

Valoració de la condició física en la discapacitat intel·lectual

Autora: **Ana María Bofill Ródenas**
Facultat de Medicina.
Universitat de Barcelona

Director: **Dr. Joan San Molina**
Facultat de Medicina.
Universitat de Barcelona

Paraules clau: *Discapacitat Intel·lectual, Condició Física, Salut, Proves de camp adaptades.*

L'objectiu d'aquest treball és adaptar i validar les adaptacions en un conjunt seleccionat de proves estandarditzades de camp per a la valoració de diferents manifestacions de la condició física relacionada amb la salut en poblacions que presenten Discapacitat Intel·lectual.

La mostra definitiva de l'estudi la formen 46 individus, 31 homes i 15 dones. 15 presentaven Discapacitat Intel·lectual Síndrome de Down (SD), 16 Discapacitat Intel·lectual no síndrome de Down (noSD) i 15 no presentaven Discapacitat Intel·lectual (PG). Tots ells practicaven algun tipus d'activitat física o esportiva.

Les proves administrades van ser: Velocitat 20 m; Dinamometria manual a 0 i 30°; Dinamometria de Cames a 120 i 90° amb suport a la paret i sense; Course Navette i 20 m Shuttle Run.

Les adaptacions realitzades han demostrat la seva adequació per a la població SD i no SD, encara que s'evidencia que aquestes poblacions necessiten no solament un procés

de familiarització amb els tests administrats sinó una veritable aprenentatge de les proves.

Els resultats obtinguts indiquen que:

- Hi ha diferències significatives entre poblacions; aquestes es troben entre les poblacions SD i PG i entre les poblacions no SD i PG.
- La prova de velocitat realitzada, encara que fiable, no és vàlida en poblacions amb Discapacitat Intel·lectual.
- Es pot mesurar la força isomètrica mitjançant dinamometria manual administrada indistintament a 30 i a 0 graus. Aquesta valoració de la força local es presenta com a un índex general de condició física.
- L'angle de flexió de cames en la dinamometria per al mesurament interfereix en els resultats obtinguts. A més a més, hi ha una millora en la seva administració, execució i resultats quan es realitza amb suport

a la paret, independentment de l'angle de flexió.

- El mesurament de la força de cames amb el dinamòmetre en la població amb Discapacitat Intel·lectual (SD i no SD) s'ha de realitzar en un angle de 90° i amb suport a la paret.
- No es pot fer un ús indiferent de les proves per a l'avaluació de la capacitat aeròbica Course Navette i 20 m Shuttle Run.

Malgrat la dificultat de reclutar persones amb Discapacitat Intel·lectual per a la realització d'estudis científics, calen futurs treballs amb un nombre major de participants, perquè tot i que s'han obtingut valors de referència, seria interessant l'obtenció de dades normalitzades; hi contribuiria la realització de procediments d'avaluació senzills i de fàcil administració, que s'incloguessin en les exploracions habituals per a la prescripció d'exercici físic en aquestes poblacions.