

## Boletín informativo

La Federación Sudamericana de Actividad Física Adaptada (FeSAFA) crea un medio de comunicación masivo informativo para acercar a profesionales, investigadores y estudiantes de países sudamericanos para la promoción y diseminación del conocimiento científico en Actividad Física Adaptada, fomentando la formación profesional, intervenciones e investigaciones en beneficio de las personas con discapacidad.

### DESTACADOS ABRIL 2021

- ESPACIO DEPORTIVO: CONVERSANDO CON ATLETAS
- EL CAMINO A LA FORMACIÓN PROFESIONAL EN AFA
- ESTUDIO ESTADISTICO



FEDERACIÓN  
SUDAMERICANA DE  
ACTIVIDAD FÍSICA  
ADAPTADA

[www.fesafa.net](http://www.fesafa.net)

@fesafa.official 

[fesafa.safapa@gmail.com](mailto:fesafa.safapa@gmail.com) 

# Se llevó a cabo



*I Conversatorio FeSAFA, se realizó el 8 de abril del 2021 con la participación de 60 personas, el evento brindó una importante discusión sobre el escenario de la actividad física adaptada en Sudamérica.*

El evento contó con la presencia de los profesores: Dra. Neiza Fumes, presidenta de la Asociación Brasileira de Actividad Motora Adaptada (SOBAMA), Mg. Fernando Muñoz, presidente de la Sociedad Chilena de Actividad Física Adaptada (SOCHIAFA), Dr. Cristian Luarte, presidente de la Federación Sudamericana de Actividad Física Adaptada (FeSAFA) y como moderadora la Dra. Mey Van Munster, Vicepresidenta de la Federación Sudamericana de Actividad Física Adaptada (FeSAFA) y académica de la Universidad Federal de São Carlos.

La acción refuerza el compromiso de FESAFA de difundir el conocimiento sobre la actividad física adaptada.

## Conociendo un poco sobre las Olimpiadas Especiales



Dra. Teresa Leitão

*Docente de Educación Superior de Educación Física - ESEF / Jundiá Brasil*

*Coordinador de Tenis de Campo Internacional, Olimpiadas Especiales*

Olimpiadas especiales (Special Olympics) es un movimiento global, creado en 1968 por Eunice Kennedy Shriver, que libera el espíritu humano todos los días en todo el mundo a través del poder transformador y la alegría del deporte (Special Olympics, 2020).

Su misión es ofrecer oportunidades de entrenamiento y competición de alta calidad durante todo el año a personas con discapacidad intelectual (DI) en más de 36 deportes colectivos e individuales.

A pesar de basarse en entrenamientos y competiciones deportivas, el trabajo de la SO va mucho más allá de las acciones deportivas. Es considerada la segunda organización humanitaria más grande del mundo y los mayores eventos desarrollados por la SO, son los Juegos Mundiales de Verano e Invierno, que se realizan cada 4 y 2 años respectivamente.

# MÁS ALLÁ DE LA COMPETENCIA:

*Paulo Victor Salles, atleta de atletismo, 22 años, Rio de Janeiro, Brasil.*

*Paulo, ¿Que representa las olimpiadas especiales para ti?*

Las Olimpiadas Especiales cambió muchas cosas en mi vida. Cuando la gente vio mi talento en el atletismo, cambie completamente, mi vida cambió. Hoy soy una persona feliz, alegre y además hizo realidad un sueño, que era visitar Dubai, mi primer viaje y ya estaba allí representando a Brasil.

*¿Cual es su próximo objetivo a futuro como atleta de Olimpiadas Especiales?*

Sobre mi futuro, tengo el sueño de conocer Berlín y ahora tengo la oportunidad de ir a Berlín, de representar a Brasil de nuevo. Y debo ir con todo, dar lo mejor de mí, este es mi sueño y mi objetivo ahora es seguir entrenando para ponerme bien e ir a Berlín.

*¿Un momento especial para ti en las Olimpiadas especiales?*

Mi primer viaje a Dubai en el que pude representar a Brasil y también tuve la oportunidad de conocer a uno de mis ídolos, el futbolista Cafú. Fue un sueño y un momento muy feliz para mí y cambió totalmente mi vida. El es mi inspiración.

*Un mensaje a los amigos de las Olimpiadas Especiales.*

Agradezco a todas las personas que conozco de las OEs, agradezco a todas las personas que me apoyaron y motivaron. No tengo las palabras para agradecer el apoyo y las oportunidades brindadas por todos ustedes.



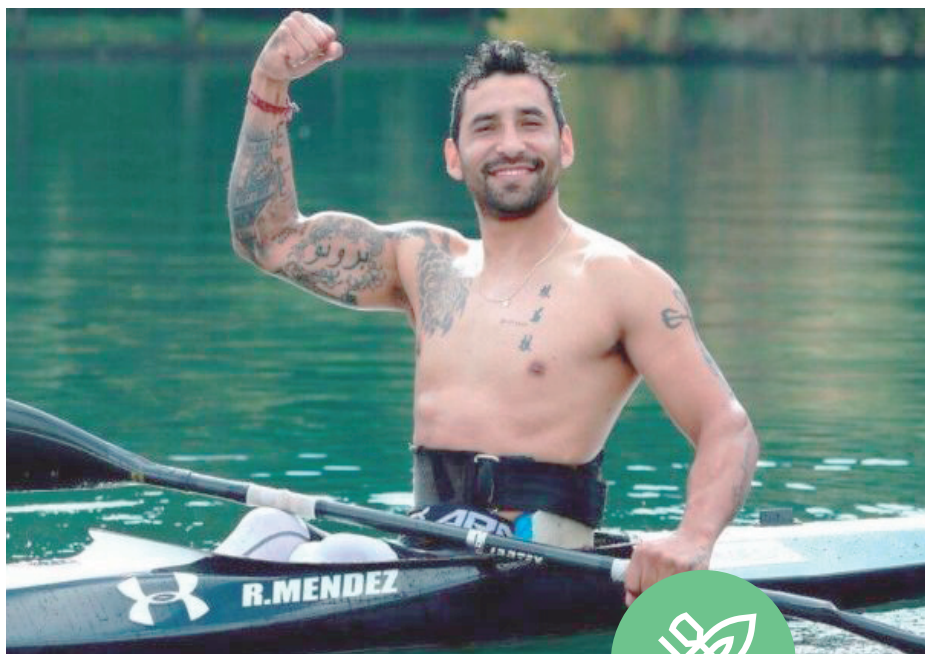
Primera visita de Paulo a Dubai

**Special  
Olympics**



# ESPACIO DEPORTIVO: CONVERSANDO CON ATLETAS

## Compartiendo experiencia



*Atleta: Robinson Méndez, 36 años, lesión en a médula espinal, 4 Juegos Paralímpicos en Tenis en silla de ruedas, ahora canotaje paralímpico, Chile.*

**¿Cuál es la diferencia entre el atleta Robinson de 20 y 36 años?**

Tengo más experiencia, disfruto de la competición mucho más que antes, con 18 y 19 años ya estaba en un Juego Paralímpico y no sabía lo que era, ahora con 36 años y ojalá sean mis quintos Juegos Paralímpicos, que sin duda los voy a disfrutar mucho más.

**¿Durante la cuarentena, ¿qué adaptación especial hiciste para entrenar en casa? (Divertido o curioso)**

Tuve que cambiarme de casa, a una más grande que tuviera un jardín para poner el rack, la jaula para hacer dominadas, entrenar con las barras y los discos sin problema.

**En relación al entrenamiento (físico y técnico) en Para canotaje, ¿en qué te ha ayudado y obstaculizado tu larga experiencia en el tenis en silla de ruedas?**

Creo que la larga experiencia del tenis en silla ruedas me ayudó a tener un físico lo suficientemente fuerte, hombros resistentes para estar todo el día impactando el agua, en estos cuatro años entrenando no me he lesionado. Las clásicas molestias musculares, pero de entrenamiento no he tenido molestias. Me ayudó mucho sin duda el entrenamiento físico del tenis, pero ahí usaba solo una extremidad en el tenis que era mi brazo derecho, por ende, tuve que fortalecer un poquito más de lo normal el izquierdo, para que fuesen mucho más simétricos. Entonces tuve que trabajar un poquito más, ponerle cuidado a eso para evitar lesiones futuras y lo hicimos bien.

**Hablanos sobre una curiosidad del canotaje paralímpico.**

En los campeonatos, todos los torneos se realizan paralelo al canotaje convencional, osea nosotros los sudamericanos, panamericanos y juegos paralímpicos mundiales, copas del mundo de la clase competimos paralelamente a los convencionales. Entonces tú puedes ver figuras y rostros de todo el mundo, campeonatos mundiales convencionales. Eso le da otro plus, es mucho, mucho más motivante. Y la otra curiosidad del canotaje, es que antes en el tenis llovía un poquito o caían gotas y el entrenamiento se paraba o el partido se terminaba. En canotaje llueva, o haya mucha neblina o lo que sea, hay que remar o competir igual.

**¿Cuál es su expectativa para Tokyo 2020?**

Mi expectativa para Tokyo es que sin duda he de hacer lo mejor posible, llevo muy poquito en este deporte así que nada, ojalá poder clasificar, después ahí ya nos ponemos metas con mi profe y ojalá poder bajar mi marca.

**Cuál es la importancia de la actividad física adaptada para los niños con discapacidad?**

Es fundamental, la discapacidad en niños, yo lo viví y es un proceso un poco traumatizante. Sin duda que el deporte cumple una función importantísima de motivación, de sacarnos un poco de los malos momentos. En mi caso, uno de estos malos momentos fue el trauma de un accidente, y sin duda que la rehabilitación junto al deporte en los niños con discapacidad son un pilar fundamental para reintegrarnos a la sociedad.

# EXPERIENCIA PROFESIONAL A PROFESORES DE LA AFA

## El camino a la formación profesional en AFA



Luisa Villar Gálvez  
Presidenta ANPP

Una discapacidad adquirida, puede ser producto de un accidente, por la guerra u otros factores externos. En mi caso la primera persona cercana fue mi Madre, cuando yo tenía 3 años se le originó un tumor en el cerebro. Ella con solo 32 años nos tuvo que dejar con mi abuelo y viajar a USA. Producto del tumor estuvo en coma por tres meses y al despertar tenía medio cuerpo totalmente paralizado. En el hospital la colocaban en una camilla y la metían dentro de la piscina para que mediante poleas pudiera mover los brazos y piernas.

Regresó después de un año de haber estado en USA y por muchos años la acompañamos a sus terapias físicas, ella levantaba el ánimo a los otros pacientes y eso me marcó de por vida .

Tuve la suerte de vivir fuera del Perú y la oportunidad de realizar voluntariado en el año 87 en un colegio interno para chicos con discapacidad y les enseñaba natación dos veces por semana. Ver la cara de esos chicos cuando conseguían meter la cara al agua, poder patear o el simple hecho de tenerlos cargados y que sientan el agua, fue la primera experiencia cercana de la actividad física adaptada.

En el 90 conocí a 2 para atletas que se iban en ómnibus a Venezuela para los Juegos Parapanamericanos y se demoraron 6 días en llegar, ya que no había existía un comité paralímpico nacional en el país, los para deportistas se autofinanciaban los viajes y/o también recibían apoyo de empresas privadas.

Esto despertó mi interés y al regresar a vivir a mi país en 1995 ingresé a trabajar en el colegio americano donde desarrollé un programa: Tomando Conciencia deporte para todos. El objetivo fue poder transmitir a los alumnos que sin importar lo que tengas uno puede hacer actividad física. Esto a su vez ayudó a poder sensibilizar y aprender a ser más empáticos, compartiendo con para atletas, observando videos y realizando actividades deportivas durante 4 clases.

En el 2003 me pidieron si podía ser la Jefe de Misión de la delegación para los Juegos Paralímpicos de Atenas 2004 y eso significaba que tenía que buscar el apoyo económico para el viaje. No existía apoyo económico por parte del Instituto del Deporte al no tener un CPN y por más que Perú ya tenía medallas paralímpicas.

Esos Juegos fueron una LECCION DE VIDA, nos dijeron que Perú debía formar el comité paralímpico sino podía ser suspendido, pero realmente no había una conciencia para deportiva en nuestro país. Tuve la oportunidad en esos años de representar a mi país como entrenadora de para natación en los Parapan de Rio 2007, Juegos Paralímpicos 2008, Parapan Guadalajara 2011, Para sudamericano 2014.

Nuestro primer reto: Los Juegos de Lima 2019. No estábamos reconocidos en la ley del deporte, un desconocimiento sobre el movimiento, terminología, falta de bases, programas de masificación, capacitación. Los Juegos de Lima fueron una gran ventana para que se pueda entender cómo a través del Para deporte se puede conseguir una sociedad más inclusiva, generar empatía, enseñar a los jóvenes de ponerse en el lugar del otro. Las barreras no solo arquitectónicas existentes al no ser un país accesible, sino las barreras sociales también, la falta de igualdad de oportunidades.

Ver a los para atletas es un ejemplo de determinación y coraje, así como de inspiración, tenemos mucho por hacer, la necesidad de descentralizar y que los municipios puedan realizar talleres para deportivos para la práctica de la actividad física adaptada; así como los institutos de Rehabilitación. Se necesita un trabajo articulado entre el instituto Peruano del Deporte, Ministerio de Educación, Conadis.

Alianzas estratégicas con universidades es algo también a considerar. Todos podemos aportar de una manera u otra y marcar la diferencia para conseguir una sociedad más inclusiva.



# ESTUDIO ESTADÍSTICO

## Práctica de Actividad Física y Deporte por Personas con Discapacidad (PcD) en Chile. ¡Una realidad para considerar!



Mg. Mónica Fernández  
Coordinadora de deporte adaptado y paralímpico en IND/Ñuble

Según los resultados parciales de la II Estudio Nacional de Actividad Física y Deporte en Personas con discapacidad de Chile (ENADIS II), desarrollado por investigadores de la Universidad de Concepción/Chile y publicado en diciembre de 2020, se observó que el 60% de personas mayores de 13 años de edad, de ambos sexos, son inactivas físicamente y sólo un 14% se considera activa.

Para la obtención de estos datos preliminares, fueron entrevistados 4393 personas con discapacidad. Los resultados obtenidos, reflejan que el 80% de los participantes no participan de talleres o eventos de actividad física o deportiva. Al ser consultados por las principales razones de no participar, refieren la desmotivación, la falta de tiempo y/o por su condición de salud debido a la discapacidad, señalando que, en el caso de deportes, sólo los practicarían si fuese indicado como necesario por alguna razón de salud, si hubiese recintos deportivos adaptados para su condición y si tuviesen un acompañante para esta actividad.

Por otra parte, también fueron entrevistados Para Atletas de diferentes niveles competitivos, de ambos sexos, con discapacidad física (73.1%), visual (12.6%), auditiva (0.3%) e intelectual (10.9%), encontrando un aumento de los días de entrenamiento igual o mayor a tres días por semana, con un 85%, a diferencia del año 2015, donde ese porcentaje lo cumplía solo un 49%.

Las disciplinas más practicadas reportadas por el estudio son Para Tenis de Mesa (17.5%), Básquetbol en Silla de Ruedas (14.1%), seguidos de Para Natación, Para Atletismo y Goalball, con participación en Juegos Para Nacionales (29.6%), Competencias Nacionales (16.4%) y en los Juegos Parapanamericanos (14.1%). Los Para Atletas fueron consultados sobre qué aspectos son facilitadores del rendimiento en el deporte que realizan. Se evidenció la importancia de contar con el apoyo de profesionales calificados, la necesidad de tener información sobre los deportes para PcD, la existencia de una infraestructura deportiva accesible, la necesidad de contar con implementación adecuada, la importancia del apoyo de la familia y amigos, la necesidad de disponer de un transporte de acercamiento a los lugares de entrenamiento o competencia, espacios públicos adaptados y que es fundamental el apoyo de los organismos públicos (Figura 1).

En este escenario, debemos asegurar el cumplimiento de la legislación actual en relación a la inclusión, en todos sus ámbitos, (Ley 20.422 Inclusión Social, Ley 21.015 Inclusión Laboral, Ley 20.845 Inclusión en Educación; Ley 20.978 que reconoce el Deporte Adaptado y Paralímpico), alineando las políticas públicas con la oferta de proyectos de implementación de talleres deportivos, la profesionalización de estos espacios y los apoyos adecuados para el desarrollo de actividad física para PcD, en todos los grupos etarios, sin distinción de género, asegurando el derecho a la práctica de actividad física, recreativa y deportiva en diferentes contextos, siendo facilitadores de estos espacios y no generando barreras para el desarrollo biopsicosocial de las PcD.

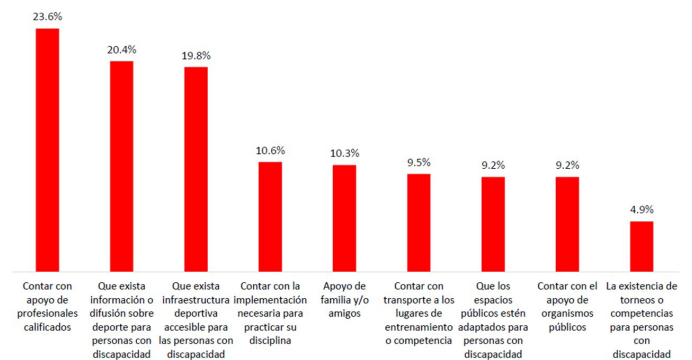


Figura 1. Aspectos que facilitan que PcD practiquen una disciplina de nivel competitivo. Fuente: MINDEPCL

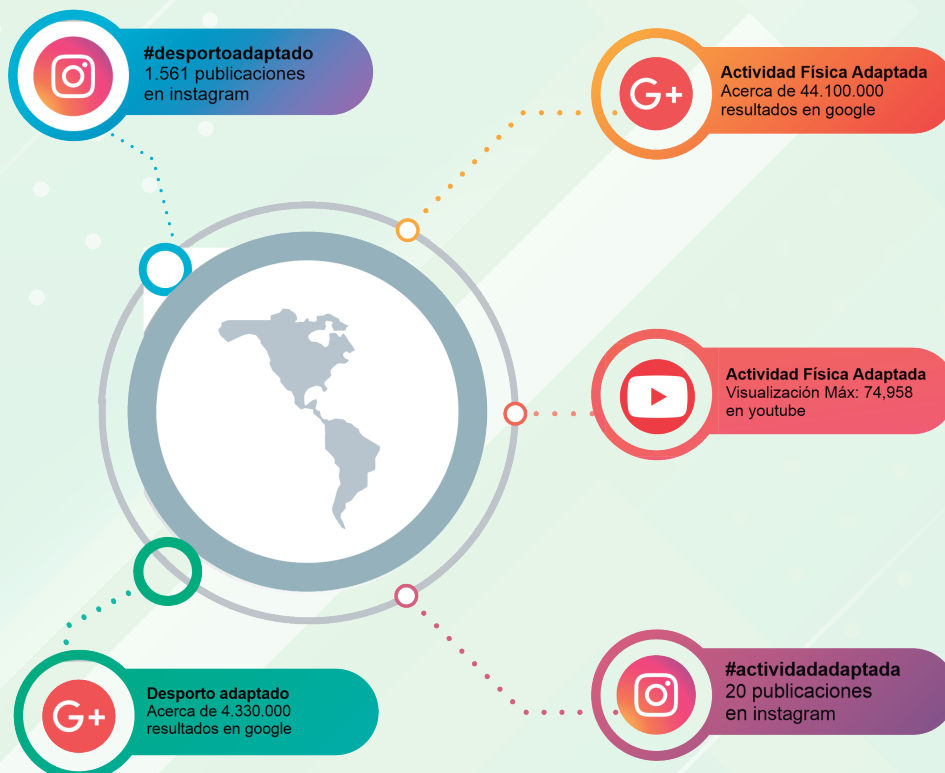


Para leer el artículo en extenso, ingresar al código QR

Mg. Mónica Fernández Muñoz  
Académica Universidad Adventista de Chile y  
Universidad del Bío-Bío  
Coordinadora de Deporte Adaptado y Paralímpico  
en IND/Ñuble  
Secretaría de la Federación Sudamericana en Actividad Física Adaptada

# INFOGRAFÍAS

## Actividad Física Adaptada en Internet



## ACTIVIDAD FISICA ADAPTADA

Se define como un conjunto de conocimientos interdisciplinarios dirigidos a la identificación y formulación de estrategias de intervención para minimizar las barreras personales, ambientales y sociales en la actividad física. Es un campo de estudios académicos y de prestación de servicios que apoyan una actitud de aceptación de la diversidad, aboga por mejorar el acceso a estilos de vida activos y al deporte, promueve la innovación y la prestación de servicios colaborativos y sistemas de empoderamiento.



# TECNOLOGÍA EN AFA

Aplicaciones móviles de asistencia para personas con discapacidad



## HAND TALK TRADUCTOR PARA LIBRAS

herramienta de comunicación con personas sordas en lengua de signos brasileña



## BE MY EYES

permite que las personas ciegas reciban asistencia en vivo de voluntarios con visión



## PROFEenSEÑAS

para aprender Lengua de Señas Colombiana



## TEAPP - AUTISMO Y VIDEOJUEGOS

busca fomentar el aprendizaje de niños con autismo con carácter lúdico.

*¿Has experimentado alguna de estas apps?*

Envíe sus comentarios o sugerencias para ayudarnos a construir esta sección

## EDITORES

MARIANE FERREIRA  
BRASIL, UNIVERSIDAD FEDERAL DE SÃO PAULO

ELKE LIMA TRIGO  
BRASIL, UNIVERSIDAD FEDERAL DE SÃO PAULO

CARLOS ZURITA  
CHILE, UNIVERSIDAD SAN SEBASTIÁN

CORREO: R.ESTUDIANTIL.FESAFA@GMAIL.COM



ELKE



CARLOS



MARI

Representantes Estudiantiles  
FeSAFA