

Narrativas de dos personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a  
través de la práctica del deporte adaptado

Paula Catalina Hincapié Jiménez  
Melanie Dayanna Moreno Saavedra

Universidad Antonio Nariño  
Facultad de Psicología  
2021

Narrativas de dos personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a través de la práctica del deporte adaptado

Paula Catalina Hincapié Jiménez

Código: 10241516957

Melanie Dayanna Moreno Saavedra

Código: 10241626869

Asesor

Edwin Castiblanco Piñeros Mg.

Universidad Antonio Nariño

Facultad de Psicología

2021

### **Resumen**

La presente investigación analiza las narrativas de un grupo de personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a través de la práctica del deporte adaptado. La metodología utilizada es de tipo cualitativo, con un enfoque histórico hermenéutico, con un alcance en el estudio de tipo exploratorio descriptivo. Los participantes fueron dos personas con discapacidad física adquirida, de Bogotá, Colombia. La técnica escogida para recolectar la información fue la entrevista abierta y se utilizó la categorización inductiva para su análisis. Los resultados permitieron explorar las vivencias y creencias que tenían sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física, las experiencias y ajustes psicológicos que elaboraron a través de la práctica del deporte adaptado. Entre los hallazgos más significativos encontrados, se destaca el desconocimiento del deporte adaptado por parte de los participantes antes de quedar con discapacidad, además que la práctica del deporte es un factor crucial en el proceso rehabilitación, ajuste psicológico, y en el mejoramiento de la calidad de vida. Los participantes perciben falta de apoyo por parte de diversas instituciones, especialmente del gobierno colombiano, un atraso en la infraestructura de las ciudades colombianas dando como resultado que el ajuste a la discapacidad sea un proceso prolongado y con dificultades que no termina, pero que si van evolucionando.

**Palabras claves:** Deporte adaptado, inclusión, discapacidad física, ajustes psicológicos.

### **Abstract**

This research analyzes the narratives of a group of people with physical disabilities about their experience and psychological adjustment through the practice of adapted sport. The methodology used is qualitative, with a hermeneutical historical approach, with a descriptive exploratory scope in the study. The participants were two people with acquired physical disabilities, from Bogotá, Colombia. The technique chosen to collect the information was the open interview and inductive categorization was used for its analysis. The results allowed us to explore the experiences and beliefs they had about sports practice before having a physical disability, the experiences and psychological adjustments that they elaborated through the practice of adapted sports. Among the most significant findings, the lack of knowledge of the adapted sport by the participants before becoming disabled stands out, in addition to the fact that the practice of sport is a crucial factor in the rehabilitation process, psychological adjustment, and in the improvement of quality of life. The participants perceive a lack of support from various institutions, especially the Colombian government, a backwardness in the infrastructure of Colombian cities, resulting in the adjustment to disability being a prolonged and difficult process that does not end, but it does go away. evolving.

**Keywords:** Adapted sport, inclusion, physical disability, psychological adjustments.

## Tabla de Contenido

Lista de Tablas	7
Lista de Figuras	9
Lista de Anexos	11
Planteamiento del problema	14
Pregunta de Investigación	21
Objetivos Específicos:	21
Justificación	22
Marco Teórico	26
Discapacidad y práctica deportiva	26
<i>La inclusión deportiva en Colombia</i>	28
Deporte adaptado	33
Promoción del Deporte Adaptado.	39
Actitudes e identidad social	40
Autoconcepto y discapacidad	44
Ajuste psicológico	47
Afrontamiento	50
Calidad de vida	53
Narrativas de las personas en condición de discapacidad	56
Marco Contextual	58
Diseño metodológico	59
Tipo de investigación.	59
Instrumento	61
Procedimiento	61
Participantes	62
Aspectos éticos	63
Hallazgos Cualitativos y Discusión	65
Diversión	69
Profesión	69
Conocimiento del deporte	70

Causas de la Discapacidad	79
Duelo	80
Autoimagen	82
Llegada al deporte	89
Reconstrucción de identidad	90
Redefinición de roles	91
Motivación	92
Lazo emocional	100
Compromiso del entorno social	102
Proyecto de vida	103
Conclusiones	105
Referencias	111

**Lista de Tablas**

<b>Tabla 1.</b> Disciplinas del deporte adaptado.....	33
<b>Tabla 2.</b> Clasificación de participantes.....	63
<b>Tabla 3.</b> Matriz 1 Diversión.....	66
<b>Tabla 4.</b> Matriz 2 Profesión.....	67
<b>Tabla 5.</b> Matriz 3 Conocimiento del deporte.....	68
<b>Tabla 6.</b> Matriz 4 Causas de la discapacidad.....	71
<b>Tabla 7.</b> Matriz 5 Duelo.....	72
<b>Tabla 8.</b> Matriz 6 Rehabilitación.....	74
<b>Tabla 9.</b> Matriz 7 Habilidadación.....	77
<b>Tabla 10.</b> Matriz 8 Llegada al deporte.....	84
<b>Tabla 11.</b> Matriz 9 Reconstrucción identidad.....	85
<b>Tabla 12.</b> Matriz 10 Redefinición roles.....	86
<b>Tabla 13.</b> Matriz 11 Motivación.....	88
<b>Tabla 14.</b> Matriz 12 Lazo emocional.....	93
<b>Tabla 15.</b> Matriz 13 Compromiso del entorno social.....	95

**Tabla 16.** Matriz 14 Proyecto de Vida.....97



## Lista de Figuras

<b>Figura 1.</b> Relación de deportes adaptados constituidos como Federación Internacional unideportivas.....	13
<b>Figura 2.</b> Distribución de los participantes en el Cuestionario inicial exploratorio.....	14
<b>Figura 3.</b> Categorías de análisis, subcategorías y tendencias.....	18
<b>Figura 4.</b> Atletismo.....	36
<b>Figura 5.</b> Baloncesto en silla de ruedas.....	36
<b>Figura 6.</b> Ciclismo.....	36
<b>Figura 7.</b> Esgrima en silla de ruedas.....	36
<b>Figura 8.</b> Halterofilia.....	37
<b>Figura 9.</b> Natación.....	37
<b>Figura 10.</b> Remo.....	37
<b>Figura 11.</b> Rugby silla de ruedas.....	38
<b>Figura 12.</b> Tenis de Mesa.....	38
<b>Figura 13.</b> Tiro con arco.....	38
<b>Figura 14.</b> Tiro olímpico.....	39
<b>Figura 15.</b> Voleibol sentado.....	39

<b>Figura 16.</b> Tenis adaptado.....	39
<b>Figura 17.</b> Paratriatlón.....	40
<b>Figura 18.</b> Localización Liga para personas con discapacidad física.....	53

**Lista de Anexos**

<b>Anexo 1.</b> Consentimiento informado.....	108
<b>Anexo 2.</b> Entrevista 1.....	109
<b>Anexo 3.</b> Entrevista 2.....	129

## **Introducción**

El objetivo del presente trabajo fue analizar las narrativas de un grupo de personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a través de la práctica del deporte adaptado. La discapacidad y lo que conlleva es un gran reto tanto para la persona diagnosticada como para el entorno familiar y social, motivo por el cual desde el área de psicología surge el interés de analizar las experiencias y ajuste psicológico que atravesaron estas personas en su proceso de adaptación a su nueva condición física a través de la práctica del deporte adaptado.

El instrumento que se utilizó para acceder a la información y lograr el objetivo planteado, se basa en una entrevista abierta, con metodología cualitativa, siendo un estudio de tipo exploratorio descriptivo (Hernández-Sampieri y Mendoza 2018). Mediante las narrativas las personas expresaron de manera libre sus experiencias, describiendo los ajustes psicológicos que elaboraron a través de la práctica del deporte adaptado, así como el rol del apoyo social y familiar.

En los contenidos del trabajo de investigación se encuentra una descripción detallada de la discapacidad y la práctica deportiva, del deporte adaptado, actitudes e identidad social, autoconcepto, ajuste psicológico, afrontamiento y calidad de vida; conceptos importantes en el desarrollo de la investigación y que fueron contextualizados en los hallazgos de la entrevista.

Dentro del análisis se refleja que la construcción de significados de las personas frente a la discapacidad física y a la práctica del deporte inclusivo se realiza a partir de la experiencia personal, debido a que no es un tema difundido en la sociedad.

Así mismo, la identificación de agentes importantes en el proceso de rehabilitación, como lo son las personas que no hacen parte directa del proceso, personas en situación de discapacidad

que siendo profesionales o no, contribuyen y son fundamentales para el proceso de adaptación, aceptación y ajuste psicológico para asumir su nueva condición física. Igualmente se identifican los cambios devenidos a partir del proceso de adaptación, cambios en los roles familiares y sociales y en los proyectos de vida de las personas con discapacidad.

Adicionalmente la falta de apoyo por parte de diversas instituciones públicas y privadas, incluido el gobierno colombiano, es algo que afecta el proceso de adaptación a esa nueva realidad, agravantes como la infraestructura de las ciudades, de las calles, de los centros comerciales, los restaurantes, y la mayoría del transporte público, que no están adaptados ni son adecuados para una persona en condición de discapacidad, afectando la movilidad de las mismas.

### **Planteamiento del problema**

La discapacidad, según Jones y Webster (2006) es comprendida como, una característica que limita la función personal o social de un individuo equiparado con una persona que no posee esa circunstancia o limitación, esto desde el punto de vista médico; mientras de manera social se entiende como desventaja, asociado a la separación que surge como consecuencia de las interrelación entre las personas que tienen dificultades, los obstáculos sociales que afrontan a causa de las dificultades que genera que la sociedad de considerar sus derechos y necesidades.

La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021) describe la discapacidad como un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales. Por consiguiente, la discapacidad es un fenómeno complejo que refleja una interacción entre las características del organismo humano y las características de la sociedad en la que vive. (párrafo 1).

Para Padilla (2010), la discapacidad es una situación heterogénea que envuelve la interrelación de un individuo en sus dimensiones y los elementos de la sociedad en la que habita. La discapacidad se puede dar por ejemplo con parálisis de algunas extremidades del cuerpo, que evitan o limitan a que se realicen actividades y tareas por su nivel de dificultad. Para observar el nivel y evaluar la salud y discapacidad, tanto de una persona como de una población, fue creada

la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF), la cual es aceptada en 191 países que son miembros de OMS.

En la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, aprobada por las Naciones Unidas en 2006, se estableció que se debe “promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales por todas las personas con discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente ” (p. 7).

Por consiguiente, en el Informe Mundial sobre la Discapacidad (2011)

La Organización Mundial de la Salud y el Grupo del Banco Mundial han producido conjuntamente un informe global sobre la discapacidad, con el fin de proporcionar datos importantes destinados a la formulación de políticas y programas innovadores que mejoren las vidas de las personas con discapacidades y se facilite la aplicación de la Convención de Naciones Unidas [ONU] sobre los derechos de las personas con discapacidad, que entró en vigor en mayo de 2008. De acuerdo a dicho informe más de mil millones de personas viven en todo el mundo con alguna forma de discapacidad; de ellas, casi 200 millones experimentan dificultades considerables en su funcionamiento (p.5).

En Colombia se ha acogido la propuesta efectuada por la ONU, en la que la discapacidad se entiende como

un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno, que evitan su participación

plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás. (ONU, 2006, p. 1).

En este orden de ideas el último boletín de personas con discapacidad en Colombia establece que “para diciembre del año 2019 había en total 1.298.738 personas con discapacidad identificadas y localizadas según el registro oficial del Ministerio de Salud y Protección Social”, cifra equivalente al 2,3% de la población total nacional. (Boletines Poblacionales, corte diciembre 2019). El registro mencionado constituye una herramienta nacional denominado como registro para la localización y caracterización de las personas con discapacidad.

Torralba (2014), nos cuenta sobre cómo es vista la discapacidad en nuestra época actual, desde la mirada de las personas, las fundaciones o instituciones que están interesadas en que las personas con discapacidad logren integrarse “ya no se ve la discapacidad como un mero ser de necesidades, sino también como un ser de posibilidades, con un potencial y una riqueza de recursos para desarrollar y cultivar” (p.27).

De acuerdo a Muños et al. (2017), la condición de discapacidad es asunto de trabajo de muchos profesionales, entre ellos los psicólogos, los cuales se interesan por varios procesos relacionados, como el fomento de la autosuperación, la independencia, adecuación familiar, el reconocimiento de sus habilidades y capacidades, componentes emocionales, y ciertamente se interesa por identificar los factores que pueden contribuir a una adaptación a esta condición. Uno de estos factores es la actividad física, ya que la práctica de deportes en las personas con discapacidad contribuye y favorece su integración social, y ayuda en el proceso de rehabilitación en todos los aspectos de la persona.



En un estudio Stevens (2012), enfatiza en que “el entrenamiento deportivo es un sistema integrado por diferentes componentes: técnico, táctico, físico, psicológico, teórico e integral, que ha de relacionarse con las particularidades que tiene la discapacidad que sufra la persona” (p.102). La salud física, mental y social de las personas es un medio con el fin de prevenir enfermedades y fomentar la salud. Además, para Huete (2013), “la autoestima es básica en el desarrollo integral de cualquier persona, sobre todo en el aspecto emocional para la mejor calidad de vida” (p.20).

En este sentido Montes et al. (2016), proponen que la apreciación ejerce una labor significativa en la noción que los individuos realizan con relación a la calidad de vida, que las apreciaciones tienen una naturaleza personal siempre diversa y esto requiere una aproximación “más sensible, contextual e históricamente acotado a fin de acceder a datos empíricos que permitan comprender cómo ha influido la práctica del deporte adaptado competitivo en la calidad de vida de las personas con discapacidad” (p.58).

En otra investigación realizada por Muñoz et al. (2017), cuyo objetivo principal fue “fomentar la práctica deportiva en personas con discapacidad para mejorar su calidad de vida y evitar el sedentarismo, mejorar la condición física, motivar a la población discapacitada a la práctica deportiva”. (p.147) encontraron que los aspectos psicológicos se ven beneficiados con la práctica del deporte.

Así mismo, Muñoz et al. (2017), también afirman que “la motivación en el ámbito de la actividad física y el deporte es el producto de un conjunto de varias variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva” (p.151). Para estos autores la práctica deportiva en personas con discapacidad física trae beneficios a nivel físico,

biológico, social, pero también psicológico, sin embargo, aún se encuentran barreras que impiden el desarrollo de los deportes, como lo son las instalaciones adecuadas, la economía, o la falta de apoyo (Muñoz, et al 2017).

En cuanto a estudios realizados en Colombia, Meléndez (2019), realizó una investigación con el fin de reconocer como las personas con discapacidad que practican deporte de alto rendimiento en Colombia se identifican a ellos mismos, en la que se asume un enfoque emancipador; la investigadora recogió información acerca de las “experiencias de los deportistas para describirlas y analizarlas a partir de artefactos y testimonios, teniendo el interés en las personas y su entorno, observando variables como: el acontecimiento, el ambiente y las interacciones, la secuencia de eventos y los resultados” (p.129).

En la investigación anteriormente mencionada se evidencia la significación de oír lo que tienen que decir y percibir las realidades por medio de las vivencias de las personas con discapacidad con el fin de conocer de primera mano la realidad de dichas personas. Adicionalmente, se plantea que una gran parte de los deportistas paralímpicos en Colombia edifican su identificación en vínculo con la colaboración en el deporte, dicha identidad cuenta con las condiciones necesarias para que suceda o pueda ser perjudicada por ejemplo por los medios de difusión que los muestran únicamente en ser deportistas, y es que esta identidad no perdurará por siempre, tal y como lo relata el deportista Ben Rushgrove (citado por Meléndez, 2019) quien afirma “primero humano, segundo atleta y tercero persona con discapacidad” (p. 271).

En esa misma línea, en un estudio de caso Camargo y Forero (2016), afirman que “las políticas públicas en Colombia presentan avances en su diseño e implementación en relación con

discapacidad, específicamente las relacionadas con el derecho a la salud, la educación y el trabajo, en términos de inclusión” (p.143). Por lo tanto, para estos autores es importante determinar “cuáles son las percepciones de los deportistas con discapacidad, acerca del proceso de inclusión deportiva, los facilitadores, las barreras y las políticas públicas que se han diseñado e implementado”. (Camargo y Forero (2016, p.4). Además, encontraron que “la red de apoyo primaria para la inclusión deportiva continúa siendo la familia, y las barreras están relacionadas con los imaginarios de la discapacidad, que generan obstáculos actitudinales desde la sociedad” (p.144). Asimismo, dentro de las conclusiones de este estudio se encuentra que la percepción más importante observada es la del reconocimiento, tanto en un plano de autovaloración, como en el entorno próximo y social; generando en las personas con discapacidad que realizan prácticas deportivas una mejor percepción de su autoestima, además de sus estados emocionales, que facilitan los procesos de integración y rehabilitación.

A partir de los resultados anteriormente expuestos se puede resaltar que los aspectos psicológicos se ven beneficiados con la práctica del deporte, de acuerdo con Gachancipá y Wiswell (citados por Camargo y Forero, 2016), quienes aseguran que el valor de las prácticas deportivas beneficia la libertad, la autodeterminación y la incorporación de la familia y la sociedad, proporcionando herramientas como corresponsabilidad, y propiciando el desarrollo de habilidades y destrezas.

Por otra parte, Alvis y Neira (2013), mencionan como relevante que el deporte adaptado o deporte para personas con discapacidad se creó una armadura, transformándose como evolución del cual puede funcionar como un instrumento que responde a cuestiones sociales y de

salud a nivel nacional e internacional. Los autores desarrollaron un estudio en la ciudad de Bogotá con el fin de reconocer y examinar los concluyentes en la sociedad que afectan la inclusión o exclusión de la población adolescente con discapacidad en los deportes de alto rendimiento, encontrando que en el sistema nacional de deportes paralímpicos, se presentan algunas irregularidades en las que por ejemplo que las personas con discapacidad son reconocidas como deportistas sólo cuando obtienen resultados competitivos excelentes o de reconocimiento.

A partir de la revisión realizada de los estudios empíricos se ha podido observar que gran parte de los estudios realizados sobre el tema de discapacidad tienen un enfoque cuantitativo, muchos de ellos han tomado grandes poblaciones a las que se les aplican pruebas que buscan medir cual es la motivación, o lo que impulsó a estas poblaciones a formar parte de la inclusión deportiva. También se ha observado que las variables que más se estudian son estrés tanto de la persona con discapacidad, como de sus familiares, igualmente el apoyo familiar, la adaptación a la inclusión, y la aceptación social.

De acuerdo a lo expuesto anteriormente se evidencia la necesidad de continuar realizando estudios en población con discapacidad en nuestro país, donde se aborde las narrativas que tienen las personas con discapacidad sobre la inclusión a través de la práctica deportiva. Finalmente es pertinente trabajar con población con discapacidad que no solo practican deporte, sino que sean deportistas de alto rendimiento, porque permite obtener una visión sobre el apoyo estatal y la utilidad de las normas frente a la práctica deportiva, por tal razón en el presente estudio se buscará responder a la siguiente pregunta de investigativa.

### **Pregunta de Investigación**

¿Cuáles son las narrativas de un grupo de personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a través de la práctica del deporte adaptado?

### **Objetivo general**

Analizar las narrativas de un grupo de personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a través de la práctica del deporte adaptado.

### **Objetivos Específicos:**

- Explorar las vivencias y creencias de un grupo de personas sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física.
- Describir las experiencias y ajustes psicológicos que las personas con discapacidad elaboraron a través de la práctica del deporte adaptado.
- Analizar las narrativas que han construido el grupo de personas frente a la práctica del deporte adaptado.
- Identificar el rol del apoyo social y familiar en la práctica deportiva de este grupo personas con discapacidad física.

### **Justificación**

La psicología juega un papel muy importante para comprender los elementos de la adaptación a una condición de discapacidad, ya que se ven involucrados procesos cognitivos, la conducta individual de esta población, procesos socio afectivos, culturales, familiares entre otros, y de cómo se da la adaptación y la inclusión, desde el contexto, personal, profesional, y social.

La inclusión de personas en condición de discapacidad como fundamento principal y prioritario en las políticas de desarrollo social, considerando el deporte un valioso recurso para lograr metas de inclusión social, sean cuales sean las características de las personas que lo ejercen, las físicas, las psíquicas o las sensoriales, no obstante, la práctica deportiva ha logrado abarcar otros ítems como la rehabilitación y el desarrollo de capacidades, logrando romper muchas barreras; convirtiendo en imprescindible potenciar el alcance de dichas propuestas para conocimiento de la población en general y no solo de un selecto grupo (Jiménez et al, 2017).

Actualmente, la posibilidad de acceder al deporte de personas en situación de discapacidad se ofrece en varios ámbitos, desde el recreativo hasta el competitivo. Por lo tanto, es posible acceder a los deportes para personas en situación de discapacidad que ya son conocidos y que tienen la intención de eliminar las barreras, además de abrir este tipo de actividades a todo el mundo, sin importar el tipo de discapacidad que se tenga.

“Los países de América Latina y el Caribe que reportan mayor prevalencia de personas en situación de discapacidad son: en primer lugar, Brasil con 23,9%, seguido por Uruguay con un 16% y Chile con un 12,7%” (p.1); adicionalmente el Departamento Administrativo Nacional Estadística [DANE] (2005) halló que en el censo realizado 2.624.898 personas refirieron tener

alguna discapacidad, con un porcentaje de la población total del 6,1%. (DANE, 2005, Boletín Discapacidad).

Las políticas públicas de Colombia han mostrado un gran avance en su diseño e implementación, especialmente las relacionadas con el derecho a la salud, la educación y el trabajo. Sin embargo, en lo que a deportes se refiere, su implementación es defectuosa (Camargo y Forero, 2016).

De otra parte, una de las dificultades principales es que la inclusión del deporte en Colombia no es tan avanzada como lo es en otros países, tal es el caso de España, en donde todas las instituciones y federaciones deportivas se encargan de que se cumplan todos los requisitos frente a la inclusión deportiva. En Colombia las pocas instituciones que realmente se encargan de que se lleve a cabo la inclusión deportiva son las fundaciones, creadas por la misma comunidad sin apoyo del gobierno o las grandes federaciones, por lo tanto, se convierten en fundaciones sin ánimo de lucro, que buscan surgir en el campo de la inclusión. (Martínez, 2015).

Neira (2011) plantea que en Colombia la práctica deportiva pese a haber logrado un aprecio de múltiples significados: “Deporte para todos”, “ha presentado variaciones en sus cimientos, produciendo una ruptura en su modelo tradicional que lo entendía como un fenómeno social, hasta pasar actualmente a ser un sistema con visión neoliberal, que ha convertido al deporte en un bien de consumo” (p.22).

Es así como esta investigación parte de la importancia de describir las experiencias y ajustes psicológicos que las personas con discapacidad elaboraron por medio de la práctica del deporte adaptado más allá de las barreras sociales y gubernamentales. No obstante, los modelos de deporte

adaptado existentes contribuyen a que el conocimiento de la población a nivel general sea más amplio, contribuyendo en la aprobación y el reconocimiento de la diversidad, durante la relación con una persona con discapacidad para la sociedad desde una temprana edad.

Para esta investigación se tienen en cuenta la misión de la Universidad Antonio Nariño, que pretende “Formar ciudadanos idóneos y competitivos, éticos y humanistas, con pensamiento autónomo y crítico, y personas altamente calificadas y comprometidas con los procesos de transformación positiva del país, fundamentados en la incorporación, difusión, generación e innovación del conocimiento universal” (UAN, 2020, párrafo 1). Adicionalmente se tuvo en cuenta la visión donde se busca que la Institución logre “Posicionarse como una de las mejores universidades del país, con pensamiento crítico, autónomo y global, acreditada nacional e internacionalmente, que, al estar a la vanguardia del conocimiento, contribuye a la competitividad nacional en ciencias, artes y tecnología, es el reto de la Universidad Antonio Nariño” (UAN, 2020, párrafo 1). En este orden de ideas el presente trabajo busca incentivar en las investigadoras un pensamiento crítico y autónomo, y además contribuir en la generación de conocimiento y posibles aplicaciones a través de la descripción de las experiencias narradas por un grupo de personas con discapacidad física sobre su ajuste psicológico a través de la práctica del deporte inclusivo.

Este trabajo de grado está orientado en una línea de investigación que se adscribe al grupo Gripsi de categoría B, específicamente en la línea de investigación de la Facultad titulada “**Resiliencia y contextos psicosociales**”, la cual busca que se avance en el conocimiento específico desde la psicología y provea una visión explicativa y comprensiva del fenómeno



generando hacia formas de apoyo donde se fortalezcan los factores resilientes para aumentar el bienestar de los individuos y las comunidades (Facultad de Psicología, UAN, 2020).

Este trabajo pretende también aportar a otros investigadores y/o instituciones que se encuentren interesados en la comprensión de las experiencias y percepciones de las personas con discapacidad física que realizan alguna práctica deportiva en Colombia. Así mismo, este estudio permitió un aporte a nivel personal y profesional de las investigadoras, logrando la obtención de elementos en el ámbito investigativo y en el abordaje de diferentes problemáticas, además de la satisfacción personal con este tema de gran relevancia. Por consiguiente, se logra fortalecer dichos aspectos desde la investigación, y como profesionales, a través de las diferentes ramas de la psicología con el fin de mejorar la comprensión del comportamiento humano, profundizando en la conducta, y de esta manera facilitar el análisis de los aspectos de las personas con discapacidad física frente a la inclusión desde la práctica deportiva.

## **Marco Teórico**

El marco teórico, que se desarrolla a continuación permite conocer los conceptos y elementos necesarios directamente utilizados en el desarrollo del presente proyecto. Primero se realiza una contextualización de las definiciones de deporte y discapacidad, desde una construcción histórica a partir de los contextos sociales, culturales y normativos.

Posteriormente se definirán los conceptos de actitud e identidad, dos factores imprescindibles con el paso del tiempo de la vida de todos los seres humanos. La actitud vista desde la forma en que la sociedad asume la discapacidad y la identidad el modo en que las personas con discapacidad realizan el proceso como deportistas.

### **Discapacidad y práctica deportiva**

Son muchas las relaciones que se establecen entre el deporte y la discapacidad aludiendo a una visión de evolución en la sociedad con respecto al tema; que permiten analizar aspectos de la discapacidad en un enfoque general desde la práctica deportiva.

“Culturalmente el término ha sido utilizado para señalar en una población el impedimento para operar naturalmente. Dicha comprensión de disfuncionalidad fue avalada por la OMS, cuando en 1980 en la Clasificación Internacional de la Deficiencia, la Discapacidad y Minusvalía (CIDDM)” (Soto y Vasco,2008).

De otra parte, la discapacidad como noción y realidad es complicada y difícil de entender, en este sentido Shakespeare y Watson (Citado por Dequia y Pazos, 2015), anotan que: “La

discapacidad es tan compleja, tan variable, tan contingente, tan situada, que no se puede reducir a una definición universal, única, singular, en tanto es multiplicidad y pluralidad” (p.19).

Para Torralba et al. (2014), las personas en situación de discapacidad de la misma forma que otros sectores de la población, se han visto históricamente vulnerados en la función de varios de sus derechos fundamentales como resultado de su situación particular que las ubica en situación de desventaja, entendida esta última como una desigualdad en relación con el disfrute de los derechos frente al resto de la sociedad. Ante las constantes barreras a las que se ven enfrentadas las personas en situación de discapacidad para realizarse como ciudadanos de manera plena y efectiva en la cultura y vida social de la que hacen parte, en posición de igualdad de todos los derechos y libertades fundamentales, entes de carácter internacional han creado documentos que tienen como propósito recuperar los derechos de los que son asunto las personas con discapacidad.

San José, 2007 indica que

Para el año 1975 las Naciones Unidas elaboran la Declaración de los derechos de los Impedidos, dónde se reconocen por primera vez los derechos de las personas con discapacidad de una forma explícita, tomando como referencia la Declaración de los derechos del retrasado mental de 1971 (p.2).

Paralelamente, en la primera conferencia Europea del Deporte para Todos, el cual invitaba a la responsabilidad, hasta legal, de la administración local, con el deporte como derecho de los habitantes. Uno de los principios enunciados en la Carta Europea del Deporte del 1975 es que “Se adoptarán medidas tendentes a garantizar a todos los ciudadanos la posibilidad de practicar el deporte y, en su caso, se tomarán medidas complementarias que permitan, tanto a los jóvenes

dotados de posibilidades como a las personas o grupos desfavorecidos o minusválidos, beneficiarse efectivamente de tales posibilidades” (Masdeu y Urdampilleta, 2012). De modo que, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) determino que las personas con discapacidad tienen derechos específicos en cuanto a la práctica de la actividad deportiva (Simar et al. 2003).

En la Organización de las Naciones Unidas (ONU), la asamblea general como uno de sus principales órganos aprobó el documento conocido como la *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad* (2006), con el objeto de promover, proteger y asegurar el goce de los derechos humanos por todas las personas con discapacidad, el cual como mecanismo internacional busca reafirmar la completa igualdad ante la ley de estas personas.

Las Naciones Unidas (2007) apuntan que “las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás” (p.60).

### ***La inclusión deportiva en Colombia***

Centrándonos en Colombia, todos los individuos por el hecho fundamental que le concede su condición humana tiene derecho a libertades y facultades que le aseguren una vida digna, tal como lo dispone la Constitución Política de Colombia donde consideran en el Artículo 52:

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud

en el ser humano. El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas (Const.1991, art. 52).

Por este motivo se infiere que el deporte cobra una gran relevancia reconociendo por medio del Estado el derecho de las personas a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre, y que deberá ser aplicado con todos los principios y normas necesarias.

El predominio de la discapacidad en Colombia, junto con los movimientos sociales de las personas con discapacidad que se han desarrollado a nivel mundial, han impactado las políticas públicas de los países al lograr que sus problemáticas están presentes en las agendas políticas y sociales de los gobiernos. Dentro del marco legal nacional, también en la Constitución Política de Colombia se encontraron otros artículos relevantes sobre discapacidad:

Art 13: El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados. El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que, por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan (Const.1991, art. 13).

En el artículo anteriormente expuesto debemos resaltar que toda persona debe ser reconocida igual ante la ley, sin importar ninguna situación particular, ya que las circunstancias

adversas de algunas personas no deben ser tenidas en cuenta para un trato desigual o discriminatorio.

Art 47: El Estado adelantará una política de previsión, rehabilitación e integración social para los disminuidos físicos, sensoriales y psíquicos, a quienes se prestará la atención especializada que requieran (Const.1991, art. 47).

Este artículo plantea un trato especial para una población específica que se encuentra en diferentes condiciones como una obligación constitucional y que debe traducirse en un compromiso de atención, así como en una política permanente.

Art 54: El Estado debe propiciar la ubicación laboral de las personas en edad de trabajar y garantizar a los minusválidos el derecho a un trabajo acorde con sus condiciones de salud (Const.1991, art. 54).

Art 68: La erradicación del analfabetismo y la educación de personas con limitaciones físicas o mentales, o con capacidades excepcionales, son obligaciones especiales del Estado (Const.1991, art. 68).

En los dos anteriores artículos se denota la importancia de la educación para personas con discapacidad, al igual que una adecuada ubicación laboral teniendo en cuenta las condiciones requeridas para ejecutarlo, esto como obligaciones especiales del Estado.

En cuanto a la práctica deportiva de acuerdo al nomograma de discapacidad para la República de Colombia (2019), a partir de 1995 se empiezan a implementar leyes enfocadas a la recreación y el deporte de dicha población, con la Ley 181 de 1995 en el cual se establece que el Sistema Nacional del Deporte debe incluir beneficios para la práctica del deporte de personas con

discapacidad. Igualmente, en el artículo 3 se describen los objetivos dirigidos hacia la formulación y ejecución por parte del estado de programas especiales en educación física, deporte y recreación para las personas con discapacidad. En el artículo 24 donde se habla del fomento al deporte paralímpico por los organismos del sistema nacional del deporte, y en el artículo 42 se define la obligatoriedad de incluir la accesibilidad en la construcción de instalaciones y escenarios deportivos y se fija plazo para que los establecimientos deportivos del sistema nacional del deporte cumplan con medios de accesibilidad para población con discapacidad (Ley 181, 1995).

En 1997 se crea la Ley 361, en la cual se establecen mecanismos de integración social de las personas con limitación, entre otras disposiciones. Para el campo de la recreación y el deporte, dicha Ley en su artículo 14 expresa que:

Coldeportes promoverá y dará apoyo financiero con un porcentaje no inferior al 10% de sus presupuestos regionales, a las entidades territoriales para el desarrollo de programas de recreación y deporte dirigidos a la población limitada física, sensorial y psíquicamente. Estos programas deberán ser incluidos en el plan nacional del deporte, recreación y educación física (Art 14, Ley 361, 1997).

En el artículo 39 de la ley 361 de 1997, dispone que Coldeportes organice y financie el desarrollo de eventos deportivos para personas con discapacidad y por último el artículo 40 define que los escenarios deportivos públicos deben ser facilitados a organismos oficiales o privados dedicados a la educación, adaptación y rehabilitación de personas con discapacidad y establece la inclusión de un delegado de la actividad deportiva de las personas con discapacidad en las reuniones directivas de las entidades deportivas departamentales y municipales.

Posteriormente con la Ley 582 de 2000 se establece el Sistema Deportivo Nacional de las Personas con Discapacidad y se crea el Comité Paralímpico Colombiano y organiza por modalidad de discapacidad cada una de las federaciones deportivas. A partir de entonces y hasta la actualidad se han evidenciado diferentes cambios y normas enfocados en apoyar, incentivar, formular y ejecutar programas para el deporte de las personas con discapacidad física, psíquicas y sensoriales desde niños hasta la tercera edad (Normograma de discapacidad para la república de Colombia, 2019).

Mediante la Ley 582 de 2000 se define el deporte inclusivo asociado a personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales, y se reforma la ley 181 de 1995, en esta nueva ley se dictan otras disposiciones acerca del desarrollo del conjunto de actividades cuya finalidad es contribuir a la normalización integral de las personas con discapacidad, y enmarca los niveles de ejecución y organización, se designan a nivel municipal los clubes deportivos, a nivel departamental o distrital las ligas, y a nivel nacional las federaciones del comité paralímpico.

En el territorio colombiano, como en el marco internacional, la discapacidad ha contado con un lugar en el campo político, económico y social, según el Censo realizado por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) en el 2005, cerca de 2.632.255 personas cuentan con algún tipo de discapacidad, es decir por cada 100 colombianos 6.3 tienen una limitación permanente (6.5 hombres y 6.1 mujeres), por lo que se reclaman políticas puntuales por y para esta población (Boletín Censo General Discapacidad, 2005).



## **Deporte adaptado**

Este es comprendido como la modalidad deportiva que se ajusta al grupo de personas con discapacidad o con movilidad reducida, ya sea porque se han realizado una serie de adaptaciones y/o modificaciones para facilitar la práctica de aquellos, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica (Reina, 2010).

Normalmente un deporte adaptado suele ser modificando, Moya (2014):

El reglamento (por ejemplo, permitiendo el doble regate en el baloncesto en silla de ruedas respecto de la versión a pie) (p.10).

El material (por ejemplo, el uso de un balón sonoro en modalidades deportivas para personas con discapacidad visual) (p.10).

Las adaptaciones técnico-tácticas (que tendrán en cuenta las exigencias formales y funcionales del deporte adaptado de que se trate) (p.10).

La instalación deportiva (más allá de la adaptación en relación a su uso - accesibilidad universal- suelen utilizarse adaptaciones según la modalidad, como por ejemplo los relieves en las líneas del campo en deportes como el goalball o el dibujo de las líneas del terreno de juego en la instalación de la que se trate, como en el caso del deporte anterior o la boccia) (p.10).



En cuanto al deporte adaptado en Colombia, hoy en día se cuenta con 21 disciplinas deportivas para población con discapacidad, debido al gran número de personas con discapacidad, y el desarrollo de los deportes ha logrado abarcar un punto importante en ítems como la rehabilitación y desarrollo de capacidades.

### *Disciplinas Deportivas*

Dentro de las 21 disciplinas del deporte adaptado para discapacidad física en Colombia (ver tabla 1) se encuentran atletismo, baloncesto en silla de ruedas, ciclismo, esgrima en silla de ruedas, halterofilia, natación, remo, rugby en silla de ruedas, tenis de mesa, tiro con arco y tiro olímpico, voleibol sentado, tenis adaptado y en una nueva modalidad el paratriatlón.

**Tabla 1**

#### *Disciplinas del deporte adaptado*

<b>Deporte</b>	<b>Descripción</b>	<b>Imagen</b>
Atletismo	El atletismo como deporte para personas con discapacidad analiza las probabilidades de cada deportista a través de su entrenador o técnico deportivo cuya función es ayudar para conseguir sus objetivos (Discapnet, 2020).	<p><b>Figura 4. Atletismo</b></p>  <p>Tomado de: Discapnet (2020)</p>
Baloncesto en silla de ruedas	Según los expertos las reglas del baloncesto adaptado son semejantes a las del baloncesto tradicional. Lo que varía, por ejemplo, son los pasos: en baloncesto en silla el jugador con la pelota no puede dar a su silla más de dos impulsos seguidos sin pasar o botar dicha pelota. (Discapnet, 2020).	<p><b>Figura 5. Baloncesto en silla de ruedas</b></p>  <p>Tomado de: Discapnet (2020)</p>
Ciclismo	El ciclismo para personas con discapacidad física cuenta con dos puntos de vista, por un lado	<p><b>Figura 6. Ciclismo</b></p>

el ciclismo practicado desde una bicicleta convencional y por otro, el handcycling o "ciclismo manual". (Discapnet, 2020).



Tomado de: Discapnet (2020)

Esgrima en silla de ruedas

Entre sus características principales se encuentra la exactitud, la técnica y el estilo. Este deporte adaptado se practica en silla de ruedas, la cual está anclada al suelo para permitir mayor libertad de movimientos en los brazos, pero esa falta de movilidad se puede compensar con el altísimo nivel en la técnica de mano que pueden llegar a desarrollar los tiradores paralímpicos. (Discapnet, 2020).

**Figura 7.** *Esgrima en silla de ruedas*



Tomado de: Discapnet (2020)

Halterofilia

La competición consiste en que el deportista sea apto de descender la barra con sus pesas hasta el pecho, dejarla quieta y elevarla hasta dejar los codos extendidos al máximo. Participan atletas con una movilidad reducida siendo principalmente lesionados medulares. (Discapnet, 2020).

**Figura 8.** *Halterofilia*



Tomado de: Discapnet (2020)

Natación

Este deporte lo pueden practicar tanto por personas con discapacidad física, visual, auditiva como intelectual, y hace que se ejerciten la mayoría

**Figura 9.** *Natación*

de músculos del cuerpo. (Discapnet, 2020).



Tomado de: Discapnet (2020)

Remo

Las personas con discapacidad pueden practicar contando con los apoyos necesarios, con la posibilidad de que en la misma embarcación lo formen personas con diferentes discapacidades. (Discapnet, 2020).

**Figura 10.** Remo



Tomado de: Discapnet (2020)

Rugby en silla de ruedas

En cada partido compiten dos equipos con cuatro jugadores cada uno y pueden tener hasta ocho suplentes en el banquillo, estos están ahí en caso de que sean necesarios sustituir alguno de los que ya están jugando, el objetivo es anotar más goles que el equipo contrario, se trata de una pelota de vóleybol con una cubierta blanda. (Discapnet, 2020).

**Figura 11.** Rugby en silla de ruedas



Tomado de: Discapnet (2020)

Tenis de mesa

El tenis de mesa es un deporte que pueden practicarlo deportistas con discapacidad física, intelectual y otras discapacidades funcionales, existiendo pruebas individuales, por equipos y open, tanto en categoría

**Figura 12.** Tenis de mesa

masculina como femenina, los deportistas compiten divididos en once clases en función del distinto grado de discapacidad. (Discapnet, 2020).



Tomado de: Discapnet (2020)

#### Tiro con arco

El tiro con arco adaptado es un deporte en la que se combina la precisión con la fuerza y con un alto grado de concentración en el momento de su práctica, el cual cuenta con modalidades como los son: en silla de ruedas y de pie, tanto en categoría femenina como masculina y tanto individual como en equipo, además pueden practicarlo personas con discapacidad física o con otras discapacidades llevando las adaptaciones necesarias. (Discapnet, 2020).

**Figura 13.** *Tiro con arco*



Tomado de: Discapnet (2020)

#### Tiro Olímpico

Se utilizan rifles o pistolas con las cuales los deportistas que la practican deben dar a una diana estática. Lo practican personas con diferentes discapacidades, los ciegos lo consiguen practicar sustituyendo el sentido de la vista por el del oído, disponen de una mira telescópica acoplada electrónicamente, que cambia la luz en sonido. (Discapnet, 2020).

**Figura 14.** *Tiro olímpico*



Tomado de: Discapnet (2020)

#### Voleibol sentado

Pueden practicarlo personas con discapacidad, tanto física, como cognitiva, como lo son

**Figura 15.** *Voleibol sentado*

las lesiones medulares, locomotora, parálisis cerebral u otras discapacidades, para ello cuentan con algunas adaptaciones que facilitan este deporte y cada uno de ellos son clasificados según unos criterios de valoración en una tabla clasificatoria. (Discapnet, 2020).



Tomado de: Discapnet (2020)

#### Tenis adaptado

El deporte de tenis adaptado en silla de ruedas se practica en las mismas canchas de tenis que la convencional, con las mismas dimensiones, altura de la red, etc. Las acciones técnicas de este deporte, frente al tenis practicado en posición bípeda, son prácticamente las mismas. (Discapnet, 2020).

**Figura 16.** *Tenis en silla de ruedas*



Tomado de: Discapnet (2020)

#### Paratriatlón

La prueba consiste en tres prácticas o disciplinas deportivas combinadas. Los para triatletas pueden ir acompañados de un ayudante cualificado, algunas de las modificaciones que hay es que exige al deportista un certificado médico donde venga reflejado el tipo de discapacidad, a su vez que esté clasificado por un experto para garantizar a la categoría en la que puede incluirse. (Discapnet, 2020).

**Figura 17.** *Paratriatlón*



Tomado de: Discapnet (2020)

*Nota:* Elaboración propia a partir de información tomada de Discapnet (2020)

Cada deporte descrito anteriormente tiene su propia clasificación funcional, según el grado o el tipo de discapacidad. En este orden de ideas Tweedy y Van Landewijck, (2011) plantean que:

El deportista es clasificado en función de su capacidad de movimiento a la hora de la práctica de un deporte concreto. La deficiencia que plantea el deportista ha de incidir en el rendimiento deportivo específico de un deporte. (p.17)

### **Promoción del Deporte Adaptado.**

Para Maya (2014) es clave no sólo generar conocimiento acerca de la inclusión de las personas con discapacidad en el deporte adaptado, también se debe difundir, divulgando los beneficios que las actividades físicas y deportivas tienen para los participantes a la hora de mejorar su salud y favorecer su integración social.

Jiménez (2009) apunta que:

se hace preciso regular y ordenar las diferentes competencias públicas y privadas en materia de deporte y actividad físico-deportiva dirigida a personas con discapacidad, estableciendo los mecanismos necesarios para aunar y coordinar todos los esfuerzos y acciones de los diversos estamentos hacia un objetivo general que pretenda reflejar la normativa legal estatal y autonómica. (p.6).

En este sentido, sí es importante promocionar la práctica deportiva y de actividad física en la población en general, se hace imprescindible establecer unos mecanismos de control que velen por las personas con discapacidad junto con otras personas en riesgo de exclusión social.

En los últimos años han cambiado de manera positiva la percepción social de las personas con discapacidad. Lo anterior no es una evolución de carácter estético, manifestando un cambio de mentalidad, una transformación de la mirada. Afortunadamente ya vivimos en una sociedad donde se reconocen sus derechos inherentes y esto tiene repercusión en todos los planos: educativo, social, deportivo, laboral y afectivo. Ya no se ve la discapacidad como un mero ser de necesidades, sino también como un ser con posibilidades, con un potencial y una riqueza de recursos para desarrollar y cultivar (Torralba et al, 2014).

### **Actitudes e identidad social**

La inclusión de las personas con discapacidad está relacionada con varias variables psicológicas involucradas en este proceso, como lo son las actitudes y la identidad de cada persona, las cuales constituyen un tema de gran importancia en la interacción social. Dado lo anterior se inicia describiendo algunas formas de comprender las actitudes.

Al abordar la actitud encontramos a Allport (1935), el cual indica que “el concepto de actitud es probablemente el más distintivo e indispensable de la psicología social” (p.768), debido a que es la concepción más empleada por la teoría y la experimentación. Este término ha sido estudiado desde distintos ámbitos, entre ellos la psicología, la sociología, principalmente, desde la psicología social. Es un término que no cuenta con una definición única, existiendo un desacuerdo conceptual entre los autores sobre lo que es realmente una actitud ya que es definido por muchos autores de formas diferentes, pero, pese a ello, guarda muchas semejanzas entre ellas.



Referente a la organización de las actitudes, Rodríguez (1991) la segmenta en base a tres componentes: el componente cognitivo, el componente afectivo y el componente conductual. El primero de ellos está formado por el conjunto de percepciones del objeto, es imprescindible que para que pueda formar una actitud, exista una imagen cognitiva del objeto, es decir que exista una representación de este (Rodríguez, 1991).

Por otra parte, el componente afectivo, se refiere a las emociones que se examinan en oposición o a favor del objeto. Es decir, es el componente que nos hace experimentar rechazo o aceptación hacia el objeto teniendo en cuenta la valoración emocional, positiva o negativa, que se hace del mismo. En el tercero de los componentes, el comportamental, abarca la determinación al acto, así como las conductas designadas hacia el propósito de la actitud (Rodríguez, 1991).

Dicha manera de organizar las actitudes recibe el nombre de concepción tripartita de las actitudes, y será de gran importancia conocer estos componentes, ya que puede contribuir a deducir dicha actitud (Briñol, 2010)

Briñol, (Citado por Arias, 2007), plantea que las posturas guardan una amplia relación con la conducta, por ende, las actitudes influyen en el modo en el que piensan y actúan los individuos.

Las actitudes, al igual que muchos otros componentes se forman y desarrollan a partir de ciertos factores, entre los cuales se destacan:

Aprendizaje social: Una de las fuentes importantes en la formación de las actitudes, se da por adquisición de otras personas, a través del aprendizaje social. Varias de las estimaciones se

obtienen de circunstancias en las que se interactúa con otros o sencillamente por observación de la conducta (Baron y Byrne, 2005).

Factores genéticos: Algunos estudios sugieren que los factores genéticos juegan un rol en moldear ciertas actitudes, ya que algunas son más heredables que otras, como posturas vinculadas hacia las predilecciones (predilección por algún estilo de música o por distintos tipos de comida) (Moreno, 1995).

Así las actitudes operan como esquemas, que apoyan la interpretación y el procesamiento de varias formas de información, precisando percepciones y pensamientos acerca de temas, objetos, personas o grupos (Ajzen, 2001).

En un estudio de carácter transversal realizado por Polo y López (2006), el cual se basó en la descripción de las opiniones expresadas para detectar y conocer las actitudes de la población hacia la discapacidad, con lo que se concluyó en líneas generales entre los datos obtenidos, la elevación de la estimación y consideración positiva referente al concepto de las personas con discapacidad, el reconocimiento de sus derechos fundamentales, su predisposición a actuar y mostrar una aceptación efectiva.

Por otro lado, el concepto de identidad social, “en sus raíces más básicas es la definición de una persona acerca de quién es, lo que incluye atributos personales y atributos compartidos con otros, como género y raza” (Erickson y Tajfel, 1981, p.230).

A lo largo de la vida se va decidiendo acerca de los gustos, y como ser identificado por los demás, “todos desarrollamos una identidad social, autodefinición que guíe de manera precisa como nos conceptualizamos y evaluamos a nosotros mismos” (Baron y Byrne, 2005, p.167).

En la propuesta de Baron y Byrne (2005), se encuentra la recopilación de lo que es la identidad, describen los planteamientos de autores como Sherman quien en 1994 definió a la identidad social como la comprensión de características singulares como el mismo nombre, o la percepción sobre sí mismo, y diferentes particularidades similares a los demás.

Para Jackson y Smith (Citado por Baron y Byrne,2005) existen cuatro dimensiones de la identidad social, el contexto intergrupar, la atracción hacia el endogrupo, la despersonalización y las interdependencias de creencias que son las normas, y valores con las cuales se regula el comportamiento de los miembros de algún grupo que tienen las mismas metas.

Autores como Sedikides y Skowronski (1997) proponen características adaptativas, y tres aspectos principales, la autoconciencia subjetiva, que es el ingenio de un individuo para distinguirse a sí mismo de su entorno físico y social; la autoconciencia objetiva, que es la cabida de un individuo para ser elemento de su propia atención, tener claridad de su propio estado mental,; y la autoconciencia simbólica, que se refiere a la capacidad del individuo para formar una imagen cognitiva abstracta de sí mismo por vía del lenguaje.

Las creencias de un grupo son de gran aporte para la identidad social; la identidad social está ligada al mundo interpersonal, y el comportamiento de estos grupos se convierte en algo compartido. Por lo tanto, la identidad social sería “la parte del autoconcepto del individuo que deriva del conocimiento de su pertenencia a un grupo social (o grupos sociales) junto con el

significado emocional y valorativo asociados a dicha pertenencia” (Tajfel, 1981, p. 255). La cual puede ser validada de la misma forma en el caso de las personas con discapacidad.

Para Garzón (2007), es interesante identificar cómo los estudios de identidad e identidades se han venido desarrollando en términos de los estudios de la diferencia (crítica feminista, estudios de género, etc.), pero poco o nada surge desde la perspectiva de la discapacidad. Así mismo indica que

La identidad como posicionalidad relacional en discapacidad, también se puede abrir a la temporalidad y a las condiciones contingentes que marcan las prácticas sociales para asir su sentido en la sociedad, no desde sus cualidades físicas o mentales (usualmente otorgadas al sujeto), sino desde una intersección hombre/mujer- mundo/entorno, que es la forma como representa personal y socialmente la discapacidad (p.89).

La discapacidad es un tema amplio y diverso a tratar, y aún más cuando se relaciona con el deporte, encontrándose una serie de vínculos muy importantes tanto en el plano individual como un agente terapéutico que permite visibilizar otras formas de superación y en el plano social aporta elementos para el reconocimiento de la diversidad con miras al desarrollo de una sociedad más incluyente.

### **Autoconcepto y discapacidad**

Marsh y Shavelson en el año 1985, (como se citó en Mendoza, 2009), proponen la siguiente definición de autoconcepto:

El autoconcepto, brevemente definido, es la percepción que tiene una persona sobre sí misma. Esta percepción se forma a través de las interpretaciones que hacemos sobre las experiencias que nos ocurren. Y está influido especialmente por las evaluaciones que hacen los otros significativos, por los refuerzos, y por las atribuciones que hacemos sobre nuestra propia conducta (p.56).

Por otra parte, Alcaide (2009) indica que el autoconcepto se considera una necesidad humana, es decir, que es un aspecto básico para la autorrealización de las personas, está relacionado con nuestro bienestar en general.

El autoconcepto abarca todos los aspectos de la vida de un individuo, no solamente en el ámbito físico, sino que alude también a otros temas como el intelecto o la inclusión en la sociedad. Para Hernández (2016), el autoconcepto representa uno de los aspectos más fundamentales en los individuos, ya que éste alude a la manera en la que las personas se ven a sí mismas y se reconocen, igualmente, el autoconcepto se ve influenciado por la sociedad que determina las pautas de lo que se considera como normal.

Esta figura como una investigación concluyente y esencial en el progreso de la personalidad, tal como lo acentúan las originales teorías psicológicas; un auto concepto real está en la base del buen movimiento personal, social y profesional que depende en mayor consideración del goce del sí mismo (Esnaola et al, 2008).

Un estudio de Psicología realizado por Pérez y Garaigordobil (2007), plantea que

Las investigaciones llevadas a cabo sobre el autoconcepto y la autoestima de las personas con discapacidades motrices arrojan resultados contradictorios, y a pesar de que los resultados de algunas de ellas evidencian que el autoconcepto-autoestima de las personas con discapacidad es habitualmente negativo (p.344).

Pérez y Garaigordobil (2007), al finalizar su estudio que tenía como objetivo a grandes rasgos, analizar el autoconcepto y la autoestima en personas con y sin discapacidad motriz; concluyeron que no existen diferencias significativas entre personas con y sin discapacidad, por lo cual ofrecen una explicación desde un modelo social de la discapacidad, desde el cual se plantea y logran abordar, mostrando que los inconvenientes por los que pasan los sujetos que son diagnosticados con una discapacidad motriz están más afectados por su existencia social que por las características físicas de su propia discapacidad.

Por lo tanto, pese a que las personas con discapacidad motriz y su entorno familiar y social persisten en tener que hacer frente a muchos prejuicios, o recelos de ideas erróneas y falsas sobre la discapacidad, de forma progresiva para la sociedad occidental ha sido cada más fácil reajustar los valores y aceptar la discapacidad, logrando que el propio autoconcepto se integre adecuadamente.

En este sentido, Pérez y Garaigordobil (2007) indican, la discapacidad puede ser percibida de una representación más practica tanto por el sujeto o persona como por su entorno familiar y social, la perspectiva de estar focalizadas en las destrezas afectadas a focalizarse en la propia persona, en la estructuración o reestructuración del autoconcepto.

Frente a un grupo o una persona en condición de discapacidad que inicia un deporte nuevo, el autoconcepto, las creencias sobre sí mismo, son lo que promueven conocer este contexto, a desarrollar habilidades, y autoevaluarse, con el fin de protegerse. De acuerdo con Baron y Byrne (2005), las personas tienden a oponerse a los cambios, los distintos contextos a lo largo de la vida son influenciados a constantes variaciones, y es donde se entra a entender la autoconciencia, esta destreza adecua al organismo para instruir y establecer relaciones, adquirir metas, valorar resultados, desplegar actitudes y defenderse de investigaciones que puedan coaccionar su propio ser.

## **Ajuste psicológico**

### *Deporte y ajustes psicológicos*

La OMS en 2001, logra destacar la importancia que se le ha asignado a la actividad física y el deporte en la mayoría de los países como elemento favorecedor de la longevidad y la calidad de vida. Promoviendo la salud para todos y presentando como principal objetivo el incentivar la práctica cotidiana de la actividad física de forma moderada o regular (Barbosa y Urrea, 2018).

Por lo tanto, la práctica deportiva cuenta con resultados positivos acerca de la salud física y mental ya que produce hormonas como las endorfinas, lo que logra una limitación y una restricción de la ansiedad, la depresión y el estrés. El realizar actividad física, sin importar de que tipo, y además que sea de bajo o alto impacto, el liberar sustancias que actúan de primera mano sobre el cerebro realizan sensación de bienestar y relajación inmediata (Arruza et al., 2004)

De acuerdo con Márquez (1995), “la práctica regular de actividad física produce un aumento de la autoconfianza, sensación de bienestar y mejora del funcionamiento intelectual” (p. 185). En la Figura 1 se presentan algunos de los beneficios descritos en la investigación de Márquez (1995), sobre la actividad física en la salud.

### Figura 1

#### *Beneficios de la actividad física*

INCREMENTA	DISMINUYE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rendimiento académico</li> <li>• Actividad</li> <li>• Confianza</li> <li>• Estabilidad emocional</li> <li>• Independencia</li> <li>• Funcionamiento intelectual</li> <li>• Locus interno de control</li> <li>• Memoria</li> <li>• Estados de ánimo</li> <li>• Percepción</li> <li>• Popularidad</li> <li>• Imagen corporal positiva</li> <li>• Autocontrol</li> <li>• Satisfacción sexual</li> <li>• Bienestar</li> <li>• Eficiencia en el trabajo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absentismo laboral</li> <li>• Abuso alcohol</li> <li>• Enfado</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Confusión</li> <li>• Depresión</li> <li>• Dismenorrea</li> <li>• Dolores de cabeza</li> <li>• Hostilidad</li> <li>• Fobias</li> <li>• Comportamiento psicótico</li> <li>• Consecuencias del estrés</li> <li>• Tensión</li> <li>• Riesgo de enfermedad coronaria</li> <li>• Problemas de espalda</li> <li>• Tabaquismo</li> </ul>

Nota. Tomado de Efectos de la actividad física sobre la salud, Revista de Psicología General y aplicada, Márquez, 1995, p.187.

Segura (2016) indica que los psicólogos han sido asociados habitualmente a prácticas como la evaluación y el diagnóstico del comportamiento humano, por lo que se involucran en actividades para valorar a los individuos con el objetivo de explicar la actuación respecto al grupo de referencia



en determinadas situaciones, teniendo en cuenta que al hablar de actividades o situaciones adaptadas es preciso tener presente que la adaptación puede conllevar diferentes condiciones.

Una de ellas es la adaptación psicosocial, en la cual una de las finalidades es relacionarse en los diferentes ámbitos e instituciones, Segura (2016) destaca que el “concepto de deporte incluye la adaptación social por el simple hecho de que saber jugar significa adaptarse al juego que se practica” (p.33).

Alvis y Neira 2013 (citado por Montes et al., 2016) afirman que la práctica adaptada es una técnica de unión general que implica a la multiplicidad en la conducta social, que reflexiona sobre que es transformador y facilitador que se visibiliza como una herramienta a los problemas de los colectivos y de la salud a nivel nacional e internacional. El deporte adaptado representa una categoría en el desarrollo individual y social del individuo que lo practica, porque establece un espacio proporcionado para la evolución, busca determinar objetivos a aprehender para poder vencer y rápidamente a partir de ellos, plantear otros objetivos buscando una reestructuración general en la vida de un sujeto

### ***Beneficios psicológicos del deporte adaptado***

Zucchi (2001), sostiene que entre los beneficios psicológicos que genera el deporte adaptado en las personas con discapacidad física se encuentran algunos como el impulso del progreso personal, la autodeterminación, la emancipación, el afán de superación, la responsabilidad, la autodisciplina, la perseverancia, el lograr sentir que, si se es útil para los demás o para algo más, el ser reconocido por sus habilidades y capacidades.

En la misma línea Barbosa y Urrea (2018) resaltan que son muchos los beneficios psicológicos, entre ellos están la reducción de la sensación de angustia y estrés, aumentando la sensación de seguridad, euforia y plasticidad cognitiva; porque se segregan en gran cantidad endorfinas, y hormonas que cuando realizamos actividades físicas, hacen que se sienta en mayor cantidad, el bienestar físico en el cuerpo. La realización de actividades físicas, como correr, trotar, andar en bici, entre otras, ayudan en la autorregulación, de esta forma, al hacer ejercicio la práctica disminuye o regula algunas emociones como la ira, la agresividad, la ansiedad y la depresión.

El deporte y la actividad física son herramientas que benefician tanto a la salud física como la salud mental, las participaciones basadas en la actividad física son de eficacia probada y asociadas positivamente a las intervenciones en salud mental. Señalando de esta manera que existe una relación positiva entre los niveles altos de actividad física y un menor riesgo de padecer enfermedades de carácter físico o mental (Weinek, 2001, p.63).

### **Afrontamiento**

De acuerdo con Lazarus et al., (1986) el afrontamiento está asociado a los recursos cognitivos y comportamentales que las personas emplean para hacer frente a las demandas externas y/o internas de los contextos donde interactúan.

En el anterior concepto, el afrontamiento se entiende como el proceso, es decir, todas aquellas acciones de la persona para dirigir el acontecimiento estresor, autónomamente del resultado que alcance.

Para Botero (2013):

Las estrategias de afrontamiento pueden tener dos finalidades que se presentan de manera independiente o en conjunto dependiendo de la situación: controlar la respuesta emocional que se produce en la situación estresante (dirigido a la emoción) o generar un cambio en el problema que es la causa de la perturbación (dirigido al problema) (p.204).

Rueda et al., (2008), definen el afrontamiento como un creador multi dimensional y multi condicionado de origen cognitivo conductual y que en relación con la personalidad exterioriza una mayor estabilidad en el tiempo, además de ser de un carácter postural al estar comprometido con la interacción de un entorno en particular, ya sea social o familiar. En esta definición de afrontamiento, se exploran, consideran y aceptan todos los impulsos por enfrentar una situación estresante, orientados ya sea a la resolución del problema, al control emocional o a las dos.

Ante el acontecimiento agobiante se exhiben 3 ejemplos de evaluación cognitiva, comenzando con la evaluación primaria, que realiza un daño o pérdida, de amenaza y de desafío. La evaluación secundaria, en donde esta involucra la apreciación de las conductas, los procedimientos y la experiencia que llega a obtener un individuo para confrontar el imprevisto, causante de estresante y la contestación se desencadena al evaluar y observar que los recursos son insuficientes para enfrentar la realidad. Y ya en el último ejemplo, se encuentra la etapa de reevaluación, aquí el individuo se ajusta al ambiente o al momento causante de estrés, siempre teniendo en cuenta los recursos con los que llega a contar disponibles y la percepción, observación y majeo de la situación (Gaviria et al. 2007).

### *Afrontamiento y discapacidad*

Si bien la discapacidad física conlleva a enfrentarse con algunas barreras, el afrontamiento como estrategia es un elemento de gran relevancia.

“Los estilos de afrontamiento también pueden ser vistos de acuerdo al papel activo o pasivo que juega la persona ante la situación estresante” (Botero, 2013. p.205).

Y dentro de estas estrategias se puede encontrar el afrontamiento centrado en las emociones, el afrontamiento activo, el afrontamiento pasivo, el afrontamiento activo centrado en el problema y la aceptación, entre otros. Si hablamos de afrontamiento activo, este se refiere a cuando una persona sin importar el dolor físico que sienta continúa con su vida y sus actividades diarias; El afrontamiento pasivo, cuando se pierde el control de algunas situaciones, como por ejemplo el poder buscar ayuda o un apoyo por parte de alguna persona o institución; y por último para Pollard y Kennedy (2007, como se citó en Botero 2013) los métodos de afrontamiento activo centrado en los problemas que se tienen como individuo y el aceptar si se llega a relacionar con estados de acomodo positivos, mientras que tácticas de afrontamiento como el llegar a consumir drogas o bebidas alcohólicas, la desvinculación conductual, la negación y la fantasía se relacionan con estados de ajuste negativo.

Como bien se conoce, cualquier tipo de discapacidad, sin importar si es la misma lesión, en ninguna persona es igual, la calidad de vida, el estilo de vida, la economía, la percepción frente a esta, y por supuesto el afrontamiento es totalmente diferente, por lo tanto, esto implica que la carga de estrés, de malestar físico, emocional, incluyendo el psicológico, requieren de estrategias de afrontamiento para adaptarse a estas situaciones.

Las estrategias de afrontamiento según Botero (2013) que son utilizadas por personas con discapacidad física o una enfermedad crónica

Van a estar influenciadas por la interpretación cognitiva del evento, el significado que le dé la persona a la calidad de vida, el apoyo social percibido y la valoración asignada a las redes sociales como una fuente de apoyo para la adaptación a la enfermedad o discapacidad (p. 206).

Las personas con lesiones medulares que sufren discapacidad, son más propensas a que se presenten problemas de estrés y depresión, por lo cual, Pollard y Kennedy (2007) indican que para estas personas la mejor estrategia de afrontamiento es la aceptación y el afrontamiento activo. Por lo tanto, se ha encontrado que hay una relación entre la salud, la calidad de vida y los estilos de afrontamiento que utilizan las personas para afrontar la discapacidad.

### **Calidad de vida**

La calidad de vida de las personas se ve influenciada por la sociedad, el aspecto físico y mental entre otras cosas, que son internas de cada persona, lo que hace que, para cada individuo la calidad de vida sea un concepto con significado propio:

El concepto de calidad de vida (CV) puede remontarse a los Estados Unidos después de la Segunda Guerra Mundial, como una tentativa de los investigadores de la época de conocer la percepción de las personas acerca de si tenían una buena vida o si se sentían financieramente seguras (Urzua y Caqueo-Urizar; 2012, p.62).

Montes et al. (2016), menciona un concepto sobre la calidad de vida presentado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el cual consigna a la forma de ver que un individuo tiene de su territorio, en el contexto y en su medio de bienes con el que convive y en las relaciones con los objetivos, las expectativas que proyecta, sus normas y valores a seguir, entre otros. La calidad de vida es influenciada por las circunstancias físicas del individuo, su estado psicológico, su elevación de la autonomía, sus relaciones ya sean sociales, familiares, o en general con el entorno que la rodea.

Adicionalmente la calidad de vida para las personas con discapacidad, es vista desde las necesidades físicas, psicológicas, sociales, y de las actividades que realizan como por ejemplo los deportes adaptados.

Para Ardila (2003) en los últimos años del siglo XX la calidad de vida aumentó pues se creía que la población había logrado satisfacer sus necesidades básicas, pero no contaban con que realmente, la mayoría de las personas no habían llegado al punto de satisfacer dichas necesidades, y tampoco que la perspectiva de este concepto es única en cada tipo de persona, “Por lo tanto el concepto de calidad de vida debe considerarse dentro de una perspectiva cultural, es un concepto que cambia con las culturas, las épocas y los grupos sociales” (Ardila, 2003 p. 162). Este autor propone 6 factores principales que se tienen en cuenta para la misma, y son primero la salud, segundo el trabajo y otras formas de actividad productiva, tercera la seguridad e integridad con la comunidad, cuarto el bienestar emocional, quinto la riqueza y el bienestar material, y sexto las relaciones sociales y familiares,

Igualmente, Hernández (2004), dice que una persona con discapacidad logra alcanzar la calidad de vida, cuando se permite la autonomía y se ponen en práctica derechos como la libertad, la elección, autodeterminación, participación, responsabilidad y la solidaridad, enfatizando que

Al hablar de vida autónoma, no se trata de que la persona con discapacidad viva sola, sino que tenga las posibilidades de elegir, trabajar, relacionarse con los demás, amar y ser amada, y tener una vida privada, con participación en todos los ámbitos de la sociedad; ante todo, que pueda tomar sus propias decisiones. (p. 63).

### *Calidad de vida y discapacidad*

Montes et al. (2016) afirma que se puede entender la calidad de vida de las personas con discapacidad como:

La combinación del bienestar objetivo y subjetivo en múltiples dominios de vida considerados de importancia en la propia cultura y tiempo, siempre que se adhiera a los estándares universales de los derechos humanos, de tal forma que la calidad de vida de las personas con discapacidad no se rige por principios diferentes a los de la calidad de vida de una persona sin discapacidad (p.57).

La calidad de vida varía según el tipo de persona, la comunidad, el rol social, la religión entre otras cosas, para las personas con discapacidad es esencial que la calidad de vida sea algo primordial, y así poder realizar diversas actividades, sin importar el tipo de discapacidad física. “En Colombia 30% de la población con discapacidad, es de bajos recursos, lo que hace difícil el mejoramiento de la calidad de vida”. (Hernández, 2004, p. 4).

Adicional a esto, para que una persona con discapacidad alcance la calidad de vida adecuada es importante que se tengan en cuenta derechos como, la vida autónoma, la elección y la determinación, la participación y responsabilidad, y la solidaridad, antes que la compasión.

Ahora bien, cuando Hernández (2004) nos habla acerca de estos derechos, iniciando con la vida autónoma, se refiere a que una persona con discapacidad tenga la opción de elegir en qué y dónde trabajar, cómo se relaciona con los demás, en pocas palabras el poder tomar sus propias decisiones.

Cuando un niño o un adulto con discapacidad puede elegir entre distintas opciones, como alimentación, recreación, actividades de formación, trabajo, y vivienda, va adquiriendo autonomía y decisión, lo cual le permite buscar una forma de vida acorde con sus expectativas reales, y asumir las consecuencias de sus actos sin invadir el espacio de otros, ni ser invadido en el suyo (Hernandez,2004, p5).

Esto permite que la perspectiva de calidad de vida aumente, y así mismo se le suma a esta la autoestima, especialmente a la hora de realizar diversas actividades diarias.

Por lo anterior la calidad de vida de los seres humanos incrementa cuando las personas conciben que pueden participar en decisiones que incumben a sus vidas, así como cuando son validados y reconocidos socialmente (Montes et al., 2016).

### **Narrativas de las personas en condición de discapacidad**

De acuerdo con los conceptos anteriormente descritos, se observa gran relevancia para comprender la construcción que realizan las personas con discapacidad física, siendo necesarios para lograr percibir, asociar e incorporar el conocimiento con conceptos preexistentes.



Las narrativas se presentan de forma oral o escrita, y han estado presentes a lo largo de la vida humana, las podemos encontrar de diversas formas, las personas dan vida a las historias por medio del habla, contando vivencias o experiencias, esto permite recoger una serie de datos o hechos que serán usados en diferentes medios, como investigaciones, libros, entre otras. Esto quiere decir que, por medio de esta narrativa, o de esta habla las personas con algún tipo de discapacidad física, pueden relatar a otros cómo fue su experiencia, cómo logró una adaptación tanto física como de sus herramientas diarias para hacer parte de un equipo o grupo de inclusión, que practica algún deporte.

Para Castellanos (2018), “las personas dan significado a sus vida y relaciones contando su experiencia “(p. 3); “esto quiere decir que la familia al relatar lo sucedido durante este acontecimiento no sólo brinda una vaga información, sino que le da sentido a todo lo que vivió anteriormente y encuentra allí la grandeza y persistencia de su humanidad”. (p. 42). Es por esto la importancia de las narrativas frente a una comunidad, lo que nos lleva a conocer y mejorar la adaptación de las personas.

Con estas narrativas lo que se pretende es explorar las vivencias y creencias de un grupo de personas sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física, así mismo analizar las narrativas que han construido el grupo de personas frente a la práctica del deporte inclusivo, todo esto por medio de entrevistas, a personas en condición de discapacidad, que practican algún deporte adaptado.

## Marco Contextual

La Liga de Deportes para Personas con Discapacidades Físicas (LIDESPORTS), es una entidad de derecho privado sin ánimo de lucro constituida en el año 1996 con el objetivo de liderar acciones deportivas en los procesos de iniciación y especialización en las diferentes disciplinas deportivas desarrolladas en el país para población con discapacidad física.

Cuenta con personería jurídica y reconocimiento deportivo, este último expedido por Coldeportes nacional, la liga se encuentra conformada por un comité ejecutivo, presidente, vicepresidente, tesorero, secretaria y vocal; cuenta con revisoría fiscal, constituida.

La liga desarrolla los procesos deportivos con el acompañamiento del Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD) como entidad territorial. La liga realiza la afiliación de clubes deportivos y a su vez los clubes afilian a los atletas.

Se encuentra ubicada en Bogotá en la Unidad Deportiva el Salitre ubicado sobre la avenida 68 con calle 63, dotado de instalaciones para la práctica de una amplia variedad de deportes.

### Figura 18.

*Localización Liga de deportes para personas con discapacidad física de Bogotá (LIDESPORTS).*



*Nota: Recuperado de <https://www.google.com/maps/place/Unidad+Deportiva+El+Salitre>*

### **Diseño metodológico**

Esta investigación se enmarca a partir de un planteamiento histórico hermenéutico con el fin de interpretar y comprender los motivos internos de la acción humana, mediante procesos libres, no estructurados, sino sistematizados (Ruedas et al, 2008).

Por lo anterior se evidencia que el enfoque busca explorar la pluralidad, comprender la realidad y construir a partir de la comprensión del mundo que hacen las personas.

Para Cifuentes (2011) el enfoque “busca comprender el quehacer, indagar situaciones, contextos, particularidades, simbologías, imaginarios, significaciones, percepciones, narrativas, sentidos, motivaciones, intenciones que se configuran en la vida cotidiana” (p.31).

Dicho proceso de descubrir los significados que se encuentran en la persona de forma extrínseca, intrínseca e interpretarlas por medio de la palabra, permitirá una interpretación amplia de las narraciones de las personas con discapacidad física que practican la Liga de Deportes para Personas con Discapacidades Físicas (LIDESPORTS).

#### **Tipo de investigación.**

El presente trabajo se realizó mediante la investigación de tipo cualitativo, la cual de acuerdo a Hernández et al (2018), aborda la comprensión de fenómenos, que llegaron a ser indagados desde la representación y experiencia de los entrevistados en su contexto social, familiar y en relación con el ambiente, se selecciona cuando la finalidad fue reconocer la forma en que los participantes de este trabajo, comprendieron y percibieron los distintos eventos por los cuales tuvieron que pasar, ahondando en sus narrativas familiares, sociales, personales, psicológicas y físicas.

Esta mirada provee que se profundice, investigue, o reflexiones sobre los datos que se logran obtener, y con mirar al valor interpretativo, y la relación del entorno, los diferentes detalles y las experiencias o practicas únicas que se adquieren. (Hernández et al, 2018).

### *Alcance de la investigación*

El alcance del estudio es de tipo exploratorio descriptivo de la que los autores Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) señalan que “la investigación exploratoria, se efectúa normalmente cuando el objetivo a examinar es un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes” (p.35).

Dado que este tipo de investigación permite un acercamiento a la problemática que se pretende estudiar e indagar los aspectos relevantes del deporte para personas con discapacidad, examinar los aspectos para dicha población en Colombia desde varias miradas y solventando lo que no se ha abordado a profundidad en el país. El estudio de tipo descriptivo cuyos estudios tienen como finalidad “especificar propiedades y características de conceptos, fenómenos, variables o hechos en un contexto determinado; definen y miden variables y las caracterizan, así como al fenómeno o planteamiento referido” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018, p.36).

### *Diseño*

El diseño de investigación empleado es el narrativo el cual desde el punto de vista de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) exponen que mediante este se busca “entender la sucesión de hechos, situaciones, fenómenos, procesos y eventos donde se involucran pensamientos, sentimientos, emociones e interacciones, a través de las vivencias contadas por quienes lo experimentan” (p.542).

Por medio del cual se pretende contextualizar las experiencias y reconstruir las historia, hechos y eventos que permitan por medio del análisis de las narrativas responder al planteamiento del problema y desarrollar teoría.

### **Instrumento**

La técnica escogida para la recolección de información es la entrevista abierta la cual para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) se establecen con una pauta general de los argumentos y la o las personas que realizan las entrevistas, ostenta un gran manejo y maleabilidad para maniobrar dicha entrevista. Janesick, 1998 (Citado por Hernández-Sampieri y Mendoza 2018) lo define como “una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado). En la entrevista, a través de las preguntas y respuestas se logra una comunicación y la construcción conjunta de significados respecto a un tema” (p.403).

Las cuales permitirá abordar todos los aspectos relevantes para la investigación, teniendo en cuenta que los participantes puedan responder las preguntas que se le realicen de forma tranquila y dominio de la entrevista de manera flexible, con el fin de lograr un enfoque global de la problemática.

### **Procedimiento**

Mediante la técnica de entrevista abierta para recolectar la información, se realizó la búsqueda de la población con las características definidas para la presente investigación: personas con discapacidad física que haya o esté practicando algún tipo de deporte adaptado individual o grupal, mayores de edad. Para ello las investigadoras se contactaron con la Liga para Personas con Discapacidad Física de Bogotá (LIDESPORTS), en la cual se invitó a los integrantes a ser parte de la investigación, de los cuales manifiestan interés dos personas.

Se les indica a los participantes el objetivo de la investigación estableciendo posteriormente las entrevistas, el análisis de datos utilizando una matriz de investigación cualitativa, organizando la información en categorías, teniendo en cuenta la transcripción de las mismas.

### **Participantes**

Las características definidas para la investigación fueron: personas con discapacidad física que haya o estén practicando algún tipo de deporte adaptado individual o grupal, mayores de edad, que estén o hayan estado vinculados en la Liga para Personas con Discapacidad Física de Bogotá (LIDESPORTS), sin importar estrato socioeconómico, si es trabajador o independiente, y que la discapacidad fuera adquirida.

Esta investigación se realizó con dos personas, la primera de ellas es un Hombre de 46 años diagnosticado con Lesión medular a nivel T-11, T-12 consecuente con paraplejía, el cual practico baloncesto en silla de ruedas; la segunda persona es un Hombre de 62 años diagnosticado con trauma raquimedular consecuente con paraplejía el cual practicó varios deportes adaptados como tenis de mesa, atletismo, baloncesto en silla de ruedas, entre otros.

**Tabla 2**

*Clasificación de participantes*

<b>COMO SE NOMBRA</b>	<b>EDAD</b>	<b>NÚMERO DE ENCUENTROS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
<b>LCA</b>	46	1	Hombre de 46 años de edad, Licenciado en Educación Física de la Universidad de Pamplona, actualmente trabaja como contratista en el instituto distrital de la participación y acción comunal IDPAC. Vive en la

---

ciudad de Bogotá. El cual a causa de un trauma por impacto de bala en un robo fue diagnosticado con Lesión Medular a nivel T-11 - T-12 a la edad de 26 años.

---

<b>JG</b>	62	1	<p>Hombre de 62 años de edad, Abogado Especializado en Derecho Administrativo y en Sociología Política Criminal, con diplomados en alta Gerencia Deportiva, actualmente trabaja en el Instituto de Recreación y Deporte (IDRD). Vive en la ciudad de Bogotá. Cuando se encontraba prestando servicio militar a la edad de 20 años, tuvo un accidente vehicular el cual le ocasionó un trauma raquimedular desencadenando una paraplejia.</p>
-----------	----	---	--

---

### Aspectos éticos

El desarrollo de este estudio se regula con base en la Resolución No. 8430 de 1993 en la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para investigación en salud. Dentro de la cual se tiene en cuenta el Capítulo 1 de los aspectos éticos de la investigación en seres humanos. Se hace referencia a los artículos que se mencionan a continuación: Artículo 5. En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar. Artículo 8. En las investigaciones en

seres humanos se protegerá la privacidad del individuo, sujeto de investigación, identificándose sólo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice y el Artículo 11. de la mencionada resolución. Se establece que se trata de una investigación sin riesgo en la que no se realiza ningún tipo de intervención ni modificación intencional.



## Hallazgos Cualitativos y Discusión

Para un análisis de datos cualitativos de acuerdo con Bonilla y Rodríguez (citado por Castellanos, 2018) es necesario efectuar una categorización de la información, la categorización se puede manejar de dos formas: deductiva o inductivamente. El actual estudio, utilizó la categorización inductiva en el proceso de análisis, en el cual las categorías emergen de los datos y con base en los patrones y recurrencias presentes en ellos.

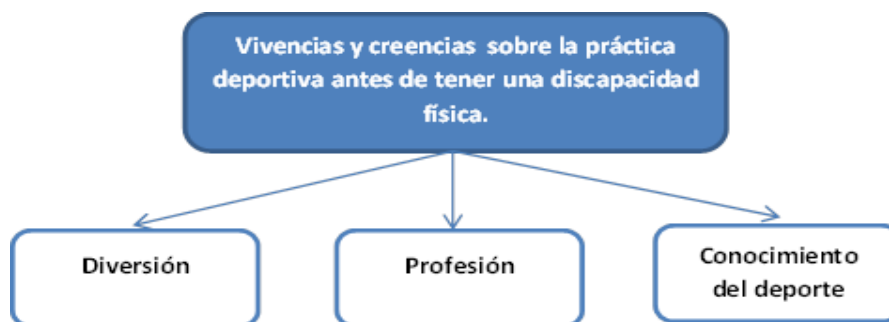
Los hallazgos cualitativos y discusión son presentados de forma organizada considerando los objetivos que guiaron la investigación.

En primer lugar, se presentarán los resultados derivados del análisis del primer objetivo específico, cuya finalidad era: Explorar las vivencias y creencias de un grupo de personas sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física.

Posterior a las entrevistas efectuadas y después de realizar un proceso analítico a las narraciones derivadas de estas, se identifican en la figura 19 las

### Figura 19.

*Vivencias y creencias sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad.*



**Tabla 3***Matriz 1 Diversión*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<p><b>Explorar las vivencias y creencias de un grupo de personas sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física.</b></p>	<p><b>ENT2:</b> ¿Qué pensaba acerca del deporte o de la práctica deportiva?</p> <p><b>LCA:</b> Mi familia era de escasos recursos y yo empecé a trabajar desde muy joven, desde que éramos niños con mis hermanos debíamos ayudar en los deberes de la casa e intentar ganar dinero, para mí el deporte era un juego que compartimos con mis hermanos y amigos para distraernos.</p> <p><b>ENT2:</b> ¿Practicó algún deporte antes de la discapacidad?</p> <p><b>LCA:</b> En ese entonces el único deporte que realizaba era jugar fútbol.</p> <p><b>ENT2:</b> ¿El fútbol lo practicaba de forma competitiva o por hobby?</p> <p><b>LCA:</b> No, sólo por hobby, pero si lo hacía muy seguido.</p>
<b>Código</b>	<b>Diversión</b>

**Tabla 4***Matriz 2 Profesión*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<p><b>Explorar las vivencias y creencias de un grupo de personas sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física.</b></p>	<p><b>ENT2:</b> ¿Practicó algún deporte antes de la discapacidad?</p> <p><b>JG:</b> Cuando yo me accidente tenía un precontrato para jugar fútbol en el deportivo Pereira, hee yo pues mmm desde muy pequeño me aficione con el deporte del fútbol me fue muy bien de alguna manera, hice parte de la selección de las fuerzas militares por aquellos años y a raíz de eso, tuve la posibilidad de de alguna manera iniciar una vinculación casi que a nivel profesional, pero pues esto se vio truncado, debido al accidente, ya después heee, cuando inicie mi proceso de rehabilitación en el hospital militar, tuve la oportunidad de conocer ahí algunos compañeros y muy amigos, heee que me enrutaron o me encaminaron por el deporte adaptado, incluso o el deporte para personas en condición de discapacidad en aquellos tiempos, hoy en día el deporte paralímpico, se inició un proceso en varios deportes y a raíz de eso, pues pude tomar parte en diferentes eventos y competencias, en el ámbito nacional como internacional.</p>
<b>Código</b>	<b>Profesión</b>

**Tabla 5***Matriz 3 Conocimiento del deporte*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<b>Explorar las vivencias y creencias de un grupo de personas sobre la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física.</b>	<p><b>ENT2:</b> ¿Cuáles fueron las creencias que tenía acerca de la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física?</p> <p><b>LCA:</b> No, antes de haber adquirido la discapacidad, ningún referente de deporte adaptado.</p> <p><b>ENT2:</b> ¿Antes de la discapacidad pensó en involucrarse alguna vez con el deporte?</p> <p><b>LCA:</b> No, practicaba el fútbol, pero no, nunca pensé en otra disciplina deportiva y mucho menos adaptado</p> <p><b>ENT2:</b> ¿Qué conocimientos tenías o que pensamientos poseía sobre la práctica deportiva antes de tener la discapacidad física, habías llegado a practicar algún deporte antes?</p> <p><b>JG:</b> Yo pues mmm desde muy pequeño me aficioné con el deporte del fútbol me fue muy bien de alguna manera, hice parte de la selección de las fuerzas militares por aquellos años y a raíz de eso, tuve la posibilidad de de alguna manera iniciar una vinculación casi que a nivel profesional, poseía un contrato para jugar con el deportivo Pereira.</p>
<b>Código</b>	<b>Conocimiento del deporte</b>

## **Diversión**

El realizar actividades en las cuales salimos de la rutina diaria, y podemos descansar de lo que cotidianamente hacemos, nos ayuda a relajarnos, es por esto, que Martínez, J (consultado 2021) nos describe a la diversión como “Que se refiere a algo de mayor interés, de más agradable ocupación que no solo nos ocupa el tiempo, sino que nos apega a interés con afición y aún con pasión: entreteniéndonos pasamos el tiempo; divirtiéndonos gozamos de él”. En este sentido, al observar las entrevistas realizadas, podemos decir que LCA practicó el fútbol en forma de hobby, que es una forma de diversión, en la cual él se distraía cada domingo en el barrio donde vivía.

## **Profesión**

La profesión de las personas en muchos casos se ve influenciada por la formación académica que se ha tenido, como la formación técnica, tecnológica o profesional, también por las especializaciones o posgrados que se realicen, la experiencia profesional, o lo que se aprendió empíricamente. Generalmente la profesión se basa en algo en lo que se preparó y que al ejercerla se tiene a cambio un pago. Para Pérez (2001) “El concepto profesión ha estado ligado a la evolución y desarrollo de las sociedades; pero es difícil tener una definición única de la profesión, ya que existe una frontera difusa entre lo que es una ocupación y una profesión”. También es considerado profesión la práctica de algún deporte, como es el caso de JG, que antes de tener el accidente, tenía un precontrato para jugar fútbol en el deportivo Pereira, y también formó parte de la selección de las fuerzas militares, al tener un precontrato, si hubiese logrado continuar jugando, hubiese sido un profesional del fútbol, es decir le hubieran pagado por esta práctica deportiva en

un club profesional colombiano, esto también trajo consigo como consecuencia que JG tuviera que cambiar sus planes a futuro frente a una profesión, consiguiendo así gracias a la inmersión en el deporte que más adelante estudiará una carrera de derecho y además de eso estar en constante acompañamiento a personas en condición de discapacidad física interesados en sumergirse en la práctica del deporte adaptado.

De acuerdo a Pérez (2001) la concepción de una profesión se halla vinculado a el adelanto y progreso de las culturas, como en el caso de LCA quien manifestó que luego de iniciar trabajos en un Instituto Distrital y haber participado activamente en la práctica de deportes adaptados tomó la determinación de estudiar una Licenciatura en Educación Física culminada recientemente.

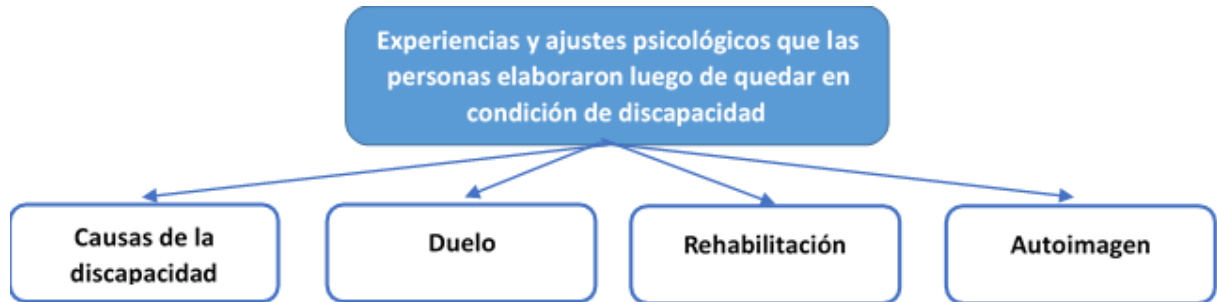
### **Conocimiento del deporte**

El conocer acerca de un deporte, sin importar el tipo, requiere tener un contacto directo con este, es por esto que cuando una persona o un grupo se expresa, a cerca de los deportes, son excesivos los matices, las particularidades e ideas en las que podemos llegar a pensar. Como afirma García Ferrando (1990 citado por Rodriguez, J. Abad, M. Gimenez, F. 2009), el deporte engloba las distintas exposiciones de los órdenes de esta sociedad actual, es así que de esta forma en la última década se habla de la industria deportiva, y esta es vista por todos como un grupo particular que ofrece actividades de esparcimiento, diversión, pasatiempo, enseñanza, regocijo, pero muy de la mano recursos y servicios que se pueden relacionar con el ocio y la actividad física, que en su marco es competitiva y recreativa. Al indagar acerca de si los participantes conocían sobre el deporte adaptado antes de adquirir la discapacidad física, JG, nos cuenta que no tenía ningún

referente de este, y aunque posterior al accidente practicaba deportes, nunca se involucró, ni pensó involucrarse en el deporte adaptado.

**Figura 20.**

*Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad.*



**Tabla 6**

*Matriz 4 Causas de la discapacidad*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<p><b>Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad</b></p>	<p><b>ENT2:</b> ¿Cuáles fueron las causas de tu discapacidad?</p> <p><b>LCA:</b> Por un atraco, me dispararon en la espalda y media, me afectó la columna vertebral.</p> <p><b>ENT1:</b> ¿Que causó la discapacidad?</p> <p><b>JG:</b> Yo adquirí la discapacidad a la edad de 20 años fue un accidente vehicular me encontraba por aquel tiempo terminando la prestación del servicio militar y pues tuvimos un accidente en carretera, tuve un trauma en la columna que los médicos, dieron en denominar, trauma raquimedular y eso me ocasionó una paraplejía, hee que me tiene a hoy pues todavía por aquí inmerso en los temas que tienen que ver con la discapacidad.</p>

**Código****Causas de la discapacidad****Tabla 7***Matriz 5 Duelo*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<p><b>Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad</b></p>	<p><b>ENT2:</b> ¿Cuáles fueron las vivencias que tuvo en el momento cuando le diagnosticaron la discapacidad?</p> <p><b>LCA:</b> Bueno, inicialmente es un cambio de vida pues que no, no sabía cómo explicarlo, cómo definirlo, porque es un cambio bien drástico, heee el cambio con la sociedad. El cambio de tu forma de vivir. El cambio de tu pensamiento. Entonces es bien complicado. Es muy difícil tanto para la persona como para la familia. Pues digamos, para los seres más cercanos que son la mamá y los hermanos. Y pues al principio es una posición de no creer lo que le dicen a uno los médicos, si entonces heee el médico, por lo menos en mi caso, al tercer día del accidente ya me diagnosticaron que yo no iba a volver a caminar y pues no como que uno se resiste a aceptar lo que le dice un médico y entonces sí, se empieza como pensar en qué hacer, hacer lo que te aconsejan las demás personas igualmente la familia uno también empieza como a hacer lo que las demás personas le recomiendan, tal vez sin tener ningún conocimiento y tal vez arriesgando también, pues a que sea peor el tema, pero pues todo por desconocimiento y pues por querer intentar no aceptar esa realidad.</p> <p><b>ENT1:</b> ¿Cuál es el diagnóstico exacto?</p>



---

**LCA:** Lesión medular a nivel T-11, T-12, paraplejia, lesión en los miembros inferiores que no van a tener reacción.

---

**ENT1:** ¿Qué sentimientos tuvo en el momento?

**LCA:** Cuando el médico apenas me dijo pues yo me puse a llorar, me puse a llorar, y, y no, no eso estuvo ahí ya en el momento. Ya después, lo que te digo ya el tema a no creer lo que te dijo el médico, pero sí en el momento la reacción es muy fuerte, es un choque. Es un choque porque a pesar que tú estás sintiendo que tus piernas están dormidas o que tu cuerpo está dormido desde más arriba del ombligo hacia abajo, hee no sentir nada.

**ENT1:** ¿Cómo te sentías en el momento en que te informan de la discapacidad?

**Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad**

**JG:** Es un golpe terrible traumático desde el punto de vista físico, pero quizá más traumático aún, desde el punto de vista psicológico, allí se afecta mucho el entorno personal y el entorno familiar.

**ENT1:** ¿Qué tipo de discapacidad tiene?

**JG:** Es un trauma medular, que le genera a uno además de no caminar, secuelas desde el ámbito fisiológico, es una paraplejia.

**ENT1:** En el momento del diagnóstico ¿cuál era su percepción sobre la discapacidad?

**JG:** Era nula pero yo conocí algunos compañeros que vivían la situación de discapacidad cuando yo estaba prestando el servicio militar son como las ironías de la vida, algunos que fueron mis compañeros después de grupo deportivo, yo los había cargado cuando ellos

---

---

salían hacer deporte, para subir al bus hay quienes requieren o requieran que los alzarán para subirlos a un bus o para subir unas escaleras.

---

**Código**

**Duelo**

**Tabla 8**

*Matriz 6 Rehabilitación*

---

**Categorización Inductiva**

**Pregunta y Descripción**

---

**Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad**

**ENT1:** ¿Tenías algún conocimiento sobre la discapacidad que fue diagnosticada?

**LCA:** Hee no lo que te digo, no y es porque es muy común que tú no mmmm no te asocies con la discapacidad porque simplemente no tienes un caso cercano, entonces, pues simplemente no le das importancia si, cuando tú no tienes un caso cercano que va a ser un amigo o familiar, entonces no simplemente tú pasas por el lado de una persona que tenga algún tipo de discapacidad, pues a ti te da lo mismo pasó es simplemente y no, no causan ningún reacción, cuando el tema ya cuando uno es muy cercano, algún caso, entonces si ya, como que empieza a tomar conciencia y a pensar en que en que hay cosas que hacer.

**ENT2:** ¿Tuvo alguna otra búsqueda de información, por ejemplo, por internet o con alguien más?

---

---

**JG:** Si, con el apoyo de los mismos médicos y enfermeras del hospital, buscar avances en la medicina, nos dimos a la tarea de mirar si de pronto en el exterior había alguna posibilidad, pero pues la descartamos básicamente por temas económicos.

**ENT1:** ¿Realiza alguna búsqueda de información sobre el diagnóstico?

**LCA:** No, este tipo de lesión le da a uno para estar mínimo un mes en el hospital internado, pues por todos los cuidados que se requieren, entonces no lo que lo que ya le cuentas le dicen a uno de los médicos.

---

**ENT2:** ¿Cómo fue el proceso de atención por parte de los profesionales?

**LCA:** Se recibe de algunas personas un buen manejo, manejo adecuado y de otras personas no tanto, tuve una experiencia con una enfermera que me atendía que me hizo mal movimiento, me hizo sentir mucho dolor, ya luego en la etapa de rehabilitación. Después por medio de teletón recibí ayuda de profesionales como psicólogos y fisioterapeutas.

**Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad**

**ENT1:** ¿Cómo fue ese proceso de atención por parte de cada uno de los profesionales en el momento?

**JG:** Puedo decir que muy bueno, logré que me ayudaran mucho, me atendieron en el hospital militar que tiene muy buena fama, tuve una buena recuperación con fisioterapia, con terapia ocupacional, los médicos de rehabilitación, el cirujano, el de ortopedia, toda la parte de traumatología, urología, cardiología, bueno todas estas ramas de la medicina.

---

---

**ENT1:** ¿A parte de la atención que recibiste, de la parte médica, enfermeros, médicos recibiste atención por algún otro profesional?

---

**Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad**

**LCA:** Si cuando bueno, en el hospital en ese en ese, en el mes, pues no, no tanto. Ya, pues también depende también como la persona emm bueno, yo les voy a explicar un poquito y es cuando yo tuve el accidente mis recursos económicos no eran buenos, no era la mejor condición, entonces fue un poquito complicado el tema, eso hizo que se agravará un poco el tema, es diferente cuando tú tienes una estabilidad económica y puedes solventar, eh pues lo que conlleva un gasto de esa magnitud en un hospital, cuando tú no tienes ni seguros, ni seguridad social ni nada de esto, yo por fortuna, logré entrar a un programa en teletón, en un programa que llama se llamaba Plan padrino y es no sé, creo que le buscan unos patrocinadores. Entonces, pues ahí ya es donde le ponen a uno profesionales, como con psicología y fisioterapeutas, así pues, todo lo que necesita.

---

**Código**

**Rehabilitación**

---

**Tabla 9***Matriz 7 Autoimagen*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<b>Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad</b>	<p><b>ENT1:</b> ¿Cómo fue ese proceso de adaptación a la nueva realidad?</p> <p><b>LCA:</b> Al comienzo difícil, porque a ti la gente te conoce en ciertas condiciones, los domingos todo el día jugaba fútbol en el barrio y el impacto social de la curiosidad de la gente de verme en una silla de ruedas, al comienzo mantenía encerrado, solo salía para las citas médicas, el coger un transporte público.</p> <p><b>ENT2:</b> Quisiera que nos contara ¿cómo fue el proceso de adaptación ya respecto a la discapacidad?</p>
<b>Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad</b>	<p><b>JG:</b> Pasando la etapa hospitalaria, ya viene la rehabilitación calle como yo lo llamo, en el momento, tratamos de que el ministerio de defensa nos suministra algunos elementos y herramientas para la rehabilitación, con el apoyo de los compañeros militares, empezamos a salir a la calle, empezamos la búsqueda de materia de educación, y la laboral, porque hasta entrar a un restaurante ser atendido era muy complicado, porque las personas en condición de discapacidad tenían mucho rechazo.</p> <p><b>ENT1:</b> Todo digamos que en todo el proceso de rehabilitación o la parte digamos que más grande del proceso, lo realizaste con esta fundación de Teletón, si?</p>

---

**LCA:** Sí, sí ese fue el proceso pues como que casi que el único que realice un proceso como de seis meses, como dos días a la semana, que lo hacía, pero como te digo con las difíciles condiciones que esto llevaba de vivir tan lejos, hee yo vivía en Bosa y pues la clínica quedaba Chía, entonces, pues fue bien, complicado, bien complicado. Es complicado el tema del transporte y todo.

**ENT1:** Y en la fundación, digamos que, qué acompañamientos te hicieron por parte de que profesionales.

**LCA:** Bueno, la verdad es que ya van veinte años y bueno, ya se olvidan muchas cosas, pero me acuerdo de una persona que me las me hacía los estiramientos, me acuerdo a la persona que hace que me hacía la sesión de acuaterapia, allá tenían una piscina donde facilita a uno, como el movimiento y el estiramiento.

---

**ENT2:** Ya luego de que pasas como el proceso de ya adaptarte a todo esto cuánto tiempo pasa como si como ya la adaptación completa, que tú digas ya puedo yo , hacer las actividades diarias por mi mismo?

**LCA:** Yo me atrevería a decir que no, uno no llega en ningún momento a superar adaptarse al tema. Yo pienso que tus soluciones, muchas cosas y aprendes a hacer muchas cosas, pero que tú nunca terminas de como de, de superar todas las dificultades mmmmm lo uno, por que pues vivimos en una ciudad que no es amigable con las personas con discapacidad, que nos falta mucho, que si hay cosas que han mejorado con alguna parte del transporte, algunos andenes pero la verdad que la ciudad no está, no es adecuada para para las personas con discapacidad y también el estigma de la sociedad de pensar que, que todas las personas con discapacidad piden plata, que todas las personas con discapacidad, pues no pueden hacer nada, entonces es un imaginario que ha sido difícil de cambiar.

---

---

**Experiencias y ajustes psicológicos que las personas elaboraron luego de quedar en condición de discapacidad**

**ENT2:** Excelente, quisiera que nos contaras un poco de como fue el proceso, hee de adaptación respecto a la discapacidad diagnosticada

**JG:** Bueno ya pasando como esta etapa de la rehabilitación hospitalaria, ya viene la rehabilitación calle como yo lo llamo, que finalmente fue la que dio a una persona como yo pues toda esta ventaja para poderse mover por la vida, muy difícil poder adquirir o poder contar con una silla de ruedas, muy adecuada muy adaptada. con el apoyo de los compañeros, empezamos a salir a la calle, empezamos la búsqueda de materia de educación, de laboral, y por aquellos tiempos, déjenme decirles que hasta cuando uno llegaba a las puertas de un restaurante, para entrar a ser atendido era muy complicado, porque las personas en condición de discapacidad tenían mucho rechazo, sin embargo mis amigos, mis compañeros del hospital, he me llevaron y prácticamente fueron los que me rehabilitaron en el andas en la calle, para poder llegar a tener de pronto un buen desarrollo motriz, y pues heeee un buen desarrollo en todos los aspectos para una persona que se quiera manejar después de un trauma como el que yo viví.

---

**Código**

**Autoimagen**

---

**Causas de la Discapacidad**

La discapacidad física adquirida, se produce principalmente por un accidente, o una enfermedad degenerativa. El CIE-10 nos habla de la discapacidad “como cualquier restricción o falta de capacidad (como consecuencia de una deficiencia física) para llevar a cabo una actividad de la manera o el nivel considerado normal para un individuo en su situación sociocultural específica” para nuestros dos entrevistados, la causa fue un accidente inevitable, LCA por un

atraco, le dispararon en la espalda y le afectó la columna vertebral, mientras que JG adquirió la discapacidad a la edad de 20 años por un accidente vehicular cuando prestaba el servicio militar tuvo un accidente en carretera con un trauma en la columna que los médicos, dieron en denominar, trauma raquimedular y eso ocasionó una paraplejia.

## **Duelo**

El duelo se presenta de diferentes maneras, al hablar de duelo no solo nos referimos a la pérdida de un ser querido, sino que también hace referencia a la pérdida de un trabajo, de un miembro del cuerpo, o en este caso la pérdida de la movilidad de una parte del cuerpo. Kubler-Ross (1969), representa el duelo con su teoría de 5 etapas, la negación, la ira, la negociación, la depresión y la aceptación. LCA vive inicialmente la etapa de la negación, porque dice que es algo de no creer cuando le dan el diagnóstico, que es una lesión medular a nivel T-11, T-12, paraplejia, lesión en los miembros inferiores que no van a tener reacción, y el cambio de pensamiento y de vida que le venía, también por la etapa de depresión, ya que no quería ser visto por nadie que lo conociera y se preguntará por qué el estado en el que estaba, solo salía de su casa para ir a las citas médicas, y finalmente la etapa de la aceptación. Algo similar ocurrió con JG, que pasa por el proceso de negación, ya que le afectó tanto psicológicamente como a nivel personal y familiar, fue algo traumático, su diagnóstico fue trauma medular, que le genera a uno además de no caminar, secuelas desde el ámbito fisiológico, es una paraplejia.

Además Kubler-Ross (1969) señala que el duelo es un proceso psicológico por el que pasamos todas las personas tras las pérdidas y que consiste en la adaptación o adecuación,



principalmente emocional a estas pérdidas, este proceso hace parte de una experiencia difícil, de la cual también hace parte factores fisiológicos, cognitivos y comportamentales”

Es así como en el duelo en la etapa de negación de Kubler-Ross, por la cual pasan los dos participantes, esta autora dice que “la negación es más simbólica que literal” ya que se tiene la esperanza de que esa pérdida no sea verdadera, y que desaparezca esa sensación en cualquier momento, junto con esta también está presente la etapa de la aceptación cuando los dos participantes, inician con el proceso de adaptación a la silla de ruedas, y la recuperación cuando inician con la práctica deportiva y en el caso de JG, representar a Colombia a nivel internacional.

### **Rehabilitación**

La rehabilitación se presenta según el desarrollo de cada persona, la OMS 1969 (citado por Posada et al., 2010) frente a este concepto, nos dicen que es “conjunto de medidas médicas, educativas, sociales y profesionales para preparar o readaptar al individuo, con el fin de alcanzar la mayor proporción posible de capacidad funcional” (p.2).

A través del tiempo la rehabilitación ha contado con variaciones, desde su primera aparición después de la primera guerra mundial, su aparición como una rama de la medicina a partir de la segunda guerra mundial constituida a partir de diferentes profesiones y disciplinas (Angarita, 2014).

Albrecht desde 1992 (citado por Angarita, 2014) “cataloga la rehabilitación como una respuesta a lo que denomina un problema social construido desde la perspectiva de condiciones consideradas como amenazantes o simplemente indeseables para la mayoría de ciudadanos o grupos poderosos; tal problema se denominó discapacidad” (p.52).

Al observar a los participantes JG, en su proceso de rehabilitación, llevó a cabo la búsqueda de mayor información que le pudiera ayudar en torno a su diagnóstico, junto con esto, el acompañamiento de todos los profesionales de la salud y el hospital Militar que le prestó todos los servicios, luego de esto viene otra rehabilitación que él la llama, “rehabilitación de calle” donde conoció a muchas personas. LCA en su proceso, le ayudaron tanto sus familiares como amigos cercanos, y gente que conoció en su misma condición, sistema de apoyo que se ha mantenido durante aproximadamente dos décadas desde el accidente.

### **Autoimagen**

Para Martínez et al. (2014), “el autoconcepto o autoimagen es la representación que cada persona tiene de sí misma, las creencias que la persona tiene sobre sus propias características psicológicas, físicas, afectivas, sociales e intelectuales” (p.441).

Otro componente que se debe considerar y atender en el momento de formar la autoimagen es la búsqueda que un individuo recibe desde el entorno. Como afirma Machargo 1991 (citado por Martínez et al., 2014), “las personas necesitan conservar y mantener el autoconcepto, pero además, mejorarlo y enriquecerlo” (p.441).

De acuerdo a lo expuesto anteriormente en el marco teórico en el capítulo de autoconcepto y discapacidad, para Pérez y Garaigordobil (2007) los cuales indican que, la perspectiva y probabilidad, pasara de estar focalizadas en las habilidades afectadas a centrada en una sola persona en específico, sino en la organización o reestructuración del autoconcepto.

Debido a lo anterior en el análisis de las entrevistas, podemos observar como fue el proceso con el que se da el manejo de la silla de ruedas, en el cual tuvieron que adaptarse, por su parte LCA tuvo que aprender a utilizar unos elementos que le habían asignado, al inicio prótesis para mantener las piernas rígidas lo cual lo mantenía en una posición erguida y casi de pie; posteriormente el uso de una silla de ruedas el cual no requirió una nueva restructuración de la autoimagen con el fin de mejorar una condición médica y de facilidad en el desplazamiento, más adelante al practicar el deporte adaptado, aprender el manejo de la silla de ruedas de juego, que es diferente a la convencional, obtener ayuda o requerir de una persona que les colabore con los implementos y con ellos mismos para cargarlos a los diferentes sitios sin acceso como por ejemplo los buses en los campeonatos.

Por otra parte JG tuvo la oportunidad antes de su diagnóstico de ayudar a compañeros del ejército en condición de discapacidad en diferentes actividades como subirlos a los buses, cargarlos y ayudarlos con las sillas, más adelante a él fue a quien ayudaron con todo esto, adicionalmente menciona como relevante que es vital aprender los cuidados de la salud que esta condición requiere, algunos tales como el cuidado con los riñones al permanecer sentados, el uso de un cojín especial para evitar escaras o lesiones producidas en la piel debido a la presión que ejercen en ciertas zonas; puntualiza que reconocer que los cuidados deben ser diferentes es un proceso que inicia con el diagnóstico pero nunca termina.

**Figura 21**

*Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo*



**Tabla 10**

*Matriz 8 Llegada al deporte*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<b>Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo</b>	<p><b>ENT 1:</b> ¿Cómo se enteró del deporte inclusivo?</p> <p><b>LCA:</b> empecé a salir en mi silla de ruedas a otros barrios y me encontré a una persona usuaria de silla de ruedas, y él me decía mire, nosotros jugamos baloncesto en el parque si quiere vaya eso es chévere, como la tercera o cuarta vez que me dijo, fui a mirar y fue una experiencia muy bonita porque porque empiezas a conocer personas en tu misma condición empiezas a ver en que se divertían haciendo deporte, luego empecé como a manipular el balón a intentar mover la silla y cosas así.</p>

---

<b>Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo</b>	<b>ENT2:</b> ¿Cómo fue la inmersión, o como te enteras ya bien de la práctica del deporte inclusivo?
	<b>JG:</b> Yo me apartaría un poco del concepto del deporte inclusivo, el deporte para la persona en condición de discapacidad, termina siendo independiente, yo inicio con mis compañeros que conozco en el hospital, en el momento si bien no existía un sistema nacional del deporte como lo conocemos hoy, existían los grupos para personas en condición de discapacidad, nosotros fuimos de alguna manera, pioneros en la conformación de muchos clubes, para conformar una federación que por aquel tiempo se llamó la federación colombiana de deportes en sillas de ruedas
<b>Código</b>	<b>Llegada al deporte</b>

---

**Tabla 11***Matriz 9 Reconstrucción Identidad*


---

<b>Categorización Inductiva</b>	<b>Pregunta y Descripción</b>
<b>Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo</b>	<b>ENT1:</b> ¿Cómo esta práctica deportiva ayudó a nivel psicológico?
	<b>LCA:</b> Si, me daba mucha pena que la gente me mirara en una silla de ruedas, y ya en competencia quieres ver a mucha gente, entonces si es un cambio el estado de ánimo desde cuando no quiere uno que lo vean, y cuando quiere que lo vean se nota muchísimo.

---

**Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo**

**ENT2:** ¿Cómo le ha ayudado la práctica del deporte inclusivo a la experiencia y al ajuste psicológico frente a la discapacidad?

**JG:** El aporte de la práctica deportiva a la persona en sí que tiene discapacidad eso sí lo toma con seriedad, con responsabilidad, esto fue definitivo para mí, desde lo físico, todavía me mantengo bien, desde lo psicológico fue definitivo desde el desarrollo personal, la rehabilitación, el deporte, para mi yo creo que fue mi vehículo de rehabilitación, ese vehículo me permitió capacitarme con una beca de una fundación del ministerio de defensa, la fundación matamoros, gracias al deporte después de que me hice profesional, y también poder trabajar en IDRDR desde hace 15 años.

**Código**

**Reconstrucción identidad**

**Tabla 12**

*Matriz 10 Redefinición roles*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<b>Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo</b>	<p><b>ENT1:</b> ¿Entonces el deporte que practica es el baloncesto?</p> <p><b>LCA:</b> Si, pero también intente otros deportes, yo aprendí a nadar ya con la discapacidad, intente o practique un tiempo tenis de mesa.</p> <p><b>ENT2:</b> ¿Qué tipo de deporte o deportes practica?</p>

---

**JG:** Yo inicie con atletismo en silla de ruedas, luego pase por el tenis de mesa, que me volví experto, lo practicaba en el hospital militar, después empecé a ingresar al tema del baloncesto en silla de ruedas.

**ENT1:** ¿Cuáles eran las particularidades que se debían tener para practicar este deporte?

**JG:** Primero tener disposición, tener disciplina y tener constancia, el tenis de mesa es un deporte que es muy barato, hoy en día es más costoso porque los elementos son más sofisticados, antes era una raqueta y las bolas y aprender la técnica.

**ENT1:** ¿Cómo es la mecánica de este deporte, requiere algo diferente de pronto a la silla de ruedas?

**LCA:** Si, como es un deporte adaptado, un deporte convencional, se necesita de unos implementos de unos requerimientos, a silla de ruedas convencional que la que usamos a diario es diferente a la silla de ruedas deportiva, esta tiene una quinta rueda que va atrás para cuando uno lanza o rema, tiene que tener unas condiciones de seguridad

---

**Código**

**Redefinición de roles**

---

**Tabla 13***Matriz 11 Motivación*


---

<b>Categorización Inductiva</b>	<b>Pregunta y Descripción</b>
<b>Experiencias frente a la práctica del deporte inclusivo</b>	<p><b>ENT1:</b> ¿Qué cosas hicieron tus familiares, amigos o compañeros, que consideras que sirvió de apoyo, y también como la experiencia desde el ajuste psicológico?</p> <p><b>JG:</b> La familia le da a uno ese apoyo moral si se puede llamar así, y esa atención que puede darte un familiar en una situación de estas, yo debo comentarles que yo me capacite o me forme con una beca de una fundación del ministerio de defensa, que se llama todavía, hoy existe la fundación matamoros, me especialice y esto centrado al deporte, y también gracias al deporte después de que me hice profesional, tuve la oportunidad de trabajar aun donde estoy, yo no me he movido hace 15 años del IDR, trabajo en el deporte, aportó al deporte, no solo al del sector paralímpico, sino también del sector convencional, donde me desempeñe algunos años, hoy en día estoy nuevamente aquí con los compañeros del sector paralímpico</p>



## Motivación

### Código

---

#### Llegada al deporte

Iniciar un deporte nuevo lleva su tiempo, pero sobre todo depende de la disposición de cada persona, para lograr su objetivo al realizar alguna práctica deportiva, el deporte adaptativo o inclusivo. Moya (2014) dice que la práctica deportiva, considera un amoldar o la transformación en las reglas y los equipos utilizados con el fin de impulsar una intervención activa y efectiva de todos los implicados, además de que tiene beneficios en diversos niveles, como por ejemplo de susceptibilidad, entendimiento y empatía, así como de la promoción de una rutina de vida saludable por medio de estilos de vida activos. LCA y JG, llegaron al deporte inclusivo, por medio de terceras personas, que introdujeron en ellos la idea de practicar algún tipo de deporte, que sería no solo saludable físicamente para ellos, sino que también en cuestiones psicológicas, que les ayudarían en su proceso. LCA comienza a salir en su silla de ruedas y se encuentra con otra persona que también hace uso de la silla de ruedas, él le dice que vaya y juegue baloncesto en el parque que eso es chévere, para él fue una experiencia muy bonita porque empieza a conocer personas en su misma condición, a ver que se divertían haciendo deporte, luego empezó a manipular el balón a intentar mover la silla. JG junto con sus compañeros del hospital en la misma condición inicia la práctica deportiva, se desplaza con ellos y van a los lugares donde se practica.

Lo anterior coincide con lo planteado con Zucchi (2001), que sostiene que la práctica del deporte adaptado genera varios beneficios psicológicos comenzando con la auto superación, seguido por la individualización, la autodeterminación el anhelo de evolucionar, la

responsabilidad, la instrucción, la verificación de las habilidades individuales y grupales, y la suficiencia entre otras cosas.

### **Reconstrucción de identidad**

La identidad de una persona, un sujeto para Chiocchetti (2008) es

La importancia del medio del ámbito en el cual cada individuo establece una relación con el planeta tierra y con todos los demás contextos sociales que son inalterables. Además son exactamente las personas quienes logran experimentar condiciones fortuitas que reforman de manera iracunda esa sociedad habitual. (p.1).

La reconstrucción de la identidad se define desde la perspectiva que una persona tiene frente a la sociedad, para Sen (Citado por Vergara, 2016) “la identidad es solo el resultado de la libertad de elegir y de la razón del sujeto”. Es por esto que en el momento en el que una persona, que por alguna razón es diagnosticada con condición de discapacidad, e inicia a practicar algún deporte adaptado, cambia su percepción frente a la identidad con la que la venía viviendo durante los años posteriores al diagnóstico, frente a esto, la reconstrucción de la identidad de LCA se dio a nivel psicológico, al no querer mostrarse ante las demás personas, mientras que para JG, el aporte de la práctica deportiva por su parte es el tener responsabilidad, y la seriedad, de que es un cambio no solo a nivel de identidad, o psicológico, sino también un cambio físico.

Chiocchetti (2008) menciona una particularidad, que forma parte de otro de los elementos de reconstrucción identitaria “el hombre busca más o menos conscientemente la proximidad no de un prójimo en general sino tan solo de quien participa de las mismas profundas convicciones (o de su carencia de tales convicciones)” (p.3).

El concepto de identidad para Erickson y Tajfel, (1981) “es lo que incluye atributos personales y atributos compartidos con otras personas” por lo tanto es una construcción social, como se observa con los participantes.

Los significados a este concepto, por parte de estos dos autores se puede ver reflejado en JG y LCA, cuando se muestran ante la sociedad por primera vez, el pensar cómo serán vistos por las demás personas, que pensarán o dirán los demás, pero también esto por parte de la sociedad, hace que ellos se preparen mejor, física y psicológicamente.

### **Redefinición de roles**

Arévalo y Pulido (2018) mencionan que cada uno de los miembros de una sociedad o de la familia, tiene apropiado una posición, lo que implica que cada individuo juega un rol frente a los demás, desempeña una función, representando en la sociedad y en la familia la jerarquía y el poder de cada uno.

“El rol también puede adquirirse mediante el desarrollo de las capacidades individuales de cada persona, el caso de alguien que tiene o genera ciertas habilidades, razón por la cual recibe la encomienda de hacer algunas tareas relacionadas con dichas capacidades” ( Arévalo y Pulido, 2018, p. 19).

Los cambios de roles que manifiestan los participantes identificados a partir de la discapacidad y la práctica del deporte adaptado, como menciona LCA el cambio de trabajo que debió realizar luego de la recuperación ya que trabaja con anuncios publicitarios en instalación de vallas en alturas, lo cual presentó dificultad luego del diagnóstico incrementando los riesgos de accidentes. Por otro lado JC indica que luego del accidente permaneció por varios años viviendo

en el hospital debido a que su casa no contaba con las adecuaciones para poder ingresar y movilizarse con la silla de ruedas, motivo por el cuál la persona que considera su figura materna lo visitaba a diario en el hospital, causando un desgaste emocional y físico con cambios de rutina que incluían a todo el grupo familiar y laboral.

## **Motivación**

La motivación es un estado interno, esta nos lleva a pensar a futuro, acciones o metas que queremos llegar a cumplir, según Santrock 2002 (citado por Naranjo, 2009) la motivación es “el conjunto de razones por las que las personas se comportan de las formas en que lo hacen. El comportamiento motivado es vigoroso, dirigido y sostenido” (p. 153)

La motivación también es algo que impulsa y guía, es por esto que vista desde los dos participantes, es un poco el apoyo de la familia, de los amigos, de la sociedad, que exactamente hacen eso, motivarlos para que procesos como la rehabilitación y la adaptación, llegarán a ser más fáciles, y no se dejaran de lado en algún momento, también la motivación individual, de no ser vistos únicamente como personas que están en condición de discapacidad, sino que los dos son profesionales, y ayudan a muchas personas, ya sea con su misma condición, o familiares de estos. Para JG también enseñar y acompañar a jóvenes que llegan nuevos para iniciar el proceso de un deporte adaptado, es motivación, de saber que está haciendo cosas que anteriormente otros hicieron por él, pero en el pasado, con el contrato que el tenía para jugar fútbol con el deportivo pereira, luego el comenzar a practicar un deporte adaptado lo motivó a esforzarse, tanto así que jugó en diferentes partes del país y del mundo.

**Figura 22.***Apoyo social y familiar en la práctica deportiva***Tabla 14***Matriz 14 Lazo emocional*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<b>Rol del apoyo social y familiar</b>	<p><b>ENT2:</b> Que pensaba tu familia, o sea, que te decía tu familia y cuál fue el apoyo en ese momento por parte de tu familia?</p> <p><b>LCA:</b> Bueno, pues el cuidado de la mamá, la mamá que es pendiente de todo lo que de cambiarte, de limpiarte, de todo porque pues hay que a comienzo queda uno como, vuelves a hacer como si fueras un bebé te tienen que bañarte, tiene que limpiar, te tienen que trancar por todo lado para que no te caigas. Eso pues en cuanto que como trabaja mi mamá, el trabajo de mis hermanos fue también, pues como en la parte económica para la casa, digamos, para la alimentación y eso y y por lo menos en el apoyo para para la dificultad que se presentó en el transporte Heee. por lo menos mi amigo, pues en la</p>

---

mañana me sacaba la ruta a la primera mayo con Boyacá para coger una ruta que que tenía la Fundación para chia, pero de vuelta ya pues la ruta nos deja en el mismo punto y ahí ya mi hermano le tocaba o nos tocaba coger unos buses pues es que en su momento se llaman ejecutivos, que eran buses grandes, entonces los que nos querían parar, pues paraban y pues mi hermano me subía y me ha sentado y volvía y baja por la silla y la subía, entonces, pues eso serán como fueron, como los apoyos Lo que más más fueron visibles.

**ENT2:** Nos has contado como la importancia que tuvieron tus compañeros, como desde el hospital, como los llamas tu que fue como la rehabilitación de calle más importante con la que contaste, pero pues quisiéramos saber también, qué cosas hicieron también otros familiares

**JG:** Bueno heee, el tema de la familia, pues la familia le da a uno ese apoyo moral si se puede llamar así, y esa atención que puede darte un familiar en una situación de estas, a veces, en aquel tiempo, y hoy quizá no ha dejado de ser, apoyo familiar, resulta, terminando en una sobreprotección, y eso para nada es benéfico cuando uno tiene una situación de esta naturaleza, y yo critico mucho cuando salgo a la calle y veo por ahí a alguna persona en condición de discapacidad, que algún familiar lo va llevando de los manilares de la silla de ruedas, porque eso no le permite la independencia, yo siempre combatí eso, sí debo decir que la familia y la abuelita, ella fue mi soporte y , y mi apoyo ante un poco de años en el hospital, hasta que llego el día que yo le dije que descansara, para que lle no tuviese que ir todos los días que ella salía de su trabajo y se iba a visitarme, siempre la familiar, ha sido un gran apoyo, pero como les digo, a veces eso termina en una sobreprotección que no resulta ser conveniente para una rehabilitación integral.

---

**Código**

**Lazo emocional**

---

**Tabla 15***Matriz 13 Compromiso del entorno social*

	<b>Pregunta y Descripción</b>
<b>Categorización Inductiva</b>	<p data-bbox="654 625 1354 867"><b>ENT1:</b> Vale, eh. Luego de que como que terminas este proceso y bueno, en esta fundación nos puedes contar un poco cómo cómo fue cómo este proceso de adaptación, como a la nueva realidad a la discapacidad que te fue diagnosticada, como es un poco el proceso de adaptación.</p> <p data-bbox="654 909 1354 1276"><b>LCA:</b> Bueno, al principio es difícil porque a ti la gente te conoce en ciertas condiciones y a mí, pues me conocían donde yo vivía pues como lo que les decía jugando pues vale todo el tiempo cada vez que Los domingos por tiempo, todo el día, ya jugando fútbol o bueno o caminando por ahí, entonces ese impacto en el impacto social de la curiosidad de la gente cuando pues claro, lo ven a uno ya en otra condición, en una silla de ruedas y siento una la mirada de las personas.</p> <p data-bbox="654 1318 1354 1350"><b>ENT2:</b> ¿Cuál fue el apoyo por parte de otras personas?</p> <p data-bbox="654 1392 1354 1759"><b>LCA:</b> Tuve la fortuna de encontrar un amigo del colegio me brindó mucho apoyo, como que esa persona que te empuja todo el tiempo así sea, como a los gritos y el cuidado de la mamá, que es pendiente de todo lo que, de cambiarte, de limpiarte, vuelves a ser como si fueras un bebé te tienen que bañarte, y un hermano que me ayudaba en el bus, me subía al bus y luego subía la silla, y lo mismo cuando volvía a la casa después de las terapias.</p>

**Rol del apoyo social y familiar**

**ENT1:** Es verdad a parte del apoyo que nos contabas, que obtuviste por teletón no solo en esa época, sino en el transcurso de los años has contado en algún momento como con otra red de apoyo de alguna entidad que te haya prestado, no se algún tipo de ayuda o vinculado?

**LCA:** Inicialmente, te aclaro que el apoyo no no es como tanto de la Fundación, sino de un patrocinador, realmente aquí no hay ninguna fundación o bueno, no sé, no tengo conocimiento así como tan de alguna fundación u organización, que totalmente preste el servicio y que no exija pues unos recursos económicos, entonces fue un plan padrino, pues que me imagino que es gente que paga a la clínica para que se hagan en esos procesos de rehabilitación, yo no en ningún otro lugar, tuve heee cómo más, rehabilitación o algo así, no.

**ENT1:** Y por parte del estado alguna vez has recibido algo

**LCA:** Por parte del estado ummm alguna vez tuve un tiempo en un apoyo de de un abono de un bono de un bono alimentario, estuve creo que unos dos, tres años en un proyecto de ellos.

**ENT1:** ¿Aparte del apoyo familiar, algún tipo de entidad le prestó ayuda o le asesoró en el tema?

**JG:** En el tema de la discapacidad, de pronto entidades que le ayudaran a uno para ingresar en el deporte, pero decirte que una entidad que pudiera ayudar, que pudiera rehabilitar, que pudiera posibilitar a uno como ese primero paso por la discapacidad, como existen hoy algunas entidades, no lo había, hoy sí existe el centro de rehabilitación incluso de las fuerzas militares el CRI

---

**Código**

**Compromiso del entorno social**

---



**Tabla 16***Matriz 14 Proyecto de vida*

Categorización Inductiva	Pregunta y Descripción
<b>Rol del apoyo social y familiar</b>	<p><b>ENT2:</b> Ya luego de que pues, pasas como el proceso de ya adaptarte a todo esto cuánto tiempo pasa como si como ya la adaptación completa, que tu digas ya puedo yo, ¿hacer las actividades diarias por mi mismo?</p> <p><b>LCA:</b> Yo me atrevería a decir que que no, uno no llega en ningún momento a superar adaptarse al tema. Yo pienso que tus soluciones, muchas cosas y aprendes a hacer muchas cosas, pero que tú nunca terminas de como de, de superar todas las dificultades mmmmm lo uno, por que pues vivimos en una ciudad que no es amigable con las personas con discapacidad, que nos falta mucho, que si hay cosas que han mejorado con alguna parte del transporte, algunos andenes pero la verdad que la ciudad no está, no es adecuada para para las personas con discapacidad y también el estigma de la sociedad de pensar que, que todas las personas con discapacidad piden plata, que todas las personas con discapacidad, pues no pueden hacer nada, entonces es un imaginario que ha sido difícil de cambiar.</p> <p><b>ENT1:</b> Bueno, pues pasando un poquito del tema quisiéramos como adentrarnos un poco a cómo llegas como el tema del deporte inclusivos si nos pudieras contar un poco de como te enteraste, heee de cómo fue cómo ese proceso, ¿por quién te enteraste o como llegas al tema del deporte?</p>

---

**LCA:** Bueno, cuando yo empecé a salir en mi silla de ruedas ya ya salían por ahí a otros barrios y eso bueno, no recuerdo, pero yo recuerdo que tenía que salir, debe ser como citas médicas, tenía que salir frecuentemente, si digamos cada ocho días o algo así y yo siempre me encontraba una persona, otra persona, una persona usuaria de silla de ruedas, me la encontraba y él me decía mire, nosotros jugamos baloncesto en el parque, si quiere, vayan, mira, y eso es chévere, no sé que yo las dos primeras veces, como que no, no me sonó el tema ya como la tercera o cuarta vez pues dije bueno, voy a ir a mirar. Voy a mirar qué de qué se trata y bueno, fue una experiencia muy bonita porque porque empiezas a conocer personas en tu misma condición empiezas a ver en que se divertían, se divertían haciendo deporte entonces si yo ya inicié, ya empecé como a manipular el balón a intentar mover la silla y cosas así.

### **Rol del apoyo social y familiar**

**ENT1:** ¿Cuál es tu profesión? LCA.

**LCA:** Eh? Soy Licenciado en Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad de Pamplona.

**ENT1:** ¿La carrera la estudiaste antes o después del accidente?

**LCA:** Estudié mucho después del accidente, me gradué en el año 2020. En parte creo que se lo debo a la discapacidad y al deporte adaptado, antes del accidente no tenía la visión de estudiar una carrera profesional, sólo pensaba en trabajar, la práctica deportiva me llevó a conocer otro mundo y muchas personas que me ayudaron y motivaron, escogí la carrera pensando en también apoyar a otras personas en condición de discapacidad, las cuales pueden seguir practicando deporte, a enseñarles qué cosas son buenas y que no cometan errores que puedan llegar a empeorar su lesión.

---

**JG:** Mi nombre completo es JG, soy abogado, especializado en derecho administrativo en sociología

---

---

política criminal, con algunos diplomados en alta gerencia deportiva y pues algún número también importante de seminario y cursos en la materia del deporte.

**ENT2:** ¿Qué deporte inclusivo practicaste?

**JG:** Bueno yo inicie, heee con atletismo, entonces un tocaba muchas cosas a ver dónde le iba mejor, y también cómo se tenían las posibilidades, entonces tuvimos la oportunidad de desarrollar bastante en el tenis de mesa, subía un profesor muy amigo a hoy de la unidad deportiva del salitre, que ahí existía y él nos daba clases y allí nos volvimos buenos, y casi que expertos en el tema del tenis de mesa y eso nos empezó a sacar a nivel internacional, y yo creo que a mí la primera disciplina que me sacó fue el tenis de mesa, ya después en el baloncesto tuve también la oportunidad de viajar por el país, y por el exterior en atletismo, dure muy poco, solamente un par de años, como en dos juegos nacionales participe, debo decirles a ustedes o debo comentarles que en aquel tiempo existía, la realización de los juegos nacionales cada año, no como ustedes escuchan hoy que son cada 4 años los juegos nacionales, que hay una carta fundamental porque son juegos de estado, que los paga el estado y que lo organiza el estado.

### **Rol del apoyo social y familiar**

**ENT2:** ¿Experiencias luego de la práctica deportiva, como te ha ayudado la práctica del deporte inclusivo?

**JG:** Bueno yo creo que total, el aporte de la práctica deportiva a la persona en sí que tiene discapacidad, creo que es total, si lo toma con seriedad, con responsabilidad con cumplimiento y con ese don, y respeto por la disciplina, no hay otra forma es decir que, si yo quiero practicar deporte de rendimiento, hacer actividad física o recrearme tengo que hacerlo con responsabilidad, más allá de connotación que yo manejo del deporte.

---

---

**ENT2:** ¿La práctica del deporte, como te ha ayudado y o aportado en las experiencias y ajuste psicológico?

**JG:** Fue definitivo desde lo psicológico, fue definitivo desde el desarrollo personal, la rehabilitación, el deporte, para mí yo creo que fue mi vehículo de rehabilitación, ese vehículo me permitió capacitarse inclusive porque yo debo comentarles, que yo me capacite o me forme con una beca de una fundación del ministerio de defensa, que se llama todavía, hoy existe la fundación matamoros, me especialice y esto cerrado al deporte, cuando yo demostré que era deportista, traje pruebas y deciden ayudarme para cursar la carrera en la universidad y pues hiciera otras cosas, debo decirles que también gracias al deporte después de que me hice profesional, tuve la oportunidad de trabajar aun donde estoy, yo no me he movido hace 15 años del IDR, estoy amañado me gusta lo que hago, trabajo en el deporte, aportó al deporte, no solo al del sector paralímpico, sino también del sector convencional, donde me desempeñe algunos años, hoy en día estoy nuevamente aquí con los compañeros del sector paralímpico, y no puedo estar muy contento, lo único que espero es no desfallecer, no padecer enfermedades y vamos a ver hasta donde alcanzamos.

### **Rol del apoyo social y familiar**

---

#### **Código**

#### **Proyecto de Vida**

---

### **Lazo emocional**

El vínculo se puede definir según Urizar (2012) en términos generales como un lazo afectivo que surge entre dos personas que forma un marco de confianza que será de gran utilidad para la comunicación y desarrollo en un contexto.

El lazo emocional que se forja entre una persona y otra es fundamental en los procesos que se pueden llevar a cabo, Gómez (2017) plantea que:

El ser humano es un ser social por necesidad, dado que necesita de otro cuando nace para poder sobrevivir, es en la satisfacción de esas necesidades donde se irá desarrollando su psiquismo. Necesitará del vínculo con ese otro que brinde cuidado, amor y protección, siendo fundamental desde el nacimiento (p.3).

En las entrevistas realizadas se evidencia la importancia de los lazos emocionales, los más cercanos informados por los participantes son los familiares, los cuales son enmarcados con gran importancia, como JG comenta

**JG:** La abuelita, ella fue mi soporte, y mi apoyo ante un poco de años en el hospital, hasta que llego el día que yo le dije que descansara, para que lle no tuviese que ir todos los días que ella salía de su trabajo y se iba a visitarme, siempre la familiar, ha sido un gran apoyo.

Además de esto LCA, también comenta cómo su familia, en especial su hermano y su madre lo acompañaron y apoyaron, hasta el punto de que su mamá lo bañaba, lo limpiaba y su hermano era quien se encargaba en el momento en que él debía usar el transporte público para sus citas médicas.

### **Compromiso del entorno social**

Frente al compromiso del entorno social, se da por parte de familiares y amigos cercanos, pero incluyendo todas las personas que, en alguna medida, y en algún momento hacen parte de las vidas de una persona en condición de discapacidad, para Hitt, Ireland, Hoskisson, 2001 (Citados por Teran, et al., 2015) “el entorno social difiere entre cada población, de entre los cuáles se observa las diferencias en las costumbres del cuidado a la salud entre otras”. Acá se incluye como compromiso del entorno social, las diferentes instituciones que pueden ser parte, o pueden ayudar y apoyar a cierta población, LCA, encuentra en su camino, la práctica deportiva, en la cual pudo conocer muchas personas, incluyendo a una institución como lo es Teletón y que con esto lograron mejorar su entorno social al realizar diferentes actividades y contar con el apoyo de personas que fueron totalmente desconocidas para él. Para JG, el apoyo encontrado no fue por parte de alguna institución o fundación, pero sí sus amigos y compañeros del ejército en la misma condición de discapacidad.

En Colombia hay una legislación con respecto a la inclusión de las personas con discapacidad por ejemplo en la Constitución Política Colombiana (1991) en el artículo 52, encontramos que “El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social.” Lamentablemente esto no es algo que se tenga en cuenta para todas las personas que en Colombia tienen una condición de discapacidad, y para las que si, no se aplica con todos los principios y normas necesarias.

Igualmente, en el artículo 54 se dice que “Es obligación del Estado y de los empleadores ofrecer formación y habilitación profesional y técnica a quienes lo requieran.” Cuando JG recibe

la rehabilitación y el apoyo del ejército y el hospital militar, se observa como este artículo en específico se toma en cuenta, garantizando una buena condición de salud.

A partir de 1995 se implementan leyes como la Ley 181 de 1995 en la cual se establece que el Sistema Nacional del Deporte debe incluir beneficios para la práctica del deporte de personas con discapacidad, luego en 1997 en el artículo 39 de la ley 361 de 1997, dispone que Coldeportes organice y financie el desarrollo de eventos deportivos para personas con discapacidad, JG, participó en diferentes eventos nacionales e internacionales, incluso fue pionero en el tenis de mesa logrando ser ganador en representación de Colombia.

### **Proyecto de vida**

Un proyecto de vida es algo a nivel personal, cuando decidimos ponernos metas o propósitos, ya sean a corto, mediano o largo plazo, para Suarez. (s.f.). El proyecto de vida es una noción que a través de la historia ha sido explicado y personalizado por autores con diferentes abordajes y enfoques y este se asocia principalmente a la exigencia del ser humano de sobrepasar a sus defectos o insuficiencias que hay en su vida y buscar su bienestar, deleitando su capacidad de amar e idolatrar o estimar y el trabajar, y así mismo reducir y aminorar el malestar y sufrimiento, por medio de la estructuración de planes que ayudan a solucionar diferentes dilemas. Para JG, tiempo después de su diagnóstico de discapacidad logra ingresar a la universidad con una beca que gana por medio del deporte adaptado, y estudia para ser abogado, especializado en derecho administrativo en sociología política criminal, con algunos diplomados en alta gerencia deportiva, además realiza algunos seminario y cursos en la materia del deporte, trabaja con el IDRDR hace 15

realizando reportes, aportando al deporte, del sector paralímpico y también del sector convencional.

Para D'Angelo y Ovidio (2004), hay dimensiones sociales, pero también dimensiones de tiempo, y además de historia que se pretenden se queden con el tiempo, y por último el entorno cultural, que hablando del proyecto de vida se tienen configuraciones como “la construcción de la experiencia y la praxis personal-social, con la intención de contribuir a la comprensión y formación de las dimensiones del desarrollo humano integral.” Acá podemos entrar a hablar acerca de las competencias humanas que se tienen como individuo y las prácticas psicológicas y pedagógicas, que permiten que el o los proyectos de vida que se tienen sean de forma autónoma, y con miras hacia el futuro.



## Conclusiones

Teniendo como base el objetivo principal de la investigación, el cual consistió en analizar las narrativas de un grupo de personas con discapacidad física sobre su experiencia y ajuste psicológico a través de la práctica del deporte adaptado que tienen las personas con discapacidad física; por medio de las narrativas se identificó que las dos personas al ser diagnosticadas con la discapacidad y pasar por un proceso de ajuste, buscaron estrategias que les permitieran adaptarse y contar con una mejor calidad de vida, dentro de estas están el buscar mayor información acerca del diagnóstico médico, así mismo conocer personas que estaban inmersas dentro del deporte adaptado y que los acompañaron, enseñándoles acerca de este, y cómo utilizar las diferentes herramientas que ya estaban adaptadas para optimizar el uso de estos implementos, pero además como estrategia el acompañamiento, físico, emocional y psicológico, por parte de sus familiares y personas cercanas.

De acuerdo a los hallazgos en la presente investigación se encuentran que:

- Antes de presentar una condición de discapacidad, los participantes no contaban con mayor información acerca de la discapacidad física y de los diferentes deportes adaptados.
- El trabajo de investigación al respecto describe que el ajuste a la discapacidad, es un proceso prolongado y con dificultades, que como lo indican los participantes es un proceso que no termina, pero si evoluciona; y al lograr que se cuente con información de utilidad para poder llevar a cabo una mejor adaptación en los diferentes procesos que conlleva a facilitar la misma evolución

- Después de conocer el diagnóstico acerca de la discapacidad adquirida, para los entrevistados en ese proceso surge un estado de duelo, incertidumbre, búsqueda de información de parte de los profesionales y propia para afrontar la situación, los cambios que serían requeridos, el aprendizaje de la nueva condición, así como el manejo de la silla de ruedas.
- Luego de la rehabilitación hospitalaria buscan diferentes mecanismos para la adaptación como la búsqueda de apoyo social, el apoyo familiar, otras personas en condición de discapacidad, profesionales, instituciones, prácticas deportivas, entre otros.
- Para las personas entrevistadas, otras personas en la misma condición de discapacidad, constituyen un factor de protección y de aprendizaje para afrontar los cambios que el diagnóstico conlleva.
- En cuanto al conocimiento de la práctica deportiva es aludida a las otras personas en condición de discapacidad que fueron las que les informaron del deporte adaptado, pero se evidencia la falta de difusión a la comunidad en general para el conocimiento del deporte adaptado.
- Referente a temas de infraestructura urbana y vehicular de acuerdo a la experiencia de las personas con las que se trabajó aún se evidencian muchas falencias para las personas con discapacidad, al no contar con accesos adecuados para las sillas de ruedas, rampas, ascensores, baños, transporte público siguen contando con barreras.
- Las contribuciones que el deporte adaptado ha tomado con más valor y táctica para la población en condición de discapacidad hacia la inclusión social son el crecimiento, el

incremento y la participación activa del deporte adaptado, que se desarrolla en numerosos espacios para este fin.

- Las diversas estrategias encontradas evidencian, mejoras al trabajar con diferentes alternativas para personas en condición de discapacidad, permitiendo un desarrollo social, facilitando la inclusión a los diferentes entornos sociales a partir del planteamiento de las diferentes actividades deportivas se mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad.
- En Colombia las personas en condición de discapacidad carecen de entidades de apoyo y adicionalmente no toda la población conoce dicha condición generando en gran medida rechazo social.
- Referente a los dos participantes, los aspectos psicológicos, psicosociales y pedagógicos, fueron de gran importancia para mejorar así la calidad de vida, fortalecer los lazos emocionales, la reconstrucción de su identidad, y la rehabilitación recibida.
- En cuanto a las investigadoras gracias a la formulación del presente trabajo se pueden resaltar algunos logros personales como la profundización en diseños cualitativos de investigación, ahondar en la recolección de datos, así como en los aspectos éticos, pero aún más importante el aprendizaje en cuanto a discapacidad física y deporte adaptado, y conceptos, realidades y vivencias que son conocidas en su mayoría únicamente por las personas inmersas en estos medios. Gracias al programa de Psicología de la UAN, convertirnos en psicólogos integrales con aportaciones a la identificación y comprensión de distintas problemáticas, como la expuesta en el presente trabajo que como mencionaban

los participantes procesos como la rehabilitación son procesos continuos que no terminan y deberían contar con acompañamiento continuo de profesionales.

### **Recomendaciones**

El deporte inclusivo o deporte adaptado es un tema que aún en la actualidad se desconoce por parte de muchas personas, y no es hasta que un familiar, persona cercana o uno mismo, es diagnosticado con una discapacidad física, que se toma en cuenta, es por esto que se recomienda, que las personas tengan mayor interés en los temas comunes dentro del deporte adaptado para que dentro de las ciudades se instauren espacios adaptados para personas con diagnóstico de discapacidad física.

Además, se sugiere a las personas en condición de discapacidad o personas cercanas a esta población, que se consulte y haga búsqueda de diferentes instituciones, donde pueda hacer parte del proceso para iniciar con la práctica deportiva para personas en condición de discapacidad física, y así lograr que el proceso de adaptación a la discapacidad sea más agradable, y junto a ellos se tenga un buen manejo desde el aspecto psicológico.

Por lo tanto, es importante la divulgación a toda la población de las actividades que favorecen a las personas con discapacidad con el fin de que puedan desarrollarse en un ambiente deportivo.

Es importante que se resalte la importancia por parte de los diferentes profesionales del personal médico a que se capaciten de forma adecuada al momento de la interacción con una persona en condición de discapacidad.

Es necesario que el profesional de la psicología, haga parte de la primera atención, luego de que ya ha pasado el proceso de trauma clínico, para así dar a conocer a las personas que están

siendo diagnosticadas con una discapacidad física, las diferentes opciones que pueden tomar, y observando desde una perspectiva de una rápida rehabilitación, mencionar al deporte adaptado.

Se recomiendo además que se realice una futura investigación, donde se pueda observar cómo afecta a la población en condición de discapacidad el que la ciudad, y el transporte público no están adecuados para sus necesidades.

## Referencias

- Abric, J. (1996). *Procesos específicos de representaciones sociales*. Versión electrónica, artículos sobre representaciones sociales. Vol. 5, pp. 77-80.
- Aguirre, E. (2004). *Representaciones sociales y análisis del comportamiento social*. Diálogos 3. Discusiones en la Psicología Contemporánea. Bogotá, D. C. (Colombia): Universidad Nacional de Colombia.
- Ajzen, I. *Attitudes, personality, and behavior*. Homewood, Illinois: Dorsey Press. 1988.
- Alcaide, M. (2009). Influencia en el rendimiento y autoconcepto en hombres y mujeres. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 2, 27-44.
- Allport, G. (1935). *Attitudes. Handbook of social psychology*. Clark University Press.
- Angarita, D. (2014). *Rehabilitación integral: Un análisis de contenido del marco normativo de apoyo a la discapacidad*. Magister en Discapacidad e Inclusión Social. Universidad Nacional de Colombia.
- Arévalo, X. y Pulido, L. (2018). *Narrativas sobre las dinámicas familiares frente a un posible diagnóstico de pre-diabetes y sobrepeso en hijos de un grupo de madres cuidadoras*. Trabajo de Grado. Universidad Antonio Nariño.
- Arias, A.V. *Psicología social de la agresión*. En Briñol, P., Falces, C. y Becerra, A. *Psicología Social*, Tercera Edición, Capítulo 15, p.423-424. 2007.

Asamblea General de la ONU. (1975). *Declaración de los derechos de los Impedidos*. Resolución 3447.

Baron, R y Byrne, D. (2005). *Psicología Social*. Décima edición. Pearson Prentice Hall.

Bonilla, E., & Rodríguez, P. (2000). *Métodos cuantitativos y cualitativos*. In E. Bonilla y P. Rodríguez (Eds.), *Más allá del dilema de los métodos. La investigación en ciencias sociales* (pp. 77-104). Bogotá, Universidad de los Andes: Grupo Editorial Norma.

Cifuentes, R. (2011). *Diseño de proyectos de investigación cualitativa*, p. 2-12. Centro de publicaciones educativas y Material Didáctico.

Consejo Superior de Deportes (2009). *Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte (Plan A+D)-Versión 1*. Recuperado 1 julio. 2012. desde CSD-Gobierno de España Web site: <http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/plan-integral-para-la-actividadfisica-y-el-deporte-plan-a-d/view>.

Constitución Política de Colombia. (1991). *Artículos sobre Discapacidad*.

Convención de la ONU, 2006, *sobre los derechos de las personas con discapacidad*.

D'Angelo Hernandez y Ovidio, S (2004) *Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social*. CIPS, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas  
<http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf>



Dequia, D y Pazos, M. (2015). *Estado del arte de la discapacidad en Colombia desde la normatividad y políticas públicas en salud durante el período comprendido entre el año 2000 y 2015*. Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud.

Discapnet, deporte adaptado. <https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado>.

Duarte Bajaña, R., Torres Alonso, C., y Nieto Corredor, N. (2010). *Historia de vida de una deportista paralímpica colombiana*. *Educación Física y Deporte*, 29(1), 95-101.

Recuperado

de

<http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/7165>

Duarte Cuervo, C. Y., y Osorno Posada, M. L. (2013). *Desarrollo de la legislación en discapacidad en Colombia*. *Revista Ocupación Humana*, 13(1), 33-53.

<https://doi.org/10.25214/25907816.21>

Eснаоla, I. (2008) *El autoconcepto físico durante el ciclo vital* (artículo en línea) Universidad del País Vasco *Anales de psicología*, vol. 24, nº 1. [www.um.es/analesps](http://www.um.es/analesps)

Grillo, A. I.; Hoyos, L. A.; Chavarro, D.M. (2009). *La rehabilitación para Población en Condición de Discapacidad*.

Hernández, J. G. (2012). *Estudio sobre el cambio de actitudes hacia la discapacidad en clases de actividad física*.

Hernández, R, Fernández, C y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill Interamericana.

<https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

Jiménez, E. (2009). *Agentes y factores clave en la práctica del deporte adaptado en España: la visión actual sobre el cambio*. Actas 1ª Conferencia Nacional de Deporte Adaptado.

Kubler- Ross, E. (1969) *Sobre el duelo y el dolor. Teoría de las etapas del duelo*  
[https://www.planetadelibros.com/libros\\_contenido\\_extra/32/31277\\_Sobre\\_el\\_duelo\\_y\\_el\\_dolor.pdf](https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/32/31277_Sobre_el_duelo_y_el_dolor.pdf)

Lazarus, R., Valdés, M., y Folkman. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Editores: Martínez Roca; Año de publicación: 1986; País: España. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=222981>

Ley 181 de 1995. Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. 18 de Enero de 1995.

Ley 361 de 1997. Por la cual se establecen mecanismos de integración social de las personas con limitación y se dictan otras disposiciones. 7 de Febrero de 1997.

Ley 582 de 2000. Por medio de la cual se define el deporte asociado de personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales, se reforma la Ley 181 de 1995 y el Decreto 1228 de 1995, y se dictan otras disposiciones. 8 de Junio de 2000.

- Lugo Agudelo, L., y Seijas, V. (2012). *La discapacidad en Colombia: una mirada global*. Revista Colombiana de Medicina Física y Rehabilitación, 22(2), 164-179. Recuperado de <http://revistacmfr.org/index.php/rcmfr/article/view/64>
- Marín, A., Hernández, E., y Flores, J. (2016). *Metodología para el análisis de datos cualitativos*
- Martínez, J. (2015) *Tesis doctoral. Estudio y protocolización del proceso de inclusión del deporte de competición de las personas con discapacidad en las federaciones deportivas convencionales en el Estado Español*.
- Martinez, J. (consultado 2021) *La sociedad del entretenimiento y su imperativo superyoico de goce: el fenómeno de lo lúdico*. Facultad de Comunicación Audiovisual. Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid. Año 3, Edición 5.
- Martinez, T (2013) *Decálogo de los profesionales*. En: [www.acpgerontologia.com](http://www.acpgerontologia.com)
- Martinez, A., Sanz, A., y Mañas, C. (2014). *AUTOESTIMA Y DIVERSIDAD FUNCIONAL*. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 2(1),439-446.[fecha de Consulta 25 de Mayo de 2021]. ISSN: 0214-9877. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851782046>
- Masdeu, Urdampilleta, 2012. *Revisión de la legislación en materia de deporte de personas con discapacidad*. EFDeportes.com Revista Digital, N.169. <http://www.efdeportes.com>.

- Mendoza, M. (2009) *El autoconcepto, los factores resilientes de la personalidad, y su relación con la sexualidad en las personas con discapacidad física y sensorial*. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/280005006>.
- Molina Béjar, R. (2006). *Hacia una educación con igualdad de oportunidades para personas con discapacidad*. Revista de la Facultad de Medicina, 54, 148-154. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/indez.php/revfacmed/article/view/43857>.
- Mora, M. (2002). *La teoría de las representaciones sociales*. Athenea Digital N° 2. Universidad Autónoma de Guadalajara. México: Otoño.
- Moreno, M. (1995). *La determinación genética del comportamiento humano*. Una revisión crítica desde la filosofía y la genética de la conducta. [Gazeta de Antropología, 1995, 11](#), artículo 06. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10481/13611>
- Moscovici, S. (1979). *El psicoanálisis, su imagen y su público*.
- Moya, R. (2014). *Deporte Adaptado*. Serie No. 5. Centro de Referencia estatal de autonomía personal y ayudas técnicas.
- Naranjo, M. (2009) *Motivación: Perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo*. Revista Educación 33(2), 153-170, ISSN: 0379-7082, 2009 <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>
- OMS (2001) *Clasificación CIF tipos de discapacidad*. [https://www.mintrabajo.gob.gt/images/Servicios/DEL/Informe\\_del\\_Empleador/Clasificaci%C3%B3n-CIF-Tipos-de-Discapacidad\\_CIF.pdf](https://www.mintrabajo.gob.gt/images/Servicios/DEL/Informe_del_Empleador/Clasificaci%C3%B3n-CIF-Tipos-de-Discapacidad_CIF.pdf)

Organización de las Naciones Unidas ONU (2006). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Disponible en:

Organización de las Naciones Unidas ONU (2007) *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad y protocolo facultativo*. Disponible en: <http://www.un.org/disabilities/documents/convention/convoptprot-s.pdf>.

Organización Mundial de la Salud. 2011. *Informe sobre la Discapacidad*. 1. Recuperado de: [http://www.who.int/disabilities/world\\_report/2011/summary\\_es.pdf?ua=1](http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/summary_es.pdf?ua=1). 16/11/2015.

Padilla-Muñoz, A (2010), *Discapacidad: contexto, concepto y modelos*, 16 *International Law, Revista Colombiana de Derecho Internacional*, 381-414

Pappous, A., y Marcellini, A. (2009). *La representación mediática del deporte adaptado a la discapacidad en los medios de comunicación*.

Pérez , J., y Garaigordobil. (2007). *Discapacidad motriz: autoconcepto, autoestima y síntomas psicopatológicos*. *Estudios de Psicología*, 2007, 28-3, p. 343-357.

Perez, J (2001) *Elementos que consolidan al concepto profesión*. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla <https://www.redalyc.org/pdf/155/15503202.pdf>

Pérez, J. (2012). Design and implementation of an intervention program of inclusive sport and its effect on attitudes toward disability: The Inclusive Basketball Campus.

Pérez, J., Ocete, C., y Ortega, G. (2012). *Diseño y aplicación de un programa de intervención de práctica deportiva inclusiva y su efecto sobre la actitud hacia la discapacidad*.

- Piña, J. y Cuevas, Y. (2004). La teoría de las representaciones sociales. *Perfiles Educativos*, vol. XXVI, núm. 106, p 102 – 124.
- Polo, M. y López, M. (2006). *Actitudes hacia las personas con discapacidad de estudiantes de la Universidad de Granada. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 17(2), 195-211.
- Posada, M., López, L., y Velásquez, V. (2010). *Una mirada de la rehabilitación desde la perspectiva de la profesión de enfermería*. Artículo de revisión. *av.enferm.*, XXVIII (1): 152-165, 2010<http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v28n1/v28n1a15.pdf>
- PS cansado, I. P. (2013). *Actitudes hacia la discapacidad e intervención docente desde el deporte adaptado*.
- Reina, R. (2014). *Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda*.
- Resolución 203 de 2009. Colombia. Alcaldía mayor de Bogotá, D.C. *Estructura y reglamenta el programa de rendimiento deportivo en los deportes convocados a juegos Nacionales, juegos paralímpicos nacionales, juegos del ciclo olímpico y paralímpico. Bogotá. D.C. 2009; 1-23*.
- Resolución 8430 de 1993. Ministerio de Salud
- Rivas, D., y Vaíllo, R. (2013). *Actividades Físicas y deportes y adaptados para personas con discapacidad*.
- Rodríguez, J., Abad, M., Giménez, F. (2009) *Concepto, características, orientaciones*

- Rodríguez, A. (1989) *Interpretación de las actitudes*. En Rodríguez. Creencias, actitudes y valores (pp.199-314) Madrid.
- Rueda Ruiz, M<sup>a</sup> Begoña, Aguado Díaz, Antonio-León, y Alcedo Rodríguez, M<sup>a</sup> Ángeles. (2008). *Estrés, afrontamiento y variables psicológicas intervinientes en el proceso de adaptación a la Lesión Medular (LM): una revisión de la bibliografía*. Psychosocial Intervention, 17(2), 109-124. Recuperado en 09 de abril de 2021, de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-05592008000200002&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592008000200002&lng=es&tlng=es).
- Ruiz, S., y Científica, R. U. (2012). *Deporte paralímpico: una mirada hacia el futuro*.
- San José, A. (2007). *El primer tratado de derechos humanos del siglo XXI: La Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Revista electrónica de estudios internacionales, 13.
- Schwartz, H. y Jacobs, J. (1984). *Métodos cualitativos y métodos cuantitativos, dos enfoques de la sociología*. México: Trillas.
- Sedikides, C. & Skowronski, J.J. (2000). *On the evolutionary functions of the symbolic self: the emergence of self-evaluation motives*. En: A. Tesser, R.B. Nelson & J.M. Suls (Eds). Psychological perspectives on self and identity (pp.91-117). Washington: American Psychological Association.

- Segura, J., Josep-Oriol, Martínez-Ferrer, Guerra, M., y Barnet, S. (2013). *Creencias sobre la inclusión social y el deporte adaptado de deportistas, técnicos y gestores de deportes para personas con discapacidad.*
- Segura, Martinez-Ferrer, Guerra y Barnet. (2013) *Creencias sobre la inclusión social y el deporte adaptado de deportistas, técnicos y gestores de federaciones deportivas de deportes para personas con discapacidad.* Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311127595008.pdf>
- Simar, C.; Caron, F. y Skrotzky, K. (2003). *Actividad física adaptada.* Barcelona: INDE Publicaciones.
- Soto, N. y Vasxco, C. (2008) *Representaciones sociales y discapacidad.* Facultad de Ciencias Sociales, Número 8, V1 (2008), p. 3-22.
- Suarez, A (consultado en 2021) *Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial?* [https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft\\_5\\_2018/12proyecto\\_vida\\_proceso\\_fin\\_medio.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_5_2018/12proyecto_vida_proceso_fin_medio.pdf)
- Tejero, J., Vaíllo, R., y Rivas, D. (2012). *La actividad física adaptada para personas con discapacidad en España: Perspectivas científicas y de aplicación actual.*
- Terán, M. García, M. y Blanco, M. (2015) *El entorno social como elemento a considerar para predecir la ciudadanía de los trabajadores dentro de la organización.* [http://eprints.uanl.mx/12616/1/12.23%20Art%207%20133\\_151.pdf](http://eprints.uanl.mx/12616/1/12.23%20Art%207%20133_151.pdf)



- Torralba, M, Braz, M. y Rubio, M. J. (2014). *La motivación en el deporte adaptado Motivation in adapted sport*. Psychology, Society and Education, 6 (1), 27–40.
- Torralba, M., Braz, M. y Rubio, M. (2014). *La motivación en el deporte adaptado*. Psychology, Society, y Education 2014, Vol. 6, N° 1, p. 27-40. Universidad de Barcelona.
- Townsend, R., Smith, B., y Cushion, C. (2015). *Disability sports coaching: towards a critical understanding*.
- Tweedy, S.M., Vanlandewijck, Y. (2011). International Paralympic Committee position stand-background and scientific principles of classification in Paralympic Sport. En Br J Sports Med, n° 45, pp. 259-269.
- UAN (2020) *Misión y visión*. Universidad Antonio Nariño. <https://www.uan.edu.co/mision-vision>
- UAN (2020). *Grupo de Investigación en Psicología GRIPSI*. Universidad Antonio Nariño. <http://investigacion.uan.edu.co/grupo-de-investigacion-en-psicologia-gripsi>.
- Urzua, A. y Caqueo-Urizar, A (2012) *Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto*
- Vargas, S. (2011) *Análisis de habilidades y detección de roles y talentos deportivos*. Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - N° 156
- Vergara, J. (2016) *La obra de Amartya Sen*. Universidad Autónoma de Barcelona y Universidad Pompeu Fabra.
- Wagner, W. (1999). *Representaciones sociales. Psicología social*. McGraw-Hill, Madrid.

*y clasificaciones del deporte actual.* Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N° 138 - Noviembre  
de 2009 <https://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificaciones-del-deporte-actual.htm>

**Anexos****Anexo 1****Consentimiento informado**

Yo, \_\_\_\_\_, identificado con C.C ( ) CE ( ) No  
\_\_\_\_\_ estoy de acuerdo con mi participación en este estudio y acepto que mis  
resultados sean utilizados para esta investigación. Además, he tenido la oportunidad de aclarar las  
dudas que he tenido al respecto, se me han respondido a satisfacción y tengo claro que podré  
realizar las que me surjan después de terminada mi participación y a quién(es) dirigirlas.

Firma participante

\_\_\_\_\_

C.C. \_\_\_\_\_

Nombre y firma investigador principal

\_\_\_\_\_

C.C. \_\_\_\_\_

Ciudad y fecha: \_\_\_\_\_

## Anexo 2

### Entrevista I

ENT1: Buenas Noches, primero nos presentamos, mi nombre es Paula Hincapié y el de mi compañera Melanie Moreno, nos encontramos cursando décimo semestre de Psicología en la Universidad Antonio Nariño; en el momento nos encontramos desarrollando un trabajo enfocado en las narrativas de las personas con discapacidad física que practican deporte y de por digamos que como como tema de inclusión entonces pues inicialmente, para comenzar, te vamos a solicitar como unos datos principales por favor nos regalas tu nombre completo?

LCA: Claro que sí. Mi nombre es LCA

ENT1:¿Qué edad tienes LCA ?

LCA: Cuarenta y seis.

ENT1: ¿Donde vives?

LCA: Vivo en la localidad de suba

ENT1: Fecha y lugar de nacimiento, por favor.

LCA: Primero de septiembre de mil novecientos setenta y cuatro en la ciudad de Bogotá.

ENT1: Perfecto. ¿Cuál es tu profesión? LCA.

LCA: Eh? Soy Licenciado en Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad de Pamplona.

ENT1: Y cuál es tu ocupación actual?

LCA: Soy contratista de una entidad del distrito

ENT1: Contratista, perdóname de que?

LCA: Del instituto distrital de la participación y acción comunal IDPAC

ENT1: Ahh del IDPAC, perfecto.

ENT1: Bueno como datos generales creo que no necesitaríamos más, por lo pronto contamos con tu correo y tu teléfono, entonces pues bueno, la idea es comenzar un poquito con las otras preguntas.

ENT2: Bueno, LCA como te decía Paula, mi nombre es Melanie Moreno entonces quiero pensar hacerte hoy otras preguntas. me gustaría empezar por preguntarte ¿cuáles fueron las vivencias o son los referentes, bueno, no ¿Cuáles fueron las las creencias que tenías acerca de la práctica deportiva antes de tener una discapacidad física?

LCA: Las que me repites, por favor,

ENT2: Las creencias que tenías sobre la práctica de o de un deporte antes de tener una discapacidad física?

LCA: Con él, con respecto al deporte común y corriente. Sí.

ENT2: Si al deporte inclusivo.

LCA: O sea, si yo tenía alguna referencia frente al deporte adaptado, sí?

ENT1:: Exacto si, y si de pronto anteriormente que tenías algún referente.

LCA: No, no, no, no. Para nada antes de haber adquirido la discapacidad, no tenía ningún referente de deporte adaptado.

ENT’’:Pensaste digamos, antes de esto pensaste en involucrarse alguna vez con con este deporte?

LCA: No, practicaba el fútbol, pero no de ahí pues no, no nunca pensé en pues como que en otra disciplina deportiva y mucho menos adaptado.

ENT2: Y el fútbol lo practicabas de forma competitiva o digamos que sólo por hobby

LCA: No, sólo por hobby, pero si lo hacía muy seguido.

ENT2: Bueno, ahora pasando a otro tipo de preguntas, entonces me gustaría saber ¿Cuáles fueron las causas de tu discapacidad? Sí, ¿cómo sucedió tu discapacidad?

LCA: Por un atraco, me dispararon en la espalda y media, me afectaron la columna vertebral.

ENT1: Este suceso que refieres, hace cuantos años fue?

LCA: Hace veinte años

ENT! : Así, bueno

ENT2: Y en su momento en el que pues tienes el accidente ¿Cuáles fueron como las vivencias que tuviste en el momento cuando te diagnostican la discapacidad?

LCA: Bueno, inicialmente es un cambio de vida pues que no, no sabía como explicarlo, como definirlo, porque es un cambio bien drástico, el cambio con la sociedad, el cambio de tu forma de vivir, el cambio de tu pensamiento, entonces es bien complicado, es muy difícil tanto para la persona como para la familia, pues digamos, para los seres más cercanos que son la mamá y los

hermanos, y pues al principio es una posición de, de no creer lo que le dicen a uno los médicos, si entonces heee el médico, por lo menos en mi caso, al tercer día del accidente ya me diagnosticaron que yo no iba a volver a caminar y pues no como que uno se resiste a aceptar lo que le dice un médico y entonces sí, se empieza como pensar en qué hacer, hacer lo que te aconsejan las demás personas igualmente la familia uno también empieza como a hacer lo que las demás personas le recomiendan, tal vez sin tener ningún conocimiento y tal vez arriesgando también, pues a que sea peor el tema, pero pues todo por desconocimiento y pues por querer intentar no aceptar esa realidad.

ENT1: Y de pronto más que decías tú de no puedo cómo definirlo, ¿recuerdas como qué sentimientos tenías en el momento que nos refieres a suceso, cuando al tercer día el médico ya te diagnostica o recuerdas cómo, qué sentimiento tuviste en el momento?

LCA: Sí, claro, cuando el médico apenas me dijo pues yo me puse a llorar, me puse a llorar, y, y no, no eso estuvo ahí ya en el momento ya después, lo que te digo ya el tema a no creer lo que te dijo el médico, pero sí en el momento la reacción es muy fuerte, es un choque es un choque porque a pesar que tú estás sintiendo que tus piernas están dormidas o que tu cuerpo está dormido desde más arriba del ombligo hacia abajo, heee no sentir nada y de igual forma, pues se pone, se pone uno en contra de la verdad.

ENT2: Antes de pronto tenías algún conocimiento sobre la discapacidad o sea ¿Qué conocías de este tipo de discapacidad que tú tienes?

LCA: No lo que te digo, no y es porque es muy común que tú no mmmm no te asocies con la discapacidad porque simplemente no tienes un caso cercano, entonces, pues simplemente no le das

importancia si, cuando tú no tienes un caso cercano que va a ser un un amigo o familiar, entonces no simplemente tú pasas por el lado de una persona que tenga algún tipo de discapacidad, pues a ti te da lo mismo pasó es simplemente y no, no causan ningún reacción, cuando el tema ya cuando uno es muy cercano, algún caso, entonces si ya, como que empieza a tomar conciencia y a pensar en que en que hay cosas que hacer por, por por esa persona

ENT1: ¿Cuándo te realiza el diagnóstico del médico a los tres días, cuál es el diagnóstico exacto?

LCA: Lesión medular a nivel T once, T doce

ENT1: T once, t doce

LCA: Lo que significa, paraplejia que es lesión en los miembros inferiores que no van a tener reacción.

ENT1: Bueno en el momento y posterior a que ya, te dan como el diagnóstico exacto, sea con el nombre como lo indican, lesión medular a nivel de la... y para pues más conocido como paraplejia, como crees que empiezas o si empiezas más bien a realizar como una búsqueda de información por tu cuenta de este diagnóstico.

LCA: No, no, la verdad, no es el momento, no u pues igual como este tipo de lesión le da a uno para estar mínimo un mes en el hospital internado, pues por todos los cuidados que se requieren, entonces no lo que lo que ya le cuentas le dicen a uno de los médicos, de igual forma, pues ya después del mes tu ya entras a un proceso de rehabilitación, entonces, pues ahí es donde donde te van indicando heee pues el que hacer, cómo hacer ciertas cosas, el cómo desenvolverse, como la palabra lo dice la rehabilitación y ya va aprendiendo uno es un poco a desenvolverse pues ya en otra condición.



ENT2: Y digamos que luego de que ya conoces como el proceso y eso, bueno durante el tiempo que estuviste en el hospital, cómo fue el proceso de atención que te brindó cada uno de los profesionales que estuvo contigo?

LCA: Mmmm pues es como en todo círculo social tú recibes de algunas personas un buen manejo, manejo adecuado y otro de otras personas pues no, no tanto, yo alcancé a tener un caso ahí con una, con la señorita, una enfermera que me atendía que me hizo mal movimiento, me hizo sentir mucho dolor, entonces pues eso llevo a que mi compañero de habitación pues pusiera como la queja con la jefe de enfermeras y que le llamaran la atención y, bueno, la chica pues eh, se disculpó conmigo y bueno, ya como de ahí en adelante, como que cambia un poco el la forma de la atención.

ENT1: A parte de la atención que recibiste, pues como con por la parte médica, enfermeros, médicos recibiste atención por algún otro profesional, no se terapeutas, psicólogos

LCA: Si cuando bueno, en en el hospital en ese en ese, en el mes, pues no, no tanto pero ya en la etapa de rehabilitación, Si ya, pues también depende también como la persona emm bueno, yo les voy a explicar un poquito y es cuando yo tuve el accidente mis recursos económicos no fueron, no era la mejor condición, entonces fue un poquito complicado el tema, eso eso hizo que se agravará un poco el tema, el tema económico es diferente cuando tú tienes una estabilidad económica y puedes solventar, eh pues lo lo que conlleva un gasto de esa magnitud en un hospital, cuando tú no tienes ni seguros, ni seguridad social ni nada de esto, yo por fortuna, logré entrar a un programa en teletón, en un programa que llama se llamaba Plan padrino y es no sé, creo que le buscan unos patrocinadores y yo pude tener seis meses de rehabilitación en la Fundación Teletón. Entonces,

pues ahí ya es donde le ponen a uno profesionales, como con psicología y fisio terapeutas, así pues, todo lo que lo que necesita el tema rehabilitación

ENT1: Todo digamos que en todo el proceso de rehabilitación o la parte digamos que más grande del proceso de rehabilitación, lo realizaste con esta fundación de Teletón, si?

LCA: Sí, sí ese fue el proceso pues pues como que casi que el único que que realice un proceso como de seis meses, como dos días a la semana, que que lo hacía, pero como te digo con las difíciles condiciones que esto llevaba de vivir tan lejos, hee yo vivía en Bosa y pues la clínica quedaban Chia, entonces, pues fue bien, complicado, bien complicado, pero bueno, se logró hacer la rehabilitación

ENT1: La distancia, claro.

LCA: Sí, sí complicado el tema del transporte y todo.

ENT1: Y en la rehabilitación, digamos que, qué acompañamientos te hicieron por parte de profesionales, como fue un poco ese tema de rehabilitación.

LCA: Bueno, la verdad es que ya van veinte años y bueno, ya se olvidan muchas cosas, pero pero me acuerdo de una persona que me las me hacía los estiramientos, me acuerdo a la persona que hace que me hacía la sesión de acuaterapia, allá tenían una piscina donde donde facilita a uno, como el movimiento y el estiramiento. hee el psicólogo, y si la verdad no me acuerdo ya muy bien, ya en veinte años es un poco complicado

ENT1: Claro, no ha pasado bastante tiempo, pero pues tienes muchos recuerdos digamos que digamos que a nivel general, como intactos después de que terminas como esos seis meses o bueno,

que alcanzas a ir que nos dice es que claro, tenías dificultades por el transporte y bueno, diferentes cosas, ellos, luego de este tiempo te realizan como algún acompañamiento o simplemente terminando seis meses y ahí como que acaba.

LCA: Sí, sí. eso, desafortunadamente es así se siente como que queda como se quedará en la mitad durante un proceso se termina ya el plazo o el proyecto que tiene una fecha de vencimiento y ya hay que hacer como que ya lo que tú aprendiste y a lo que averigues

ENT1: Vale, eh. Luego de que como que terminas este proceso y bueno, en esta fundación nos puedes contar un poco cómo cómo fue cómo este proceso de adaptación, como a la nueva realidad a la discapacidad que te fue diagnosticada, como es un poco el proceso de adaptación.

LCA: Bueno, al principio es difícil porque a ti la gente te conoce en ciertas condiciones y a mí, pues me conocían donde yo vivía pues como lo que les decía jugando pues vale todo el tiempo cada vez que Los domingos por tiempo, todo el día, ya jugando fútbol o bueno o caminando por ahí, entonces ese impacto en el impacto social de la curiosidad de la gente cuando cuando pues claro, lo ven a uno ya en otra condición, en una silla de ruedas y siento una la mirada de las personas, es difícil, yo en ese tiempo, pues sólo yo sólo salía a las terapias porque no me gusta que la gente me viera, emm entonces yo le como los seis meses de las terapias y aproximadamente otros seis meses después que me mantenía encerrado y no sólo salía las citas médicas necesarias, entonces, si lo que lo que les digo, esa esa condición de de la curiosidad de la de las personas de sentirse o no cómo como un objeto raro, porque la gente, pues naturalmente tiene esa curiosidad de verlo uno así, ya después, pues tuve la fortuna de encontrar un amigo, un amigo del colegio bueno, que no era ni tan amigo, era un conocido desde el colegio y pues me brindó mucho apoyo,

como que esa persona que te empuja todo el tiempo así sea, como a los gritos o algo pero te dice que tienes que hacer esto, tienes que hacer lo otro, entonces ya como que el al comienzo, pues me sentí como obligado por parte del de de hacer cosas como de salir un poquito más de por lo menos seguirá hasta donde él vivía, de aprender a utilizar pues unos elementos que me habían que me que me que me diagnosticaron como la silla de ruedas, como unos unas prótesis, entonces, si es como como ese empujón pues a parte del del que le da a uno la familia, porque lo que les digo, la familia también es un golpe fuerte, hee y ya si pasaron como un, como algunos tres años, yo creo en es el proceso, así como como de salir un poco ya de de esa dificultad que te genera que la gente te mire,

ENT2: Que pensaba tu familia, o sea, que te decía tu familia y cuál fue el apoyo en ese momento por parte de tu familia?

LCA: Bueno, pues el cuidado de la mamá, pues que siempre con el Cuidado, la mamá que es pendiente de todo lo que de cambiarte, de limpiarte, de todo porque pues hay que a comienzo queda uno como, vuelves a hacer como si fueras un bebé te tienen que bañarte, tiene que limpiar, te tienen que trancar por todo lado para que no te caigas. Eso pues en cuanto que como trabaja mi mamá, el trabajo de mis hermanos fue también, pues como en la parte económica para la casa, digamos, para la alimentación y eso y y por lo menos en el apoyo para para la dificultad que se presentó en el transporte Heee. por lo menos mi amigo, pues en la mañana me sacaba la ruta a la primera mayo con Boyacá para coger una ruta que que tenía la Fundación para chia, pero de vuelta ya pues la ruta nos deja en el mismo punto y ahí ya mi hermano le tocaba o nos tocaba coger unos buses pues es que en su momento se llaman ejecutivos, que eran buses grandes, entonces los que nos querían parar, pues paraban y pues mi hermano me subía y me ha sentado y volvía y baja por

la silla y la subía, entonces, pues eso serán como fueron, como los apoyos Lo que más más fueron visibles

ENT2; Ya luego de de que pues, pasas como el proceso de ya adaptarte a todo esto cuánto tiempo pasa como si como ya la adaptación completa, que tu digas ya puedo yo , hacer las actividades diarias por mi mismo?

LCA: Yo me atrevería a decir que que no, uno no llega en ningún momento a superar adaptarte al tema. Yo pienso que tus soluciones, muchas cosas y aprendes a hacer muchas cosas, pero que tú nunca terminas de como de, de superar todas las dificultades mmmmm lo uno, por que pues vivimos en una ciudad que no es amigable con las personas con discapacidad, que nos falta mucho, que si hay cosas que han mejorado con alguna parte del transporte, algunos andenes pero la verdad que la ciudad no está, no es adecuada para para las personas con discapacidad y también el estigma de la sociedad de pensar que, que todas las personas con discapacidad piden plata, que todas las personas con discapacidad, pues no pueden hacer nada, entonces es un imaginario que ha sido difícil de cambiar.

ENT1: Es verdad a parte del apoyo que nos contabas, que obtuviste por teletón no solo en esa época, sino en el transcurso de los años has contado en algún momento como con otra red de apoyo de alguna entidad que te haya prestado, no se algún tipo de ayuda o vinculado?

LCA: Inicialmente, te aclaro que el apoyo no no es como tanto de la Fundación, sino de un patrocinador, realmente aquí no hay ninguna fundación o bueno, no sé, no tengo conocimiento así como tan de alguna fundación u organización, que totalmente preste el servicio y que no exija pues unos recursos económicos, entonces fue un plan padrino, pues que me imagino que es gente que

paga a la clínica para que se hagan en esos procesos de rehabilitación, y no, no, no, yo no en ningún otro lugar, tuve heee cómo más, rehabilitación o algo así, no.

ENT1: Y por parte del estado alguna vez has recibido algo

LCA: Por parte del estado ummm alguna vez tuve un tiempo en un apoyo de de un abono de un bono de un bono alimentario, estuve creo que unos dos, tres años en un proyecto de ellos.

ENT1: Bueno, pues pasando un poquito del tema quisiéramos como adentrarnos un poco a cómo llegas como el tema del deporte inclusivos si nos pudieras contar un poco de cómo te enteraste, heee de cómo fue cómo ese proceso, ¿por quién te enteraste o como llegas al tema del deporte

LCA: Bueno, cuando yo empecé a salir, en mi silla de ruedas ya ya salían por ahí a otros barrios y eso bueno, no recuerdo, pero yo recuerdo que tenía que salir, debe ser como citas médicas, tenía que salir frecuentemente, si digamos cada ocho días o algo así y yo siempre me encontraba una persona, otra persona, una persona usuaria de silla de ruedas, me la encontraba y él me decía mire, nosotros jugamos baloncesto en el parque, si quiere, vayan, mira, y eso es chévere, no sé qué yo las dos primeras veces, como que no, no me sonó el tema ya como la tercera o cuarta vez pues dije bueno, voy a ir a mirar. Voy a mirar qué de qué se trata y bueno, fue una experiencia muy bonita porque porque empiezas a conocer personas en tu misma condición empiezas a ver en que se divertían, se divertían haciendo deporte entonces si yo ya inicié, ya empecé como a manipular el balón a intentar mover la silla y cosas así. Ya en ese roce social, ya con personas de tu misma condición empiezas a aprender muchas cosas, como en toda sociedad tú aprendes a conocer, o sea conoce cosas buenas y cosas malas, pero bueno, pues ya tú mirarás que escoges, que es como eso que pones en práctica, entonces yo ese ese tiempo lo viví como una segunda etapa de la de la

rehabilitación, mmm nna etapa tal vez más importante, más importante, porque te enseña otras cosas que tal vez he La medicina. no, no las enseña o no está preparada para para para enseñarlas, entonces ya las personas como que van, van solucionando asuntos, van aprendiendo a solucionar otros asuntos entonces uno va aprendiendo de eso que yo ya solucionan y ellos mismos organicen no haga esto a ver esto así no o no lo haga así porque tal cosa y entonces si en tu no, yo lo veo siempre como una segunda etapa de una importante rehabilitación, eso me enseñó muchas cosas, muchas, yo aprendí mucho de esas de estas personas que tenían pues mi misma condición

ENT2: Cuando empiezas el deporte con ellos, es como digo en un grupo o digamos que era bueno con una fundación o era un grupo que armaban ellos, pues como autónomo?

LCA; Inicialmente sí era un grupo autónomo que solicitaba un espacio en un en un coliseo deportivo y un grupo que después pues se fue fortaleciendo ya, pues he se volvió visible y bueno, ya entraba en algunos proyectos donde la alcaldía entregaba una dotación de sillas de ruedas, entonces, si así inició, pero se fue formando como como, como un club deportivo que pues que ahora para la época es un club deportivo que pues que lleva ya bastantes años

ENT1: ¿Este fue el único deporte con el que te vinculaste?

LCA: Heee sí, sin, sin decir que no, que no intente nunca hacer otros deportes, yo he yo aprendí a nadar ya con discapacidad, pues que aprendía nadar e intente o practique un tiempo tenis de mesa, emmm, no sólo eso, pero centrado en el baloncesto.

ENT1: No sé si nos podrías contar un poco como digamos que como es la mecánica, de este deporte requiere algo diferente de pronto a la silla de ruedas que ya manejan o si, si nos podrías como contar un poquito más a fondo, como cómo es el proceso del deporte

LCA: Si es como, como lo había dicho, es un deporte adaptado de un deporte convencional, sí, entonces tiene se necesita de unos implementos menos requerimientos para para que pueda, para que se pueda practicar entonces, por eso, por eso nombre ahorita lo dentro de la dotación de sillas de ruedas porque la silla de ruedas convencional que la que usamos a diario es diferente, es diferente a la silla deportiva heeee sí, normalmente, a veces, cuando recién adquirimos la discapacidad tenemos problemas con con la silla de ruedas, porque no es nuestra medida, porque porque es muy pesada, porque con muchas cosas, entonces también varía igual de la silla personal a la silla deportiva. La silla deportiva, tiene una quinta rueda que va atrás para cuando uno lanza o rema, remar después de los impulsos que le das a la silla a las ruedas para que avance, entonces hay una quinta rueda que no lo deja ir a uno hacia atrás todo el tiempo y las llantas, las principales son escualizadas, tienen ciertos grados para que la silla no se vuelque o no se ladee tan fácil también, pues tiene que tener unas condiciones de seguridad como amarrarse uno al al respaldar de la silla y el tronco, amarrarse, uno las piernas y amarrarse uno los pies también, porque pues como este es un deporte de contacto, pues siempre según ese cae uno todo el tiempo al piso, pero entonces, ya estando así, sujeto, pues no te golpeas tan fuerte, entonces ya no, uno aprende a caer o ya hay personas que se pueden volver a enderezar de nuevo, hay otras personas, que pues que requerimos que entre un apoyo a enderezar otra vez la silla en cuanto al balón, el balón es el mismo que se utiliza en el deporte convencional, y los aros heeee tienen una pequeña diferencia en la distancia, pero no, la verdad es muy parecido la única diferencia si notoria ese o la silla de ruedas y bueno, y algunos ajustes en el reglamento, pues que que requieren que te diga pues que el otro compañero pues no te agarre a la silla, que no te golpeen las manos, entonces si son unos ajustes que que se hacen en cuanto a los elementos y en cuanto al reglamento



ENT1: Y aparte, digamos que de estas particularidades que nos mencionas en cuanto a las personas que no pueden practicar, también, hay como algún especificidad o este deporte adaptado lo pueden practicar cualquier persona con discapacidad o?

LCA: Si tiene el baloncesto tiene una numeración, tiene una puntuación, entonces esa puntuación se se rige al tipo o a nivel de discapacidad de la persona sí hay, hay lesiones medulares altas o hay lesiones medulares bajas que tienen cierta diferencia en tu en tu movilidad, de igual forma también la, las la diferencia, que son una persona con amputación de miem... de miembros como una persona con lesión medular, entonces la la la persona con la amputación tiene más ventajas que que la persona con lesión medular, entonces ahí es donde se ubican la puntuación digamos que en mi en un ejemplo, en mi caso de lesión medular, a esa altura que es de nivel T once T dose, esta eso le da un puntaje como de uno, uno punto cinco, mientras que una persona con amputación de un miembro de los dos miembros inferiores o los mismo un miembro superior, le da una puntuación de cuatro, cuatro cinco. entonces, pues el reglamento dice que tiene que haber quince quince puntos en la cancha entonces ya es donde empieza la ubicación de de las personas según su discapacidad y su y según su nivel de funcionalidad.

ENT1: Y está como puntuación que nos refieres es dada por un médico, por un profesional en el campo del deporte.

LCA: Sí, eso es es ya una vez una una calificación que le dan profesional experto ya en en ese tema del deporte.

ENT1: Vale, nos hablabas como de diferentes tipos, como de personas con amputaciones, o de lesiones medulares, todo referido como discapacidad física.

LCA: Sí, sí motora

ENT1: Motora, adicionalmente a lo que nos contabas como de el grupo que te encontraste alguna o decir que digamos que gracias a ellos te vinculas un poco como a la práctica de este deporte, tuviste como otra, no sé, como algún otro interés por este o fue solamente como el llegará al medio por haberlos encontrado

LCA: Inicialmente, tú vas como para entrar a un grupo social, si simplemente si no, no vas pensando en nada mas si tu entras al grupo social y bueno, ahí ya cuando ya tu adquieres habilidades para jugar, entonces ya ya empiezas a ver bueno, lo voy a practicar profesionalmente o simplemente, pues va a ser mi hobbie. Hay personas que se dedican a practicar el deporte sii ya para como como una meta en su vida entonces, en mi caso, no sucedió así pues yo lo practique todo el tiempo fue solo de hobbie, porque en el tema de discapacidad hay otra barrera y es que o tu practicas deporte o tu trabajas para para tener una independendencia económica, entonces, bueno, tú a ti el deporte, entonces una temporada, entonces te da o cierta etapa de tu vida te da dependiendo, pese a lo profesional, que ya en este hará alguna algún tipo de apoyo económico y te dará la opción de viajar, de conocer otros lugares, pero entonces, pues está el tema de si se acaba como la vida deportiva y pues como que tú que hiciste en todo ese tiempo, entonces pues no yo escogí como como que por fin pudiera a trabajar porque empecé ese es otro tema que es bien complicado y es el tema laboral para las personas con discapacidad, entonces, pues yo yo encontré la forma de trabajar y ya pues entonces nunca me dediqué a como tal de lleno al deporte, entonces me dedique fue a trabajar y pues el por qué a practicarlo y sólo como como un hobby

ENT1: Perfecto Justo justo que queríamos preguntarte algo relacionado con ese tema que acabas de tocar como de no, no es posible o realizar deporte o mantenerte digamos que financieramente, como estuvo el deporte, digamos que en específico, ese deporte que practicaste a nivel de Colombia no tiene apoyo, no.. o como es realmente?

LCA: El deporte, este deporte o por lo menos esta disciplina yo pues pienso que pasa igual en las otras disciplinas se tiene que ser ya el nivel máximo profesional para poder, como recibir una retribución económica para como para subsistir en un tiempo, sí, de resto, como que hay para abajo, no, no hay apoyo no hay apoyo económico para, para, para practicar, para que diga uno no, es que me dedico a practicar el deporte, decir que voy a vivir de ello no tienes que ser ya un profesional para llega a la selección Colombia y decir no, ya tenemos para bueno, de pronto hasta las elecciones distritales. selección Bogotá, Valle y esto de pronto ya reciben algún tipo de apoyo pero tienes que mantener un nivel para poder recibirla.

ENT2: He con todo lo que yo no nos has contado como tal, como fue la experiencia que has tenido desde el inicio hasta ese momento

LCA: Mmmm la experiencia, bueno, si lo que si es que es básicamente lo que lo que les digo es como como que el deporte lo uno, pues es la rehabilitación, es conocimiento, en lo otro, pues que importante para las personas con discapacidad, pues mantener activo, mantener activo heee pues yo ultimamente, pues aun juego baloncesto dos, dos, dos días a la semana, entonces es una forma de de no, de no volverse uno sedentario, que es algo grave que que que que le pasa a las personas con discapacidad, sino se vuelve sedentario entonces los temas de salud se complican los temas en la piel, se complican, corres el riesgo de de de que sufras una escara y pues las escaras son tan

fáciles de de de, de adquirirlas y tan difícil de curarlas, entonces es súper importante mantener activos y el deporte, pues es una una forma de mantener activo

ENT1: Heeee digamos que pues el que mantiene muy, muy activo lo que tú dices no sé si estoy bien decirlo, pero el deporte te sirvió como como el tratamiento para avanzar en la discapacidad?

LCA: En sí, en, en aprender muchas cosas si en en aprender a mover la silla bien, en habilidades más que todo en habilidades para para desenvolverte lo que les digo en en, una ciudad tan complicada que que no tiene las condiciones para una persona con discapacidad, ya sea física, visual, cognitiva, la que sea la ciudad no está, la ciudad y la, pues el pensamiento de las personas no está a prueba para que la persona con discapacidad, pues tenga las condiciones para una buena calidad de vida

ENT1: Heee no, quería preguntar justamente como lo que Melanie relacionan que si eso te ha ayudado, digamos que nos hablas como una parte más, como lo que tú dices de habilidades, de cómo usar la silla después de diferentes cosas que te ayudaron, pero crees que eh esa práctica del deporte te ayudo o te apporto algo digamos que a un nivel más psicológico, en cuanto a lo que pensabas o ha tus sentimientos sobre la discapacidad.

LCA: Sí, sí, claro porque digamos, en comparación, cuando yo les contaba que me daba mucha pena que la gente me mirara, usando una silla de ruedas, tu en competencia, quieres ver a mucha gente que te están, que te estan viendo competir entonces, si es un cambio, es diferente, entonces, heee sí claro, el estado estado de ánimo desde cuando no quieren que lo vean, y cuando quiere que lo vean, entonces se nota muchísimo.

ENT1: Listo, bueno, no sé si hay algo más que nos quieras comentar como respecto al tema que de pronto nosotras ya de pronto salido no lo hayamos incluido, que es importante cómo nombrar en este tema de de deporte y discapacidad.

LCA: Mmm pues no, no sé de pronto, de pronto es es es el apoyo, el apoyo que que deberían te... que debería tener la sociedad para para que las personas con discapacidad hagan prácticas deportivas, algo que me parece muy importante también es como la preparación en la medicina para atender personas con discapacidad o sea, a mí me han pasado casos donde donde llegó a alguna parte a que me tomen un examen y entonces la persona o el médico o el enfermero le dice usted se puede pasar a esa camilla antes una camilla super alta, entonces, como que no tienen ese ese conocimiento, le dicen a uno le aplican una inyección en una nalga y dice usted no, no, no sintió nada usted sí es valiente o sea, como que no, no, no se siente que no están preparados para para manejar o para atender a una persona con discapacidad y no, ya lo otro es cómo mejorar el el cambio de mentalidad de las personas, de toda la sociedad hacia las personas con discapacidad, de, de, de no tener esos conceptos, eh como hay que todos piden plata o de que una persona con discapacidad no puede tener una vida sexual o una una relación con otra persona bueno, son como un poco de pensamientos ahí que quedaron como Como, arraigados en en unos unos pensamientos ya de hace mucho tiempo, como también hay pasa mucho también en el tema de de expresarse allá pues el lenguaje incluyente, sino es algo que también afecta psicológicamente a las personas por lo menos yo siempre yo yo hago siempre como socializaciones de temas en comunidades y todo ello siempre hago cuando llegó a hacer punto algo como un ejemplo de algo que me pasó alguna vez por allá no va en un centro vacacional por allá fuera de Bogotá y es llegar a un baño y que diga baño para discapacitados o baño para minusválidos, eso es horrible o sea, no sabe o no si querer

entrar al baño o mirar quien quita el avisito, igual pasa con las personas cuando cuando dicen a veces hasta los mismos cuidadores o padres de las personas con discapacidad, con discapacidad, dice no, es que mi hijo es discapacitado discapacitado o todos esos términos de del mongólico, de, del bobito, de sí una cantidad de términos que son, vienen siendo ofensivo, simples que afectan Psicológicamente a las personas entonces yo creo que es como como algo importante que que hay que hacer para cambiar, pues todos estos, estos conceptos de las personas

ENT1: Es verdad, y tienes toda la razón, pues te agradecemos muchísimo el tiempo y justamente, digamos uno de los objetivos que queremos lograr con este pequeño trabajo de investigación, es abarcar un poco más todas estas narrativas desde un punto de vista, como pues más cercano, precisamente pues contigo y con las otras personas, que lo que lo estamos realizando para poder llegar a más gente lo que tú dices es verdad, no es necesario que tengamos una persona cercana con discapacidad, Para interesarnos por estos temas o por lo menos para lo que tú dices usar los términos correctos que realmente hacemos con todo tipo de personas

LCA: Si es importante también mencionar y yo y yo se lo digo como por experiencia propia, porque pues yo asisto a muchos espacios en donde asisten personas con discapacidad y cuando las universidades o cuando organizaciones van a exponer algún tema o algo, siempre es importante prepararse en ello, prepararse, no llegar a decir no, es que tenemos otras cosas para los discapacitados es que, entonces si es como con que sería chévere, que quedará que quedará, pues algo también importante hayan ustedes, y es que en el momento de llegar a un espacio, si tú sabes que vas a ir a un espacio a una reunión de personas con discapacidad, no llegar a decirles que los discapacitados almacén sin tener un mínimo no es pecado, no es pecado porque todos no no conocemos pues, todos los conceptos ni nada, pero si es pecado el no prepararse para como para

dirigirse a una población con discapacidad, es como como un consejo, no porque ustedes lo hayan hecho, sino, como les digo, por experiencia que ha pasado en los espacios, yo sé que es de la universidad, pues nosotros siempre vamos a los espacios de investigación o de de cualquier cosa que tenga relación con el tiempo, discapacidad, con el tema de la discapacidad

ENT1: Y tienes toda la razón realmente investigando poco y leyendo que nosotras mismas hemos logrado cambiar muchos términos y conceptos que pronto traíamos preconcebidos, a veces justamente por la sociedad pero que pues que que ese ese tema investigar, de leer un poco de aprende uno también a conocer otras cosas que realmente no necesita, digamos que no es necesario conocerlo todo, pero pero de empezar a conocer un poco y empezar a cambiar como esa esta mentalidad y poder llegar a más personas primero, pues para cambiar un poco lo que tú dices en la sociedad y segundo, para que personas que que lo requieran y lo necesitan también conozcan los espacios porque también pasa que no lo conocen, tu tu digamos que tuviste la fortuna de encontrarte por casualidad un día con un grupo, pero pues nadie te dijo como mira o en contraste fácil entre la información para para asistir a ellos y para y vincularte digamos que en un medio con personas, con tu misma de discapacidad.

LCA: Además también no como no molestarse a veces la gente se molesta porque las corrigen y pasa más en personas, en personas como digamos que tienen algún alguna jerarquía, se molestan mucho más porque uno las corrige en cuanto a la dicen algún término malo, algo, entonces ese, pero que cambian esto entonces molestos y después como que entra un poquito en conciencia dice sí, tienes razón yo lo dije mal porque no lo sabía y lo que yo les digo no es pecado no, no saberlo. pero si aceptar o investigar un poco y con respecto al tema que vaya a socializar.

ENT1: Correcto no, pues te agradecemos muchísimo el espacio de verdad que sí, yo también espero que haya sido muy enriquecedor, y seguramente va a ser muy enriquecedor para poder terminar este trabajo de investigación y también pues la idea es que quede y puede llegar a muchas personas y digamos que de alguna manera así sea con un grano de arena podemos cambiar un poco algo en la sociedad.

LCA: Muchísimas gracias a ustedes por tenerme en cuenta, para, para, para su trabajo, espero sea de gran utilidad y pues estoy a su disposición cuando lo necesitan

ENT1: Muchas gracias. dare

ENT2: Gracias de verdad, por por tu tiempo, por la por la disposición. no lo hace cualquiera muchas gracias.

LCA: Bueno, muchísimas gracias a ustedes

### **Anexo 3**

#### **Entrevista II**

JG: Listo cuentenme a ver de qué se trata el tema

ENT1: Listo ya que inició la grabación, pues me presento, mi nombre es Melanie Moreno y bueno el de mi compañera Paula Hincapie, que ya la conoces , nosotras estamos pues cursando, décimo semestre de psicología en la universidad Antonio Nariño, hee nosotras estamos realizando un trabajo de grado, es nuestra tesis que está enfocada en las narrativas de las personas con discapacidad física, que practican algún deporte inclusivo, entonces pues la idea de hoy es hacerte algunas preguntas acerca de, bueno tengo entendido que realizas un deporte inclusivo, entonces es



conocer un poco más sobre este inicialmente queremos conocer algunos datos personales principalmente tu nombre completo

JG: Bueno, buenas noches, mi nombre completo es JG, soy abogado, especializado en derecho administrativo en sociología política criminal, con algunos diplomados en alta gerencia deportiva y pues algún número también importante de seminario y cursos en la materia del deporte

ENT1: Que bueno eso, y que edad tienes?

JG: Tengo 62 años y trabajó como contratista en el Instituto de recreación y deporte IDR en el área de deportes en el programa de rendimiento deportivo hee sector del deporte paralímpico

ENT1: Que bueno, y JG en en qué localidad vives y en qué barrio

JG: En Engativa, barrio El paseo

ENT1: El paseo ¿cual es tu fecha de nacimiento?

JG: Veintidós de septiembre de 1957

ENT1: Ya me comentaste la profesión, creo que esto sería principalmente los datos personales

JG: Vale

ENT1: Bueno entonces, ahora vamos a pasar como a unas segundas preguntas, que serian como más para conocer más sobre tu discapacidad, pues como para iniciar con estas preguntas, hee conocer bajo qué circunstancia se presentó tu discapacidad, o si digamos, ejemplo, por algún accidente o alguna enfermedad

JG: Heee a ver te cuento, hee yo adquiri la discapacidad a la edad de 20 años fue un accidente vehicular me encontraba por aquel tiempo terminando la prestación del servicio militar y pues tuvimos un accidente en carretera, tuve un trauma en la columna que los médicos, dieron en denominar, trauma raquimedular y eso me ocasionó una paraplejia, hee que me tiene a hoy pues todavia por aqui inmerso en los temas que tienen que ver con la discapacidad

ENT2: Muchas gracias, mmm de pronto devolviendonos un poco JG como te contaba mi compañera digamos que el objetivo de la tesis es conocer pues un poco más cómo las narrativas de personas con discapacidad, que practican o que practican algún deporte en algún momento, de pronto devolviendonos un poco quisiéramos como conocer que tenías, o que pensamientos poseias sobre la práctica deportiva antes de tener las discapacidad física, habías llegado a practicar algún deporte antes de.

JG: Claro que si , Paula en aquellos tiempos cuando yo me accidente tenía un precontrato para jugar fútbol en el deportivo Pereira, hee yo pues mmm desde muy pequeño me he aficiono con el deporte del fútbol me fue muy bien de alguna manera, hice parte de la selección de las fuerzas militares por aquellos años y a raíz de eso, tuve la posibilidad de de alguna manera iniciar una vinculación casi que a nivel profesional, pero pues esto se vio truncado, debido al accidente, ya después heee, cuando inicie mi proceso de rehabilitación en el hospital militar, tuve la oportunidad de conocer ahí algunos compañeros y muy amigos, heee que me enrutaron o me encaminaron por el deporte adaptado, inclusivo o el deporte para personas en condición de discapacidad en aquellos tiempos, hoy en día el deporte paralímpico, se inició un proceso en varios deportes y a raíz de eso, pues pude tomar parte en diferentes eventos y competencias, en el ámbito nacional como internacional, pues debo decirles que hoy en día ya no practico deporte en competencias, ahora si

lo hago es como actividad física porque pues ya heee por la edad, el rendimiento deportivo, excluye de alguna manera a las personas de alguna edad pues aunado a esto también los temas del trabajo, no dan el tiempo suficiente para poder hee adelantar algún proceso de entrenamiento deportivo

ENT1: Perfecto, heeee, bueno, pues.. gracias por contarnos esto, digamos que ya volviendo un poco a lo que, a la pregunta que te hice antes, nos contaban que pues a raíz de que estabas en el ejército y el accidente en carretera, pues luego de ese, del accidente, pues como te sentías en el momento en que te informan de la discapacidad, que los médicos te valoran y te informan esto?

JG: No pues es un golpe terrible no, traumático desde el punto de vista físico pero quizá más traumático aún, desde el punto de vista psicológico, allí se afecta mucho el entorno personal y el entorno familiar, hee pues digan ustedes, o traten de imaginarse, cuando uno tiene casi que, de alguna manera un sendero definido, o un derrotero en el tema del deporte y que quizás hee resolver la situación de trabajo y la calidad de vida, a través de la actividad física, pues venir acá, truncado este proceso, por un desafortunado accidente, entonces el trauma fue terrible,mmm sin embargo yo conté con la posibilidad de llegar al hospital y pues si bien no tuve hee asesoría psicológica porque en algún momento no la quise aceptar de pronto uno en los años jóvenes es un poco rebelde, frente a estos temas y frente a las prácticas de estas ciencias que seguramente lo pueden ayudar a uno mucho en su rehabilitación o su reincorporación a la sociedad, si tuve la posibilidad de contar con muchos compañeros que estaban allí también en el hospital por la misma situación, accidentes, heemm vehiculares, traumas por situaciones de orden público, mmmm por disparos, cosas así, y pues ellos heee me encaminaron y me enrutaron en la rehabilitación y quizás de una manera un poco cruda, heee pero debo estar quizá agradecido, porque heee supere muchísimas cosas, supere muchísimas barreras, heeee, que tenía en frente y en la sociedad de aquellos tiempos no se veía la

discapacidad o la persona en condición de discapacidad como se ve ahora, como una persona, obviamente que puede desarrollar una situación de vida de manera normal, si lo podemos llamar así sino que había muchísima barrera para todos los ámbitos, ámbito laboral, educativo heee todas estas cosas eran muy difíciles, afortunadamente eso ustedes seguramente no lo van a ver hoy y si tienen algún roce con personas en condición de discapacidad, y Paula de alguna manera lo ha podido percibir, hoy hay muchas ventajas, sin que queramos decir que es algo ideal, pero si hay ventajas con relación a aquellos tiempos, estoy hablando hace más de 42 años

ENT2: Claro y tienes toda la razón, hee precisamente como nos acabas de comentar, era un tema muy diferente hace 42 años que tuviste el accidente, en ese momento cuál era tu percepción sobre la discapacidad JG?

JG: Mmm casi que nula, casi que nula heee ya de un ámbito, de alguna manera, con cierta grado de profundidad, yo conocí algunos compañeros que vivían la situación de discapacidad cuando yo estaba prestando el servicio militar son como las ironías de la vida, algunos que fueron mis compañeros después de grupo deportivo, yo los había conocido, y el argor nuestro, lo podemos llamar aspío, yo los había cargado cuando ellos salían hacer deporte, lo regular par subir al bus a las personas con discapacidad hay quienes requieren o requieran en aquellos tiempos que los alzarán prácticamente para subirlos a un bus o para subir unas escaleras, o cosas así pi o ir a determinados sitios, y pues yo tuve no sé la oportunidad de interactuar con ellos, pero era más como un tema de esparcimiento y uno nunca se iba a imaginar que tendría que afrontar esto y cuando tuve el accidente, pues la discapacidad se percibía como algo terrible, como algo traumático, como una barrera, y superar eso fue muy duro, afortunadamente lo hicimos y eso nos trae hasta por aca

ENT1: Si, heee también bueno, ya nos habías comentado un poco sobre el tipo de discapacidad que presentas, pero me gustaría que entraras, que nos explicaras un poco más que particularidad tiene esta discapacidad

JC: Bueno mmm básicamente, es un trauma medular, que le genera a uno además de no caminar como lo podemos llamar, le genera a uno o una serie de secuelas, y una serie de compromisos, heee desde el ámbito fisiológico que también lo marginan a uno muchas veces, de la actividad y yo afortunadamente pues navegue por aquellas situaciones casi que de buena manera, y como les reitero con ayuda de los compañeros, pues pude ir como asimilar, los sucesos o los insucesos que yo estaba padeciendo con mi trauma, con mi accidente heee pero el verse uno ahogado a tener que usar una silla de ruedas de por vida, a pesar de que el médico que me intervino, heee desde el ámbito de la ortopedia, fue muy crudo, pero fue muy franco, pero pues me dijo que me esperaba con el tema de la paraplejia, y que me preparara pues para asumir una vida en lo posible lo más normal que se pudiese, por aquel tiempo ,a medicina no estaba tan avanzada como está hoy, sin embargo, creo que rodé con suerte, porque pues me dieron unos médicos, mmm muy capaces, muy conocedores de estos temas y eso me ayudo muchísimo, aunque debo decir, que por aquellos días, la medicina le decía a uno, usted cuidándose bien vive 20 años a partir de hoy es decir a partir del accidente y pues ya estamos pasados los 40 y yo pues he tenido la fortuna o la suerte de cuidarme, yo pues no he tenido hábitos o malos hábitos mejor,, vicios y cosas así, y también el deporte antes y pos me sirvió y me ha servido muchísimo, para mantener digamos una buena salud y hoy por hoy el cuidado debe ser mayor para poder conservarla

ENT2: Bien nos decías es claro que en el tiempo en el que iniciaste o sufriste el accidente he iniciaste con la discapacidad, digamos que eran tiempos distintos donde la medicina no estaba tan

avanzada y de pronto la información tampoco, aparte de que digamos lo que te informaron los médicos y lo que nos dices de este médico desde la ortopedia, guiandote con información, tuviste alguna otra búsqueda de información en alguna otra parte, de pronto pues el internet no era tan avanzado, pero buscaste información sobre el diagnóstico, sobre la discapacidad.

JG: Hee si intentamos, mmm de alguna manera, y precisamente con el apoyo de los mismos médicos y enfermeras del hospital, heee buscar de pronto avances en la medicina, porque en los primeros meses, muy primero meses del accidente, uno todavía conserva la esperanza de que podía volver a caminar, siempre la familia todo lo impulsa a uno para la recuperación, vimos casos también de compañeros que recuperaron mucho después del trauma, heee y pues nos dimos a la tarea de mirar si de pronto en el exterior había alguna posibilidad, pero pues la descartamos básicamente por temas económicos, por temas de accesibilidad, al llegar a algún tipo de tratamiento diferente, y cuando empezamos ya interactuar o cuando yo empecé a interactuar con los compañeros del hospital y me toco ver casos, si los podemos llamar desgarradores, frente a las vivencia de ellos, uno como que se va haciendo a la idea de que finalmente yo tengo un concepto médico, yo tengo es que pensar en un tipo de rehabilitación para convivir con la situación y no para pensar de pronto en una recuperación como por ejemplo volver a caminar, no obstante más allá de cualquier consideración cualquier investigación cualquier búsqueda, pues la rehabilitación de la calle por aquellos tiempo fue la mejor para mí.

ENT1: Bueno, nos comentabas que el doctor, el que inicialmente te diagnostica, hee pues estuvo todo el tiempo ahí, pero aparte de él, ¿cómo fue cómo ese proceso de atención por parte de cada uno de los profesionales que te atendieron en el momento?

JG: Bueno yo hoy por hoy puedo decir que muy bueno, muy bueno y también, yo me catalogo como una persona muy exigente y que se ha recalcitrante en todos estos temas, entonces eso también hizo que si llegara a ser defensiva mi postura, hee si logré que me ayudaran mucho, después de que yo ingrese al hospital, después por pasar unos 20 días mas o menos en analisis y exámenes, radiografías, todo lo que tiene de pronto que atenderse o que verse, por lo menos en aquel tiempo, con una persona que ha sufrido un trauma como el que yo sufrí, después de ellos viene la cirugía, viene una cirugía compleja, que por aquellos años la llamaban una fijación de columna, un tema médico, que creo ustedes tal vez conocen, con un material que llamaban una instrumentación de harlem, con eso era una barra que ele colocaban a uno en la clumba para fijarla, para que usted no tuviera desviaciones y no llegara a sufrir de un tema pulmonar o bueno otro tipo de cosas, otro tipo de secuelas que pudiese sufrir, después de la cirugía pues viene la recuperación, en el hospital militar por aquellos días se consideraba como la mejor institución en materia de medicina en el país, esto pues duró algunos años, hasta que empezaron a construir clínicas tan especializadas como la fundación santa fe, aho en el hospital militar pues se atendían a los principales políticos, a los principales autoridades de colombia, entonces el hospital estaba precedido de muy buen fama y si viendo eso pues tuvimos una buena treueracion,m con fisioterapia, con terapia ocupacional, los medicos de rehabilitacion, el cirujano, el de ortopedia, toda la parte de traumatologia, urologia, cardiologia, pues bueno todas estas ramas de la medicina,estaban al servicio nuestro, en el pabellón donde yo estaba si lo podemos llamar así, pues los que estaban conmigo eran unos 18 compañeros, con traumas diferentes,, algunos con afecciones que no tenían nada que ver con la columna pero si estaban allí, por alguna enfermedad que habían podido adquirir en el ejército o en las misiones de orden público que ellos atendían en

aquel tiempo, entonces a raíz de eso, yo tuve buena recuperación, mucha mucha terapia, para obviamente no llegar a decir de más traumas en las extremidades superiores, que son como de alguna manera, la piernas de uno en esos caso, y también para mantener la flexibilidad, en las extremidades inferiores bastante hidromasaje, había buenas máquinas para la rehabilitación

ENT2: Excelente, quisiera que nos contaras un poco de como fue el proceso, hee de adaptación respecto a la discapacidad diagnosticada luego de que pues todos digamos que luego del diagnóstico ya empiezas con todo el tema de lo que nos acabas de contar, las terapias en la clínica, los masajes, las recuperaciones, pero quisiera que nos contaras como fue el proceso de adaptación ya respecto a la discapacidad

JG: Bueno ya pasando copmo esta etapa de la rehabilitación hospitalaria, ya viene la rehabilitación calle como yo lo llamo,, que finalmente fue la que dio a una persona como yo pues toda esta ventaja para poderse mover por la vida, muy difícil poder adquirir o poder contar con una silla de ruedas, muy adecuada muy adaptada, eso se ha hecho a través de los años y como tu Paula conoces más o menos como es mi silla de ruedas, la versatilidad que ella tiene, en aquellos tiempo no fue así , pero si tratamos de que el ministerio de defensa, heee nos suministra algunos elementos y herramientas para la rehabilitación, con el apoyo de los compañeros, empezamos a salir a la calle, empezamos la búsqueda de materia de educación, de la boral, y por aquellos tiempos, déjenme decirles que hasta cuando uno llegaba a las puertas de un restaurante, para entrar a ser atendido, era muy complicado, porque las personas en condición de discapacidad tenían mucho rechazo, sin embargo mis amigos, mis compañeros del hospital, he me llevaron y prácticamente fueron los que me rehabilitaron en el andas en la calle, para poder llegar a tener de pronto un buen desarrollo



motriz, y pues heeee un buen desarrollo en todos los aspectos para una persona que se quiera manejar después de un trauma como el que yo viví.

ENT1: Y digamos que bueno, hee, tuviste el acompañamiento de compañeros, de familiares, pero a parte de eso hubo algunas entidades que te haya prestado como una ayuda o que te haya asesorado en el tema?

JG: En el tema de la discapacidad no, hee como les decía antes en aquel tiempo era muy incipiente todas estas cosas no había ese tipo de entidades, existía por allí la fundación Frankiln Roosebelt, que hoy todavía creo que existe, pero ese es un tema más para una inversión de niños y que tienen algún trauma y que hoy por hoy quizá les puedan ayudar, en aquellos tiempos esos no existía, en esos tiempos habría que abrirse paso realmente en la sociedad, no existía, de pronto entidades que le ayudaran a uno, para ingresar en el deporte, ya era otra cosa, ahí pues a raíz del pedido que uno hacía por la ciudad, empezamos a darnos cuenta donde se practicaba el deporte, quienes lo practican y nos fuimos poniendo inmersos, pero decirte que una entidad que pudiera ayudar, que pudiera rehabilitar, que pudiera posibilitar a uno como esos primero paso por la discapacidad, como existen hoy algunas entidades, no lo había, hoy debo decirles que existe en centro de rehabilitación incluso de las fuerzas militares el CRI, yo creo que ustedes han oído hablar del tema, y los pelados que caen en situación de discapacidad, tienen una posibilidad de rehabilitarse y reincorporarse casi que a la vida productiva de la sociedad.

ENT2: Nos has contado como la importancia que tuvieron tus compañeros, como desde el hospital, como los llamas tu que fue como la rehabilitación de calle más importante con la que contaste, pero pues quisiéramos saber también, qué cosas hicieron también otros familiares, amigos o

compañeros, que consideras que sirvió de apoyo para de alguna manera sobrellevar la situación inicial, y qué cosas definitivamente no ayudan mucho o pueden llegar a ser una dificultad

JG: Me escuchan

ENT": Sí señor ahora sí

JG: Bueno heee, el tema de la familia, pues la familia le da a uno ese apoyo moral si se puede llamar así, y esa atención que puede darte un familiar en una situación de estas, a veces, en aquel tiempo, y hoy quizá no ha dejado de ser, apoyo familiar, resulta, terminando en una sobreprotección, y eso para nada es benéfico cuando uno tiene una situación de esta naturaleza, y yo critico mucho cuando salgo a la calle y veo por ahí a alguna persona en condición de discapacidad, que algún familiar lo va llevando de los manilares de la silla de ruedas, porque eso no le permite la independencia, yo siempre combatí eso, sí debo decir que la familia y la Paula tu conoces a la abuelita, ella fue mi soporte y , y mi apoyo ante un poco de años en el hospital, hasta que llego el día que yo le dije que descansara, para que lle no tuviese que ir todos los días que ella salía de su trabajo y se iba a visitarme, siempre la familiar, ha sido un gran apoyo, pero como les digo, a veces eso termina en una sobreprotección que no resulta ser conveniente para una rehabilitación integral

ENT2: Es verdad y contaste con un gran apoyo, así como dices tu la abuelita que es como un ángel, mmmm adicionalmente, ya nos habías hablado un poco de cómo has conocido la práctica del deporte ya habías tenido contacto antes de la discapacidad con algunos compañeros del ejército, pero como fue ya la inmersión, o como te enteras ya bien de la práctica del deporte inclusivo, de todos digamos ya la inmersión como tal

JG; Digamos yo me apartaría un poco del concepto del deporte inclusivo, mmm hay que ver desde varios puntos de vista este tema de la inclusión, heee siempre el deporte para la persona en condición de discapacidad, termina siendo independiente, del deporte del sector convencional como lo llamamos nosotros, es decir el deporte paralímpico, va bien de la mano y si bien la palabra paralímpica es un paralelo al deporte del sistema olímpico, heee existe todavía esa barrera, entre los dos sectores, existe esa desconfianza de un sector como del otro, entonces qué ocurrió en aquellos tiempos, ya se empieza a formar los grupos o los clubes, y ya si entramos a hablar del deporte como tal, sino, si bien no existía un sistema nacional del deporte como lo conocemos hoy, existían los grupos para personas en condición de discapacidad, nosotros fuimos de alguna manera, pioneros en la conformación de muchos clubes, para conformar una federación que por aquel tiempo se llamo la federación colombiana de deportes en sillas de ruedas, heee, llegamos como en un momento, digamos bueno, heee para el desarrollo de la práctica, heee pero ya se conocía obviamente la parte legal, la parte de la vinculación de manera formal, a los clubes deportivos, a los núcleos deportivos y ya la parte del deporte se daba oficialmente en las regiones, se daba aca en Bogota, en Antioquia en Santander, y por supuesto en Colombia, de ahí que mis primero juegos nacionales donde yo participé fue en Bucaramanga 1980 es decir dos años después de haber sufrido el accidente, yo la verdad me rehabilite muy rápido y me reincorpore muy rápido, porque pues era como ese escape de alguna manera de el trauma porque no eso me ayudó muchísimo, yo pues tuve mi primer viaje internacional por allá 1981 entonces calculen ustedes la dimensión de lo que se venía y de lo que se estaba cimentando en aquellos tiempos, por ahí se empezó y están las bases o los cimientos de lo que hoy es el deporte paralímpico, y el deporte de alto rendimiento para personas en condición de discapacidad, no debemos dejar de mencionar que el deporte de

rendimiento es un deporte incluyente, es decir cuando nosotros hablamos de deporte inclusivo, es porque yo tengo la posibilidad de hacer deporte de incluirme en una sociedad que me permite practicarlo o de alguna manera, me apoya heee porque en un tema heeee de canon superior constitucional, es un tema legal, que posibilita que las personas en condición de discapacidad, puedan practicar un deporte sin embargo no hemos podido cruzar la barrera todavía de que el deporte sea totalmente inclusivo al 100% dentro de las posibilidades, es decir yendo más allá, heee un nadador en el sector paralímpico, puede y debe incluirse puede ponerse inmerso dentro del deporte del sector convencional, pero estamos todavía navegando en esos números, por eso el tema de la inclusión, a veces pues uno lo toma no se como de una manera no tan asertivo, quizá si le podemos llamar así, frente a lo que significa la inclusión, si queremos llamar de l inclusion frente a la sociedad, claro que sí es importantísimo, a través de la legislación los cambios, de las normas, a través del apoyo que el estado colombiano brinda, finalmente no es un tema de querer, sino es un tema más bien de rango legal

ENT1: Bueno JG, digamos que en medio de todo esto de las barreras que nos contaste que te encontraste en el camino, como fue como, digamos el porque te intereso, como tal el deporte, el que ingresas a realizar el deporte, porque te llama la atención

JG: Inicialmente, heee cuando adquirimos la discapacidad, ese era el mejor medio para uno rehabilitarse, no conocíamos otro, porque no conocíamos otro, porque el sector laboral estaba muy cerrado y aún se mantiene cerrado frente a las personas en condición de discapacidad, el deporte era de libre inmerción y si uno tenía buen desarrollo, podía surgir rápidamente, había posibilidades a pesar de que no era tan fácil el acceso, a la práctica, a los escenarios a los elementos, como lo es hoy, emmm digamos las ciudades eran más manejables, eran más viables la movilidad eran más

fáciles en aquel tiempo, estoy hablando de hace 40 años, y como vi o como vimos un camino fácil para la rehabilitación y para de pronto dejar de estar pensando quizá en el trauma que tenía, en lo que estaba padeciendo, en lo que estaba viviendo porque pues eso no se va, eso no se te va a ir a ti nunca, emmm hay quienes dicen por ahí, muchos compañeros los han encaminado es que la discapacidad está en la cabeza, carreta la discapacidad esta donde esta, eso de que la discapacidad está en la cabeza y de que yo puedo hacer lo que quiera es mentira, si, yo no voy a poder caminar, eso es así, es lógico, lo importante es poder aceptarlo, poder asumirlo, entonces en ese tiempo, el mejor camino para uno dejar todos esos pensamientos malo, como dicen sus abuelitas, era para nosotros el deporte, el acceso a educación era completamente cerrado, yo me vine a formar después, muchos años después y muchos compañeros también lo hicieron después, porque, porque habían muchas dificultades de barreras académicas, de barreras laborales, pues aparte de las barreras arquitectónicas que ni se diga para uno poder acceder a un desarrollo social completo

ENT2: Gracias, he ya nos has contado un poco que practicaste varios deportes, que deportes practicaste, de deporte inclusivo?

JG: Bueno yo inicie, heee con atletismo, entonces un tocaba muchas cosas a ver donde le iba mejor, y tambien como se tenían las posibilidades, si bien es cierto en aquellos tiempos no habia mucha sofisticacion para los elementos deportivos si tienen unos costos que a veces no podía cubrir, entonces yo inicie con el atletismo en silla de ruedas, luego pase por el tenis de mesa, donde me fue muy bien, y teníamos la ventaja que el tenis de mesa lo podíamos practicar en el hospital militar, porque yo debo decirles que yo dure tres años y pedazo en el hospital, porque ahí se formó como un heee como un bueno vivir si lo podemos llamar así, y desafortunadamente, donde mi familia habitaba, era muy difícil acceder a la casa con una silla de ruedas, entonces hicimos como

un pare ahí en el hospital militar, y pues ahí estábamos nosotros quizá rehabilitandose, y pues obviamente no teníamos ninguna dificultad por el tema de alimentación, vestuario, hee y obviamente la atención médica que estaba a la mano, no era sino timbrar y ya llegaba el enfermero, llegaba el médico, llegaba el que tu necesitaras, el fisio, el profesional que necesitarás ahí llegaba, eso se volvió una costumbre, entonces año tuvimos la oportunidad de desarrollar bastante en el tenis de mesa, subía un profesor muy amigo a hoy de la unidad deportiva del salitre, que ahí existía y él nos daba clases y allí nos volvimos buenos, y casi que expertos en el tema del tenis de mesa y eso nos empezó a sacar a nivel internacional, y después empecé a ingresar al tema del baloncesto en silla de ruedas que también me llevó por todo el país y el exterior, en aquel tiempo, como el desarrollo y la especificidad de las disciplinas no exigen todavía, como lo exigen hoy hee, practicar una sola disciplina deportiva, si vamos a hablar rendimiento deportivo, obviamente acá hay gente que juega básquet, que monta bicicleta, que corre, no se atletismo, pero cuando ya hablamos de deporte de alto rendimiento, pues ya tiene que ser en específico, y uno tiene que especializarse en una disciplina, y yo creo que a mi la primera disciplina que me sacó fue el tenis de mesa, ya después en el baloncesto tuve también la oportunidad de viajar por el país, y por el exterior en atletismo, dure muy poco, solamente un par de años, como en dos juegos nacionales participe, debo decirles a ustedes o debo comentarles que en aquel tiempo existía, la realización de los juegos nacionales cada año, no como ustedes escuchan hoy que son cada 4 años los juegos nacionales, que hay una carta fundamental porque son juegos de estado, que los paga el estado y que lo organiza el estado Colombiano como debe ser, es un tema que está en la constitución nacional, emm por esa época, las federaciones y el sector privado era prácticamente el que daba cuenta y organizaba el deporte, por lo menos en el sector paralímpico, o en el sector del deporte

de las personas en sillas de ruedas, entonces se hacían juegos cada año, heee habían muchas dificultades para el hospedaje, para la alimentación, nos tocaba quedarnos en los batallones, bueno muchas vicisitudes sufrimos pero como les decía al principio de la charla, ese fue como el cimiento de lo que hoy es el deporte paralímpico

ENT1: GRacias JG, bueno tu como nos decías has practicado diferentes deportes, pero te has enfocado más en el tenis de mesa, entonces que digamos que enfocándonos también en este, como que pautas, op cuales eran las particularidades que se debían, heee cómo tener para poder practicar este deporte

JG:; Bueno primero tener disposición, si, tener disposición, tener disciplina y tener constancia, y pues heee yo no tuve problema con eso, porque como les dije, yo era futbolista de alto rendimiento antes de mi accidente, entonces no tenia ningun problema con eso, hee pues yo hacía, práctica física desde pequeño y ya despues con el fútbol ya era como que casi el vivir de uno, estando aún en el ejército, entonces yo no tuve problema, mmmm que queda importante tener a disposición, la teníamos, tener el tiempo claro, que sí lo teníamos, porque no teníamos absolutamente nada más que hacer, entonces cuando el profesor de tenis de mesa no iba, nosotros bajabamos rodando, literalmente hasta la unidad deportiva de salitre y allí practicamos, los elementos, casi que nos los prestan en la unidad deportiva del salitre, el tenis de mesa es un deporte que es muy barato, hoy en dia es mas costoso porque los elementos son mas sofitiocasdos mas tecnificados y el alto rendimiento deportivo, exige, tener uno, contar con una implementación de primer nivel, de vanguardia si lo podemos llamar así, entonces en aquel tiempo nosotros, pues empezamos a mirar, cómo era que se desarrollaba el tenis de mesa, nuestra raqueta, nuestras bolas, y con el apoyo del mismo profesor, o de los mismo profesores, nosotros empezamos a trabajar y de ahí ya el otro

tema era el corpóreo, tener buena movilidad, aprender la técnica, la manera fácil, no digo de un día para otro, pero si al cabo de 6 mes, 8 meses de un año, ya podríamos tener un desarrollo técnico importante y eso nos ayudó mucho

ENT2: Umm gracias, he bueno como por último quisieras emmm escuchar un poco o que nos contaras como también esas experiencias luego de la práctica deportiva, como te ha ayudado la práctica del deporte inclusivo, digamos que de alguna manera a la experiencia y un poco también al ajuste psicológico, frente a la discapacidad

JG: Bueno yo creo que total, el aporte de la práctica deportiva a la persona en sí que tiene discapacidad, creo que es total, si lo toma con seriedad, con responsabilidad con cumplimiento y con ese don, y respeto por la disciplina, go hay otra forma es decir que si yo quiero practicar deporte de rendimiento, hacer actividad física o recrearme tengo que hacerlo con responsabilidad, más allá de connotación que yo maneje del deporte, que como me ha ido, no pues definitivo, esto fue definitivo para mi, desde lo físico, desde lo psicológico, desde lo físico todavía me mantengo bien, a pesar de mi edad, me mantengo bien, hoy en día seguramente ya no podría ser capaz de jugar baloncesto, porque el desarrollo técnico es muy fuerte y no me daría, aún yo creo que podría jugar tenis de mesa, el tenis de mesa es un deporte que resiste un techo bastante longevo, si , hay campeones, que el campeón del mundo tiene como 58 años pues está dedicado a jugar tenis de mesa, yo estoy dedicado gracias Dios a mi trabajo y es muy poco el ejercicio que puedo hacer, pero fue definitivo desde lo psicológico, fue definitivo desde el desarrollo personal, la rehabilitación, el deporte, para mi yo creo que fue mi vehículo de rehabilitación, ese vehículo me permitió capacitarse inclusive porque yo debo comentarles, que yo me capacite o me forme con una beca de una fundación del ministerio de defensa, que se llama todavía, hoy existe la fundación



matamoros, me especialice y esto cerrado al deporte, cuando yo demostré que era deportista, traje pruebas y deciden ayudarme para cursar la carrera en la universidad y pues hiciera otras cosas, debo decirles que también gracias al deporte después de que me hice profesional, tuve la oportunidad de trabajar aun donde estoy, yo no me he movido hace 15 años del IDR, estoy amañado me gusta lo que hago, trabajo en el reporte, aportó al deporte, no solo al del sector paralímpico, sino también del sector convencional, donde me desempeñe algunos años, hoy en día estoy nuevamente aquí con los compañeros del sector paralímpico, y no puedo estoy muy contento, lo único que espero es no desfallecer, no padecer enfermedades y vamos a ver hasta donde alcanzamos

ENT1: Gracias JG bueno no se si de pronto, quieras contarnos algo más, algo que se nos haya pasado por alto preguntar, que creas que es como importante para nosotros.

JG: No pues no decirle, primero agradecerles por la posibilidad que me han dado, de contar algunas experiencias, obviamente duraríamos horas hablando de estas, debo decirles que mi vida a sido una vida tranquila, no, no tengo de pronto, heee digamos por no haber tenido un problema digamos, de salud, con base en la discapacidad, por como les digo, me he cuidado, he tratado en lo posible, de ser una persona sana por decirlo así, y eso lo ayuda a uno mucho y yo por eso siempre les hago un llamado a los compañeros nuevos, a los compañeros que hoy se están poniendo inmersos, más que en deporte, en la discapacidad, tratando quizá si no es ser un consejero, ser alguien que pueda contarles algunas experiencias para que puedan tener algún cimiento y mejorar su calidad de vida

ENT2: Muchísimas gracias a ti también, uno por pues brindarnos tu tiempo, el espacio, y precisamente por compartir todas estas experiencias y vivencia tuyas, heee lo que tu dices tal vez

tardaremos mucho ahondando pero si son muy importantes y esperamos nosotras también , sacar provecho de esto para nuestra tesis y poder aportar algo también a las personas con discapacidad física, entonces te agradecemos muchísimo igual el tiempo

JG: Pues Niñas otra vez mis agradecimientos, el mejor de los éxitos, en el transcurrir de su carrera, seguro les va a ir bien, quieran su profesión, entreguense a ella, seguramente ustedes, ya tienen esa convicción y pues les reitero, éxitos en esa empresa, al principio parece un poco difícil pero con constancia, con disciplina con constancia, uno puede lograr muchísimas cosas para sí y para su familia

ENT1: Muchísimas gracias JG, gracias por la disposición, por el tiempo, y por compartimos un poco de tu historia, muchas gracias

ENt2: Muchas gracias que tengas una excelente noche

JG: Igualmente para ustedes, hasta luego