

# Inclusión social de personas con discapacidad física a través de la natación de alto rendimiento

## *Social Inclusion of People with Physical Disabilities through High Performance Swimming*

**DAVID MACÍAS GARCÍA**

CEIP San José de Calasanz (Peñarroya-Pueblonuevo, Córdoba - España)

**IGNACIO GONZÁLEZ LÓPEZ**

Departamento de Educación  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Universidad de Córdoba (España)

**Correspondencia con autor**

**Ignacio González López**  
[ignacio.gonzalez@uco.es](mailto:ignacio.gonzalez@uco.es)

### Resumen

Es un hecho que las personas que tienen algún tipo de discapacidad, históricamente han sufrido algún tipo de marginación y exclusión social. Frente a esta tendencia, un gran número de autores defienden una sociedad para todos, es decir, una sociedad en la que todos formemos parte de ella, puesto que la inclusión lleva aparejada la aceptación de la diversidad (Forest & Pearpoint, 2010; O'Brien, Forest, Pearpoint, Snow, & Hasbury, 1989). La actividad física es, sin duda, una de las herramientas que permiten garantizar la inclusión social de las personas con discapacidad. Desde el Club Fidiás de Córdoba se intenta apoyar y colaborar en el fomento, la promoción y la competición del deporte para discapacitados y en especial a través de las Actividades Acuáticas. Estas, además de tener un fin deportivo, se convierten en un instrumento de mejora de la calidad de vida, así como en un instrumento de inclusión social. El objetivo fundamental de este estudio ha consistido en valorar el deporte como estrategia de inclusión social y, más concretamente, en el campo de la natación adaptada para personas con discapacidad física. De su práctica se han derivado altos niveles de satisfacción por parte de sus practicantes y efectos positivos en la incorporación de los mismos a la vida social. El trabajo ha supuesto un análisis exhaustivo de dimensiones tales como ocio y tiempo libre, autonomía y satisfacción, apoyo del entorno familiar y social cercano, entrenadora y nivel de satisfacción, por medio de un estudio de tipo no experimental, descriptivo y correlacional.

**Palabras clave:** inclusión social, personas con discapacidad, natación adaptada, entorno familiar, entorno social, autonomía

### Abstract

#### *Social Inclusion of People with Physical Disabilities through High Performance Swimming*

*It is a fact that people with disabilities have historically suffered from some form of marginalisation and social exclusion. In the light of this trend, a large number of authors advocate a society for all, i.e. a society which we all form part of, since inclusion entails the acceptance of diversity (Forest & Pearpoint, 2010; O'Brien, Forest, Pearpoint, Snow, & Hasbury, 1989). Physical activity is without a doubt one of the ways of ensuring the social inclusion of people with disabilities. The Fidiás swimming club in Cordoba seeks to support and assist with development, promotion and competition in disabled sports and in particular through water activities. In addition to their sports purposes, the latter have also become a means for improving quality of life as well as a tool for social inclusion. The main goal of this paper is to assess sport as a strategy for social inclusion and, more specifically, in the field of adapted swimming for people with physical disabilities. Doing it has generated high levels of satisfaction for its practitioners and a positive impact on their integration into society. The research has involved comprehensive analysis of aspects such as leisure and free time, independence and satisfaction, support from the close family and social environment, coaches and satisfaction levels by means of a non-experimental, descriptive and correlational study.*

**Keywords:** social inclusion, people with disabilities, adapted swimming, family environment, social environment, independence

## La práctica deportiva como estrategia de inclusión social para personas con discapacidad

El concepto de inclusión puede tener diferentes acepciones según el país donde se desarrolle. En algunas ocasiones se vincula dicho concepto a situaciones de pobreza y contextos marginales, pero la gran mayoría de veces se relaciona la inclusión con la participación en la vida social de personas con discapacidad (Muntaner, 2010).

Al hablar de inclusión no tenemos que centrarnos solo en la inclusión que se produce en los entrenamientos o en las competiciones, tampoco tenemos que centrarnos en la inclusión que se produce entre los propios deportistas, sino que deberíamos ir más allá, por eso es preciso esclarecer el significado de la exclusión social (Díaz Velázquez, 2010) que sufren algunas personas con discapacidad para intentar sacar a la luz las causas con mi investigación y fomentar una propuesta de trabajo que palie dichas actuaciones.

En este trabajo en concreto, hemos trabajado el tema de la discapacidad y la inclusión/exclusión de las personas con discapacidad en la sociedad. La elección del mismo vino dada por la exclusión que ha recibido este colectivo a nivel social en las últimas décadas. Sin embargo, la lucha y el esfuerzo de las personas con discapacidad y de las organizaciones y clubes que tienen una vinculación y dedicación han intentado dar un vuelco a este panorama, y de hecho lo han conseguido. En concreto, el Club Fidiás lo ha hecho a través de una herramienta fundamental que promueve y dirige hacia la inclusión social de las personas con discapacidad como es la natación (Club Natación Fidiás, 2011). En los últimos juegos olímpicos, tanto es lo que han alcanzado que es uno de los clubes más laureados en el mundo de la natación paralímpica. Pero con esto no queremos decir que debemos darnos por satisfechos, porque queda un largo camino por recorrer.

## El deporte adaptado para personas con discapacidad física: el caso de la natación

En los últimos años, la preocupación que han tenido las diferentes sociedades e instituciones a la hora de englobar en su seno a los deportistas con discapacidad ha ido en aumento. Esta inclusión, constituye un derecho reconocido en la carta de los Derechos Humanos, el derecho a la igualdad de oportunidades (UNESCO, 2005). A día de hoy, los entrenamientos técnico-tácticos, la de-

dicación al entrenamiento, etc. del deporte adaptado a las personas con discapacidad es similar al deporte de las personas sin discapacidad y despierta un espectáculo deportivo.

Si nos adentramos un poco más en el deporte adaptado, se hace evidente la importancia de este deporte en el desarrollo social y personal del individuo (Germán, 2001). Según este autor, uno de los beneficios más importantes a tener en cuenta es el psicológico, ya que toda persona con alguna disminución de sus capacidades tiene que enfrentarse a una serie de barreras, las cuales tendrá que sortear diariamente. Asimismo, definió los beneficios del deporte adaptado:

El deporte ayudará en un principio a abstraerse por momentos de los inconvenientes que esas barreras acarrearán; además fortalecerá su psiquis (afectividad, emotividad, control, percepción, cognición). Pero lo que es más importante es que el deporte crea un campo adecuado y sencillo para la auto-superación, ella busca establecer objetivos a alcanzar para poder superarse día a día y luego a partir de ellos proyectar otros objetivos buscando un reajuste permanente, un *feed-back*. La auto-superación no sólo acarrea beneficios de índole psicológica sino también social (German, 2001, p. 1)

En definitiva, las personas con discapacidad, a través del deporte mejoran su autoestima, fomentan su autonomía y nivel de independencia, fomenta el espíritu de lucha y el trabajo en equipo, se sienten más capaces de afrontar nuevos retos, en definitiva, mejoran su calidad de vida (Fundación También, 2011).

Cuando se habla de natación no se busca únicamente el “aprender a nadar” y es ésta la razón por la que se le da el matiz de “adaptada” ya que se pretende que “conozcan al máximo las posibilidades de cuerpo en el agua”, y no solo la natación como disciplina deportiva. Son múltiples los beneficios de trabajar en el medio acuático, más aún cuando se trabaja la natación adaptada con personas con discapacidad motórica fundamentalmente. De todos ellos queremos destacar los nombrados básicamente por Medina, Prieto y Fernández (2000):

- Mejora del esquema corporal (lateralidad, orientación, equilibrio, etc.), aumento y desarrollo del tono muscular.
- Se controla el aumento de peso y se hace más asequible el movimiento de cuerpos pesados, promoviendo su participación en la práctica deportiva.

- Se controlan los niveles de fatiga y cansancio de las personas al ser un medio que permite descansar o bajar la intensidad cuando el individuo lo necesite.
- Fomenta y ayuda en la búsqueda de un autoconcepto y autoestima favorable, ya que al utilizar el bañador tenemos que ver y enseñar nuestra propia imagen, la real, lo que nos obliga a aceptarnos, conocernos y generar interés en mejorar.
- Elimina pudores y miedos y lleva al deportista a superarlos y afrontarlos de la mejor manera posible.
- Favorece las relaciones sociales con sus compañeros del entrenamiento, con la entrenadora, con los deportistas de otros clubes con los que compiten, etc.
- Mejoran su autonomía, independencia y motivación.

La natación adaptada ha sido utilizada para conseguir efectos terapéuticos y rehabilitadores en las personas con discapacidad (Menéndez García & Mendoza Laiz, 2005). Además, cabe destacar que las personas responsables y los entrenadores de personas con discapacidad pretenden hacer ver a la sociedad en general que las personas con discapacidad pueden practicar actividad física y deportiva con las mismas motivaciones que las personas sin discapacidad. Siguiendo esta línea, se han realizado algunas otras investigaciones que tienen como conclusión final (Gutiérrez & Caus, 2006), “los deportistas con discapacidad valoran más la capacidad de realizar nuevas amistades, viajar o prestar ayuda a los demás, debido a las necesidades sociales de dicho colectivo”.

Para completar todo este proceso, se debe crear un ambiente socializador en el que predominen los componentes lúdicos y recreativos, de forma que el papel del entrenador o entrenadora sea además el de una persona de confianza que le reconforte y le dé su amistad (Club Natación Elche, 2004).

## **Deporte e inclusión. Dos caras de una misma moneda**

Si de verdad queremos que el deporte tenga unos parámetros y unas características que lo lleven por el camino de la inclusión, debemos fomentar un deporte con valores lúdicos, pedagógicos, competitivos, deporte con todos los elementos de medios de comunicación y políticos que este conlleva pero sin olvidar nunca el *fair play*. El deporte favorece la inclusión y mejora las relaciones

sociales de varias formas, a continuación mostramos las más visibles (Cabrera et al., 2005):

- Facilita la integración y la inclusión en el grupo y con el medio.
- Desarrolla la sociabilidad con sus compañeros de equipo, con su entrenador/entrenadora, con los diferentes competidores y con todo el personal que lo rodea tanto en los entrenamientos como en las competiciones.
- Enseña a trabajar en grupo y en equipo.
- El deporte a su vez también enseña a respetar adversarios, árbitros y reglas, decisiones, etc.; mostrando una transferencia a la vida real.
- Enseña a mostrar respeto en su comportamiento tanto si sales victorioso como si sales derrotado.

Es indudable que el deporte promueve la inclusión debido, entre otras razones, a que favorece y mejora las herramientas clave para que esa incorporación a la vida social cotidiana de las personas con discapacidad se produzca (Hernández Vázquez, 2000). Según Liliana y Wiswell (2004), el deporte favorecerá la autonomía, independencia y la inclusión familiar y social. Haciendo referencia a la práctica deportiva, nos encontramos que proporciona herramientas como la corresponsabilidad, garantiza el desarrollo de habilidades y destrezas que van a proporcionar a la persona con discapacidad su autosuficiencia para no depender de nadie a la hora de hacer algo, es decir, en definitiva, y asumiendo los pensamientos de Lisboa (2006), el deporte mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad y su familia y fomenta la inclusión en todos los ámbitos de la persona.

## **Metodología y diseño**

El objetivo principal del trabajo no es otro que la valoración del deporte como estrategia de inclusión social y, más concretamente, en el campo de la natación adaptada para personas con discapacidad física. Se trataría, en última instancia, de valorar la satisfacción de este grupo de deportistas con discapacidad física que conforman el Club de Natación Fidiás de Córdoba con la práctica de este deporte y sus efectos en la incorporación a la vida social. En definitiva, lo que se busca es describir los beneficios a nivel social de un modelo de trabajo basado en la actividad físico-deportiva acuática dirigido a este colectivo y extrapolable a otros deportes individuales y colectivos.

Las finalidades perseguidas con esta investigación, a partir del problema anteriormente formulado, se concretan en los siguientes objetivos específicos:

1. Valorar la importancia de la práctica de actividades físicas acuáticas en el desarrollo personal, emocional y social de las personas con discapacidad física.
2. Explorar los modelos de relaciones interpersonales derivados de la participación de este grupo de deportistas en diferentes competiciones deportivas.
3. Explorar los modelos de relaciones interpersonales que se suceden entre los y las nadadoras del club Fidias en los diferentes entrenamientos.
4. Describir los niveles de implicación de las familias y los grupos de pares en las actividades derivadas de la práctica de este deporte por los y las nadadoras con discapacidad física.
5. Valorar el nivel de satisfacción de los y las nadadoras del Club Fidias con la práctica de este deporte.

El diseño empleado en esta investigación se fundamenta en una metodología de corte descriptivo, cuya finalidad se orienta a la comprensión profunda y exhaustiva de una realidad singular (Arnal, Del Rincón, & Latorre, 1992). Su elección radica en la posibilidad que nos ofrece para obtener información básica para la toma de decisiones y aportar conocimientos sobre situaciones, actitudes y comportamientos. De forma concreta, nuestro diseño metodológico se sustenta en uno de los tipos de método descriptivo, el *estudio tipo encuesta*.

La población con la cual se va a trabajar son los nadadores y las nadadoras con discapacidad física del Club Fidias de Córdoba que participan en alta competición. El número de deportistas que conforman la población asciende a un total de 16, habiendo contado con su totalidad en la realización de este trabajo. Este grupo se caracteriza por ser de carácter eminentemente femenino, debido a que un 62,5 % de los y las nadadoras son mujeres. La edad media de este grupo es de 19,63 años, teniendo 12 la persona con menor edad y 35 la de mayor edad. Los diferentes tipos de discapacidad que tienen las personas con las cuales se ha realizado la investigación son muy diversos, aunque todas son de carácter físico y sensorial. Según los datos aportados el club, las dos discapacidades más frecuentes son la *artrogriposis* (12,5 %) y la *espina bífida* (12,5 %).

Si nos centramos en la ocupación, la gran mayoría de los y las deportistas se dedican a estudiar, tan solo un 7,1 % trabaja y un 14,3 % trabaja y estudia de forma simultánea. A continuación y tratando de explorar las características del entorno familiar de este grupo, encontramos que el 100 % de los y las deportistas viven en el seno familiar.

Al plantearnos esta investigación consideramos que la técnica de la encuesta, y dentro de los instrumentos existentes el cuestionario, era el más idóneo para poder ser respondido por las personas que componen la muestra de estudio. Aun sabiendo que su tamaño es muy pequeño (contamos con la totalidad de deportistas del Club Fidias), se consideró el instrumento mejor adaptado a las respuestas posibles por parte de personas con discapacidad.

Los cuestionarios fueron cumplimentados por los y las deportistas en colaboración con los padres y las madres debido a la dificultad manifestada por los primeros para llevar a cabo la resolución de las cuestiones planteadas de forma individual y su destreza a la hora de responder a estas mismas preguntas en un formato de entrevista en profundidad.

En un segundo momento, realizamos una entrevista estandarizada y en profundidad a la entrenadora del Club Fidias. En dicha entrevista nos centramos en aspectos más específicos que no podían ser recogidos con el cuestionario, como datos específicos del club, valoración de las instalaciones, relaciones entre diversos clubes de natación, percepción del nivel motivacional de los y las deportistas, deporte de competición de personas con discapacidad, nivel de implicación de las familias, autonomía percibida de los y las nadadoras y expectativas.

## Resultados obtenidos

A continuación, se exponen los resultados atendiendo a las dimensiones que constituyen el problema objeto de estudio.

### Autonomía y motivación

La motivación se refiere, desde la perspectiva mostrada por Casis y Zumalabe (2008) al por qué de la intensidad y de la dirección del comportamiento. La intensidad del comportamiento está en estrecha relación con el grado de esfuerzo que se activa para lograr un comportamiento o tarea, y la dirección del comportamiento se refiere a la orientación que adopta el mismo,

Motivación	Media	S
Me gusta practicar natación	5,00	,000
Me gusta participar en competiciones deportivas	4,94	,250

▲

**Tabla 1***Motivación de los y las deportistas*

Autonomía	Media	S	N
Desde que practico este deporte siento que tengo un mayor nivel de autonomía	4,06	1,124	16
Cuando nado, me olvido de las posibles dificultades que me ocasiona tener una discapacidad	4,56	0,727	16

▲

**Tabla 2***Nivel de autonomía de los y las deportistas*

Apoyo del entorno familiar	Media	S
Mi familia me anima a seguir practicando este deporte	4,81	0,403
Cuando acudo a alguna competición, mi familia me acompaña	3,19	1,471

▲

**Tabla 3***Apoyo del entorno familiar*

es decir, indica si el individuo se aproxima o evita un situación particular. Si la motivación puede determinar esto, tendrá una gran influencia sobre el rendimiento del deportista, con lo cual es un aspecto importante en la realización de la práctica deportiva.

Haciendo referencia a la motivación de los y las deportistas del Club, encontramos como el 100 % de la muestra tiene una alta motivación por acudir a los entrenamientos (media = 5) y participar en las competiciones deportivas que se proponen desde las federaciones y desde el propio Club (media = 4,94) (tabla 1).

Ahora bien, si analizamos la entrevista que se realizó a la entrenadora del Club de manera personal, ella contestó: “El nivel motivacional de los y las deportistas con discapacidad es exactamente igual que en los casos de deportistas sin discapacidad”. Esta intervención confirma los datos anteriores y normaliza los niveles motivacionales hacia la práctica deportiva y consiguiente competición de la natación.

Situándonos en la dimensión de autonomía, entendida como “la condición que tiene un individuo de no depender de la decisión de otro para hacer una cosa” (Muñoz, 2008, p. 1), cabe destacar que los resultados obtenidos en los cuestionarios son un tanto curiosos (tabla 2), ya que el nivel de autonomía de las personas que componen la muestra es mucho más elevado desde que practican deporte, y más en concreto desde que practican el deporte de la natación en el Club Fidiás (media = 4,06). El deporte de la natación facilita que los y las deportistas con discapacidad se olviden de sus limitaciones y puedan afrontar un estilo de vida de la misma forma que lo hace una persona sin discapacidad (media = 4,56).

Basándonos en las respuestas emitidas por la entrenadora en la entrevista, estos resultados se validan:

Creo que el practicar deporte, y más en concreto, que el practicar el deporte de la natación, las personas con discapacidad aumentan su nivel de autonomía. Aprenden a valerse por sí mismos, aprenden que en la vida todo es una constante lucha, al igual que en la natación; aprenden a funcionar en su día a día, mejoran su condición física que es bastante importante a la hora de conseguir una plena autonomía de las personas con discapacidad y gracias a la cual les permite valerse por sí mismos.

### Apoyos del entorno familiar y social cercano

La siguiente dimensión trata los apoyos recibidos tanto a nivel familiar, como a nivel social en los diferentes momentos que estos y estas deportistas practican y participan de la natación.

Observando los datos de la tabla 3, percibimos que la gran mayoría de deportistas son animados por sus familias para que sigan practicando este deporte de la natación (media = 4,81). Pero en contraposición, a la hora de acompañar al deportista a alguna de las competiciones los valores obtenidos no son muy altos, con lo cual hay familias que no acompañan a sus deportistas a la práctica de la natación en competición (media = 3,19).

En este apartado, la entrenadora definió el nivel de implicación de las familias de los y las deportistas de la siguiente manera:

Cuando yo entré en este mundo, creía que no iba a tener los problemas que he tenido con otros nadadores en otros clubes, que si las notas, los exámenes, que dejan de acudir a los entrenamientos, que la planificación hay que cambiarla rápidamente porque ha faltado dos días porque



había que estudiar, etc. Yo pensaba que como este deporte es muy beneficioso para ellos, no lo quitarían de entrenar por ningún tema de los antes mencionados. Pero me equivoqué, ahora me veo en la misma situación que antes. Los padres están muy encantados de que sus niños entrenen, trabajen, etc. Ellos van viendo sus mejoras, van viendo que cuando uno va cogiendo fuerza, agilidad y habilidad en cuanto a bajarse y subir de la silla, ser independiente para hacer sus labores domesticas, pues los padres están encantados. Pero cuando llega la época de exámenes, empiezan algunos problemas de falta al entrenamiento, etc. Por lo cual, mi conclusión es que hay implicación, pero me gustaría que hubiese muchas más.

Los y las deportistas, además de valorar los apoyos recibidos desde el ámbito familiar, también tienen muy en cuenta los apoyos que reciben desde el ámbito social cercano (tabla 4). Si el problema de investigación era la natación adaptada como herramienta de inclusión social, cabe decir que las altas puntuaciones obtenidas hacen que la natación sea una buena herramienta para fomentar la inclusión de las personas con discapacidad, debido a que el número de amistades de los y las deportistas aumenta bastante cuando entrenan y compiten en el deporte de la natación (media = 4,25), ya no solo con los otros nadadores y nadadoras que conforman el Club, sino con los nadadores y nadadoras de otros clubes con los que se relacionan en las diferentes competiciones a las que acuden (media=3,88). También es verdad que el apoyo recibido por los grupos de pares cuando acuden a alguna competición es bastante bajo, muy pocos reciben la visita de sus amistades en las competiciones (media = 2,13). Sin embargo, y con una media de 3,81, se confirma que la gran mayoría de ellos y ellas reciben apoyos por parte de sus amistades para seguir practicando natación.

### Relaciones interpersonales

Por otro lado, también estábamos interesados en saber su visión sobre las relaciones interpersonales que se producían dentro del propio club, a lo que la entrenadora aportó su visión con esta respuesta:

Cuando aparece un nadador nuevo, un nadador que hemos captado, que tiene perspectivas de futuro altas y que quiere entrenar, porque eso hay que querer y no que te proyecten los padres. Ese primer día en el club llegan un poco con miedo, con vergüenza y tal; y todos me han dicho que parecían que me conocían de toda la vida, han abierto sus brazos y no he tenido ningún problema de entregarme.

Con esto cabe decir que las relaciones interpersonales que se producen dentro del propio club fomentan y benefician la inclusión de estas personas en la sociedad, dado que conforman grupos de amistad para realizar otras actividades diferentes y que conforman su vida diaria.

Los resultados obtenidos en la entrevista coinciden con los resultados obtenidos en el cuestionario (tabla 5). Tanto la entrenadora como los miembros del Club opinan que las relaciones interpersonales fomentan el buen clima, motivan a los nadadores a acudir a los entrenamientos y competiciones, etc. Además, se crean grupos de amigos y amigas que persisten en sus tareas cotidianas, se ayudan unos a los otros, salen y se relacionan fuera de las actividades propuestas por el club, etc.

Apoyo del entorno social	Media	S
Desde que practico este deporte tengo un mayor número de amistades	4,25	0,683
Mis amistades me animan a que siga practicando natación	3,81	1,276
Mis amigos y amigas suelen acudir a las competiciones en las que participo	2,13	1,455
Acudir a competiciones deportivas amplía mi abanico de amistades	3,88	1,310

**Tabla 4**

Apoyo del entorno social

Relaciones interpersonales	Media	S
Los compañeros del club nos ayudamos unos a otros cuando tenemos dificultades.	4,81	0,403
Me gusta ayudar a mis compañeros de equipo	4,81	0,403
Pido ayuda a mis compañeros cuando la necesito.	4,63	0,806
Tengo buenos amigos y buenas amigas entre mis compañeros del Club Fidas	4,69	0,602
Mantengo relaciones con los miembros del equipo fuera de los entrenamientos.	3,75	1,612

**Tabla 5**

Valoración de las relaciones interpersonales

Entrenadora	Media	S
La entrenadora nos trata a todos por igual	4,64	0,633
La entrenadora potencia las relaciones interpersonales entre los componentes del equipo	4,56	0,727
Acepto las normas de trabajo de la entrenadora	4,81	0,403
En definitiva, estoy satisfecho con la entrenadora	4,94	0,250

**Tabla 6**

Valoración del trabajo de la entrenadora

Satisfacción	Media	S
Desde que practico este deporte me siento mejor físicamente	4,44	0,727
La práctica de este deporte me ayuda a consolidar mi estabilidad psicológica y emocional	4,06	0,929
En definitiva, estoy satisfecho con mi participación en el club Fideas	4,88	0,342

**Tabla 7**

Nivel de satisfacción

## Entrenadora

Alles (2009, p. 199) definió la competencia de entrenador/entrenadora como “capacidad para formar a otros tanto en conocimientos como en competencias. Implica un genuino esfuerzo para fomentar el aprendizaje a largo plazo y/o desarrollo de los otros, más allá de su responsabilidad específica y cotidiana”.

A través del cuestionario estandarizado realizamos una serie de preguntas en relación a la entrenadora que fueron contestadas por los y las deportistas del club. Las puntuaciones fueron muy altas en todas ellas (*tabla 6*), es decir, todos y todas se sentían tratados por igual en referente a la entrenadora, todos y todas dieron una puntuación muy alta a la potenciación de la entrenadora de las relaciones interpersonales de los deportistas, todos y todas aceptaban las normas de trabajo impuestas por la entrenadora en los entrenamientos y competiciones deportivas, así como todos y todas mostraban un alto nivel de satisfacción con el trato y el trabajo que la entrenadora aportaba al Club.

## Instalaciones

Contar con unas instalaciones adecuadas para dar respuesta a las necesidades emanadas de la práctica de la natación se convierte en un aspecto esencial para este deporte. Es por ello que solicitada la valoración de las instalaciones del Club, los y las nadadoras opinan que estas son aceptables (media = 3,69;  $s = 0,946$ ).

Esta misma pregunta se le formuló en la entrevista a la entrenadora, siendo su respuesta la siguiente:

Las instalaciones son: una piscina que tiene agua y no tiene más problema. El problema recae en los anexos a la piscina, por ejemplo, uno de los mayores problemas que ya está solucionado, es la implantación de camillas en los vestuarios para dotar de una autonomía a los nadadores y que ellos solos pudiesen independientemente cambiarse.

Con todo ello, la práctica de la natación para personas con discapacidad requiere tener unas instalaciones lo suficientemente adaptadas que permitan al deportista valerse por sí mismo, que favorezca y mejore la autonomía de las personas y que permita una autosuficiencia sin tener que depender de nadie para realizar una actividad dentro de las propias instalaciones.

## Nivel de satisfacción

Por último, quisimos recoger información sobre en el nivel de satisfacción personal de los y las deportistas desde que practican natación (*tabla 7*).

Los resultados obtenidos muestran que se sienten mucho mejor físicamente desde que practican dicho deporte (media = 4,44). Asimismo y además de sentirse mejor personalmente, la práctica de la natación proporciona y consolida una estabilidad psicológica y emocional (media = 4,06). En definitiva, todos los nadadores y nadadoras del Club Fideas están satisfechos y satisfechas con su participación en todo lo que concierne al Club (media = 4,88), tanto entrenamientos como actividades y competiciones, relaciones que se forjan dentro y que luego se estabilizan y persisten en otros ámbitos no relacionados con el deporte, etc.

Si nos centramos en los datos obtenidos en la entrevista, en el apartado de nivel de satisfacción, también nos interesaba conocer cómo se encontraba la entrenadora del propio club, siendo esta su aportación: “Cada día que pasa me implica más, estoy encantada y disfruto una barbaridad de mi paso por el club Fideas y espero que dure mucho tiempo.”

### Correlaciones bivariadas de los elementos constitutivos del problema

Tratando de buscar relaciones de causalidad entre las diferentes dimensiones formuladas y que constituyen el problema a investigar, hemos querido llevar a cabo un estudio de correlacional con el fin de establecer índices de relación entre los elementos que condicionan una buena práctica deportiva y una aportación de la misma a la inclusión en la vida en sociedad.

Para ello hemos estimado la media global así como la desviación típica de cada una de estas dimensiones, tal y como puede comprobarse en la *tabla 8*.

Como puede apreciarse, los elementos constitutivos del problema son valorados a nivel global y en su mayoría como muy relevantes. Sin embargo, es interesante establecer una prelación de estos elementos, en virtud del orden decreciente de valoración. Así, nos encontramos como elemento prioritario la autonomía otorgada por la práctica de este deporte, seguido del papel fundamental que en el mismo juega la entrenadora. Relevante es asimismo la valoración de las relaciones interpersonales generadas, seguido de la satisfacción proporcionada por la práctica de este deporte. A continuación aparecen las redes de apoyo familiar con los cuenta este grupo de deportistas, la

Dimensión	Media	S
Autonomía	4,97	0,125
Motivación	4,31	0,925
Apoyo familiar	4,00	0,937
Apoyo social	3,52	1,181
Relaciones interpersonales	4,54	0,765
Instalaciones	3,69	0,946
Entrenadora	4,74	0,503
Satisfacción	4,46	0,666

**Tabla 8**

Valoraciones generales de las dimensiones que conforman los elementos constitutivos del problema

posesión de instalaciones adecuadas, recogándose en último lugar la valoración del apoyo de su entorno social más inmediato (amistades).

A continuación, hemos aplicado la prueba de correlación de Pearson ( $n.s. = 0,05$ ), siendo los resultados significativos los que se muestran a continuación (*tabla 9*).

Tras una mirada a los datos aquí aportados, podemos establecer los siguientes comentarios de interés:

Elemento	Estadístico	Motivación	Autonomía	Apoyo familiar	Apoyo social	Instalaciones	Relaciones interpersonales	Entrenadora
Autonomía	R Pearson p	0,626** 0,009						
Apoyo familiar	R Pearson p	0,000 1,000	0,366 0,163					
Apoyo social	R Pearson p	0,288 0,280	0,669** 0,005	0,350 0,183				
Instalaciones	R Pearson p	-0,088 0,746	0,051 0,850	-0,299 0,261	-0,013 0,962			
Relaciones interpersonales	R Pearson p	0,061 0,821	0,364 0,166	0,111 0,683	0,589* 0,016	0,199 0,459		
Entrenadora	R Pearson p	0,712** 0,004	0,634* 0,015	0,162 0,580	0,417 0,138	-0,254 0,382	0,152 0,604	
Satisfacción	R Pearson p	0,717** 0,002	0,431 0,096	0,116 0,669	0,202 0,452	-0,135 0,618	0,039 0,885	0,650* 0,012

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01. \* La correlación es significante al nivel 0,05

**Tabla 9**

Resultados de las correlaciones bivariadas de los elementos constitutivos del problema



- La *motivación* de los y las nadadoras del Club Fidiás está íntimamente relacionada con la labor ejercida por la entrenadora y sus altos niveles de satisfacción.
- La *autonomía* manifiesta con la práctica de este deporte se debe, en gran medida, a los diferentes apoyos sociales recibidos así como por la labor que lleva a cabo de entrenamiento y colaboración la entrenadora del Club.
- Las *relaciones interpersonales* que se producen en este entorno deportivo tiene una alta correlación con los diferentes elementos que constituyen el apoyo del entorno social de los y las practicantes de la natación.
- La *entrenadora* se convierte, para la práctica de este deporte, en una gran fuente de recursos y estrategias para el logro de una alta motivación con la natación así como un referente para el desarrollo de la autonomía personal y social.
- La *satisfacción* mostrada por los y las nadadoras está altamente incentivada por los niveles de motivación alcanzados por la práctica deportiva y por la labor realizada por la entrenadora.

## Conclusiones

Los datos obtenidos en este estudio permiten concluir que las personas con discapacidad ven mejorado su desarrollo emocional y social a través de las actividades físicas en el medio acuático. Este desarrollo se produce en los entrenamientos y competiciones a las que acuden a través de las diferentes federaciones y consejos de deportes, y gracias a las cuales las relaciones sociales de las personas con discapacidad aumentan y hacen que su nivel de autoconcepto y autoestima se vea reforzado. Además, los beneficios físicos que produce la práctica de la natación en personas con discapacidad tienen su repercusión a nivel emocional, ya que esta mejora física proporciona una mayor autonomía en la vida diaria, lo que hace que el deportista tenga una sensación de independencia que lo lleve a intentar hacer lo máximo posible en cuanto a situaciones reales nos referimos, mejorando su situación emocional.

Como bien muestran los resultados, la participación en competiciones deportivas y los propios entrenamientos que se realizan a nivel de Club fomentan las relaciones interpersonales entre los y las deportistas. Además, estas competiciones fomentan otro tipo de relaciones sociales que no son interpersonales entre el propio Club, sino que se producen entre los nadadores del Club Fidiás

y los nadadores de otros clubes contra los que compiten a nivel provincial, autonómico, nacional e internacional.

Hemos llegado a la conclusión con este estudio que los entrenamientos son un espacio donde hay un alto fomento de las relaciones interpersonales entre los y las nadadoras del Club. Es allí donde estos comparten multitud de experiencias con sus compañeros y donde se producen los grupos de pares que en muchos casos perduran fuera del Club y de los eventos relacionados con la natación.

El nivel de implicación de las familias no es tan bueno como gustaría a todos los miembros que componen el Club (entrenadora y deportistas). La práctica de la natación adaptada mejoraría si las familias tuviesen un mayor nivel de implicación acudiendo a eventos deportivos donde participen sus familiares, así como al intentar motivar y poner de manifiesto su preocupación por lo que le ocurra al deportista en los diferentes entrenamientos y competiciones.

Son muy pocos los amigos y amigas de los y las deportistas los que acuden para apoyarlos en algún evento deportivo en el que compitan. Esto hace que las relaciones sociales fuera del entorno de la natación se vean un poco deterioradas debido a la poca preocupación de los grupos de pares por los acontecimientos que para estos deportistas son importantes en sus vidas.

El nivel de satisfacción de los y las deportistas tanto con la práctica de la natación adaptada como con la entrenadora, los compañeros y compañeras del Club es muy alto, sin embargo, el nivel de satisfacción tanto de la entrenadora como de los y las deportistas con respecto a las instalaciones para el ejercicio de su práctica no es muy elevada, lo que repercute en una limitación al ejercicio de su autonomía y, por ende, al fomento global de su inclusión social.

El objetivo principal de este trabajo ha consistido en valorar el deporte como estrategia de inclusión social y, más concretamente, en el campo de la natación adaptada para personas con discapacidad física, aspecto que ha quedado demostrado de forma significativa. De su práctica se han derivado altos niveles de satisfacción por parte de sus practicantes y efectos positivos en la incorporación de los mismos a la vida social.

## Referencias

- Alles, M. (2009). *Rol del Jefe. Cómo ser un buen jefe*. Buenos Aires (Argentina): Granica.
- Arnal, J.; Del Rincón, D., & Latorre, A. (1992). *Investigación educativa: fundamentos y metodología*. Barcelona: Labor.

- Cabrera, P. J., Rubio, M.<sup>a</sup> J., Fernández, Y., Alexandres, S., Rúa, A., Fernández, E. ... Malgesini, G. (2005). *Nuevas tecnologías y exclusión social*. Madrid: Fundación Telefónica
- Casis, L., & Zumalabe, J. (2008). *Fisiología y psicología de la actividad física y el deporte*. Barcelona: Elsevier
- Club Natación Elche (2004). *Natación adaptada*. Recuperado de <http://www.elcheclubnatacion.com/content/view/79/49/>
- Club Natación Fidiás (2011). *Historia del Club Fidiás*. Recuperado de <http://www.clubnatacionfidias.com/web/el-club/historia>
- Díaz Velázquez, E. (2010). Ciudadanía, identidad y exclusión social de las personas con discapacidad. *Política y Sociedad*, 47(1), 115-135.
- Echeita, G. (2006). *Educación para la inclusión o educación sin exclusiones*. Madrid: Narcea.
- Forest, M., & Pearpoint, J. (2010). *Inclusion! It's About Change!*. Recuperado de <http://www.peacockpoverty.org/2010/11/15/inclusion-its-about-change/>
- Fundación También (2011). *El deporte. Sensaciones para todos*. Recuperado de <http://www.tambien.org/index.php?id=33>
- Germán, D. (2001, ). Deporte y discapacidad. *EFDeportes. Revista Digital*, 43. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd43/discap.htm>
- Gutiérrez, M., & Caus, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(2), 49-64. doi:10.5232/ricyde2006.00204
- Henández Vázquez, F. J. (2000). El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts. Educación Física y Deportes* (60), 46-53.
- Liliana, S., & Wiswell, M. (2004). Inclusión Social: Una mirada desde la habilitación funcional. *VIII Congreso Nacional de Recreación Vicepresidencia de la República*. Recuperado de <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso8/idrd2.html>
- Lisbona, A. (2006). Hacia un modelo en la práctica del deporte adaptado (deporte adaptado e integración). *Revista de Educación Social* (5). Recuperado de: <http://www.eduso.net/res/?b=8&c=69&n=195>
- Medina, J., Prieto, R., & Fernández, J. (2000). La natación adaptada como medio de integración para una persona con movilidad reducida. *EFDeportes. Revista Digital* (28). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd28a/adapt.htm>.
- Menéndez García, C., & Mendoza Laiz, N. (2005). Consideraciones metodológicas en una natación para todos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación* (7), 14-18.
- Muntaner, J. J. (2010). De la integración a la inclusión: un nuevo modelo educativo. En P. Arnaiz, M. D. Hurtado & F. J. Soto (Coords.), *25 Años de Integración Escolar en España: Tecnología e Inclusión en el ámbito educativo, laboral y comunitario*. Murcia: Consejería de Educación, Formación y Empleo.
- Muñoz, D. (2008). La salud y la calidad de vida: Actividades físicas más convenientes para la mejora de la salud. *EFDeportes. Revista Digital* (127). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd127/actividades-fisicas-mas-convenientes-para-la-mejora-de-la-salud.htm>
- UNESCO (2005). *Orientaciones para la inclusión. Asegurar el acceso a la Educación para Todos*. París: UNESCO.
- O'Brien, J., Forest, M., Pearpoint, J., Snow, J., & Hasbury, D. (1989). *Action for Inclusion. How to Improve Schools by Welcoming Children with Special Needs into Regular Classrooms*. Toronto: Inclusion Press.