporte de conjunto existe el factor humano, o sea, tú no puedes saber lo que tu compañero va a hacer y por ende a veces los resultados deben desfavorables, porque si tu compañero falla la última canasta, la que daba "el gane" pues pierde todo el equipo, no solamente pierde el compañero que falló la canasta y aquí igual, si mandas una bola muy alta, o cerca o muy lenta, pues, la persona contra la que estás jugando lo puede aprovechar para dejarte en desventaja y obviamente son puntos para él. Es de mucha precisión, es muy estético, ¡está chido!

En el básquetbol hubo una situación por el hecho de poder caminar, y bueno comentarios que me hacían unos compañeros, que ahorita ya lo veo como bromas, pero en un principio al ser el primer acercamiento y querer hacerlo y entre que tienes miedo, entre que sí, entre que te puedes caer, entre que te pueden pasar cosas, sí sucedió ahí un bache de cuando deje practicarlo, fue esa una de las razones como internas que no me sentía yo incluido en el deporte. La mayoría de las personas que hacían esos comentarios son personas que han tenido la discapacidad toda su vida, o que a adquirieron de una manera trágica, entonces el hecho de ver a alguien caminando y qué llega y se sube a una silla y juega básquetbol, es como motivo de... no de burla, no sé cómo llamarlo..., pero es como ¡sarcasmo! Fue ese tipo de cosas que sentí como ataque, tampoco me acuerdo mucho, pero yo lo recuerdo con el motivo, entonces dije: -bueno, mejor este espacio se le dejó una persona que en realidad lo necesite, porque yo no soy el candidato, no soy apto, esto está muy por debajo de mí-. Después como que ya "agarré la onda" y volví, y me di cuenta que el hecho de caminar no era una ventaja sobre el compañero, porque no me paro de la silla para meter una canasta, no les meto el pie, ese tipo de cosas, todos estamos en una silla de ruedas, ese de el común denominador.

Gregorio

Yo creo que el deporte adaptado es un escape para las personas con discapacidad, una forma de superar... ponerte metas y superarlas, una forma de tener una mejor autoestima, porque al final sentirte capaz de hacer algo es lo que te da oportunidad de seguir creciendo tanto física como emocionalmente.

Yo juego fútbol de amputados, así se llama el deporte como tal, es un fútbol adaptado para personas amputadas ya sea de pierna o de brazo, los jugadores deben ser amputados de pierna y los porteros de brazo, o sea, tienen que tener una pierna "bien" y una pierna afectada, no necesariamente tiene que ser amputado, porque hay personas que tienen a veces acortamiento de pierna o que tienen "polio" en alguna pierna, o sea, tienes que utilizar una pierna bien, pero la otra pierna prácticamente no la puedes utilizar, entonces se juega 6 jugadores y el portero, 7 en cancha, son dos tiempos de 25 minutos y prácticamente igual soccer, a excepción que no puedes tocar el balón con los bastones, porque se considera una falta, sólo puedes jugar con la pierna que tiene "bien".

Rosa

El deporte adaptado en mí comenzó como... hace muchos años en la secundaria, como una terapia, como para rehabilitarse, bueno el deporte adaptado ya se hizo del alto rendimiento, para mí es algo muy bueno, porque me permite ¡ser yo!, el

poder representar a mi país, yo creo que de cada quién depende hasta dónde quiere llegar, si quiere ser recreativo o de alto rendimiento.

Empecé practicando esgrima, tiro con arco, natación, en natación fue dorso, crol y pecho, en atletismo corrí 100, 200, 400, 800, 1500 metros, nada más una vez corrí 5000, una vez medio maratón, en lanzamientos fue disco, bala y jabalina, empezamos con jabalina de precisión, ¿qué más he hecho...?, básquetbol, tenis de mesa y de cancha y pentatlón. Siempre "lleve de la mano" atletismo y básquetbol.

Las características físicas del lugar deportivo son mismas instalaciones que se ocupan en una olimpiada, en un "nacional", lo único que cambian son las reglas y que nosotros en silla de ruedas se adapta la silla dependiendo de deporte, en pistas, en campo son ahora bancos, en básquetbol hay sillas de 6 llantas o de 5. Y algunas reglas cambian, pero casi todo es lo mismo.

Pablo

Yo el deporte lo inicié en 1973, yo tenía 11 años cuando inicien el deporte, he tenido la posibilidad de practicar todos los deportes; natación, atletismo, pesas, básquetbol, arquería, tenis, casi todos deporte de los hemos llegamos a hacer, es que han de nosotros en los juegos nacionales a partir del 92, hacíamos 108 disciplinas, ¡en todo éramos buenos!, yo llegue a competir internacionalmente y logre tener resultados en atletismo, pista, campo, pesas, básquetbol... Era una forma para que nosotros conociéramos los deportes que se practican actualmente en el Comité Paralímpico internacional.

Jesús

Es una disciplina, es como un estilo de vida, porque, así como vas a entrenar tienes que llevar una disciplina, también es sólo tienes que llevar en tu vida diaria, para poder ir todos los días a trabajar, o para presentarte los lugares que te citan o a donde tienes que ir, a la hora correcta y tratar de llegar siempre puntual. Eso es parte de una disciplina que te forma también el deporte.

El básquetbol es un deporte de trabajo en equipo, eso es algo que lo caracteriza, que no estás solo, dependes de otras 4 personas que estar contigo dentro de la cancha y de otras 6 que están afuera apoyándote en la banca.

Ricardo

Primero empecé como basquetbolista, ella (madre) me llevo a Cuautitlán Izcalli a practicarlo, luego mi entrenador me motivo a danza, era un deportivo y tenía las instalaciones para gente con discapacidad, allí ya se practicaba el basquetbol y la danza en silla, allí fue cuando empecé.

Duré diez años, yo era bailarín del Estado de México, fui campeón mundial en danza tres veces, en Holanda y en Rusia en el 2010, 2011, 2012. Eran bailes de salón, eran competencias internacionales, en diferentes categorías y yo era categoría dos. Tenía dos parejas una en silla de ruedas y una de pie, en el baile de donde era de silla, era dúo, la otra era combinado (uno de pie y uno de silla).

Para la presente categoría Campo, se retomaron los testimonios referentes a las características del deporte adaptado, donde la dinámica del campo solo considera a las personas con discapacidad (motriz) que desempeñen una actividad deportiva adaptada a la condición. Los elementos base de este apartado circunstancias y personas que motivan esta práctica, al igual que la importancia de los espacios accesibles por su condición adaptada.

Categoría 2. Juego

Alberto:

En el espacio físico deportivo, las medidas son un poco más pequeñas, realmente la diferencia es mínima, eso no hace gran diferencia entre lugar en el que entrenamos, jugamos y ya competimos. Porque la mayoría de las veces nos toca jugar en canchas en condiciones muy malas, por ejemplo, que no esté techado o que no sea duela, nos ha tocado jugar en pavimento y al aire libre, entonces con esos factores desempeño de los jugadores tampoco ayudan al desempeño de los jugadores porque no es lo mismo estar bajo rayo de sol, que en un lugar donde ésta techado y a lo mejor puede que haya aire acondicionado y obviamente el agotamiento no llega tan pronto.

Las categorías que nos asignan son según el nivel de lesión, entonces "los que están más rotos" son categorías bajas: -1, 1.5-. Es el número que nos asignan según la lesión, yo soy 4.5 porque no tengo amputación y solamente es una deformidad que limitan mi desplazamiento. Por ende, se podría decir que soy como la clasificación más alta, después de mí son las personas que les falta una pierna que son 4, o amputación doble que pueden ser 3.5 o 3, secuelas de algún virus, secuelas "de polio", de mielomeningocele. A eso me refiero con que las debilidades se compensan, a manera de que, si una persona que tiene lesión medular, de los no puede estirarse para hacer un tiro, va haber una persona de una clasificación más alta que lo va poder hacer, pero que va a necesitar de ese compañero para evitar algún jugador contrario o no sé, son estas situaciones.

Los otros nos reconocen como con admiración, pero esa palabra queda grande..., es como ¡órale que chido, que les den el espacio!

Practicar un deporte exigen ¡" ppppfff" ...! mucho tiempo, paciencia y constancia, y mucho carácter también, creo que "el básquet" también me ha forjado ¡carácter!, carácter que yo no tenía a los 17 o 18 cuando empecé a practicarlo, y bueno, puede que también sea parte de la madurez, pero el básquetbol me formó de un carácter.

En general con los de mi equipo me llevo bien..., o sea, somos del mismo "bando". Obviamente hay envidias como en todas las familias, lucha de egos, pero en general me llevo bien, no he tenido ningún problema, no he tenido ninguna disputa, en juegos o fuera. Sólo una vez con un compañero, fue como un momento un poco tenso de una situación ajena a lo deportivo, porque estábamos en competencia pero no fue dentro de la cancha, fue una situación extraña, pero no llegamos a los golpes ni nada, todo se arregló hablando y justamente ese personaje es de las

personas claves que te mencionaba a la hora de jugar, porque a lo mejor como persona, no lo puedo ver como amigo, si no solamente como compañero, pero si toca jugar yo sé que me voy apegar a lo que él diga, se admitir cuando una persona tiene la razón y cuando lo que hace funciona y si ese resultado desfavorable para el equipo pues obviamente yo lo voy a seguir, a manera de que se logra la canasta, si logra sacar "el foul", o sea, afuera de la cancha de otra cosa.

Nunca me lo había preguntado que no me gusta del básquetbol, pero por lo regular para nosotros es el transporte, nos mandan en camiones "feos", más que nada que no son accesibles, o sea complica todo, subir..., bajar, sabemos que no se puede arreglar, pero es más tardado".

Gregorio:

La convivencia es buena, pero también a veces complicada porque al final hacer deporte de llevar a un estado de estrés, cuando vas a un torneo cuando vas a un partido, entonces nos ha costado un poquito de trabajo saber enfocar el estrés hacia el lado positivo. Yo tengo una vida en el deporte, entonces a veces sabes cómo enfocarlo positivamente, pero no todos los chicos están como que acostumbrados a ese nivel el estrés, entonces yo creo que es lo que nos ha faltado trabajar, para que ellos tomen el estrés de mejor forma. De repente hasta en el mismo partido, cuando uno se equivoca hay algunos de los chicos que reclama, que quiere llamar la atención, digo, todo eso pasa también.

Me ha tocado la fortuna que lugar donde hemos ido ,a la gente le ha gustado el deporte adaptado, porque al final de repente tú oyes: -fútbol de amputados-, y de repente vez chicos que les falta una pierna y juegan y que aparte lo hacen a un nivel bueno, nos ha tocado mucho con los niños, que se acercan y de repente dicen: -¡oye me gusta como juegas, juegas muy padre!-, entonces nosotros aparte como equipo también llevamos un proyecto social, el objetivo de tener el equipo es tratar también de educar a la sociedad, donde demos, bueno... no demostrar porque al final tienes que demostrarle nada a nadie, donde le hagamos ver a la sociedad que las personas con discapacidad somos gente que respira, que siente, que busca objetivos, que tiene sueños y que tienen metas y que lo que se propone lo puede lograr, entonces ese es uno de los objetivos del trabajo que el equipo viene haciendo, nosotros tenemos convivencias con liga, nos invitan con niños que juegan fútbol que no tienen ninguna discapacidad, tenemos una convivencia un partido, entonces eso nos ayuda mucho a darnos a conocer y aparte que las personas conozcan un poco más del fútbol de amputados.

El deporte adaptado en general, primero que nada lo que exige son muchas ganas, muchas ganas de querer superarte, de querer salir adelante y en segunda te exige ser disciplinado, ser constante, dependiendo cuál es tu objetivo, porque no todos los que practicamos fútbol tenemos los mismos objetivos, para algunos este simple hecho de convivir, para otros es el hecho de querer ser seleccionado nacional, para otros es el hecho de ser campeón nacional, entonces todo depende de los objetivos que tenga cada persona, ya que cada objetivo va a requerir un nivel de esfuerzo, un nivel de sacrificio, entonces depende mucho de que la persona que lo vaya a practicar se pregunte: -¿qué es lo que quiero lograr?- y en base a eso pues tener que trabajar para lograrlo.

La corrupción, en el deporte adaptado, ¡lástima todo!, afectar en todo en el deporte, porque lo veíamos, de un presupuesto que se destina al deporte realmente, ¿cuánto llega al deportista?, Y vemos que hay muchos talentos, en México hay mucho talento, no nada más en el deporte adaptado sino en el deporte

convencional, pero si los funcionarios en vez de estar apoyando, hacen corrupción, eso ha demeritado el crecimiento del deportista mexicano, hablándose deporte adaptado y deporte convencional, creo que ambas ramas sufren de lo mismo, de la falta de apoyos y de la corrupción de varios funcionarios, entonces yo creo que eso de lo primero que se tendría que eliminar para que en el deporte haya un crecimiento como tal, abrir más espacios adaptados para las personas con discapacidad, por eso también es muy importante, porque de qué sirve de que tú tengas muchas ganas y no puedas acceder a un recinto deportivo en el que puedas practicar tu deporte al 100% como tal, entonces yo creo que eso también es muy importante, que cada vez se hagan construcciones más inclusivas, para que las personas tengan acceso de cualquier cosa, deporte, entretenimiento, diversión, entonces, yo creo que debemos de cambiar culturalmente para que las personas con discapacidad nos sintamos más incluidos y podamos aportar más a nuestra sociedad.

Rosa

Los espacios deportivos tienen rampas, no debe de haber ninguna "barrerita" arquitectónica. Internacionalmente si encontraba accesibilidad, aquí en México no, tenemos que sortear "20,000 obstáculos", inclusive en las universidades que hemos visitado, lo adaptan con rampas, los hoteles ... ya empieza a haber educación, pero ¡no la necesaria! y tampoco accesibilidad.

El deporte exige ¡fuerza de voluntad!, demostrarse a sí mismo de los que es uno capaz de hacer y de alcanzar, que ¡no hay límites, para nada!, no por que tengas una discapacidad te vas a limitar, es cuando más tienes que luchar por llegar a tu objetivo. El deporte exige tiempo y dedicación. Tiempo porque nos piden en CONADE (Comisión Nacional del Deporte) tener 2 sesiones, practicar 6 horas, llevar ahora un programa de vida deportiva, si es un chico que empieza de 20 años, ¿cuánto tiempo le vamos a dar para que él no de una medalla?, ¿en qué tiempo va a llegar a alto rendimiento?, ¿cuándo va a terminar su vida deportiva?, ahora todo eso no lo piden, antes podía ser gente muy longeva y seguir haciendo deporte, ¡ahora no!, hay gente longeva que nuestro deporte nos lo permite, pero la institución ya no me da seguridad como yo haya entrenado, no nada más mi cuerpo, sino psicológicamente.

Fíjate que antes había más conciencia de lo que teníamos que hacer, no teníamos becas, nos daban un solo uniforme, si..., nuestro equipo era el que pagaba los boletos, no había una federación, entonces la verdad ibas a lo mejor a entrenarte, porque a lo mejor te decían: -estas seleccionado para un panamericano-, y llegabas en "camioncito", como fuera, y si tenías comías y si no, no, pero eran las ganas de representar a tu país, y era una sola camiseta de que llevabas, la tenías que lavar para andar todos iguales, no nos abanderaban como ahora, había mucha, mucha unión, de todos los deportes siempre nos uníamos, practicábamos una rivalidad tremenda en el deporte, pero de ahí en fuera éramos muy amigables. a Ahora, desgraciadamente en el deporte, yo lo digo así: - ¡"se ha prostituido"! -. Porque siempre vamos a donde me dan, ¿cuánto me das...?, yo me paso, si ve a alguien que empieza tener logros y el presidente de la asociación: -oye vente, yo te doy beca-, -yo te doy silla-, -mira vas a tener esto-, entonces así, nos movemos de acuerdo a los intereses económicos, ya no te mueve tanto... el color de tu playera, el amor a tu equipo, desgraciadamente han cambiado mucho. Reitero, lo que no me gusta de los deportistas de hoy es que se va por otros intereses, no por el amor a la camiseta, a tu equipo, a tu gente".

No tenemos "ahorita" el apoyo de CONADE, el basquetbol no tiene nada apoyo, desde que están los directivos... Si hubo apoyo para basquetbol y salieron a la Copa Centroamericana y lo poco que fue... fue sólo por el presidente estaba antes.

Pablo:

Cuando alguien va hacer alguna actividad física de iniciación, lo primero que les digo es: -tiene que estudiar-, porque de esto del deporte muy poca gente vive, te hablé de que tenemos 3500 son atletas afiliados a la Federación de hacer deporte en toda la República, que cada tenemos 120 "gentes". Entonces las autoridades dicen: -sí apoyamos el deporte adaptado-, te digo el problema no es apoyar a los que ya están seleccionados, debemos de trabajar para apoyar las personas que no pueden hacer alguna actividad, para poderlos primero ayudar, detectarlos y si tienen la habilidad o la capacidad involucrarnos en el deporte, o sea, a mí me gustaría que dijeran que los 3500 atletas afiliados a la Federación de Silla de que más resultados dan este país, hubiera beca, sería justo, falta modificar leyes.

Yo creo que el deporte socialmente es una herramienta que facilita mucho en que la gente pueda integrarse a la vida cotidiana sin ningún tipo de apoyo, muchas veces algunas personas nos brindan su apoyo, pero nosotros realmente no lo necesitamos, muchas veces nos vemos un poquito mal, porque: -¿oye te puedo ayudar en algo?, y uno: -no, no, no le agradezco, que amable-, aquí tenemos que trabajar mucho para que las personas con discapacidad puedan ser atendidas como debiera de ser, yo te digo el deporte lo veo como una manera de poder apoyar e integrar a alguien, de una manera rápida, porque a nosotros ya que estamos en el medio del deporte, ¿te soy sincero?, no me preocupa tanto la gente que hace deporte adaptado, porque trabajamos ya para la integración, y una vez empiezan ya ellos ya siguen la línea y son gente que son productivas, que son independientes, son gente que estudia, son gente que apoya su familia, inclusive sienten con discapacidad que son los "motores" de sus familias, ¿no?, los sustentos, entonces actualmente a mí ya la gente que tiene algún problema de discapacidad y hacer deporte a nosotros que estamos involucrados en el poder orientar y guiar a la gente para que haga algo en su vida, ya no nos preocupa tanto, sí nos preocupa de que sabemos que hay mucha gente que no tiene esa posibilidad de hacer deporte y no lo hacen porque el primer problema al que se enfrenta una persona que tiene cualquiera algún tipo de discapacidad es la aceptación, ahora actualmente en nuestro país la discapacidad es adquirida, todavía siguen existiendo casos que son de nacimiento, pero ahora la mayor parte de la población adquiere la discapacidad por accidente o enfermedad entonces yo les digo que a mí ya no me preocupa tanto la gente que de alguna manera ya está involucrada en este medio, me preocupa la gente que tengamos que apoyar para que hagan alguna actividad y la verdad que te repito yo conozco medios de adaptación aquí en México, Estados Unidos, en varias partes del mundo y no son tan eficaces como para poder apoyar de verdad a una persona rápido, lo más difícil es la aceptación de la discapacidad y también ayudar a la familia, porque luego muchas veces tienen que ver una cosa con otra, no nada más es atender a la persona que tiene o adquirió la discapacidad, hay que orientar también a su familias para que los puedan tratar, hay tantas formas de que se les pueda ayudar es englobar el núcleo en que se desenvuelve la persona con discapacidad, aquí desafortunadamente todavía las personas con discapacidad les cuesta un poquito de trabajo tener activación en cuanto a su capacidad intelectual, en cuanto a su capacidad física, porque muchas veces pensamos que ya no podemos ser las cosas, y la verdad es que cuando nosotros nos proponemos hacer las cosas ¡sí lo podemos conseguir!, es más hasta logramos hacer mucho más cosas que muchas gentes, ¿no?. El primer punto es que logramos superar eso que nosotros decimos como discapacidad, yo creo que

la vida nos da una segunda oportunidad y tenemos que ver las cosas de una diferente manera, entonces de ahí tengo que si vivimos en un país en donde todavía nos falta trabajar mucho para que las personas con discapacidad sean apoyadas, no así las gentes que hacen deporte porque ellos ya están haciendo algo, de alguna u otra manera ellos ya dieron el "brinco", ya aceptan la discapacidad, ya hasta juegan con algunos compañeros en relación a la discapacidad ¡aceptación!. Lo más difícil es poder involucrar a todas las personas con algún tipo de discapacidad, porque luego no tiene los medios, ni las herramientas para poder hacer lo que nosotros hemos aprendido o hacemos.

Cualquier deporte adaptado le exige a la persona dedicación, actualmente la gente tiene que ser profesional en lo que hace porque como te comento las marcas ya están muy duras, muy fuertes, y tenemos que trabajar sobre marcas y tiempos para poder competir a nivel internacional. Tienes que dedicarle mucho más tiempo al entrenamiento. Y tienes que tener implementos deportivos de acuerdo a la necesidad para que puedas estar compitiendo con los mejores del mundo.

Yo creo que socialmente hay muchas maneras en las que podemos apoyar a las personas con algún tipo de discapacidad, digo la sociedad pretende o muchas veces busca, desafortunadamente todavía no encontramos la forma o el medio, porque si bien es cierto que es a través del deporte cuando una persona puede hacerse un "poquito" más independiente, la intención el hacer deporte al principio era la integración de las personas de ser independientes, no tan dependientes, nosotros somos una sociedad que aunque nuestros hijos estén bien, o las personas estén bien somos sobreprotectores, es por la manera en que nosotros educaron y todavía actualmente lo seguimos haciendo.

Lo que no me gusta del deporte adaptado es que muchas veces la gente ya cuando logra obtener un logro importante pierden en el piso, yo creo que lo mejor que puedes hacer es no olvidarte de tus raíces, de cómo hiciste las cosas y que necesitamos trabajar para tener especialistas, realmente siempre especializada para poder ayudar a mucha, mucha gente que hace falta que se les apoye. Aquí en la Ciudad de México hay mucha gente que está interesada, pero no tenemos los medios, es que esto que tú me dices, de que estás interesada en el deporte adaptado, pues es una forma de que alguien pueda escuchar, las vivencias o las necesidades que tiene uno. Eso a nosotros nos permite que la gente cada día pueda aprender un "poquito" más, no queremos situaciones especiales, es educación.

Para que nosotros podamos involucrar a una persona para que pueda tener una actividad física, haga deporte, el primer problema que tenemos es el implemento deportivo, porque son implementos deportivos especializados, eso es lo que nos limita y si compramos algo "baratito", "baratito", nos cuesta alrededor de \$20,000, cualquier "sillita", entonces tenemos que involucrarlos, tenemos la captación, pero aquí el problema que se encuentra uno es primero que acepte su discapacidad, su condición actual, segundo, convence a la familia para que nos acompañen a hacer alguna actividad física, y tercera ver para que disciplina deportiva iría.

Jesús:

En cuestión de la infraestructura... Yo practico en el deportivo "Villa Olímpica", que es un lugar que tiene la accesibilidad para una persona con discapacidad, de hecho no tenían antes una rampa, "ahorita" ya hicieron algo, pusieron la rampa para que pudieran acceder, en cuestión de medida de la cancha es exactamente la misma que en un convencional, la altura del tablero es lo mismo, y ahí radica la dificultad

del básquetbol, que tienes, ya que con las mismas distancias, con las mismas medidas, desde una silla de ruedas tienes que anotar la canasta e intentar lograr ganar el encuentro.

Mi convivencia con mis compañeros es buena, no te voy a decir que llevamos una amistad con todos fuera de la cancha, nos llevamos bien y todo, pero solamente hay ciertas personas con las que logra trascender una amistad más allá de una convivencia dentro de una cancha, dentro de un entrenamiento. Tengo pocos amigos ahí.

En la cuestión de la percepción hacia el deporte adaptado, es muy poca la gente que va a un evento deportivo de este tipo, debido a que no tiene mucha difusión, ahora la gente, la poca gente que va esa misma allegada a los competidores entonces, por lo regular la familia, los amigos, los compañeros de algún otro lado que los llegan a conocer, pero por ejemplo nosotros, bueno yo entreno que es público, entonces, pues mucha gente que va practicar no sé, para taekwondo, atletismo, cualquier otro deporte tiene su adaptado pasa por enfrente donde está la duela y se queda unos 5 o 10 minutos, mucha gente se queda sorprendida porque no conocen el deporte y como que se van con otra mentalidad.

El deporte adaptado exige una disciplina, te exige algo que vas adquiriendo con el tiempo, desarrollar un físico, aparte desarrollas una fortaleza mental y psicológica, la cual te ayuda para no desesperarte, o para está programado en el momento que tienes que hacer las cosas, esta de concentración, más que nada es lo que exige ¡estar en concentración!, para acatar la orden o una regla, si quieres sobresalir es mucho más todavía, hay que levantarse temprano, hay que comer a ciertas horas, hay que comer ciertos alimentos, hay que dejar de beber ciertas cosas, son muchas cosas que de una disciplina que pueden ayudar.

Respecto al deporte adaptado me gustaría que hubiera más difusión para que la gente lo conociera, eso es lo que me gustaría, para que una competencia a nivel nacional no solo se vea que vinieron la familia o los amigos de los jugadores, sino que haya un espacio en donde personas que no tienen nada que ver con personas con discapacidad digan: -vamos a ver a "tal" persona, o vamos a ver a "tal" equipo, porque vimos en un comercial o en alguna publicidad de un espectacular que son buenos, vamos a ir a verlos y echarles porras y a divertirnos-, eso me gustaría.

Ricardo:

Considero que a los lugares deportivos que he ido sí son accesibles.

En cuestión de la relación con mis compañeros... pues al principio era buena amistad, pero cuando empezamos a viajar, empezaron las envidias, las malas amistades, deje de tener amigos, ya no me convocaban, ya no me hablaban, ya todo el mundo me reprochaba lo que hacía, yo dejaba a un lado eso porque empecé a traer la medallas de primeros lugares, lo que mis compañeros no habían hecho, y yo sí logre, porque mis compañeros traían el doceavo o el dieciseisavo y yo traía del quinto al primero.

Me salí de danza por mi entrenadora y por mi pareja también, porque mi pareja también me hizo a un lado, porque era la sobrina de la entrenadora, y allí empezaron las malas amistades, me empezaron hacer a un lado, llego un chavo con una discapacidad mayor que yo, y esa chava me cambio por él. Desde el 2013 a esta fecha ya no seguimos, si nos separamos con conflictos, pero a fin de cuentas terminamos bien, seguimos hablándonos, con la que no me llevo bien es con su

mamá, ella le contaba muchas cosas negativas de mí. Prácticamente yo en las olimpiadas traía el primer lugar, rara la vez segundo lugar o tercero, pero casi siempre fui el primer lugar, era el campeón nacional en danza y después internacional. Después de todo eso yo decidí alejarme de la danza, porque ya se estaba descontrolando muy feo. A la fecha al día de hoy quieren que regrese, porque la bailarina y la entrenadora ya se están quedando sin pareja, y yo le digo: - ¡no!, ya no voy a regresar-. pero han sido "muy mala onda" y yo nunca he sido así, la primera vez que fui a Holanda regresé "como si nada" y fíjate fui el campeón mundial y el siguiente año igual, y en Rusia igual, fui dos veces a Holanda y una a Rusia, y yo sigo con mi misma personalidad. Yo fui bueno, siempre se los demostré a todos, siempre fui bueno nunca cambie en nada, yo ya no quise por lo mismo, me desanime.

El deporte te exige dejar la escuela, dejar a un lado tus deberes, con tal de tener lo que quieres, es lo que a mí me motiva, pues yo ganaba dinero, y decía: -yo quiero esto- y por eso también le "echaba ganas" para competir, para lograr lo que yo quiero, o para darle algo a mi familia, darle algo a mi mamá. Yo siempre le di todo a mi mamá, todo mi dinero toda la ganancia económica se invirtió en la familia, también intente ayudar a mi papa, pero nunca pude y mejor lo deje a un lado y trate de ayudarle a mi familia que eran mis hermanas y mi mamá".

En la categoría de Juego se conjuntaron temas referentes a dinámicas y luchas que se dan dentro del mismo, la estructura basada en la convivencia y la exigencia deportiva para permanecer y sobresalir.

Categoría 3. Capitales

Alberto:

El deporte me ha permitido conocer a muchas personas, un par de ciudades por jugar. Es también un trabajo, me ha dejado dinero.

Algo que me dejó el deporte y valoro mucho es que fue mi primer acercamiento a la competitividad, el "básquet" fue mi primer acercamiento a las competencias, que ya después conforme fueron pasando las cosas, esta competitividad, ese carácter, ya estaba como más desarrollado, fue como más fácil para mi desempeñarme en algo, o sea, es claro ejemplo es mi trabajo, indirectamente a lo mejor voy a largo plazo, pasaron cosas que me sirvieron, me volví una persona más perceptiva del entorno, en cuanto a infraestructura, el hecho de poder manejar yo una silla de ruedas y saber cómo funciona y demás, me hace ver las fallas que existen en la ciudad o dentro de una institución, así como para ver esos pequeños errores, y ver que estaban hecho es algo que no sirve, que es algo que fuera de ayudar está estorbando. Puedo ver que las rampas están mal hechas, ese tipo de cosas.

Gregorio:

Lo que el deporte me ha dejado, han sido tres conceptos muy importantes que los que intento aplicar en otros ámbitos de mi vida: la disciplina; para todo debes de ser disciplinado porque si no las cosas no se dan. La segunda constancia; entre más constante seas más rápido vas a lograr tus objetivos y la tercera que para mí es más importante, sin demeritar las otras, es que en la medida que te esfuerces es en la medida que obtienes resultados y eso no sólo se aplica en el deporte sino en la vida como tal. Esos son los tres conceptos que para mí el deporte me ha dejado.

Los beneficios del deporte adaptado son; ¡una mentalidad ganadora!, para mí es lo principal que te da el deporte; otra es ponerte retos y superarlos, y la tercera y también muy importante; a no darte por vencido, porque en el deporte no puedes permitirte eso, porque al final vas sobre un objetivo y si tú te sientes derrotado por ende vas a perder, entonces yo creo que esos son de los beneficios, aparte de tener una buena salud, una buena condición física, evitar tantos problemas que padece la sociedad mexicana como la diabetes, la obesidad, entonces yo también creo que esos son los beneficios que el deporte te da.

Dentro del equipo tenemos dos patrocinadores oficiales, que uno es Jardines México y el otro se llama Grupo "map", son las personas que solventar los gastos del equipo, que son en viajes, en uniformes, en material deportivo, son los patrocinadores con que nosotros contamos.

Rosa:

El deporte me dejó tener mucha seguridad en mí misma, porque yo era una niña como muy insegura, casi no hablaba. Yo estudié para educadora y cuando entre a "gobierno", pero estaba yo como... por honorarios, era un sueldo muy "pequeñito", me fui a una olimpiada, que fue donde gané mi medalla y esa medalla me dio mi pase en el "gobierno", sin que yo lo buscara, a mí me dijeron: -dice el diario que tú sacaste una medalla, ¡ten, éste es tu premio!-, yo creo que fue el mejor premio porque hasta la fecha tengo trabajo.

El deporte te deja disciplina, te enseñan tener cuidado de tu cuerpo, de tu mente, a comer sano, para saber qué está ingiriendo, tener una mente más sana, yo creo que te permite ver la vida desde otro punto, porque el deporte te enseña a tener retos en tu vida a corto y mediano plazo.

A los jóvenes que entreno sigo guiándolos, apoyándolos en lo que ellos quieran, porque me gusta y porque no voy a dejar de hacer deporte hasta que ya no pueda.

Pablo:

Toda mi vida he hecho deporte, tuve la fortuna... desde el año de 1988 hasta el 2004 jugué en Estados Unidos básquetbol. Por eso fue que ya me dediqué más al basquetbol, porque en Los Ángeles estuve en equipos que me pagaban para poder jugar, por eso tuve la posibilidad y eso me permitió aprender muchas cosas en relacionada discapacidad, de que las personas tienen diferentes necesidades y aunque hagan deporte hay que entrenarnos de una manera diferente, no puedes entrenar a todos por igual porque tienen diferentes necesidades, diferentes condiciones, entonces aprendí muchas cosas. Estados Unidos tiene muchos programas, porque obviamente es un país que tiene guerra, y tiene muchas

personas con afectaciones físicas y trabajan para poder integrarnos. De ahí vi que la mejor rehabilitación que puede tener una persona con discapacidad es el deporte.

En el deporte adaptado llega un momento en el que empiezas tú a detectar la necesidad de cada persona, los diferentes tipos de discapacidad, los diferentes tipos de orientación que tienen en el núcleo en el que se desenvuelven, los diferentes medios de apoyo, porque para nosotros ha sido difícil estudiar, poder trabajar, tener lo necesario para que nos fuéramos dependientes... aparatos ortopédicos, muletas, que aquí no había mucho, entonces empecé a ver todo eso y ya en el "73" que fueron mis primeros juegos nacionales, me gustó, y ya empecé el atletismo, corría y lanzaba, ya después del basquetbol, posteriormente comencé a levantar pesas, y ya hacía seis o siete disciplinas en los juegos nacionales.

Jesús:

Como persona, el deporte adaptado me ha ayudado a ser más tolerante, no soy la persona más tolerante del mundo, pero considero que mi actitud a partir de que practico un deporte... ha cambiado, me doy cuenta que no todas las personas con discapacidad tienen las mismas habilidades, ni yo tengo las mismas habilidades que las otras personas.

El deporte adaptado creo en mi la cuestión de los hábitos, esa es una, y el otro es crear una disciplina, porque antes de deporte sí era bastante indisciplinado, ya a raíz del deporte he modificado esas cosas. Una disciplina que desean llegar temprano a trabajar, otra disciplina es mantener tu espacio de trabajo de una manera óptima para que no tengas tiradero, cosas desordenadas".

Al día de hoy ya tengo un camino recorrido en el deporte, porque ya sería 10 nacionales, 8 distritales, 2 mundiales, un centroamericano, o sea, tengo un currículum deportivo que me avala y dice: -esto es él y él es apto para ir a competir. Hay una base porque yo lo diga, sino porque la edición papel, porque lo dice una Federación, o lo dice un equipo, y si yo quiero, o me lo propongo, puedo ir a más lugares.

Ricardo:

Yo ganaba dinero, y decía: -yo quiero esto- y por eso también le "echaba ganas" para competir, para lograr lo que yo quiero, o para darle algo a mi familia, darle algo a mi mamá. Yo siempre le di todo a mi mamá, todo mi dinero toda la ganancia económica se invirtió en la familia, también intente ayudar a mi papa, pero nunca pude y mejor lo deje a un lado y trate de ayudarle a mi familia que eran mis hermanas y mi mamá".

Me hizo más independiente, yo era muy flojo y el deporte me motivaba más a lo que quiero, también me dejó la disciplina que actualmente aplico en mi trabajo, yo trabajo en Cinépolis, es una empresa incluyente, está solicitando a mucha gente con discapacidad, no me va mal, mi jefe me apoya demasiado.

Los logros que me dejó el deporte fueron ¡ser campeón, ser el mejor!, siempre he sido humilde, nunca he sido "sangrón" o prepotente, nunca he sido "mala onda", nunca he cambiado mi personalidad.

Respetando la tesis principal del autor base Pierre Bourdieu, no podemos hablar de Campo, Juego y Capitales de manera aislada, todos en algún momento se interconectan, por lo que, en la categoría de Capitales, se rescataron testimonios que se relacionan con las dinámicas de juego, los resultados y beneficios de practicar un deporte adaptado, a la par de las consecuencias aplicables a otros campos, como el laboral.

Categoría 4. Motivación Extrínseca

Alberto:

Mi primer acercamiento al deporte, como tal, fue sin querer, fue como los 14 años. Mis papás iniciaron en un negocio que era totalmente nuevo para ellos y ellos fueron invitados por dos personas con discapacidad, una pareja con discapacidad, que me vieron caminar, yo he tenido varias operaciones, y en este momento yo me encontraba a punto de ser operado por tercera vez, ¡no! por cuarta vez y me vieron caminar y le preguntaron a mis papás que qué tenía (mi diagnóstico es Pie equino varo), que me había pasado y demás, entonces de inmediato me dijeron que yo podía jugar en silla de ruedas, no era muy agradable para mí el hecho de jugar en silla de ruedas porque, pues... caminaba y en ese momento mi concepto de la discapacidad eran nulo, a pesar de que yo nací con esa discapacidad, yo no me consideraba una persona con discapacidad, ese era un concepto que para mí..., que yo al igual que para muchas personas lo asocian con una silla de ruedas forzosamente y pues como yo caminaba, era obvio pensar, ¿cómo o iba a jugar... no? En este momento era, pues sí, muy limitada ni capacidad de ver las cosas, para empezar, no sabía que existía. Y ya, empecé a ir a los juegos donde participaban esta pareja, me pareció bien, me pareció interesante el hecho de que se caían y se levantaban solos, y se veía espectacular como quitaba los balones y la coordinación que tenían como equipo y demás y el tiempo me invitaron a manera más formal, como los 15 años, no, como los 16 casi para cumplir 17 años, deje de ir, estaba yo cursando la "prepa", mi prioridad era terminar la escuela, lo único malo fue que en el tiempo que me aparte, me perdí de un mundial al que pude haber ido en Francia y que compañeros que iniciaron y que son como de la edad y que permanecieron pues sí fueron, entonces cuando regresé me enteré que había pasado todo esto, dije ¡oh!, de alguna manera ese fue un hecho que me pone a pensar que igual y allí pudo haber sucedido algo.

Para mi competir es... no sé, eso está muy difícil, porque para empezar ¡odio las competencias!, o sea, personalmente no me gusta querer ser mejor que el otro y no por mediocridad, pero simplemente no me gusta compararme o comparar mi trabajo con el de otras personas. El hecho de querer demostrar no está en mí, vaya, o sea, me lo demuestro a mí mismo. No delimitó en lo que tendría que sí tendría que ser competitivo y en lo que no.

Creo que el básquetbol fue el primer acercamiento, sin querer, a la competitividad, puede que en el básquet no me gusta medir mi capacidad, o sea, en el básquet simplemente si no me salen las cosas no intento mejorar en el momento, dejo que todo fluya, pero en la vida personal si trato de corregir las cosas al momento. No sé, siento que sí trató de mejorar las cosas que estoy haciendo mal dentro de la cancha, salen peor, entonces como que trato de relajarme mejor y omitir comentarios de la banca o de los mismos compañeros, o sea, todo muy conscientemente de lo que estoy haciendo. O sea, si a lo mejor ya fallé 3 o 4 canastas, no importa, a lo mejor lo único que tengo que hacer es tomarme más tiempo para tirar, y a lo mejor es lo único que tengo que modificar.

Me siento preparado para competir con otros, porque ya lo he hecho. Al competir contra un equipo amigo, donde yo era el único de nivel y poder ganar como jugador principal en un torneo, ahí se vio, o sea, de alguna manera para el tiempo que llevaba practicándolo, sabía que eso iba a pasar.

No sé... una cosa que me dio seguridad es que yo acudía a los entrenamientos con estos chicos, entonces, de alguna manera, independientemente de sus capacidades y de los que supieran hacer, que sí no corrían, que, si tenían las manos "chuecas", lo que sea, el hecho de convivir con tus compañeros te hace conocerlos y saber cómo piensan. Había un chavo que no me acuerdo como se llama, pero le decían "Cuasimodo" y él esta alto y demás, un poco corpulento, pero le fallaba un ojo, y era algo que yo sabía, y al principio e mandaba pases y una vez ll pegué en la cara, pero yo no sabía que no veía por un ojo, entonces ese tipo de cosa fue reforzando que tanto puede hacer se compañero por mí, yo por él y todo por el equipo, entonces, eso era lo que me daba seguridad. Aparte de mi había otro chavo, Iván y Javier Centeno, "cuasimodo" y yo, "armábamos el cuadro", agregamos a otro, pero ya había la confianza, ya sabía cuánto corría Iván, Que podría hacer Centeno, ya sabía que podía hacer.

Al momento de jugar, me da confianza el hecho de que me dejen jugar como yo se jugar, o sea, sé que me tengo que acatar a las reglas, pero no me gusta la idea de seguir un sistema, por lo general de compañeros claves, que son con los que puedo trabajar, este que me van a entender más que otros.

Una meta en mi vida es llegar a ser como "Sergio Andrade" pero sin sus "mañas", quedarme con ese talento y experiencia, no acabar en la cárcel obviamente, pero sí ser una persona influyente en la rama. Estoy trabajando con personas cada vez más capaces, con personas más experimentadas de las que puede aprender y solamente así voy de poder escalar un poco más, o sea, convivir e intentar trabajar con personas que yo hoy en día admiro, para yo en el futuro poder ser como ellas.

Gregorio:

Toda mi vida yo he estado en el deporte, mis padres fueron deportistas profesionales, ellos se dedicaron al atletismo, mi papá es Licenciado en Educación Física con especialidad en Atletismo, prácticamente toda la vida, el mundo que conocido es el deporte, desde más pequeño, esa es la idea por la que surge seguir siendo deportista. Para practicar un deporte adaptado tuve la influencia de mis padres, ellos siempre han sido deportistas, siempre son los que han influido un de cierta manera en mi vida deportiva, mi papá es mi entrenador entonces, prácticamente el siempre hemos tenido esa relación del deporte, esa es la que yo creo que es lo que nos mantiene unidos como familia.

Para mí, competir es demostrarte que de lo que es capaz; ponerte un objetivo y lograrlo y después de este viene otro, a lo mejor más grande, una prueba más complicada, entonces para mí esa es la idea de competir, demostrarte a ti mismo de lo que eres capaz.

Para competir es importante primeramente la familia, yo creo que es lo más importante, son los que siempre están detrás de ti, apoyando que, motivando él y pues segundo es que todos los seres humanos, todas las personas necesitamos el reconocimiento también, para sentirnos bien, necesitamos que las demás personas nos reconozcan cuando hacemos algo bien.

Estoy preparado para competir primeramente porque me gusta, me he acostumbrado mucho a este grado de ser competitivo, de siempre están participando en eventos deportivos, demostrarte en qué nivel estás y donde quieres llegar, en cierto tiempo, en cierto trabajo, en cierto entrenamiento y la segunda como es mi sueño jugar un mundial, ser campeón mundial, poder ir a unas olimpiadas, es eso más que nada lo que a mí me motiva para seguir entrenando, para seguir jugando fútbol.

Yo creo que la confianza de la da el conseguirlos logros, es decir: -¡ah! éste año quedé en tercer lugar, el año que entra voy a ser campeón-, y el lograrlo yo creo que es lo que te va dando la seguridad, pues decir; -quedé entre uno de los mejores jugadores de México, pero no fui el mejor-, pues mi reto ahora es ser el mejor, entonces yo creo que lo vas superando y vas logrando pues te va dando la seguridad para poder hacerlo.

En el momento de practicar el fútbol, siempre tienes que confiar en tus compañeros porque al final es un deporte de conjunto, sino confías en ellos pues las cosas no salen. Como tal tú no puedes hacer todo, entonces tienes siempre que estar confiando tus compañeros, entre tu entrenador, en las personas que están como responsables del equipo.

Mi calidad de vida la considero buena, con sus dificultades como todo, con sus cosas buenas, yo creo que es una buena calidad de vida.

Como metas, primeramente, es terminar mi maestría, porque la dejé inconclusa cuando nació mi "nena", en segunda, seguir entrenando, seguir logrando mis objetivos deportivos, mi meta a corto plazo deportivamente hablando es jugar un mundial, que es el año que viene, poder ser seleccionado nacional. Un objetivo que traigo como tal, como tanto es hacer una empresa que contrate exclusivamente a personas con discapacidad, porque sé lo difícil que es conseguir un trabajo teniendo una discapacidad, entonces es uno de mis objetivos, uno de mis proyectos en algún plazo, ya estoy en prácticas con las empresas para ver si lo puedes lograr. Estamos haciendo relaciones con empresas, con empresarios, les estoy plasmando mi proyecto, estamos viendo todos los beneficios fiscales que podrían tener al apoyar, en este caso, a la discapacidad, aparte de que su empresa o ellos trabajaría por la responsabilidad social que es muy importante como país tenerlo, como empresa, como sociedad tener esa parte de la responsabilidad social, y eso son los lazos que he tratado de hacer.

Rosa:

La idea del deporte comenzó en la secundaria, llegó un maestro, se llama Eleazar Hernández, metieron esa materia; educación física, entonces empezó como recreativo, llevarlos a jugar, el basquetbol..., Fue la primera vez que se jugó

básquetbol aquí en México, en lo que antes era el DIF, ahora es el "INPI". Es entonces él fue el que empezó a hacer el deporte en silla de ruedas en México. Esas cosas recreativas, deber qué nos gustaba y qué no, salió una selección a Alemania, pero fueron dos personas nada más en levantamiento de pesas, y bueno ganaron una medalla. Y bueno se hicieron los primeros juegos nacionales, se hicieron algunos torneos en la escuela de educación física, toda una historia de cómo empezó aquí el deporte.

Competir es replicar todo lo que he entrenado, para alcanzar el objetivo que me puse en el entrenamiento. Llegar a ser la mejor.

Lo que me da la oportunidad de seguir compitiendo, yo creo que es tomar en serio desde el entrenamiento, escuchar al entrenador, cuidar lo que comes, cuidar tu cuerpo, dormir las horas necesarias, si tú quieres alcanzar un objetivo tienes que sacrificar, ¿no?, y se sacrifican mucho a la familia, mucho.

Yo compito porque me gusta, porque quiero tener un logro deportivo, ¡una medalla!, la verdad es muy bonito estar en un pódium y escuchar tu himno y que te den tu medalla y más cuando ese primer lugar, es una sensación que es indescriptible. Todavía me siento capaz de competir.

En el área deportiva tengo que confiar, si fallan ni modo, estoy ahí para apoyar, porque somos 5 en la cancha, siete fuera y el entrenador, entonces hacemos jugadas y si esta persona hace algo mal, tengo que compensar para que no se vea tanto su error, y si a otra le estoy dando un pase para que enceste, es porque le tengo la confianza, sino, no se lo doy.

Mi calidad de vida es buena, todo está cubierto bien afortunadamente.

Respecto a mis intereses... Mi interés es volver a tener un equipo, una selección femenil y mi meta es primero con mi equipo, renovar equipo, porque somos gente ya muy grande, con mucha experiencia, pero quiero incluir gente joven, buscar ser el #1 otra vez el básquet femenil y seguir apoyando la gente que se crucen en mi camino.

Pablo:

Yo empiezo en el deporte adaptado hasta que yo iba en sexto año de primaria, yo anteriormente nunca tuve acercamiento con personas con discapacidad, de hecho, en la escuela "regular", y nunca tuve problema, mi familia nunca me educaron en relación a mi discapacidad, nunca me limitaron en mi familia, siempre me apoyaron.

Anteriormente se pensaba que deporte era una forma de rehabilitar, ya cuando haces deporte ya no es rehabilitación, ya no depende de muchas cosas, ya eres muy libre, ya haces muchas cosas muy fácilmente. Ahora el deporte es de alto rendimiento, porque se requieren un mínimo de cuatro horas diario para estar en condiciones para competir internacionalmente.

Tengo como meta seguir jugando, seguir haciendo deporte de una manera activa, estoy entrenando diario, yo realmente empecé a tener problemas de sobrepeso porque había veces que sólo comía una vez al día.

Ahorita tengo una invitación para formar parte de los partidos políticos, pero no me gusta la política, es algo a lo que nos ha acostumbrado y que si rechazo mucho es la hipocresía, la traición y que te utilicen, estoy en contra de ocupen imagen. Yo ahorita jugó basquetbol y entreno y hago lo mismo que hacen los "chavos" de 16

17 años, los oriento, les ayudo y ese lo estoy haciendo por salud. Le estoy dedicando tiempo para estar bien porque así mi familia estará bien.

Mi calidad de vida es buena... yo trabajo para darme buena vida, me gusta comer bien, me gusta tener cosas bien, o sea, por ejemplo, hoy que no fue a entrenar, pues le pongo a ver mis series, es un gusto que poca gente lo puede tener, disfrutar mi casa, me encanta mi casa.

Tengo muchos proyectos, quiero seguir apoyando a las personas discapacidad, si puedo el año que entra meterme a algún partido político y hacer un buen programa o proyecto para dar atención al deporte adaptado, con todo gusto, podemos entrar ahí.

Jesús:

Mi primer acercamiento con el básquetbol en silla fue por una invitación que me realizaron, una persona que ya llevaba bastante tiempo en el deporte y, un día estando en una plaza pública me encontró y me dijo que si quería participar, me agradó la idea, fui y me gustó la dinámica, y como era en ese entonces, porque desde ese entonces hasta ahorita se ha modificado bastante lo que el deporte que el básquetbol, antes era un "poquito" más lento ahorita es mucho más rápido, ya ha cambiado también las reglas, entonces desde ese momento me agrado.

En un principio me impulsó mi familia, me dijeron: -ve, ve si te gusta, por una parte, para que te distraiga y salgas de la rutina que tienes en tu casa-. Ahorita algo para seguir es el hecho de que puedes conocer muchos lugares (otras ciudades, otros países) por medio del deporte, puedes sobresalir y ser reconocido. Mi mamá y mi papá eran los que más me impulsaban.

Competir para mí es un demostrar quién es mejor, o hasta dónde puede llegar tú, en cuanto a medir capacidades, un equipo con otro, a lo mejor un equipo tiene muy buena defensa, pero los tiene muy buen ataque y ahí se genera una competencia, -¡ah!, pues tú me vas a defender bien, yo te voy a encestar en de donde tú me dejes-, y pues una competencia la puedes generar hasta contigo mismo, por decir: -¡yo quiero ser cada día mejor y lo tengo que lograr!-. Sí es el de mostrar, pero aparte es querer ganar como un reconocimiento, digo yo compito para quedar dentro de los mejores lugares y es quedar dentro de los mejores lugares, me va a posicionar en ser reconocido o mi equipo ser reconocido, entre los primeros tres, pero aparte de competir te lleva a otro evento, entonces, es más que nada es querer superar y querer alcanzar un objetivo.

Me siento preparado para competir, por todos los años que tengo de experiencia en mi deporte, a parte porque tengo la capacidad, puede saber la capacidad para poder estar en el evento y competir. Me da seguridad todo el tiempo que he entrenado, las cosas que yo tengo prendidas, que muchas veces ya no las hago como " forma pensante", ya es algo como forma mecánica, ya es algo que mi cerebro hizo tantas veces que es una repetición, otra repetición, otra repetición, que ya "solito sale.

En el espacio deportivo tengo que confiar en mis compañeros, es el entrenador que me está dando una orden, que me dice: -muévete para acá, muévete para allá, haz esto, haz "el otro"-, y en mis compañeros en el simple hecho de que si va a tirar digo: -métela-, y ya si la falla, pues ni modo "ahorita" se recupera, "ahorita" vemos que hacemos, pero todo el tiempo es tener confianza en el otro. La confianza empieza por uno mismo, puedes tú practicas un deporte y te dicen que vas a ir a

un evento a competir, pues yo me tengo que tener confianza para saber que pudo sacar ese evento, o puede estar dentro del evento y hacer lo mejor posible.

Metas a largo plazo sería tener los recursos económicos para poder adquirir una casa, creo que yo me voy mucho por lo material, quiero tener algo que sea propio, que me haya costado a mí y que yo sé que en un futuro me va a servir, como una forma de inversión.

"Ahorita" como que eso ha quedado un poquito de lado, porque actualmente me encuentro sin trabajo, pero lo que estoy haciendo para poder llegar a ese objetivo buscar, ir a tocar puertas a empresas para conseguir un nuevo empleo y de esa manera, tener la posibilidad de tener algún momento llegar a esa meta. Tengo un historial crediticio en algunas instituciones, en donde hay muchos apoyos en forma gubernamental o de algún tipo que te ayudan a tener algunos créditos que te ayudan a ese proceso de adquisición, creo que conforme voy viendo mis necesidades me voy creando una nueva meta, ahorita solo es lo de la casa.

En lo personal, la meta más reciente que he logrado es que ¡cambie mi carro!, mi anterior carro ya estaba muy "viejito", era funcional pero no cubría las necesidades que a veces yo requería, ¿qué fue lo que hice para lograr?, estuve trabajando, estuve ahorrando, y al final de cuentas con el dinero ahorrado más la venta de ese carro, me compre uno más reciente, con el que actualmente me desplazo. Y a nivel deportivo había dejado un poco de lado las competencias, y en el mes de marzo me fui a un distrital después de dos años de únicamente estar entrenando y bueno quede en segundo lugar con mi equipo, creo que fue un buen papel, aunque creo que se pudo haber mejorado aún más.

Mi calidad de vida es buena, tengo lo básico y lo necesario, una de ellas es salud, otra de ellas es una solvencia económica que es buena, no te voy a decir que es excelente, que me da para excesos, pero bueno cubre mis necesidades; medicas alimenticias, de transporte, para pagar servicios, todo bien.

Me gustaría que mi calidad de vida mejorara tal vez en la parte económica y bueno creo que eso es lo más marcado que yo puedo resaltar, y es en lo que yo tengo que trabajar para que mejore, porque, por ejemplo, pues para una buena salud basta con que te cuides para que la tengas.

Ricardo:

La que me impulso para hacer deporte fue mi mamá (risas), ¡Uuuuuuh!, cuando era chiquito, le dije a mi mamá que iba a ser ¡un flojo!, y a ella no le gusto eso, yo tenía como siete u ocho años, desde esa edad hasta los dieciocho lo practique. Mi mamá me "lanzó" luego, luego. Primero empecé como basquetbolista, ella me llevo a Cuautitlán Izcalli a practicarlo, luego mi entrenador me motivo a danza, era un deportivo y tenía las instalaciones para gente con discapacidad, allí ya se practicaba el basquetbol y la danza en silla, allí fue cuando empecé.

Empecé la danza por mi hermana, salí en sus "quince años" y de allí me presentaron a mi pareja de baile, con ella viajé las tres veces internacionales, y desde ese entonces (2007-2008) fue donde empecé, y me gusto.

Para mi competir es demostrar que soy el mejor, al competir me concentro, para que mi familia se siente orgullosa de mí. Duré diez años, yo era bailarín del Estado de México, fui campeón mundial en danza tres veces, en Holanda y en Rusia en el 2010, 2011, 2012. Eran bailes de salón, eran competencias internacionales, en

diferentes categorías y yo era categoría dos. Tenía dos parejas una en silla de ruedas y una de pie, en el baile de donde era de silla, era dúo, la otra era combinado (uno de pie y uno de silla)

"Ahorita" me metieron a una escuela que se llama "Universidad Cinépolis", entonces yo ya voy subiendo y voy siendo supervisor, voy subiendo como empleado del mes, como supervisor, en recursos humanos, como subgerente y después como gerente, entonces eso es lo que me metió mi jefe, a los tres meses entre a eso. Trabajaba en Cinépolis VIP que queda aquí en paseo Interlomas, en ese Cinépolis no me ayudaron mucho, sufrí discriminación por mis jefes, en especial el que era mi jefe y pedí mi cambio, en ese cine dure medio año, pedí mi cambio me lo dieron y ahorita en donde estoy me están ayudando mucho, me dan muy buenos horarios, porque en el lugar anterior me daban pocas horas, a veces cinco, a veces cuatro, o a veces me descansaba, uno o dos días, o toda la semana (risas) y me pagaba muy poco, \$2000, \$1500, aquí mi jefe me apoya con \$3500 quincenales, me va muy bien no me quejo, y los compañeros son "otra cosa" me apoyan mucho en todo, no me dejan solo.

Actualmente considero que tengo una buena calidad de vida y quiero mantenerla porque las envidias están a "todo lo que dan".

Para lo de UBER voy a sacar mi licencia, manejo bien... ¡no, no es cierto! (risas) manejo muy feo, pero ya voy mejorando, me van hacer un examen y me estoy preparando para ello, también tengo como meta sacar adelante a mi familia, a mi mamá y a mi mujer, sacarlas adelante. Deportivas ya no tengo en mente, solo laborales, en ese ámbito quisieras demostrarles que soy bueno.

La categoría de Motivación Extrínseca permite englobar los testimonios sobre los estímulos que mantienen, las personas que los sostienen, al igual que las metas deportivas y personales como decisiones respecto a las acciones para lograr alcanzarlas.

Categoría 5. Inclusión Social

Alberto:

No requiero ningún apoyo para el traslado al centro deportivo. Como ayuda técnica solamente una plantilla, en ocasiones un bastón y en otras una silla de uso diario, para cuando... no puedo (risas), pues me muevo en esa silla y pues todo es para que mi pierna no se desgaste más.

Me considero una persona autónoma por el hecho de haberme relacionado con las personas indicadas. Han pasado distintas situaciones que han pasado en estos tres años, me ha mantenido ahí el hecho de haber tomado una primera decisión de ahí acompañada de otra y de otra. Todos los días tomo decisiones, mi trabajo implica que mucha toma de decisiones que a veces por mínimas que parezcan tienen consecuencias.

El deporte adaptado definitivamente se relaciona con mi autonomía, sí porque con el básquet fue de las primeras veces que yo empecé a viajar solo, más bien yo nunca había viajado así en familia, el trabajo anterior de mis papás no nos permitió salir mucho de la ciudad, ni siquiera de la colonia creo, y el básquet fue de las primeras cosas que de alguna manera yo solo estaba haciendo y que yo solo visitaba otro deportivo para empezar, después otra ciudad, pues sí, más estados y demás y fue de los primero que empecé a hacer yo solo”.

Nuestra convivencia en la cancha es buena, pues, hay menos tensión cuando hemos entrenado, cuando se ha creado una especie de estrategia que en general no existe, pero cuando ya hay como un acuerdo implícito entre los jugadores que van a competir como que no hay mucha complicación, lo juegos suelen darse mejor.

Los acuerdos van desde estudiar al rival, al equipo contra el que vamos, de alguna manera ya está definido qué jugador va a hacer qué cosa. En general es una buena relación.

Mi red más sólida es la laboral. En cuestión de mi salud... ¡No me gustan los hospitales!, porque sé que mi lesión cada vez va a peor, y en algún momento voy a tener una complicación más grave con mi pierna y por eso como que el evito, sabes, puedo ir a mis consultas, a mis radiografías, a mis estudios, pero trato de no concentrarnos tanto en eso por ese miedo.

La responsabilidad actual más fuerte que tengo es como hijo. Tengo que tener bajo control todo, principalmente con mis papás, ayudarlos en todo aspecto, hasta que mi físico lo permita y mi tiempo, o sea, en mi familia son las personas más longevas y aparte son mis papas, son una relación más sólida y más directa, en los que más pienso. Yo soy una persona intolerante, pero con ellos trato de ser muy tolerante, y no es que ellos sean malas personas, pero por ejemplo a mi papá me pregunta algo y le contesto y no me escucha, y este tipo de cosas me molesta, el hecho de repetirle las cosas, pero bueno respiro y tranquilo y ya. Esas pequeñas cosas intento ponerle más atención. Son las personas con las que cuenta y que saben que también cuentan conmigo.

Mi mamá es la persona que más me ha apoyado y lo sigue haciendo, mmm... con su simple comprensión me ayuda demasiado, el hecho de que comprenda un trabajo, mis actividades, en ocasiones hasta mis relaciones sentimentales, creo que con eso. Es simple comprensión, o sea, hablamos de muchas cosas, cosas que le suceden ella, cosas que me suceden a mí, siempre un tema que sale y la comunicación es bastante continua. Con ella no haría algo con lo que pueda sentirme mal. En un 70% siempre gana lo que opina contra un 30, pero en ambas tomas de decisiones resultados han sido positivos, como que no hace gran diferencia, pero yo me siento más seguro cuando ya ella sabe. En realidad, no es que le consulté tanto mis decisiones, porque si son decisiones que haya una familia no afectan, creo que no tiene porqué Influir su decisión o su opinión.

Dependo de mi familia, nada más, o sea, no he perdido a ningún familiar o ser querido y yo creo que el hecho de perder a alguien me derrumbaría emocionalmente, pero pues hasta ahí, o sea, igual es un bache y ¡ya!, pero, no me ha pasado, no te puedo decir, pero sí mi familia es lo único.

Estoy en el deporte por el hecho de tener condición física, lo poco o mucho que tengo se lo debo al "básquet" y en personas... sólo yo mismo, o sea, creo que no hay nadie por lo que estoy ahí.

En la balanza me inclino más por el ámbito laboral, sin dejar el deporte de lado, porque es algo que me ayuda, ahorita que ya no hemos entrenado ya me siento así

como desesperado, como que veo la duela y “¡uta!” ya quisiera mínimo poderme retirar un rato, porque es algo que se vuelve parte de ti, o el simple hecho de rodar en la silla ya es algo super relajante, digo yo que camino un poco despacito, cuando ando en silla de calle o sea “¡uta, Soy Superman!”, entonces ese tipo de cosas como que te hacen sentir bien contigo mismo, en el aspecto de la salud y eso, es algo que me hace sentir bien, pero yo siento que en el deporte no creo que pueda yo brillar y sinceramente tampoco es mi objetivo, pero es algo que a mí me llena, o sea, como te dije hace rato, hay compañeros que ya juegan en España porque ellos ya lo hicieron suyo y era su meta, lo que estén pasando, lo que ganando, era su sueño, era su meta y lo están logrando. No sé, no me veo, o tal vez igual “ahorita” estoy diciendo algo y en los años puede que esté bien “clavado” en otra disciplina, en otras cosas, o que me vuelva buen tenista o lo que sea, y ya, todo puede quedar de lado, aunque en términos generales no vives del deporte en el país, no viven de ser deportistas, a mis 23 años mínimo tendría que tener tres medallas para considerar seguir dedicándome al deporte, pero sino logrado nada destacado en el deporte no hay nada que me haga pensar que en cinco años lo voy a lograr, si está muy difícil, o sea, una parte muy realista no tiene como tanto caso invertir tiempo y esfuerzo en algo de lo que no voy a vivir. Igual y lo que estoy haciendo tampoco voy a vivir, pero hasta ahorita mi idea es que sí, a lo mejor en algún momento yo pensé vivir del deporte y ya conforme que otra cosa hice esa cosa y fue quedan de lado, pero todo es cuestión de tiempo.

Hoy me siento incluido en el espacio deportivo, aunque pasé por un pequeño bache en el que no me sentí parte de, por el hecho de poder caminar, y bueno comentarios que me hacían unos compañeros, que ahorita ya lo veo como bromas, pero en un principio al ser el primer acercamiento y querer hacerlo y entre que tiene miedo, entre que sí, entre que te puedes caer, entre que te pueden pasar cosas, sí sucedió ahí un bache de cuando deje practicarlo, fue esa una de las razones como internas que no me sentía yo incluido en el deporte, que no me sentía incluido en el deporte. Pero bueno, ya con el tiempo fui dándome cuenta de que no iba a poder practicar “básquet” convencional nunca, y como que no había muchas opciones.

En otros espacios cotidianos también me siento incluido, porqué mi discapacidad no ha sido limitante en ningún aspecto para desenvolverme en lo que me gusta, hasta hoy en día no es un limitante, ni es algo que oculte tampoco.

En sociedad soy como una “hormiguita”, como la de la película donde una hormiga pertenece a una colonia, y que trabajan para un fin común que es alimentar a los saltamontes y a su misma colonia, pero soy la hormiga que le gusta estar inventando cosas, que salió a buscar a otros bichos para que les ayudaran a espantar a los saltamontes, yo creo que yo sería esa hormiga, pero hormiga fin de cuentas.

Gregorio:

Para ir al espacio deportivo no necesito ningún apoyo como tal, está cerca, a unos 2 km. Tengo carro, pero ahorita prácticamente me voy caminando para poder hacer más condición física, algo de 20 a 25 minutos aproximadamente. Mi ayuda técnica son los bastones canadienses, sólo esos.

Me considero una persona autónoma, porque hago mis cosas yo solo, sin ayuda de nadie.

Cuando sufro el accidente y adquiero la discapacidad, mi papá prácticamente dijo: -el deporte se acaba para la familia-, yo creo que para ellos fue más duro, porque

la ventaja que siempre he dicho, es que fue de muy niño, yo creo que entre más joven pasa, te adaptas más rápido a que te pasen una edad adulta, dentro del equipo tengo compañeros que les pasó ya en una etapa adulta o adolescente y les ha costado mucho más trabajo aceptar su discapacidad y caminar hacia nuevos objetivos, entonces sí, yo creo que les costó más trabajo a ellos que a mi aceptar esa idea. Pasaron como 1 ó 2 años para que yo pudiera volver a retomar el deporte como tal. Fue como una adaptación de ambos.

Mis redes principales son primeramente mi esposa y mi "nena", que son mi familia nuclear. Vivo con mis padres y con mi hermano que "ahorita" está viviendo aquí con nosotros, y con mi abuelita, son las personas que convivimos a diario. Yo trabajo por mi cuenta, yo me dedico a las ventas, tengo una asociación civil donde prácticamente trabajo con mi esposa, porque entre los dos formamos la asociación y tenemos una farmacia entonces nada más convivimos con la persona que atiende. El equipo lo convertimos en asociación civil precisamente para obtener más apoyos, porque al final todos los recursos que el equipo requieran, los tenemos que solventar nosotros como tal como equipo.

Las decisiones en el hogar siempre las tomamos en conjunto mi esposa y yo, pero al final la última palabra la tiene ella (risas).

El fútbol ha sido una de mis pasiones desde muy pequeño, entonces lo deje muchos años de mi vida y volver a retomarlo..., la natación me encanta, es un deporte también que me apasiona, pero no es la misma pasión larga de jugar fútbol, o sea, y siquiera en el público, o sea la pasión indiferente, el ambiente que se vive dentro de una cancha de fútbol es muy diferente al que se vive en una piscina, entonces, prácticamente es eso.

Yo creo que mi responsabilidad como persona, en este caso como persona con discapacidad, una primera, para mí la más grande es educar a mi "nena" viendo que todos somos iguales, pero al final todos también somos diferentes, y nos debemos de respetar con nuestras diferencias y debemos aceptar la forma de pensar de las personas, como también debemos hacer valer y respetar nuestra forma de pensar. La segunda es que, en involuntariamente, todas las personas con discapacidad nos volvemos educadores, ¿por qué?, porque si nosotros no educamos a nuestra sociedad de cómo tratarnos, de cómo hacer que se respeten los espacios hacia las personas con discapacidad, en el transporte público, en los estacionamientos de los supermercados, de cualquier lugar que vayas, pues ellos, muchas veces para tu saber de la discapacidad tienes que vivirla, y muchas veces no todas las personas lo han vivido, y hasta que no lo vives no lo comprendes y no lo respetas, entonces involuntariamente nos tenemos que volver educadores, por eso yo a veces cuando tengo la oportunidad de platicar con chicos que tienen alguna de discapacidad, le digo: -ustedes hagan valer sus derechos, porque si tú no nos hacen valer pues el a lado nos conoce-, entonces esa es una de las responsabilidades más grandes por las cuales hice el equipo, primeramente pues para demostrar que las personas con discapacidad, como te lo repito, son gente con valor, gente que tiene sueños, que todos los días salen y a pesar todas las dificultades de su uso, van a trabajar, tienen familia, tienen responsabilidades y obligaciones como tal, pero pues muchas veces la sociedad en común no lo comprende, no lo entiende, pues entonces es un trabajo de nosotros poder lograr que esa sociedad lo entiendan y lo comprenda. Lo empiezo desde mi familia y lo empiezo también desde todos los sectores en los cuales yo convivo. Cuando nos toca ir a dar una plática alguna empresa, alguna escuela pues hacerles ver que la persona con discapacidad es una persona "común y corriente" y como tal tiene que ser tratada igual.

Fíjate que yo nunca me he sentido excluido, será porque a mí me criaron con la idea de que yo no tenía ninguna discapacidad y mis padres siempre me dejaron hacer todo lo que yo quería, si yo me quería subir un árbol me decían: -súbete, si te cae es "tu bronca"-, entonces siempre crecí con esa libertad de hacer lo que yo quería y realmente toda mi vida de convivencia ha sido más con personas convencionales que con personas con discapacidad, entonces yo creo que eso ha ayudado a que nunca me he sentido excluido. Me ha tocado ver la parte que..., muchas veces nosotros las personas con discapacidad, somos las que ponemos la barrera, por el miedo de sentirnos rechazados, de tantas veces que a lo mejor nos ha tocado la infortuna de sentirnos así, yo creo que nosotros mismos somos los que muchas veces ponemos las barreras y no nos abrimos a las personas, o a la sociedad como tal, entonces creo que esa parte también tiene que ser muy importante, también muchas veces es preguntarse hasta dónde está tu autoestima, para sentirse capaz de convivir con la sociedad en común y no sentirte menos, no sentirse rechazado, no sentirse excluido, porque al final tú eres el que decide si te excluyes o no, yo lo veo desde ese punto.

Para mí la relación entre la sociedad y yo ¡es perfecta!

En general me gustaría que la sociedad notara la urgencia de hacer una sociedad integral, nosotros como personas con discapacidad tenemos que trabajar desde "nuestras trincheras", pero también necesitamos de la sociedad en común, o sea, no podemos hacerlo nosotros solos, porque al final todos necesitamos de todos, entonces entre más tengamos una sociedad incluyente creo que como sociedad vamos a ser mejor, como sociedad vamos a crecer, entonces al final creo que un México mejor nos conviene a todos, no nada más a los políticos, no nada más a los deportistas, no nada más a los estudiantes o a los empresarios sino a todos. Entre más gente o más personas con discapacidad preparadas haya creo que mejor va a ser, porque al final la preparación es la que te dan las armas para trabajar por los ideales, para proponer cosas, es como yo decía ¿cómo es posible que en los gobiernos haya gente o representantes de la discapacidad que ni siquiera discapacidad tienen?, y no es porque yo diga que esté mal, pero al final, ¿cómo vas hablar de un tema que tú no has vivido?, ¿cómo vas a hablar de la exclusión, si nunca te has sentido excluido, si nunca te has sentido rechazado?, es por ejemplo, ¿Cómo vas hablar de los derechos de la mujer si tú no eres mujer?, bueno, yo lo veo desde este punto, eso que creo que es algo que debemos de trabajar y los que mejor pueden trabajar por los derechos son las personas con discapacidad, pero para eso estamos gente preparada, gente que esté capacitada para poderlo hacer y para poderlo proponer

Rosa:

Antes cuando era soltera, para trasladarme al lugar deportivo, viajaba yo en "peseros" o camiones, metro. Ya después el carro, y aquí... pues no sé si sea dependencia no, pero como mi esposo hace deporte siempre vamos a los mismos lugares. Bueno, si él no puede yo me voy sola.

Sí me considero una persona autónoma, porque mi discapacidad me lo permite. No dependo de nadie para vestirme (por ejemplo), porque soy una persona que trabaja, porque soy una persona que provee a otras personas.

Mi esposo y mis hijos, son mi principal apoyo, siempre, toda la vida. Ahora también mi nieta, esa la que está impulsando para hacer más cosas. La laboral la mantengo.

También tengo beca vitalicia, por la medalla paralímpica que tengo. También como entrenadora de básquetbol tengo mi ingreso.

Podría decir que mi bienestar está ligado totalmente de mi esposo y de mis hijos, sí... la familia.

Desde siempre recuerdo que la iniciativa, para el deporte, fue propia. La emoción de todos los niños de esa edad de hacer deporte, era algo como soñar despierto, subirse una silla y jugar básquetbol, inclusive en la escuela jugaban torneo de fútbol, e incluso alguna vez algunos de los muchachos jugaron en el estadio Azteca, Antonio Roca fue el que le ayudó a un grupo de chicos que pudieran jugar un sueño imposible de jugar en el "azteca". Entonces pues sí fue por iniciativa propia. Esa escuela era del DIF, antes cuando nada más había para lesión "locomotora", ahora ya atiende otras discapacidades.

Permanezco haciendo deporte porque aún existen entrenadores muy buenos y yo siempre soñé... hace como 20 años, que yo quería enseñar lo mucho o poco que yo he aprendido, entonces si me da la oportunidad de trabajar con "los chicos", la verdad que fue mi sueño hecho realidad y puse todo..., corazón, ¡todo, todo! Y fue una experiencia "muy padre", y hasta "ahorita" sigo atendiendo gente, porque es lo que hace falta, enseñarles es el amor al deporte y en qué dirección se tienen que ir, porque hay muchos chicos que la familia no es brindar su apoyo, que no aceptan su discapacidad, yo creo que yo tengo la obligación de guiarlos, apoyarlos en lo que ellos quieran, por eso sigo, y porque me gusta y porque no voy a dejar de hacer deporte hasta que ya no pueda.

Las responsabilidades que tengo actualmente son: Ir a trabajar, hacer de comer diario, porque es algo que me gusta. Atender a mi familia y a mis amistades, ir al mercado que ¡me encanta!, ahora me voy en la silla y me siento "súper" feliz, porque hago las cosas muy rápido, antes me iba en carro o con los bastones, pero ahora no, al principio me veían raro me decían que qué me había pasado, y nada, es porque algunas cosas más rápido y entonces me ven y ya la gente dice: - ¿me permite acomodarle su mandado?- porque me llevo una bolsa atrás, y yo: -No, gracias- y alguien me dijo: -no rechace la ayuda, porque lo hacemos con mucho cariño para usted, sabemos que es una persona que no necesita de nadie, pero permítanos acercarnos-, y sí me movió y ahora "la de las flores" dice: -yo se lo acomodo-, y yo: -bueno-, ella: -yo le pongo esto-, y yo: -"ok"-, me dejo apapachar y "es padre".

Ahora pasamos desapercibidos, y ¡"que padre" !, porque cuando era yo niña, me acuerdo de mi mamá "pobrecita", me llevaba caminando y todo mundo así... (mira de arriba abajo), - ¿qué le ves?, y yo: ¡mamá!, y ella: ¡¿Qué le ves?!, siempre se peleaba, yo creo que por eso era yo tan insegura y callada, introvertida... Cuando le dije a mi mamá: -yo quiero ser educadora-, ella: - ¿qué quieres ser? -, yo: -educadora-, y mi mamá: -no creo-, y yo: - ¿por qué?, ella: - ¡no, no hablas con nadie...! De "chiquitita" me decían: - ¡" aayy" que bonitos ojos! - (sus ojos son verde claro), "¡uuyy!" que no me dijeran eso, ¡me quería meter abajo del vestido de mi madre!, en serio, o llegaba gente a la casa y me escondía detrás de las cortinas..., entonces haber entrado al DIF y el hacer deporte me hizo una persona muy segura.

En mi casa las decisiones se toman en pareja, yo le consultó a él y él me consulta a mí, se toman acuerdos.

En todos los espacios en general me siento incluida. Aunque fíjate que cuando entre a "gobierno", entre de 19 años y me dieron el lugar de una maestra que tenía 60 y tantos años, ¡imagínate!, una niña contra una persona mayor, y la asistente educativa tendría como 50 años, entonces, ¿cómo una niña iba llegar a sustituir a

una maestra ya mayor y con mucha experiencia?, entonces estábamos en cantos y juegos y fue como a los 15 días, entonces dice: -vamos a jugar “al patio de mi casa”, y le dije: -ok- y empieza a cantar: -dicen que soy, que soy un cojita, dicen que soy...- y ya, los niños brincaban y todo, y en eso que me dice: -¡ay maestra!, discúlpame no te quise ofender-, y yo: -¿no me quisiste ofender?, ¿por qué?-, ella: -es que, por “cojita”-, y yo: -¿”cojita”?, ¿quién está “cojita”?-, ella: -¡pues usted!-, y yo: -a ver... ¿vez que me falta una pierna...?, y ella: -no...-, le dije: -tengo secuelas de “polio”, ¡mira! uso un aparato, pero yo creo que hay gente más “cojita” de neuronas fíjate, y no, no me ofendiste, y si crees que soy “cojita”, eso me hace más grande porque soy diferente a todos y ¡eso es padre!-. O sea, sentí muy feo, pero tuve que decirle.

Y otra directora también, me dijo: -es que estás muy “chica” y con discapacidad...- y le dije -la discapacidad la tengo una pierna y no aquí (señala su cabeza) y puedo pensar mejor que mucha gente, deme 15 días y si no le convence mi trabajo ¡me voy! - y a los 15 días me habló y me dijo: - ¿sabes qué Elizabeth?, ¡perdóname! -. Yo creo que es con ejemplos ¿no?, sin pelear.

Pablo:

Si me considera una persona autónoma, siempre he sido independiente, te digo una cosa, todo lo que he querido lo hecho, con el apoyo de mi familia.

Yo siempre he dicho que tengo la suerte de haber tenido a mi familia que siempre me apoyó y nunca me dio como una persona con discapacidad, pues para mí fue algo muy importante, pero no todos hemos tenido esa suerte. Conozco familias que se han acabado porque uno de ellos tiene discapacidad y no saben cómo tratarlo, entonces tenemos ayudarles, que orientarlos, no sólo es la persona que tiene la discapacidad, a la familia hay que ayudarlos, que la vida no se acaba. Tenemos ejemplos muy, muy buenos; Juan Ignacio Reyes, un chavo que nació sólo con una pierna, es un chavo estudioso, hace muchas cosas que uno estando bien dice: - ¡es ¿cómo no puedo hacerlo, si él sí puede?!

Para el deporte mi familia siempre me apoyo, siempre fui un orgullo para ellos, siempre me vieron como una persona que trataba de superarse, por fortuna pude ser presidente de la Federación de Silla de Ruedas durante casi 12 años.

Yo siempre he tenido todo, yo siempre he trabajado y he tenido la fortuna de tener porque trabajo para eso. Mi familia, mis amigos, toda la gente que me rodea.

En cuestión de redes puedo decir que tengo un trabajo, yo realmente desde el 86 he tenido que trabajar muy fuerte, hago muchas cosas, yo siempre he pensado que si quiero tener buena vida ¡tengo que trabajar!, entonces desde las 6 de la mañana andamos ahí parados para ver qué hacemos y siempre me ha gustado es ser emprendedor, el tener cosas, porque siempre me ha gustado.

Como responsabilidades tengo seguir fomentando el deporte en las personas con discapacidad, de inserción, eso que yo quisiera ir haciendo. Yo sigo trabajando, no llegan muchos jóvenes que hay que apoyarlos, mi primer objetivo es que estudien, poderles ayudar a que estudien, orientarles para que envíen, platicar con la gente le que se tenga platicar y en lo que podamos ayudar y trabajar, ojalá algún día realmente las leyes que se hacen para las personas con discapacidad sean respetadas y hacer cada día mejores leyes.

En la cuestión del hogar, las decisiones se dan siempre en familia, la decisión intentamos tomarlas siempre como un equipo. Voy a cumplir 35 años de casado con Rosa, tengo dos hijos que por fortuna son profesionales y bueno, a lo mejor te digo que de todos en mi familia yo soy el más bonito, porque no estudié (risas), pero la vida me ha enseñado y me ha puesto nuestra situación, todo lo que puede aprender lo voy a seguir aprendiendo, todavía tengo muchas ganas de hacer muchas cosas.

Somos un país que necesitamos redoblar esfuerzos, porque falta mucha cultura en relación a como poder apoyar a una persona con discapacidad, no me gusta que los muchachos pidan limosnas, porque yo conozco gente que es muy talentosa y que se les hace muy fácil pararse en una esquina o en un centro comercial y pedir "dádivas", y ganan bien, ganan bien, pero al final de cuentas nosotros lo que debemos de hacer es poder tener las herramientas para que cada día, los beneficios que podamos tener en este país para las personas con discapacidad realmente sean aplicadas, porque como personas con discapacidad muchas veces no sabemos que es lo que tenemos por autorizado en nuestras leyes.

Nosotros los que tenemos mucho tiempo en esto, nos enfocamos a poder transmitir los beneficios que da el poder hacer una actividad física, a principios la detección de la gente, integrarla, y posteriormente ya si vemos que tiene la facultad ya los empezamos a canalizar para que hagan el deporte de alto rendimiento.

Me siento incluido en otros espacios, siempre he tenido suerte para que me inviten a muchas cosas, te digo que estuve 12 años como presidente y 6 como presidente del Comité Paralímpico Mexicano, pues si conozco mucha, mucha gente, siempre trato de procurar que sea de respeto, no de lástima, que el respeto sea incluyente, no porque yo lo necesite sino porque trabajado para que la gente con discapacidad pueda acceder a eso.

Jesús:

Mi muleta es mi principal apoyo técnico, y a la hora de practicar mi deporte es mi silla de ruedas, pero en mi vida cotidiana solo es mi muleta.

Mi apoyo más grande hoy día es mi auto, porque me es complicado subirme a un transporte público, un camión, un taxi, un "pesero", entonces, mi apoyo más grande es mi vehículo, en el transporte mi silla y demás implementos como mi balón, mis uniformes de juego, incluso a mis amigos saliendo de los entrenamientos. La mayoría de los que entrenamos tienen como trasladarse, tienen vehículo propio, aunque algunos tienen que trasladarse en transporte público llámese metro, Metrobús, camión, tren ligero, pero sólo una minoría, en ocasiones los compañeros que viven cerca, o nos toca pasar por donde les queda más cerca de su casa pues intentamos acercarlos, o sea, es el decir: -tú vas, para allá..., pues "órale", "te echo un ray", ahí te dejo y tú de ahí te desplazas-.

Si me considero una persona autónoma, un ejemplo muy cotidiano sería... yo "agarro" mi vehículo y decido a dónde voy, a qué hora me voy, cómo me voy, y a qué hora voy a regresar a mi casa y no dependo de alguien como para tomar esa decisión, no le pregunto a mamá ¿a qué hora me voy a ir?, ¿a qué hora voy a regresar?, son cosas que son muy sencillas, muy simples pero que te hacen autónomo, te hacen pensar a ti mismo, desde el hecho que dices: -¿qué voy a comer?- y ¿a qué hora voy a comer?-.

El deporte influyó en mi autonomía, pero en aparte yo ya la tenía, o sea, yo ya sabía que era lo que quería hacer, cómo lo iba a hacer, en qué momento, pero por ejemplo, en el deporte cuando llegaba ahora de mi entrenamiento, yo de manera autónoma decía: -me tengo que ir "a tal hora" porque si no, no llegó, y ya, nada más avisaba: -saben que, ya me voy entrenar, al rato vengo-, y ya, yo calculo mis tiempos, yo hago mi dinámica y ya cuando es necesario que alguien más se integre, pues ya la integro a mi dinámica.

Para que las personas con discapacidad seamos autónomas, yo creo que es parte la sociedad y parte mía, porque si la sociedad nos apoya con una infraestructura mejor, la persona con discapacidad va a tener más seguridad de poder salir a la calle, o de poder ir sin ningún problema y ser más autónomo, más libre dentro de una ciudad que también todas las personas con discapacidad formamos parte, que no dependamos de un vehículo para poder trasladar, sino con el simple hecho de que haya las rampas bien hechas, con que haya puentes peatonales con rampas, que si hay en la ciudad pero son muy pocos, o sea, pequeñas cosas que hacen grandes cambios”.

Las redes con las que cuento son con mi familia, son algo muy, muy cercano, la segunda podría hacer mis ex-compañeros de oficina, con los cuales tengo una amistad, sé que con ellos es otro vínculo, es otra red, con los del equipo que sí he concretado amistad, con familia más lejana, primos, y tíos... también conozco varios médicos con los cuales tengo una relación, que puedo contactar y decirle: - ¡"échenme la mano"! -. Por la condición de discapacidad sí tengo un apoyo económico de la Ciudad de México, por el deporte también, en el equipo al cual yo represento me da un estímulo, el cual apoya para poder pagar el traslado a mis entrenamientos, o hacia lugar en donde tenga competencias.

Considero que mi principal apoyo "ahorita" es mi mamá y mis hermanos, o sea, tal vez no me apoyan como hace 10 o 12 años, que daban para el transporte e irme, "ahorita" es más como un sentimiento moral, como: - ¡echarle ganas!, ¡siguete preparando! -, platicar en donde se aproxima competencias, cosas así.

He permanecido en este deporte creo que, por gusto, bueno desde siempre ha sido así, pero en algún momento llegó a ser también como un negocio, no sé... te dicen: -tú me das cierto número de canastas en un evento, de lo que te va a dar el equipo, se te va a dar un porcentaje más-. -qué el equipo quede en mejor lugar y a ti se te va a dar una comisión mejor-, o sea, en cierto tiempo lo vi como un negocio, "ahorita" ya lo veo más como un "hobbie", porque también la administración que "ahorita" lleva toda esta cuestión de los recursos del equipo ha cambiado y ya no se presta para esta situación. Creo que no hay nada que no me guste del básquetbol en silla de ruedas, porque si lo hubiera no lo practicaría.

Una responsabilidad que yo tengo muy marcada es el estar al pendiente de cierta forma de toda mi familia, con el simple hecho de buscarnos vía telefónica: -oye ¿dónde estás?, ¿necesitas algo?, ¿quieres que vaya por ti?, ¿quieres que te mando un taxi?, siempre ver lo que necesitan para que estén bien.

Entre las responsabilidades, en el deporte lo veo como algo que tú sabes que tienes que cumplir en cuestión del entrenamiento, por ejemplo, es tal vez una responsabilidad y una obligación. Pero si tú lo quieres ver como una responsabilidad, porque te gusta, estas en todo tu derecho, ahora que, si se te hace pesado, porque no te gusta, pues ya lo ves como una obligación: - ¿Otra vez tengo que ir a entrenar?, no quiero ir, pero tengo que-, Al ponerle el "tengo" ya es hacerlo como obligatorio, es mejor decir voy a ir entrenar, me gusta hacerlo y no se me hace pesado. Y ya el hecho de querer sobresalir ya no es una responsabilidad, ya es algo que lo haces por convicción, ya es algo que lo haces por ti, y ya tú sabrás

con qué fin, si lo vas hacer con el fin de ser reconocido o con el fin de conocer más lugares, o con qué fin lo quieres hacer, ya no es responsabilidad.

Sí me siento incluido con el deporte, porque en el área deportiva todas las personas con las que practico tienen discapacidad y eso me hace sentir parte de este grupo.

En otros espacios, no te puedes sentirte totalmente incluido, cuando vas a buscar un trabajo, por ejemplo, porque cuando haces la entrevista no te conoce la gente, no sabe que eres una persona con discapacidad, que tal vez no puedes subir escalones, o que tal vez necesitas algún apoyo técnico para poder desplazarte, eso es una parte que no me sentía incluido a este grupo, pero algo que me hace sentir incluido es el hecho de mis habilidades, de lo mismo que las demás personas y por eso me incluyen, me piden mi opinión, y me toman en cuenta, al ya estar como a un nivel, me hace sentir más incluido.

Ante las demandas cotidianas yo respondo de igual que una persona sin discapacidad, porque yo apporto a casa, yo tengo obligaciones, yo tengo responsabilidades y dentro de esas obligaciones y responsabilidades sí hay un cierto "marcaje", bueno no te voy a pedir levantar cajas, cuando sé que no lo puedes hacer, pero simplemente te voy a pedir que hagas otra cosa, que si puedes hacer; lavar los trastes, desde ahí se están incluyendo en la dinámica de estar contribuyendo como cualquier otra persona.

Lo que me gustaría que los demás notaran de mí es "mmm..." que lo único normal que tengo es la diferencia, porque soy completamente normal como lo dice la gente, pero sin embargo hago las cosas de manera diferente a todos ellos, no sé, toda la gente puede cortar con un serrucho, a lo mejor lo cortan de pie, tal vez yo me voy a sentar o me voy a hincar, pero lo voy a terminar haciendo, ellos van a lavar los trastes de pie, tal vez yo necesite que me traigan un "banquito" o una "sillita", me pongo ahí y sin problema te los dejo igual, o sea, son cosas que todo mundo podemos hacer, o bueno todas las personas podemos hacer, sin embargo nosotros, o bueno yo, a veces voy a ocupar algo que es un apoyo para que lo pueda realizar.

La sociedad como que no está familiarizada o sensibilizada acerca de que una persona con discapacidad puede salir, se puede desplazar dentro de la ciudad y que aparte que sean conscientes de que necesitan una rampa, un elevador o necesitan simplemente que las banquetas estén bien arregladas, para que sean desplazamiento cómodo.

Los espacios accesibles son pocos y creo que hay veces que la misma persona con discapacidad ha hecho que no lo vean como una necesidad arreglarlos, porque por ejemplo, una persona en silla de ruedas puede subir y bajar un escalón con su silla, sin embargo, no porque lo pueda ser quiere decir que este bien, si le pones una rampa le ayudas a que haga un menor esfuerzo o a evite un accidente, que en el momento en el que suba o baje le vaya a ganar el peso o tenga alguna complicación.

Ricardo:

A mí me costó mucho trabajo dejar a mi mamá, sentí que la deje cuando me fui a mi primer internacional, iba a cumplir 10 años, estaba niño, y en ese momento sentí que si necesitaba a mi mamá, regresé llorando, porque allá no sabía qué hacer, estaba allá y ¿Cómo me baño?, ¿Cómo me paso a la silla?, ¿Cómo me cambio?, si le puse "cerebro", tenía que hacerlo porque no siempre iba a tener a mi mamá, dije: -tengo que ingeniármelas-, duramos allí una semana y en esa semana aprendí

muchas cosas, me bañaba del diario y si me caía, pero pues aprendí, aprendí como bañarme, aprendí como cambiarme, aprendí hacer mis cosas hoy solo, ahorita hasta la fecha, ya no dependo de mi mamá, ya me voy y me regreso del trabajo, me baño solo, me cambio solo, soy muy hábil, la habilidad se relaciona con el deporte.

Me considero autónomo, porque yo decido lo que quiero, porque en mi trabajo yo decidí entrar, para dar testimonio de que las personas con discapacidad son igual de buenas que las personas sin discapacidad. Tengo responsabilidades con mi "mujer", tengo una responsabilidad económica.

Cuento con redes como mi familia, con la laboral, también hay una asociación que no recuerdo como se llama, pero apoya a la gente que más lo necesita y ahorita me quieren para trabajar de UBER, me ayudará a sacar mi carro, porque lo que ellos quieren es que las personas con discapacidad demuestren que si pueden, y me dicen: -tu eres un ejemplo de vida, tu eres un "chungón", vente a mi asociación, yo te ayudo, y le digo: -no espérame porque aquí también me están apoyando-, en la asociación ganaría muy bien, "muchisisisísimo" más que en el cine, pero el apoyo es lo que cuenta, porque me ha costado mucho salir adelante.

Quien sigue siendo mi principal apoyo es mi mamá, ella me aconseja y me dice que busque algo que sea bueno, pero yo soy el que decide.

Me quedé en danza porque me gustaba, porque era muy hiperactivo, de niño era muy inquieto.

A los 18 decidí juntarme, duré con ella de novios una semana, la conocí en redes sociales, porque ni siquiera sabía de ella, ella me dice que, si me había visto, que, si me conocía, pero de vista, nunca me hablo ni para saludarme ni nada, hasta que me empezó a hablar por el "face" fuimos novios y al mes nos juntamos, yo lo decidí, fue un acuerdo. Hemos tenido conflictos como toda pareja, pero allí estamos.

En las cuestiones cotidianas, a veces le pido opinión a mi mamá, pero luego, tomo decisiones "como van", si son buenas o malas, ¡yo las tomo!, considero si es bueno o malo, pero yo soy luego el que toma las decisiones y todo eso. Las opiniones son cuando es muy complicado y si requiero de alguien les consulto: - "las cosas están así y así"-, denme una idea-, si veo que es buena idea me "aviento", si no, ¡no! En el cine me "aventó" mi hermana, ella también está en el equipo conmigo, de hecho, los cuatro trabajamos; mi cuñado, mi hermana, mi mamá y yo, entonces la que me "arrimo" a ese trabajo fue mi hermana, ella me dijo (porque como ya no entrenaba ni nada,) me hacía falta algo, porque como que estar encerrado en mi casa, como que no, entonces me motivé.

Si me sentía incluido en el deporte, pero ya después que empezamos con estos problemas, pues ya me excluyeron. La condición era un obstáculo para mí, pero demostré que yo podía.

Actualmente, en la dinámica de mi trabajo también hay envidia, una vez, yo tengo a cargo dos áreas; módulo de accesos y atención al cliente, y en atención a clientes a un lado está la dulcería, hay un "chavo" que va los fines de semana y a cada rato se mete a mi área, a cada rato, se mete, llega un cliente y lo atiende, estando yo allí, hasta me empuja para atenderlo él y le digo: -porque quieres hacer mi trabajo-, y me dice: -pues tú, es que quiero ser mejor que tú, "que no sé qué", así me dijo-, y le digo: - "órale pues", quédate aquí en mi área, a ver cómo le haces-, porque pues allí yo tengo que activar las tarjetas, tengo que hacer membresías, tengo que hacer varias cosas, que si son un poquito complicadas, que a mí todavía se me "tropiezan" un poco, entonces le digo: -entonces si sabes hacer todo esto, hazlo tú-

, y a cada rato esta "Ricardo ayúdame a esto" "Ricardo ayúdame al otro", es que no se hacer esto, es que no se hacer aquello, y digo: -"no que muy acá", ¡demuéstrame!, a ver si sabes mucho-, me dice: -no, pues es muy complicado y que no sé qué-, y le digo: -entonces no hagas mi trabajo, porque si no sabes no te metas, porque si ni en tu áreas sabes menos en la mía-, luego hasta le roban su mercancía y así (risas), y le digo: -entonces no hables, mejor demuéstrame que si sabes-.

En mi trabajo también me siento incluido, porque si necesito algo, mis compañeros me ayudan, porque como tengo el área de atención de clientes, a veces me las salas hay fallas, y entrando a las salas hay escalones, entonces yo no puedo entrar, y le digo:- oye compañero ayúdame a checar esta sala, parece que tiene una falla en la pantalla y en el audio, ¿pues ir a checarlo?, y me dicen: -si-, y ahí van, ya ellos me ayudan, si me siento parte del equipo. No he tenido conflictos con nadie más que con ese chavo que te digo, pero con todos me llevo bien, hasta con mi jefe.

La *Inclusión Social* es la categoría que da la oportunidad de revisar los elementos que las personas con discapacidad motriz consideran base para facilitar el proceso de inclusión desde fuera (la sociedad), pero también de evidenciar de qué manera ejercen su autonomía, y como las relaciones y responsabilidades asumidas por ellos abonan a la corresponsabilidad social.

III.VI. Análisis de la información

Los seres humanos somos reconocidos en un contexto social dónde lo que esperamos de los otros y de nosotros mismo es contar e implementar actitudes de socialización, que de alguna forma nos hagan partícipes de la dinámica del campo social, que, ante sus variados sub-campos, exige diversas condiciones para ser parte y pertenecer dentro del juego en cada uno de los existentes. La complejidad de lo social involucra directamente la vida personal, familiar y comunitaria de los sujetos, por ello, la agencia en los mismo dependerá en un principio de nosotros a la par de las oportunidades generada por la sociedad.

Los contextos sociales catalizan diferencias en la motivación dentro y entre las personas y en el crecimiento personal, resultando en personas que están más auto-motivadas, energetizadas, e integradas en algunas situaciones, dominios, y culturas que en otras. (Ryan & Deci, 2000)

Entender que todas las personas nacemos con el potencial para desarrollar una forma de vida con autodeterminación, es una aseveración importante para esta investigación, sin embargo, también es cierto que no podemos generalizar el desarrollo de esta condición de autodeterminación, ya que en la situaciones de vida de cada persona existe cierto grado de complejidad, por tanto, la rapidez y la solidez de los procesos de autodeterminación pueden depender de factores económicos, familiares, fisiológicos, psicológicos relacionales, donde las capacidades y la oportunidades varían mucho dependiendo la combinación y presencia de estos factores.

La autodeterminación la hemos referido como un proceso que involucra la motivación del ser humano, compuesta por motivación intrínseca (personal) y la extrínseca (socialmente expresada). En este caso por ser una investigación de Trabajo Social, hemos de enfocarnos en los procesos relacionales que motivaron dicha práctica.

Es así que iniciaremos el análisis de la información con base en las categorías ya establecidas con anterioridad.

Categoría 1. Campo

El discurso de los deportistas en este apartado enmarcan que el Deporte Adaptado es un Campo que dentro de su estructura pueden ser partícipes solo personas con discapacidad, en este caso motriz, ya sea de manera adquirida (*Gregorio: Accidente automovilístico, Rosa: Secuelas de Poliomiélitis, Pablo: Secuelas por mordedura de perro*), o congénita (*Alberto: Pie equino varo, Jesús: Secuela de Mielomeningocele, Ricardo: Secuelas de mielomeningocele*) Lázaro (2016), ya que el rechazo se hace presente incluso si la discapacidad no es muy notoria “... *el hecho de verme caminando y qué llegara y me subiera a una silla y jugara básquetbol, era como motivo de... no de burla, no sé cómo llamarlo..., pero es como ¡sarcasmo! Fue ese tipo de cosas que sentí como ataque*” (Alberto).

Para los agentes dispone de instalaciones adaptadas y accesibles *“considero que a los lugares deportivos que he ido sí son accesibles” (Ricardo), “los espacios deportivos tienen rampas, no debe de haber ninguna “barrerita” arquitectónica. Las características físicas del lugar deportivo son mismas instalaciones que se ocupan en una olimpiada, en un “nacional”, lo único que cambian son las reglas y que nosotros en silla de ruedas se adapta la silla dependiendo de deporte, (...) pero casi todo es lo mismo. (Rosa), “... los accesos tienen que tener rampas, incluso el área de las gradas” (Alberto), “en cuestión de la infraestructura... Yo practico en el deportivo “Villa Olímpica”, que es un lugar que tiene la accesibilidad para una persona con discapacidad, de hecho no tenían antes una rampa, “ahorita” ya hicieron algo, pusieron la rampa para que pudieran acceder, en cuestión de medida de la cancha es exactamente la misma que en un convencional, la altura del tablero es lo mismo, y ahí radica la dificultad del básquetbol, que tienes, ya que con las mismas distancias, con las mismas medidas, desde una silla de ruedas tienes que anotar la canasta e intentar lograr ganar el encuentro.” (Jesús) además de personal capacitado “aún existen entrenadores muy buenos” (Rosa), y en pocos casos, la oportunidad de contar con los implementos deportivos (sillas de ruedas, muletas, balones, bolas, pelotas, bancos), porque el argumento es que el costo de dichos utensilios es elevado “... si compramos algo “baratito”, “baratito”, nos cuesta alrededor de \$20,000, cualquier “sillita” (Pablo). Todo esto con la finalidad de concretar sujetos con iniciativa propia. Las instalaciones deportivas (cancha, pista, duela) son prácticamente iguales a las del deporte convencional, lo que refieren los testimonios es que, en la cuestión de acceso a las áreas deportivas sí deben y mantienen una conectividad con rampas para que la dinámica respecto a su desplazamiento y movilidad no se vea condicionado a otro tipo de apoyos (cargar sillas) por la complicación de acceso. La accesibilidad en el deporte es indispensable para la autonomía y dignidad de las personas que hacen uso de sus instalaciones.*

Los deportes que corresponden a cada persona son *“básquetbol sobre silla de ruedas, es en el que llevó más tiempo... y soy el único con la clasificación 4.5 que es la más alta”, “tenis en silla apenas hace unos meses empecé a practicarlo, ¡me gusta, está divertido!” (Alberto), “... fútbol de amputados, tienes que utilizar una pierna “bien”, pero*

la otra pierna prácticamente no la puedes utilizar” (Gregorio), “empecé practicando esgrima, tiro con arco, natación, en natación, atletismo, lanzamientos fue disco, bala, jabalina, básquetbol, tenis de mesa y de cancha y pentatlón y siempre “lleve de la mano” atletismo y básquetbol (Rosa), “he tenido la posibilidad de practicar todos los deportes; natación, atletismo, pesas, básquetbol, arquería, tenis, casi todos deportes” (Pablo), “básquetbol en silla de ruedas” (Jesús), “primero empecé como basquetbolista... , luego mi entrenador me motivo a danza” (Ricardo), deportes ya desglosados en los capítulos anteriores.

El Campo un espacio de juego que sólo existe en cuanto tal en la medida en que existan también jugadores que entren en él, que crean en las recompensas que ofrece y que las busquen activamente (Bourdieu & Wacquant, 1992).

Categoría 2. Juego

Es interesante como el Campo del Deporte Adaptado, como cualquier otro, tiene áreas de oportunidad y puntos fuertes que brindan excelentes oportunidades en la vida de sus agentes. A grandes rasgos el juego en este campo presenta una dinámica donde las carencias se hacen presentes ante la ausencia de estrategias para la inclusión de más personas al mismo *“es difícil poder involucrar a todas las personas con algún tipo de discapacidad, porque luego no tiene los medios, ni las herramientas para poder hacer lo que nosotros hemos aprendido o hacemos” (Pablo)*, a la par de una mínima inversión económica *“ la mayoría de las veces nos toca jugar en canchas en condiciones muy malas” (Alberto)*, al grado de no contar con recursos necesario por deporte, *“No tenemos “ahorita” el apoyo de CONADE, el básquetbol no tiene nada apoyo (Rosa) y la escasa difusión de lo que es y los deportistas “es muy poca la gente que va a un evento deportivo de este tipo, debido a que no tiene mucha difusión” (Jesús)*, lo que trae consigo un desconocimiento del campo a nivel sociedad *“en la cuestión de la percepción hacia el deporte adaptado, es muy poca la gente que va a un evento deportivo de este tipo, debido a que no tiene mucha difusión (...), mucha gente se queda sorprendida porque no conocen el deporte” (Jesús)*, pero cuando lo

notan... *“¡jórale que chido, que les den el espacio!” (Alberto) “... a la gente le ha gustado el deporte adaptado... el objetivo de tener el equipo es tratar también de educar a la sociedad, donde... le hagamos ver a la sociedad que las personas con discapacidad somos gente que respira, que siente, que busca objetivos, que tiene sueños y que tienen metas y que lo que se propone lo puede lograr...” (Gregorio), “como que se van con otra mentalidad” (Jesús).*

Los jóvenes son los mejor aceptados *“Antes podía ser gente muy longeva y seguir haciendo deporte, ¡ahora ya no!” (Rosa)*, y la dinámica comienza al identificar a las personas por medio de una categoría basada en la gravedad y las características específicas de su condición, *“Las categorías que nos asignan son según el nivel de lesión,” (Alberto)*, con base en un reglamento internacional, para así posicionarlos en igualdad de oportunidades de éxito deportivo.

Exige a los agentes actitudes de compañerismo *“el básquetbol es un deporte de trabajo en equipo y la convivencia con mis compañeros es buena” (Jesús)*, *“somos del mismo “bando” (Alberto)*, ya sea por las características del deporte (varios integrantes de un equipo) o por la relación con terceros (entrenadores, arbitro, jueces, etc.), aunque la rivalidad y la presión también pueden hacerse presentes *“la convivencia es buena, pero también a veces complicada porque al final hacer deporte de llevar a un estado de estrés (...)” (Gregorio)* y en algunas casos, esto último puede ser motivo para abandonar este campo *“... con mis compañeros... pues al principio era buena amistad, pero cuando empezamos a viajar, empezaron las envidias... , y me salí” (Ricardo)*. La lucha puede ser de egos, o por motivos de competitividad *“obviamente hay envidias como en todas las familias, lucha de egos, pero en general me llevo bien” (Alberto)*, situación que de cualquier manera exige *“¡fuerza de voluntad!, demostrarse a sí mismo de los que es uno capaz de hacer y de alcanzar, que ¡no hay límites, para nada!, no por que tengas una discapacidad te vas a limitar, es cuando más tienes que luchar por llegar a tu objetivo. El deporte exige tiempo y dedicación” (Rosa)*, *“... muchas ganas, muchas ganas de querer superarte, de querer salir adelante... te exige ser disciplinado, ser constante” (Gregorio)*, *“es una disciplina, es como un estilo de vida, “(Jesús), “exige a la persona dedicación (...), tienes que dedicarle mucho más*

tiempo al entrenamiento. Y tienes que tener implementos” (Pablo), “... exigen ¡ppppfff...! mucho tiempo, paciencia y constancia, y mucho carácter” (Alberto), esfuerzos, “desarrollar un físico, una fortaleza mental y psicológica (...), ¡estar en concentración!, para acatar la orden o una regla (...)” (Jesús), e incluso algunos sacrificios “te exige dejar la escuela, dejar a un lado tus deberes, con tal de tener lo que quieres” (Ricardo), las envidias, la lucha, la apuesta de todo esto con tal de lograr sus objetivos, los agentes hacen la única cosa que tenían que hacer (Bourdieu, 1987, pág. 21).

Los testimonios resaltan que este campo permite ver posibilidades con base en sus capacidades, plantear y concretar metas, por lo que *“el deporte socialmente es una herramienta que facilita mucho en que la gente pueda integrarse a la vida cotidiana sin ningún tipo de apoyo, son gente que son productivas, que son independientes, son gente que estudia, son gente que apoya su familia, inclusive sienten con discapacidad que son los “motores” de sus familias (...)” (Pablo), Facilitadores de aceptación “es un escape para las personas con discapacidad, una forma de superar... ponerte metas y superarlas, una forma de tener una mejor autoestima, porque al final sentirte capaz de hacer algo es lo que te da oportunidad de seguir creciendo tanto física como emocionalmente” (Gregorio)”, integración, autonomía y la productividad de las personas que son parte del él, “... a través del deporte es cuando una persona puede hacerse un “poquito” más independiente (...) no tan dependientes...” (Pablo), cuestiones que contrarrestan la dependencia de las personas con discapacidad.*

Finalmente, un área de oportunidad de mejora en el deporte adaptado es la eliminación de la corrupción en el campo *“¡lástima todo!, yo creo que eso de lo primero que se tendría que eliminar para que en el deporte haya un crecimiento como tal, abrir más espacios adaptados (...), para que las personas tengan acceso de cualquier cosa, deporte, entretenimiento, diversión...” (Gregorio)*. Este sentido del juego es lo que permite hacer infinidad de «jugadas» adaptadas a la infinidad de situaciones posibles que ninguna regla, por compleja que sea, podría prever (Bourdieu, 1987, pág. 19), muestra clara es que las dinámicas relacionadas con las inversiones, los

gastos y los recursos que realmente llegan a los deportistas, manifiestan que no son congruentes con la situación del deporte adaptado en México. Es una realidad que en el Campo del Deporte Adaptado dicen tener una reglas basadas en la racionalidad, pero muchas veces (como en el caso de la corrupción) *las normas de legitimidad son reconocidas e interiorizadas por los agentes y pueden estar muy lejanas de las normas escritas.* (Giménez, S/F, pág. 10), ya que las acciones que guían el sentido del juego, en las esferas más altas del deporte, *tiene todas las apariencias de la acción racional que diseñaría un observador imparcial dotado de toda la información útil y capaz de manejar tal información racionalmente. Y sin embargo no tiene por principio la razón (...)* (Bourdieu, 1987, pág. 21).

La concepción que manifiestan sobre el deporte adaptado, podemos entenderlo como el campo que involucra a sus agentes en dinámicas basadas en una constante actividad física, donde las reglas existen, según sea el deporte, pero que sin duda está destinado a incluir solo a personas con discapacidad.

Categoría 3. Capitales

Los Capitales que el deporte adaptado logró cimentar en los deportistas con discapacidad motriz, son el cultural (CC), económico (CE), social (CS) y simbólico (CSím) (Bourdieu, 1976). En cada uno de diferente forma, *“el deporte me ha permitido conocer a muchas personas (CS), un par de ciudades por jugar (CC). Es también un trabajo, me ha dejado dinero (CE)”* (Alberto), *“desde el año de 1988 hasta el 2004 jugué en Estados Unidos básquetbol (CC). Por eso fue que ya me dediqué más al basquetbol, porque en Los Ángeles estuve en equipos que me pagaban para poder jugar (CE)”* (Pablo), *“al día de hoy ya tengo un camino recorrido en el deporte, porque ya sería 10 nacionales, 8 distritales, 2 mundiales, un centroamericano, o sea, tengo un currículum deportivo que me avala (CC)”* *“Conozco varios médicos con los cuales tengo una relación (...)* (CS)” (Jesús), *“los logros que me dejó el deporte fueron ¡ser campeón, ser el mejor!, duré diez años, yo era bailarín del Estado de México, fui campeón mundial en danza tres veces, en Holanda y en Rusia en el 2010, 2011, 2012*

(CC)” (Ricardo). *“el deporte me dejó tener mucha seguridad en mí misma (...), gané mi medalla (CC) y esa medalla me dio mi pase en el gobierno (CS)”* (Rosa), es así que da la oportunidad de subir el nivel de las competencias y por ende, en el valor de los logros, y como consecuencia, dos de ellos son actualmente figuras de prestigio y autoridad en el ámbito deportivo, una como entrenadora, *“a los jóvenes que entreno sigo guiándolos, apoyándolos en lo que ellos quieran, porque me gusta y porque no voy a dejar de hacer deporte hasta que ya no pueda (CSím)”* (Rosa), y otra persona como ex directivo, *“siempre he tenido suerte para que me inviten a muchas cosas, te digo que estuve 12 años como presidente y 6 como presidente del Comité Paralímpico Mexicano (CSím), pues si conozco mucha, mucha gente (CS), siempre trato de procurar que sea de respeto, no de lástima, que respeto sea incluyente, no porque yo lo necesite sino porque trabajo para que la gente con discapacidad acceda a eso”* (Pablo).

En cada momento el estado de las relaciones de fuerza entre los jugadores define la estructura del campo: se puede imaginar que cada jugador tiene ante sí pilas de fichas de diferentes colores, correspondientes a las diferentes especies de capital que detentan, de modo que su fuerza relativa en el juego, su posición en el espacio de juego y también sus estrategias de juego - lo que en francés se llama su «juego», las jugadas más o menos arriesgadas, más o menos prudentes, más o menos subversivas o conservadoras - dependen a la vez del volumen global de sus fichas y de la estructura de sus pilas de fichas, es decir, del volumen global y de la estructura de su capital...” (Bourdieu, 1992: 74-75). (Bourdieu & Wacquant, 1992, págs. 74- 75)

En el caso del Capital Cultural, todos lo relacionan con la adquisición de reconocimientos por su participación en competencias distritales, nacionales, e internacionales, donde se vio materializado en medallas, reconocimientos, constancias (Capital Cultural), los cuales avalan sus logros, se reflejan a nivel relacional como reconocimiento, respeto, aprobación y el prestigio social (Gutiérrez Sanmartín & Caus i Pertegáz, 2006), siendo éste último, base del Capital Simbólico que lograron concretar los deportistas. Por la estructura del mismo campo los logros que surgen de la relación de fuerzas entre los agentes, crean una acumulación de luchas anteriores y al entrelazarse con el Capital Social, en el caso de la deportista mujer, le permitió que una red institucional lo concretara en un empleo de plaza de gobierno como consecuencia de la relación entre la institución y ella. El Capital

Simbólico que surge de este tipo de frutos *“tengo muchos proyectos, quiero seguir apoyando a las personas discapacidad, si puedo el año entrar a algún partido político y hacer un buen programa o proyecto para dar atención al deporte adaptado, con todo gusto, podemos entrar ahí” (Pablo).*

Esta situación desencadena una relación directa con el Capital Económico, ya sea en un primer momento por medio de becas, pagos o patrocinios por medio de un empleo formal, *“el equipo lo convertimos en asociación civil precisamente para obtener más apoyos (...). Dentro del equipo tenemos dos patrocinadores oficiales, que uno es Jardines México y el otro se llama Grupo "map", son las personas que solventar los gastos del equipo, que son en viajes, en uniformes, en material deportivo” (Gregorio), “en algún momento llegó a ser también como un negocio, “ahorita” ya lo veo más como un “hobbie” (Jesús), “yo ganaba dinero (...), y toda la ganancia económica se invirtió en la familia” (Ricardo),* la mayoría de los entrevistados reconocieron que existe o existió este incentivo por los resultados como deportistas.

Este campo tiene como objetivo forjar personas que con base en sus propias capacidades, además de fomentarles una forma de vida basada en virtudes y valores, *“algo que me dejó el deporte y valoro mucho es que fue mi primer acercamiento a la competitividad (...), ese carácter, ya estaba como más desarrollado, fue como más fácil para mi desempeñarme en algo, o sea, es claro ejemplo es mi trabajo” (Alberto), “lo que el deporte me ha dejado, han sido tres conceptos muy importantes que los que intento aplicar en otros ámbitos de mi vida: disciplina (...), constancia y que en la medida que te esfuerces es en la medida que obtienes resultados y eso no sólo se aplica en el deporte sino en la vida como tal. Los beneficios del deporte adaptado son; ¡una mentalidad ganadora! (...) ponerte retos y superarlos (...), y a no darte por vencido, aparte de tener una buena salud, una buena condición física (...). (Gregorio), “el deporte te deja disciplina, te enseñan tener cuidado de tu cuerpo, de tu mente, a comer sano (...), una mente más sana (...), a tener retos en tu vida a corto y mediano plazo” (Rosa), “como persona, el deporte adaptado me ha ayudado a ser más tolerante y creo en mi la cuestión de los hábitos, esa es una, y el otro es crear una disciplina (...)” (Jesús), “me hizo más independiente, yo era muy flojo y el deporte me motivaba*

más a lo que quiero, también me dejo la disciplina que actualmente aplico en mi trabajo” (Ricardo), siendo la disciplina, la competitividad, hábitos saludables y el compromiso (virtudes), aquellos que junto con los valores como la tolerancia suman a procesos sociales de la justicia social hacia la discapacidad por medio de visibilizar aspectos importantes “en cuanto a infraestructura, el hecho de poder manejar yo una silla de ruedas y saber cómo funciona y demás, me hace ver las fallas que existen en la ciudad o dentro de una institución” (Alberto), “en el deporte adaptado llega un momento en el que empiezas tú a detectar la necesidad de cada persona, los diferentes tipos de discapacidad, los diferentes tipos de orientación que tienen en el núcleo en el que se desenvuelven, los diferentes medios de apoyo, porque para nosotros ha sido difícil estudiar, poder trabajar, tener lo necesario para que nos fuéramos dependientes... aparatos ortopédicos, muletas (...)” (Pablo), “me doy cuenta que no todas las personas con discapacidad tienen las mismas habilidades, ni yo tengo las mismas habilidades que las otras personas” (Jesús), en sí lo que serían las carencias en accesibilidad, las necesidades y la igualdad con base en el respeto a las diferencias.

Estos últimos aportes nos remiten a revisarlos desde el Trabajo Social, ya que las prácticas sociales basadas en virtudes y valores abonan a una dinámica social sana, segura y digna para todos, por lo tanto el deporte adaptado ha generado en estas personas beneficios a través del aumento *de las relaciones sociales que favorecen la integración y normalización, desarrollo de actitudes, incremento mediante la competición de valores (compañerismo, juego, limpio, respeto, etc.)* (Martínez & Segura, 2011), cimentando sujetos activos y productivos, abandonando así estereotipos y prejuicios, porque en escenarios que sí existe la igualdad de oportunidades, las personas con discapacidad cuentan con opciones firmes de desarrollo y autodeterminación, donde las comunicación y la interacción social consolidan sujetos responsables de su vida, decisiones y obligaciones.

Categoría 4. Motivación Extrínseca

En la categoría Motivación Extrínseca, la mitad de los deportistas coinciden que, para incorporarse a este campo del deporte adaptado, el acercamiento fue por los padres o un familiar cercano de manera directa *“toda mi vida yo he estado en el deporte, mis padres fueron deportistas profesionales, ellos se dedicaron al atletismo (...). Para practicar un deporte adaptado tuve la influencia de mis padres (...), mi papá es mi entrenador entonces, prácticamente el siempre hemos tenido esa relación del deporte, esa es la que yo creo que es lo que nos mantiene unidos como familia “ (Gregorio), “la que me impulso para hacer deporte fue mi mamá (risas), ¡Uuuuuuh!, cuando era chiquito, le dije a mi mamá que iba a ser ¡un flojo!, y a ella no le gusto eso, yo tenía como siete u ocho años, desde esa edad hasta los dieciocho lo practique. Mi mamá me "lanzó" y luego mi entrenador me motivo a danza, era un deportivo y tenía las instalaciones para gente con discapacidad, allí ya se practicaba el básquetbol y la danza en silla, allí fue cuando empecé”, “empecé la danza por mi hermana, salí en sus “quince años”...” (Ricardo), o indirectamente “de hecho iba en la escuela “regular”, mi familia nunca me educaron en relación a mi discapacidad, pero yo usó aparato ortopédico, entonces mi mamá por la finalidad de decir: -¿cómo puedes dejar de estudiar?-, me metió al “INPI”, donde yo empiezo en el deporte adaptado hasta el sexto año de primaria, nunca me limitó en mi familia, siempre me apoyaron” (Pablo), “mi primer acercamiento con el básquetbol en silla fue por una invitación que me realizaron, una persona que ya llevaba bastante tiempo en el deporte y, un día estando en una plaza pública me encontró y me dijo que si quería participar, me agradó la idea, fui y me gustó la dinámica... en un principio me impulsó mi familia, mi mamá y mi papá” (Jesús), “mi primer acercamiento al deporte (...), fue como los 14 años. Mis papás iniciaron en un negocio que era totalmente nuevo para ellos y ellos fueron invitados por una pareja con discapacidad, que me vieron caminar (...), entonces de inmediato me dijeron que yo podía jugar en silla de ruedas (...), y ya, empecé a ir a los juegos donde participaban esta pareja (...), (Alberto), “la idea del deporte comenzó en la secundaria, llegó un maestro, se llama Eleazar Hernández, metieron esa materia; educación física, entonces empezó como recreativo, él fue el*

que empezó a hacer el deporte en silla de ruedas en México” (Rosa). Ante eso, es cierto que las personas que en un primer momento les mostraron en qué consistía el deporte adaptado fueron otros deportistas, docentes o entrenadores, personas que no eran ajenas a dicha actividad.

La confianza es un elemento que la dinámica que en el campo del deporte adaptado afianza relaciones “en el momento de practicar el fútbol, siempre tienes que confiar en tus compañeros porque al final es un deporte de conjunto (...), en tu entrenador, en las personas que están como responsables del equipo. Yo creo que la confianza de la da el conseguirlos logros” (Gregorio), Al momento de jugar, me da confianza el hecho de que me dejen jugar como yo se jugar (...)” (Alberto), “en el área deportiva tengo que confiar, si fallan ni modo, estoy ahí para apoyar, porque somos 5 en la cancha, siete fuera y el entrenador” (Rosa), “En el espacio deportivo tengo que confiar en mis compañeros, es el entrenador que me está dando una orden (...), todo el tiempo es tener confianza en el otro” (Jesús)

Como elemento externo que aprenden las personas con discapacidad motriz del deporte adaptado es que la competitividad, siendo esta la base para demostrar las capacidades, fuerza, habilidad..., “el deporte es algo muy cotidiano, es de las cosas que me hacen sentir competitivo, o sea, que puedo medir mi fuerza contra otra persona, que tiene a lo mejor la misma lesión o una lesión parecida. Medir el nivel de fuerza, de concentración, de precisión” (Alberto). y la que impulsa nuevos objetivos, nuevos logros “para mí, competir es demostrarte que de lo que es capaz; ponerte un objetivo y lograrlo y después de este viene otro, a lo mejor más grande (...)” (Gregorio) y así generar un espiral que los encamine a otros escenarios deportivos, “competir es replicar todo lo que he entrenado, para alcanzar el objetivo que me puse en el entrenamiento. Llegar a ser la mejor” (Rosa), “competir para mí es un demostrar quién es mejor, o hasta dónde puede llegar tú, en cuanto a medir capacidades, un equipo con otro (...). Sí, es el de mostrar, pero aparte es querer ganar como un reconocimiento (...), es querer superar y querer alcanzar un objetivo” (Jesús), “para mi competir es demostrar que soy el mejor, al competir me concentro, para que mi familia se siente orgullosa de mí” (Ricardo), “para competir es importante

primeramente la familia, yo creo que es lo más importante, son los que siempre están detrás de ti, apoyando que, motivándote y pues segundo es que todos los seres humanos, todas las personas necesitamos el reconocimiento también, para sentirnos bien (...) (Gregorio), otro tipo niveles y de rivales para crecer como sujetos con el reconocimiento de otros, sobre todo de la familia.

Es así como la construcción de confianza y competitividad de los deportistas con discapacidad se va reforzando, pero una base importante es la disciplina deportiva, *“... una cosa que me dio seguridad es que yo acudía a los entrenamientos (...), el hecho de convivir con tus compañeros te hace conocerlos y saber cómo piensan”* (Alberto), *“lo que me da la oportunidad de seguir compitiendo, yo creo que es tomar en serio desde el entrenamiento, escuchar al entrenador, cuidar lo que comes, cuidar tu cuerpo, dormir las horas necesarias (...) y se sacrifican mucho a la familia, mucho”* (Rosa) los entrenamientos permiten relacionar a los sujetos y así conocer a los integrantes de su equipo (otro deportistas, entrenadores, etc.) y por ende, confiar en ellos para mejorar en el deporte *“me siento preparado para competir, por todos los años que tengo de experiencia en mi deporte (...), me da seguridad todo el tiempo que he entrenado, las cosas que yo tengo prendidas”* (Jesús), *“se requieren un mínimo de cuatro horas diario para estar en condiciones para competir internacionalmente”* (Pablo). Las relaciones entre los deportistas que integran el equipo, permiten generar experiencia deportiva que sustenta el compromiso, el gusto *“yo compito porque me gusta, porque quiero tener un logro deportivo, ¡una medalla!, la verdad es muy bonito estar en un pódium (...). Todavía me siento capaz de competir”* (Rosa), *“estoy preparado para competir primeramente porque me gusta, me he acostumbrado mucho a este grado de ser competitivo (...)”* (Gregorio), y la fortaleza del mismo *“me siento preparado para competir con otros, porque ya lo he hecho”* (Alberto), sin perder la autonomía en sus decisiones y talentos.

Al referir a las metas la motivación externa que guía acciones de la mayoría de los entrevistados, mantiene tanto metas personales como deportivas, en el rubro de las personales tenemos que *“una meta en mi vida es llegar una persona influyente en la rama (representantes musicales). Estoy trabajando con personas cada vez más*

capaces, con personas más experimentadas de las que puede aprender y solamente así voy de poder escalar (...)" (Alberto) "metas a largo plazo sería tener los recursos económicos para poder adquirir una casa (...), yo sé que en un futuro me va a servir como una forma de inversión" (Jesús), "tengo como meta sacar adelante a mi familia, a mi mamá y a mi mujer, deportivas ya no tengo en mente, solo laborales, en ese ámbito quisieras demostrarles que soy bueno" (Ricardo), "como metas, primeramente, es terminar mi maestría (...), en segunda, seguir entrenando, seguir logrando mis objetivos deportivos, mi meta a corto plazo deportivamente hablando es jugar un mundial (...). Un objetivo que traigo como tal, como tanto es hacer una empresa que contrate exclusivamente a personas con discapacidad (...), estamos haciendo relaciones con empresas, con empresarios (...) que podrían tener al apoyar" (Gregorio), se encausan en cuestiones de crecimiento laboral, adquirir bienes para mantener o mejorar su calidad de vida, concretar estudios académicos. En el segundo rubro que corresponde a las prioridades deportivas, "es mi sueño jugar un mundial, ser campeón mundial, poder ir a unas olimpiadas, es eso más que nada lo que a mí me motiva para seguir entrenando, para seguir jugando fútbol" (Gregorio), "mi interés es volver a tener un equipo, una selección femenil y mi meta es primero con mi equipo, renovar equipo (...), incluir gente joven, buscar ser el #1 otra vez en básquet femenil y seguir apoyando la gente que se crucen en mi camino" (Rosa), "tengo como meta seguir jugando, seguir haciendo deporte de una manera activa, estoy entrenando diario. Yo ahorita jugó basquetbol y entreno y hago lo mismo que hacen los "chavos" de 16, 17 años, los oriento, les ayudo y ese lo estoy haciendo por salud" (Pablo), en sí se encuentran motivados por concretar logros de competencias de nivel internacional, y las dos personas que ya son entrenadores, seguirán su vida deportiva, pretenden concretar nuevos equipos y seguir apoyando a las personas con discapacidad. Es también importante recordar que un deportista rompió el vínculo de confianza con el campo hace tres años, y por lo tanto sus expectativas son solamente laborales.

Ante la categoría de Motivación Extrínseca concluimos que el ingreso a este campo fue empujado por alguna persona de su familia (padres y/o hermanos). La mayoría manifiesta no haber vivido algún tipo de presión como tal para ejercer dicha actividad,

por lo que podemos referir que esta **motivación extrínseca** pasó por el proceso de *ser introyectada*, ya sea por vivencias de otros (sus padres o personas conocidas) o por el gusto y las implicaciones de bienestar que notaron al practicarlo. En un caso se presentó la práctica del deporte adaptado como *una conducta extrínsecamente regulada externamente* por un familiar directo de la persona, como forma de motivar a otras opciones de desarrollo (Ryan & Deci, 2000, pág. 7). Por tanto, a la par de su propio de discapacidad, es importante resaltar que la familia es una red que impulsa el ejercicio no solo de una práctica recreativa (en un primer inicio) como lo es el deporte, sino que impulsa otros intereses de la persona.

Categoría 5. Inclusión Social

Una de las primeras acciones que se toman en cuenta en la discapacidad motriz es la posibilidad de utilizar una ayuda técnica para hacer más fácil y eficaz el desplazamiento y la movilidad de la persona con discapacidad motriz, además de brindar un apoyo para un mejor equilibrio y seguridad física, por lo que todas las personas con discapacidad motriz entrevistadas usan cotidianamente... *“como ayuda técnica solamente una plantilla, en ocasiones un bastón y en otras una silla de uso diario (...)”* (Alberto), *“mi ayuda técnica son los bastones canadienses”* (Gregorio, *“y a la hora de practicar mi deporte es mi silla de ruedas, pero en mi vida cotidiana solo es mi muleta”* (Jesús), en las actividades diarias, el uso de los apoyos varía según la circunstancia, *“ir al mercado que ¡me encanta!, ahora me voy en la silla y me siento “súper” feliz, porque hago las cosas muy rápido, antes me iba en carro o con los bastones, pero ahora no (...)”* (Rosa). Por medio de la observación, en el caso Ricardo el uso de la silla de ruedas es de manera permanente, y Pablo usan bastones, y para distancias un poco más largas la silla de ruedas.

De manera habitual, la mayoría cuenta con la oportunidad de trasladarse largas distancias en su automóvil, aunque no son ajenos a hacerlo como peatones *“antes cuando era soltera, para trasladarme al lugar deportivo, viajaba yo en “peseros” o camiones, metro. Ya después el carro (...)”* (Rosa), *“para ir al espacio deportivo no*

necesito ningún apoyo como tal, está cerca (...), me voy caminando para poder hacer más condición física (...) (Gregorio). Sí mencionan que el auto es un recurso muy útil y eficaz para realizar sus actividades y sobre todo las deportivas *“mi apoyo más grande hoy día es mi auto, porque me es complicado subirme a un transporte público (...), en el transporte mi silla y demás implementos como mi balón, mis uniformes de juego, incluso a mis amigos saliendo de los entrenamientos”* (Jesús). Compartir este medio de transporte refiere a la construcción de relaciones sólidas entre algunos de los deportistas.

La cuestión de la autonomía es entendida con base en su dinámica de vida diaria, todos expresan que para la realización de actividades de cuidado, de convivencia y productividad laboral no necesitan de la ayuda de nadie para realizarlas, *“a mí me costó mucho trabajo dejar a mi mamá, sentí que la deje cuando me fui a mi primer internacional, iba a cumplir 10 años, estaba niño, y en ese momento sentí que si necesitaba a mi mamá, regrese llorando, porque allá no sabía qué hacer (...), pero aprendí hacer mis cosas hoy solo, ahorita hasta la fecha, ya no dependo de mi mamá, ya me voy y me regreso del trabajo, me baño solo, me cambio solo, soy muy hábil, la habilidad se relaciona con el deporte. Me considero autónomo, porque yo decido lo que quiero, porque en mi trabajo yo decidí entrar (...), tengo responsabilidades con mi "mujer", tengo una responsabilidad económica”* (Ricardo), *“me considero una persona autónoma, porque hago mis cosas yo solo, sin ayuda de nadie”* (Gregorio), *“sí me considero una persona autónoma (...), No dependo de nadie para vestirme, soy una persona que trabaja, porque soy una persona que provee a otras personas”* (Rosa), *“Sí me considero una persona autónoma, siempre he sido independiente, todo lo que he querido lo hecho, con el apoyo de mi familia (...), nunca se me vio como una persona con discapacidad”* (Pablo), *“me considero una persona autónoma, un ejemplo muy cotidiano sería... yo "agarro" mi vehículo y decido a dónde voy, a qué hora me voy, cómo me voy, y a qué hora voy a regresar a mi casa y no dependo de alguien como para tomar esa decisión (...)* (Jesús), *“Me considero una persona autónoma por el hecho de haberme relacionado con las personas indicadas (...). El deporte adaptado definitivamente se relaciona con mi autonomía, sí porque con el básquet fue*

de las primeras veces que yo empecé a viajar solo (...), solo visitaba otro deportivo para empezar, después otra ciudad, pues sí, más estados y demás y fue de los primeros que empecé a hacer yo solo” (Alberto). La autonomía surge de la relación entre vida cotidiana y toma de decisiones *“el deporte Influyó en mi autonomía, pero en aparte yo ya la tenía, o sea, yo ya sabía que era lo que quería hacer, cómo lo iba a hacer, en qué momento (...)” (Jesús),* y este proceso como tal desencadena una vida con autodeterminación. tener la oportunidad de relacionarse con otro es la base para dejar de ser dependiente, interconectar intereses provoca sujetos activos y amplía así sus oportunidades de desarrollo, *“para que las personas con discapacidad seamos autónomas, yo creo que es parte la sociedad y parte mía, porque si la sociedad nos apoya con una infraestructura mejor, la persona con discapacidad va a tener más seguridad de poder salir a la calle, o de poder ir sin ningún problema y ser más autónomo” (Jesús).* El éxito de la autonomía en sociedad es una corresponsabilidad enfocada en la eliminación de barreras y prejuicios sobre la discapacidad.

La toma de decisiones es un elemento base para la autodeterminación *“en las cuestiones cotidianas, a veces le pido opinión a mi mamá, pero luego, tomo decisiones “como van”, si son buenas o malas, ¡yo las tomo!, considero si es bueno o malo, pero yo soy luego el que toma las decisiones y todo eso. A los 18 decidí juntarme (...), yo lo decidí, fue un acuerdo. Hemos tenido conflictos como toda pareja, pero allí estamos” (Ricardo), “en la cuestión del hogar, las decisiones se dan siempre en familia, la decisión intentamos tomarlas siempre como un equipo” (Pablo), “en mi casa las decisiones se toman en pareja, yo le consultó a él y él me consulta a mí, se toman acuerdos” (Rosa), “las decisiones en el hogar siempre las tomamos en conjunto mi esposa y yo” (Gregorio), “en la balanza me inclino más por el ámbito laboral, sin dejar el deporte de lado, porque es algo que me ayuda (...), es algo que me hace sentir bien, pero yo siento que en el deporte no creo que pueda yo “brillar” y sinceramente tampoco es mi objetivo, pero es algo que a mí “me llena”.* Los sujetos toman decisiones por medio de la opinión de sus seres queridos, donde las relaciones que mantienen exigen que en la dinámica del hogar concretar acuerdos y a nivel personal sí pueden ser totalmente individuales.

Las redes con las que cuentan los deportistas se dividen en dos:

- 1) La familia: Por medio de los padres, hermanos, pareja (esposa, esposo o cónyuge), hijos, *“mis redes principales son mi esposa y mi “nena”, vivo con mis padres y con mi hermano que “ahorita” está viviendo aquí con nosotros, y con mi abuelita, son las personas que convivimos a diario”* (Gregorio), *“mi esposo y mis hijos, son mí principal apoyo, siempre, toda la vida. Ahora también mi nieta, esa la que está impulsando para hacer más cosas”* (Rosa), *“para el deporte mi familia siempre me apoyo, siempre fui un orgullo para ellos, siempre me vieron como una persona que trataba de superarse (...)”* (Pablo), *“las redes con las que cuento son con mi familia nuclear y con familia más lejana, primos, y tíos...”* (Jesús), *“quien sigue siendo mi principal apoyo es mi mamá, ella me aconseja y me dice que busque algo que sea bueno, pero yo soy el que decide.”* (Ricardo). Además de ser una de las principales motivaciones y apoyo, también forman parte de la opinión respecto a la toma de decisiones personales, mantienen un vínculo cercano *“podría decir que mi bienestar está ligado totalmente de mi esposo y de mis hijos, sí... la familia”* (Rosa), y una buena comunicación con ellos, pero al final los que deciden son las personas entrevistadas. *La familia es uno de los contextos de mayor influencia en la adquisición y ejercicio de las habilidades de autodeterminación. En dicho contexto, todos los miembros ejercen como apoyos y modelos de conducta para las personas con discapacidad* (Arellano Torres & Peralta López, 2013)

El apoyo ha sido manifestado como incondicional de parte de sus familiares hacia ellos, su deporte y su forma de vivir, pero a pesar de que la más de la mitad comparte la misma residencia con sus padres, no son dependientes de ellos en ningún sentido, todos tienen planes independientes y toman decisiones de manera autónoma, lo que contribuye claramente a un vínculo sólido emocionalmente por parte de los deportistas hacia su familia y viceversa *“considero que mi principal apoyo “ahorita” es mi mamá y*

mis hermanos (...), como un sentimiento moral (...)” (Jesús), al punto de referir que una pérdida sería una situación muy dolosa que afrontar *“dependo de mi familia, nada más, o sea, no he perdido a ningún familiar o ser querido y yo creo que el hecho de perder a alguien me derrumbaría, pero pues hasta ahí.”* (Alberto), pero no con una orientación hacia dejar de ser lo que son y volverse dependientes de ellos para la realización de sus actividades de vida diarias, ni mucho menos en la cuestión económica, que es base del problema de dependencia que viven muchas otras personas con discapacidad motriz.

- 2) Laboral: Reflejada en la permanencia sólida y prolongada en un empleo, donde las relaciones con otras personas (jefes y/ o compañeros de trabajo) *“mi red más sólida es la laboral”* (Alberto), *podría hacer mis ex-compañeros de oficina, con los cuales tengo una amistad, sé que con ellos es otro vínculo, es otra red, con los del equipo que sí he concretado amistad, también conozco varios médicos con los cuales tengo una relación (...)*” (Jesús), *“cuento con redes como la laboral... también hay una asociación”* (Ricardo), *“la laboral la mantengo, también tengo beca vitalicia, por la medalla paralímpica que tengo. También como entrenadora de básquetbol tengo mi ingreso”* (Rosa), *“en cuestión de redes puedo decir que tengo un trabajo y siempre me ha gustado es ser emprendedor (...)*” (Pablo). Cada uno de los testimonios anteriores permiten verlas como una red que los sostiene y les brinda oportunidad de crecimiento.

La red familiar y la laboral son el sostén de los entrevistado, permiten su crecimiento y unión *“en el cine me “aventó” mi hermana, ella también está en el equipo conmigo, de hecho, los cuatro trabajamos; mi cuñado, mi hermana, mi mamá y yo, entonces la que me “arrimo” a ese trabajo fue mi hermana, ella me dijo (porque como ya no entrenaba ni nada,) me hacía falta algo, porque como que estar encerrado en mi casa, como que no, entonces me motivé”* (Ricardo), así como ser las bases para su desarrollo como personas productivas.

Las responsabilidades que mantienen desde hace ya tiempo están relacionadas con prestar atención y solución a las necesidades de sus padres *“la responsabilidad actual más fuerte que tengo es como hijo (...), con mis papás, ayudarlos en todo aspecto (...), mi mamá es la persona que más me ha apoyado y lo sigue haciendo, mmm... con su simple comprensión me ayuda demasiado(...)”* (Alberto), *“la responsabilidad que yo tengo muy marcada es el estar al pendiente de cierta forma de toda mi familia, con el simple hecho de buscarnos (...)”* (Jesús), y/o de sus parejas e hijos según sea el caso, *“yo trabajo por mi cuenta, yo me dedico a las ventas, tengo una asociación civil donde prácticamente trabajo con mi esposa, porque entre los dos formamos la asociación y tenemos una farmacia”* (Gregorio),. desde la forma económica, emocional y moral *“las responsabilidades que tengo actualmente son: Ir a trabajar, hacer de comer diario, porque es algo que me gusta. Atender a mi familia y a mis amistades (...)”* (Rosa). Además, sus obligaciones nunca se han visto reducidas por el hecho de tener una discapacidad *“ante las demandas cotidianas yo respondo de igual que una persona sin discapacidad, porque yo apporto a casa, yo tengo obligaciones, yo tengo responsabilidades (...)”* (Jesús).

Como responsabilidades para una inclusión *“yo siempre soñé... hace como 20 años, que yo quería enseñar lo mucho o poco que yo he aprendido (...), enseñarles lo que es el amor al deporte. No voy a dejar de hacer deporte hasta que ya no pueda”* (Rosa), es así que los deportistas resaltan la urgencia de enseñar a otras personas con y sin discapacidad el ideal de igualdad y respeto *“yo creo que mi responsabilidad como persona, en este caso como persona con discapacidad, una primera, para mí la más grande es educar a mi "nena" viendo que todos somos iguales, pero al final todos también somos diferentes, y nos debemos de respetar (...). La segunda es que, en involuntariamente, todas las personas con discapacidad nos volvemos educadores (...), por eso yo a veces cuando tengo la oportunidad de platicar con chicos que tienen alguna de discapacidad, le digo: -ustedes hagan valer sus derechos, porque si tú no nos hacen valer pues el a lado nos conoce-, entonces esa es una de las responsabilidades más grandes por las cuales hice el equipo, primeramente pues para demostrar que las personas con discapacidad son gente con valor, gente que tiene sueños, que todos los días salen y a pesar todas las dificultades de su uso, van a*

trabajar, tienen familia, tienen responsabilidades y obligaciones como tal, pero pues muchas veces la sociedad en común no lo comprende, no lo entiende, pues entonces es un trabajo de nosotros poder lograr que esa sociedad lo entiendan y lo comprenda. Lo empiezo desde mi familia y lo empiezo también desde todos los sectores en los cuales yo convivo. Cuando nos toca ir a dar una plática alguna empresa, alguna escuela pues hacerles ver que la persona con discapacidad es una persona "común y corriente" y como tal tiene que ser tratada igual" (Gregorio), remarcan que la desinformación y la poca sensibilización hacia la discapacidad son las principales barreras "la sociedad como que no está familiarizada o sensibilizada acerca de que una persona con discapacidad puede salir (...), de que necesitan una rampa, un elevador o necesitan simplemente que las banquetas estén bien arregladas, para que sean desplazamiento cómodo" (Jesús), por lo que, para ellos, es de vital importancia del ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad, además compartir, desde su labor diaria "como responsabilidades tengo seguir fomentando el deporte en las personas con discapacidad, de inserción, eso que yo quisiera seguir haciendo" (Pablo), las oportunidades que trae consigo el campo del deporte adaptado.

El objetivo de la inclusión social de las personas con discapacidad es formar parte de la dinámica de una sociedad "ahora pasamos desapercibidos, y ¡"que padre"! (...). En todos los espacios en general me siento incluida" (Rosa), "hoy me siento incluido en el espacio deportivo, aunque pasé por un pequeño "bache" en el que no me sentí parte de (...) pero bueno, ya con el tiempo fui dándome cuenta de que no iba a poder practicar "básquet" convencional nunca, y como que no había muchas opciones. En otros espacios cotidianos también me siento incluido, porque mi discapacidad no ha sido limitante en ningún aspecto para desenvolverme en lo que me gusta" (Alberto), "me siento incluido en otros espacios, siempre he tenido suerte para que me inviten a muchas cosas" (Pablo), "yo nunca me he sentido excluido, será porque a mí me criaron con la idea de que yo no tenía ninguna discapacidad y mis padres siempre me dejaron hacer todo lo que yo quería (...), pero me ha tocado ver la parte que..., muchas veces nosotros las personas con discapacidad, somos las que ponemos la barrera, por el miedo de sentirnos rechazados, de tantas veces que a lo mejor nos ha tocado la infortuna de sentirnos (...), pero al final tú eres el que decide si te excluyes o no"

(Gregorio), *“somos un país que necesitamos redoblar esfuerzos, porque falta mucha cultura en relación a como poder apoyar a una persona con discapacidad”* (Pablo), *“Sí me siento incluido con el deporte, porque en el área deportiva todas las personas con las que practico tienen discapacidad y eso me hace sentir parte de este grupo. En otros espacios, (...) algo que me hace sentir incluido es el hecho de mis habilidades, de lo mismo que las demás personas y por eso me incluyen, me pide mi opinión, y me toman en cuenta, al ya estar como a un nivel, me hace sentir más incluido”* (Jesús), *“si me sentía incluido en el deporte, pero ya después que empezamos con estos problemas, pues ya me excluyeron. Actualmente, en la dinámica de mi trabajo también hay envidia (...), pero en mi trabajo también me siento incluido, porque si necesito algo, mis compañeros me ayudan (...), sí me siento parte del equipo, con todos me llevo bien, hasta con mi jefe”* (Ricardo). Todos estos procesos hablan de acciones para la inclusión social, que proporcionan las mismas oportunidades a los sujetos, fijándolos en igualdad de condiciones como humanos y miembros de familia, dejando de lado las causas y las consecuencias de la exclusión social (Lázaro Jiménez, 2016).

Por último, en la cuestión de la calidad de vida son ocho los dominios de calidad de vida en la discapacidad: bienestar emocional, relaciones interpersonales, bienestar material, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, inclusión social y derechos. (Schalock, Bonham, & Verdugo, 2008) y en conclusión ellos expresan *“mi calidad de vida la considero buena”* (Alberto), *“para mí la relación entre la sociedad y yo ¡es perfecta! y mi calidad de vida la considero buena, con sus dificultades como todo, con sus cosas buenas”* (Gregorio), *“mi calidad de vida es buena, todo está cubierto bien afortunadamente “* (Rosa), *“mi calidad de vida es buena... yo trabajo para darme buena vida, me gusta comer bien, me gusta tener cosas bien (...)”* (Pablo), *Mi calidad de vida es buena, tengo lo básico y lo necesario, una de ellas es salud, otra de ellas es una solvencia económica que es buena, pero me gustaría que mejorara”* (Jesús), *“actualmente considero que tengo una buena calidad de vida y quiero mantenerla porque las envidias están a “todo lo que dan””* (Ricardo). La autodeterminación juega un papel mediador en el incremento de la calidad de vida, ya que influye en las decisiones actuales que tome la persona, para la generación de

escenarios de vida futuros, por tanto, para la autodeterminación es elemental el ejercicio de la autonomía a lo largo de la vida, ya que dicho proceso se compone de la toma de decisiones a partir del contexto y las relaciones.

Como áreas de oportunidad *“me gustaría que la sociedad notara la urgencia de hacer una sociedad integral, nosotros como personas con discapacidad tenemos que trabajar desde “nuestras trincheras”, pero también necesitamos de la sociedad en común (...). Entre más gente o más personas con discapacidad preparadas haya creo que mejor va a ser (...).”* (Gregorio), *“lo que me gustaría que los demás notaran de mí es “mmm...” que lo único normal que tengo es la diferencia, porque soy completamente “normal” como lo dice la gente, pero sin embargo hago las cosas de manera diferente a todos ellos (...). Los espacios accesibles son pocos y creo que hay veces que la misma persona con discapacidad ha hecho que no lo vean como una necesidad arreglarlos, porque, por ejemplo, una persona en silla de ruedas puede subir y bajar un escalón con su silla, sin embargo, no porque lo pueda ser quiere decir que este bien (...) le vaya ganar el peso o tener alguna complicación.* (Jesús). Justamente este último testimonio refleja la corresponsabilidad en el proceso de la inclusión social, la conciencia debe de ser de ambas partes para que sus acciones se sustenten en la dignidad de las personas.

El presente apartado responde con los argumentos de viva voz de los protagonistas del deporte adaptado, la relación en su vida con situaciones que motiva y demandan de ellos decisiones encaminadas a mejorar su calidad de vida.

En el próximo capítulo, se plantea la polarización entre concepciones presentes en el ambiente social encargado de regular ideas y parámetros de “aquellas” personas que salen de la norma como deportistas con discapacidad.

**CAPITULO IV. DISCUSIÓN; CULTURA DE LA INCLUSIÓN
VS CULTURA CAPACITISTA**

IV.I. El palimpsesto de la discapacidad

El palimpsesto (huella imborrable) de la discapacidad, desde nuestra postura, ha sido identificada como *la limitación*. A pesar de ello, ahora sabemos una dirección de cambio es marcada en la década de 1960, con el Movimiento de vida independiente en Estado Unidos, donde se hace presente el paradigma social de los Derechos Humanos y la corresponsabilidad social. El deporte adaptado, lo hemos posicionado como un campo que irrita este *Habitus*, lo re- direcciona y amplía las posibilidades de desarrollo en las personas con algún tipo de discapacidad, lo cual nos ha hecho pensar en que dicho proceso contribuye a la inclusión social, ya que, a través de la autonomía y autodeterminación de las personas con discapacidad motriz que practican un deporte adaptado, se testificaron vidas alejadas de los escenarios de dependencia. No obstante, trascender en este sentido es un proceso social muy complejo, ya irritar el Habitus no significa haberlo cambiado, sino, en posible proceso de cambio.

Aprender que las realidades sociales son construcciones históricas y cotidianas de las personas (agentes)¹⁰, en lo individual y en lo colectivo con voluntad y control por parte de los mismas personas, es uno de los elementos que, sumado con la historicidad, manifiestan de qué manera el mundo social se construye a partir de lo ya construido en el pasado, refieren al proceso donde las formas sociales del pasado son reproducidas, apropiadas, desplazadas y transformadas en las prácticas y las interacciones de la vida cotidiana de los sujetos (Giménez, La Sociología de Pierre Bourdieu, S/F).

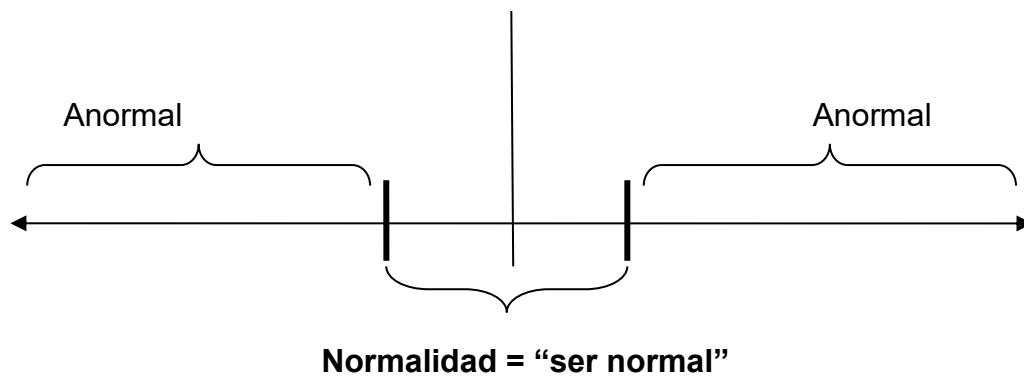
En este entendido, ante los paradigmas por los que ha transitado la construcción social de la discapacidad, podemos resumir que, desde épocas remotas, la población con discapacidad en el mundo, ha tenido que enfrentar un sinnúmero de situaciones donde las adversidades han sido una constante, ya que su diferencia ha arraigado la idea de *no ser iguales*, y así ser señalados como *los otros*.

¹⁰ Pierre Bourdieu usa el término *agente* para referir a los sujetos que tienen agencia en un campo (contexto).

Pasando desde sujetos peligrosos y/o inútiles para la sociedad, al grado de prescindir de su existencia debido al prejuicio de inutilidad y miedo (Modelo de prescindencia de la discapacidad), hasta por aterradores, graciosos o inofensivos, blanco de agresiones, burlas, incomprensión y exclusión. También se han visto como seres expuestos a la caridad de la sociedad; eternos dependientes de otros, bajo control constante y sujetos a la determinación, juicio y criterio de los especialistas que los intentan curar, quienes enfatizan el *déficit* e intentan procedimientos médicos y psiquiátricos para que las personas con discapacidad pudieran lograr ser como el común de la gente (Modelo médico rehabilitador de la discapacidad), que pudieran llegar a ser “normales”. Estas visiones de abordaje de la discapacidad remiten a revisar *la limitación y la “anormalidad”* como una característica culturalmente interiorizada de la discapacidad (Habitus de la discapacidad).

La normalidad entre personas, está basada en la idea de *regularidad* (estándar de un parámetro establecido), dentro de un común de medición estadística, y los que salen de este parámetro establecido por la mayoría, ha sido referido como “anormal”.

Figura 21. La normalidad



Elaboración propia, 2015.

La estructura está dada como un referente de algo que ya ni es necesario cuestionar y en lo social, en lo relacional, esta situación no es la excepción para las personas con discapacidad: lo normal en la discapacidad es *no poder*: no poder caminar, no poder ver, no poder relacionarse, no poder comunicarse.

El Habitus como sistema de disposiciones en la vista de la práctica, constituye el fundamento objetivo de las conductas regulares y, por lo mismo, de la regularidad de las conductas. Y podemos prever las prácticas (...) precisamente porque el Habitus es aquello que hace que los agentes dotados del mismo se comporten de cierta manera en ciertas circunstancias (Bourdieu, Cosas Dichas, 1987)

Los primeros referentes ya mencionados, han sido forjadores de realidades que estructuraron lo que refiero como una de las principales huellas imborrables (hasta hoy día) de lo que implica ser una persona con discapacidad; *la limitación*, como elemento que surge a partir de una diferencia de funcionamiento, ¿Por qué me atrevo a hacer tal aseveración?, por la misma razón en que el Habitus nos manifiesta que estamos estructurados por una estructura estructurante que de manera mayoritariamente inconsciente, determina nuestros pensamientos y acciones respecto a algo, nos marca la posición del mismo y las reglas de juego a partir de los campos en los que se puede o no ser participe.

En el entendido de que el Habitus es la cultura interiorizada, en el grupo de las personas con discapacidad, existen quienes han asumido y reproduce que su condición debe de adaptarse a las condiciones de la sociedad, una sociedad ajena de la idea de diversidad funcional.

La limitación en el funcionamiento del cuerpo, conlleva pensamientos enfocados a pensar los alcances y limitaciones que de un momento a otro cambian ante un suceso que detone discapacidad. En el caso de la discapacidad motriz, podemos definir un referente corporal de funcionamiento, donde lo *normal* dentro de esta concepción social de la condición es *no poder* caminar, función “normal” en la discapacidad motriz, pero “anormal” para la mayoría de los demás, que sí pueden caminar, pero no poder caminar no necesariamente significa no poder desplazarse.

Es difícil, desde cualquier posición, decir que se puede inhibir un pensamiento en nuestra estructura estructurada estructurante sobre cualquier tema, pero en este caso, la invitación está en función de a valorar y cuidar, en primer lugar, el capital simbólico que la mayoría de las personas pueden indicar que mantienen, que es el de *ser una persona sin discapacidad*, ser una persona dentro de la “normalidad” (dentro de la norma), dentro de los parámetros sociales, funcionales a nivel físico, mental, emocional, sensorial, intelectual, y en segundo lugar, pero no menos importante, la intención también es el reconocimiento respecto a la práctica y aceptación implícita de la reproducción cultural de lo que es ser una persona con discapacidad; ser diferente a partir de una condición humana con una limitación, marca un nuevo juego, donde a nivel social ¿qué opciones existen?

Es así que comienza una postura social ante la discapacidad, ya que, si bien parece ser un reto, la responsabilidad no debe de seguir siendo reconocida ni pensada como una cuestión personal (individual- familiar), además de que el Habitus de las personas con discapacidad no debería de ser concebido como un destino ligado a una concepción personal de *limitación*, que tiene como principal consecuencia a nivel social, situaciones de dependencia, sino como un dispositivo de potenciales destinos. En este punto es dónde estratégicamente ponemos sobre la mesa al deporte adaptado como un campo que posibilita la dirección de cambio de la concepción de la limitación, donde el entendido cultural de la discapacidad pasa a ser una oportunidad de reforzamiento y creación de capitales que amplían las posibilidades de inclusión social por medio de la consolidación de nuevas redes entre personas y la aplicación de sus capitales en otros campos, concibiéndose así, como sujetos sociales e históricamente responsables de su condición y de sus capacidades.

IV.II. Cultura de la inclusión social frente a la Cultura Capacitista

Etimológicamente la palabra “cultura” procede de “cultivar”, es decir que lo que sembramos en los niños y jóvenes será de gran importancia para que las futuras generaciones rechacen o acepten en cuestión de procesos sociales (Paredes Ortiz,

2002) reproduciendo así un ideal de vida colectiva que abarca la totalidad de las acciones humanas.

Si nos basamos en la cultura como:

Maneras de vivir juntos, y por desarrollo se entiende “ampliación de posibilidades y opciones ofrecidas al ser humano”, analizar las relaciones entre ambos es estudiar como las diversas maneras de vivir afectan a la ampliación de las posibilidades humanas. La cultura es fuente de progreso y creatividad. Si dejamos de asignarle un papel instrumental a la cultura y le atribuimos uno constructivo, constitutivo, y creativo, concebiremos al desarrollo en términos que incluyan el crecimiento cultural. (Olmos, 2004)

Ahora, la cultura de la inclusión social parte entonces de que la misma sociedad visibilice y tome conciencia de la existencia de condición de discapacidad y las necesidades que involucra, a partir de esto sabrá en que situaciones y espacios se puede mejorar por medio de acciones para crear accesibilidad aplicando ajustes razonables tanto para mejorar la movilidad, como en cuestión de actitud y trato, que permitan un uso adecuado de todas las ayudas técnicas para que así la persona con discapacidad logre desarrollarse en sociedad con dignidad, libertad, independencia, autonomía, disfrute y goce pleno de todos los espacios y servicios que como persona se tiene derecho.

La inclusión ve a la persona antes que a la condición discapacidad, también identifica capacidades e intenta potencializarlas, crear posibilidades de igualdad visibilizando la discapacidad a través de los procesos sociales que han creado barreras y limitaciones, para así crear iniciativas y acciones que vayan eliminando a la exclusión por medio de la implementación y ejercicio de los derechos humanos (Modelo Social de la discapacidad).

El deporte adaptado como medio de inclusión social rescata la idea de diversidad y goce en el sentido de que todas las personas nacen iguales y tienen derecho a la vida, al respeto de su integridad física, su dignidad humana, al goce y disfrute de actividades, eventos y espacios favorables para su desarrollo a partir del desarrollo de sus capacidades físicas, intelectuales y psicológicas.

En el deporte como redes o configuración de relaciones objetivas entre posición (Bourdieu & Wacquant, 1992), son parte de un proceso social que aterriza el ideal de la igualdad de oportunidades, ya que la accesibilidad, adaptaciones y los ajustes razonables, son parte de las reglas del juego del deporte para las personas con discapacidad, posicionándolos en la capacidad de hacer (poder), donde las relaciones parten de las propias personas con discapacidad motriz y logran trascender a la nivel social en su autonomía gracias al desarrollo de capitales, valores y virtudes en favor la toma de decisiones que son pocas veces desarrollados en otros campos.

Sin embargo, la Cultura Capacitista en la discapacidad, ha sido estudiada a partir de que posiciona a unas capacidades como más importantes que otras, para la consolidación de una buena calidad de vida y oportunidades amplias para el desarrollo humano.

Para comenzar, hemos de decir que *el estigma* es la base que, como motivo sutil y reiterativo de evaluación negativa, en este caso, hacia las personas con discapacidad motriz, constituye dicha construcción social. Además, se sigue hablando de “minusválido” como *esencia* y no como *efecto* de una **Cultura Capacitista** que impone sus significados a través de la estratificación social y la violencia sistemática ejercida sobre la corporalidad de los sujetos (Maldonado Ramírez, 2017).

El Capacitismo es la expresión de creencias, representaciones y prácticas que enraízan los patrones de los cuerpos, proyectando ciertos cuerpos como perfectos, eficientes y válidos ejemplos de la humanidad, mientras que, recalca la existencia de cuerpos que desbordan la condición humana por deformes, feos y deficientes (Kumari Campbell, 2007).

El estigma es la desacreditación culturalmente establecida que se considera negativa hacia una persona o grupo de personas por sus características físicas o simbólicas.

Estigma: Marca que hace parecer a una persona como inferior al resto y que produce rechazo social. Se alimenta de percepciones sin fundamento lógico-racional. En la actualidad, el estigma prevalece y se basa en una o más condiciones como la edad, la clase, el grupo étnico, las creencias religiosas, las preferencias, orientaciones y prácticas sexuales, entre otros. (SEGOB, CONAPRED, CONAVIM, & INMUJERES, 2015)

Entonces, la Cultura Capacitista se refiere a la creación de significados históricamente designados con los que una determinada sociedad dispone para evaluar/tratar/nombrar a la “discapacidad” bajo una supuesta inferioridad de atributos físicos, mentales y emocionales y así justificar su exclusión estructural (Maldonado Ramírez, 2017).

Existe una clasificación de *diez hipérboles de la Cultura Capacitista*; 1) Monstruo tullido, 2) Objeto de lástima, 3) Figura de inspiración, 4) Sujeto de ridiculización, 5) Morfología deficiente, 6) Sujeto inerme/ inocente/ eterno infante, 7) Error a optimizar/ Corregir/ exterminar, 8) Objeto de pánico sexual, 9) Grupo minoritario y vulnerable, 10) Población descartable = precaridad capacitista. De éstas, para la crítica constructiva de este texto, podemos decir que en: Monstruo tullido, figura de inspiración y error a optimizar, son de las que podemos relacionar con las presentes variables: deporte adaptado y personas con discapacidad motriz (Ibídem).

Tabla 8

Reflejo de la Hipérboles de la Cultura Capacitista en el deporte adaptado

Hipérboles de la Cultura Capacitista	Relación con deporte adaptado y discapacidad motriz
A) Monstruo tullido: El enigma que acompaña a través del asombro o la repulsión a ciertas corporalidades tullidas es síntoma de que aún en nuestros días un “malagro” o una extravagancia a la integridad corporal representa una monstruosidad en tanto provoca temor o pánico, a su	En el caso de las personas con discapacidad motriz, este tipo de menosprecio radica en la cuestión corporal; el cuerpo como algo no grato a la vista, ya sea por su forma, su movimiento o ausencia del mismo, por la ausencia de alguna de sus partes, entre otros.

vez que curiosidad o fascinación.	
B) Figura de inspiración: Se plantea a la persona con discapacidad como alguien excepcional por vencerse a sí mismo, se le otorga una cualidad heroica a favor del “válido” para que este recuerde sus privilegios y superioridad.	Resalta cuando entre las mismas personas con discapacidad hay unos más válidos que otros y, en el caso del deporte adaptado, esta cuestión sobresale en el discurso de aquellos que se dicen <i>ser ejemplos de vida</i> , lo cual, no es decir que esté mal este tipo de argumentos, sino que, si este discurso se consolida en acciones que menosprecien a aquellos que con y sin discapacidad, no hacen lo que ellos sí hacen (deporte adaptado), bajo el discurso de que, aquellos estando <i>“bien y completos”</i> , no hacen los mismo que yo, por lo tanto, ¿quién es ahora el discapacitado?, <i>son menos que yo</i> . Desfasar y legitimar que unos son más que otros es parte del círculo de discriminación que tiene con base el estigma.

Fuente: Elaboración propia, 2018. Con base en el texto “DE LA NORMALIZACIÓN A LA OPTIMIZACIÓN”: NOTAS SOMATOPOLÍTICAS SOBRE EL SÍNDROME DE DOWN”. En Voces de la Alteridad... de Maldonado Ramírez, Jhonatthan (2017).

Si bien es cierto que, ante la lentitud para la adopción del Modelos Social que tiene como eje rector los Derechos Humanos, donde la no discriminación y la dignidad son los cimientos principales, marcan la necesidad de acoplarse a lo que la sociedad exige que sea la persona con discapacidad, que haga, que sepa, que pueda o no, que produzca y reproduzca. Esto nos lleva a repensar, si estar capacitado contribuye a la propia inclusión de las personas con discapacidad, o evoca a la Cultura Capacitista basada en estigma y la discriminación.

IV.III. Capacitar ¿es incluir?

Considerar la calidad de vida en las personas con discapacidad, en este apartado nos permitirá mirar la importancia de enfocarnos en procesos para la inclusión, pero, si el alcance de las acciones solo llega a la *integración*, el desarrollo humano puede verse como un escenario lejano para el grupo social de las personas con discapacidad y a su vez, para todos los demás grupos que constituyen una sociedad.

Como ya la hemos revisado en capítulos anteriores, la calidad de vida en las personas con discapacidad se construye a partir del bienestar emocional, la creación de relaciones interpersonales, el bienestar material, el desarrollo personal, el bienestar físico, la autodeterminación y la inclusión (Schalock, Bonham, & Verdugo, 2008), dichos elementos son la base para generar un desarrollo humano en sociedad. El poder ver reflejados todos estos elementos en la vida de las personas con discapacidad es realmente complejo, ya que, en nuestro país, persiste un estigma hacia las personas con discapacidad, como un impulso sutil y reiterativo de evaluación hacia su condición y los prejuicios que surgen del ideario inmediato social de *limitación* igual a *no poder hacer algo*, y, por lo tanto, *no capacitado*. Al persistir esta idea de no considera a una persona capaz de hacer lo que su rol, su edad, el campo y su juego (dinámica) exigen, es probable que sea excluido de actividades sociales, tales como la educativa, la laboral y por lo tanto la productiva-económica, dicha situación repercute desfavorablemente en su calidad de vida y en las posibilidades de desarrollo humano.

Para Amartya Sen, el *proceso de desarrollo* se ve como un sumario en la ampliación de las *capacidades* de las personas y no como un aumento de la utilidad y del bienestar y satisfacción económicos. Por ello, el objetivo del desarrollo no es incrementar el producto, sino propiciar que la gente disponga de una gama mayor de opciones, que pueda hacer más cosas, vivir una vida más larga, eludir enfermedades evitables, tener acceso a la reserva mundial de conocimientos, etcétera (Sen, 1990).

Es así que, el *desarrollo humano* debe entenderse como la calidad de vida que llevan las personas, la cual debe centrarse en el alcance de las *capacidades*, logros y

libertades de los seres humanos (Sen, 1990), es, por tanto, un concepto que puede medirse a través de indicadores que consideren los aspectos económicos, sociales, culturales y políticos de avance de una sociedad.

En la cuestión social, podemos destacar que para el PNUD (2001), algunas de las prioridades al respeto son:

- Asegurar igualdad en el acceso a oportunidades.
- Asegurar a las generaciones presentes y futuras el acceso a los recursos.
- Asegurar que todas las personas estén facultadas para participar en el diseño y aplicación de decisiones y procesos que afectan su vida. (Arteaga, S/F)

Referir el acceso como principal acción para favorecer el desarrollo humano, consideramos queda corto ante la complejidad de la cuestión de la discapacidad.

La falta de accesibilidad es una situación social que, en las personas con discapacidad motriz, refiere a cuestiones de orden arquitectónico, donde construcciones físicas limitan el acceso a servicios, derechos e incluso complican las actividades respecto a sus obligaciones. Las constantes escaleras, banquetas con rampas y con obstáculos como árboles, coladeras, grietas, asfalto botado, rampas con una inclinación inadecuada, el transporte público sin rampa, sin adaptaciones, las viviendas de interés social con espacios reducidos y con segundos pisos donde el única forma de acceder es por escaleras, los sanitarios adaptados cerrados, entre otras cuestiones, complican el desplazamiento independiente de las personas que usan de manera permanente ayudas técnicas como sillas de ruedas, andaderas, bastones, muletas, prótesis. Lo que obliga en muchos momentos, a que la forma y uso de estas ayudas tenga que ser fuera de su uso ordinario (extraordinario), es así que vemos personas bajando y subiendo escaleras con su silla de ruedas, o desplazándose en calles y avenidas debajo de la banqueta, siendo cargadas, ya sea para subir o bajar del transporte público (Metro, Metrobús, camiones, microbuses, etc.), lo cual podría caer en el entendido de *extraordinario* como algo positivo, donde la admiración sea expresada hacia la persona y ésta comience una concepción de ser personas con una habilidad extra, incluso superior que otros. A la par, este proceso se refuerza con la admiración declarada de las personas sin discapacidad que se comparan y se minimizan ante

estos hechos. Sin embargo, habríamos de enfocarnos realmente en la ausencia de accesibilidad, y las consecuencias que, como en estos casos, ponen en riesgo la integridad física y emocional de las personas que tienen que recurrir a este tipo de soluciones.

Figura 22. Desigualdad de oportunidades de tránsito en vía pública



Fuente: Elaboración propia, marzo 2018 a partir del canal The Acapulco Show, 2016. *Ejemplo de vida y tú que te quejas*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=l2ciEoidvM>

Al revisar lo establecido por la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad, este documento menciona que la discapacidad 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 (ONU, 2006). Siendo un proceso que es resultado de acciones sociales de inaccesibilidad, exclusión, marginación, lo posicionamos como una cuestión de corresponsabilidad social, superando la anterior postura de individual- familiar.

Al parecer, en el discurso de la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad mencionan que es importante el ejercicio de los Derechos Humanos, pero no es clara en cuestión de cómo hacerlo según el contexto.

El Modelo Social de discapacidad, pretende rescatar la dignidad de la persona, que si bien tiene una condición funcional, biológica y/o anatómica diferente, no deja de ser persona, un ser humano con derechos inherentes a su existencia, por lo que el reconocimiento adecuado de los derechos y responsabilidades del mismo son dotados de dignidad a partir de la igualdad de oportunidades, donde con base en la lógica y la racionalidad, se ha de considerar que existen adecuaciones necesarias para el cumplimiento, y así visibilizar la condición, y a partir de ello comprender que la discapacidad es una construcción social que existe a partir de que la sociedad aún no ha sido capaz de adaptarse a las necesidades de todas las personas, lo que abre paso a procesos de reforzamiento de procesos sociales a niveles colectivos en nuestra sociedad en cuestión de la inclusión de las personas con discapacidad.

En el Capacitismo, existe la creencia de que algunas capacidades son mejores y más valiosas que otras, por lo que posicionan a las personas dependiendo de, si cuenta o no, con un cuerpo capacitado, una ambivalencia marcada por la división entre aquellos que tienen discapacidad (diversidad funcional) y otras que no la presentan. Es así que, ante la idea de un “cuerpo normal” prevalece una noción del paradigma médico-rehabilitador, el cual pretende medicalizar para curar cuerpos ante un patrón de belleza normativo central, en una sociedad capitalista, donde existen modelos tradicionales de opresión, que recrean diversas formas de discriminación (Irañeta, S/F).

Capacitar a un ser humano para que pueda contra el entorno adverso que se le presenta, es una decisión que es parte de su autodeterminación, sin embargo, al extrapolarse podría alimentar la idea de que ellos (las personas con discapacidad) son las que tiene que adaptarse a las condiciones del mundo construido, este mismo, con un sinnúmero de barreras de todo tipo (físicas, comunicacionales, actitudinales, etc.). Comprender que la discapacidad no es una enfermedad (no vamos a curarla), sino

que es una condición de vida que no debe de provocar lastima, ni tampoco admiración desbordada ante seres extraordinarios. Es importante detectar y potencializar desarrollo de capacidades, mismas que son parte de las decisiones de vida de cada persona, pero, a la par de importancia, debemos recordar y conocer sobre la condición humana (particularidades y características de funcionamiento), para así, fijar acciones conscientes basadas en la dignidad y la no discriminación en los escenarios y dinámicas sociales y realmente contribuir a una inclusión y justicia social.

Lo primero que hemos de ver, es al *ser humano en su diversidad*, tanto física, biológica, mental, intelectual, sensorial, y en funcionamiento que todos y cada uno de los que forman parte una sociedad mantienen como forma de vida. Comprender la discapacidad implica ser conscientes de su existencia y considerar las formas, los medios, los espacios, las oportunidades que pueden compensar esta condición y así generar igualdad de oportunidades. Y así alejarse con cada acción, adaptación o modificación de la idea de que discapacidad significa limitación, desventaja o peor aún minusvalía.

IV.IV. El deporte adaptado como filosofía desde las capacidades

Hasta ahora podemos decir que, en la discapacidad, una realidad nos dice que una persona con discapacidad es “normal” su *limitación*, ya que independientemente de la postura, es una característica utilizada para referir a este grupo social. Sin embargo, cuando socialmente se reconoce a la discapacidad como consecuencia de la falta de igualdad de oportunidades en los campos, es necesario ahondar en el sentido del juego del deporte adaptado, que, desde nuestra percepción y experiencia, logra abrir camino en una nueva concepción de la discapacidad y su relación con la limitación.

Para iniciar, recordemos que son muchos los beneficios de la práctica de un deporte adaptado: mejora física, mental y emocional, espacio accesible con la posibilidad de socialización con otras personas, y la oportunidad de desarrollar habilidades sociales como el liderazgo, la toma de decisiones, y la autonomía a partir de la disciplina,

tiempo, esfuerzo y sacrificios, los cuales, a largo plazo dotan de una ganancia de capitales como el simbólico (ej., reconocimiento), cultural (ej., conocimientos acerca del deporte adaptado y las diversas regiones del mundo que lo practican) e incluso el económico (ej. a niveles de alto rendimiento existe un pago de eventos deportivos, viáticos, estancias y premios económicos por logros a nivel internacional), siendo este un campo que parte de la idea del desarrollo y potencialización de las capacidades de la persona, dejando de lado lo que *no puede hacer*, que es una de las ideas que atraviesan y justifican el atraso de las personas con discapacidad en la mayoría de los campos.

A pesar de la constante, hay casos como el de Gustavo Sánchez Martínez, que nos hace pensar que el deporte adaptado marca una forma diferente de mirar, entender y abordar la discapacidad.

Gustavo es un joven mexicano de 23 años, universitario con un grupo amplio de amigos y cuenta con una familia unida (madre, dos hermanas) y su ahora esposa, que lo respetan y aman. También tiene una condición humana de nacimiento con características específicas concernientes a la discapacidad motriz; él presenta la ausencia de un brazo y ambas piernas, condición adquirida de manera congénita. Sin tener como eje su limitación física, su familia lo acercó al deporte y aprendió a nadar desde niño. Su pasión por este deporte, a la par de la inversión estratégica de su tiempo, esfuerzo y sacrificios, como él refiere, logra ser hoy día representante nacional del equipo Paralímpico Mexicano de Natación y uno de los mejores nadadores a nivel mundial. Su carisma, amabilidad y convicción son parte de su personalidad. Él nació con discapacidad motriz, sin embargo, él no ha vivido la discapacidad como una cuestión de limitación.

¡Yo creo que la discapacidad no existe!, yo creo que es dependiendo de cada persona, porque si te pones la frase: -No puedo-, ahí tú mismo estas siendo discapacitado. La discapacidad siempre va a estar ahí, como una condición de vida, teniendo adaptaciones de vida, la gente saldría más, no sería el "pobrecito", no sería el "está enfermito", no sería todas esas cosas. (Sánchez Martínez, 2014)

¿Gustavo es "normal" desde lo que comprendemos como discapacidad?, pareciera paradójico, pero es precisamente este ejemplo que nos permite retomar a Bourdieu y

la propuesta de ir más allá de la dicotomía con y sin discapacidad, porque lo real es relacional, entonces lo que existen en el mundo social son relaciones, no intenciones o vínculos intersubjetivos entre agentes, sino relaciones objetivas que existen independientemente de la conciencia y la voluntad individuales (Bourdieu & Wacquant, *Réponses. Pour une anthropologie reflexive.*, 1992). La relación entre Gustavo y la discapacidad es una concepción totalmente diferente a la de la mayoría de nosotros, para él fue una oportunidad de vida.

Ante esto, es preciso decir que la condición de discapacidad actualmente, y en muchos casos, no representa una condición que ponga límites a las actividades cotidianas, y muy en especial en las actividades deportivas. Pero aún más allá de esto, existen aquellas personas que de forma natural se desarrollan en sociedad con grandes logros que ante la vista de muchos reflejarían esfuerzos extraordinarios, pero que simplemente son el resultado de una forma de vida donde la diversidad en el funcionamiento es posible en escenarios incluyentes en los cuales converge la razón con la humanidad. Si pudiéramos recrear todos los esquemas de vida producidos históricamente, explícitos o implícitos; racionales, irracionales o no racionales, que existen en un determinado momento como guías potenciales del comportamiento humano, la cultura de la discapacidad pasaría a ser realmente un proceso de corresponsabilidad social (sociedad y personas con discapacidad) (Paredes Ortiz, 2002).

Por ello, es de vital importancia que las personas con discapacidad conciben como una posibilidad ser personas autónomas por medio del desarrollo de capacidades que les permitan relacionarse con los otros y para los otros en diferentes campos sociales (escolar, laboral, deportivo, familiar, institucional) donde la exigencia y el desempeño sea lo más igualitario posible. Por tal motivo, es importante partir de la idea de que las personas en general tenemos capacidad de controlar, afrontar y tomar por propia iniciativa decisiones personales acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias, así como de desarrollar las actividades básicas de la vida diaria (España, 2006), por lo que la discapacidad más allá de ser una limitante implica un reto en la creación y/o detección de capitales para que la seguridad personal y

aceptación comiencen por la misma persona y así el camino de la inclusión sea un proceso donde ambas partes se orientan hacia el ideal de la igualdad de oportunidades.

CONCLUSIONES

Para Trabajo Social las ciencias del deporte son eje importante de referencia en el aterrizaje social del deporte adaptado.

La Actividad Física Adaptada es el parámetro de entendimiento de la inclusión de las personas con discapacidad al ámbito deportivo, cimiento indispensable para el pensamiento actual en favor de la dignificación de este grupo social y la ampliación de oportunidades de desarrollo pleno. En el caso de la Sociología del deporte, esta rama se ha encargado de cuestiones sobre el proceso y los cambios sociales ante la aparición del deporte adaptado, mientras que la Psicología del deporte, encamina su aporte sobre el duelo y el proceso aceptación tras adquirir o hacerse presente la discapacidad (individual, familiar), para Trabajo Social esto permite diferenciar su especificidad, ya que en esta investigación permitió sustentar que el deporte adaptado es un medio que socialmente aporta a la relaciones del sujeto a partir de la consolidación de una dinámica cotidiana basada en la toma de decisiones y la implementación de su autonomía, para la construcción diaria de su autodeterminación. Además de explicar que un elemento importante para a inclusión social es la corresponsabilidad social ante la discapacidad.

Trabajo Social estudia los procesos de dependencia y construye con la consolidación de aportes área de la discapacidad con base en el Modelo Social que promueve la autodeterminación de las personas con discapacidad.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos y la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad son los referentes legales para enfocar las acciones profesionales en favor de la inclusión efectiva a cualquier nivel, con base en la dignidad y respeto de este grupo social.

Los portes base para la profundización de la autodeterminación en las personas con discapacidad motriz que participaron en esta investigación, tienen su base en las posturas de Wehmeyer (1998-2009) y Ryan y Deci (2000) permitieron identificar la

relación entre los procesos psicológicos y las relaciones de los sujetos que contribuye a la construcción de su propia vida autodeterminada, con base en lo que el deporte adaptado forjó y permitió desarrollar en estas personas.

El deporte adaptado es un cambio de paradigma que evoluciona de la postura médica a la corresponsabilidad social.

El origen del deporte adaptado da pautas claras de una dirección de cambio entre ver a la persona con discapacidad como una persona que no puede, que está enferma y hay que integrarla, a una persona que tienen derechos y que como sociedad debemos ser coparticipes de acciones dirigidas a visibilizar personas con capacidades y con necesidades a atender para su inclusión social.

La discapacidad es una construcción social.

Estamos en constante evolución, y la discapacidad es un fenómeno que ha pasado por etapas severas históricamente evidenciadas; El Paradigma de Presidencia con acciones drásticas como dar muerte al nacer o en edades muy tempranas, pasando por la medicalización de la persona (Paradigma Médico- Rehabilitador), donde el enfermo había ser integrado en sociedad a partir de su curación basada en la rehabilitación. El paradigma Social busca la participación de todos (personas con y sin discapacidad) para que el proceso de inclusión se fortalezca con acciones que dignifiquen la diversidad humana.

La discapacidad motriz proviene de dos tipos de orígenes; congénita o adquirida, y en la mayoría de los casos recurren al uso de ayudas técnicas que compensan la limitación o deficiencia corporal y el uso de implementos deportivos para el desempeño seguro y adecuado del deporte.

La discapacidad motriz se hace visible por alteraciones en la parte física de los cuerpos, implica la ausencia de extremidades o una deficiencia que condiciona a la inmovilidad o movilidad involuntaria. Partiendo de esto, el origen de la discapacidad en tres de las personas entrevistadas se presenta de manera congénita (en el proceso de formación del feto) y las otra tres de forma adquirida, esta última en edades muy tempranas, por lo que las ayudas técnicas son parte de su vida, su uso y apoyo no es nuevo en su cotidianidad, hacen uso de plantillas, bastones, muletas y sillas de ruedas de uso diario, a la par de sillas de ruedas deportivas en los deportes como el básquetbol (3), tenis (1), danza deportiva (1) y bastones en el caso del deportista de fútbol de amputados.

La Teoría de la Autodeterminación aportó el conocimiento sobre la Motivación Extrínseca que da valor a las acciones de las personas en relación al sentido que le dan en sus vidas.

Las conductas extrínsecas que se presentaron en muchos de los testimonios de las personas participantes, son motivaciones con introyección que empujan a acciones para demostrar capacidad y autovalor. El deporte adaptado permite este tipo de acciones de manera regulada porque existen competencias deportivas donde es necesario aplicar los conocimientos, habilidades y capacidades al máximo para concretar objetivos y metas personales como la obtención de títulos deportivos, medallas, premios, etc.

La autodeterminación en las personas con discapacidad puede ser reflejo de una capacidad y/o un derecho, pero siempre en busca de la inclusión social de este grupo social.

La capacidad de ser autodeterminado tiene que ver con un conjunto de habilidades para la toma de decisiones responsables que involucran tanto a la persona como a su interacción con otros. Surge de la confianza de tener el control de sus vidas y del establecimiento de metas.

La autodeterminación como derecho es sustentar con acciones una garantía real de que las personas con discapacidad merecen ser tratadas como iguales en derechos y obligaciones, y que como sociedad debemos de respetar su autonomía e individualidad con el afán de dignificar a la persona.

Son más los beneficios que el riesgo de la práctica del deporte adaptado, aunque los obstáculos siguen siendo parte de la realidad que limita el desarrollo y los alcances de este campo.

Practicar un deporte en las personas con discapacidad inicia como una recomendación de rehabilitación, sin embargo, las ventajas al nivel físico y de salud no son las únicas, también repercute positivamente en aspectos psicológico-emocionales como el autoestima y aceptación, así como sociales- relacionales respecto a aceptación de normas, implementación de valores (tolerancia, respeto), virtudes (disciplina, lealtad) y mejora en los procesos de comunicación e integración (personas capaces y competitivas), todos estos aspectos han permitido la construcción de sujetos conscientes de su realidad, participes y determinantes de sus escenarios de vida, mermando los escenarios de dependencia, exclusión y discriminación.

Los obstáculos se han mantenido en relación a la falta de difusión de los que es el deporte adaptado y los deportes que se practican en México, además de los escasos espacios deportivos adecuados para la práctica. Situación que las autoridades correspondientes no han atendido y cuestión que preocupa y ocupa a los deportistas actuales.

El deporte adaptado es un campo, donde el juego permite desarrollar y apostar capitales en los agentes que forman parte de él.

Las personas con discapacidad tienen derecho a elegir los espacios sociales donde participar, el campo del deporte adaptado es una opción donde, para ser parte exige invertir tiempo y esfuerzo, aplicar valores y virtudes en función de una dinámica competitiva que se enfoca en la búsqueda y consolidación de logros. Permite desarrollar los cuatro tipos de capitales; Cultural, Social, Económico y Simbólico, ya que parte de las capacidades y los espacios mantiene una dinámica en función de la igualdad de oportunidades.

El deporte adaptado es un elemento que impulsa la autodeterminación en las personas con discapacidad motriz que lo practican.

Con base en los testimonios de las personas con discapacidad motriz que practican un deporte adaptado logramos aseveraciones como las siguientes:

El deporte adaptado es un campo definido e integrado por personas con discapacidad, pero en este caso en específico se concentraron deportes de la clasificación silla de ruedas. Ofrece espacios estructurados con base en la accesibilidad de las instalaciones, donde las recompensas se notan a partir de sus logros deportivos.

El juego del deporte adaptado brinda excelentes oportunidades con base en su desempeño, pero a su vez presenta carencias respecto a la ampliación de espacios,

el escaso mantenimiento de los lugares ya existentes y la poca difusión que condiciona a un alcance limitado a nivel social de lo que es el deporte adaptado.

Los deportistas reciben una clasificación respecto a la severidad de la discapacidad, lo cual es necesario para la igualdad de oportunidades de éxito deportivo entre agentes. La lucha y los logros acumulados permiten obtener estatus y reconocimientos que se convierten en elementos importantes para sobresalir en el campo.

Respecto a los capitales, el Capital Culturales es reflejo de las oportunidades aprovechadas en competencias nacionales e internacionales, donde los reconocimientos y las medallas se hicieron y se hacen presentes. El Capital Económico va de la mano con éste, debido a que las competencias son en su mayoría cubiertas por los directivos de los centros deportivos o por algún tipo de patrocinador, que a su vez recompensa logros con becas y premios económicos. En dos de las personas entrevistadas favoreció la cimentación del Capital Social por las relaciones que a su vez les brindaron la oportunidad de formarse como entrenadores profesionales después de su larga trayectoria de logros en todos los niveles (Capital Simbólico).

La Motivación Extrínseca coincidió en los participantes respecto a la incorporación al campo del deporte, fueron empujados por la opinión de sus padres o alguna persona que ya practicaba un deporte adaptado, por lo que fue una influencia que fijó sus futuras decisiones en el campo. La confianza y su constante competitividad fueron referentes que construyeron a sus motivaciones y al reflejo de sus logros, los cuales ya fueron asimilados como motivaciones introyectadas que guiaron sus acciones enfocados a mejorar su calidad de vida.

Las oportunidades de concebirse como sujetos productivos, capaces, reconocidos y respetados por terceros, contribuyeron a que asumieran con el paso del tiempo nuevas y más grandes responsabilidades, ya sea laborales, familiares y/o deportivas. Se consideran personas autónomas, autosuficientes y con la capacidad de mejorar su calidad de vida; autodeterminadas en su forma de vivir.

En la búsqueda de la inclusión social, es importante no caer en extremos que marque una diferencia.

Las demandas del medio para las personas con discapacidad motriz son enfocadas en la inaccesibilidad de espacios, medios de transporte y vialidades. Partir de las capacidades del sujeto como lo hace el deporte, no quiere decir que unas capacidades tengan mayor valía que otras, sino que dentro de la diferencia está la posibilidad de igualdad por medio del ejercicio de los derechos y las obligaciones por igual. La diferencia es lo que nutre los procesos sociales y la que ante su entendimiento permite la aceptación y dignificación de todas las personas con y sin discapacidad.

Capacitar a un ser humano para que afronte las adversidades del entorno es optar por la idea individualista que regresa a la responsabilidad exclusiva del sujeto y su problema, por lo que la corresponsabilidad contrarresta este pensamiento asumiendo parte del problema y actuando en favor de la eliminación de barreras sociales, arquitectónicas y actitudinales.

El deporte no capacita, sino consolida sujetos autónomos, constantemente responsables y con metas de vida que lo autodeterminan, a pesar de un contexto que mantiene una lenta apropiación del Modelo Social.

BIBLIOGRAFÍA

- Antonelli, F., & Salvini, A. (1962). *Psicología del deporte*. Valladolid: Miñon.
- Arellano Torres, A., & Peralta López, F. (2013). Autodeterminación de las personas con discapacidad intelectual como objetivo educativo y derecho básico: estado de la cuestión. *Revista Española de Discapacidad*, 97- 117. Obtenido de <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/36131/1/pdf.pdf>
- Arraez Martínez, J. M. (abril de 2011). *El deporte adaptado: Historia, práctica y beneficios*. Obtenido de <http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20110519094205Inicio%20al%20deporte%20adaptado.pdf>
- Arteaga, D. N. (S/F). *El desarrollo humano y la generación de capacidades*. Obtenido de <http://redicces.org.sv/jspui/bitstream/10972/2039/1/4.%20El%20desarrollo%20humano%20y%20la%20generacion%20de%20capacidades.pdf>
- Ávila, L., Martínez, M., Ramirez, G., & Santiago, M. (2004). *Determinantes socioeconómicos de desigualdad en salud. Autoreporte de morbilidad en adolescentes del Estado de Morelos, México*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.cm.colpos.mx/csei/pdf/0208022004.pdf>
- Balbontín López-Cerón, A. (junio de 2011). *Autonomía personal y situación de dependencia, conceptos básicos*. Obtenido de Curso AECID: Servicios para la prevención y atención a la dependencia. Montevideo, Uruguay: http://www.riicotec.org/interpresent3/groups/imsero/documents/binario/autonomia_dependencia.pdf
- Barajas Cavazos, I. (2000). Centro de desarrollo de deporte adaptado. Ciudad de México: UNAM.
- Bourdieu, P. (noviembre de 1976). *Algunas propiedades de los Campos*. Obtenido de http://www.grupo-logos.com/wp-content/uploads/2017/01/Algunas_propiedades_de_los_campos-Bourdieu.pdf
- Bourdieu, P. (1987). *Choses dites*. París: de Minuit.
- Bourdieu, P. (1987). *Cosas Dichas*. Barcelona: Gedisa.
- Bourdieu, P. (2002). *La distinción. Criterios y bases sociales del gusto*. México: Taurus.
- Bourdieu, P., & Wacquant, L. (1992). *Réponses. Pour une anthropologie reflexive*. París: Grijalbo.
- Brohm, J. (1982). *Sociología política del deporte*. México: Fondo de Cultura Económica.

- CEPAMEX. (S/F). Recuperado el enero de 2017, de Centro Paralímpico Mexicano:
<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/103308/CEPAMEX.pdf>
- Cerviño Bárcena, M. (2018). *Psicología del deporte*. Recuperado el marzo de 2018, de
<http://www.com.org.mx/psicologia-del-deporte/>
- Chambers, C. (2007). Self-determination: What do we know? Where do we go?". *Exceptionality*, 3 - 15.
- Clavel Sainz, M., Gomar Guarner, F., & Vaquero González, F. (junio de 1973). *Displasias óseas*.
 Obtenido de
https://www.secot.es/uploads/descargas/publicaciones/ponencias_historicas/03DISPLASIAS_OSEAS.pdf
- Colletions, E. (2012). *Juegos Olímpicos y Paralímpicos*. Obtenido de
https://www.europeana.eu/portal/es/exhibitions/european-sport-heritage/the-olympic-and-paralympic-games#ve-anchor-section_7316-js
- Comisión Política Gubernamental en materia de Derechos Humanos. (2012). *Glosario de términos sobre Discapacidad*. Recuperado el octubre de 2016, de
http://www.educacionespecial.sep.gob.mx/pdf/tabinicio/2012/Glosario_Terminos_sobre_Discapacidad.pdf
- Committee, I. P. (S/F). *About the sport*. Recuperado el febrero de 2017, de Para dance sport:
<https://www.paralympic.org/dance-sport/about>
- CONADE. (2017a). *Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte*. Recuperado el noviembre de 2016, de
<https://www.gob.mx/conade/que-hacemos>
- CONADE. (17 de marzo de 2017b). *Acciones y Programas*. Obtenido de Acerca del Deporte Adaptado:
<https://www.gob.mx/conade/acciones-y-programas/deporte-adaptado>
- Croucher, N. (1976). *Sports and disability*. London: Arnol.
- De la Garza Toledo, Enrique. (2006). *Teorías sociales y estudios del trabajo: Nuevos enfoques*. Ciudad de México: Anthropos.
- Deporte Adaptado México*. (S/F). Recuperado el noviembre de 2016, de
http://www.deporte.gob.mx/deporteadaptado/paginas/deporte_adaptado.asp
- Deporte Adaptado México*. (S/F). Recuperado el noviembre de 2016, de Fútbol:
<http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/futbol.asp>
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Atletismo*. Recuperado el noviembre de 2016, de
<http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/atletismo.asp>

- Deporte Adaptado México. (S/F). *Básquetbol*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/basquetbol.asp>
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Boccia*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/boccia.asp>
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Natación*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/natacion.asp>
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Powerlifting*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/powerlifting.asp>
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Tenis*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/tenis.asp>
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Tenis de Mesa*. Recuperado el noviembre de 2016, de http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/tenis_de_mesa.asp
- Deporte Adaptado México. (S/F). *Voleibol*. Recuperado el noviembre de 2016, de <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/voleibol.asp>
- Diccionario del cáncer*. (S/F). Obtenido de Instituto Nacional del Cáncer: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario>
- Discapacidad motriz*. (S/F). Obtenido de Dirección General de Educación Especial de Veracruz: <http://eespecial.sev.gob.mx/difusion/motriz.php>
- Down, E. (S/F). *Down España*. Obtenido de Deporte inclusivo: <http://www.sindromedown.net/que-hacemos/que-es-el-deporte-adaptado-el-deporte-inclusivo-y-el-deporte-paralimpico/>
- Durán Heras, M. (2004). *Dependientes y cuidadores: el desafío de los próximos años*. Obtenido de http://www.empleo.gob.es/es/publica/pub_electronicas/destacadas/revista/numeros/60/es_t04.pdf
- Durand Alcántara, S. (2016). *Antecedentes Históricos. Nacimiento de los Deportes sobre Silla de Ruedas*. Obtenido de Guttmann el Moderno Coubertin: <http://historico.conade.gob.mx/eventos/femedessir/antecedentes.html>
- El Deporte para las Personas con Discapacidad*. (2014). Obtenido de Informes Sectoriales del Deporte Mexicano: https://www.dgb.sep.gob.mx/acciones-y-programas/ESDM/Informes_Sectoriales/8_El_deporte_para_personas_con_discapacidad.pdf
- Europa, C. d. (1998). *Comité de Ministros de los Estados miembros relativa a la dependencia*. Obtenido de Recomendación núm. (98) 9: <http://sid.usal.es/idocs/F3/LYN10476/3-10476.pdf>
- Fernández Ballesteros, R. (1992). *Introducción a la evaluación psicológica*. Madrid: Pirámide.

- Fernández, D. (S/F). *Reuma en los niños. Reumatismo Infantil*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/articulos/salud/enfermedades-infantiles/reuma-en-los-ninos/>
- FIFA. (22 de febrero de 2007). *Fútbol para amputados: Reglas del juego*. Obtenido de FIFA: <http://es.fifa.com/sustainability/news/y=2007/m=11/news=futbol-para-amputados-reglas-del-juego-636381.html>
- Games, P. (15 de abril de 2016). *Paralympic Sport A-Z: Sitting volleyball*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=uXLSzwJoT4M&index=2&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q>
- Games, P. (22 de abril de 2016). *Paralympic Sport A-Z: Swimming*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=UBwvL9yOgu0&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q&index=3>
- Games, P. (17 de junio de 2016). *Paralympic Sports A-Z: Table Tennis*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=syPkjGXyS-Q&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q&index=14>
- Games, P. (08 de abril de 2016). *Paralympic Sports A-Z: Wheelchair Tennis*. Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=uKTdxycat4&index=16&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q>
- García Ferrando, Manuel; Puig Barata, Núria; Lagardera Otero, Francisco. (2014). *Sociología del deporte* (Tercera edición ed.). Madrid: Alianza.
- Germán Zucchi, D. (diciembre de 2001). *Deporte y Discapacidad*. Obtenido de <http://www.discapacidadonline.com/wp-content/uploads/2012/05/deporte-discapacidad.pdf>
- Giménez, G. (S/F). *La sociología de Pierre Bourdieu*. Obtenido de <http://www.paginasprodigy.com/peimber/BOURDIEU.pdf>
- Giménez, G. (S/F). *La Sociología de Pierre Bourdieu*. Obtenido de <http://paginasprodigy.com/peimber/BOURDIEU.pdf>
- Gómez Sánchez, I., Rodríguez Gutiérrez, L., & Alarcón, L. (2015). *Método Etnográfico*. Obtenido de <http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/20637/articulo3.pdf;jsessionid=EA87A06B89E0D9F6648F993664E582D5?sequence=2>
- Guerrero Arias, P. (2002). *Guía Etnográfica. Sistematización de datos sobre la diversidad y la diferencia de las culturas*. Quito: Abya- Yala.
- Gutiérrez , M., & Caus, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en la actividades físicas de las personas con y sin discapacidad. Valencia: Revista Internacional de Ciencias del Deporte.

- Gutiérrez Sanmartín, M., & Caus i Pertegáz, N. (enero de 2006). *Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/1390008.pdf>
- Guzmán, A. (2015). *Factores personales que determinan que los jóvenes con discapacidad practiquen un deporte adaptado de alto rendimiento*. México: UNAM.
- Handcycling*. (S/F). Recuperado el noviembre de 2016, de Deporte Adaptado México: <http://www.deporte.org.mx/deporteadaptado/paginas/handcycling.asp>
- ICSSPE. (S/F). *International Council of Sport Science and Physical Education*. Obtenido de History & Intent: <http://www.icsspe.org/about/history-intent>
- INEGI. (2010). *Cuéntame*. Obtenido de <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/discapacidad.aspx?tema=P>
- INEGI. (2012). *Encuesta Nacional sobre la Discriminación en México 2010*. Obtenido de Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación: <http://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Enadis-PCD-Accss.pdf>
- INEGI. (2014). *Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014*. Obtenido de ENADID: <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/enchogares/especiales/enadid/2014/>
- INEGI. (2015). *Estadísticas a propósito del... Día Intercacional de las Personas con Discapacidad*. Obtenido de <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/discapacidad0.pdf>
- INEGI. (2016). *La discapacidad en México, datos al 2014*. Obtenido de http://conadis.gob.mx/gob.mx/transparencia/transparencia_focalizada/La_Discapacidad_en_Mexico_datos_2014.pdf
- Irañeta, S. (S/F). *Capacitismo, interseccionalidad y diversidad funcional*. Obtenido de <https://sites.google.com/site/portafoliosdcsergioiraneta/capacitismo-interseccionalidad-y-diversidad-funcional>
- Izcala Palacios, S. (2009). *La praxis de la investigación cualitativa: Guía para elaborar tesis*. Tamaulipas: Palza y Valdez.
- Jokama. (2003). *El Deporte: Una vía hacia la integración de las Personas con Discapacidad*.
- Kornblit, A. (2004). *Metodologías cualitativas en ciencias sociales, modelos y procedimientos de análisis*. Buenos Aires: Biblos.
- Kumari Campbell, F. (2007). *Exploring internalised Ableism using critical race theory*. Australia: University Drive.
- Lagar García, J. (S/F). *Deporte y Discapacidad*. Recuperado el junio de 2017, de <http://www.phpwebquest.org/UserFiles/File/deporteydiscapac.pdf>

- Lázaro Jiménez, E. (2016). *Generalidades de la Discapacidad*. Ciudad de México, México.
- León Campos, J., Pelegrín Muñoz, A., & León Zercedo, E. (S/A). *Los beneficios del deporte en las personas con discapacidad*. Obtenido de <http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20080428134017posters.pdf>
- Lisbona, A. (23 de mayo de 2006). *Hacia un modelo en la práctica del deporte adaptado (deporte adaptado e integración)*. Obtenido de Educación Social y Personas con Discapacidades: <http://www.eduso.net/res/?b=8&c=69&n=195>
- López Fraguas, M. Á., Marín González, A. I., & De la Parte Herrero, J. M. (2004). *La planificación centrada en la persona, una metodología coherente con el respeto al derecho de autodeterminación*. Obtenido de Revista Española sobre Discapacidad Intelectual: http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/210_experiencias2.pdf
- López Fraguas, M., Marín González, A., & De la parte Herrero, J. (2004). *La planificación centrada en la persona; una metodología coherente con el respeto al derecho de autodeterminación*. Obtenido de http://www.plenainclusion.org/sites/default/files/210_experiencias2.pdf
- Lorenzo, A., & Calleja, J. (2009). *Factores condicionantes del desarrollo deportivo*. España: Dirección General de Deporte de la Diputación Foral de Bizkaia.
- Madrid, C. D. (25 de abril de 2017). *Amputaciones*. Obtenido de <https://www.clinicadam.com/salud/5/000006.html>
- Malagon Valdez, J. (2007). *Parálisis Cerebral*. Obtenido de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S0025-76802007000700007&script=sci_arttext&lng=en
- Maldonado Ramírez, J. (2017). *Cultura Capacitista: cuerpo, discapacidad y discriminación*. Ciudad de México.
- Martínez , & Segura. (2011). *Valoración de los efectos del deporte adaptado: físicos, psicológicos y sociales*. Palau.
- Martínez Carazo, P. (2006). *El método de estudio de caso; Estrategia metodológica de la investigación científica*. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/646/64602005.pdf>
- Martinic V., S. (agosto de 1992). *ANÁLISIS ESTRUCTURAL: Presentación de un método para el estudio de lógicas estructurales*. Obtenido de <http://repositorio.uahurtado.cl/static/pages/pdf/6528.pdf>
- Mejía, J. (1999). De la construcción del conocimiento social a la práctica de la investigación cualitativa. *Investigaciones sociales. Revista del IHS*.

- Miller, M. (2015). *Miopatías inflamatorias*. Obtenido de American College of Rheumatology: <https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Enfermedades-y-Condiciones/Miopatias-Inflamatorias>
- Mingo, G. (2004). *El deporte adaptado en el ámbito escolar. Investigación y experiencia deportivas*.
- Morante, J. (1988). La técnica como medio en el proceso de entrenamiento. *Revista de entrenamiento deportivo*, 27.
- Muños Mendez, A. (2003). Analisis multioperando del estilo conductual de persistencia en deportistas de alto rendimiento y deporte adaptado. Ciudad de México: UNAM.
- Nahoum, C. (1990). *El proceso de la entrevista*. México: Pax.
- Olmos, H. (2004). *Cultura: el sentido del desarrollo*. México: CONACULTA.
- OMS. (noviembre de 2013). *Lesiones medulares*. Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs384/es/>
- OMS. (abril de 2015). *Anomalías congénitas*. Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs370/es/>
- OMS. (abril de 2017). *Poliomielitis*. Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs114/es/>
- ONU. (2006). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad*.
- Palacios Rizzo, A. (2008). *El modelo social de discapacidad: orígenes, caracterización y plasmación en la Convención Internacional sobre os Derechos de las Personas con Discapacidad*. Madrid: CINCA.
- Paralympic Sports A-Z: Athletics*. (19 de mayo de 2016). Obtenido de Paralympic Games: <https://www.paralympic.org/athletics/about>
- Paralympic Sports A-Z: Boccia*. (01 de abril de 2016). Obtenido de Paralympics Games: https://www.youtube.com/watch?v=eYXL_782-Lo&index=5&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q
- Paralympic Sports A-Z: Powerlifting*. (26 de junio de 2016). Obtenido de Paralympics Games: <https://www.youtube.com/watch?v=-aZlhCqTvOA&index=6&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q>
- Paralympic Sports A-Z: Wheelchair basketball*. (18 de marzo de 2016). Obtenido de Paralympics Games: <https://www.youtube.com/watch?v=ORWvXzYKoHM&index=7&list=PL6CBAXPeBajl7Ev8ooo3vG0E5mZlug-8q>

- Paredes Ortiz, J. (2002). *El deporte como juego: Un análisis cultural*. Alicante: Universidad de Alicante.
- Pérez, G. (2001). *Investigación Cualitativa. Retos e interrogantes. Métodos*. Madrid: La Muralla.
- Pino Ortega, J., Mendoza Laíz, N., & Martín Hernández, O. (1999). *El Fútbol 7 en Parálíticos Cerebrales*. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd15/fut7.htm>
- Querejeta González, M. (2004). *Discapacidad/ Dependencia*. Madrid: INSERSO.
- Quintana Peña, A. (2006). *Metodología de Investigación Científica Cualitativa*. Obtenido de http://cienciassociales.webcindario.com/PDF/Cualitativa/Inv_quintana.pdf
- Quintana, A. (2006). *Metodología de Investigación Científica Cualitativa*. Obtenido de <http://carmonje.wikispaces.com/file/view/Metodologia-de-Investigacion-Cualitativa-A-Quintana.pdf>
- Reeve, J. (1996). *Motivating others. Needham Heights*. MA: Allyn & Bacon.
- Reina Vaillo, R. (2010). *La actividad física y deporte adaptado ante el espacio europeo de enseñanza superior*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.
- Reyes García, R. (2011). La integración de personas en el deporte adaptado y sus utilidades en el ámbito deportivo con población de atletismo en silla de ruedas del DIF. Ciudad de México: UNAM.
- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: Una técnica útil dentro del campo antropofísico. *Cuicuilco*, 11.
- Rodríguez, L. (S/F). *Paradeportes*. Recuperado el junio de 2017, de <http://www.paradeportes.com/deportes/>
- Rollins, R., & Nichols, D. (1994). *Leisure constraints, attitudes, and behaviour of people with activity restricting physical disabilities*. Brighton: Leisure.
- Ruiz Carmona, R. (2013). Programa de difusión sobre el deporte adaptado en México. Ciudad de México: UNAM.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (Enero de 2000). *La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar*. Obtenido de http://www.davidtrotzig.com/uploads/articulos/2000_ryandeci_spanishampsysh.pdf
- Salcedo Magales, Damián. (1997). *Los valores en la práctica del Trabajo Social*. Madrid: Narcea.
- Salud, F. d. (2017). *Atlas Mundial de la Salud*. Obtenido de Glosario de la Salud: <http://www.atlasdelasalud.org/glosario.aspx>

- Salud, O. M. (abril de 2017). *Poliomielitis*. Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs114/es/>
- Salud, O. M., & Mundial, B. (2011). *Resumen de Informe Mundial sobre la Discapacidad*. Obtenido de http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/summary_es.pdf?ua=1
- Sánchez Martínez, G. R. (2014). Factores personales que determinan que los jóvenes con discapacidad practiquen un deporte de alto rendimiento. (A. Guzmán Ruiz, Entrevistador)
- Schalock, R. L., Bonham, G. S., & Verdugo, M. A. (2008). *The conceptualization and measurement of quality of life: Implications for program planning and evaluation in the field of intellectual disabilities*.
- SEGOB, CONAPRED, CONAVIM, & INMUJERES. (2015). *Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje*. Ciudad de México: CONAPRED.
- Sen, A. (1990). *Development as capacidad Expansion*. Londres: MacMikllan.
- Sherrill, C. (1998). *Concepto: Actividad física adaptada: Symposium IFAPA*. Toronto: IFAPA.
- Sherrill, C. (1998). Concepto Actividad Física Adaptada. *Simposium International Federation for Adapted Physical Activity*. Canadá: IFAPA.
- Silva Montealegre, T. (2015). *Representaciones creadas, verdades falsas, de la discapacidad en la vida comunitaria*. Obtenido de http://oreon.dgbiblio.unam.mx/F/RG1CA8NMTUIUCSKR45DKFJRXVIHKJECB78M4NKYAF5MLHK91KK-56789?func=find-b&request=Tomas+Silva+Montealegre&find_code=WAT&adjacent=N&local_base=TESISDIG&x=87&y=9&filter_code_2=WYR&filter_request_2=&filter_code_3=WYR&filter_request
- Stroke, N. I. (diciembre de 2006). *Espina bífida*. Obtenido de https://espanol.ninds.nih.gov/trastornos/espina_bifida.htm
- Stroke, N. I. (20 de diciembre de 2016). *Mielomeningocele*. Obtenido de https://espanol.ninds.nih.gov/trastornos/espina_bifida.htm
- Tello Peón, N., & Ornelas, A. (2016). *Estrategias y modelos de intervención de Trabajo Social*. México.
- Toledo, J., & Van Isseldyk, F. (julio de 2013). *Traumatismo craneoencefálico I*. Obtenido de <http://www.fundacionheca.org.ar/hospital/images/stories/traumatismo%20craneoenceflico%20i.pdf>
- Tortora, G. J., Funke, B. R., & Case, C. L. (2007). *Introducción a la Microbiología*. Madrid: Médica Panamericana. Obtenido de <https://www.lifeder.com/enfermedades-microbianas/>
- Transformando la discapacidad*. (2016). Obtenido de <https://discapacidadmotriz.org/artes/danza/danza-deportiva-sobre-silla-de-ruedas/>

- Trumatismo de la médula espinal*. (26 de enero de 2018). Obtenido de Unidad de Neurología de la Clínica DAM: <https://www.clinicadam.com/salud/5/001066.html>
- V. Ponseti, I. (1996). *Congenital Clubfoot, fundamentals of treatment*. Obtenido de Pie equino varo congénito: <http://www.vh.org/pediatric/provider/orthopaedics/Clubfoot/Clubfoot.html>
- Valencia. (2014). *Sociología del Deporte*. Recuperado el agosto de 2017, de <https://www.youtube.com/watch?v=tB5EI3oZOoE>
- Vargas Villegas, J. (2016). *Discapacidad física adquirida y subjetividad: De la negación a la asimilación*. Obtenido de <https://prezi.com/q8nhzwbm2mlo/discapacidad-fisica-adquirida-y-subjetividad-de-la-negacion-a-la-asimilacion/>
- Vásquez Remírez, T., & Hanao Fernández, Á. (2009). *Del sujeto transcendentalizado al sujeto de la acción*. Obtenido de <http://www.utp.edu.co/educacion/raton/antes/raton9/articulos/sujeto.pdf>
- Venturiello, M. (2009). Las redes sociales en la discapacidad. *VIII Jornadas de Debate Interdisciplinario en Salud y Población*. . Buenos Aires: UBA.
- Verdugo Alonso, M. (2004). Calidad de vida y calidad de vida familiar. *II Congreso Internacional de Discapacidad Intelectual. Enfoques y Realidad: Un Desafío*. Medellín.
- Verdugo Alonso, M. Á., Vicente Sánchez, E., Gómez Vera, M., Fernández Pulido, R., Wehmeyer, M. L., Badia Corbella, M., . . . Cálvo Álvarez, M. I. (2014). *Escala ARC-INICO de Evaluación de la Autodeterminación. Manual de aplicación y corrección*. Obtenido de http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO26898/herramientas_autodeterminacion.pdf
- Viscarret, J. (2014). *Modelos y Métodos de intervención en Trabajo Social*. Madrid: Alianza.
- Wacquant, J., & Bourdieu, P. (1992). *Réponses. Pour one anthropologie reflexive*. París.
- Wehmeyer, M. (2009). *Self-determination*. New York: Oxford.
- Wehmeyer, M. (2011). Personal self- determination and moderating variables that. *Exceptionality*, 19 - 30.
- Wehmeyer, M. L. (2005). *Self-determination and individuals with severe disabilities: Re-examining meanings and misinterpretations. Research and Practice for Persons with Severe Disabilities*.
- Wehmeyer, M. L., Kelchner, K., & Richards, S. (2003). *Principales características de la conducta autodeterminada de las personas con retraso mental*. Recuperado el septiembre de 2017, de [http://www.asociacionceom.org/feaps/FeapsDocumentos.NSF/\\$FILE/B8F4F29320FAB018C1256D6E002D584A?OpenDocument](http://www.asociacionceom.org/feaps/FeapsDocumentos.NSF/$FILE/B8F4F29320FAB018C1256D6E002D584A?OpenDocument)
- Zamora, A. (2013). *Rompiendo paradigmas del deporte adaptado*. México: UNAM.

Zemelman, H. (2002). *Necesidad de conciencia. Un modo de construir el conocimiento*. México: Anthropos.

Zucchi, D. (diciembre de 2001). *Deorte y Discapacidad*. Recuperado el enero de 2017, de <http://www.discapacidadonline.com/wp-content/uploads/2012/05/deporte-discapacidad.pdf>

ANEXOS

Anexo 1. Guía de entrevista

Universidad Nacional Autónoma de México Programa de Maestría en Trabajo Social
Entrevista para la investigación titulada: <i>El deporte adaptado como elemento que impulsa la autodeterminación social de las personas con discapacidad motriz.</i>
Entrevistadora: Araceli Guzmán
Datos del Entrevistado
Nombre:
Edad:
Sexo:
Causa de la discapacidad
Dimensión: Deporte adaptado
<ul style="list-style-type: none">✓ Deporte adaptado específico (características y dinámica)✓ Inicio en el deporte adaptado✓ Motivos para elegir ese deporte✓ Convivencia entre los deportistas y entrenadores y el✓ Beneficios y obstáculos del deporte adaptado✓ Competitividad deportiva✓ Exigencia deportiva✓ Confianza deportiva y personal
Dimensión: Persona con discapacidad motriz
<ul style="list-style-type: none">✓ Inclusión social✓ Accesibilidad física y social✓ Responsabilidades personales
Dimensión: Autodeterminación
<ul style="list-style-type: none">✓ Relaciones con otros✓ Redes con las que cuenta✓ Autonomía y toma de decisiones✓ Metas cumplidas y metas a futuro