

DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA.

Tipología de la discapacidad intelectual.

Sobre la tipología de la discapacidad intelectual podríamos estar hablando durante mucho tiempo, y por lo tanto, me centraré en el, posiblemente, más conocido por todos nosotros como es el Retraso Mental, aunque también haremos una pequeña referencia a las demás tipologías.

La definición más actualizada del Retraso Mental, es que se caracteriza por una capacidad intelectual general significativamente inferior al promedio, que se acompaña de limitaciones significativas de la actividad propia de por lo menos dos de las siguientes áreas de habilidades: comunicación; cuidado de sí mismo; vida doméstica; habilidades sociales/interpersonales; utilización de recursos comunitarios; autocontrol; habilidades académicas funcionales; trabajo; ocio; salud; y seguridad. Su inicio debe ser anterior a los 18 años de edad.

El retraso mental tiene diferentes etiologías y puede ser considerado como la vía final común de varios procesos patológicos que afectan el funcionamiento del sistema nervioso central.

Algunas de las causas del Retraso Mental pueden ser: factores genéticos (trisomía del gen 21,

Síndrome de Down); errores congénitos del metabolismo; alteraciones del desarrollo embrionario, en las que se incluyen las lesiones prenatales; problemas relacionados con el momento del parto; enfermedades infantiles; graves déficits ambientales, en los que no existen condiciones adecuadas para el desarrollo cognitivo, personal y social; etc.

Dentro del Retraso Mental, tenemos el RM Leve (50-55/70 de CI) conocidos coloquialmente como bordeline; tenemos el RM Moderado (35-40/50-55 de CI); tenemos el RM Severo (20-25/35-40 de CI), tenemos el RM Profundo (inferior a un 20-25 de CI) y por último tenemos el RM de gravedad no especificada, que vendría a ser la que no es posible verificar la inteligencia a través de los tests debido a diferentes circunstancias.

En otro bloque tendríamos los trastornos del aprendizaje, y dentro de éste podríamos diferenciar en trastorno de la lectura; trastorno del cálculo; trastorno de la expresión escrita; y trastorno del aprendizaje no especificado.

En otro apartado tendríamos los trastornos generalizados del desarrollo y en éste encontraríamos el trastorno autista; trastorno de Rett; trastorno desintegrativo infantil; trastorno de Asperger; y por último el trastorno generalizado del desarrollo no especificado.

Seguiríamos con los trastornos por déficit de atención y comportamiento perturbador, y en éste se incluirían el trastorno por déficit de atención con hiperactividad; el trastorno por déficit de atención con hiperactividad no especificado; el trastorno disocial; el trastorno negativista desafiante; y el trastorno de comportamiento perturbador no especificado.

Por último y para cerrar el tema de las tipologías, tendríamos otro bloque que sería la enfermedad mental y que aquí nos podríamos encontrar con trastornos adaptativos; trastornos de la personalidad; esquizofrenia y otros trastornos psicóticos; trastornos del estado de ánimo; etc.

La tipología de la discapacidad es muy importante a la hora de elegir una actividad físico-deportiva, porque dependiendo de la problemática de la discapacidad podrá realizar una actividad deportiva u otra, y según la gravedad de esta discapacidad tendrá que practicarla en un nivel o en otro.

Actividad físico-deportiva.

En este bloque repasaremos la actividad físico-deportiva a nivel nacional, tomando como referencia la Federación Española de Deportes con

Discapacidad Intelectual, en donde se toman varias variables a la hora de poner en práctica la actividad deportiva; y después nos centraremos en la actividad físico-deportiva a nivel autonómico, tomando como referencia la Federación Balear de Deportes para Personas con Discapacidad, y más concretamente nos centraremos en el Comité de Intelectuales y dentro de este Comité, en la asociación que lleva más del 95% de la actividad deportiva, que en este caso es Aedim, también mencionando algunos deportes que no están incluidos en esta Asociación, como por ejemplo, la gimnasia rítmica y el kárate.

1.1.- A nivel nacional:

El organismo que aglutina toda la actividad físico-deportiva de la discapacidad intelectual a nivel nacional es la FEDDI, podemos recordar que por encima de la nacional tenemos el organismo de la INAS-FID, a nivel internacional; y a nivel olímpico tenemos el Comité Paralímpico Internacional.

Los deportes que permiten llevar a cabo esta actividad físico-deportiva de nuestros deportistas, a nivel nacional son: Atletismo en su especialidad en pista cubierta y campo a través; baloncesto; equitación; esquí alpino; esquí nórdico; tenis de mesa; natación; fútbol sala masculino; petanca; gimnasia rítmica; y golf. Cabe remarcar que a nivel internacional se practican muchos más deportes y a nivel paralímpico algunos de estos deportes en sus especialidades. A nivel nacional para que un deporte

sea reconocido como oficial deberá ser aprobado por los órganos competentes de la Federación Española y reunir como mínimo algunas características, de entre otras:

- a) Estar recogido en el reglamento del Comité Paralímpico Internacional (IPC).
- b) Estar recogido en el reglamento de la Federación Internacional de Deportes para Discapacitados Intelectuales (INAS-FID).
- c) Estar promovido, como mínimo, por tres Federaciones Deportivas inscritas en FEDDI durante la temporada, demostrando su práctica documentalmente.
- d) Que el deporte ayude a la normalización e integración de las Personas con Discapacidad Intelectual, de acuerdo a unas normas básicas de salud y seguridad.

Esta actividad físico-deportiva tiene que estar bien estructurada para que no pueda ser perjudicial para las personas con discapacidad intelectual, por lo tanto, hay que estructurarlo a nivel de categorías, y dentro de estas estructurarlo por niveles.

En cuanto a las categorías, la FEDDI organiza las categorías atendiendo a los siguientes criterios: edad y sexo.

Por lo que se refiere a la edad, en los deportes de atletismo, natación y tenis mesa, se podrá distinguir dos categorías:

- a) Categoría absoluta, esta categoría está dirigida a aquellos deportistas con edades a partir de los 16 años.
- b) Categoría junior, esta categoría está dirigida a aquellos deportistas con edades comprendidas entre los 12 y 15 años.

En Gimnasia rítmica, debido a la precocidad con la que se inicia la práctica de este deporte las edades de las categorías son diferentes, estableciéndose de la siguiente manera:

- a) Categoría absoluta, esta categoría está dirigida a aquellos deportistas con edades a partir de los 16 años, cumplidos antes del día de la competición.
- b) Categoría junior, esta categoría está dirigida a aquellos deportistas con edades comprendidas entre los 8 y 15 años.

En Natación se abre una nueva categoría para las personas con Síndrome de Down. Para participar en esta prueba los deportistas tendrán que tener una edad mínima de 14 años cumplidos antes del día de la competición. Las pruebas serán las mismas que en la categoría de competición.

En el resto de los deportes, existe una sola categoría:

- a) Categoría absoluta, esta categoría está dirigida a deportistas que tengan cumplidos 14 años el día de celebración de la competición.

Por lo que se refiere a la variable de sexo, se establecen tres categorías diferenciando sexos:

- a) Categoría masculina.

b) Categoría femenina.

c) Categoría mixta.

En cuanto a niveles, tenemos:

Nivel I: Competición; es el nivel que está dirigido a aquellos deportistas que poseen un nivel de competencia deportiva lo suficientemente alto como para poder practicar el deporte sin modificación del reglamento correspondiente. Los participantes deberán conocer y respetar el reglamento de la Federación Española en cuestión. Además deberán demostrar la preparación y el dominio suficiente del deporte correspondiente. Se establecerán divisiones dentro de este nivel en los deportes de Baloncesto y Fútbol Sala, en función de las capacidades de los deportistas y de sus resultados si fuera necesario por el alto número de inscripciones.

Nivel II: Adaptada; es el nivel dirigido a aquellos deportistas que poseen un nivel de competencia deportiva que necesiten, en parte, la adaptación del reglamento a sus necesidades. Se realizarán las modificaciones técnicas en los reglamentos (respetándose al máximo las normas de juego) de acuerdo a sus posibilidades físicas y psíquicas. Los participantes deberán conocer y respetar el reglamento. Además, deberán demostrar la preparación y el dominio suficiente de acuerdo a sus condiciones. Se establecerán divisiones dentro de este nivel, en función de las capacidades de los deportistas.

Nivel III: Habilidades deportivas; es el nivel dirigido a aquellos deportistas que posean un nivel de competencia motriz muy baja y que necesiten realizar pruebas deportivas (individuales) o deporte muy adaptado (colectivas), de la modalidad deportiva correspondiente, adaptadas a sus posibilidades. Los participantes deberán conocer y respetar las pruebas. Además, estos deberán demostrar la preparación y dominio suficiente de acuerdo a sus posibilidades. La competición se basará en deporte adaptado de la modalidad deportiva correspondiente, pudiendo completarlo con pruebas de habilidades deportivas del deporte correspondiente.

Nivel IV: Junior; es el nivel orientado a los deportistas más jóvenes. En este nivel se realizarán pruebas deportivas, teniendo un carácter más lúdico y participativo, con el objetivo de ir integrando a los deportistas más jóvenes en el deporte de competición. La inclusión de esta categoría se realiza en aquellos deportes en los que FEDDI tiene representación a nivel internacional (atletismo, natación y tenis de mesa), además de Gimnasia Rítmica debido a las características especiales de este deporte. Para poder participar en esta categoría, los deportistas deben tener entre 12 y 15 años cumplidos el día de la celebración del Campeonato, para los deportes de atletismo, natación y tenis mesa. Para la Gimnasia Rítmica las deportistas deben tener edades comprendidas entre los 8 y 15 años

cumplidos el día de la celebración del Campeonato. La competición estará basada en las pruebas más representativas de cada modalidad deportiva.

1.2.- A nivel balear:

El organismo que aglutina la actividad físico-deportiva para los deportistas con discapacidad intelectual es la Federación Balear de Deportes para Personas con Discapacidad, al ser una Federación multideportiva, aglutina todas las discapacidades en Comités, y dentro del Comité de discapacidad intelectual, tenemos la asociación de Aedim, donde se aglutina el 95% de los deportistas con discapacidad intelectual, y también se incluye dentro del Comité, a la Gimnasia Rítmica y al Kárate. En nuestra territorial tenemos el deporte de Kárate, que es una excepción, ya que no es un deporte reconocido por la FEDDI, tampoco a nivel internacional, pero en nuestra federación tenemos algunos clubs de kárate que tienen deportistas con discapacidad intelectual, también sabemos que otras comunidades tienen kárate, pero aún no se ha podido formalizar este deporte en FEDDI, pero se está en ello. La Gimnasia Rítmica se rige por la normativa de la FEDDI. Por lo que se refiere al resto de deportistas con discapacidad intelectual se aglutinan en la Asociación de Aedim, el cual ha redactado recientemente una nueva normativa para intentar acercarse más al deporte normalizado dentro de la competición.

Referente a las categorías, también se han tenido en cuenta las variables del sexo y de la edad. Se han realizado una serie de cambios para intentar acoplarse a las categorías de las diferentes federaciones Españolas, por lo tanto, las categorías las podríamos dividir en: Iniciación de 6 a 8 años (nacidos del 2002 al 2004); Benjamín de 9 a 11 años (nacidos del 1999 al 2001); Alevín de 12 a 17 años (nacidos del 1993 al 1998); Cadete de 18 a 30 años (nacidos del 1980 al 1992); Sénior de 31 a 44 años (nacidos del 1966 al 1979); Master, más de 45 años (nacidos del 1965 para atrás). A pesar de estas categorías se crea una Categoría absoluta, en esta categoría podrán participar todos los deportistas que tengan cumplidos 14 años el día de celebración de la Competición. Se tiene que tener en cuenta que dentro de esta categoría participarán deportistas de la clasificación que hemos hecho anteriormente (parte de los alevines, cadetes, seniors, masters) todos juntos. Esta Categoría absoluta se ha hecho para que pueda ser compatible con la Categoría absoluta de la Federación Española.

En cuanto al sexo, las categorías se pueden dividir en: Categoría masculina; Categoría femenina; y Categoría Mixta.

Referente al tema de los niveles, los podemos dividir en:

Nivel A: nivel de juego alto; que vendría a equipararse al nivel de competición de la FEDDI.

Nivel B: nivel de juego medio; que vendría a equipararse al nivel adaptado de la FEDDI.

Nivel C: nivel de juego bajo (pruebas y deportes adaptados); que vendría a equipararse al nivel de habilidades deportivas de la FEDDI, (no competitivo).

Según la actividad físico-deportiva que se vaya a celebrar podrán participar unas categorías u otras.

Entre los deportes que se practican por deportistas con discapacidad intelectual se pueden incluir:

Atletismo, que participan en las categorías benjamín, alevín, cadete sénior y master; Natación que participan en las categorías benjamín, alevín, cadete, sénior y master; Petanca que participan en la categoría absoluta en el nivel alto y nivel medio; Fútbol Sala en categoría absoluta; Mini-básquet en categoría benjamín y alevín; Básquet en categoría absoluta en el nivel alto y medio; y en estos momentos se está introduciendo el Nórdic Walking en categoría absoluta.

También se organizan diadas lúdico-deportivas, para promocionar todos los deportes que se practican; y también se realiza una diada a la que se le llama “Futuras Promesas”, para poder descubrir nuevos deportistas, esta diada se hace en las categorías de iniciación y benjamín. Esta diada consiste en montar dos circuitos de pruebas psicomotrices para deportistas con un alto grado de discapacidad intelectual y problemas motores. Cada uno de los

circuitos irá dirigido a un grupo de deportistas, dependiendo de la edad y el nivel de habilidad del participante.

Y de forma esporádica Gimnasia Artística femenina y masculina, tenis mesa y voleibol.

Y para terminar con esta intervención, y cerrando el círculo de todas las discapacidades, me gustaría decir unas palabras, que en su momento dijo el famoso jugador de fútbol Johan Cruyff, y que resumiría lo que debe ser la actividad físico-deportiva para nuestros deportistas, y para los deportistas en general. Decía Cruyff. “Todos sabemos los beneficios que proporciona el deporte, y no me estoy refiriendo sólo a la mejora física. El deporte te educa. Aprendes a ganar, aprendes a perder, aprendes a ayudar, aprendes a recibir ayuda. Te enseña a respetar. Te enseña a compartir y te enseña a integrar. A desarrollar habilidades tácticas y estrategia. A trabajar en equipo para un bien común. Y como resultado aprendes a tener confianza en ti mismo y a valorar que el esfuerzo es al final, recompensa. Pero principalmente el deporte es pura y simple diversión”.