

# Universidad de Huelva

Departamento de Didácticas Integradas



## La accesibilidad en carreras por montaña con personas con diversidad funcional visual

Memoria para optar al grado de doctora  
presentada por:

**Virginia Alcaraz Rodríguez**

Fecha de lectura: 11 de diciembre de 2018

Bajo la dirección de los doctores:

Pedro Sáenz-López Buñuel

Jesús Fernández Gavira

Jesús Caballero Franco

**Huelva, 2018**



# Universidad de Huelva



**LA ACCESIBILIDAD EN CARRERAS POR MONTAÑA  
CON PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL VISUAL**

**Virginia Alcaraz Rodríguez**

**2018**

# Universidad de Huelva



**DEPARTAMENTO DE DIDÁCTICAS INTEGRADAS  
PROGRAMA DE DOCTORADO INVESTIGACIÓN EN LA ENSEÑANZA Y  
EL APRENDIZAJE DE LAS CIENCIAS EXPERIMENTALES, SOCIALES Y  
MATEMÁTICAS Y DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA (IEACAD)**

**LA ACCESIBILIDAD EN CARRERAS POR MONTAÑA CON  
PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL VISUAL**

Tesis presentada para aspirar

al grado de Doctora por

D<sup>a</sup>. Virginia Alcaraz Rodríguez, dirigida por

Dr. Pedro Sáenz-López Buñuel,

Dr. Jesús Fernández Gavira

Dr. Pablo Jesús Caballero Blanco

Fdo.: Virginia Alcaraz Rodríguez

2018



# Universidad de Huelva

**FACULTAD DE EDUCACIÓN, PSICOLOGÍA Y CIENCIAS DEL  
DEPORTE  
DEPARTAMENTO DE DIDÁCTICAS INTEGRADAS**



**AUTORIZACIÓN DE LOS DIRECTORES DE TESIS PARA SU PRESENTACIÓN**

El Dr. Pedro Sáenz-López Buñuel, profesor de la Universidad de Huelva, y el Dr. Jesús Fernández Gavira y el Dr. Pablo Jesús Caballero Blanco, ambos de la Universidad de Sevilla.

**DECLARAN**

Que la tesis doctoral “La accesibilidad en carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual”, cuya autora es Virginia Alcaraz Rodríguez, ha sido realizada bajo nuestra dirección y consideramos que reúne las condiciones para su lectura y defensa para optar al Grado de Doctora, siempre que así lo considere el tribunal.

FECHA

**Fdo.:**



*“Las personas al igual que las aves son diferentes en su  
vuelo, pero iguales en su derecho a volar”*

(Anónimo)





## AGRADECIMIENTOS

*“Sólo con el corazón se puede ver bien;*

*lo esencial es invisible a los ojos”*

(“El Principito”- Antoine Saint Exepery)

La realización de este proyecto de tesis ha sido una tarea larga y compleja durante la que ha habido momentos buenos y menos buenos. Pero en todos y cada uno de ellos he podido contar con el apoyo incondicional y desde el corazón de multitud de personas que no puedo olvidar en estos agradecimientos y dedicatoria, que constituyen las primeras líneas de este documento.

A mis directores de tesis Pedro, Jesús y Pablo por su ardua labor guiando, aconsejando y trabajando para que este trabajo viese la luz. Muchas gracias por vuestra ayuda, paciencia y por creer siempre en el proyecto.

A mis amigos y compañeros por darme vuestro tiempo y apoyo siempre que lo he necesitado, y por seguir creciendo juntos en lo académico y en lo personal, aunque no puedo poner a todos los que estuvieron en el camino si a todos los que siguen estando Antonio, Moisés, Jerónimo, Celia, Chiqui y muchos más que estuvieron en algún momento de este largo proceso. Gracias por vuestra presencia y vuestro aliento en el largo recorrido.

A mi familia montañera que con sus particularidades y su buen hacer han conseguido que el aire libre y la naturaleza fuese un ambiente de enriquecimiento y reflexión de este trabajo. Gracias por vuestro cariño y por seguir subiendo y culminando cimas conmigo.

A todos los protagonistas de este estudio: corredores, guías y expertos que han hecho que este trabajo fuese posible. En especial debo agradecer la aportación de un montañero incansable y

ejemplo de superación Alberto, y a Regino que no pudo verlo terminado; a todos gracias por vuestra entrega, sacrificio y amor a la montaña. Todos y todas me habéis enseñado que las barreras las ponen y derriban las personas, las montañas sólo nos plantean retos.

Finalmente termino estos agradecimientos y como dedicatoria a una parte de mi vida fundamental e imprescindible para que durante este tiempo no abandonaré en mi empeño, mi familia. Agradecer a todos los que están y los que se fueron, apoyarme cuando los he necesitado con una palabra amable, un abrazo y su amor sin límites en todo lo que hago. En especial a Maripaz que inició este trabajo acompañándome en las primeras entrevistas, a mi hermana Laura mi confidente y compañera a lo largo de toda mi vida, mi hermano Francisco y Alberto por estar en los momentos de urgencia informática y no informática, a Javi y Raúl por apoyarme siempre. Y por último y más importante a mis padres Maravilla y Paco por enseñarme que: “si quiero puedo conseguir todo lo que me propongo”, y al resto de mi familia por apoyarme y animarme a seguir con mi empeño.

# ÍNDICE DE CONTENIDOS



Kilometro vertical Sil de León, prueba de dificultad 2017 (Elías, Carmen y Anabel).



## ÍNDICE

• Glosario.....	17
• Índice de figuras.....	18
• Índice de tablas.....	19
<b>RESUMEN.....</b>	<b>23</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>25</b>
<b>CAPÍTULO 1.- Marco teórico.....</b>	<b>27</b>
1.1. Introducción.....	29
1.2. Planteamiento del problema.....	29
1.2.1. Objetivos.....	31
1.3. Conceptualización y situación actual de la diversidad funcional visual.....	31
1.3.1. Diversidad funcional visual.....	31
1.3.2. Definición diversidad funcional visual.....	35
1.3.3. Características de la población con diversidad funcional visual.....	37
1.4. Medidas de integración social.....	39
1.5. La ONCE: organización de referencia para las personas con diversidad visual en España...42	
1.6. Actividad física y diversidad funcional visual.....	43
1.6.1. Hábitos de práctica en la población con diversidad funcional visual.....	44
1.7. Inclusión en la práctica de actividad física.....	45
1.7.1. Evolución histórica del deporte adaptado.....	46
1.7.2. El marco legal del deporte adaptado.....	47
1.7.3. Adaptabilidad de los recursos deportivos.....	49
1.8. Actividad física en el medio natural: las carreras de montaña.....	51

1.8.1. Práctica de actividad física en el medio natural en el colectivo con DFV.....	51
1.8.2. Carreras de montaña.....	52
1.8.2.1. Origen y evolución.....	52
1.8.2.2. Características de las carreras de montaña.....	53
1.8.3. Carreras de montaña y diversidad funcional visual.....	55
1.8.3.1. Origen de las carreras por montaña en personas con DFV.....	55
1.8.3.2. Características de las carreras por montaña en personas con DFV.....	56
<b>CAPÍTULO 2.- Metodología.....</b>	<b>61</b>
2.1. Introducción.....	63
2.2. Diseño de investigación.....	64
2.2.1. Perspectiva teórica: paradigma interpretativo.....	68
2.2.2. Fenomenología como estrategia de investigación.....	70
2.2.3. Cronograma de investigación.....	72
2.3. Universo y población objeto de estudio.....	76
2.3.1. Corredores con diversidad funcional visual.....	77
2.3.2. Guías de corredores con diversidad funcional visual.....	78
2.3.3. Descripción de los corredores y guías participantes en el estudio.....	79
2.3.4. Características de los expertos.....	81
2.4. Instrumento de investigación.....	82
2.4.1. La entrevista y su diseño.....	84
2.5. Recogida, transcripción y análisis de los datos.....	90
2.5.1. Recogida de datos a través de la entrevista.....	90
2.5.2. Transcripción de entrevista.....	90

2.5.3. Análisis de los datos.....	91
2.5.3.1. El análisis de contenido como estrategia de análisis.....	91
2.5.3.2. Proceso seguido en el análisis de los datos.....	97
2.5.3.3. Programa de análisis N-VIVO.....	102
2.6. Criterios de credibilidad de la investigación.....	113
<b>CAPÍTULO 3.- Resultados.....</b>	<b>117</b>
3.1. Introducción.....	119
3.2. Categorías de codificación de resultados.....	121
3.3. Percepción de inclusión y barreras en las carreras por montaña por los corredores con diversidad funcional visual.....	123
3.3.1. Inclusión e integración.....	123
3.3.2. Medidas de accesibilidad.....	125
3.3.3. Barreras en la práctica deportiva.....	130
3.3.4. Inscripción en las carreras.....	133
3.3.5. Barreras en las carreras por montaña.....	136
3.3.6. Organización de las carreras.....	140
3.3.7. Modificación de reglamentos.....	142
3.4. Percepción de inclusión y barreras en las carreras por montaña por los guías.....	145
3.4.1. Inclusión e integración.....	145
3.4.2. Medidas de accesibilidad.....	146
3.4.3. Barreras en la práctica deportiva.....	150
3.4.4. Inscripción en las carreras.....	151
3.4.5. Barreras en las carreras por montaña.....	152

3.4.6. Organización de las carreras.....	154
3.4.7. Modificación de reglamentos.....	159
3.5. Percepción de inclusión y barreras en las carreras por montaña por los expertos.....	162
3.5.1. Inclusión e integración.....	162
3.5.2. Medidas de accesibilidad.....	164
3.5.3. Barreras en la práctica deportiva.....	167
3.5.4. Inscripción en las carreras.....	168
3.5.5. Barreras en las carreras por montaña.....	169
3.5.6. Organización de las carreras.....	172
3.5.7. Modificación de reglamentos.....	175
<b>CAPÍTULO 4.- Discusión.....</b>	<b>179</b>
4.1. Discusión comparada según: deportistas con diversidad funcional visual, guías y expertos.....	181
4.1.1. Inclusión e integración.....	182
4.1.2. Medidas de accesibilidad.....	183
4.1.3. Barreras en la práctica deportiva.....	184
4.1.4. Inscripción en las carreras.....	186
4.1.5. Barreras en las carreras por montaña.....	188
4.1.6. Organización de las carreras.....	189
4.1.7. Modificación de reglamentos.....	189
4.2. Discusión de la investigación.....	190
4.2.1. Inclusión e integración.....	190
4.2.2. Medidas de accesibilidad.....	190



4.2.3. Barreras en la práctica deportiva.....	192
4.2.4. Inscripción en las carreras.....	195
4.2.5. Barreras en las carreras por montaña.....	193
4.2.6. Organización de las carreras.....	197
4.2.7. Modificación de reglamentos.....	198
<b>CAPÍTULO 5 Consideraciones finales.....</b>	<b>201</b>
5.1. Validación de los Objetivos.....	203
5.2. Conclusiones.....	206
5.3. Valoración del trabajo.....	211
5.3.1. Limitaciones de la investigación.....	211
5.3.2. Perspectivas futuras de trabajo e investigación.....	215
5.3.3. Aportaciones de la investigación.....	216
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>219</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>235</b>
Anexo I. Tabla de códigos de identificación de entrevistados.....	239
Anexo II. Guiones de entrevistas: corredores, guías y expertos.....	241
Anexo III. Transcripción de entrevistas.....	249
Anexo IV. Medidas para la inclusión en carreras por montaña FEDME. ....	250
Anexo V. Medidas de inclusión en carreras por montaña y travesías de resistencia en montaña para la federación andaluza de montaña.....	257
Anexo VI. Propuesta de curso de formación guías en montaña para diversidad funcional visual FEDME.....	265
Anexo VII. Propuesta de talleres programa “clubes inclusivos” FAM.....	267

Anexo VIII. Ficha valoración de recorridos para diversidad funcional visual.....269

## GLOSARIO

- AFMN: actividad física en el medio natural.
- CDPD: carta de derechos de personas con discapacidad.
- CFV: discapacidad funcional visual.
- CNCM: Campeonato nacional de carreras por montaña.
- COI: Comité Olímpico Internacional.
- CREAM: centro de recursos educativos Antonio Vicente Mosquete.
- CRPD: convención internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad.
- CSD: Consejo Superior de Deportes.
- DFV: diversidad funcional visual.
- FEDC: federación española de deportes para ciegos.
- FEDME: federación española de montaña y escalada.
- LGDPDYIS: Ley general de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social.
- ICC: International Coordination Committee.
- ICMR: Comité internacional de carreras por montaña.
- IPC: Comité Paralímpico Internacional.
- ISMGF: International Stoke Mandeville Game Federation.
- ISOD: International Sport Organization for the Disabled.
- OMS: Organización Mundial de la Salud
- ONCE: Organización Nacional de Ciegos Españoles

## ÍNDICE DE FIGURAS

2.1. Cronograma de la investigación.....	76
2.2. Organización de equipos en carreras por montaña.....	79
2.3. Proporción de guías y deportistas.....	80
2.3. Proporción hombres y mujeres.....	81
2.4. Edades de los participantes en la investigación.....	81
2.5. Origen de los participantes.....	82
2.7. Bloques de la entrevista semiestructurada.....	85
2.8. Proceso de análisis de contenido de Krippendorff (2004), adaptado por Rodríguez (2015)..	94
2.9. Modelo de desarrollo de categorías inductivas de Mayring (2000), adaptado por Andreú (2002). .....	96
2.10. Modelo de desarrollo de categorías deductivas de Mayring (2002), adaptado por Andreú (2002).....	97
2.11. Código identificación entrevistas.....	99
2.12. Bloques de la entrevista y dimensiones de análisis.....	101
2.13. Dimensiones, categorías y subcategorías de análisis inicial.....	102
2.14. Modificaciones en las dimensiones de análisis.....	104
2.15. Recursos externos entrevistas deportistas (captura de pantalla NVIVO).....	106
2.16. Colecciones de nodos libres y ramificados (captura de pantalla NVIVO).....	107
2.17. Atributos de elementos externos (captura pantalla NVIVO).....	108
2.18. Nodos libres (dimensiones) y nodos dependientes (categorías y subcategorías) de análisis.....	109
3.1. Dimensiones de análisis y presentación de resultados.....	121

3.2. Barreras percibidas por los corredores.....	145
3.3. Barreras percibidas por los guías.....	162
3.4. Barreras percibidas por expertos.....	179
4.1. Comparativa de barreras percibidas corredores, guías y expertos.....	201

## **ÍNDICE DE TABLAS**

2.1. Resumen de los elementos fundamentales del diseño de investigación.....	68
2.2. Proceso de análisis de contenido cualitativo adaptado al presente estudio.....	98
2.3. Código de los participantes que formaron parte del estudio.....	100



## **ACLARACIONES PREVIAS**

La utilización del género masculino como generalizador en el uso del lenguaje escrito de este trabajo responde únicamente a criterios de simplicidad y fluidez en su redacción y lectura.

En la redacción de esta tesis se han seguido las normas de estilo de la American Psychological Association (APA) en su 6ª edición, del año 2009.

Las imágenes utilizadas en las portadas de cada capítulo corresponden a fotografías del campeonato nacional de carreras por montaña para personas con diversidad visual 2016 y 2017, campeonato de Andalucía de carreras por montaña para personas con diversidad visual 2016 y campeonato de travesías de resistencia de Andalucía 2017, según se referencia en cada una.





## RESUMEN

La inclusión en la actividad física y el deporte de personas con diversidad funcional visual es una realidad cada vez más palpable gracias a las diferentes iniciativas tanto públicas como privadas. Esta creciente incorporación de personas con diversidad funcional visual no exime del hecho que existen multitud de barreras e impedimentos económicos, organizativos, personales y de otra índole que limitan la participación en las actividades físicas y más concretamente en las carreras por montaña.

El objeto de este proyecto de investigación fue la clarificación de las diferentes barreras y limitaciones encontradas en la incorporación y realización de carreras por montaña por personas con diversidad funcional visual, creando una base para la eliminación de barreras.

El desarrollo de la investigación se centró en el análisis de las barreras presentes en la práctica deportiva y en las carreras por montaña, para las personas con diversidad funcional visual. Este análisis se realizó desde una triple perspectiva: la de corredores con diversidad funcional visual, guías y personas expertas en la temática.

El proceso se ha desarrollado a través de entrevistas semiestructuradas a los agentes involucrados y los expertos seleccionados por su relación con el ámbito de las carreras por montaña. Entre los participantes estuvieron los corredores con diversidad funcional visual, fueron un total de 26 sujetos (19 hombres y 7 mujeres) los 29 y 58 años; los guías que participaron en el estudio fueron un total de 23 guías (18 hombres y 5 mujeres), con edades comprendidas entre los 24 y 66 años y por último cuatro expertos de diversas entidades relacionadas con la organización, gestión y las carreras accesibles.

Entre los resultados obtenidos cabe destacar la falta de formación de técnicos y responsables de la organización de carreras por montaña en el área de atención a la diversidad. Así mismo se

encontraron multitud de aspectos informativos y de difusión que hacían este tipo de eventos inaccesibles si no hubiese ayuda externa de guías, amigos y familia.

Los resultados obtenidos a lo largo del desarrollo de todo el proyecto de estudio, ha llevado a una serie de conclusiones y posibilidades de inclusión del colectivo con diversidad funcional visual en las carreras por montaña. Las conclusiones nos llevan a una serie de líneas de trabajo recomendadas a entidades públicas y privadas responsables de la organización de este tipo de pruebas en medio natural y la elaboración de una guía de buenas prácticas y decálogo de inclusión en el deporte en Andalucía. Así como una serie de líneas de investigación futuras que proporcione nuevas posibilidades de inclusión dentro de las actividades de medio natural de las personas con diversidad funcional.

## ABSTRACT

The inclusion in the physical activity and the sport of people with visual functional diversity is an increasingly palpable reality thanks to the different public and private initiatives. This growing incorporation of people with visual functional diversity does not exempt from the fact that there are many barriers and impediments economic, organizational, personal and of other nature that limit participation in physical activities and more Specifically in the races by mountain.

The purpose of this research project was the clarification of the different barriers and limitations encountered in the incorporation and realization of races by mountain by people with visual functional diversity, creating a basis for the elimination of barriers.

The development of the research focused on the analysis of the barriers present in the sports practice and in the races by mountain, for the people with visual functional diversity. This analysis was carried out from a triple perspective: runners with visual functional diversity, guides and experts in the thematic.

The process has been developed through semi-structured interviews with the agents involved and experts selected for their relationship with the field of mountain races. Among the participants were the corridors with visual functional diversity, were a total of 26 subjects (19 men and 7 women) 29 and 58 years; The guides who participated in the study were a total of 23 guides (18 men and 5 women), aged between 24 and 66 years and finally four experts from various entities related to the organization, management and careers accessible.

The results include the lack of training of technicians and managers of the organization of race by Mountain in the area of attention to diversity. There was also a multitude of informative and dissemination aspects that made this type of events inaccessible if there were no outside help

from guides, friends and family.

The results obtained throughout the development of the whole project of study, has led to a series of conclusions and possibilities of inclusion of the collective with functional visual diversity in the races by mountain. The conclusions lead us to a series of recommended lines of work to public and private entities responsible for the organization of this type of tests in the natural environment and the elaboration of a guide of good practices and decalogue of inclusion in the sport in Andalusia. As well as a series of future lines of research that provide new possibilities of inclusion within the activities of natural environment of people with functional diversity.

# CAPÍTULO 1:

## MARCO TEÓRICO



Campeonato nacional carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual 2016 (Hervas, Cáceres) (Cristobal, José Carlos y Juan)



## **CAPÍTULO 1.- MARCO TEÓRICO**

### **1.1. Introducción.**

En el presente capítulo se desarrolla el marco teórico del estudio y el planteamiento del problema de la investigación del que surgen los aspectos a tratar. Además, se tratarán la diversidad funcional visual y su presencia en la sociedad actual (Abellán, Pérez, Esparza, Castejón y Ahmed-Mohamed, 2012). La actividad física desarrollada por las personas con diversidad funcional visual y las medidas de inclusión y accesibilidad de estas. Aquellas actividades desarrolladas en medio natural y por último centrándonos en el objeto de trabajo del presente proyecto las carreras por montaña y los roles que desempeñan las personas con diversidad visual en las mismas desde las distintas entidades que albergan estas pruebas.

### **1.2. Planteamiento del problema.**

El problema de investigación es el núcleo central de cualquier estudio, puesto que establece cual es la inquietud sobre la que giran las decisiones encaminadas a la resolución del mismo. Como indica González (2007, p.65), no hay que tomarse el problema como una “camisa de fuerza”, sino como una representación que encauzará la toma de decisiones posteriores.

El desarrollo de este trabajo vino determinado por la participación de la autora de forma activa en la inclusión y el acceso de las personas con diversidad funcional y más concretamente con problemática visual desde el año 2008.

En este año se inicia en labores como guía de personas con diversidad funcional visual (DFV) tanto en medio urbano, como en medio natural, realizando rutas en baja, media y alta montaña. Tras dos años diseñando un programa de salidas periódicas al medio natural y realizando las

labores de guía y coordinación, en 2010 se le solicitó la realización de un curso de iniciación al guiado y desplazamiento en montaña por parte de la delegación provincial de Sevilla de la Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE). Este curso se repetiría en varias ocasiones tanto a nivel provincial, autonómico y estatal, siendo las últimas ediciones en noviembre de 2017 en Andalucía, organizado por la Federación Andaluza de Deportes para Ciegos (FADEC), y en marzo de 2017 a nivel estatal realizado en Madrid, gestionado por la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC). Esta labor de guía y formadora de guías y personas con DFV para su inclusión y acceso a las actividades de montaña se ha simultaneado con la colaboración técnica en el campeonato nacional de carreras por montaña (en adelante CNCM) desarrollado por la FEDC desde el año 2015 hasta la presente temporada.

Los años de colaboración y trabajo desarrollado en el medio natural tanto en media como en alta montaña, han servido para que la autora experimentara en primera y segunda persona aquellas barreras que dificultaban de alguna manera la incorporación de este colectivo a la práctica de actividades en montaña. Esta vivencia ha llevado al desarrollo del trabajo de investigación que lleva por título: la accesibilidad en carreras por montaña con personas con diversidad funcional visual.

El medio natural y las actividades físico-deportivas realizadas en el son una forma de inclusión que permite a los participantes con diversas capacidades compartir espacios y actividades (Villagrà, Santos, Arribas, Ortega y Fernández, 2007). Sin embargo, son multitudes las barreras que se encuentran en el desarrollo de este tipo de actividades tanto en baja, media y alta montaña, a nivel recreativo y deportivo (Torrebadella, 2013; Vázquez, 2014).

El presente proyecto de tesis tiene por finalidad analizar las barreras de acceso a las carreras por montaña para las personas con diversidad funcional visual, para establecer una base de



conocimiento sobre esta problemática. El estudio que nos ocupa se planteó como una aproximación a la realidad de la práctica deportiva de la población con DFC, enfocada principalmente en las carreras por montaña, para tratar de generar una serie de premisas/acciones a tener en cuenta por las organizaciones publicadas y privadas relacionadas con este tipo de competiciones, que permitan desarrollar pruebas inclusivas, acordes con las necesidades de la sociedad actual, que se caracteriza por ser diversa y cambiante.

### **1.2.1. Objetivos.**

La investigación que nos ocupa nació de la necesidad de resolver aquellas cuestiones que suponen limitaciones en la práctica deportiva de personas con diversidad funcional visual dentro de las carreras por montaña. Hasta el momento, la práctica deportiva de personas con algún tipo de diversidad funcional se ha limitado al cumplimiento mínimo de requisitos sociales y políticos, pero el análisis de la situación actual nos presenta un escenario de avance hacia la integración real de este colectivo, como es el caso de la participación de personas con diversidad funcional visual en las carreras por montaña.

El objetivo de investigación se centra en conocer los aspectos que intervienen en la accesibilidad de las personas con diversidad funcional visual en las carreras por montaña, con la finalidad detectar y conocer en profundidad cuales son las principales barreras presentes y realizar una guía de buenas prácticas, que promueva la participación de este colectivo en las carreras por montaña realizadas por la FEDME y las diferentes federaciones territoriales. En relación con lo expuesto, el planteamiento del problema de investigación es el siguiente:

***¿Cuál es la accesibilidad a las competiciones de carreras por montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual?***

Una vez establecido el problema de investigación, se proponen a continuación los **objetivos específicos de investigación**, para poder dar respuesta de una forma pormenorizada y sin perder la minuciosidad investigadora del proyecto que nos ocupa:

***1. Detectar las barreras en la práctica deportiva de carreras por montaña para usuarios con diversidad funcional visual.***

Este primer objetivo se dedica al análisis de aquellas barreras y limitaciones que se presentan en los diferentes momentos de vivencia de una carrera por montaña, tanto por parte del corredor con diversidad funcional visual como por parte de los guías que lo acompañen. Estos momentos de experiencia dentro de la carrera son la inscripción, la acogida, el desarrollo de la prueba y la acogida en el final y clausura.

***2. Analizar si la satisfacción con la organización y el desarrollo de las pruebas de carreras por montaña de los participantes con diversidad funcional visual influye en el propio acceso a las competiciones por montaña.***

El segundo objetivo se centra en aclarar si la satisfacción con la organización y desarrollo de las pruebas influye en la participación presente y futura de las carreras por montaña, tanto de los participantes como de los guías actuando como tal.

***3. Localizar las necesidades de información y accesibilidad de deportes de montaña a los participantes con diversidad funcional visual.***

El tercer objetivo pretende aclarar aquellas cuestiones básicas de información sobre terreno, trazados y organización de la propia carrera por montaña (así como otros deportes en montaña), que sean determinantes para que las personas con diversidad funcional visual puedan participar en este tipo de actividades físico-deportivas.

**4. Crear en base a los resultados obtenidos unas líneas de trabajo de buenas prácticas sobre el diseño y organización de las pruebas de carreras por montaña dirigidas al colectivo con diversidad funcional visual.**

En este cuarto y último objetivo se plantea la necesidad de crear unas líneas de trabajo de buenas prácticas en el diseño y organización en las pruebas, de modo que la incorporación de las personas con diversidad funcional visual y sus guías se normalice, dejando de considerarse algo extraordinario como ocurre en la actualidad.

### **1.3. Conceptualización y características de las personas con diversidad funcional visual**

#### **1.3.1. Diversidad funcional visual.**

La presencia de la diversidad funcional en Europa y en España es cada vez mayor gracias a todas las políticas y medidas tanto institucionales como no institucionales que favorecen la visibilidad de la población con diversidad funcional y su inclusión en la vida social de los diferentes países (Abellán, Pérez, Esparza, Castejón, y Ahmed-Mohamed, 2012; Arnáiz, y De Haro, 1997; Bartón, 2009).

La diversidad funcional es una realidad compleja, la cual ha sido enmarcada y definida por multitud de organizaciones y autores (Cansino, 2016; Castillo, 2007). Con el objetivo de seguir durante todo el trabajo que nos ocupa un único concepto, se utilizará el establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), organización de referencia en la clasificación y el tratamiento de datos sobre las personas con diversidad funcional (OMS, 2011).

En la clasificación internacional de deficiencias, discapacidades y minusvalías realizada por la OMS en 1980 (OMS, 2011), se distinguía entre deficiencias (*impairments*), discapacidades (*disabilities*) y minusvalías (*handicaps*):

a) La deficiencia se refiere a una característica de tipo estático e inamovible, que conlleva la pérdida, malformación o anomalía de un órgano, una estructura o una función mental, psicológica, fisiológica o anatómica. Es el resultado de un estado patológico prenatal, neonatal o del desarrollo, y es observable, mensurable y objeto de diagnóstico médico, psicológico y social.

b) La discapacidad, actualmente denominada diversidad funcional, tiene una significación más dinámica, haciendo referencia a las consecuencias que derivan de una diversidad funcional y que varían en función de las características individuales de cada persona, el desarrollo global y el entorno cercano que lo rodea. La diversidad funcional es, por tanto, un concepto que desde una visión global de la persona (física, psicológica, emocional y social), entiende que encuentra una serie de limitaciones y/o dificultades.

c) La minusvalía o incapacidad es una situación de desventaja para una persona con diversidad funcional, que limita o impide el desempeño de un rol que es normal en su grupo en función de la edad, sexo, factores sociales y culturales y puede afectar al desarrollo de la comunicación, desplazamientos, actividades cotidianas y de cuidado personal entre otras muchas.

En esta obra tomaremos el término diversidad funcional, acuñado en el siglo XXI tras debates y elucubraciones de sociólogos y expertos de bioética (Palacios y Romañach, 2006), para la eliminación de la connotación negativa que acarrea otra serie de términos utilizados con anterioridad.

La diversidad funcional visual tiene sus peculiaridades y características, que determinarán en gran medida el desarrollo de la vida de la persona y su desempeño laboral, social y deportivo, tal y como se expone en los siguientes apartados (Torralba, 2004; Toro, y Zarco, 1998).

### **1.3.2. Definición diversidad funcional visual.**

El desempeño que una persona tiene en el día a día depende en gran medida del sentido de la vista, ya que el 80% de la información necesaria para nuestra vida cotidiana la obtenemos a través de este medio (Pérez, López e Iglesias, 2004; Ríos, 2003; Toro y Zarco, 1998). Esto conlleva que el desarrollo y aprendizaje de la mayoría de la población vienen determinados, en gran medida, por la información visual obtenida del entorno.

La visión representa, por tanto, un factor indispensable para la autonomía y el desenvolvimiento de cualquier persona, teniendo especial importancia durante el periodo de desarrollo infantil (Abellán, Pérez, Esparza, Castejón y Ahmed-Mohamed, 2012; Roca-Balash, 1994).

Siguiendo las obras de Ríos (2003), Toro y Zarco (1998) y la Junta de Andalucía (2010), se puede considerar que la diversidad funcional visual hace referencia a personas que tienen resto visual con diferentes formas de percibir (la luz, las formas, los colores, etc.) y a personas que no tienen ningún resto visual. Esta diferenciación nos lleva a que cada persona tenga unas necesidades diferentes según su afectación visual. Según las mencionadas obras, las principales necesidades para las personas que presentan algún tipo de diversidad funcional visual se centran en la accesibilidad de los espacios públicos como pueden ser (centros educativos, centros médicos, organismos oficiales, centros de ocio y deporte, etc.) y en el desplazamiento en diferentes entornos con autonomía, siendo claves en este sentido la eliminación de barreras y la facilidad en la orientación. Estas necesidades desembocan en la principal, que es la interrelación social dentro del colectivo de personas con diversidad funcional visual, así como la inclusión en el entorno cercano, propiciando una participación real y completa.

En términos médicos, la OMS, coincidiendo con Barraga y Morris (1980), considera que la

diversidad funcional visual se puede manifestar de diferentes formas:

a) ceguera, cuando el sujeto afectado presenta carencia de visión o percibe únicamente luz y es incapaz de realizar tareas visuales;

b) diversidad funcional visual profunda, cuando existe dificultad para realizar tareas visuales gruesas y es imposible la realización de tareas que requieran visión de detalle.

c) diversidad funcional visual severa, cuando es posible desempeñar tareas visuales con inexactitudes si se dan adecuaciones de tiempo, ayudas y modificaciones.

d) diversidad funcional visual moderada, en la que hay posibilidad de realizar tareas visuales similares a las que realizan las personas de visión normal con ayudas especiales e iluminación adecuada.

A nivel deportivo, la clasificación utilizada en España como base para las categorizaciones deportivas en las diferentes disciplinas deportivas, tanto paralímpicas como aquellas que no entran en el calendario olímpico, son las establecidas en el Real Decreto 1971/1999 de 23 de diciembre, de procedimiento para el reconocimiento, declaración y calificación del grado de minusvalía. No obstante, esta clasificación es similar en todos los países occidentales.

Para determinar esta clasificación, se utilizan los conceptos de agudeza visual, campo visual y sensibilidad cromática (Ibáñez, 2002; Ríos, 2003; Roca-Balash, 1994). La agudeza visual es en la capacidad del ojo para determinar separadamente dos puntos próximos de un objeto; el campo visual informa de la amplitud de visión que se obtiene, sin movilizar el ojo, al mirar un estímulo luminoso fijo; y la sensibilidad cromática es la capacidad para discriminar unos colores de otros. A la hora de evaluar la función visual, se toma como referencia la Escala de Wecker (Toro, y Zarco, 1998). Para determinar la puntuación en la mencionada escala, se estudian la agudeza visual y el campo visual de ambos ojos (con corrección en caso necesario), existiendo varios

tipos de valoración: visión normal (agudeza visual superior o igual a 0.8 y campo visual normal); visión casi normal (agudeza visual entre 0.7 y 0.5 y campo visual normal); visión subnormal (agudeza visual entre 0.4 y 0.3 o campo visual limitado a 40°); baja visión (visual entre 0.25 y 0.12 o campo visual disminuido hasta 20°); y ceguera legal (agudeza visual igual o inferior a 0.1 o campo visual reducido a 10°) (Leonhart, Codina y Vall, 1997, citado en Ríos, 2003).

### **1.3.3. Características de la población con diversidad funcional visual.**

El desarrollo y los aprendizajes de las personas con diversidad funcional visual van a determinar sus características en la vida adulta. Los niños y niñas con diversidad funcional visual presentan una serie de características que, aunque no se pueden generalizar, es necesario tener en cuenta para su posterior desarrollo hasta la edad adulta (Cuenca y Madariaga, 2000).

El desarrollo infantil se ve determinado por la afección visual, presentando consecuencias como retraso en el desarrollo motor, déficit en la formación de conceptos, dificultades en el desarrollo del pensamiento abstracto y retraso en el desarrollo cognitivo. En los primeros años de vida, los niños y niñas adquieren aprendizajes de la vida cotidiana en los que el principal canal de información es la visión, ya que imitan a los progenitores y adultos que los rodean. Esto provoca que en los niños y niñas con diversidad funcional visual existan dificultades en los aprendizajes de conductas tales como el aseo, la alimentación y el vestido, así como una comunicación pobre, presentando un escaso repertorio de habilidades interpersonales y dificultades en la adquisición de componentes verbales y no verbales y de habilidades sociales (Cuenca y Madariaga, 2000; Roca-Balash, 1994; Rosa y Ochaia, 1993). Esta situación de incomunicación con el entorno provoca una necesidad de acercamiento de la información visual a través de otros canales, ya sean auditivos o táctiles. Es clave la utilización del contacto verbal o

táctil, controlando la información y las respuestas no verbales emitidas. Otro aspecto a tener en cuenta es que los sentimientos de soledad/aislamiento, inseguridad, indefensión y desinterés se acentúan cuando la diversidad funcional visual es adquirida y no de nacimiento (Cuenca y Madariaga, 2000; Rosa y Ochaia, 1993). A nivel motor, la autonomía en los desplazamientos y orientación provoca multitud de problemas que pueden ser solventados con el trabajo de la imagen corporal y el conocimiento de pautas de orientación y de movilidad básicas para relacionarse con el entorno y las personas que le rodean. En lo referente a expresión corporal y hablada, la utilización de gestos adecuados es deficitaria, produciéndose un menor número de sonrisas, así como menos preguntas abiertas, existiendo una mayor duración y latencia del discurso y mayores perturbaciones del habla. Es necesario canalizar e intervenir sobre los verbalismos y cieguismos (estereotipias) (Cuenca y Madariaga, 2000; Rosa y Ochaia, 1993).

En el aspecto socioemocional, la falta de autonomía que presentan las personas con diversidad funcional visual provoca una baja autoestima, por lo que es necesario insistir específicamente sobre sus habilidades y destrezas personales desarrolladas exitosamente. Es decir, hay que ayudarles facilitando las tareas, no haciéndolas, y siempre y cuando quieran ser ayudados (Cuenca y Madariaga, 2000; Pérez, López e Iglesias, 2004). Por otra parte, hay que tener en cuenta que la integración no es inclusión, y que es necesario favorecer la interrelación social no solo dentro del colectivo de personas con diversidad funcional visual, sino en el entorno cercano que propicie la participación en su entorno social.

Las características y necesidades de las personas con diversidad funcional visual determinarán las actuaciones de organizaciones, administraciones y profesionales para favorecer su inclusión en la sociedad en los ámbitos formativo, laboral y en la ocupación del ocio y el tiempo libre (Ríos, 2003; Roca-Balash, 1994; Toro y Zarco, 1998).



#### **1.4. Medidas de integración social.**

Las personas con diversidad funcional se encuentran en una situación de desventaja personal y social, que viene impulsada por diferentes factores expuestos en los apartados anteriores (Rosa y Ochaita, 1993). Las diferentes medidas de actuación implementadas desde el ámbito legislativo, así como desde otros, buscan la integración y la inclusión de las personas con diversidad funcional, con el objetivo de hacer que esos factores desfavorecedores vayan desapareciendo (Martín, y Luengo, 2003; ONU, 2006). Aunque la inclusión total está aún lejos, en este apartado se detallarán las actuaciones y medidas que se llevan a cabo atendiendo los derechos fundamentales y ámbitos de desarrollo en la vida de las personas con diversidad funcional, como son: el derecho a la vida, a la igualdad, a la atención sanitaria, a la inclusión educativa, a la incorporación al mundo laboral, a la accesibilidad urbanística y de las viviendas, a la atención jurídica y oficial de diversidad funcional, el acceso a la cultura, la ocupación del tiempo libre y el deporte (Aguirre, Gil, González, Osuna, Polo, Vallejo, Angulo y Prieto, 2010; Cumellas y Estrany, 2006; Roca -Balash, 1994). Los diferentes documentos legales que apoyan los servicios ofrecidos a las personas con diversidad funcional visual presentan diferentes derechos que se dan como evidentes pero que, en algunos casos, no son totalmente respetados.

El derecho a una vida plena y digna en igualdad de condiciones que los demás es uno de los derechos principales que establece la carta de derechos de personas con discapacidad (CDPD), artículo 10. También incluye el derecho a la vida independiente e incluida en la comunidad, con las mismas oportunidades de acceso a las instalaciones y los servicios comunitarios (artículo 19). Estos artículos de la CDPD se ven apoyados por la Constitución Española: “todos tienen derecho a la vida y a la integridad física y moral, sin que, en ningún caso, puedan ser sometidos a tortura ni a penas o tratos inhumanos o degradantes” (artículo 15).

En España encontramos varios preceptos legales que protegen la igualdad de las personas con diversidad funcional. En primer lugar, la Constitución Española defiende que “los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social” (artículo 14). El tratamiento de forma más concreta de la igualdad de las personas con diversidad funcional se encuentra en la ley general de derechos de las personas con discapacidad y de su Inclusión Social (LGDPDYIS), refundida en 2013. Ésta tiene por objeto principal:

Garantizar el derecho a la igualdad de oportunidades y de trato, así como el ejercicio real y efectivo de derechos por parte de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones respecto del resto de ciudadanos y ciudadanas, a través de la promoción de la autonomía personal, de la accesibilidad universal, del acceso al empleo, de la inclusión en la comunidad y la vida independiente y de la erradicación de toda forma de discriminación (artículo 1, LGDPDYIS).

Esta igualdad es entendida desde todos los puntos de vista: educativa, sanitaria, laboral, jurídica, política, cultural y de ocupación del tiempo libre.

En la convención internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad (CRPD) se defiende que el acceso a la atención sanitaria es un derecho, y todas las personas con diversidad funcional tienen derecho a gozar del más alto nivel posible de salud sin discriminación por motivos de diversidad funcional (artículo 25). Este precepto se ratifica en la Carta Social Europea, así como en la LGDPDYIS, que en su parte primera expone los derechos sociales fundamentales. Entre ellos se encuentran el beneficiarse de las medidas médicas necesarias para gozar del mejor estado de salud posible, y garantizar el acceso de la asistencia médica independientemente de la condición social y personal del individuo.

La falta de accesibilidad con relación a la ordenación urbanística, la movilidad y la comunicación es uno de los aspectos que obstaculizan la vida de la persona con algún tipo de diversidad funcional, ya que les impide la relación con su entorno cercano y lejano. Por este motivo, tiene especial interés el establecimiento de preceptos legales que rijan los mínimos de accesibilidad, teniendo en cuenta esta accesibilidad desde el CRPD (artículo 9) y en la ley general de derechos de las personas con diversidad funcional y de su inclusión social (artículos 24 a 29).

Por otro lado, el acceso a la cultura y la ocupación del tiempo libre es un derecho que favorece la integración y la inclusión de las personas con diversidad funcional dentro de una comunidad. Desde las Naciones Unidas proponen, mediante el CRPD (artículo 30) promover la participación de las personas con diversidad funcional en actividades recreativas, esparcimiento y deporte, y lo considera un derecho. Asimismo, determina que los estados miembros deben adoptar todas las medidas pertinentes para asegurar la disponibilidad de actividades culturales como pueden ser el cine, el teatro, los museos o los monumentos, y siempre en formatos accesibles para personas con diversidad funcional (por ejemplo, lengua de signos, Braille, subtítulos). Los estados partes también deben tomar todas las medidas pertinentes para que las actividades culturales se celebren en lugares accesibles para las personas con diversidad funcional. En la Constitución Española, en los artículos 43 y 44, se establece a su vez la obligación por parte de los poderes públicos y las administraciones de fomentar y promover el acceso a la cultura, la educación y el deporte, así como el fomento de una adecuada utilización del ocio.

Estos derechos, destacados entre aquellos determinados por la legislación y documentos oficiales que amparan la atención social a las personas con diversidad funcional visual, hacen que el objeto de estudio de esta investigación sea necesario y determinante para la inclusión de

las personas con diversidad funcional visual en actividades deportivas (Blanco y Huguet, 2013), y más concretamente en las carreras por montaña, sin ser la DFV un impedimento para la inclusión.

### **1.5. La ONCE: organización de referencia para las personas con diversidad visual en España.**

Las personas con diversidad funcional visual, al igual que otros colectivos con algún tipo de diversidad funcional, se encuentran en desventaja personal y social para el desarrollo de su vida cotidiana. Esto determina la atención que prestan las diferentes administraciones a estos colectivos, tal y como se analizó en el apartado 1.3.

Existen multitud de preceptos legales que favorecen e impulsan las ayudas a las personas con diversidad funcional. En concreto, las personas con diversidad funcional visual se encuentran amparadas en gran medida por la ONCE, que presta todo tipo de servicios a las personas con diversidad funcional. La ONCE como institución se creó en 1938 como respuesta a las necesidades de los ciegos españoles de las primeras décadas del siglo XX, y con el fin de conseguir la autonomía personal y plena integración de las personas ciegas y con problema visual grave. En la actualidad, los afiliados a la ONCE tienen acceso a un gran número de prestaciones, servicios sociales y de inclusión que desarrolla la entidad. Asimismo, tienen derecho a participar en la vida democrática de la institución. Al finalizar el año 2013 el número de afiliados de la ONCE ascendía a 71.769. Para ser afiliado a la ONCE, es necesario presentar en alguno de los ojos (o ambos) una agudeza visual por debajo de 20/200 de la Escala De Wecker.

La ONCE ofrece a sus afiliados multitudes de servicios con el objeto de mejorar la calidad de vida en aspectos tales como inclusión educativa, formación e inserción laboral, rehabilitación integral y autonomía personal. Estos apoyos contribuyen a la incorporación de las personas con diversidad funcional visual a la actividad físico-deportiva. El análisis de los servicios que la ONCE proporciona a los afiliados; y la protección existente en materia deportiva desde la legislación vigente aclara la situación actual de la práctica deportiva de las personas con diversidad funcional visual tanto dentro como fuera del ámbito competitivo. Actualmente, el acceso a la actividad física y deportiva de forma normalizada se debe hacer de forma organizada a través de la FEDC.

#### **1.6. Actividad física y diversidad funcional visual.**

La población ciega o con baja visión es muy numerosa. Según las estimaciones realizadas por la OMS en 2008, la ceguera afecta al 0.7% de la población mundial, y el 5.45% padece alguna diversidad funcional visual, lo que asciende a 285 millones de personas que presentan diversidad funcional visual. En España, el total de casos con algún tipo de diversidad funcional visual es de 2.14% (979.200) de la población y aquellos que presentan ceguera el 0.13% (58.300). Este alto índice de población con algún tipo de diversidad funcional visual llevó a la realización por parte de Calik, (2012), Kozub, (2006); Santana y Guillén (2009) y Pérez, Alonso, García y Coterón (2011) a realizar estudios e investigaciones sobre los intereses sobre la práctica deportiva, así como sobre los factores facilitadores y limitadores de las personas con DFV.

### **1.6.1. Hábitos de práctica en la población con diversidad funcional visual.**

En esta línea, en primer lugar, se analizarán los intereses por el deporte de las personas con DFV. Para ello, emplearemos las obras de Santana y Guillén (2009) y de Pérez, Alonso, García y Coterón (2011). Estos autores muestran en sus investigaciones que el interés por la práctica deportiva en personas con DFV es bastante alto, al contrario de lo que pudiera pensarse debido a su problemática en la visión y la falta de autonomía, incluso en aquellos que nunca han practicado. El gusto por el deporte entre los deficientes visuales y la población vidente es similar, siendo ese interés elevado en ambos casos y no constituyendo la DFV un inconveniente para ello. Hay que destacar también que el mayor interés por el deporte lo muestran aquellos sujetos con DFV de menor edad, al tiempo que se detecta el mayor interés que muestran los hombres frente al mostrado por las mujeres. Otro aspecto relevante es que el interés por el deporte como fenómeno social es mayor a medida que aumenta el grado de DFV, siendo mayor ese interés en los ciegos que en los deficientes visuales parciales, aunque esa diferencia sea mínima. Es interesante conocer también el dato que expone que los sujetos que nunca han practicado deporte presentan un gran interés por iniciarse en la práctica deportiva, fundamentalmente entre los de edad intermedia. La proporción de ciegos y de deficientes visuales que les gustaría iniciarse en el deporte es similar, situándose en aproximadamente la mitad de ellos.

Aunque existe un interés inherente a la práctica deportiva de la población ciega, según Lieberman, y Houston-Wilson (1999), las personas que presentan DFV son uno de los colectivos más sedentarios. En gran medida, esto es debido a la existencia de barreras a la hora de practicar actividad física, tales como: el precio elevado de la práctica, el transporte, la falta de compañeros y/o amigos y la DFV (Jaarsma, Dekker, Koopmans, Dijkstra y Geertzen, 2014; Jiménez, 2009). Según estos mismos autores, los factores personales determinantes para la práctica fueron la

salud, diversión, y los contactos sociales; siendo el apoyo familiar el facilitador ambiental más importante. Para mejorar la participación deportiva en las personas con DFV, el énfasis del programa deportivo debe estar centrado en los aspectos positivos del deporte, como son la diversión, la salud y los contactos sociales. Entre los deportes más practicados están caminar (43%), fitness (34%), y el ciclismo (34%) (Jaarsma et al., 2014; Pérez et al., 2011; Santana y Guillén, 2009).

### **1.7. Inclusión en la práctica de actividad física.**

El deporte es un medio y un fin, en el cual la transmisión de valores se hace realidad a través de la vivencia y la construcción de estos por los participantes (Caballero-Blanco, 2015). En el deporte adaptado podemos destacar valores que van desde el respeto a la autonomía personal, mediante la aceptación de uno mismo y la mejora del bienestar y de la salud corporal, así como de las relaciones personales. Existen valores personales más utilitarios como son la ocupación del tiempo libre, la dedicación y la valoración del esfuerzo; o de tipo moral como la cooperación y el respeto a las normas (Torralba, 2004).

Las diferentes propuestas oficiales, ya sean leyes, planes plurianuales o programas instituciones, persiguen la integración y la mejora de la calidad de vida de las personas con diversidad funcional a través del deporte, pero todo queda en grandes pretensiones que, en la mayoría de los casos, no facilitan el día a día de la práctica deportiva de las personas con DFV. En el presente estudio, se marca como uno de los objetivos el facilitar la inclusión real de los participantes con DFV en las carreras por montaña realizadas en las diferentes federaciones y organismos responsables, con las indicaciones resultantes de las vivencias, experiencias y valores analizados de la población participante en el circuito de la FEDC.

### **1.7.1. Evolución histórica del deporte adaptado.**

La práctica deportiva es una actividad considerada como un derecho por todos los preceptos legales. Históricamente, la integración de las personas con diversidad funcional en la práctica deportiva tiene su origen en 1924, con la creación del comité internacional de deportes para sordos, aunque una década antes (en 1910, sólo 14 años después de las primeras olimpiadas modernas), en Alemania personas ciegas y con problemas visuales practicaban atletismo de forma organizada. Posteriormente, otras diversidades funcionales se han ido incorporando de forma oficial a la práctica del deporte adaptado (Reina, 2014).

El inicio del deporte practicado en España por personas con diversidad funcional visual se produce en los colegios de la ONCE, antes incluso de la constitución de la ONCE como institución en el año 1938, siendo la primera competición a nivel nacional en 1958 (con las disciplinas deportivas de atletismo y natación), en la que los participantes eran afiliados a la ONCE (Castrillón, 2002).

En 1944, tras la finalización de la II Guerra Mundial, Sir Ludiwig Guttmann crea el “*Spinal Injuries Center*” en el hospital de Stoke de Mandeville (Inglaterra). Cuatro años más tarde, se inician los juegos de Stoke Mandeville, que darán lugar a la *International Stoke Mandeville Game Federation* (ISMGF) que organiza dichos juegos. Tras unos años, se realizan los primeros juegos paralímpicos en Roma, en los que sólo participaron lesionados medulares. La primera incorporación de personas con diversidad funcional visual en estos juegos no sería hasta el año 1976, al participar en los V juegos olímpicos para personas con diversidad funcional que se desarrollaron en Toronto (Canadá). En 1986, en el campeonato del mundo de deportes para personas con diversidad funcional, participan todas las diversidades funcionales de forma conjunta. A partir de este año, se segregan los campeonatos del mundo según tipología de



diversidad funcional, uniéndose todas en los juegos paralímpicos. En los primeros juegos paralímpicos de invierno que participan personas con DFV es en los juegos paralímpicos de invierno en Innsbruck en el año 1988.

En 1964 se creó el *International Sport Organization for the Disabled* (ISOD, amputación, ceguera y parálisis cerebral), esta fundación llevaría a la creación de las federaciones nacionales como la federación española de deportes de minusválidos creada en 1968. En 1982 se crea el *International Coordination Committee* (ICC), el cual favoreció la comunicación y la coordinación entre las organizaciones de deportes para personas con diversidad funcional. El 22 de septiembre de 1989 se creó el Comité Paralímpico Internacional (IPC) en Dusseldorf, Alemania, extinguiéndose el ICC. En la clausura de los juegos paralímpicos de Barcelona'92 se autodisuelve el ICC e inicia su actividad el comité paralímpico internacional, y a partir de ese año empiezan a crearse los comités nacionales. El Comité Paralímpico Español se crea en 1995. En 2001, Comité Olímpico Internacional (COI) e IPC en colaboración para que los comités organizadores de los juegos olímpicos tuvieran igualmente la responsabilidad de organizar los juegos paralímpicos. Posteriormente en 2004, se celebra la asamblea extraordinaria del IPC en El Cairo, en la que se aprobó la dirección estratégica para favorecer la integración de los diferentes deportes paralímpicos en las federaciones deportivas.

### **1.7.2. El marco legal del deporte adaptado.**

El deporte es un derecho de todos, y como tal lo contemplan los diferentes documentos legales que se van sucediendo a lo largo de los últimos años, emitidos por los diferentes organismos internacionales. Este derecho ha sido contemplado desde 1971 hasta la actualidad por las diferentes normativas y tratados establecidos por los estamentos y los organismos

oficiales, aunque no es hasta el tratado de Lisboa, cuando se destacan los valores del deporte como aspecto de integración e inclusión social y educativa.

A nivel internacional, en el tratado de Niza de 2001 (aplicado en 2003), se declaró 2004 como año europeo de la educación por el deporte. La comisión consideró la utilización del deporte y la efeméride proclamada una ocasión privilegiada para fomentar los valores sociales y educativos del deporte, y de este modo contribuir a la integración de colectivos desfavorecidos como la persona con diversidad funcional. En este tratado, los estados miembros deberán desarrollar la dimensión europea del deporte, promoviendo la equidad y la apertura en las competiciones deportivas y la cooperación entre organismos responsables del deporte, así como protegiendo la integridad física y moral de los deportistas, especialmente de los más jóvenes. Para alcanzar este objetivo, están amparados por la Carta Europea del Deporte:

Se tomarán medidas que permitan a todos los ciudadanos la posibilidad de que practiquen deporte y, si fuera necesario, medidas suplementarias que permitan a los individuos o a los jóvenes dotados, así como a las personas o grupos desfavorecidos o con diversidad funcional beneficiarse realmente de estas posibilidades. (Artículo 4, CRPD)

En 2006, la ONU firma la CRPD, que es promulgada por el estado español en 2008. Esta convención tuvo como resultado 112 ratificaciones y 153 países firmantes. Además, la comisión europea establece la estrategia europea, que marca una serie de líneas y recomendaciones entre las que se encuentran en tratamiento de la diversidad funcional. Entre otros objetivos, se dedicará a mejorar la accesibilidad de organizaciones, actividades, actos, instalaciones, bienes y servicios, comprendidos los de tipo audiovisual, en los campos del deporte, el ocio, la cultura y la diversión, así como a promover la participación en actos deportivos y la organización de actos específicos para las personas con DFV.

A nivel nacional, el Consejo Superior de Deportes (CSD) diseñó en 2010 el plan integral para

la actividad física. En este programa, el CSD presenta la atención a las personas con diversidad funcional en materia de deporte desde el gobierno durante el periodo de 2012 a 2020. Los objetivos propuestos por este organismo están enfocados a fomentar y asegurar la práctica de actividades deportivas de las personas con diversidad funcional, adaptadas a las necesidades específicas de esta población en relación con las instalaciones y teniendo especial cuidado con las poblaciones infantiles y mayores. En el ámbito de la competición de deporte adaptado encontramos aquello marcado por los estatutos de las diferentes federaciones, tanto las de deporte adaptado como las federaciones que albergan dentro de sus estatutos la inclusión de las personas con diversidad funcional, y el denominador común de todas estas federaciones y asociaciones deportivas es el deber de asegurar la promoción de las modalidades deportivas en todo el territorio nacional practicado por las personas con diversidad funcional (comisión europea, 2004).

Estas medidas y preceptos legales han sido en muchos aspectos insuficientes para que la inclusión de las personas con diversidad funcional se realice de forma tangible en la realización de competiciones deportivas, y más concretamente en las carreras por montaña.

### **1.7.3. Adaptabilidad de los recursos deportivos.**

La adaptabilidad de los recursos deportivos se centra en la adaptación de instalaciones, entornos, personal y material involucrado en la práctica deportiva de personas con diversidad funcional (Rubio, Ruiz y Martínez, 2015). Desde el IPC se proponen una serie de recomendaciones de adaptabilidad de recursos en la práctica deportiva:

- a) Un pabellón deportivo, un gimnasio, estadio o cualquier instalación deportiva que tiene uso público, forma parte de nuestra vida diaria, por lo que cualquier persona debe poder

acercarse, acceder y desenvolverse en ellos sin ninguna dificultad. La accesibilidad integral es un requisito fundamental para que las personas con diversidad funcional disfruten de las instalaciones deportivas, y ha de entenderse como una cadena de elementos que están interconectados y de cuya accesibilidad por separado depende la del conjunto.

- b) El diseño de las instalaciones debe garantizar la movilidad interior. Para ello, todas las áreas deportivas interiores y exteriores y los equipos deben estar conectados a través de itinerarios accesibles y señalizados correctamente. La entrada a las pistas debe estar adaptada a personas con movilidad reducida, el pavimento debe ser antideslizante tanto en seco como en mojado. Los suelos deben ser antideslizantes y uniformes, y la iluminación también debe ser uniforme, evitando la generación de brillos, deslumbramientos y sombras. Se deben cumplir los requerimientos de los códigos de edificación. Si existen gradas, deben existir plazas libres para acceso en silla de ruedas y ubicarse lo más cerca de los baños adaptados. Se recomienda una plaza cada 200 espectadores.
- c) Cada deporte requiere ciertas adaptaciones concretas en la instalación o en la utilización de sillas de ruedas especiales o dispositivos específicos para ajustarse a las características de los usuarios. En la medida de lo posible, la adaptación de la información y de los accesos a la práctica deportiva es necesaria en todos los ámbitos. En el caso del objeto que nos ocupa, las adaptaciones se centraran en las necesidades destacadas por los participantes a la hora de desarrollar la actividad en las diferentes pruebas coordinadas por la FEDC.

## **1.8. Actividad física en el medio natural: las carreras por montaña.**

Las carreras por montaña son una modalidad deportiva que puede desarrollarse en alta, media y baja montaña. Esta modalidad deportiva ha experimentado un crecimiento exponencial en los últimos años desde todos los puntos de vista, incluida la participación de personas con algún tipo de diversidad funcional (González, 2004). Ejemplo de ello fueron los últimos “*Sky Games 2012*”, en los cuales participaron personas con diversidad funcional física y sensorial en categorías adaptadas a ellos en los denominados *Para-Sky Games*.

A continuación se analiza la práctica de actividades físicas en medio natural (AFMN) del colectivo de personas que presentan DFV, así como las características de las carreras por montaña realizadas por este colectivo.

### **1.8.1. Práctica de AFMN en el colectivo con DFV.**

La práctica de las AFMN desarrolladas en la naturaleza tiene una implantación social importante en España (Águila, 2007; González, 2004). La incorporación de las personas con DFV a este tipo de prácticas físicas y deportivas no es únicamente por realizar un deporte específico, sino en gran medida por un acercamiento a la realidad social que promueve una inclusión real de los mismos (Arribas, 2012; Costa, Duarte, Pinto, y Raposo, 2004). Además, esta perspectiva inclusiva se refuerza gracias a la equidad en el uso de espacios (montañas, senderos y refugios) iguales para todos los deportistas, independientemente de sus características personales. Esta situación favorece las relaciones entre las personas, permitiendo evitar el aislamiento que a veces se deriva de la diversidad funcional, y contribuyendo de esta manera a la inclusión de las personas con DFV.

El deportista con DFV busca en la naturaleza y sus diferentes AFMN lo mismo que otro montañero: el desafío personal, la superación de metas y la superación de límites físicos y naturales que son palpables para todas las personas que las realizan (Bueno, 2012; Bueno, Espejo y Toro, 1995; Carrascosa, 2013).

## **1.8.2. Carreras por montaña.**

### ***1.8.2.1. Origen y evolución.***

Las carreras por montaña tienen una larga historia, existiendo registros históricos de competiciones de carreras por montaña realizadas en el año 1068. En este caso se documentó una competición que tenía como objetivo elegir al mensajero real de Escocia, siendo elegido aquel que subía más rápido a la montaña más cercana. Estas carreras por montaña siempre han figurado como un acontecimiento importante en los antiguos *Highland Games* escoceses (Gozzelino, 2009).

Los primeros registros escritos de las carreras de montaña en su versión moderna han sido encontrados en Inglaterra, y se remontan al siglo XIX, dándose estos en 1850 con *The Games Grasmere*. A partir de esta fecha se tienen registro en Inglaterra y Nueva Inglaterra en Estados Unidos, de carreras con longitudes entre 10 y 17 kilómetros y entre 1000 y 1500 metros de desnivel positivo (Gozzelino, 2009).

Actualmente, las carreras por montaña, se han convertido en una actividad de ocio con un carácter más o menos competitivo y/o recreativo en el que los corredores y su entorno cercano ocupan su tiempo libre.

En España existen diferentes circuitos de carreras por montaña gestionadas por la federación española de deportes de montaña y escalada (FEDME), las diferentes federaciones autonómicas

de deportes de montaña y escalada, ayuntamientos, diputaciones, clubes y empresas privadas. En relación a la accesibilidad, la característica común de las diferentes competiciones de carreras por montaña organizadas es la falta de acciones específicas y de pruebas con carácter inclusivo; si bien es verdad que existen algunos ejemplos inclusivos, como la carrera por montaña de Ezcaray (La Rioja), conocida a nivel nacional por su carácter inclusivo, pero son casos señalados y singulares como esta carrera.

#### ***1.8.2.2. Características de las carreras por montaña.***

Las carreras por montañas son competiciones que se desarrollan casi en su totalidad en zona de montañas y medio natural. Entre los tipos que se instauran dentro de los circuitos de la FEDME se encuentran la maratón y media maratón de montaña con longitud igual a la distancia olímpica, pero con un desnivel mínimo de 1500 metros positivos. Además, encontramos los *skyrunning*, modalidad que se desarrolla en cresterías de las montañas de más de 2000 metros de altitud, kilómetros verticales, carreras de distancia máxima de siete kilómetros y un kilómetro de desnivel positivo.

Los organizadores, según reglamento existente por la FEDME, tienen entre sus funciones facilitar toda la información sobre la prueba a los participantes, garantizar la seguridad de los participantes y agentes involucrados durante la carrera, salvaguardar la integridad del entorno medioambiental en el que se desarrollan, así como hacer cumplir el reglamento existente por parte de los corredores en el caso que no exista árbitros oficiales en la prueba.

El acceso a este tipo de eventos en la mayoría de las ocasiones es online, facilitando el proceso de inscripción a través de formularios sencillos y plataformas de pago, espacios digitales que comparten tanto corredores amateurs como aquellos que compiten por premios a nivel

nacional e internacional, y corredores con diferente tipo de capacidades.

El desarrollo de estas pruebas según la modalidad se desenvuelve en alta, media y baja montaña. La distancia mínima para que una prueba se incorpore dentro de la categoría de competición oficial es la denominada media maratón y con un desnivel mínimo positivo de mil metros y un máximo de mil quinientos en el caso de la normativa específica de la FEDC. El recorrido de las competiciones será siempre por pistas y caminos no asfaltados, senderos, barrancos, etc., y el recorrido de la carrera no superará el 50% de pista transitable para vehículos. Dependiendo del terreno en que se realice la competición, pueden hacerse ascensos y descensos con cuerdas, aunque la zona trepada no puede superar el grado II de dificultad o los 40° de pendiente.

La descripción y graduación de las rutas se realiza siguiendo los parámetros del método de información del excursionista (MIDE) en el que se centra en los detalles relativos a la descripción de terreno como son porcentajes de tipo de firme por el que se transita, pendiente positiva o negativa, desniveles acumulados y necesidad o no de la utilización de manos o cuerdas de paso.

El calendario competitivo oficial de carreras por montaña de la FEDME se desarrolla sólo en territorio nacional, la denominada copa de España de carreras por montaña, es un circuito de varias pruebas puntuables para federados, en la que se participa de forma individual en las modalidades. Existe la posibilidad de que participen deportistas extranjeros y están abiertas a todos los participantes, pero no presentan reglamentos que faciliten la inclusión de las personas con diversidad funcional. La otra gran prueba de carreras por montaña es el campeonato de España por federaciones y por clubes, que consta de una única prueba de cada modalidad. Las diferentes modalidades de las copas y campeonato de España son carreras en línea, kilómetro



vertical y ultra.

Las carreras cuentan con categoría femenina, masculina y por selecciones autonómicas. La edad mínima para poder participar es de 15 años en la categoría cadete, según reglamento, excepto en el campeonato de España de ultra trail, en el que solo participarán deportistas de la categoría sénior.

Actualmente, las carreras por montaña en las que participan personas con DFV son las existentes homologadas para circuito oficial de la FEDME, pero de forma integrada tal y como veremos a continuación.

### **1.8.3. Carreras por montaña y diversidad funcional visual.**

El montañismo es una disciplina deportiva incluida dentro del conjunto de actividades de la FEDC, y forman parte del sistema competitivo de este deporte en su modalidad adaptada para diversidad funcional visual aquellas competiciones o pruebas que, bajo el nombre de circuito nacional de carreras por montaña (CNCM), organiza cada temporada la FEDC.

#### ***1.8.3.1. Origen de las carreras por montaña en personas con DFV.***

En España, el montañismo con personas con DFV nace en 1989 de la mano de Juan Antonio Carrascosa Sanz, con la creación del grupo de montaña de la ONCE. El Sr. Carrascosa trabajaba como médico en el centro de recursos educativos Antonio Vicente Mosquete (CREAVM) de la ONCE. Los responsables del CREAVM observaron que los niños con DFV internados en el colegio no disfrutaban de actividades de ocio y deporte para los fines de semana, o las que tenían a su disposición eran poco atractivas para ellos. La dirección del colegio encargó a Carrascosa, además miembro de la federación madrileña de montañismo, la organización de las excursiones,

la formación de los guías, etc.

Tras la posterior creación de la FEDC, esta modalidad deportiva ha tenido una gran promoción y un aumento de participación por parte de personas con DFV, debido a la inclusión en 1997 del montañismo como un deporte más dentro de su estructura. Los objetivos en este momento fueron: consolidar el calendario de actividades deportivas, formar y desarrollar las técnicas necesarias para aumentar los conocimientos médicos de movilidad y seguridad en montaña para ciegos y, por último, extender progresivamente en todo el territorio nacional este deporte para beneficio de los deportistas afiliados a la ONCE. El profesor Carrascosa inicia en 2013 un proyecto basándose en las evidencias de la inexistencia de un desarrollo a nivel internacional de metodología específica para el montañismo con personas ciegas. En aquel momento establecieron un grupo de trabajo para dar respuesta a la necesidad de inclusión de la población con DFV en el mundo del montañismo, a través del establecimiento de técnicas de desplazamiento, material, diseño de recorridos, protocolos de rescate y todos aquellos aspectos necesarios para el desarrollo con normalidad del montañismo.

### ***1.8.3.2. Características de las carreras por montaña en personas con DFV.***

Las carreras por montaña programadas por la FEDC plantean como objetivo principal facilitar la participación y la competición de las personas con DFV en esta disciplina, reuniendo para ello a los deportistas y guías. El montañismo en la FEDC se divide en un total de doce modalidades, agrupadas a su vez en cuatro grupos según afinidad. La clasificación final sería: área de marcha (senderismo, media montaña, alta montaña y expediciones); área de escalada (escalada en roca, escalada en hielo y escalada deportiva); área de resistencia (duatlón en montaña, media maratón de montaña y maratón de montaña); y área de específicos (barranquismo y esquí de travesía).

Las diferentes modalidades y especialidades tienen características propias en técnica, entrenamientos, materiales adaptados y tratamiento metodológico por los profesionales implicados. Todas las modalidades, a excepción de la escalada deportiva, tienen como punto de unión el medio natural, lo que determina que factores como la época del año, la altitud, la temperatura o la climatología del día sean determinantes para su adaptación.

Las actividades deportivas que se están realizando dentro del calendario oficial de la FEDC se pueden agrupar en cinco apartados:

- Trofeo de la regularidad, prueba en la que los participantes realizan una serie de marchas organizadas por la delegación territorial de la once que les pertenezca.
- Ascensiones, en las que cada delegación realiza aquellas que considera a lo largo del calendario anual, además desde la FEDC se organizan un mínimo de una ascensión al año abierta a todos los federados en ámbito nacional.
- Marchas de integración, realizándose anualmente una marcha de integración en el ámbito territorial y otra a nivel nacional en la que participan aquellos invitados por la FEDC por su participación a lo largo del año en las diferentes actividades.
- Expediciones, que se realizan tanto a nivel nacional como internacional, destacando aquellas realizadas en localizaciones en el extranjero, ya que repercuten en la motivación de superación y progreso del grupo de montaña de la FEDC.
- Carreras por montaña, realizadas en forma de circuito en el que existen tres pruebas clasificatorias y una final con unas características determinada que conducen al campeonato de España de carreras por montaña (externamente a este circuito clasificatorio se encuentran las carreras de dificultad y el kilómetro vertical).

Actualmente, todas las modalidades se realizan de forma segregada siempre con la

colaboración de voluntarios y técnicos de montaña formados en el guiado de personas con DFV por montaña a excepción del CNCM.

Las competiciones del CNCM de la FEDC se dividen en dos tipos de pruebas: prueba nacional de dificultad en montaña y prueba nacional de km. vertical. Las carreras por montaña programadas por la FEDC son competiciones por equipo, formados por tres personas, por lo que no será posible participar en ellas de manera individual. La dinámica de funcionamiento del equipo que conforma una barra es muy sencilla: parte delantera se sitúa un guía, en el medio el deportista ciego y al final otro guía u otro montañero con baja visión. El guía principal va indicando las características de los accidentes del terreno facilitando el transcurso del desplazamiento. El guía o compañero con resto visual que cierra el grupo da estabilidad al conjunto y complementa las órdenes del guía principal si ha dejado pasar algo por alto.

Las competiciones programadas por la FEDC se desarrollarán en terreno de montaña, el cual estará debidamente trazado, marcado, balizado y controlado. La distancia será de un mínimo de 15 y un máximo de 26 kilómetros con un desnivel entre 500 y 1.400 metros positivos. El terreno tendrá una dificultad técnica de I/II grado. Durante la competición, los deportistas que formen un equipo estarán unidos en todo momento por medio de una barra direccional, salvo en las paradas que se determinen por la organización y en los momentos previstos para avituallarse. Adicionalmente, la noche anterior o la mañana de inicio de la prueba la organización realizará una reunión informativa en la que se informará a los participantes sobre aspectos clave como son: el itinerario previsto, características (longitud y desnivel), hora de salida, tiempo estimado para el primer corredor, ubicación de los controles y tiempos de paso máximos, avituallamientos, tiempo máximo de finalización de la carrera, situación de lugares peligrosos o conflictivos y meteorología prevista.

El CNCM de la FEDC constará de las siguientes pruebas: pruebas clasificatorias de participación abierta; final del circuito nacional de carreras por montaña; prueba nacional de dificultad en montaña; y prueba nacional de kilómetro vertical. Para participar en las carreras por montaña, cada competidor y guía o deportista de apoyo deberá llevar consigo el material adecuado, siendo ésta una obligación y responsabilidad ineludibles.

En las carreras por montaña participan deportistas que, en todo caso, serán personas con DFV, clasificados en dos categorías: B1 (ciegos totales) y B2 (personas con baja visión). Además, es necesaria y obligatoria la presencia de la figura del guía o deportista de apoyo. Esta persona no padecerá ninguna DFV, y tendrá como cometido colaborar con los competidores al objeto de que éstos puedan tomar parte en las pruebas de forma segura.

Las categorías de la competición son: categoría masculina; categoría femenina (equipo con deportistas B1 Mujer; o equipo con dos deportistas B2 en el que al menos 1 es mujer); categoría veteranos (equipo masculino con deportista B1 nacido en el año 1969 o anteriores; o equipo en el que los dos deportistas B2 sumando sus edades superan los 85 años); y categoría veteranas (equipo femenino con deportista B1 nacida en el año 1969 o anteriores; o equipo en el que las dos deportistas B2 sumando sus edades superan los 85 años).

Estas pruebas actualmente son seleccionadas de aquellas homologadas por la FEDME, pero de forma integrada, ya que a los corredores de la FEDC se aplica un reglamento de competición diferente al de resto de participantes a excepción de aquellas normas de seguridad propias de cada prueba en cuestión.



## CAPÍTULO 2: METODOLOGÍA



Kilometro vertical Sil de León prueba de dificultad del CNCM 2017 (Manuel, Pedro y Antonio)





## CAPÍTULO 2.- METODOLOGÍA

### 2.1. Introducción.

En este capítulo se describe la metodología empleada, así como la cronología, instrumentos y procedimiento para la recogida de los datos y análisis de los resultados.

La finalidad del presente estudio ha sido conocer la accesibilidad a las competiciones de carreras por montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual.

Para dar respuesta a la pregunta que marca el foco de la investigación, se empleó el paradigma interpretativo y la fenomenología descriptiva como estrategia de investigación; por lo tanto, la perspectiva de trabajo ha sido cualitativa, seleccionada por ser la que mejor se adecua a la consecución de los objetivos planteados; puesto que se trata de conocer la realidad entendida por las personas que la experimentan, narrada y descrita por los protagonistas de esta.

La población objeto del estudio pertenecen a tres colectivos implicados en la realización de las carreras por montaña: por una parte, corredores con algún tipo de DFV, ya sean ciegos totales (B1 en adelante) o personas con baja visión (B2 en adelante); por otra parte, los guías que corren de forma desinteresada carreras por montaña para hacer posible la participación de personas con algún tipo de DFV; y por último, los organizadores y técnicos expertos en carreras por montaña y diversidad funcional visual. En la población de estudio compuesta por corredores y guías se seleccionaron sólo a aquellos que estaban en activo que ascendían a un total de 49, participando en el CNCM durante la realización de recogida de datos, excluyendo aquellos deportistas que, aun estando federados en montaña y perteneciendo a la FEDC, no participaban en el CNCM.

El instrumento de investigación utilizado fue la entrevista semiestructurada, elaborada a partir de los objetivos y de las diferentes cuestiones que se iban planteando a medida que avanzaba la búsqueda de información referente al objeto de estudio (Valles, 2014). El primer borrador de

entrevista fue revisado por tres expertos para su validación, se varió la estructura y algunas preguntas que no daban respuesta a los objetivos. Esta versión modificada se comprobó en varias entrevistas piloto que llevo a modificaciones de formulación de preguntas.

El análisis de los datos se realizó aplicando el análisis de contenido como estrategia de análisis de los datos. Se empleó el programa de tratamiento cualitativo del discurso NVIVO 9.0., el cual permite generar de una forma visual y sencilla la codificación de la información obtenida durante las entrevistas de los participantes.

Por último, se describen las acciones realizadas en el estudio para cumplir con los cuatro criterios de Guba y Lincoln (2002), que garantizan el rigor, autenticidad y validez del proceso de investigación.

## **2.2. Diseño de la investigación.**

El diseño de la investigación debe constituir el plan que disponga las herramientas y procedimientos más adecuados para la consecución de los objetivos determinados para la misma (Denzin y Lincoln, 2011).

A la hora de realizar el diseño de la investigación, es necesario tener en cuenta tres aspectos: (Creswell, 2003, p.5):

- a) El conocimiento que el investigador pretende recabar.
- b) Las estrategias de investigación que articulan el procedimiento.
- c) Los métodos de recogida y análisis de los datos.

Estos tres elementos son interdependientes, por lo que las decisiones que se tomen sobre cada uno de ellos afectarán entre sí, siendo necesario establecer una coherencia entre ellos.

Dependiendo del paradigma, el investigador se interesa por un fenómeno en lugar de otro, por

un contexto en lugar de otro; el foco de investigación no es neutral, es decidido desde la concepción del mundo que el investigador tiene y que afecta su elección de qué es importante estudiar, sobre esto Martínez (2004) opina que:

El investigador nunca puede despojarse de los valores que alimentan, guían y dan sentido a su ejercicio profesional. Los valores personales intervienen de manera inevitable en la selección de los problemas, en el marco teórico que se escoge y en métodos, técnicas y recursos que se emplean en su solución, son estos valores personales los que guían las interpretaciones de los resultados (p.18).

A partir del problema de investigación definido y los objetivos específicos previamente citados, el presente estudio se aborda desde la perspectiva teórica basada en el paradigma interpretativo. En sintonía con este paradigma, se ha empleado el enfoque de investigación de la fenomenología descriptiva.

Por lo tanto, el presente proyecto de investigación está realizado desde la perspectiva de la metodología cualitativa, seleccionada por ser la que mejor se adecua a la consecución de los objetivos planteados; puesto que se trata de conocer la realidad entendida por las personas que la experimentan, narrada y descrita por los protagonistas de la misma (Anguera, 1995; Ballester, 2001). Según lo propuesto por Rodríguez, Gil, García y Etxeberria (1995), el modelo cualitativo nos facilita los datos desde la población implicada en la realidad, siempre en contacto con los protagonistas objeto de estudio y ofreciendo todas las opiniones y experiencias que den respuesta al objeto de investigación.

Este modelo de investigación surge como una opción de aplicación en las ciencias sociales, en las que el modelo racionalista cuantitativo y su lógica matemática no tienen razón de ser para la comprensión del comportamiento humano y sus percepciones personales. Strauss y Corbin (2002) definen el método cualitativo por oposición al método cuantitativo, entendiendo que es toda investigación que no aplique métodos matemáticos en la recogida de datos es investigación

cualitativa: “*Con el término investigación cualitativa entendemos cualquier tipo de investigación que produce hallazgos a los que no se llega por medio de procedimientos estadísticos u otro tipo de cuantificación*” (Strauss y Corbin, 2002, p. 11).

La definición de Sandín (2003) propone una definición más conceptual y ambiciosa en cuanto a su finalidad, ya que sostiene que la investigación cualitativa no se limita solo al estudio e interpretación de la realidad, sino que persigue su transformación y la elaboración teórica para llegar a configurar una materia de conocimientos ordenada:

La investigación cualitativa es una actividad sistemática orientada a la comprensión en profundidad de fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenario socio educativos, a la toma de decisiones y también hacia el descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimientos (p.123).

Las características de la investigación cualitativa establecidas por Taylor y Bodgan (1990), definen el modelo de estudio aplicado en el presente trabajo con variaciones:

- Es deductiva y tiene un diseño flexible y emergente pasando a enfoque mixto como aclararemos a continuación.
- Pretende describir y comprender como las personas experimentan, interpretan los significados de los fenómenos y la realidad en la que se encuentran inmersos.
- La investigación se realiza desde una perspectiva holística (describe los fenómenos de forma global).
- La persona que investiga pasa a ser el instrumento principal de recogida de datos.
- Los métodos de recogida de información son las estrategias cualitativas, de naturaleza interactiva.
- El objetivo principal es la comprensión de las personas dentro de su propio marco de

referencia.

- Busca el desarrollo de conocimiento ideográfico y no generalizable. La selección de la muestra se basa en criterios intencionales y teóricos antes que en criterios probabilísticos.

Este enfoque requiere que los investigadores no se limiten a la mera interpretación de datos, sino que lleva a un compromiso social por la mejora de la realidad en la que se está trabajando. En este sentido Pérez (1990, p. 63) afirma que la investigación como una práctica social debe tratarse de un compromiso de lucha ideológica encaminada a esclarecer la realidad subyacente a las acciones investigadas, el cual suscribo.

A continuación, se presenta la Tabla 2.1, en la que se presentan de forma resumida los elementos fundamentales del diseño de investigación.

Tabla 2.1. Resumen de los elementos fundamentales del diseño de investigación.

Objeto de estudio	La accesibilidad a las competiciones de carreras por montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual.
Problema de investigación	¿Cuál es la accesibilidad a las competiciones de carreras por montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual?
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Detectar las barreras en la práctica deportiva de carreras por montaña para usuarios con diversidad funcional visual</li> <li>2. Analizar si la satisfacción con la organización y el desarrollo de las pruebas de carreras por montaña de los participantes con diversidad funcional visual influye en el propio acceso a las competiciones por montaña.</li> <li>3. Localizar las necesidades de información y accesibilidad de deportes de montaña a los participantes con diversidad funcional visual.</li> <li>4. Crear en base a los resultados obtenidos líneas de trabajo de buenas prácticas sobre el diseño y organización de las pruebas de carreras por montaña dirigidas al colectivo con diversidad funcional visual.</li> </ol>
Paradigma	Interpretativo
Enfoque	Fenomenología descriptiva.

Muestra y población	Deportistas (30) y guías (27) participantes en campeonato nacional de carreras por montaña. Expertos en diferentes aspectos objeto del estudio.
Instrumento recogida información	Entrevista semiestructurada (realizadas de forma presencial, telefónica y por videoconferencia).
Análisis de datos	Análisis de contenido cualitativo. Software Nvivo 9.0.
Criterios de credibilidad	<p><b>Credibilidad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Triangulación de las entrevistas de diferente tipología de participantes y relación.</li> <li>● Participación de otros investigadores.</li> <li>● Autoridad del investigador: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Familiaridad con el fenómeno.</li> <li>○ Interés con el objeto de estudio.</li> <li>○ Habilidad para realizar aproximaciones interdisciplinares.</li> <li>○ Pericia y experiencia en investigaciones similares.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Transferencia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Descripción detallada del diseño de investigación.</li> </ul> <p><b>Dependencia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Periodo de toma de datos en las entrevistas y tiempos de transcripción.</li> </ul> <p><b>Confirmabilidad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Descripción exhaustiva de los códigos y categorías utilizados en la investigación.</li> <li>● Datos de la muestra disponibles al público.</li> </ul>

### 2.2.1. Perspectiva teórica: paradigma interpretativo.

A finales del siglo XIX, diversos filósofos y humanistas críticos del positivismo, entre los que destacan Dilthey, Rickert y Weber, proponen la singularidad de los objetos propios de las ciencias sociales y de la relación entre sujeto y objeto, como justificación para el desarrollo de un enfoque alternativo al positivismo (Rodríguez, 2005). Es así como bajo este nuevo paradigma surgen una serie de escuelas de pensamiento a saber: la hermenéutica, la fenomenología, el interaccionismo simbólico, entre otros (Sánchez, 2013).

En contraposición al paradigma positivista, para el enfoque interpretativo la realidad es múltiple, intangible y holística: se desea comprender e interpretar desde las explicaciones de los sujetos. Se concuerda con Sánchez (2013, p.96), cuando afirma que: “La finalidad de cualquier investigación que asuma este paradigma es comprender y describir la realidad educativa a través del análisis profundo de las percepciones e interpretaciones de los sujetos intervinientes en las diversas situaciones objeto de investigación”.

Por lo tanto, se pretende comprender y describir la realidad sobre el estado respecto a la accesibilidad de las competiciones de carreras de montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual, a través del análisis profundo de las percepciones e interpretaciones de los sujetos intervinientes en las diversas situaciones objeto de la investigación.

### **2.2.2. Fenomenología como estrategia de investigación.**

En cuanto a la estrategia de investigación, el presente estudio se encuadra en la fenomenología descriptiva, que según Husserl proporciona un saber sistemático, explícito, autocrítico e intersubjetivo de los fenómenos humanos, cuyo principal foco de atención es el estudio de lo cotidiano, de la experiencia humana, de la experiencia vital, entendida como la experiencia no conceptualizada o categorizada (Báez, 2014).

El estudio de las experiencias humanas desde la fenomenología, requieren de un proceso definido en una serie de fases por el filósofo Herbert Spiegelberg (citado por Báez, 2014), que en el presente estudio se ha aplicado de la siguiente forma:

- 1) *Descripción del fenómeno.* Consiste en hacer una relación de gran alcance (trascendiendo lo superficial) de la experiencia concreta que se va a investigar, sin categorizarla, de la forma más libre y detallada posible (Báez, 2014). Esta se encuentra en el *capítulo 1:*

*marco teórico* (con la definición del objeto de estudio y las referencias de otras investigaciones), así como en parte del capítulo 2: metodología.

- 2) *Búsqueda de perspectivas.* Sobre cada fenómeno que se investiga puede haber distintas visiones: la de los participantes según los roles que cada uno juega en la situación, la de agentes externos... La búsqueda de perspectivas responderá a los objetivos de investigación para de obtener toda la información posible desde diferentes configuraciones de la realidad que interesen para el estudio (Báez, 2014). En el presente estudio, primero se entrevistó a una serie de corredores por montaña con diversidad funcional visual, así como a guías, y posteriormente se complementó el estudio del fenómeno con la inclusión de varios expertos en la temática.
- 3) *Búsqueda de la esencia y la estructura.* En esta fase el investigador reflexiona sobre el objeto de estudio a fin de captar las partes importantes del hecho, su distribución, su orden y las relaciones entre todos los elementos que la componen. Este análisis es el que permite determinar y fijar las categorías y establecer las relaciones existentes entre ellas (Báez, 2014). En el presente estudio se realizó especialmente durante la fase de análisis de los datos, con la determinación de las dimensiones y categorías de análisis definitivas, quedando plasmado en el capítulo 3: resultados.
- 4) *Constitución de la significación.* El investigador se centra, más que en el fenómeno, en el examen de la conciencia que se tiene de él, el significado que se le otorga en la vida cotidiana (Báez, 2014). Durante la fase de análisis de los datos y triangulación, el investigador tiene que hacer un esfuerzo de estructura la información obtenida e identificar las diferencias y similitudes obtenidas de las percepciones del mismo fenómeno de los diferentes tipos de participantes, así como con otros estudios sobre fenómenos



similares; encontrándose especialmente en el capítulo 4: discusión.

- 5) *Suspensión de enjuiciamiento.* Durante el trabajo de campo (recogida de información) el investigador deja en suspenso el juicio, para poder familiarizarse con el fenómeno sin contaminaciones ideológico- teóricas que limiten su percepción del asunto y el conocimiento al que pueda llegar (Báez, 2014). Hasta donde es posible, durante todo el trabajo y en todas sus fases, la investigadora dejó en suspenso sus propias opiniones y predisposiciones sobre los asuntos investigados, a fin de poder captar mejor las realidades tal como se configura para los actores de las mismas.
- 6) *Interpretación del fenómeno.* El investigador expone todos los significados hallados a lo largo del proceso (los superficiales y/o conscientes y los ocultos y/o inconscientes) que se le otorgan al fenómeno o situación investigada (Báez, 2014). En el presente trabajo, la interpretación del fenómeno queda reflejada en el capítulo 3: resultados, capítulo 4: discusión, así como en el capítulo 5: consideraciones finales, donde se dan respuesta de forma específica a los objetivos planteados con la investigación.

Tal y como se ha esclarecido, desde sus diferentes configuraciones el paradigma fenomenológico contempla el mundo como un elemento en continua construcción y cambio, dado el carácter maleable del mismo por las acciones de los sujetos que lo viven y crean día a día. Por lo tanto, el conocimiento no es algo permanente, sino que se modifica en la medida que sus protagonistas actúan (Maykut y Morehouse, 2004, p.11). En este paradigma un hecho social no se puede analizar sin tener en cuenta que sus protagonistas son quienes lo definen y quienes le dan relevancia y valor a los elementos que constituyen su realidad. Por lo tanto, el contexto de investigación constituye un factor determinante en la fenomenología y en las características de este.

### **2.2.3. Cronograma de investigación.**

La investigación que se realizó para el desarrollo del presente proyecto ha tenido una duración de 3 años, abarcando desde junio de 2014 hasta abril de 2018, y se organizó en diferentes periodos de trabajo que se fueron interrelacionando a medida que se avanzaba en la misma.

#### **Fase 0**

En los primeros meses del proyecto de investigación, desde junio a septiembre de 2014, se realizó un análisis exploratorio de la accesibilidad de los participantes en las carreras por montaña con diversidad funcional visual y se estableció el problema concreto objeto de estudio. A partir de la problemática definida, se fijaron una serie de objetivos que marcarían el trabajo de investigación durante todo el proceso.

#### **Fase I**

En los siguientes meses a la incubación del problema y los objetivos surgidos del mismo, desde octubre a diciembre de 2014, se elaboró un primer planteamiento de marco teórico que nos situó dentro del ámbito de estudio, en el que se iría profundizando a lo largo de todo el proyecto de investigación. Las consultas documentales siguieron la técnica de bola de nieve realizando nuevas consultas a partir de las inicialmente tomadas, y aumentando la revisión a lo largo del proceso completo de investigación.

En la búsqueda de referencias bibliográficas en el ámbito científico se recurrió a la utilización de bases de datos reconocidas en el ámbito científico internacional como Scopus, Sportdiscus y nacional como Dialnet, Teseo y Fama; también se buscó información en revistas reconocidas internacionalmente por su índice de impacto científico, en libros de actas de congresos nacionales e internacionales afines a la temática recogidos en las bases documentales del CSD y Fundación ONCE. Por último, se recogió información relevante de la página web de organismos

públicos, así como publicaciones de carácter divulgativo social relacionado con el tema de la diversidad funcional visual. Esto propició una aproximación al objeto de estudio y a la población con la que se trabajaría y los primeros documentos para dar entidad al proyecto de investigación que daba visibilidad a las necesidades surgidas en el campo de estudio del trabajo.

La fase I concluye con el diseño de la entrevista y el establecimiento de las bases de trabajo que facilitarían la continuidad del proceso de investigación y la selección de participantes. En este periodo y teniendo en cuenta la documentación analizada y los objetivos propuestos se diseñaron dos modelos de entrevistas, que se analizaron para verificar que eran entendibles y que respondieron a los objetivos planteados, realizando una primera prueba que daría como resultado la entrevista definitiva (realizables en fase II). Finalmente se organizó el cronograma para la realización de las entrevistas.

## **Fase II**

Esta fase comprendió el periodo desde enero 2015 hasta septiembre 2016. En ella se realizaron las entrevistas a guías y deportistas; en concreto durante los meses de abril a septiembre de 2015, se realizaron de forma presencial en los días previos a competiciones, así como telefónicamente dada la extensión geográfica de la población objeto de estudio y la duración de las entrevistas. Posteriormente, se realizó la transcripción de las mismas y se estableció el marco de análisis desde la perspectiva de análisis de contenido (codificación de datos y análisis de las entrevistas).

De forma paralela, se mantuvo el análisis de fuentes primarias para desarrollar el marco teórico y su posterior influencia en el momento de discusión de los resultados.

El primer análisis de las entrevistas de corredores y guías a través de las dimensiones y categorías surgidas llevó a la selección de los expertos participantes en el presente estudio. Estas

entrevistas surgieron de una modificación de la versión inicial, manteniendo los objetivos contemplados y adaptándola al perfil de los entrevistados (Anexo II). Durante los meses comprendidos entre enero de 2016 y septiembre de 2016, se terminaron de realizar las transcripciones, codificaciones y análisis de entrevistas.

### **Fase III**

Finalmente, desde septiembre de 2016 a abril 2018, se desarrolló todo el trabajo de redacción del informe final de tesis, que, entre otras acciones, conllevó el análisis de los resultados obtenidos y la comparación con otras investigaciones; así como la elaboración de una serie de conclusiones finales del estudio. Todo ello, acompañado de revisiones y modificaciones que han dado como resultado este trabajo.

En la siguiente figura (Figura 2.1.), se muestra el cronograma de la investigación, y en los siguientes apartados se expondrá de forma extensa la explicación de cada una de las fases de la misma.

<b>Temporalización del Proyecto</b>	<b>Jun.- Sep 2014</b>	<b>Oct.- Dic. 2014</b>	<b>En.- Jun. 2015</b>	<b>Jun.- Dic. 2015</b>	<b>En.- Jun. 2016</b>	<b>Jun.- Dic. 2016</b>	<b>En Jun. 2017</b>	<b>Jun 2017 Abril 2018</b>
Análisis de documentación relacionados con el tema a tratar	█	█	█	█	█	█	█	█
Recopilación de fuentes secundarias (bibliografía, artículos)		█	█	█	█	█	█	█
Establecer los objetivos de estudio	█				█			
Diseño de guión de entrevistas para corredores, guías y expertos		█		█				
Selección Población de Estudio				█	█			
Aprobación del instrumento seleccionado				█				
Realización de Entrevistas					█	█		
Transcripción de Entrevistas					█	█		
Establecimiento Marco de Análisis					█			
Codificación de Datos						█	█	
Análisis de Entrevistas						█	█	
Reunión y plan de trabajo						█		
Reunión y Revisión						█		
Redacción del proyecto de Tesis						█	█	█
Reunión y Revisión						█	█	█
Finalización y presentación del proyecto de Tesis						█	█	█
<b>FASES</b>	<b>FASE 0</b>	<b>FASE I</b>	<b>FASE II</b>			<b>FASE III</b>		

Figura 2.1. Cronograma de la investigación.

### **2.3. Universo y población de estudio.**

El universo de estudio fueron los participantes del campeonato nacional de carreras por montaña organizado por la FEDC, para deportistas con diversidad funcional visual y guías.

Por lo tanto, la población de estudio estuvo constituida por los deportistas con diversidad funcional visual (total de 38 deportistas) y guías (total de 37 guías), federados en la disciplina de carreras por montaña durante la temporada 2015/16.

En sintonía con el enfoque cualitativo del estudio, se realizó una elección de la muestra no probabilística y por conveniencia, es decir, mediante un muestreo opinático, donde el investigador principal selecciona a los informantes siguiendo una serie de criterios estratégicos (Andreú, 2002).

Para formar parte del presente estudio, se establecieron una serie de criterios de inclusión:

- Ser deportista con diversidad funcional visual o guía.
- Estar federado en la modalidad de carreras por montaña en la temporada 2015/16.
- Participar en el campeonato nacional de carreras por montaña de la FEDC.
- Tener una experiencia mínima de una temporada de competición en dicha modalidad.
- Querer participar en el proyecto de investigación.

Encontramos 49 sujetos que participaron en el estudio cumpliendo los requisitos establecidos para estar incluidos dentro del estudio. Se encuentran 26 deportistas (19 hombres y 7 mujeres) y 23 guías (18 hombres y 5 mujeres).

Además de los deportistas con diversidad funcional visual y guías, en el presente estudio participaron una serie de expertos relacionados con las carreras por montaña y diversidad funcional visual, con la finalidad de tener diferentes perspectivas sobre el fenómeno objeto de

estudio. A continuación, se explican las características de los tres colectivos que forman la población del presente estudio.

### **2.3.1. Corredores con diversidad funcional visual.**

Los corredores con DFV que participaron en el estudio fueron un total de 26 sujetos (19 hombres y 7 mujeres) de los 37 deportistas que participaban durante el año 2016 en el CNCM, con edades comprendidas entre los 29 y 58 años ( $M=45,07$ ;  $DT:7,57$ ). El motivo de no entrevistar a la totalidad de participantes fue por no superar alguno de los criterios de inclusión (7 sujetos) y en segundo lugar por la saturación de la muestra (4 sujetos), puesto que a medida que se realizaban entrevistas los resultados coincidían y no aportaban novedad alguna sobre el objeto de estudio.

Entre los corredores participantes en la investigación con DFV encontramos B1, que son ciegos totales o tienen una agudeza visual menor a lo establecido deportivamente, y B2 o deficiente visual con una autonomía mínima que le permita el desplazamiento con las indicaciones verbales y visuales que le facilita el guía.

En las carreras por montaña realizadas por personas con DFV los equipos se forman por tres personas que se distribuyen a lo largo de una barra direccional. La distribución de los equipos o “barras” tienen diferentes combinaciones en posición uno siempre ha de estar un guía, en posición dos o central estará un B1 ó B2 y en posición tres o en cola estará un B2 o guía (Figura 2.2.).



Figura 2.2. Organización de equipos en carreras por montaña.

### 2.3.2. Guías de corredores con diversidad funcional visual.

Los guías o corredores de apoyo son personas voluntarias, que tienen formación específica en guiado por montaña. Además, son corredores por montaña dado que la asignación de guías se realiza en función de la idoneidad deportiva a la distancia.

Los guías que participaron en el estudio fueron un total de 23 guías (18 hombres y 5 mujeres), con edades comprendidas entre los 24 y 66 años ( $M=45,73$ ;  $DT= 11,5$ ) de los 38 que participaban durante el año 2016 en el CNCM. Lo que llevo a no entrevistar a la totalidad de los



participantes fue por no cumplir alguno de los criterios de inclusión (10 sujetos) y por llegar a una saturación de la muestra que no ofrecía datos de interés en las entrevistas (4 sujetos).

Los datos de los colectivos de corredores y guías se tratarán de forma conjunta por su simbiosis en la práctica deportiva, dando los datos diferenciadores que los caracterizan de forma particular.

### **2.3.3. Descripción de los corredores y guías participantes en el estudio.**

En la proporción de guías y deportistas entrevistados se observa casi la equidad de presencia en la población objeto de estudio (Figura 2.3). El motivo de esta igualdad en la presencia de la muestra se debe en gran parte a las características de las carreras por montaña en sí y su desarrollo, en las que pueden llegar a ser necesarios dos guías por cada corredor con DFV, según las propias características del corredor.

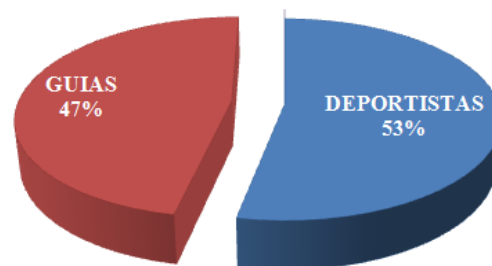


Figura 2.3. Proporción de guías y deportistas.

En el siguiente gráfico (Figura 2.4) se observa que de la totalidad de las personas entrevistadas, sin tener en cuenta su categoría de deportistas o guías, la cuarta parte fueron mujeres y el resto hombres, lo cual si bien en la mayoría de los casos la selección de género resultó aleatoria por la práctica deportiva, siendo esta presencia la real con relación al género.

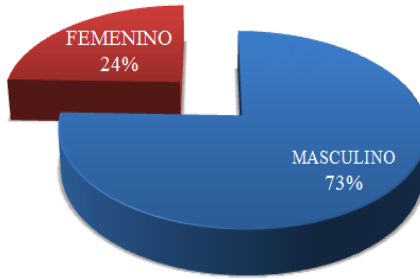


Figura 2.4. Proporción hombres y mujeres,

Según la edad de los participantes en la investigación, podemos observar que la edad media está por encima de los 35 años y que la mayoría de los participantes se encuentran entre los 35 y los 55 años de edad (Figura 2.5).

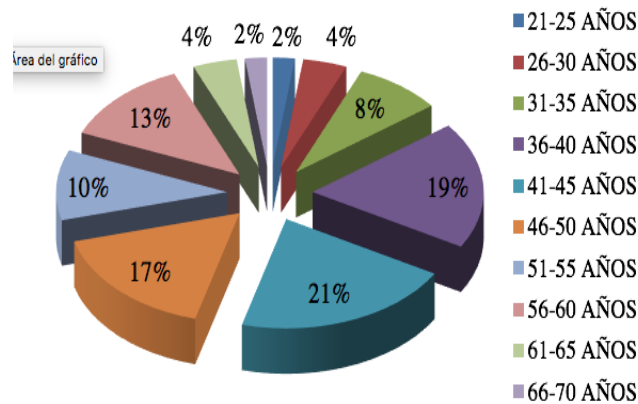


Figura 2.5. Edades de los participantes en la investigación.

Finalmente, si observamos el origen de los participantes del estudio encontramos que la cuarta parte son de la comunidad de Madrid y otra cuarta parte de Andalucía, y el resto de los participantes se reparten a lo largo y ancho de la geografía española (Figura 2.6). Cabe destacar el sesgo geográfico encontrado en la no participación como población de estudio de los deportistas de la comunidad catalana, dado que durante la temporada en la que se realizaron las entrevistas no participaron en el CNCM.

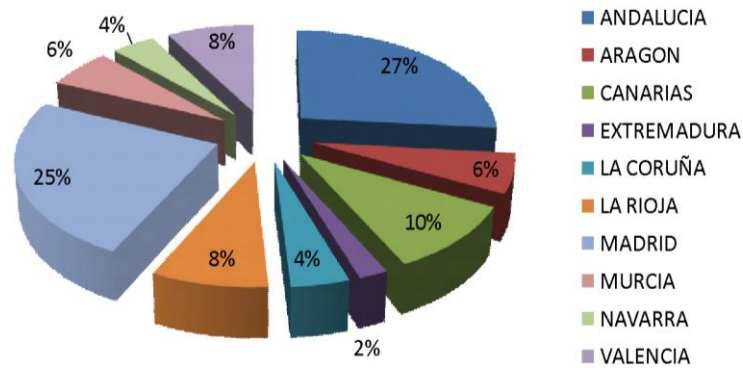


Figura 2.7. Origen de los participantes.

#### 2.3.4. Características de los expertos.

La incorporación de los expertos al estudio tuvo por finalidad ofrecer un punto de vista diferente sobre el fenómeno objeto de estudio. Para la elección de los expertos se aplicó también la estrategia de muestreo opinático (Andreu, 2002). En concreto, el investigador principal seleccionó a cuatro sujetos, que tenían como características comunes: su relación deportiva y competitiva tanto con las carreras por montaña, como con las personas con DFV. A continuación, se describen a cada una de ellas:

- La experta M13-E-SE, es responsable deportiva de la FEDC en Andalucía y antigua corredora de carreras por montaña. Esta experta se seleccionó por su conexión directa con la organización y gestión del actual sistema competitivo de carreras por montaña que desarrollan las personas con diversidad funcional visual y su experiencia deportiva en el área.
- El experto H38-E-CL, fue seleccionado e invitado a participar como experto por su relación directa con la organización de carreras por montaña tanto desde la federación autonómica correspondiente, como desde club y entidad que regenta. Esta persona es

docente de actividad física en medio natural en el ámbito universitario y dirige una empresa que realiza actividades de turismo activo y en medio natural, entre las que se encuentran las carreras por montaña y grupos de entrenamiento de estas.

- El experto H39-E-CL, fue seleccionado e invitado a participar como experto por su relación con las personas con diversidad funcional de diferente tipo en programas de montaña inclusivo que gestionan desde la universidad; su docencia universitaria está dirigida a las AFMN y a la inclusión de personas con diversidad funcional de diferentes tipos. Además, es seleccionador y entrenador de la selección autonómica de carreras por montaña de la comunidad en la que vive.
- El experto H40-E-E, fue seleccionado e invitado a participar como experto en el estudio por su relación directa como presidente de una federación autonómica de montaña y escalada; así como por su labor profesional psicólogo y responsable de programas de montaña en la comunidad autónoma de residencia de la ONCE.

#### **2.4. Instrumento de investigación.**

Esta investigación tiene un carácter y desarrollo de tipo cualitativo, ya que se propone dar respuesta a la pregunta de investigación desde las experiencias personales de los sujetos participantes y no desde la colectividad. Para ello, se pretende realizar una serie de preguntas orientadas a la búsqueda de respuestas que ofrecieran la percepción de la realidad objeto de análisis. Este planteamiento nos llevó a seleccionar como instrumentos de investigación la entrevista semiestructuradas (Patton, 2002).

Las entrevistas generan el conocimiento a partir de la interacción entre el entrevistador y el entrevistado (Hernández, 2014). La dinámica de desarrollo de una entrevista no se limita a

realizar preguntas a una persona que posee el conocimiento para que nos lo comunique, sino que se busca el procesamiento y elaboración de las respuestas. Este motivo nos lleva definir la entrevista como un instrumento de mejora del conocimiento a partir de la interacción personal y conversacional entre el entrevistador y el entrevistado (Rodríguez, Gil y García, 1995; Wengraf, 2012).

Entre los diferentes tipos de entrevistas que existen, la utilizada en el proceso de investigación que nos ocupa es la entrevista semiestructurada (Patton, 2002). En este tipo de entrevista, el entrevistador desea obtener información sobre determinado problema y, a partir de él, establece una serie de preguntas surgidas del planteamiento del problema con las que se focaliza la entrevista. Según Denzin y Lincoln (2005), los elementos diferenciadores de la entrevista semiestructurada son la existencia de un propósito explícito y la información relevante al objeto de estudio. Se formulan preguntas abiertas ofreciendo la oportunidad de matices en la respuesta, permitiendo ir entrelazando temas, pero requiere de una gran atención por parte del investigador para poder encauzar y estirar los temas principales de estudio. El desarrollo de la entrevista semiestructurada se apoya en que el entrevistado es una persona que da significado a la realidad del estudio. Desde esta perspectiva, la entrevista se concibe como una interacción entre personas, gracias a la que se genera una comunicación de conocimientos y creencias. Una persona va a intentar explicar su particular visión de un problema, mientras que la otra va a tratar de comprender e interpretar esa explicación (Patton, 2002).

Las entrevistas realizadas dieron como resultado un gran volumen de información que daba respuesta al objeto de estudio, puesto que, desde unas preguntas básicas previamente establecidas, la cercanía con el entrevistado permitió la ampliación de preguntas surgidas para conocer aspectos concretos sobre la percepción del fenómeno objeto de estudio.

El diseño de las entrevistas seguía un guión básico surgido de los objetivos de estudio y adaptadas en todo momento a los destinatarios de la entrevista. Este guion, fue elaborado y revisado por tres investigadores expertos, que establecieron una primera versión. El primer modelo de entrevista fue testado durante una prueba piloto, lo que generó modificaciones en la formulación de las preguntas, generando la versión definitiva. Las líneas básicas que aparecían fueron: inclusión y accesibilidad en el deporte, barreras en la participación y organización de las carreras por montañas.

#### **2.4.1. La entrevista y su diseño.**

Las entrevistas utilizadas en el proceso de recogida de datos de esta investigación, tal y como se ha presentado anteriormente, tenían un guion creado ad hoc para realizar preguntas que dieran respuesta al objeto de estudio, adaptándose a los tres colectivos que han participado en el estudio: deportistas con DFV, guías y expertos (Anexo II).

Las preguntas se estructuraron en tres bloques temáticos, que surgieron a partir de los objetivos planteados en la investigación. Cada versión de entrevista (deportistas DFV, guías y expertos), estuvo formada por un total de 23 preguntas. Posteriormente, durante la fase de análisis de los datos, estos tres bloques temáticos dieron origen a siete dimensiones de análisis de los resultados (Figura 2.7).



Figura 2.7. Bloques de la entrevista semiestructurada.

- ***Inclusión y accesibilidad en el deporte.*** En este bloque de preguntas se diferencian varios apartados: diferenciación entre inclusión e integración, medidas de accesibilidad y barreras de práctica deportiva general.

En el contenido de integración e inclusión las preguntas partían de la propia definición de los sujetos de estudio de la integración, la inclusión y todos aquellos aspectos que fuesen importantes para ellos a ese respecto. En relación con las medidas de accesibilidad y las barreras se buscaba detectar aquellas necesidades de acceso a la práctica deportiva que hubiesen tenido, desde la organización de la administración, hasta los servicios básicos de cualquier instalación deportiva.

El bloque de preguntas realizado a los deportistas con DFV, fueron las siguientes:

- ¿Qué es para usted inclusión? ¿Y la accesibilidad?
- ¿Consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las Administraciones Públicas ofrecen a los deportistas con diversidad funcional visual?
- ¿Es real la inclusión y la accesibilidad de las personas con algún tipo de diversidad funcional visual en el deporte?
- Indique cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de realizar su actividad deportiva habitual.
- Elementos que echa en falta en el desarrollo en las instalaciones y el material disponible en su práctica deportiva habitual.

La versión de la entrevista para los guías, integra preguntas similares a la realizada para los deportistas con DFV, pero incluye otras en relación con su sobre limitaciones y barreras que encontraban para realizar su labor de guía.

- ¿Qué es para usted inclusión? ¿Y la accesibilidad?
- ¿Consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las Administraciones Públicas ofrecen a los deportistas con diversidad funcional visual?
- ¿Es real la inclusión y la accesibilidad de las personas con algún tipo de diversidad funcional visual en el deporte?
- ¿Realizas labores de guía en otras prácticas deportivas a parte de las carreras por montaña?
- Indique cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de ejercer como guía en las carreras por montaña si es que las hubiera.

Los expertos respondieron a una batería similar a los guías, con excepción de la pregunta referida a las barreras que consideran se encuentran en la práctica deportiva y eventos de competición deportiva.

- ¿Considera que la inscripción e incorporación de los deportistas con diversidad funcional visual a la prueba es adecuada?
- ¿Considera que la atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada?
- ¿Considera que la información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a las necesidades?
- ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?
- Indique cuáles son las limitaciones y barreras que encuentra como guía a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña si es que las hubiera.

- ***Barreras en la participación.*** En este apartado se analizaron todos los elementos que intervinieron en el desarrollo de las carreras por montaña (información de recorrido, atención al corredor en salida y en meta, atención en los avituallamientos y puntos de control, etc.).

En la versión para los deportistas con DFV, se les pregunto sobre elementos clave de la accesibilidad directa a las carreras por montaña.



- ¿Qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con diversidad funcional visual?
- ¿Es la información presentada a los corredores suficiente y adecuada para el desarrollo óptimo de la prueba?
- ¿Alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que si, ¿se ajusta este a sus necesidades de accesibilidad...?
- ¿Qué mejorarías en la difusión e información de las carreras de montaña para las personas con diversidad funcional visual?
- ¿La información es suficiente y está ajustada al terreno y a las necesidades tanto para deportistas como para los guías?
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de una carrera a nivel de información?
- ¿Sería necesario adaptar los trazados de las carreras para promover la participación de las personas con diversidad funcional visual?

Las preguntas de este bloque temático realizada a los guías, fueron las siguientes.

- ¿Qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con diversidad funcional visual?
- ¿Es la información presentada a los corredores suficiente y adecuada para el desarrollo óptimo de la prueba?
- ¿Alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que sí, ¿cuál?, ¿se ajusta este a las necesidades de accesibilidad observada en los deportistas...?
- ¿Qué mejorarías en la difusión e información de las carreras de montaña para las personas con diversidad funcional visual?
- ¿La información es suficiente y está ajustada al terreno y a las necesidades tanto para deportistas como para los guías?
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de una carrera a nivel de información?
- ¿Sería necesario adaptar los trazados de las carreras para promover la participación de las personas con diversidad funcional visual?

Las entrevistas de los expertos, estuvieron formadas por preguntas realizadas tanto a los deportistas con DFV como a los guías.

- ¿Qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con diversidad funcional visual?
- ¿Consideras adecuada y suficiente la información presentada a los corredores?
- ¿Alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que si, ¿cuál?,

¿se ajusta este a las necesidades de accesibilidad observada en los deportistas...?

- ¿Qué mejorarías en la difusión e información de las carreras de montaña para las personas con diversidad funcional visual?
- ¿Sería necesario adaptar los trazados de las carreras para promover la participación de las personas con diversidad funcional visual?

• **Organización de las carreras por montaña.** En este apartado se pretendió diferenciar todas las problemáticas existentes en la inscripción e incorporación de las personas con DFV a este tipo de competiciones deportivas cuando acuden sin el respaldo de la FEDC, así como las limitaciones de información y organización que presenta la FEDC en el desarrollo del CNCM. Aspectos como la inscripción, la información, la atención de los organizadores, la capacitación de los técnicos, formaron parte de este bloque de preguntas realizadas al deportista con DFV, guías y expertos.

En relación con todo lo concerniente a la organización de la carrera, se realizó a los deportistas con DFV las siguientes preguntas.

- La inscripción e incorporación de los deportistas con diversidad funcional visual a la prueba fue adecuada.
- La atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada.
- La información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a sus necesidades deportivas.
- ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?
- Indique cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña.
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de carreras por montaña en los equipamientos disponibles

La información técnica y de realización de la carrera es fundamental para cualquier corredor, especialmente a los deportistas con DFV. Por ello, se les preguntaba a los guías con relación a inscripción, información, reglamentos y todo aquello que pueda influir en la incorporación de los deportistas con DFV, así como su labor de guía antes y durante la carrera.

- ¿Las inscripciones e incorporaciones de los deportistas con diversidad funcional visual a las pruebas son adecuadas según su punto de vista?
- ¿La atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada según su punto de vista?
- ¿La información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a las necesidades según su punto de vista?
- ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?
- Indíqueme cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra como guía a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña si es que las hubiera.
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de carreras por montaña en los equipamientos disponibles si es que los hubiera?

En cuanto a las preguntas realizadas a los expertos, estaban orientadas a recoger la opinión de personas relacionadas con la visión de organizadores de carreras por montaña, en las que han participado deportistas con DFV y guías.

- ¿Considera que la inscripción e incorporación de los deportistas con diversidad funcional visual a la prueba es adecuada?
- ¿Considera que la atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada?
- ¿Considera que la información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a las necesidades?
- ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?
- Indique cuáles son las limitaciones y barreras que encuentra como guía a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña si es que las hubiera.
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de carreras por montaña en los equipamientos disponibles?

## **2.5. Recogida, transcripción y análisis de los datos.**

### **2.5.1. Recogida de datos a través de la entrevista.**

La fuente de información fueron las entrevistas semiestructuradas realizadas a corredores, guías y expertos. Antes de iniciar las entrevistas en sí mismas, se localizaron a todos los participantes para verificar los datos facilitados por la FEDC y se concertaron las entrevistas en el formato más idóneo para el entrevistado.

La realización de estas entrevistas varió según el acceso espacial y temporal de la persona que realizaba la entrevista desarrollándose siempre bajo los guiones correspondientes (Anexo II), pero en formato presencial, telefónico o por video conferencia. Esto originó que las entrevistas se grabasen con distintos sistemas digitales (sonido e imagen de video), quedando registro de audio en todas ellas para la posterior transcripción literal de las mismas. El tiempo de duración de las entrevistas oscilo entre treinta minutos y una hora según el detalle e interés de las respuestas del entrevistado.

### **2.5.2. Transcripción de las entrevistas.**

La transcripción es un paso necesario para su interpretación exhaustiva. No se dispone de sistemas o reglas de transcripción estándar, pero si de algunas recomendaciones: transcribir todo el discurso y con la exactitud que requiere la pregunta de investigación, transcribir dejando un amplio margen en el texto para poder dejar anotaciones y transcribir de forma literal y lo más fiel posible (Sánchez-Gómez et al., 2017).

Tras el registro de los datos, se realizó la transcripción literal de las entrevistas (de los deportistas con DFV, guías y expertos) registradas en audio o video, empleando para ello el programa informático Express Scribe.

### **2.5.3. Análisis de los datos.**

#### ***2.5.3.1. El análisis de contenido como estrategia de análisis.***

El análisis de contenido es una estrategia de interpretación de datos (transcripción de entrevistas, discursos, videos, etc.), que permite a partir de la lectura e interpretación, el conocimiento de aspectos y fenómenos ocurridos en la vida social del entorno estudiado (Andreú, 2002).

Este tipo de análisis se apoya en la lectura de un contenido (entrevistas en el caso del presente proyecto), como instrumento de recogida de información, siguiendo en dicha lectura el método científico, teniendo como características ser sistemática, objetiva, replicable y válida. El entorno y contexto de producción de datos es el marco de referencia que se toma para inferir en los datos y captar el significado (Andreú, 2002).

Las características fundamentales del análisis de contenido frente a otras técnicas de análisis cualitativo es que combina la observación, producción de datos y la interpretación o análisis de los datos de forma simultánea dentro del mismo estudio (Andreú, 2002).

La definición expuesta por Krippendorff (1990, p. 28), establece que el análisis de contenidos es “una técnica de investigación destinada a formular, a partir de ciertos datos, inferencias reproducibles y válidas que pueden aplicarse a su contexto”. Por lo tanto, el contexto es un marco de referencia determinante que contiene toda aquella información a disposición del lector para conocer de forma previa o inferir desde el mismo texto, para captar el contenido y significado de aquello contenido en los textos.

Para concluir la conceptualización de la metodología de análisis utilizada, se presenta la definición de Bardin (1996, p. 32), que define el análisis de contenido como “el conjunto de técnicas de análisis de las comunicaciones, tendentes a obtener indicadores por procedimientos

sistemáticos y objetivos de descripción del contenido de los mensajes permitiendo la inferencia de conocimientos relativos a las condiciones de producción de los mensajes”.

Como indica la definición anterior, este tipo de técnica permite realizar procesos sistemáticos, en los que el uso de software específico, como el NVIVO empleado en el presente estudio, aportan sistematización al proceso de análisis de los datos.

Siguiendo a Andreú (2002) y Krippendorff (1990, 2004), todo proyecto de investigación que toma la técnica de análisis de contenido como base del análisis de los datos obtenidos durante el proceso de recogida de información, deben seguir diferentes pasos en el proceso de análisis, los cuales son:

**a) *Determinar el objeto de análisis.*** El primer paso consiste en responder a las siguientes preguntas: ¿qué quiere investigarse?, ¿qué existe con anterioridad ya sea bibliografía o conocimientos previos?, ¿en qué marco teórico encaja?, ¿qué textos se van a utilizar? y ¿cuál es la unidad de análisis que se va a utilizar? Una cuestión clave de este paso es la elección de la unidad de muestreo, es decir, que muestra forma parte del estudio (Aranguren, 1996; Krippendorff, 1990). Posteriormente, se debe establecer la unidad de registro, que es la unidad de muestreo que se puede analizar de forma aislada; así como la unidad de contexto, que es la porción de muestreo que caracteriza a la unidad de registro.

**b) *Determinar el sistema de codificación.*** La codificación consiste en un proceso mediante el que los datos brutos se transforman sistemáticamente en unidades que permiten una descripción precisa de las características de su contenido. Las reglas que se utilizan son las siguientes (Bardin, 1996): presencia, frecuencia, frecuencia ponderada, intensidad, dirección orden y contingencia.

**c) *Determinar el sistema de categorías.*** La categorización según Bardin (1996), “es una

operación de clasificación de elementos constitutivos de un conjunto por diferenciación, tras la agrupación por analogía, a partir de criterios previamente definidos”. La categorización se compone de dos etapas: la primera inventariar y aislar los elementos singulares y más repetidos; y la segunda etapa la clasificación definitiva del discurso según el inventario realizado. Según Olabuenaga (1996), la categorización debe realizarse siguiendo las siguientes reglas marcadas:

- Las categorías tienen que ser significativas, claras y excluyentes.
- Las categorías se pueden agrupar en series de categorías denominadas dimensiones aplicando para ello un criterio único y exhaustivo.

**d) *Comprobar la fiabilidad del sistema de codificación-categorización.*** La fiabilidad del sistema de codificación es determinante para la validez de la propia investigación. Esta fiabilidad se mide a través de comprobar que los datos permanecen constantes en todas las variaciones del proceso analítico, es decir, se repiten los mismos resultados independientemente del codificador. Los datos sobre fiabilidad exigen que dos codificadores, como mínimo, según indica Krippendorff (1990), describan de forma independiente un conjunto de unidades y categorías en los mismos términos de análisis.

**e) *La inferencia.*** Las inferencias son aquellas conclusiones que el analista de contenido extrae al realizar el análisis a un texto. Según Bardin (1996), existen tres elementos básicos en el proceso inferencial, los cuales son: las variables de inferencia, el material analizado y la explicación analítica.

El procedimiento de análisis de contenido planteado por Krippendorff (2004), se puede resumir en la figura realizada por Rodríguez (2015), como una adaptación de los componentes a tener en cuenta en dicho proceso (Figura 2.8).

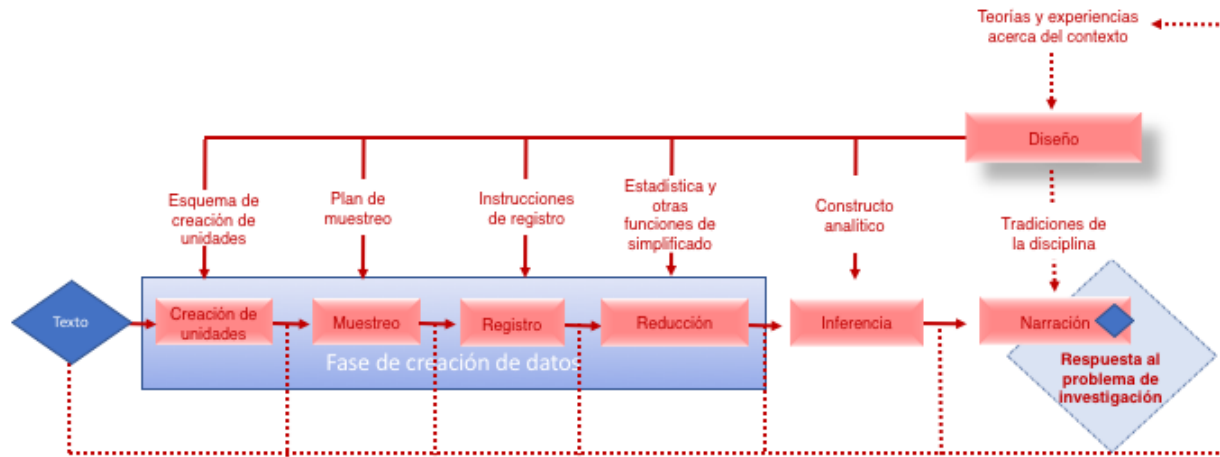


Figura 2.8. Proceso de análisis de contenido de Krippendorff (2004), adaptado por Rodríguez (2015).

Dentro del análisis de contenido como estrategia de análisis de los datos, en consonancia con el enfoque cualitativo del presente estudio, en el presente estudio se ha empleado el denominado **análisis de contenido cualitativo**, definido por Andreú (2002, p.22) como “un conjunto de técnicas sistemáticas interpretativas del sentido oculto de los textos”.

Este análisis no sólo se centra en la interpretación literal del contenido, sino que debe profundizar en el contenido relacionado con el contexto en el que se desarrolla. Según Krippendorff (1990, p. 103), es un nuevo marco de aproximación empírica, definido como “un método controlado del proceso de comunicación entre el texto y el contexto, estableciendo un conjunto de reglas de análisis, que paso a paso, las separa de ciertas precipitaciones cuantificadoras”.

El análisis de contenido cualitativo, presenta las siguientes ventajas (Andreú, 2002):

- El material se analiza dentro de un modelo de comunicación.
- Permite crear reglas de análisis que posibilitan dividir el material en unidades de análisis más interpretables.



- La investigación e interpretación continua del texto crea categorías centrales, cuidadosamente revisadas mediante proceso de “feedback”, que ayudan a construir las ideas fundamentales del investigador.
- Criterios de fiabilidad y validez como procedimiento de control de la calidad (uso de la triangulación, fiabilidad interobservador, etc.).

Uno de los procedimientos de análisis de contenido cualitativo más usado por la comunidad científica es el propuesto por Mayring (2002), en el que establece un modelo de desarrollo de categorías inductivo (Figura 2.9), deductivo (Figura 2.10) o mixto (mezcla de ambos).

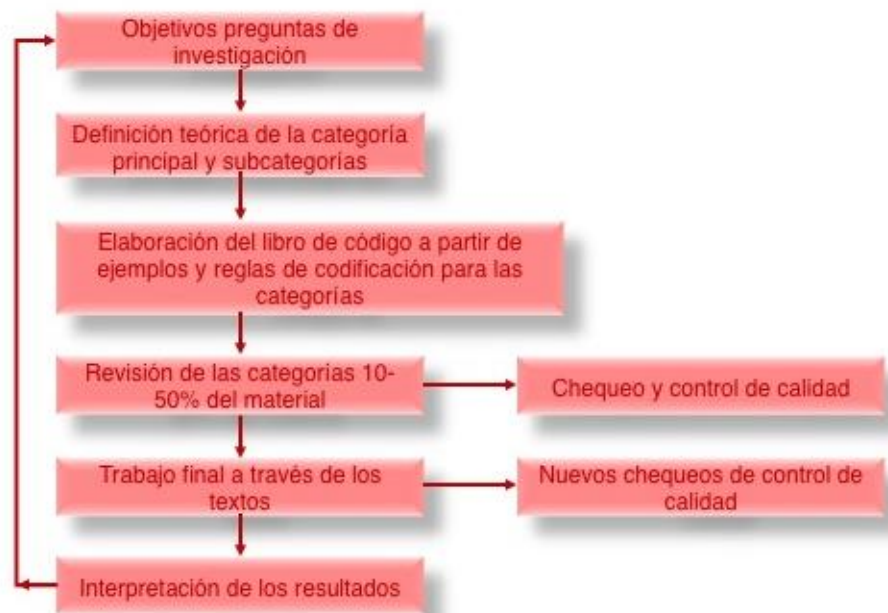


Figura 2.9. Modelo de desarrollo de categorías inductivas de Mayring (2000), adaptado por Andreú (2002).



Figura 2.10. Modelo de desarrollo de categorías deductivas de Mayring (2002), adaptado por Andreú (2002).

### 2.5.3.2. *Proceso de análisis de contenido cualitativo aplicado.*

A partir del análisis de los autores anteriormente citados, el proceso de análisis de contenido cualitativo aplicado en el presente estudio, se fundamenta en las fases establecidas por Andreú (2002) y Krippendorff (2004), así como en el modelo de desarrollo de categorías mixto (deductivo e inductivo) propuesto por Mayring (2002); aplicando inicialmente el enfoque deductivo para formular las categorías principales de análisis (dimensiones) a partir de los objetivos del estudio y del protocolo de preguntas de la entrevista semiestructurada, y posteriormente se empleó el enfoque inductivo, para formular las categorías y subcategorías de análisis a partir de las ideas emergentes de los participantes sobre sus percepciones sobre la accesibilidad en de los DFV en las carreras por montaña.

Tabla 2.2. Proceso de análisis de contenido cualitativo adaptado al presente estudio.

PROCESO DE ANÁLISIS DE CONTENIDO Andreú (2002) y Krippendorff (2004)	ACCIONES REALIZADAS	MODELO DESARROLLO CATEGORÍAS DEDUCTIVO-INDUCTIVO Mayring (2000)
Determinar el objeto de análisis	Especificar el objetivo de la investigación, problemática de estudio.	Establecer objetivo de estudio, preguntas de investigación.
Creación de unidades	Determinar las unidades de análisis.	Determinar de forma deductiva las categorías principales de análisis (dimensiones iniciales).
Muestreo	Análisis exploratorio del texto.	Establecer de forma inductiva las categorías y subcategorías de análisis.
Registro/codificación	Análisis de todas las unidades de análisis con el sistema de códigos establecido.	Primera codificación, aplicando las categorías y subcategorías de análisis iniciales.
Reducción	Estructuración del sistema de códigos y subcódigos de forma transitoria.	Segunda codificación. Selección de los fragmentos de entrevistas más representativos de cada categoría.
Inferencia	Consolidación de códigos a dimensiones, categorías y subcategorías.	Exposición de los resultados encontrados, estructurado en dimensiones, categorías y subcategorías.
Narración	Discusión de los resultados.	Discusión de los resultados.

A continuación, se describen las acciones realizadas en cada una de las fases propuesta por Andreú (2002) y Krippendorff (2004), con su correspondiente relación con el modelo de desarrollo de categorías mixto de Mayring (2000).

*a) Determinar el objeto de análisis.* El presente trabajo de investigación comienza con el apartado de marco teórico, en el que se realiza una revisión sobre las experiencias previas en relación a la accesibilidad a las competiciones de carreras por montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual de deportistas con discapacidad funcional visual a carreras por montaña. Dejando de manifiesto que el objeto de análisis es:

- Detectar las barreras en la práctica deportiva de carreras por montaña, para usuarios con DFV.

- Analizar si la satisfacción con la organización y el desarrollo de las pruebas de carreras por montaña, de los participantes con DFV, influye en el propio acceso a las competiciones por montaña.
- Localizar las necesidades de información y accesibilidad de deportes de montaña a los participantes con DFV.

**b) Creación de unidades de análisis.** La creación de las unidades de análisis se establece en función de dos criterios: el tipo de participante de la investigación y las categorías principales de análisis.

En cuanto al tipo de participante (deportistas con DFV, guía o experto), para mantener el anonimato de la población objeto de estudio, se estableció un código compuesto de varias letras y números para identificar a cada sujeto (Figura 2.11).



Figura 2.11. Código identificación entrevistas.

- La primera letra es una “H” o una “M” si el entrevistado es un hombre o mujer respectivamente.
- El siguiente número indica el orden en el que se le ha realizado la entrevista en el proceso del estudio.
- La letra central indica el tipo de población participante en el estudio, pudiendo ser: B1 (significaría que es un corredor ciego total), B2 (estaríamos ante un corredor con diversidad funcional visual), G (significa que la aportación es de un guía) y E (que significa experto).

- El último código es una letra que indica la comunidad autónoma de origen del participante en el estudio.

La aplicación de estos códigos a las entrevistas que han formado parte de la investigación, pueden verse en el Anexo I de forma completa, presentándose a continuación un resumen (Tabla 2.3).

Tabla 2.3. Código de los participantes que formaron parte del estudio.

<b>Deportistas</b>	<b>Guías</b>	<b>Expertos</b>
M1-B1-CA	M2-G-Z	M13-E-SE
M5-B1-LC	M3-G-M	H38-E-CL
M6-B1-LR	M4-G-SE	H39-E-CL
M8-B1-M	M7-G-V	H40-E-E
M9-B1-N	M12-G-M	
M10-B2-Z	H1-G-N	
M11-B2-V	H5-G-LP	
H2-B1-M	H6-G-M	
H3-B2-LC	H10-G-T	
H4-B2-LP	H11-G-SE	
H7-B2-MU	H12-G-M	
H8-G-MU	H16-G-CA	
H9-B1-T	H20-G-LR	
H13-B2-CO	H21-G-M	
H14-B1-CA	H22-G-M	
H15-B1-LP	H24-G-M	
H17-B1-M	H26-G-SE	
H18-B1-SE	H27-G-SE	
H19-B2-CC	H32-G-LR	
H23-B1-SE	H33-G-V	
H25-B2-M	H34-G-CA	
H28-B1-MU	H36-G-CO	
H29-B1-SE		
H30-B2-A		
H31-B2-V		
H35-B2-M		
H37-B2-LR		

Respecto al criterio de las categorías principales de análisis (que posteriormente generarán las dimensiones), se establecieron a partir de los objetivos del estudio y el protocolo de preguntas; por lo tanto, se elaboraron de forma deductiva, según el modelo de Mayring (2000). La relación

entre los bloques temáticos de la entrevista semiestructurada y las categorías principales de análisis determinadas, se presenta en la siguiente figura (Figura 2.12).

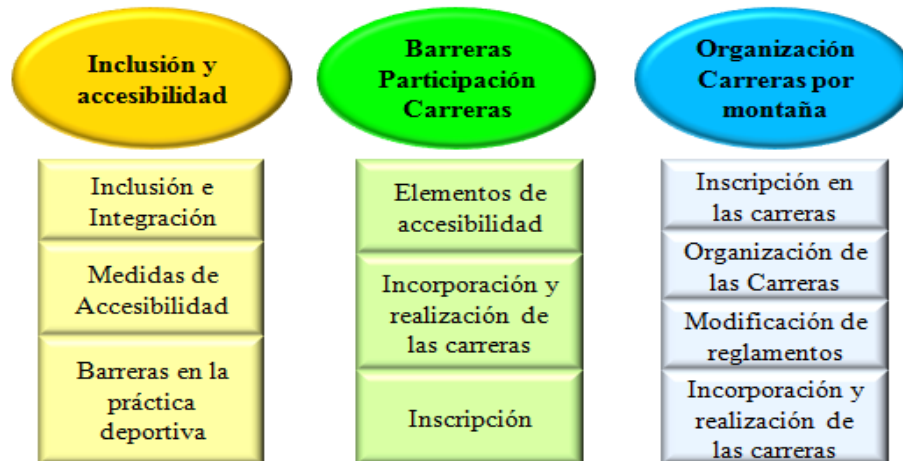


Figura 2.12. Relación de bloques temáticos de las entrevistas y categorías principales de análisis.

*c) Muestreo.* Se realizó un análisis exploratorio de los textos (total de transcripciones de las entrevistas) mediante una lectura integral de los mismos, que permitió establecer un primer sistema de categorías y subcategorías inicial (Figura 2.13).

DIMENSIONES	CATEGORÍAS DE ANÁLISIS
Inclusión e Integración	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Real</li> <li>● No real</li> <li>● Acogimiento</li> </ul>
Medidas de accesibilidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medidas de la administración</li> <li>● Suficientes ó Insuficientes</li> <li>● Adecuadas</li> <li>● Falta de financiación</li> <li>● Adaptación de entornos</li> </ul>
Barreras de la Práctica Deportiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Medios materiales</li> <li>● Adaptado, No adaptado ó Insuficiente</li> <li>● Personal técnico                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● Falta de cualificación</li> <li>● Personal voluntario ó Personal retribuido</li> </ul> </li> <li>● Instalaciones                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● Señalización</li> <li>● Adaptación</li> <li>● Acogimiento en instalaciones</li> </ul> </li> </ul>
Inscripción en las carreras	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No existe barrera</li> <li>● Si existe barrera</li> <li>● No se identifica al discapacitado</li> <li>● Gratuidad para el guía voluntario</li> </ul>
Incorporación en las carreras	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No existe barrera</li> <li>● Si existe barrera</li> <li>● Prohibición uso de bastones</li> <li>● Limitación en Tiempo</li> </ul>
Barreras Realización De Carreras	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Graduación de las carreras: incorrecta, incompleta.</li> <li>● Información incompleta, grafica y/o verbal</li> <li>● Falta de adaptación de medios informáticos</li> <li>● Adaptación de trazados</li> <li>● Guías: falta de guías y falta de formación</li> </ul>
Organización de las carreras	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No existe adaptación</li> <li>● Tratamiento igual</li> <li>● Falta de formación</li> <li>● Falta de información</li> </ul>
Modificación de reglamentos de las carreras	<ul style="list-style-type: none"> <li>● No se considera necesaria modificación</li> <li>● Modificación tiempos de corte</li> </ul>

Figura 2.13. Dimensiones, Categorías y Subcategorías de análisis inicial.

d) *Registro/codificación*. A partir del sistema de categorías y subcategorías iniciales, se realizó una primera codificación de los textos objeto de análisis. Durante esta fase, para garantizar los criterios de calidad de la investigación cualitativa, se aplicaron las siguientes premisas:

- El proceso de codificación se realizó por dos investigadores, pudiendo garantizar la credibilidad (validez interna) y mejorando la objetividad de los resultados extraídos (Delgado, Vargas, y Vázquez, 2006; Flick, 2007); ambos investigadores fueron licenciados en ciencias de la actividad física y del deporte y especialistas en actividades físico deportivas en medio natural, siendo además uno de ellos especialista en actividades físico deportivas con personas con diversidad funcional.
- Se elaboró un manual un manual descriptivo de las categorías para realizar y unificar los criterios de codificación, contribuyendo a la dependencia (fiabilidad) del sistema de categorías (Sánchez-Gómez et. al, 2017). Estas categorías, en su versión final, se describen en el siguiente apartado denominado 2.5.2.3. Programa de análisis cualitativo N-Vivo.

*e) Reducción.* Este segundo momento de codificación, aplicó el mismo procedimiento de codificación anterior, añadiendo un proceso más que consistió en la selección de los fragmentos literales del discurso de los participantes en las diferentes categorías y subcategorías, lo que permitió consolidar el sistema de categorías y subcategorías (Sánchez-Gómez et. al, 2017), además de reestructurar el sistema de dimensiones (pasando de ocho dimensiones a siete en el modelo final) (Figura 2.14).





Figura 2.14. Modificaciones en las dimensiones de análisis

*f) Inferencia.* La acción principal de esta fase del análisis consiste en presentar los resultados de forma estructurada. Para ello, un elemento clave es continuar garantizando el criterio de calidad de la investigación denominado objetividad (confirmabilidad), aportando fragmentos literales del discurso de los participantes en las diferentes categorías y subcategorías presentadas (Sánchez-Gómez et. al, 2017). La presentación de los resultados se puede ver en el capítulo 3 (resultados) del presente documento.

*g) Narración.* La discusión de los resultados es la acción clave que permite establecer relaciones entre las percepciones de los diferentes participantes sobre los resultados encontrados,

empleando para ello la triangulación como técnica que aporta credibilidad (validez interna) al estudio. También es importante la comparación de los resultados con otras investigaciones previas, a pesar de ser un objeto de estudio incipiente. En el capítulo 4 (discusión) se puede ver el desarrollo de esta fase de análisis.

### ***2.5.3.3. Programa de análisis cualitativo N-VIVO***

El software de análisis cualitativo NVIVO (Hutchison, Johnston y Breckon, 2010), permite el análisis, evaluación e interpretación de fenómenos y relaciones sociales desde una perspectiva descriptiva e interpretativa.

El programa es una herramienta que permite trabajar con datos no estructurados o semiestructurados resultados de entrevistas, así como la inclusión de textos de artículos, documentos legales o páginas web entre otros (Figura 2.15). Se apoya en la lógica del análisis de contenidos (Andréu, 2002). Esto ofrece la posibilidad de trabajar desde la inducción, para el proceso de construcción y análisis de las cuestiones referentes al objeto de estudio, a partir del análisis de la información producida desde un proceso marcado por la deducción.

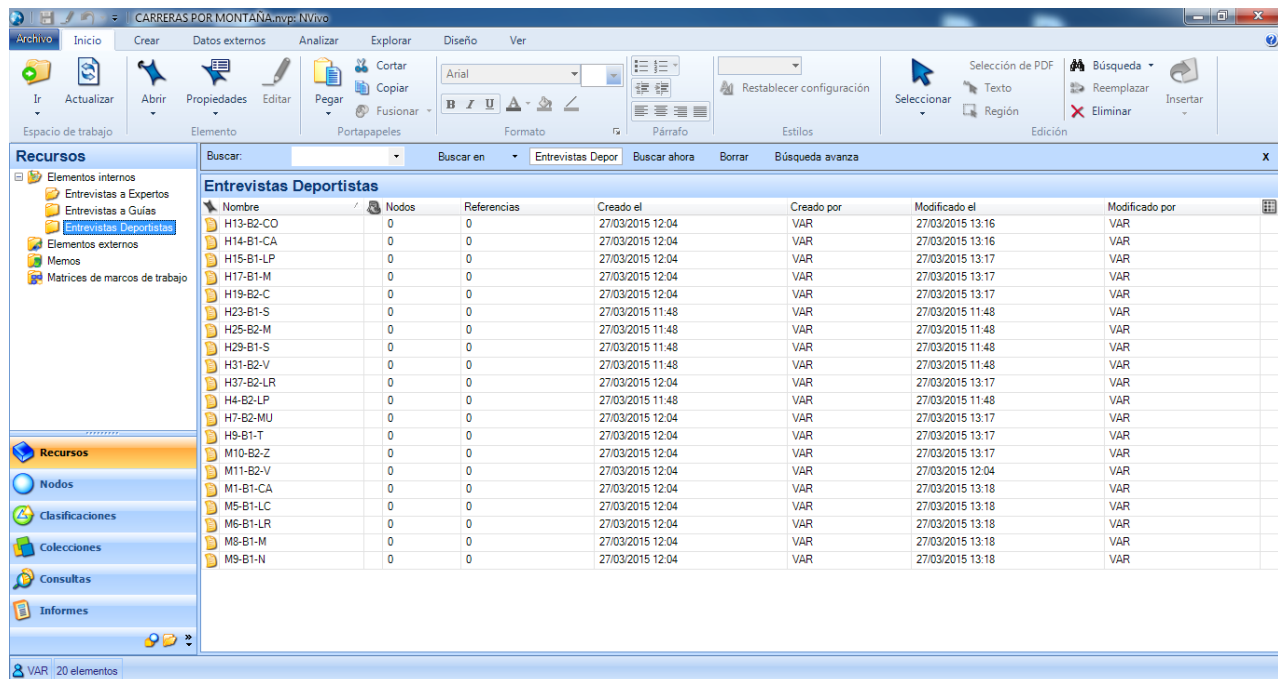


Figura 2.15. Recursos externos entrevistas deportistas (captura de pantalla NVIVO)

El software tiene tres grandes componentes: los recursos, los nodos y las búsquedas. El trabajo con los recursos y los nodos (categorías de análisis) dio lugar a que surgieran teorías y relaciones de resultados de nuestros participantes medidas por el trabajo de descripción e interpretación de la investigación.

El programa NVIVO ofrece una serie de herramientas de ayuda que van a mediar entre los recursos, los nodos y las búsquedas: colecciones y clasificaciones.

Por un lado, se pueden utilizar las colecciones para crear agrupaciones de recursos, nodos o cualquier otro elemento de la investigación, con la finalidad de acotar las búsquedas a un contexto específico del proyecto (Figura 2.16).

Nodos							
Nombre	Recursos	Referencias	Creado el	Creado por	Modificado el	Modificado po	
BARRERAS EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA	1	4	27/03/2015 11:52	VAR	27/03/2015 13:38	VAR	
INSTALACIONES	1	2	27/03/2015 11:54	VAR	27/03/2015 13:16	VAR	
ACOGIMIENTO EN INSTALACIONES	1	3	27/03/2015 11:54	VAR	27/03/2015 13:38	VAR	
ADAPTACION	1	3	27/03/2015 11:54	VAR	27/03/2015 13:38	VAR	
SEÑALIZACION	1	2	27/03/2015 11:54	VAR	27/03/2015 13:16	VAR	
MEDIOS MATERIALES	1	2	27/03/2015 11:53	VAR	27/03/2015 13:38	VAR	
ADAPTADOS	0	0	27/03/2015 11:54	VAR	27/03/2015 11:54	VAR	
NO ADAPTADOS	1	1	27/03/2015 11:55	VAR	27/03/2015 13:38	VAR	
PERSONAL TÉCNICO	1	4	27/03/2015 11:53	VAR	27/03/2015 15:15	VAR	
FALTA DE CUALIFICACION	1	3	27/03/2015 11:55	VAR	27/03/2015 15:04	VAR	
RETRIBUIDO	0	0	27/03/2015 11:55	VAR	27/03/2015 11:55	VAR	
VOLUNTARIO	0	0	27/03/2015 11:55	VAR	27/03/2015 11:55	VAR	
BARRERAS EN REALIZACIÓN DE LA CARRERA	0	0	27/03/2015 11:54	VAR	27/03/2015 11:54	VAR	
GUIAS	1	4	27/03/2015 11:59	VAR	27/03/2015 15:09	VAR	
INFORMACIÓN OFRECIDA	1	6	27/03/2015 11:55	VAR	27/03/2015 15:14	VAR	
PERSONAL TÉCNICO	1	5	27/03/2015 12:00	VAR	27/03/2015 15:14	VAR	
INCLUSIÓN-INTEGRACIÓN EN EL DEPORTE	2	10	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 15:12	VAR	
NO REAL	1	5	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 13:38	VAR	
REAL	0	0	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 11:50	VAR	
TÉCNICO DEPORTIVO- ENTRENADOS	1	2	27/03/2015 11:51	VAR	27/03/2015 13:21	VAR	
INCORPORACIÓN CARRERAS	1	11	27/03/2015 11:48	VAR	27/03/2015 15:12	VAR	
NO EXISTE BARRERA	0	0	27/03/2015 11:48	VAR	27/03/2015 11:48	VAR	
SI EXISTE BARRERA	0	0	27/03/2015 11:48	VAR	27/03/2015 11:48	VAR	
FALTA DE SENSIBILIZACION	1	1	27/03/2015 11:49	VAR	27/03/2015 15:15	VAR	
LIMITACION DE TIEMPO	1	1	27/03/2015 11:49	VAR	27/03/2015 15:09	VAR	
PROHIBICIÓN	0	0	27/03/2015 11:49	VAR	27/03/2015 11:49	VAR	
INSCRIPCIÓN A LAS CARRERAS POR MONTAÑA	1	14	27/03/2015 11:55	VAR	27/03/2015 15:16	VAR	
MEDIDAS DE ACCESIBILIDAD	1	5	27/03/2015 11:51	VAR	27/03/2015 14:36	VAR	
ADAPTACIÓN DE ENTORNOS	1	9	27/03/2015 11:52	VAR	27/03/2015 15:16	VAR	
ADECUADAS	1	1	27/03/2015 11:51	VAR	27/03/2015 15:05	VAR	
FALTA DE FINANCIACIÓN	2	7	27/03/2015 11:52	VAR	27/03/2015 14:51	VAR	
INADECUADAS	2	12	27/03/2015 11:51	VAR	27/03/2015 15:04	VAR	
MODIFICACION REGLAMENTOS	1	2	27/03/2015 12:11	VAR	27/03/2015 15:09	VAR	
CONSIDERACIÓN DISCAPACIDAD	1	10	27/03/2015 12:12	VAR	27/03/2015 15:12	VAR	
DESCONOCER REGLAMENTOS	0	0	27/03/2015 12:11	VAR	27/03/2015 12:11	VAR	
FACILITAR USO MATERIAL ADAPTADO	0	0	27/03/2015 12:12	VAR	27/03/2015 12:12	VAR	
MODIFICACIÓN TIEMPOS	1	4	27/03/2015 12:12	VAR	27/03/2015 15:12	VAR	
NO NECESARIA MODIFICACION	0	0	27/03/2015 12:11	VAR	27/03/2015 12:11	VAR	
ORGANIZACION	0	0	27/03/2015 11:49	VAR	27/03/2015 11:49	VAR	
FALTA DE FORMACIÓN	1	10	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 15:15	VAR	
FALTA DE INFORMACIÓN	1	12	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 15:15	VAR	
FALTA SENSIBILIZACIÓN	1	13	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 15:15	VAR	
TRATAMIENTO IGUAL	1	12	27/03/2015 11:50	VAR	27/03/2015 15:16	VAR	

Figura 2.16. Colecciones de nodos libres y ramificados (captura de pantalla NVIVO)

Por otro lado, las clasificaciones facilitan la posibilidad de asignar atributos a los participantes o a los nodos creados (Figura 2.17). Esta opción ha permitido realizar comparaciones entre participantes que cumplan con los valores de uno o varios atributos, si entre los objetivos del análisis se contempla esta posibilidad. Además, los modelos y visualizaciones contribuyen a construir gráficas y mapas conceptuales interactivos que facilitan un análisis más riguroso y de mayor calidad.

Clasificaciones de recursos						
Nombre	Creado el	Creado por	Modificado el	Modificado por		
DEPORTISTAS	27/03/2015 12:18	VAR	27/03/2015 13:16	VAR		
Nombre	Tipo	Creado el	Creado por	Modificado el	Modificado p	
GENERO	Texto	27/03/2015 12:20	VAR	27/03/2015 12:45	VAR	
EDAD	Texto	27/03/2015 12:20	VAR	27/03/2015 13:11	VAR	
ORIGEN	Texto	27/03/2015 13:16	VAR	27/03/2015 13:16	VAR	
GUIAS	27/03/2015 12:19	VAR	27/03/2015 13:03	VAR		
Nombre	Tipo	Creado el	Creado por	Modificado el	Modificado p	
GENERO	Texto	27/03/2015 12:20	VAR	27/03/2015 12:50	VAR	
EDAD	Texto	27/03/2015 12:20	VAR	27/03/2015 12:53	VAR	
ORIGEN	Texto	27/03/2015 12:21	VAR	27/03/2015 13:03	VAR	

Figura 2.16. Atributos de elementos externos (Captura pantalla NVIVO)

El programa, como se ha comentado, permite la codificación en unas categorías principales en nodos y subnodos, creados como resultado del análisis del objeto inicial de estudio, y siendo las categorías las que marcan las áreas de análisis determinadas por los objetivos de la investigación.

En el proyecto que ocupa esta investigación, se determinan las siguientes categorías: inclusión/integración en el deporte; medidas de accesibilidad; barreras de la práctica deportiva; inscripción en las carreras de montaña; incorporación a las carreras; atención por la organización; barreras de realización; material de carreras; y modificación de reglamentos. Los nodos y los subnodos desgranar las categorías para un análisis pormenorizado del discurso de los participantes. La siguiente tabla muestra los nodos libres (dimensiones) y los dependientes (categorías y subcategorías) utilizados en la sistematización del discurso obtenido en las diferentes entrevistas realizadas y su evolución hasta la clasificación final dentro del análisis de resultados (Figura 2.18).

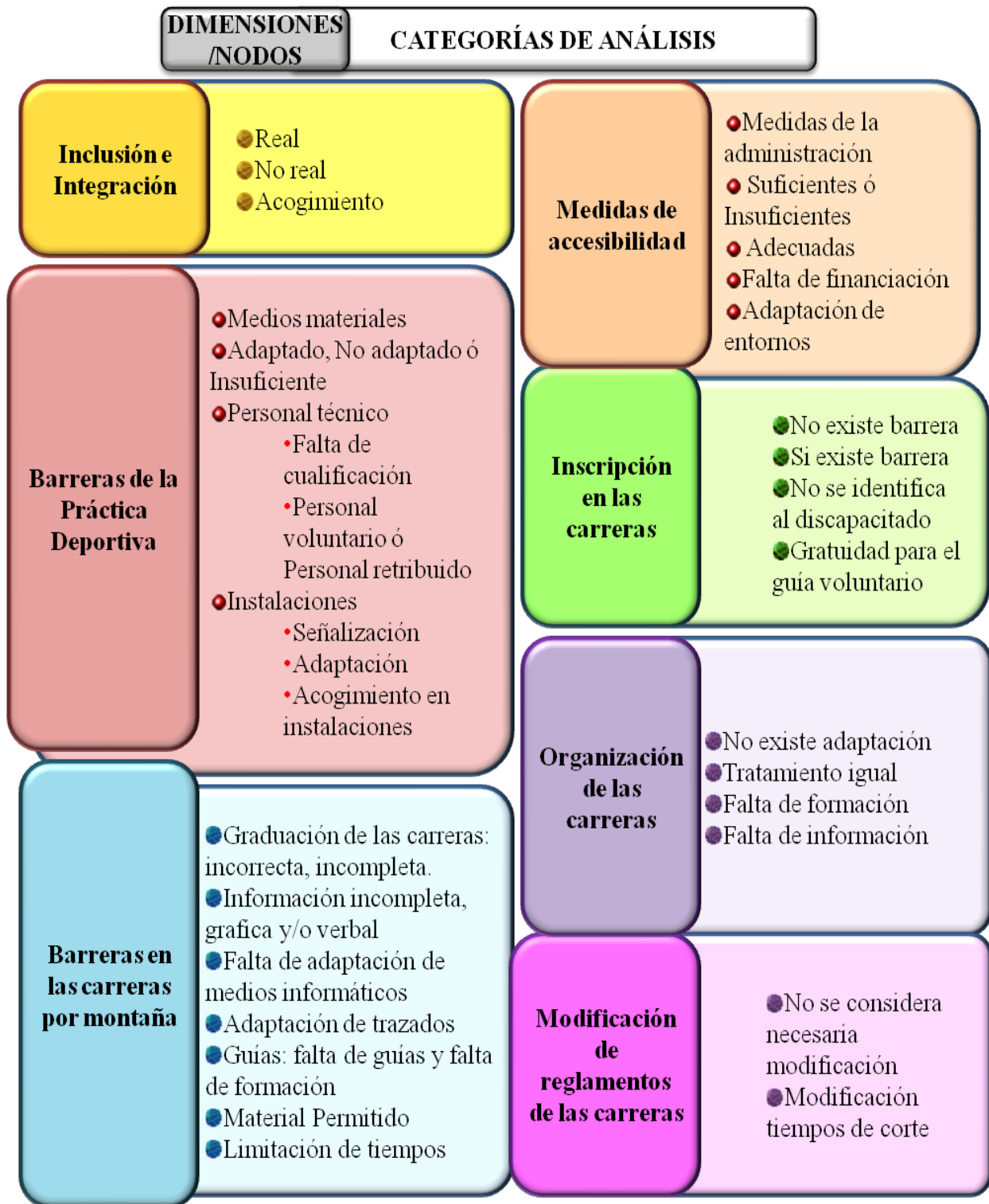


Figura 2.18. Nodos libre (dimensiones) y nodos dependientes (categorías y subcategorías) de análisis.

Los nodos libres (dimensiones) determinan los dependientes (categorías y subcategorías) que van persiguiendo el objeto de estudio:

a) ***La dimensión de integración/inclusión en el deporte***, busca el análisis de aquellos factores que promueven y facilitan la inclusión de las personas con diversidad funcional visual dentro de un contexto normalizado con personas que presenten o no algún tipo de diversidad funcional. Esta inclusión se presenta desde las diferentes perspectivas planteadas desde el análisis (categorías):

- Real (todos los factores son favorables y palpables para la inclusión).
- No real (esta práctica inclusiva no se da en la medida que se debería o no existe).
- Acompañamiento técnico durante la práctica deportiva (factor determinante que destacan los sujetos entrevistados, incluyendo un asesoramiento inicial para la adaptación al entorno).

b) ***La dimensión que trata las medidas de accesibilidad***, expone la opinión de todos los participantes en el estudio de las medidas propuestas por organismos públicos y privados para el acceso de las personas con diversidad funcional al deporte. Los nodos (categorías) presentes en esta dimensión son:

- Medidas dadas por la administración (valoración sobre si las medidas planteadas por las entidades públicas o privadas están ajustadas a las necesidades reales de los usuarios con diversidad funcional visual), que a su vez se divide en los subnodos (subcategorías): medidas adecuadas o medidas inadecuadas.

- Falta de financiación (una de las causas de falta de accesibilidad actual es la falta de medios económicos para invertir en instalaciones).
  - Adaptación de los entornos de práctica (si se considera que las instalaciones están adaptadas a la posible asistencia de personas con diversidad funcional a las mismas).
- c) *La dimensión definida como barreras de la práctica deportiva*, abarca todos aquellos indicadores que los participantes perciben como barreras, tanto los deportistas y guías como los expertos. Los nodos (categorías) que se destacan en esta dimensión son:
- Los medios materiales, diferenciando en los subnodos (subcategorías): adaptados / no adaptados.
  - El personal técnico (los participantes valoran la presencia y actuación de los técnicos que intervienen en su práctica deportiva), clasificándose en los subnodos (subcategorías): cualificación (la formación en materia de diversidad funcional y la sensibilización del personal técnico) y voluntariedad/retribución monetaria del personal técnico.
  - Las instalaciones (falta de adecuación de las instalaciones y la información sobre las mismas), que se divide en los subnodos (subcategorías): acogimiento (acompañamiento de un técnico/guía en instalaciones y actividades) y señalización/adaptación (las instalaciones y el material están o no debidamente señalizados y/o adaptados para que sea accesible para personas con diversidad funcional visual).



d) *La dimensión de inscripción a las carreras por montañas* identifica aquellas problemáticas surgidas en la inscripción a carreras no organizadas por la FEDC, tanto directamente por los deportistas como por los guías. Los nodos (categorías) empleados son:

- No existe barrera, cuando no hay problemas en la inscripción.
- Sí existe barrera, dividiéndose en los subnodos (subcategoría): no se identifica (con relación a la identificación de diversidad funcional visual del deportista durante la inscripción), limitación de la participación (no existen medidas a priori para la atención a la diversidad funcional antes, durante o después de la carrera que se tenga en cuenta desde la inscripción), y guía (la necesidad de llevar siempre un guía no es tenido en cuenta por las organizaciones).

e) *En la dimensión de incorporación a las carreras*, los nodos (categorías) destacables son:

- No existencia de barreras
- Existencia de barreras, indicando como subnodos (subcategorías) de ésta: la prohibición de material de apoyo y los tiempos de competición.

f) *La dimensión de atención de la organización*, trata de abarcar todos los ámbitos en los que la organización de una carrera atiende a los corredores, tanto a los que tienen diversidad funcional como a los que no. En este caso se indican los nodos (categorías):

- No existe adaptación (en la organización y planificación de las carreras).
- Tratamiento igualitario (tratamiento sin distinción de la diversidad funcional).
- Falta de formación (la mayoría de personas que están en organizaciones no tienen una

formación en diversidad funcional)

- Falta de información (en la mayoría de los casos, la información sobre la diversidad funcional de las personas con diversidad funcional no llega porque no tienen forma de comunicarlo, salvo de forma particular y específica).

g) *En la dimensión de barreras en la realización de carreras por montaña*, al realizar el análisis se detectan diferentes nodos (categorías) con sus correspondientes subnodos (subcategorías):

- Información ofrecida (a todos los participantes se les ofrece información sobre aquello que la organización considera importante para el buen desempeño de la carrera), que se divide en los subnodos (subcategorías): graduación, información (completa/incompleta para personas con diversidad funcional visual) y formato de la información (accesible/no accesible).
- Falta de adaptación, con los subnodos (subcategorías): falta de adaptación y falta de formato.
- Guías (todo lo referente a los guías de forma específica en las carreras por montaña), que presenta los subnodos (subcategorías): falta de guías, formación de los guías e información proporcionada a los guías.

h) Por último, en la *dimensión de modificación de reglamento*, se hace referencia a las normas de participación, características de las pruebas, categorías, tipos de pruebas, sanciones, etc., y está conformada por una serie de nodos (categorías):

- No necesidad de modificación (se considera innecesaria la modificación reglamentaria de las carreras).
- Modificación de los tiempos de cierre.
- Falta de adaptación de información (dossier).
- Facilitación del material adaptado disponible.
- Permisividad de utilizar ayuda y material de apoyo (bastones).

## **2.6. Criterios de credibilidad de la investigación.**

En el proceso investigador llevado a cabo a lo largo del desarrollo del presente proyecto, se debe considerar una serie de criterios que garanticen el rigor, autenticidad y validez del proceso de investigación. Estos criterios son cuatro según Guba y Lincoln (2002), correspondientes a la metodología cualitativa: veracidad (credibilidad), aplicabilidad (transferencia), consistencia (dependencia) y neutralidad (confirmabilidad). El análisis del rigor metodológico del presente estudio se ha realizado según los cuatro criterios citados anteriormente, cumpliéndose los criterios.

### **a) Veracidad.**

La veracidad se ve reflejada en la credibilidad de la investigación, que hace referencia al rigor de los resultados y de los procedimientos utilizados. La premisa para la credibilidad en una investigación de las características del presente estudio es la capacidad de recoger de forma fidedigna, las diferentes realidades representadas por los participantes (Guba, 1989, citado en Pardo, 2003).

La credibilidad del estudio se esclareció utilizando las estrategias de triangulación, observación continua y persistente, y contribución de otros investigadores.

- *Triangulación*: se ha empleado la triangulación de fuentes (deportistas con diversidad funcional visual, guías y expertos).
- *Observación continua y persistente*: la investigadora principal ha observado de forma regular en las carreras por montaña a lo largo del proceso de investigación. También ha mantenido contacto con los corredores con diversidad funcional visual y guías tras finalizar el proceso de recogida de datos.
- *Participación de otros investigadores*: una serie de investigadores han colaborado en las diferentes fases de investigación especialmente en el diseño del estudio y en el análisis de datos aportando una visión externa a la investigadora principal.

#### **b) Transferencia.**

La transferencia se corresponde al criterio de aplicabilidad de los resultados y conclusiones obtenidas del estudio. Esta asegura la relevancia y generalización de los resultados en otros contextos (Rodríguez y Valldeoriola, 2009). El propósito es de ofrecer al lector la suficiente información para permitir esta transferencia de contenido.

A lo largo del presente estudio, se ha explicado de forma detallada y precisa las distintas acciones llevadas a cabo durante la investigación, que permiten tener un doble ángulo de visión uno focalizado en conocer como se ha aplicado el método científico y otro en comprender las posibles medidas y líneas de actuación posibles para la inclusión de las personas con diversidad funcional visual en el contexto de la montaña y las carreras por montaña.

#### **c) Dependencia.**

La dependencia se corresponde al criterio de consistencia, que hace referencia a la estabilidad

de los resultados, es decir, en qué medida los resultados se repetirán si se vuelve a elaborar el estudio en un contexto similar. En la investigación que nos ocupa la posible aplicabilidad en el contexto y replica de los resultados. Las estrategias que se han utilizado en el presente estudio para garantizar la dependencia fueron:

- *Métodos solapados*: es similar a la estrategia de triangulación, anteriormente expuesta.
- *Revisión externa* del proceso de diseño de investigación y fase de tratamiento de los datos.

#### **d) Confirmabilidad.**

La confirmabilidad se corresponde con el criterio de neutralidad, que pretende conseguir que los resultados no estén sesgados. En el presente estudio las estrategias utilizadas para garantizar la confirmabilidad fueron:

- *Participación de otros investigadores* en el proceso de diseño de instrumento, estudio y relación de los datos en el análisis.
- *Grabación en audio y transcripción de las entrevistas*: todas las entrevistas realizadas se grabaron en audio y posteriormente se realizó una transcripción literal (Anexo III).
- *Citas textuales* a lo largo de la exposición de los resultados se han presentados citas textuales recogidas de las entrevistas de los participantes en el estudio.



## **CAPÍTULO 3:**

# **RESULTADOS**



Campeonato de Andalucía carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual Prado del Rey

(Cádiz) (Alberto y Manuel)

|



## CAPÍTULO 3.- RESULTADOS

### 3.1. Introducción.

El apartado de resultados vendrá presentado en dos grandes apartados. Un primer apartado que dará luz a lo tratado en cada uno de los nodos o dimensiones de análisis que han categorizado las entrevistas realizadas a los participantes, ya fuesen corredores, guías o expertos.

Un segundo apartado que a su vez contiene los resultados de los tres colectivos participantes corredores con diversidad funcional visual, guías y expertos.

En los resultados de los deportistas con algún tipo de DFV (B1 o B2); en los comentarios y opiniones cabe destacar las diferentes barreras según el nivel de visión o falta de la misma por parte de estos deportistas.

En las opiniones dejadas por los guías participantes en la investigación, observándose gran diferencia entre algunos a los que no les preocupa la información, infraestructuras y aspectos organizativos de la carrera, frente a otros que necesitan tener toda la información para desempeñar su labor con seguridad y garantía.

Por último, en los aspectos destacados por el grupo de expertos entrevistados. Entre estos expertos se encuentran: una responsable de servicios deportivos de la ONCE; un responsable y coordinador deportivo de federación autonómica de montaña y antiguo guía de diversidad funcional visual; un organizador de pruebas de montaña y responsable de formación en federación de montaña autonómica; y un especialista en diversidad funcional y montaña, coordinador de programa de montañismo inclusivo y corredor de carreras por montaña.

### 3.2. Categorías de codificación de resultados.

El análisis de los resultados se ha centrado en la búsqueda de respuesta a los objetivos propuestos en la investigación, surgiendo así las dimensiones definidas a continuación (Figura 3.1):



Figura 3.1. Dimensiones de análisis y presentación de resultados.

*La inclusión e integración*, contempladas como característica fundamental dentro del proyecto de investigación. Mediante esta categoría se pretendía conocer las diferentes concepciones y percepciones de los participantes en la investigación sobre las mismas en la vida social y deportiva, planteando la dicotomía de si se daba o no en el entorno conocido, así como la

confirmación de la inclusión y las medidas de inclusión en el entorno social, familiar o deportivo.

En torno a la dimensión *medidas de accesibilidad* surgió una categoría de análisis que buscaba la valoración de aquellas medidas públicas o privadas que podían encontrar en el mundo deportivo. En esta categoría, se profundiza en aspectos como la adaptación de los entornos o instalaciones de práctica, el ajuste de las medidas planteadas según las necesidades de los usuarios con algún tipo de diversidad funcional visual y la falta de financiación y ayudas como un factor determinante para que las instalaciones y materiales puedan ser adaptados o sean los idóneos a las necesidades de accesibilidad de los participantes.

En la dimensión de *barreras en la práctica deportiva*, tal y como se podrá comprobar en los siguientes apartados, se observa que son bastantes, y no solo a causa de medidas de accesibilidad de las instalaciones inadecuadas, sino también debido a otras causas distintas, como son la necesidad del acogimiento en la práctica deportiva y su continuidad en el tiempo según el tipo de práctica, la señalización y disposición del material de forma inadecuada, la presencia de un personal técnico cualificado y sensibilizado con la diversidad funcional y la valoración de la figura del voluntario o acompañante siempre que no exista ese apoyo por parte de la instalación.

En la dimensión de *barreras principales encontradas en las carreras por montaña* por los participantes, entran en juego factores tales como la necesidad de guías cualificados y sensibilizados dispuestos a correr junto a personas con diversidad funcional visual, la calidad de la información ofrecida sobre la carrera (sobre todo centrándose en la adecuación de la graduación de las mismas), la accesibilidad del soporte en el que se ofrece la información y la falta de detalle y adaptación de esta información a las necesidades de los participantes y el personal técnico o voluntarios que atienden a los corredores antes, durante y después de la

carrera, y la falta de personal y de formación y cualificación del mismo en materia de diversidad funcional.

La dimensión *inscripciones a las carreras por montaña*, al igual que en otras categorías deportivas, son mayoritariamente on-line, lo que ocasiona una serie de problemas durante las mismas debido a la falta de accesibilidad de las plataformas de inscripción, a la falta de sensibilización y consideración de la diversidad funcional en el momento de la inscripción, y a una falta de información en la recepción de los corredores de forma previa a la carrera.

La dimensión que trata las *barreras de las carreras por montaña* se centra en aquello que sucede antes, durante y después de la carrera en el día de la competición. Abarcando aspectos que no conciernen a la organización de la carrera como pueden ser actitudes de otros corredores, concienciación de espectadores y falta de sensibilización social que afectan al correcto desarrollo de las carreras por montaña por parte de las personas con diversidad funcional visual.

En lo referente a la dimensión *organización de una carrera*, se centra en las diferentes actuaciones de la organización frente a la presencia de las personas con diversidad funcional visual en las carreras por montaña. En concreto, se centra en la valoración de la falta de información sobre la diversidad funcional, la sensibilización hacia la misma del personal técnico y de organización, la formación en materia de accesibilidad y atención a la diversidad funcional, la atención de técnicos, voluntarios y organización, la inclusión y tratamiento sin distinciones y la falta de financiación que imposibilita la adaptación de recursos.

Por último, la dimensión *modificación de reglamentos*, se tiene en cuenta que es algo social e histórico que viene determinado por las necesidades de las personas que participan en un deporte. En los reglamentos de las carreras por montaña se encuentran las características de las pruebas, las categorías participantes, las sanciones y otros muchos detalles que podrían ser

adaptados o ampliados según la diversidad funcional participante y las necesidades presentadas por los deportistas.

### **3.3. Resultados: corredores con diversidad funcional visual.**

En la participación de las carreras por montaña por parte de personas con DFV, la participación se realiza por equipos que corren conectados a una barra direccional, distribuyéndose en función de las características de los corredores presentes y con un guía vidente, como mínimo, en su composición.

Entre los deportistas participantes se encuentran corredores con una DFV que les permite tener cierto grado de visión (B2) y aquellos deportistas con un escaso resto de visión o ceguera total (B1). A continuación, se expondrán las percepciones de los corredores, tanto B1 como B2, sobre los diferentes aspectos analizados sobre las barreras de participación en las carreras por montaña.

#### **3.3.1. Inclusión e integración.**

La inclusión de las personas que presenten alguna problemática se consigue gracias a propiciar la igualdad de condiciones en el acceso a las actividades y servicios, así lo expone:

*“La inclusión es poder practicar deporte igual que cualquier persona que no tenga diversidad funcional”* (H14-B1-CA).

Los corredores demandan el poder practicar deporte en igualdad de condiciones que cualquier persona, independientemente de sus capacidades, tal y como indican:

*“Inclusivo como tal es poder competir con cualquier deportista en igualdad de condiciones”* (H4-B2-LP).

Entre las necesidades para que sea posible la inclusión se hace necesaria, tal y como destacan los corredores, los apoyos y ayudas, ya sean éstas de tipo personal, institucional y/o económico. Sin estos apoyos no sería posible la inclusión para la mayoría de las personas con diversidad funcional visual, declaran:

*“Nosotros queremos hacer como todo el mundo, y son las cosas que ayudan a que eso sea, igual que todas las personas” (H7-B2-MU).*

*“La ayuda que necesitamos para poder hacer todo igual que otra persona” (H9-B1-T).*

La normalización y la práctica junto con otras personas sin distinción de tener algún tipo de diversidad funcional o no es el objetivo de la inclusión dentro de la sociedad y dentro de la práctica deportiva, y se presenta como una necesidad para los deportistas con diversidad funcional visual que participan en la investigación, como indican:

*“Poder practicar el deporte que a cada uno le guste en unas condiciones adecuadas y buenas para todo el mundo, para el discapacitado y para el resto. No siempre la inclusión es para los discapacitados” (H17-B1-M).*

*“...la inclusión sería poder practicar deporte con relativa normalidad dentro de cualquier club externo a la ONCE o incluso dentro de la propia ONCE” (M1-B1- CA).*

La falta de recursos económicos o la imposibilidad de hacer una gestión conjunta, que permita que la inclusión aparte a la segregación dentro del mundo deportivo es un factor que preocupa a la sociedad y a los deportistas:

*“No es real, aquí en Canarias se ha creado la Federación autonómica de deporte para discapacitados, y cuando tramitas ficha para competir debes hacer doble tramite y doble pago. Por una parte, el trámite y el pago con la Federación Española de Deportes para Ciegos y por otra parte la Federación Autonómica de Deportes para discapacitados” (H4-B2-LP).*

Existe una normativa a todos los niveles que obliga y compromete legalmente a las instituciones y a las empresas privadas a crear diferentes protocolos para la inclusión de las personas que presentan algún tipo de necesidad específica, pero esta normativa no se cumple justificándose por falta económica, siendo en la mayoría de los casos por falta de compromiso social, como indican algunos corredores:

*“Punto uno existe ignorancia por parte de las administraciones públicas, y la palabra es esa, ignorancia. Tienen buena voluntad, se sienten a veces más comprometidos que estimulados, pero sin embargo cuando deja de ser voluntario y se les demuestra lo rentable que es el deporte adaptado si suelen responder. A su manera, pero suelen responder” (H15-B1-LP).*

### **3.3.2. Medidas de accesibilidad.**

La accesibilidad y las ayudas, en ocasiones y según el deporte, se limitan a los sectores más visibles socialmente, como pueden ser los deportistas de alta competición con proyección olímpica, dejando olvidados a los deportistas que buscan en la práctica de la actividad física una ocupación saludable del ocio, situación que critican los participantes:

*“Cada vez hay más accesibilidad, pero es verdad que hay varios niveles. En el nivel más profesional y competitivo, que está todo más establecido, hay campeonatos y se puede entrar en carreras de forma normalizada sin problemas” (H17-B1-M).*

Las actividades que ofertan las instituciones públicas y las empresas privadas no siempre están a total disposición de todo el público asistente a las instalaciones, porque depende de la adaptación de los materiales, de la metodología y, sobre todo, de la cualificación de los técnicos y entrenadores presentes en las mismas. Esto provoca que haya un malestar con respecto a la falta de acceso a según actividades o según horarios:

*“Sería real si a todo lo que se oferta pudiéramos acceder, pero no es así, cada actividad hay que preguntar y en muchas te dicen que no hay nadie, que tienes que llevar acompañante que haga actividad contigo” (M9-B1-N).*

La sensibilización hacia la diversidad funcional no es algo que sea responsabilidad exclusiva de los profesionales que tratan con personas con algún tipo de diversidad funcional , sino que es necesario que desde niveles de educación básica hasta profesionales y ciudadanos de todo tipo se conciencien de la presencia de personas con diversidad funcional visual, las cuales tienen unas necesidades específicas (sobre todo en los desplazamientos por la calle), algo que trae problemas en entrenamientos y en la vida diaria de muchos, como exponen:

*“La mayoría de las veces, la diversidad funcional está en los ojos del que mira, si los ojos del que mira son tu familia que hay emociones es difícil. Yo en la universidad que estudie hace unos años y me sentí superintegrado y muy ayudado por mis compañeros, creo que a veces hay que hacer más labor de concienciación a nivel de la familia y del entorno familiar, porque después el entorno social se puede superar” (H14-B1-CA).*

*“Las carreras son un deporte inclusivo que corres con todo el mundo, el hecho que corres en equipo porque sois tres en la barra, yo que he hecho deporte individual. Para mí fue un descubrimiento porque empecé casi forzado y la verdad que disfrutando” (H4-B2-LP).*

*“...en las carreras la gente se porta mejor que en la calle, cuando entrenas no siempre ves a la gente bien y aunque vayas acompañada con la cuerda no se apartan según que sitio” (M10-B2-Z).*

Los programas de formación en diversidad funcional para las diferentes capacitaciones profesionales y en las diferentes enseñanzas deportivas son obligatorios, pero suponen una parte testimonial y poco formativa para un profesional de la actividad física. En la mayoría de los



casos se ubica en la formación común y no se especializa en ninguna disciplina o práctica deportiva concreta que permita a los profesionales trabajar de forma segura con personas con diversidad funcional visual, tal y como presentan:

*“Aunque sepan que tienes problemas no hay ningún tipo de técnico que te asesore y yo pago igual que el resto la cuota del gimnasio, he puesto quejas para ayuda, pero les da igual”* (H13-B2-CO).

*“Para mi es si no tuviéramos un apoyo no podríamos desarrollar el deporte”* (H13-B2-CO).

La participación en la práctica deportiva y el desarrollo personal se limita en muchas ocasiones por miedos de tipo personal o del entorno cercano por proteccionismo, tal y como destacan algunos de los corredores participantes, esta opinión es compartida por muchos de los corredores expresándolo de la siguiente forma:

*“La primera barrera se la pone uno mismo, es muy difícil cuando pierdes un sentido, pierdes una pierna sobreponerte, tienes que hacer un proceso de aceptación tuyo la familia, la sobreprotección, hay muchas pero lo primero las barreras que nos ponemos nosotros mismos”* (H14-B1-CA).

*“Un gran problema es la sobreprotección de nuestras familias, la gente no sabe el daño que se le hace a los niños, yo te estoy hablando de los ciegos porque es lo que conozco. Pero es increíble la sobreprotección de las familias, yo comprendo que es complicado para un padre, pero hay veces que el daño es irremediable que lo que se provoca es que se sea más discapacitado todavía”* (H14-B1-CA).

*“La verdad es que he tenido mucha suerte, además creo que muchas veces el discapacitado o el ciego, como es mi caso, la que también se tiene que adaptar a la sociedad no tiene que llegar y que te lo den todo servido y todo hecho”* (M1-B1- CA).

Las medidas de accesibilidad en instalaciones y programas por parte de las instituciones públicas y privadas se ven bastante limitadas en algunos casos por motivos económicos y organizativos. En gimnasios no es rentable tener una persona de apoyo para personas con diversidad funcional a no ser que esté subvencionado de alguna manera, y por parte de las administraciones se escudan en la falta de recursos económicos para hacer frente a este tipo de programas, dando como resultado la falta de entrenamientos específicos o incluso la falta de atención básica en las instalaciones y entidades, tal y como indican:

*“...donde hay que mejorar más es a nivel de entrenamientos y de prácticas en los polideportivos, se deberían poner unas ayudas porque por ejemplo para un ciego ir a una piscina de barrio a nadar es casi imposible porque suele estar masificado o cuando llegas a un sitio que alguien te indique donde están las cosas, aunque ya después te muevas solo” (H17-B1-M).*

*“No, no se hace lo suficiente y es muy sencillo porque sobre todo lo que son los organismos públicos del deporte podrían hacer más, pero hay intereses creados” (H4-B2-LP).*

La obligatoriedad de adaptación de instalaciones deportivas es conocida por todos los usuarios. Sin embargo, no todas se ajustan a las necesidades de las personas con diversidad funcional visual o de otras diversidades funcionales posibles, tal como nos muestran los participantes:

*“La accesibilidad de las instalaciones estén medianamente adaptados para cualquier tipo de persona que tenga ese tipo de problema. La mayoría no lo están aquí, por ejemplo, en Jerez no hay nada adaptado, sin embargo, en Sanlúcar de Barrameda hay un gimnasio que es inclusivo y está muy adaptado sobre todo a las personas que tienen diversidad funcional física que es lo que yo veo más complicado y lo tienen” (H14-B1-CA).*

*“En mi caso voy sola en la piscina o instalaciones cerradas que conozco, menos cuando tengo que correr porque no me oriento bien y pierdo referencias con facilidad” (M11-B2-V).*

Las medidas de acceso propuestas en la mayoría de los casos son insuficientes o poco adecuadas a las características y necesidades que presentan las personas con diversidad funcional visual. En algunos casos, para solventar estas carencias surge la ayuda solidaria de compañeros y deportistas del mismo club o entorno para hacer posible la práctica deportiva apuntan los corredores:

*“La verdad es que muchos medios claramente no hay o ponen pocos, sinceramente medios ponen pocos porque si ya en la calle hacer la vida normal y cotidiana tienes muchos impedimentos pues figúrate haciendo deporte o en una montaña. Y por supuesto las personas que te ayudan no tienen nada que ver políticamente son compañeros y amigos de los clubes que se ofrecen a ayudarte” (H19-B2-CA).*

*“Pero por lo demás no tengo problemas, sí que tuve problemas cuando quise acceder a la carrera de deporte aquí en la facultad, hice las pruebas de acceso y presente un certificado, y me ponían problemas porque decían que no podría superar la carrera. Al final me dejaron, pero las pruebas de agilidad no estaban adaptadas y no las supere” (H4-B2-LP).*

La falta de financiación es un problema generalizado en el mundo del deporte que esta fuera de circuitos comerciales, ya que las ayudas son escasas y no se ajustan a lo que se necesita. En otros casos se proponen ayudas que repercuten negativamente, porque ocasionan más gastos que ingreso a los deportistas beneficiarios:

*“Entonces nos encontramos con el problema económico, hace unos años no había ayudas, se creó la federación autonómica y se crearon ayudas para los clubes, pero al final esas ayudas revierten sobre la propia federación que está cobrando una ficha abusiva y acabas gastando*

*más, por eso te digo hay intereses creados para que no haya inclusión” (H4-B2-LP).*

*“A nivel de administraciones y eso depende mucho de cómo este el tema económico, cuando estamos en etapa de recesión eso se nota porque en lo primero que se corta en el tema social y eso es accesibilidad, cuando estamos en épocas más boyantes se nota que se abre un poco más la mano” (H14-B1-CA).*

### **3.3.3. Barreras en la práctica deportiva.**

La adaptabilidad y accesibilidad de las instalaciones es fundamental para promover y facilitar la inclusión de las personas con diversidad funcional visual o de otro tipo. Aunque la sensibilidad en ese sentido viene promovida por una legislación existente y de obligado cumplimiento, no todas las instalaciones están adaptadas para un acceso óptimo por parte de las personas con diversidad funcional visual, así lo manifiestan los corredores:

*“Hay falta de apoyo de las instituciones, aquí en el ayuntamiento que es pequeño no hay ayuda de ningún tipo, en mi caso yo corro en la pista de atletismo sin ayuda porque puedo, pero a veces tropiezo porque no hay luz y encima se quejan porque estorbas” (H13-B2-CO).*

La necesidad de personal de apoyo que realice una labor de acogimiento al inicio de la actividad física, así como un acompañamiento y guiado en los momentos en los que haga falta, es una demanda realizada por casi todos los deportistas con diversidad funcional visual, sobre todo aquellos que por su falta de visión les es indispensable ese acompañamiento se hace necesario durante la práctica y otros momentos relevantes, tal y como sugieren:

*” ... los que no ven siempre van acompañados y su problema es que si no tienen guía no pueden entrenar” (H4-B2-LP).*

*“En mi caso si porque tengo mucha ayuda de guías y amigos, pero si no tuviera esa ayuda no podría” (H9-B1-T).*

*“La inclusión existe porque nosotros nos empeñamos en participar, pero no hay recursos suficientes ni personas que te atiendan, y yo más o menos me manejo, pero hay otra chica que va a las instalaciones que yo voy que cuando su hermano no va ella tampoco y así con todo” (M11-B2-V).*

*“... un ciego lo que necesita es un acogimiento para presentarle lo que hay, explicarle dónde está cada cosa y explicarle las posibilidades de lo que se puede hacer ahí. Lo necesario es un apoyo, e incluso las posibilidades de grupos de entrenamientos que faciliten esta actividad” (M8-B1-M).*

El material adaptado y la señalización correcta es otra de las barreras con las que se encuentra una persona con diversidad funcional visual en una instalación deportiva y lo ponen de manifiesto dado que es una barrera y un peligro personal:

*“En general el problema surge por ejemplo en el gimnasio, llego un día y han cambiado aparatos de sitio y nadie te indica ni se señala de ninguna manera dónde está cada cosa, y te tropiezas porque lo que está ahora, no estaba o, al contrario, entonces estoy perdida” (M8-B1-M).*

*“Material con elementos que faciliten acceso y personal, la mayoría de los problemas se soluciona con personal de apoyo” (M11-B2-V).*

Los técnicos y monitores de las instalaciones deportivas pueden ser de gran ayuda si se adaptan a las necesidades que demanda la persona, tanto con diversidad funcional como sin ella, o pueden suponer una gran barrera que solventar por desinterés y miedos en la práctica de la persona que está realizando actividad física en la instalación, como reclaman los corredores:

*“... también he estado apuntada al gimnasio, es verdad que iba con mi pareja al gimnasio, pero al final los propios del gimnasio son los que me ayudaban y me decían ven que hoy vamos a hacer un circuito” (M1-B1- CA).*

*“Bueno, si un día no hay una persona que pueda ayudarme para hacer mi práctica, ese día no puedo realizarla, entonces es todo o casi todo. Para nadar no, en la piscina los monitores me indican donde está la escalera y suelo quedarme en la calle de la escalera a nadar”. (H9-B1-T)*

*“Lo que sí echo en falta en los gimnasios tradicionales, y eso no sé si lo tendría que poner la administración o exigirlo, es una persona o varias que se dedique exclusivamente a ese colectivo. Porque tú al principio llegas a un gimnasio y venga te dicen, te ayudan, pero pasa un tiempo y se aburren, y a las dos semanas te colocan en la elíptica o en la cinta y te dejan aparcado” (H14-B1-CA).*

La falta de formación en el personal técnico y la falta de cualificación y experiencia con personas con diversidad funcional, hacen que la atención a éstas sea inadecuada, siendo peor que la ofrecida a otro usuario que no presente diversidad funcional:

*“...cuando vas a un gimnasio les cuesta adaptarse a ti más que nosotros a ellos” (M9-B1-N).*

*“...cuando fui al gimnasio que es un pabellón de deportes, a San Fernando a apuntarme a Judo, al principio no les hizo mucha gracia que se apuntara una ciega, y entonces empezaron a decirme: “¿pero va a venir tu madre contigo?” y yo decía: “vamos a ver, yo no sé qué edad se piensa que tengo, pero soy un poco mayorcita para que me acompañe mi madre y que venga desde Sevilla”. Entonces se disculpaban y me pedían perdón. Y al principio pues eso, están un poco con la incertidumbre de cómo lo vas a hacer, pero en cuanto ellos te ven practicado ya se tranquilizan” (M1-B1- CA).*

La figura del voluntario o personal de apoyo que facilita la práctica deportiva de aquellas

personas que, por sus características, se les dificulta el acceso o incluso la práctica, también conlleva y requiere un proceso de sensibilización, captación y formación para con la diversidad funcional, para poder llegar a comprenderla y atender adecuadamente a las personas con diversidad funcional. Se desconoce por parte de los deportistas quién debe llevar a cabo este proceso, e indican esta necesidad:

*“No, porque la mayoría de las veces las cosas son posibles por la ayuda de voluntarios que ponen su tiempo para ayudarte, sin esos voluntarios que lo hacen sin cobrar no podrías hacer muchas cosas de las que haces, yo salgo a andar y salgo con una chica que viene casi todos los días, porque yo me manejo bien, pero para salir más lejos necesito ayuda” (H9-B1-T).*

*“En mis disciplinas deportivas, las que practico habitualmente la verdad he tenido suerte, sabes cuál es mi barrera en la actualidad mi tiempo libre que no tengo, después compaginar mi tiempo libre con el de algún guía, pero la gente está dispuesta y cuando no es uno es otro” (H15-B1-LP).*

#### **3.3.4. Inscripción en las carreras por montaña.**

Las inscripciones a las carreras actualmente se hacen de forma on-line en su totalidad. Esto nos lleva a la inaccesibilidad de la mayoría de las páginas web, y más concretamente de los formularios de inscripción, que necesitan de una persona que realicen el apoyo de inscripción para poder realizarlo.

*“La verdad es que, si te manejas con internet, yo suelo hacer las de la federación de mi comunidad o la que me viene bien y las que me llegan de la ONCE, o cuando has hecho una carrera un año al año siguiente te mandan información. Aunque si no has hecho antes ninguna puede que sea complicado” (M10-B2-Z).*

*“La inscripción es bastante fácil a no ser que tenga forma de pago con códigos, entonces necesito ayuda porque no los veo bien” (M11-B2-V).*

*“En la inscripción no he tenido normalmente problema, te inscribes a través de la web como otro más. Aunque las plataformas no suelen ser accesibles y te tiene que inscribir un amigo o alguien, pero no te ponen problemas” (M9-B1-N).*

Uno de los principales problemas de las inscripciones es la falta de financiación o ayuda a la inscripción del guía o personal de apoyo. Mientras hay carreras de asfalto que buscan guías a las personas que quieren participar, en las carreras por montaña en su mayoría no existe la deferencia de ofrecer descuento o gratuidad a personas que no corren para ganar, sino para que otros puedan correr, esta queja es generalizada y así lo manifiestan:

*“En la inscripción de las carreras populares yo nunca he tenido ningún problema. Es verdad que, por ejemplo, ahora mi guía es un chaval de 20 años estudiante y las inscripciones no las puede pagar cuando son muy caras, entonces algunas inscripciones se las pago yo, pero siempre tampoco puedo, entonces no se es algo que se debería ver tanto en la ONCE como fuera” (H14-B1-CA).*

En la inscripción a las carreras, al ser on-line y no hacer distinción de deportistas con diversidad funcional y aquellos que no la tienen, surgen problemas cuando se recoge el dorsal y salen a la luz los miedos por desconocimiento de las capacidades deportivas de las personas con problemas de visión, con acciones que van desde ofrecer la realización de una distancia menor hasta animar al abandono de la realización de la carrera, situaciones dadas a muchos de los corredores:

*“La verdad que la primera vez, cuando llegué, la gente se quedó un poquito preocupada, como la carrera no era una carrera normal, sino que había obstáculos que te tiras a un foso que*



*saltas sobre cosas, pasar paredes. Entonces se quedaron un poco preocupados, pero cuando ya me vieron en la primera que iba con un guía, que me costaba más o menos, pero lo iba haciendo todo” (M1-B1-CA).*

*“La gente no está concienciada de nuestras limitaciones, hay gente que corriendo no se da cuenta que no ves y te pasan por cualquier sitio, no te avisan y no tienen cuidado tampoco” (H31-B2-V).*

*“En mi primera maratón, cuando me presenté con mi guía no me querían dejar correr, pero ya había corrido maratones con la ONCE” (H13-B2-CO).*

Los reglamentos de las federaciones, las normativas de las carreras y las inscripciones a las mismas no tienen en ningún momento la posibilidad de incorporación de personas con diversidad funcional visual a las carreras, lo que lleva a una actuación de urgencia, en ocasiones más acertada que en otras, para dar respuesta a las necesidades de estos deportistas.

*“No es real, nadie nos dice que no participemos, pero no se contempla el tener un poquito de flexibilidad, en los horarios y en los recursos, para tener en cuenta que participamos en las carreras” (M8-B1-M).*

*“Supongo que, igual que en todo, las que nos ponemos nosotros mismos y las que pone la gente, pero a nivel personal” (H14-B1-CA).*

*“A la hora de inscribirme no, porque tampoco te preguntan si eres discapacitado y la inscripción se suele hacer por internet, entonces no me inscribí como ciega, me inscribí como deportista” (M1-B1- CA).*

### **3.3.5. Barreras en las carreras por montaña.**

Los guías y los acompañantes son base esencial de la accesibilidad de las personas con diversidad funcional visual a las carreras por montaña. Debido a las características de los recorridos y a las dificultades para sortear obstáculos, tanto por aquellos corredores que ven como por los que presentan la diversidad funcional, el guía es fundamental en este tipo de competiciones. Prueba de ello son las opiniones de los corredores entrevistados:

*“... hay gente que te ayuda, porque sin los guías no podríamos correr o entrenar. Aunque a veces voy sin agarrar, necesito una referencia”* (H13-B2-CO).

*“A la hora que se puede entrenar por trabajo no hay suficientes instalaciones disponibles en deporte individual, y siendo serio y comprometido la gente te ayuda a entrenar y practicar”* (H15-B1-LP).

La falta de guías dispuestos a realizar práctica deportiva con personas con diversidad funcional visual es una realidad, que llega a tal extremo que si una persona, por motivos de trabajo, salud o deportivos, no puede realizar esa labor de guía, la persona con diversidad funcional visual se queda sin realizar su práctica deportiva hasta que solucione esa situación:

*“Aunque hay buena voluntad en la mayoría de los sitios a los que vamos, faltan personas que te ayuden en momentos complicados o incluso muchas veces faltan guías”* (M11-B2-V).

*“... si tengo un buen guía no tengo problema, si tengo un buen guía que salga a correr conmigo y me indique bien, el problema es encontrarlo, para mí la accesibilidad depende de una persona, y ahora lo que tengo probablemente sea temporal y no podré entrenar como ahora”* (H14-B1-CA).

*“Yo ninguna, menos una vez que me quede sin guía porque se lesionó y no había nadie para poder correr”* (M9-B1-N).

Los guías que realizan la labor de guiado corriendo tanto por ciudad como por montaña necesitan un periodo de formación previa y entrenamiento al guiado para garantizar la seguridad de los participantes con diversidad funcional visual, así lo declaran:

*“... cuando estas allí todo se complica, también va a variar según el guía que llevemos, si llevamos un guía que se implica mucho con nosotros y sabe lo que hace, esos problemas se reducen o están todas las barreras superadas” (M8-B1-M).*

La información en las carreras por montaña se centra en el reglamento de la carrera, los diferentes trazados en función de la categoría, las características de los trazados y todo lo necesario para la inscripción y la incorporación de los participantes a la carrera.

*“En mi caso no las miro, principalmente porque lo hemos intentado para entrenar y nos ha ido peor. Mientras el guía vaya bien y entienda los balizados” (H4-B2-LP).*

*“Normalmente no, sobre todo cuando han podado antes y hay ramas o ha llovido y te tropiezas o te resbalas todo el tiempo” (M9-B1-N).*

En la información que se detalla en las webs y la suministrada por la organización se encuentra la graduación y el detallado de las rutas. Normalmente, este análisis está realizado a partir del método de información de excursiones (en adelante MIDE). El problema es que esta escala no está adaptada a las necesidades de información que evitan el peligro y facilitan la incorporación a la carrera de las personas con diversidad funcional visual, los corredores lo perciben de la siguiente manera:

*“yo creo que deberían marcar los puntos en los que nosotros tendríamos mayor dificultad, y los puntos más técnicos en lo que es el perfil de la carrera cuando nos dan la información, la graduación a veces está bien porque te dicen medio alta o alta pero no sabes muy bien en que tramos vas a encontrar la dificultad” (H31-B2-V).*

*“No sé, para mí con tener una persona que me apoye y saber dónde me estoy metiendo me basta, tienes que elegir dónde corres” (H14-B1-CA).*

*“... se deberían proponer diferentes niveles de dificultad en las carreras, en la mayoría de las carreras está la categoría absoluta y después pasas a la junior, y realmente no todo el mundo puede correr la absoluta, aunque no tenga ningún tipo de discapacidad” (H31-B2-V).*

La información que se ofrece a los participantes inscritos en una carrera en un primer momento se da digitalmente, lo que ocasiona un problema al no ser formatos accesibles para las personas con diversidad funcional visual, y en un segundo momento se ofrece en papel, por lo que las personas con diversidad funcional visual grave o ceguera no pueden acceder a la información a no ser que su guía o alguien de forma previa a la carrera le interprete la información presente en la web o en los documentos facilitados.

*“La información que te dan es poco accesible, porque la información te llega, pero para desmenuzar la información hay que coger alguna persona que vea y que entienda esa información y te la interprete... El gran problema es la accesibilidad de la información, un mapa, un perfil que son imágenes el lector de pantalla no lo puede interpretar” (M8-B1-M).*

*“La mayoría de la información son imágenes y no con demasiado contraste para verlo bien, y las personas que no ven nada ni eso” (M11-B2-V).*

*“El formato muchas veces son fotos y pdf, pero por lo general nuestros ordenadores solo leen el Word, a no ser que tengas un iPhone no te leen el pdf” (H14-B1-CA).*

*“Los mapas yo lógicamente no los veo, pero pregunto a compañeros o pregunto a mi pareja para que me diga como es el recorrido y el desnivel y todo...” (M1-B1- CA).*

El MIDE tienen en cuenta la distancia a recorrer, el desnivel a superar, el tipo de terreno, etc., pero en esta tipología de terreno sólo distingue entre asfalto y terreno rural. Para las personas con

diversidad funcional visual, el detalle del terreno es fundamental (si hay piedras, ramas, raíces, barro, charcos y un largo etcétera de pequeños detalles que a corredores con visión les pasan desapercibidos cuando corren por la montaña), y para ellos es un obstáculo tras otro que deben valorar antes de elegir una carrera, por lo que la información que se les proporciona suele ser insuficiente, dado que los no son suficientes como destacan:

*“Al no tener mucho problema con los recorridos, sobre todo la vegetación porque me molesta bastante tanto el alta como la baja, todo lo que haga sombras me limita mucho... el detallado para saber dónde te metes porque solo saber los kilómetros no es suficiente”* (M11-B2-V).

*“No creo que sea suficiente por lo que te digo, a veces no dan los datos que hay que dar”* (H9-B1-T).

*“Desconozco qué tipo de información les llega a deportistas sin discapacidad, pero a nosotros lo que nos llega no es suficiente”* (H9-B1-T).

La presencia de los guías de carrera es algo imprescindible tanto en la carrera como en los momentos de avituallamiento, aseo y descanso. El problema tal como indican algunos deportistas es cuando el guía no es del mismo género que no se contempla personal de apoyo extra por parte de las organizaciones:

*“En las instalaciones nada, porque lo único que suele haber son vestuarios y duchas, y puede que sea necesario una persona de apoyo, pero la instalación nada”* (M1-B1- CA).

*“... personalmente, me he encontrado en carreras que, en los puntos más difíciles de la carrera, no había nadie o no quedaba nada en los avituallamientos, te haces una idea a lo largo de la carrera y cuando llegas no hay nadie o no queda nadie”* (M8-B1-M).

### **3.3.6. Organización de las carreras.**

En la organización de una carrera por montaña nos encontramos organizadores, técnicos de montaña, responsables de protocolo y voluntarios de atención al deportista. En su mayoría son personas entregadas al evento, voluntarias de un club, asociación o ayuntamiento, que han decidido tomar las riendas de la organización de un evento. Esto conlleva que la atención sea amable y adecuada, aunque en ocasiones no se ajuste a las necesidades de las personas con diversidad funcional visual, más por desconocimiento que por falta de atención.

*“La verdad, yo no puedo quejarme, me tratan siempre genial, tanto los guías como la gente que te vas encontrando en las carreras” (M9-B1-N).*

*“Cuando llegué y me vieron, tenía a voluntarios y organizadores pendientes de mí, así que me sentí muy ayudada y apoyada. Es verdad que estaban asustados porque no sabían por cómo iba a terminar. Cuando vieron que me podía caer, pero como se puede caer cualquiera, pues ya se quedaron más tranquilos y bueno no llegue la última” (M1-B1- CA).*

*“La atención es adecuada, lo que pienso que no es adecuada es la formación, y me explico: la gente siempre intenta poner buena voluntad y hacer las cosas bien. Pero hacer las cosas bien lleva preparación, tiempo y dinero, y cuando eso no existe las cosas no salen del todo bien. La gente en general quiere hacer las cosas bien, nadie hace las cosas mal a propósito, sino que las hacen mal por desconocimiento” (H15-B1-LP).*

La sensibilización y el conocimiento de la diversidad funcional, así como de las necesidades y posibilidades deportivas y sociales que presentan, facilita que la organización de una carrera esté dispuesta y con ganas de incluir en su carrera a corredores con estas características. En cambio, el desconocimiento provoca miedo y desconfianza ante personas que no se sabe si, a priori, van a

ocasionar problemas en el desarrollo de la competición dejando declaraciones como:

*“Aquí no hemos tenido problemas, justo lo contrario. Hay carreras que como te ven corriendo en otras, te invitan y te pagan la inscripción para que participes. Porque para ellos es prestigio, y les viene bien porque es publicidad” (H4-B2-LP).*

*“Ya te digo, en las zonas que no son comunes que necesitaría ayuda, por lo demás yo no suelo tener problema, y la gente es bastante amable y te ayuda si se da cuenta de tu problema” (M11-B2-V).*

*“Para mí, con la barra y saber que mi guía sabe que podemos ir es suficiente. En alguna carrera me he tenido que retirar porque la información no era completa y por donde nos teníamos que meter con la barra” (H9-B1-T).*

Los problemas de financiación a veces se convierten en cuestiones de recaudación deportiva. En el caso de las carreras por montaña, el auge de estas competiciones ha ocasionado que, en muchos casos, no se realice ningún tipo de deferencia a los guías de los corredores con diversidad funcional visual, y si se realizan se hace bajo unas condiciones lamentables tal y como declaran algunos deportistas:

*“Sí que te podría decir que en algunas carreras podrían poner la inscripción gratuita, aquí en la TRANSGRANCANARIA para las personas con diversidad funcional es un 50% y para el guía también, pero es que yo no puedo correr sin el guía, el guía son mis ojos. Encima de cobrarle el 50% no tienen derecho a nada, sólo al dorsal y a los avituallamientos, ni bolsa de corredor, ni camiseta ni nada” (H4-B2-LP).*

El poder realizar las carreras por montaña como un corredor más, con las consideraciones oportunas para poder realizarlas con las garantías de seguridad que tienen todos los deportistas independientemente de si presentan diversidad funcional, es el deseo que expresan muchos de los corredores. Un tratamiento igualitario que les permita correr de forma normalizada, el deseo de muchos:

*“... para empezar, hay un comité olímpico internacional y un comité paralímpico internacional porque no hay un comité olímpico que albergue a todo el mundo. A la hora de realizar los juegos igual, primero van los juegos olímpicos y después vienen los paralímpicos, ¿por qué no un mismo calendario y diferentes categorías?” (H4-B2-LP).*

*“Las carreras por montaña son eso, a mí me gusta correrlas porque son por montaña. Después hay otras que son marchas, rutas, creo que hay muchas modalidades y carreras para que cada uno elija qué quiere hacer, no hace falta modificar” (H15-B1-LP).*

### **3.3.7. Modificación de reglamentos.**

Los reglamentos de las federaciones dirigidos a la ordenación de las carreras por montaña se revisan cada año para añadir pequeñas modificaciones surgidas de problemas o situaciones en las competiciones. En el caso de la incorporación de las personas con diversidad funcional visual a las carreras por montaña, se solventaría con pequeñas ampliaciones de algunos apartados de los reglamentos, que permitan la incorporación sin ocasionar grandes cambios en el desarrollo actual de los campeonatos. Para algunos corredores, estas modificaciones no tienen importancia y no serían necesarias; para otros, es algo indispensable para que se siga avanzando en la inclusión dentro de la montaña.



*“No, a mí me gusta correr como a todos, y hay carreras que tienen que seguir, no se pueden modificar, y que cada uno haga lo que pueda” (H7-B2-MU).*

*“No creo que sea necesaria la modificación, quizás la categoría” (H14-B1-CA).*

*“Los tiempos que te cortan, o los avituallamientos en los que llegas y no te encuentras ni a los voluntarios porque ya lo han retirado. O el uso de bastones, que algunas organizaciones los prohíben y te tienes que pelear, porque tú lo llevas porque eres ciego, si pudieras no llevarlo no lo llevarías” (M8-B1-M).*

*“Ampliar tiempos de corte, porque a veces llegas muy justo y ya no corres cómodo, quizás un margen de 20 o 30 minutos más, porque las medias que cogen son las del “máquina” que ha marcado el recorrido y no es real ni para los que ven, mucha gente se queda fuera” (H15-B1-LP).*

En la siguiente figura 3.2. podremos ver de forma sintética las barreras percibidas por los corredores tanto en su práctica deportiva como en la realización de carreras por montaña en la actualidad.



Figura 3.2. Barreras percibidas por los corredores.

### **3.4. Resultados: guías de carreras por montaña.**

En las carreras por montaña en las que participan personas con diversidad funcional visual es determinante la participación y colaboración de un guía que describa el terreno a medida que se avanza en el recorrido. Los guías deben estar preparados tanto físicamente como en las labores de guiado, para garantizar la seguridad de las personas que componen el equipo de la barra direccional. En el actual apartado se presentarán las percepciones de los guías sobre los diferentes aspectos analizados desde las diferentes categorías establecidas.

#### **3.4.1. Inclusión e integración.**

La inclusión es un proceso en el que la colaboración de los apoyos externos de la sociedad es fundamental para que sea efectiva. Los guías entrevistados presentan diferentes percepciones de la inclusión, como pueden ser la ayuda en la práctica deportiva, la práctica conjunta de actividad física sin diferencias, la eliminación de barreras, hacer visibles las necesidades o la búsqueda de la normalización, todo ello con el objetivo de la participación global de la sociedad sin distinciones.

*“En realidad no tendría que haber integración, porque no tendría que haber diferencias. Deberíamos de tener dentro de nuestras posibilidades hacer aquello que quisiéramos hacer. Tener la facilidad que para hacer lo que quieres” (H21-G-M).*

*“Todo aquello que facilita la normalización y ayudar a las personas que tienen discapacidad, y las cosas que sean normales para nosotros sean también normales para ellos” (H22-G-M).*

*“Es facilitar a todos los trabajos, la comunicación y todo lo que suponga hacer una vida lo más normalizada posible” (H26-G-S).*

*“Integrar es dar las mismas condiciones a todas las personas en todos los ámbitos de la*

vida” (M2-G-Z).

*“Igualdad en la práctica deportiva, a lo mejor también parte de discriminación positiva porque hay que dar un apoyo a estas personas para que puedan estar incluidas en la sociedad”* (H16-G-CA).

*“Posibilidad de hacer deporte de forma conjunta, personas que tienen diversidad funcional y las que no lo tienen”* (M4-G-S).

*“Integrar es ofrecer las mismas oportunidades a todas las personas sin importar ninguna condición que nos haga diferentes”* (M7-G-V).

*“Incluir a alguien con nosotros para hacer actividad física”* (H33-G-V).

### **3.4.2. Medidas de accesibilidad.**

La accesibilidad y las ayudas, en ocasiones y según la actividad física o el deporte del que estemos hablando, se limita a las manifestaciones más públicas de la competición. Aquellas ofertadas desde las administraciones o desde las instalaciones privadas no siempre están adaptadas para la incorporación de todo tipo de usuarios y participantes, así lo destacan dado que es una solicitud de los usuarios con algún tipo de diversidad funcional:

*“Pues depende de las actividades, igual hay actividades en las que sí y otras en las que no”* (H20-G-LR).

*“Ellos tienen muchas limitaciones y no se da respuesta. Deberían fomentarse la formación de guías y técnicos”* (H5-G-LP).

*“Hay gente haciendo deporte, pero faltan cosas, apoyos seguros. Por ejemplo, tú estás haciendo una actividad de forma voluntaria sin cobrar nada y tienes que pagar el seguro de la actividad o el asesoramiento, no te lo da nadie, entonces hay mucha gente que prefiere no*

*colaborar y no se lanza a ayudar o trabajar con discapacidad porque no le compensa o le trae problemas” (M3-G-M).*

La accesibilidad a las instalaciones y a las actividades viene determinada por las medidas y ayudas propuestas por la administración pública y por entidades privadas. En los últimos tiempos, éstas se ven mermadas por justificación económica. En las instituciones privadas, o les ayudan para tener a personas de apoyo o deben cobrar como un servicio extraordinario esa atención, aunque en muchos casos hablamos de la atención al cliente, como declaran:

*“No, son muy escasas, sólo hay que mirar las instalaciones deportivas, no están hechas para que vayan personas con discapacidad. En los polideportivos no hay gente preparada para atender a personas con discapacidad” (H24-G-M).*

*“No, se ha mejorado un poquito, pero muy poco. Todos conocemos las paralympiadas, que es el top de los deportistas con discapacidad. Pero entre las Paralimpiadas y un deportista anónimo hay un vacío muy grande, hay muy pocas ayudas, hay pocas estrategias para favorecer que se pueda hacer deporte” (H22-G-M)*

Las instalaciones y los entornos en los que se mueven las personas con diversidad funcional visual son poco accesibles. En los casos en los que existen medidas, éstas son insuficientes o poco adaptadas a las necesidades reales de estos usuarios, siendo necesaria la ayuda personal en casi todas las situaciones para que la práctica deportiva sea posible y de este modo lo presentan:

*“Depende de las ciudades, donde vivo la accesibilidad deja mucho que desear, yo creo que hay ciudades que están más adaptadas y preparadas, dando más facilidades a personas que lo necesiten” (H16-G-CA).*

*“... muchas veces, si no tienes una infraestructura que sostenga la actividad no es posible ese acceso” (M3-G-MA).*

Las medidas de acceso propuestas desde las instituciones, ya sean públicas o privadas, se ven mermadas por la falta de financiación, las ayudas son escasas y no se ajustan a lo que realmente se necesita para incorporarse a la práctica deportiva de esta forma lo expresan:

*“Faltan muchas cosas todavía, reducir los costes de las mismas sería clave” (H33-G-V).*

*“En los ayuntamientos o las administraciones proponen o dan los recursos que tienen, pero no siempre estos recursos son los adecuados; quizás falta implicación para que eso esté más ajustado a lo que es necesario” (M4-G-S).*

*“Más que administraciones, hoy día se sigue tirando de ONG, asociaciones, no hay un ministerio que diga me ocupo de atender, y las medidas son pocas. Es verdad que hay una mínima parte de las recaudaciones que van dirigidas a las asociaciones, pero es muy poco” (M3-G-M).*

*“Las personas pueden acceder al deporte, pero hay veces que mal, porque sin recursos y sin ayudas y después lo dejan por eso, porque no se les facilita” (H11-G-S).*

### **3.4.3. Barreras en la práctica deportiva.**

La práctica normalizada y compartida de actividad física y deporte es el objetivo de la inclusión en el deporte. Un objetivo que nunca se consigue y que siempre plantea nuevos retos dentro de una sociedad que, a priori, no es inclusiva por su concepción de la diversidad funcional, que conlleva problemas a los corredores y sus guías durante entrenamientos o, simplemente, ir a un establecimiento público.

*“Las limitaciones quizás es un tema educacional, por ejemplo, cuando entreno con un deportista ciego en un sitio donde hay muchos corredores, en un parque y vienen de frente otros*

*corredores, al final el guía tiene que desplazarse para no chocar con otros corredores, porque por lo general tú vas cogido con una cuerda o una cinta para correr y no puedes separarte o pararte cada vez que te encuentras con alguien” (H22-G-M).*

*“... el desconocimiento de la gente hemos llegado a locales o a hoteles que no nos han dejado entrar con el perro, por ejemplo, y nos han puesto pegas por el perro, y tienes que decirles que tienen que dejarte por ley, y eso la gente no lo entiende y no lo conoce” (H21-G-M).*

*“Hay mucha falta de sensibilidad, no nos damos cuenta de las cosas. En la sociedad no hay una educación de base, no hay una formación que sensibilice, y la problemática pues al final es toda una lucha; el deportista ciego se supera a sí mismo, sale a entrenar y, además, hay que tener en cuenta todos estos inconvenientes” (H22-G-M).*

Una de las primeras barreras que tiene una persona con diversidad funcional para incorporarse a la práctica deportiva es la que generan sus propias limitaciones personales y las impuestas por su entorno más cercano. En estas limitaciones no nos referimos a las propias de la diversidad funcional, sino a las que cada persona se impone de forma voluntaria para no realizar actividad física y deporte habitualmente. Estas barreras surgen normalmente por miedos, tanto propios como ajenos, de la seguridad que hay en una práctica deportiva, y sí destacan:

*“Bueno, creo que depende de la persona a la te dirijas, con quien, voy que es una bala, se lanza a todo y con él no hay muchas pegas ni problemas para hacer cosas” (H16-G-CA).*

*“Muchas veces, los propios ciegos que no quieren salir, o no les gusta un terreno concreto, o la gente que está a su alrededor cuando son chavales o niños, es complicado” (M12-G-M).*

La eliminación de barreras debería ser el objetivo para poder llegar a una inclusión global de los participantes en la práctica deportiva. En muchos casos, los guías se encuentran como principal barrera la propia organización de las personas con diversidad funcional visual, asociaciones o colectivos, que rechazan en cierta forma la colaboración y propuestas de mejora de agentes externos a ellos, y entre ellos cabe destacar lo declarado:

*“La organización en este tipo de entidades es bastante caótica, pero todas, tanto la de sordos, como Down, como las carreras, te dejan solo para que tú hagas la actividad y nadie se encarga de supervisar, pero que te pasa en todos los sitios, ninguna entidad se libra” (M3-G-M).*

Existe una necesidad de personas voluntarias y personal de apoyo en instalaciones deportivas de diferente titularidad, que pueden ser la base para una inclusión de las personas con diversidad funcional visual. Pero esta necesidad se ve enmascarada por la falta de información pública de esta necesidad, así como por las trabas de las propias instalaciones, situación que critican los guías:

*“No solo económicamente, sino que hay deportistas y gente que puede ayudar que no sabe qué puede hacerlo o cómo hacerlo” (H21-G-M).*

La falta de formación en el personal técnico presente en los gimnasios e instalaciones deportivas es preocupante, teniendo en cuenta que existe normativa de atención a la diversidad funcional dentro de los diferentes planes de formación de todas las titulaciones dedicadas a la práctica de la actividad física. La falta de preparación lleva a una atención inadecuada y, en muchos casos, inexistente, como ponen de manifiesto:

*“A nosotros nos llegan chavales del equipo que están en gimnasios fuera de la ONCE y van porque nosotros les damos planes de entrenamiento, pero no los atienden, no sé si por falta de*



*información, por miedo... pero al final se limitan a hacer las tablas cuando eso es el mínimo”* (H11-G-S).

*“Faltan muchas cosas, información y preparación de los técnicos, no siempre está adaptado para poder realizar la práctica”* (M2-G-Z).

*“Hay poco apoyo para ellos, falta gente que ayude que esté formada”* (H33-G-V).

*“...que cualquier polideportivo municipal tuviese personas preparadas y capacitadas para entrenar con deportistas ciegos”* (H22-G-M).

#### **3.4.4. Inscripción en las carreras.**

En las inscripciones no se especifica la diversidad funcional en la mayoría de las carreras, y la presencia de un guía o persona de apoyo según la normativa estaría prohibido, sin tener en cuenta la diversidad funcional; por este motivo, algunos guías notifican su presencia, y así lo exponen:

*“En las carreras hablamos primero con la organización para que te autorice participar, entonces es una cuestión más con la organización”* (H6-G-M).

*“... en las carreras no se piensa que puedan participar personas invidentes o con otra discapacidad, entonces simplemente lo obvian, entonces son detalles”* (H20-G-LR).

Al ser la inscripción a través de medio electrónico, la propia inscripción no te da la opción de elegir si presentas alguna diversidad funcional. Aquellos corredores que se inscriben con diversidad funcional lo hacen de forma anónima, hasta que llega la recogida de dorsales. En algunos casos, una vez realizan la carrera, en años posteriores les invitan a participar, situación que se da en muchos casos, como:

*“te puedes inscribir, pero no existe nada que haga distinción si la persona tiene alguna discapacidad” (H22-G-M).*

*“La gente nos tiene mucho cariño, hay carreras en las que te llaman para que participes de forma gratuita” (H33-G-V).*

*“aunque las inscripciones son online, nosotros siempre que vamos con barras mandamos un correo a la organización para que sepan que nos vamos a incorporar” (H6-G-M).*

### **3.4.5. Barreras en las carreras por montaña.**

Las carreras por montaña presentan barreras solventables con medidas mínimas, que estarían dentro de un protocolo de actuación en la propia organización de la carrera y no supondría un gasto extra, como se podría llegar a pensar. Desde la experiencia de los guías que acompañan a estos corredores, se exponen en los siguientes párrafos las barreras detectadas.

El guía es fundamental, porque facilita la incorporación a la práctica de montaña y, según las características de la carrera y los participantes de la misma, la necesidad de guías puede llegar a duplicarse, existiendo la posibilidad de que llegara a ser ésta la barrera principal, y así lo manifiestan:

*“Yo creo que cada vez más deportistas ciegos participan en carreras populares, medias maratones, carreras que organizan los ayuntamientos, cada vez participan más. Pero sí que hay un problema de fondo importante, y es que no hay guías suficientes disponibles” (H22-G-M).*

*“Yo creo que hay carencias, muchas carencias y falta de información. Yo precisamente empecé a ser guía por un chico que es ciego, se había quedado ciego y él no sabía que podía hacer deporte. Entonces, yo le comenté de acercarnos a la ONCE y si le hacía falta un guía” (M2-G-Z).*

*“Se echa en falta más voluntarios y más guías, no sé a quién corresponde, si a la ONCE, a las comunidades o a los ayuntamientos, pero se debería formar un grupo de guías más numerosos a nivel nacional”* (H21-G-M).

*“Pues la verdad que o hablas con una persona que lo necesite o te lo haya pedido personalmente o no te llega información de que se necesiten guías fuera de las competiciones”* (M3-G-M).

El guiado por montaña es una actividad específica dentro de los guías para personas con diversidad funcional visual. En esta actividad es necesaria una formación previa que garantice la seguridad, tanto del participante como del guía, y no se debe olvidar que la actividad se desarrolla en un medio con incertidumbre en el que la seguridad es un factor fundamental, así lo destacan muchos guías:

*“Para nada, ellos tienen muchas limitaciones y no se da respuesta. Deberían fomentarse la formación de guías”* (H5-G-LP).

*“Básicamente, que haya personas suficientes que puedan realizar las labores de guía, ya te digo lo que hace falta es personas que estén formadas y dispuestas a dar su tiempo”* (H21-G-M).

La información en las carreras por montaña expuestas en las webs se centra en el reglamento de la carrera, en los diferentes trazados en función de la categoría, en las características de los trazados, en la graduación de trazados y en la información referente a la inscripción e incorporación de la carrera para todos los participantes, sin tener en cuenta la posible diversidad funcional. Para ampliar esta información es necesario o bien conocer la ruta o bien solicitarla a la organización.

*“La falta de información puede ser una barrera, por saber dónde vamos a correr. Muchas veces los que organizan no han hecho el circuito corriendo o ni siquiera andando, y no saben qué información están dando. Para nosotros es importante saber dónde te metes, porque es seguridad para el corredor” (H33-G-V).*

*“El hecho si va a ser muy técnica o no, que no siempre te lo dicen, y entonces lo preguntamos y te informan, aunque es relativo, y entonces preguntas por el tipo de sendero y el tipo de piso” (H20-G-LR).*

*“Normalmente, si no te metes en la web hasta el día de la carrera nada, y suele ser bastante pobre, perfil y poco más, después si hay charla técnica bien, sino tampoco” (H11-G-S).*

*“En las carreras todo es genial, cuando llamas y dices que eres guía del grupo de la ONCE te facilitan todo lo que les pides y en las carreras te atienden y te cuidan mucho. Por su parte hay buena fe y te dan toda la información que les pides” (M3-G-M).*

La información sobre los trazados de una carrera por montaña habitualmente se realiza basándose en los parámetros de graduación MIDE. Este tipo de graduación presenta bastantes carencias en relación a las necesidades reales de conocimiento del terreno que requiere un guía para ayudar a la persona con diversidad funcional visual en montaña, como indican algunos guías:

*“(…) un corredor que no es invidente hay obstáculos que no ve, vamos que como los ve no son obstáculos, y el tiempo de la prueba no tiene nada que ver” (M4-G-S).*

*“Lo que hace falta es el desnivel, como cualquier corredor la información básica de altura máxima altura mínima, desniveles positivos y acumulados, pero luego lo importante es la descripción del terreno, porque eso es lo que marca el tiempo que se va a tardar” (M4-G-S).*

*“El saber si realmente lo puedes hacer con ellos, una graduación ajustada y descripción completa, (...) es lo que a mí me haría falta” (M4-G-S).*

La valoración MIDE no ofrece el detalle necesario para dar un criterio a los corredores con diversidad funcional visual y a sus guías, para saber que el terreno va a ser más o menos complejo para el desarrollo de la carrera. Existen multitud de datos y detalles, como si hay hojas, vegetación baja, barro, charcos, ramas de poda, raíces, escalones grandes de piedra, entre otros que para un corredor sin ningún problema de visión no son una barrera, algo que se repite en muchas de las declaraciones al igual que en estas:

*“La página web así de principio apenas tiene información sobre las actividades de montaña, y cuando llegas a las carreras, a no ser que tú lo mires antes, lo único que sabes es el perfil y el mapa de la carrera, pero nada más. Así que pienso que hay mucho que añadir y ampliar, sobre todo antes de las carreras” (M3-G-M).*

*“El tipo de terreno sí que lo podrían indicar: piedra suelta, piedra grande, si hay tramos con barro porque ha llovido o porque pasa agua cerca, si hay muchas raíces... Por lo menos señalar los tramos con el tipo de terreno y obstáculos que puedes encontrar, y valorar si podemos o no, o solo valorar cuanto tiempo te va a llevar, porque en las carreras hay tiempo de corte, si el tiempo de corte a la mitad sabes que no lo vas a superar” (M4-G-S).*

*“La verdad es que en las primeras carreras hasta yo necesitaba ayuda para poder interpretar la información que te dan. Es verdad que esta información es útil, pero no se adecua a lo que te vas a encontrar; falta información” (H16-G-CA).*

*“Los guías contamos con la misma información que puede contar otro corredor. Lo que sí es diferente es cómo enfocamos la carrera cuando vamos como guía, y si la carrera por la información que tenemos vemos que es muy dura o muy larga hacemos un reconocimiento previo” (H6-G-M).*

*“Algunas carreras si se necesitase más información, el perfil no es suficiente para saber qué te vas a encontrar, aunque a veces con eso basta. Pero el tipo de terreno es muy importante, y muy pocas carreras te dan esa información y ralentiza mucho la marcha un terreno u otro” (M7-G-V).*

#### **3.4.6. Organización de las carreras.**

La organización de una carrera por montaña conlleva la movilización de técnicos especialistas, personal sanitario, responsables de protocolo, voluntarios de atención al deportista y de los organizadores responsables de la misma. Estas personas, en la mayoría de los casos, no son profesionales de la organización de eventos, sino que son personas voluntarias de un club, asociación o ayuntamiento que se lanzan a organizar una carrera en su zona próxima. Esta voluntariedad conlleva que la atención sea adecuada pero que en ocasiones no se ajusta a las necesidades de las personas con diversidad funcional, más por desconocimiento que por falta de interés.

*“En las carreras siempre están dispuestos a acogerte y eso es que hay mucha disposición, pero la gente luego no sabe qué se va a encontrar” (M4-G-S).*

*“La atención es igual para todos los corredores, igual avituallamiento para todos, antes las carreras se organizaban solo para las barras y había más problemas que ahora” (H8-G-MU).*

*“La atención es magnífica, menos alguna vez que si llegas tarde a los avituallamientos ya no encuentras casi de nada e incluso no queda ni agua, pero por lo demás muy bien” (M12-G-M).*

*“En las carreras, la forma de integrar, yo creo que es difícil que un ciego se integre de forma independiente, siempre necesita un guía para poder participar, y necesitan más tiempo y atención, no siempre las carreras son posibles esas características” (M7-G-V).*

En las inscripciones online, la diversidad funcional no se contempla como un dato a recoger de los participantes. Esta carencia de información lleva a situaciones de incertidumbre y miedos por parte de los organizadores y participantes, así los destacan:

*“Mejorarlo en el sentido que el que se apunta a una carrera por montaña que sepa que allí van ciegos, que los demás participantes sepan que las barras van tres personas y que si no te piden paso o dejan paso es complicado en sendas estrechas. Hay gente que no habla, que solo se queja y se enfada porque no sabe cómo funcionamos corriendo” (H21-G-M).*

*“Siempre puede ir mejor, pero creo que lo que falta es conocimiento e información. La gente va con miedo en los ayuntamientos, en las carreras no saben muchas veces como actuar o si van a ser capaces, y eso es falta de conocimiento” (M4-G-S).*

Existe un interés social para que la inclusión sea una realidad, pero en la incorporación de las personas con diversidad funcional visual a las carreras por montaña cabe destacar la falta de conocimiento y formación específica en la organización de eventos inclusivos y aquellos factores para tener en cuenta, como indican:

*“La organización, los voluntarios y los técnicos de la ONCE nos tratan siempre muy bien, en ocasiones te preguntan en qué ayudarte porque tampoco saben qué hacer, pero muy bien” (M7-G-V).*

*“En montaña hay muchas carreras a nivel local y falta conocimiento, pero cuando lo*

*comentas están dispuestos a modificar y a trabajar para incluir. Lo que sí es que la gente está muy dispuesta pero no tienen ni idea, y pueden no tener las condiciones para poder incluir y no lo saben. Entonces creo que falta asesoramiento o conocimiento” (M4-G-S).*

*“Tú participas en la carrera y se dan cuenta de la situación y son amables, te atienden bien, pero de partida no se ha preparado para que haya una inclusión, sino que lo que surja” (H22-G-M).*

El conocimiento de la diversidad funcional y las necesidades para la incorporación y la inclusión en una práctica deportiva compartida facilitaría que los miembros de una organización no tuvieran problemas ante la presencia de una persona con diversidad funcional en una carrera por montaña u otro tipo de evento similar, como ponen de manifiesto:

*“La organización debe posibilitar que todo el personal de la carrera conozca que hay personas con discapacidad que van a participar, que dejen usar bastones porque hay carreras en los que no lo permiten” (H22-G-M).*

*“Habrá excepciones, pero la generalidad es que no, generalizar normalmente es equivocarse, pero lo que percibimos es que no hay sensibilidad con la problemática que pueda presentar una persona con discapacidad” (H22-G-M).*

*“En las carreras por montaña es poner los medios para que una persona pueda hacer el mismo recorrido que realizamos nosotros” (H32-G-LR).*

*“El problema era que directamente te decían que una persona invidente teniendo en cuenta el recorrido no era posible que lo hicieran, y creo que es por desconocimiento” (H20-G-LR).*

*“En parte sí lo es porque dejan participar, pero casi siempre porque ni tienen en cuenta eso. Después llegas con un deportista ciego y se quedan sorprendidos, y en ocasiones te animan a no participar. Entonces por eso te digo que en parte” (M7-G-V).*



*“En la mayoría de las carreras no hay una verdadera labor para facilitar la inclusión de las personas con discapacidad, no se facilitan guías, no hay clasificación para personas con discapacidad” (H26-G-S).*

Un tratamiento igualitario que les permita correr de forma normalizada y poder realizar las carreras dentro de la barra como un corredor más dentro de una carrera por montaña, esa es la reclamación de corredores y también de guías, y así lo exponen:

*“Nosotros no pedimos ninguna atención especial, sino no estamos hablando de inclusión; simplemente, que puedas correr y que la organización acepte esa participación dentro de la carrera como un corredor más, no tienes que ser ni más ni menos que nadie” (H6-G-M).*

*“En general, la atención depende de la organización. Hay veces que es muy floja porque en varias ocasiones te desmontan los pódiums” (H5-G-LP).*

*“En las carreras donde se nos deja participar, participamos en igualdad de condiciones con el resto” (H6-G-M).*

#### **3.4.7. Modificación de reglamentos.**

Los reglamentos son documentos que cambian a medida que el deporte evoluciona por modificaciones en la forma de llevar a cabo la práctica deportiva. En el caso de los reglamentos de las carreras por montaña, son revisados de forma anual y, aunque no conllevan grandes cambios, se añaden modificaciones surgidas de propuestas de la organización de las carreras, los corredores y técnicos entre otros agentes implicados, esta necesidad es demandada por todos y desde los guías las siguientes propuestas:

*“En los reglamentos hay que ir evolucionando para mejorar, en todos los deportes se hacen cambios” (H11-G-S).*

*“Al final somos nosotros los que tenemos que adaptarnos a la normativa de las carreras para poder participar” (H22-G-M).*

*“No, solo sería cuestión de integrar de forma más efectiva a las carreras, las adaptaciones que se requieren no son grandes modificaciones” (H26-G-S).*

Las diferentes normas que rigen la ordenación de las carreras por montaña obvian la posibilidad de participación de las personas con diversidad funcional; es posible que el primer paso para la inclusión sea el tener en cuenta a este colectivo dentro de esta normativa, tal y como indican los guías.

*“En los reglamentos no existe nada que diga que las personas con discapacidad no pueden participar. Sí que en algunas carreras se marcan tiempos de cierre de meta, y hay gente que ve y no llega en los tiempos, tiene que retirarse entonces” (M7-G-V).*

Otro gran cambio dentro de las carreras sería la eliminación o ampliación de los tiempos de corte y entrada en meta, dado que el cálculo de estos tiempos no se hace teniendo en cuenta la incorporación de estos corredores.

*“Bueno, como te he dicho quizás incluir una categoría en la que se incluyan los discapacitados como en otros deportes. En atletismo, en carreras o en triatlón hay carreras que contemplan la discapacidad y se amplían los tiempos, y se tienen en cuenta para la organización y los premios” (M4-G-S).*

*“El tiempo de cierre hay que ampliarlo, yo tardo menos que una persona que no ve; los avituallamientos que tengan comida y bebida suficiente para todos” (H22-G-M).*

*“Normalmente, si hay tiempo de corte es imposible que llegues con un corredor invidente dentro del tiempo de corte, porque está hecha la media de corredores que si ven” (M4-G-S).*

*“Los tiempos de paso los deberían de eliminar, porque tú según sea más o menos técnico los*

*pasas o es imposible pasarlos... ” (H33-G-V).*

En la siguiente figura 3.3. podemos observar de forma resumida los aspectos más destacados por los guías sobre aquellas barreras encontradas en la práctica deportiva y en las carreras por montaña.



Figura 3.3. Barreras percibidas por los guías.

### **3.5. Resultados: expertos.**

#### **3.5.1. Inclusión e integración.**

La inclusión de las personas va encaminada hacia la normalización de la práctica deportiva junto con otras personas, sin diferenciación de ningún tipo. Este carácter de homogeneización de las actividades, teniendo en cuenta la diferencia de los participantes y sus necesidades, es la base de una inclusión global y real.

*“Practicar el deporte de una forma normalizada con personas con o sin discapacidad, con unas adaptaciones de acceso en el caso que sean necesarias y, en el caso que sea competitivo, una categoría que haga un accésit a las características y a las limitaciones que tiene la persona con discapacidad” (H40-E-E).*

*“Para mí, inclusión es pasar de un “VEN CONMIGO” a “VAMOS TODOS” (H39-E-CL).*

*“Poder hacer todo aquello que me apetece en compañía de personas, tanto con discapacidad como sin ella; en mi caso, mucha práctica deportiva que he realizado no ha sido inclusiva porque estábamos segregados en competiciones exclusivamente de la ONCE, pero si te gusta hacer deporte te gusta compartir con más gente” (M13-E-S).*

*“La inclusión la entiendo que las personas que tengan algún tipo de discapacidad o de problema para integrarse por el motivo que fuera cultural, o físico, o mental o lo que sea, que puedan hacer las mismas actividades que hace otro colectivo que no tiene esas dificultades sin necesidad de ningún tipo de adaptación” (H38-E-CL).*

La inclusión necesita para ser real debe tener diferentes tipos de apoyos, desde el más básico que es el personal, pasando por el social e institucional hasta llegar al económico. Estos apoyos son necesarios para que se progrese en el proceso de inclusión y, aunque se haya avanzado en las últimas décadas, aún queda mucho por avanzar.

*“Creo que se ha avanzado mucho por suerte, pero es lo que se le pide a una sociedad que va avanzando, pero todavía queda mucho por avanzar sobre todo con lo que se refiere al tema de la inclusión. Integración y oportunidades para personas con discapacidad visual empieza a ser cada vez más, pero el compartir espacios con personas de todo tipo y con diferentes características yo creo que es una labor pendiente todavía” (H39-E-CL).*

*“En general creo que sí, pero como ya te digo hay cosas que dependen de recursos personales y económicos, y si se recortan las dos cosas pues esa inclusión y ese acceso se reduce bastante” (M13-E-S).*

*“En general yo creo que la discapacidad no, entonces visual menos aún. Pero la discapacidad general no porque creo que es un instrumento que se utiliza a nivel de promoción deportiva para justificar que las cosas se quieren hacer bien” (H38-E-CL).*

La importancia de la inclusión como un método de crecimiento social, la puesta en valor de la diversidad funcional y las diferencias como un factor que suma y no que resta es el trabajo de sensibilización hacia la diversidad funcional que se detecta como necesario e imprescindible en todos los niveles sociales, desde la escuela primaria a la universidad, y en todo tipo de profesionales.

*“La sociedad aún no está preparada para aceptar a personas con características y circunstancias diferentes, ya sea por procedencia, religión, raza, edad, género y, en este caso, la discapacidad forma parte de estas diferencias. Entonces hay veces que, por parte de la propia sociedad, y por otro lado por parte de las instituciones, hay veces que las propias instituciones que trabajan con personas con discapacidad se sienten más cómodas trabajando con personas con las mismas características y después en la propia sociedad resulta más fácil hacer actividades adaptadas a personas con las mismas características y discapacidad” (H39-E-CL).*

*“Todos tenemos claro que tenemos que atender a las diferencias y ayudar a que las personas con alguna discapacidad se puedan integrar, en este caso en el deporte. Pero claro, con que figure de vez en cuando que tenemos en cuenta estas minorías y a estas personas pues es más que suficiente, y luego el día a día de estas personas y me consta no es tan fácil como el nuestro. Pero no solo porque tengan una discapacidad, sino porque tampoco se lo ponen fácil quien se encarga de organizar los eventos, las actividades, o las administraciones públicas, eso en general” (H38-E-CL).*

*“Primero concienciar a las familias para que críen y eduquen al niño en la normalización, después el ámbito educativo, es cierto que la educación no siempre el niño está incluido en las actividades de educación física en los centros educativos, a veces sí, a veces no, a veces se consigue, a veces no. Y después, en el resto de ámbitos asociativos y deportivos, empezamos por las familias, la educación, los propios clubes, las federaciones que tengan conocimiento de esta discapacidad y de todas las características para que poco a poco se le pierda el miedo y se pueda ir incluyendo a las personas con discapacidad de forma normalizada. Pero vamos, que tenemos unas olimpiadas y unas paralimpiadas, están condicionando la participación desde los estamentos internacionales, porque el seguimiento que se hace, los patrocinadores, todo es diferente, terminan los juegos olímpicos y entonces empiezan los paraolímpicos” (H40-E-E).*

### **3.5.2. Medidas de accesibilidad.**

La accesibilidad a diferentes ámbitos sociales viene ordenada por una normativa que parte de los derechos básicos de las personas, y que implica legalmente a los organismos y a las organizaciones privadas a crear diferentes protocolos para la inclusión de las personas que presentan algún tipo de necesidad específica, como son las propuestas por parte de federaciones

autonómicas para la inclusión de la diversidad funcional en la práctica deportiva habitual y competitiva.

*“A nivel de competición empezamos a tener propuestas interesantes, hay federaciones que empiezan a integrar a las diferentes discapacidades, por ejemplo, federaciones en las que hay categorías para ciegos, para discapacitados intelectuales y físicos, ocurre en bicicleta aquí en España por ejemplo” (H39-E-CL).*

*“Yo creo que no es masivo, pero sí hay personas que practican deporte de forma inclusiva a nivel de gimnasios, de deportes de diferente tipo, las personas que lo hacen necesitan apoyos. Cuando te decía que es posible siempre que se den ayudas y apoyos y se organicen las cosas pensando en las características de las personas que van a participar” (H39-E-CL).*

*“Algunas federaciones que están muy sensibilizadas, como la de montaña aquí en Extremadura, que trabajamos con la discapacidad, nos imponen programas para discapacitados, pero las propias federaciones específicas no están por la labor de colaborar” (H40-E-E)*

Las medidas de acceso a los diferentes ámbitos sociales (educativo, laboral, deportivo, etc.) han tenido un gran avance en los últimos años. Esto no significa que no se debería seguir creciendo y cambiando elementos que favorezcan la inclusión y acceso a la sociedad de las personas con algún tipo de diversidad funcional.

*“Debería haber un cambio normativo bestial para que haya un cambio en la sociedad, porque ya hubo un cambio normativo, pero creo que debería haber otro vuelco social” (H40-E-E)*

*“Entonces medidas como tal no se están adoptando, creo que se deberían poner en vías de extinción a las federaciones específicas y las personas con discapacidad deberían hacer el*

*deporte junto a las personas sin ningún tipo de discapacidad” (H40-E-E).*

La escasez de recursos económicos o la imposibilidad de hacer una gestión conjunta, que permita que la inclusión aparte a la segregación dentro del mundo deportivo, hace que la inclusión en algunos casos sea complicada por falta de material adaptado, por adaptación inadecuada de las instalaciones y por falta de capacitación del personal, problema que se repite en los tres colectivos y los expertos exponen de la siguiente manera:

*“Desconozco las ayudas que pueda dar el CSD o el Estado, sí que entiendo que hay una directriz para que las personas con discapacidad vayan incorporándose a las federaciones deportivas no específicas. Lo que pasa es que eso está parado y las federaciones específicas se están llevando mucho presupuesto” (H40-E-E).*

*“Pues recortes de subvenciones, o las entidades prefieren invertir en otros aspectos y al final el resultado es lo que te comentaba, la gente que tiene más limitaciones y no tiene apoyo familiar se queda en casa” (M13-E-S).*

*“Creo que no, además ahora se nota más aún, cuando hay algún ajuste y ahora tenemos un apretón económico vemos donde flojean las cosas. Yo creo que se ve la importancia que se le da cuando no hay dinero. Pues entonces lo primero que se cae es lo prescindible, que son las minorías. Y las minorías son las primeras que se caen, por ejemplo, si hay una instalación en malas condiciones lo último que hacen es hacerla accesible” (H38-E-CL).*

*“Los motivos son muchos, uno es que a la FEDC le conviene seguir organizando las competiciones específicas porque todo tiene su presupuesto, la federación tiene una estructura y si todas esas personas que compiten en ese tipo de eventos fueran a las federaciones del deporte, esa federación se desmantelaría, ese es uno de los motivos principales” (H40-E-E).*



### **3.5.3. Barreras en la práctica deportiva.**

La incorporación a la práctica deportiva se ve limitada, al igual que otros ámbitos de desarrollo personal, por diferentes barreras de tipo emocional y afectivo, como son los propios miedos de la persona con diversidad funcional, el sobreproteccionismo tanto por parte de familiares como de entrenadores y monitores, situación que se debe trabajar desde el inicio de la diversidad funcional, ya sea congénita o adquirida:

*“La primera limitación es la educación de ellos mismos y de su entorno, es decir, a mí me da la sensación que hay un problema cuando decía antes que no se les ve y que no dan guerra las personas con discapacidad, creo que empieza el problema porque las propias familias cuando son niños o ellos mismos cuando son adultos digamos que hay un proceso de autoconvencimiento de “yo me las tengo que apañar porque no me lo van a poner fácil”, por decirlo de alguna forma se resignan a la realidad que les plantea el día a día, yo creo que en ese sentido es un tema educativo” (H38-E-CL).*

*“Otro límite son los miedos de los propios usuarios con discapacidad, que puede ser un terreno demasiado agresivo y demasiado complejo para acceder a él, sería necesaria más información” (H39-E-CL).*

Las medidas de acceso propuestas en la mayoría de los casos son insuficientes o poco adecuadas a las características y necesidades que presentan las personas con diversidad funcional visual. En algunos casos, para solventar estas carencias, surge la ayuda solidaria de compañeros y corredores del mismo club o entorno para hacer posible la práctica deportiva, y así lo reflejan las declaraciones de los expertos:

*“Lo primero que funciona es visibilizarlos, mostrar que hay personas con discapacidad que quieren hacer práctica deportiva y pueden hacer deporte. Esa es la primera acción, que, si hay*

*personas discapacitadas que hacen deporte en tu ciudad y en tu pueblo, pues que se vean, y no estoy hablando de transformarlos en monos de feria, sino que sea visible para que se cree ese conocimiento y esa sensibilidad” (H38-E-CL).*

La formación en diversidad funcional para las diferentes capacitaciones profesionales y en las diferentes enseñanzas deportivas es obligatoria, pero supone una parte testimonial y poco formativa para que un profesional de la actividad física pueda llevar a cabo determinadas actividades con ciertas garantías y seguridad con personas con diversidad funcional visual.

*“Los acompañamientos a instalaciones deportivas se han reducido, y las personas que no son autónomas para poder ir a una instalación si la instalación no tiene personal de apoyo pues se queda en casa” (M13-E-S).*

*“En general la incorporación es buena, no tanto como en otro tipo de instalaciones y actividades, el año pasado vino una usuaria dando queja porque en un gimnasio privado XXXX le habían dicho que debía ir una persona acompañándola y que si no le acompañaba y que debía pagar la cuota. Esta usuaria lo único que solicitaba del gimnasio era un acompañamiento durante los primeros días para conocer el espacio y después ella se maneja sola” (M13-E-S).*

#### **3.5.4. Inscripción en las carreras por montaña.**

Las inscripciones online, además de no ser accesibles, no contemplan la diversidad funcional como un aspecto a tener en cuenta para la inscripción de un participante, situación que conlleva un malestar generalizado tal como indican:

*“Yo en todos los casos que conozco, y da igual que sean carreras muy grandes o carreras más locales, en ningún caso se tiene en cuenta a priori. Como mucho se toman medidas a posteriori, te enteras que tal o tal persona va a participar con algún tipo de discapacidad, pero*

*te enteras o no te enteras” (H38-E-CL).*

*“Lo primero dar por supuesto que se pueden incluir, en la inscripción poner: las personas con discapacidad indicar, creo que ya incluyendo esto das la posibilidad de poder participar, porque la posibilidad existe, pero nadie se la plantea” (H38-E-CL).*

Los problemas con las inscripciones surgen tanto en el acceso a ellas como en el resultado de las mismas. En un primer momento el corredor que no ve, si la inscripción no es accesible, debe pedir a alguien que realice el trámite de inscripción y, en un segundo instante que es la incorporación a la carrera, al no indicar la situación de diversidad funcional y las necesidades no se tienen en cuenta a nivel organizativo, tal como detectan desde las propias organizaciones:

*“Es muy difícil porque los medios suelen ser ajustados, pero por ejemplo que el software de inscripción esté adaptado a personas con discapacidad, que ahora se hace todo on-line. Porque necesitan una persona que les inscriba normalmente, porque según están planteadas las plataformas de inscripción, un invidente no lo puede hacer” (H38-E-CL).*

*“Lo ideal es que todas las carreras tuvieran un soporte accesible, pero claro ahí viene la dificultad de las discapacidades, que hay tanta diversidad de discapacidades que tendrías que tenerlas en cuenta; el sordo, al ser inscripciones online no tiene problema, pero el ciego ya es otra historia, porque no conozco ninguna plataforma de inscripciones que tenga en cuenta la inscripción por voz o que te lea lo que te pide cada apartado” (H38-E-CL).*

### **3.5.5. Barreras en las carreras por montaña.**

Una de las primeras barreras que se detectan en las carreras por montaña son las propias personas que están dentro del evento como voluntarios, organización y otro colectivo involucrado, porque tal y como indican en general la sociedad no está habituada a tener a

personas con diversidad funcional visual corriendo por la montaña:

*“En primer lugar la personal, porque no están acostumbrados, salvo raras excepciones, a participar en ese tipo de eventos; pero vamos, ellos y otros tipos de discapacitados en eventos con personas que no tienen ningún tipo de discapacidad”* (H40-E-E).

Los guías que acompañan a los corredores durante la carrera son un elemento esencial en el proceso de inclusión de las personas con diversidad funcional visual en montaña. Tal y como destacan los expertos, el de personas con diversidad funcional visual es un colectivo que necesita de un apoyo para la práctica deportiva y durante su vida diaria, en muchos momentos, dependen de personas de apoyo y acompañamiento, indicando los expertos:

*“El colectivo de ciegos en medio natural por ejemplo es un colectivo que participa con muchísimo esfuerzo, hay ejemplos de gente al que le han apoyado, le han ayudado y casi de élite que hacen cosas muy potentes, el reto es que haya oferta para todo tipo de gente, el mas de élite y el que quiere acceder para salir al medio natural y pueda elegir”* (H39-E-CL).

Los guías en las actividades por montaña y en las carreras son un elemento indispensable para que el acceso de las personas con diversidad funcional visual se incorpore de la forma más normalizada posible, así lo indican todos los colectivos como elemento común necesario:

*“La primera, el acceso depende de otros, tiene que haber personas dispuestas a acompañarte ya sea con la barra direccional o con el medio que utilicen para eso, esto es algo que genera costes, aunque se tira de gente de voluntariado, pero genera costes de material, de desplazamientos, la limitación y el valor es que tienen que ir acompañados”* (H39-E-CL).

La información que se da desde las organizaciones de las carreras se ofrece en formato digital vía web u otros medios informáticos, que hace que si estos entornos no están adaptados y son accesibles la información deba ser interpretada por una persona que ve y antes del inicio de la

carrera se ofrece la información en papel, siendo éstos igual o más inaccesibles que la información on-line, comparten esta apreciación sobre todo con aquello encontrado en los corredores:

*“El problema es que no siempre todo está ajustado a las necesidades de los corredores que mandamos, bien porque falta información, o porque van con miedos de que participen”* (M13-E-S).

La graduación de los recorridos se hace a través del MIDE, pero este queda obsoleto ya que no tiene en cuenta condiciones del terreno, el tipo de vegetación cercana a los caminos, la abundancia de luz o sombras en el recorrido, elementos que para un corredor habitual no son un problema, pero para el corredor con diversidad funcional visual se convierten en grandes barreras, y así lo señalan:

*“Y también, cómo debemos informar del recorrido en función del tipo de discapacidad, ya sabemos que alguien en silla de ruedas está descartado por el terreno, si puede correr una persona sorda, vamos a ver como se tienen que referir a ellos los voluntarios la organización, con una persona ciega o con baja visión como tiene que ser la información, la señalización, la atención, no sé, que den unas pautas de cómo actuar para que se puedan incorporar estas personas”* (H38-E-CL).

*“La escala MIDE que es lo que se usa, no tiene mucha utilidad en discapacidad”* (H38-E-CL).

*“No es suficiente porque falta información que facilite, no sé si un perfil a nivel táctil que se puede crear fácilmente, programas informáticos adaptados, a ese nivel se está avanzando como para que se pueda incorporar. Estos serían requisitos muy grandes a nivel de concienciación por parte del organizador”* (H39-E-CL).

*“Información suficiente para que la persona que no ve sepa si esa carrera se adecua a lo que quiere realizar, igual que una persona que ve si es muy larga, mucho desnivel o es muy fea, pero quizás esos no sean los datos y sean otros de descripción” (H39-E-CL).*

### **3.5.6. Organización de las carreras por montaña.**

En las carreras por montaña nos encontramos a diferentes responsables de organización, atención al deportista, avituallamientos e instalaciones que no presentan una preparación específica en organización de eventos deportivos, y mucho menos en la organización de eventos que tengan un carácter inclusivo. Esto lleva a desinformación, inseguridad y miedos que se solucionarían desde los estamentos deportivos facilitando una guía de prácticas inclusivas.

*“La preparación de las personas, tanto de deportistas, guías, organizadores” (H40-E-E).*

*“A los técnicos de montaña en su formación se les debería de incluir un apartado de deporte con personas con discapacidad, porque ya es una realidad en escalada y en carreras, entonces eso se debería ir trabajando desde las federaciones” (H38-E-CL).*

*“Las federaciones no están preparadas, nosotros tenemos tan metida la discapacidad porque yo trabajo con discapacidad y por ese motivo se empezó a trabajar. Entonces para nosotros es relativamente fácil, pero para otras personas que lo ven desde lejos no es tan fácil, no tienen conocimiento para poder tener en cuenta las dificultades que presentan las personas frente a su práctica deportiva. Lo primero sería normalizar esas cosas que son necesarias para las actividades, los eventos y demás, y para eso hace falta una persona formada en discapacidad. Si no hay esa persona formada en discapacidad dentro de la federación, es complicado para asesorar a los clubes y demás” (H40-E-E).*

*“Una formación de forma personal y organizativa: personal por parte de los directivos, y*

*organizativas porque las propias instituciones de discapacitados son bastante reticentes a participar de forma normalizada” (H40-E-E).*

*“Debería haber alguien que quitase los miedos a los organizadores, dándoles información, orientando con las cosas básicas a tener en cuenta para las personas con discapacidad visual. Yo creo que no en todas las carreras se puede por el tipo de recorrido y terreno” (H39-E-CL).*

*“En esencia es esa formación para el organizador, para quitarle los miedos y seguir unos requisitos básicos para la seguridad de todos los corredores” (H39-E-CL).*

El conocimiento de las necesidades de las personas con diversidad funcional visual, la sensibilización ante los diferentes problemas y barreras con los que se encuentran en su vida diaria y la formación de ayudas y apoyos por parte de las personas y por parte de las organizaciones son factores determinantes para que el cambio de mentalidad en las organizaciones de las carreras por montaña sea efectivo.

*“(…) creo que la sensibilidad va asociada a que normalmente no hay un conocimiento real de que hay personas con alguna discapacidad, que en este caso también quieren hacer deporte y que tienen grandes problemas para hacerlo” (H38-E-CL).*

*“La participación simultánea, hay sitios muy estrechos o muy escarpados que es complejo, que no quiero decir que no puedan en todos los sitios estrechos, porque sé que personas con la barra direccional llegan a sitios que personas que no tienen ningún tipo de discapacidad no llegan andando solos” (H39-E-CL).*

*“Cuando te inscribes de forma independiente, en la mayoría de las carreras no saben que eres baja visión hasta que llegas, pero cuando vas como la ONCE pues saben que, dentro del grupo de deportistas van personas con diversidad funcional visual, en ocasiones te animan a que elijas otra carrera u otra distancia menor sin saber lo que eres capaz de hacer” (M13-E-S).*

*“Romper con los miedos de los técnicos y los organizadores creo que es importante”* (H40-E-E).

La falta de apoyos económicos y políticos hace un problema mayor la organización de carreras inclusivas de una forma óptima y adecuada, esta barrera económica se repite en casi la totalidad de entrevistas de toda la población objeto de estudio, de igual forma en el grupo de expertos:

*“Seguramente que hubiese los apoyos institucionales necesarios. La mayoría de las ocasiones lo que falta son medios materiales y humanos, y eso se solventa con presupuestos y apoyos económicos”* (M13-E-S).

*“Es muy difícil porque los medios suelen ser ajustados, pero por ejemplo que el software de inscripción esté adaptado a personas con discapacidad, que ahora se hace todo on-line. Porque necesitan unas personas que les inscriba normalmente, porque según están planteadas las plataformas de inscripción un invidente no lo puede hacer”* (H38-E-CL).

Un tratamiento igualitario, teniéndose en cuenta la diversidad funcional como un elemento diferenciador que se puede incluir dentro del desarrollo de las carreras por montaña, con pequeñas modificaciones y elementos de apoyo garantizando la plena inclusión, tal y como señalan el grupo de expertos entrevistado:

*“Luego que haya carreras importantes que tengan su clasificación con un ranking para las diferentes discapacidades, usando una analogía a las clasificaciones de deportes olímpicos como la maratón o algo así, y hacer la adaptación para ver lo que hacemos para ver las tipologías digamos, y que haya eso ya se empieza a escuchar”* (H38-E-CL).



*“El software que he comentado antes para incorporar la inscripción de forma normalizada, y con que haya un documento de referencia dando unas pautas de tratamiento a las personas con discapacidad en las carreras por montaña, y la federación se preocupara de difundirlo” (H38-E-CL).*

*“En primer lugar, dar invitación a estos colectivos y asociaciones, informarse con estas asociaciones para adaptar las carreras a estas personas sin desvirtuar las carreras por montaña, con su desnivel y su transcurso. Poner en valor y difundirlo para que la sociedad sepa que las personas con discapacidad pueden participar como otro más” (H39-E-CL).*

### **3.5.7. Modificación de reglamentos.**

Los reglamentos que determinan la ordenación de las carreras por montaña han tenido una evolución en los últimos años por la demanda de diferentes disciplinas y distintas categorías, y en estos momentos se hace necesaria una serie de modificaciones y ampliaciones que permitan la incorporación de las personas con diversidad funcional con las mayores garantías posibles, tal como reflejan estas declaraciones:

*“Seguramente sí, en general todos los deportes necesitan modificaciones en sus reglamentos para poder ser inclusivos, y pensando en problemas que me he encontrado y que se encuentran las personas que corren, las ampliaciones de tiempo son fundamentales” (M13-E-S).*

*“Las modificaciones de los reglamentos vienen por una demanda, por ejemplo, en escalada hemos tenido ya ese proceso y lo hemos superado ya de algún modo, existe un reglamento propio. Entiendo que en carreras por montaña hay un número suficiente, se puede tener en cuenta de cara a competiciones a nivel autonómico, nacional y para que tengan su propio*

*ranking para personas invidentes” (H38-E-CL).*

*“Un reglamento elaborado, con unas pautas de actuación durante las carreras y unas recomendaciones para incorporar en los reglamentos que fuesen elaboradas por esos invidentes y esos guías que corren con ellos. No sé, por ejemplo, con aumentar en un 20% el tiempo en cada control es suficiente para que no haya problema, cualquier tipo de indicaciones que debería llegar a través de la propia federación española de montaña y que nos obliguen a llevarlas a cabo” (H38-E-CL).*

En los reglamentos de las carreras se prohíbe la ayuda externa en los avituallamientos y en las zonas de tránsito, algo impensable si consideramos que una persona con diversidad funcional visual si no le das el vaso o le indicas donde esta no podrá llegar a él, tal y como indica el experto:

*“Hay una cosa que tienen que modificar que es la ayuda externa, que se prohíbe la ayuda externa tanto para avituallamiento como carrera” (H39-E-CL).*

Los reglamentos no deben modificarse drásticamente, los cambios sugeridos tanto por corredores, guías y en este apartado por expertos lleva a la inclusión de una categoría específica, añadiendo artículos que especifiquen organización de un equipo y tipo de material, y es de forma elemental lo que destacan:

*“Más que modificar, meter algunos artículos específicos que propongan la atención a esas personas y lo que se tendría que tener en cuenta a la hora del desarrollo. Habría que tener en cuenta los tiempos, porque una persona corriendo sola no corre igual de rápido que tres en una barra, que vas muy rápido y en curvas en cuesta tienes que reducir. Y correr hacia arriba agarrando algo no puedes competir en la general, entonces habría que hacer una categoría. En*

*nuestras carreras sí que corren bastantes discapacitados, no sé decirte qué tipo de discapacidad y las medidas específicas” (H40-E-E).*

*“Después, a nivel de reglamento esas pequeñas modificaciones. Una normativa o recomendaciones de buenas prácticas para compartir el espacio dentro de una carrera” (H39-E-CL).*

Los tiempos son determinantes, el avance de un equipo en una barra direccional aun siendo los más rápidos nunca llegará a igualar al corredor más rápido que no presente ningún tipo de problema, y es algo que destacan los tres grupos de estudio, en este bloque los expertos:

*“El cierre de controles puede ser un ejemplo, los cierres no pueden ser iguales para una persona invidente que para una persona que no lo es, en mi caso que no tengo ningún tipo de problema en ocasiones me las deseo para llegar a control, si no viera estoy seguro que no llegaría la mitad de las ocasiones. Ese tipo de adaptaciones no tiene ningún tipo de dificultad, pero claro no sé qué tipo de incidencia tiene” (H38-E-CL).*

*“Que los organizadores no pongan impedimento a la participación, el encontrar una persona que te acompañe y los propios miedos de la persona con discapacidad a hacerse daño, no responder a esos tiempos de corte que aún no se tiene sensibilidad a ampliar los tiempos de corte” (H39-E-CL).*

Otro aspecto a destacar es la modificación del reglamento en relación a la flexibilización de recorridos cuando las sendas son excesivamente estrechas para pasar con la barra o hacer adelantamientos, ya que según reglamento si te sales del recorrido puede causar sanción o descalificación de la carrera, algo que señala el siguiente experto:

*“Una pequeña flexibilización de los itinerarios, el poder hacer una normativa de adelantamiento en las sendas estrechas porque puede ocasionar choques y caídas” (H39-E-CL)*

En la siguiente figura la 3.4 podemos observar un resumen de las barreras percibidas por los expertos consultados durante el proceso de la investigación.



Figura 3.4. Barreras percibidas por expertos



## CAPÍTULO 4:

# DISCUSIÓN



Jornada de Ascensión al Chullo (Almería) (Mercedes, Alberto, Antonio)

|

## **CAPÍTULO 4.- DISCUSIÓN**

La población que presenta algún tipo de diversidad funcional en España tiene cada vez un papel más relevante gracias a las medidas normativas que los atienden en todos los ámbitos (educativo, laboral, sanitario, social, deportivo, etc.). No obstante, esta visibilidad no hace que la realidad concreta de las personas con diversidad funcional sensorial deje de estar cargada de limitaciones y barreras.

El presente estudio ha centrado en los aspectos relevantes que suponen una barrera para el acceso a la participación de las personas con diversidad funcional visual en las carreras por montaña, analizando en profundidad todos aquellos factores relacionados que puedan ser determinantes para esta práctica, desde la perspectiva de guías, personas con diversidad funcional y expertos. En primer lugar, veremos las diferencias y discusión según estos colectivos interrelacionados y en segunda instancia una perspectiva sintetizada de la investigación.

### **4.1. Discusión comparada según: deportistas con diversidad funcional visual, guías y expertos.**

En este apartado compararemos la posición frente a las diferentes barreras y situaciones presentadas durante las entrevistas realizadas a deportistas con diversidad funcional visual, guías y expertos. En alguno de los aspectos que se han tratado a lo largo del presente documento algunos de los colectivos no tenían que opinar o su opinión no era relevante al objeto de estudio y no se ve reflejada en la comparativa.



#### **4.1.1. Inclusión e integración.**

Los tres colectivos destacan la importancia de incorporar medidas para la inclusión tanto desde las administraciones públicas, como desde las distintas instituciones que acogen a personas con diversidad funcional en la práctica deportiva. Las personas con diversidad funcional visual participante apunta la “buena voluntad” de los monitores y técnicos que los atienden en los distintos ámbitos, pero indican que existen miedos y sobreprotección por el desconocimiento y la falta de medios técnicos y personales.

Los guías al igual que las personas con diversidad funcional visual apuntan como uno de los motivos principales la falta de medios económicos y humanos, y el desinterés por ponerlo por parte de las instituciones de acogida en este mismo sentido apuntan la falta de apoyos institucionales (Martín y Luengo, 2003).

Los expertos desde sus diferentes prismas coinciden con la falta de medios económicos y formativos en niveles de pequeñas organizaciones deportivas como clubes, escuelas deportivas o carreras por montaña organizadas directamente por ellos, y la falta de iniciativas institucionales escudadas en la falta de recursos económicos surgidos de la “crisis”.

La normalización es un objetivo dentro de la vida de las personas con diversidad funcional visual, e igualmente de guías y expertos. Dentro del deporte se persigue una práctica deportiva sin etiquetas que permita disfrutar sin ningún tipo de limitación, sólo aquellas que ponemos por nuestras preferencias o gustos por la actividad tal y como se refleja en varios trabajos de Arribas (2012,2015) y Palau y García (2011).

#### **4.1.2. Medidas de accesibilidad.**

Las medidas de accesibilidad son insuficientes en los diferentes ámbitos en los que se desarrolla la vida diaria de cualquier persona con y sin diversidad funcional, desde barreras físicas, hasta las barreras de comunicación e información pasando por aquellas que vienen determinadas por el factor humano. Aunque todos los participantes de nuestra investigación hacen alusión a los numerosos avances que se han ido ocasionando en los últimos años, reconocen que, desde las condiciones espaciales de las instalaciones deportivas, la información disponible en paneles informativos, web o pantallas y la atención a la accesibilidad de los técnicos no dejan de tener bastantes aspectos mejorables.

Los guías desde su experiencia en el acompañamiento dentro de la práctica deportiva indican la falta de sensibilidad de la parte de la sociedad durante los entrenamientos o práctica deportiva, ya sea por falta de vías anchas, no dar paso cuando se guía o diferentes situaciones que imposibilitan llevar la práctica de forma óptima.

Los expertos parten de varios puntos en la falta de accesibilidad y medidas para ello, en primer lugar, la falta de medios económicos para desarrollar todas las medidas necesarias, y por otra parte las barreras sociales tanto del entorno cercano y familiar como del lugar donde vive la persona con diversidad funcional.

Tal como indican desde los tres colectivos participantes en la investigación existe una normativa de obligado cumplimiento que se ajusta siempre a los mínimos establecidos y en algunos casos no llega a ello y salvo denuncia expresa no existen controles para que se cumpla normativa de accesibilidad, todo ello justificado por los recortes económicos y la falta de medios que a los que más afecta es a las poblaciones más vulnerables (Fernández- Gavira, 2011;

Lieberman, 2002; Mella, Díaz, Muñoz, Orrego y Rivera, 2014; Segura, Martínez- Ferrer, Guerra, y Barnet, 2013).

Los deportistas con diversidad funcional visual entrevistados al igual que Segura et al. (2013), destacan que los apoyos institucionales en su mayoría se centran en el apoyo al deportista de alto nivel, por lo que la práctica deportiva no se extiende a las personas que se pueden iniciar en una práctica deportiva porque siguen sin tener acceso o necesitan el doble de recursos propios para hacerlo (Fernández- Gavira, 2011).

En algunos casos los entrevistados con diversidad funcional visual hablan de situaciones de segregación deportiva, justificadas para la adaptación de materiales, metodología y por la falta de personal cualificado aspecto que ya indican como barrera y dificultad para la inclusión Shields y Synnot (2014) y Palau y García (2011). La segregación en prácticas deportivas tal y como defienden Santana y Garoz (2013) ocasiona un rechazo hacia la práctica y un sentimiento de discriminación dentro del colectivo con diversidad funcional.

#### **4.1.3. Barreras en la práctica deportiva.**

Una de las primeras barreras que recalcan las personas con diversidad funcional visual es la sensación de aislamiento que les ocasiona la falta de formación dentro de las diferentes prácticas deportivas que realizan. Esta falta de formación da lugar a una falta de adaptación de recursos, metodologías y actividades solventables en muchos casos por el enfoque inclusivo que puede dar un profesional formado adecuadamente. En algunos casos se han encontrado en una situación de aislamiento y han sido privados de realizar una actividad deportiva por la falta de preparación de la persona responsable; esto se soluciona con programas de sensibilización y responsabilización

de los técnicos, como proponen Domínguez, Caballero, Pérez y Parra (2009).

La adaptación y ajuste de las instalaciones deportivas para hacerlas accesibles según la normativa existente sería una de las medidas de eliminación de barreras y de accesibilidad a las instalaciones de personas con diversidad funcional permanente y aquellas con diversidad funcional transitoria, un objetivo que comparten deportistas, guías y expertos al igual que expertos en accesibilidad de instalaciones como Redondo (2014) y Rovira-Beleta (2010).

El material adaptado, la división de espacios y su correcta señalización es un elemento fácilmente adaptable y que deportistas con diversidad funcional visual destacan como algo determinante en el momento del acceso a la práctica deportiva.

Los deportistas con diversidad funcional visual, a la hora de realizar la práctica deportiva de montaña y las carreras por montaña, se encuentran con la barrera económica y la duplicidad de licencia. Para la participación en el CNCM deben sacar licencia de la FEDC y si desean estar cubiertos en otras prácticas deportivas de montaña deben realizar la licencia en la Federación de Montaña correspondiente ya sea la territorial o autonómica o la nacional algo que dificulta la incorporación y como ya apuntan Shields y Synnot (2014) los requisitos institucionales son una barrera para la práctica accesible.

Tanto corredores con diversidad funcional visual como guías indican el problema que se encuentran algunos compañeros a la hora de realizar las inscripciones, ya que no existe en la mayoría de los casos una distinción de reducción o gratuidad en las inscripciones de los guías y algunos no pueden asumir ese pago de inscripción.

Los Guías antes de iniciar la práctica como guía y acompañantes en práctica deportiva de forma mayoritaria no sabían que podían realizar esa labor. Esta desinformación y falta de

difusión que indican tanto guías como los propios deportistas con diversidad funcional visual hacen necesarias, como indican Santana y Garoz (2013), campañas de sensibilización, captación y formación de guías tanto por parte de las instituciones directamente relacionadas como son la FEDC y ONCE u otras como las federaciones unideportivas.

#### **4.1.4. Inscripción en las carreras.**

La primera barrera a la realización de una carrera por Montaña, u otro tipo de prueba deportiva son las inscripciones, tal y como indican casi en la totalidad de los participantes con diversidad funcional visual, son entornos virtuales no accesibles que necesitan de la ayuda de una persona para poder realizar la inscripción.

Los guías también indican esta necesidad de ayuda en el momento de la inscripción y en muchos de los casos son ellos mismos los que realizan la inscripción. Los organizadores que están entre los expertos reconocen que las inscripciones no son accesibles tanto por la falta de adaptación digital, como por la ausencia de categoría o indicación de esta diversidad funcional como característica del deportista (Guenaga, Barbier y Eguíluz, 2007, Labrada, 2013; Pérez-Tejero, 2016).

La información sobre la carrera es igualmente inaccesible, en su mayoría imágenes o capturas de pantalla sin ningún tipo de dato explicativo anexo que facilite la comprensión o entendimiento por parte de la persona con diversidad funcional visual tal como destacan en su mayoría, se ven obligados a pedir a alguien que les explique la información que encuentran en las páginas web de las carreras por montaña. Esta digitalización de la información pasa de la pantalla al papel en el momento de la propia carrera que en su mayoría limitan la charla técnica al reparto de perfiles impresos en papel sin ningún tipo de aclaración sobre el mismo. Esta situación es problemática

tanto para deportistas con diversidad funcional visual porque desconocen el terreno en el que se van a mover y para los guías que no tienen información previa para marcar ritmo de carrera y saber que tendrán que indicar o que van a encontrarse.

#### **4.1.5. Barreras en las carreras por montaña.**

La presencia de guías en las carreras por montaña es algo destacado tanto por deportistas con diversidad funcional visual, como por los propios guías como indican Rubio, Ruiz y Martínez, (2015) son necesarios los voluntarios y/o guías en las prácticas deportivas y en el desarrollo de eventos tanto para deportistas con diversidad funcional como posibles espectadores. Además, no solamente se incide en la necesidad del guía sino del guía con formación y experiencia en montaña, dándose las dos situaciones personas con mucha experiencia como guía en atletismo de pista que pasan a la montaña y el entorno y el tipo de información que deben dar no es el mismo; y los guías con mucha experiencia en montaña pero sin formación y práctica como guía (Dorado, y Gallardo, 2004; Rubio, Ruiz y Martínez, 2015; Morgado, Campana, Morgado, Fortes, y Tavares, 2013). Esta situación de guías inexpertos ocasiona situaciones de inseguridad tanto para los corredores con diversidad funcional visual, como para los propios guías.

El desarrollo de una carrera por montaña tiene diferentes situaciones en las que el guía necesita apoyo y así lo destacan tanto guías como los corredores. Estos momentos son las paradas de avituallamiento, entradas y salidas de vestuarios en casos puntuales y en caso de necesidad del guía alguien que descargue de ese guiado en momentos concretos, esto debe estar cubierto por voluntariado de la carrera o técnicos de la misma pero no existe esa información y formación al respecto tal como indican expertos y ocasiona un vacío de comunicación en el desarrollo de la carrera algo necesario tal y como indican tanto Rubio, Ruiz y Martínez (2015) como Pérez-Tejero (2016), personas indispensables en eventos deportivos en los que participen personas con diversidad funcional.

#### **4.1.6. Organización de las carreras.**

La organización de una carrera por montaña viene determinada por multitud de entidades y personas, la sensibilización y formación de estos colectivos hacia la diversidad funcional es lo que determina la adecuación de esta organización tal como indican corredores con diversidad funcional visual, guías y expertos (Moya, Martínez-Ferrer, Ruiz- Salguero, 2004; Santana y Garoz, 2013).

La información relativa al recorrido de la carrera y la cuantificación el tiempo necesario para realizarla se hace poco ajustado a lo necesario por equipos que realicen la carrera con barra direccional. En su mayoría todos los participantes en el estudio coinciden que los tiempos de corte y desarrollo no son los adecuados para la mayoría de participantes y concretando en las personas con diversidad funcional no se tiene en cuenta la ralentización del desplazamiento con la barra direccional que ampliaría los tiempos de corte y retirada de carrera en muchos casos (Arribas, 2015; Arribas, Fernández y Vinagrero, 2008). Además, tal y como se ha indicado anteriormente la falta de detalle en la información referente a las condiciones del terreno como indican corredores y guías (Arribas, Blas, Cabanas, De las Heras, Flórez y Talegón, 2008).

#### **4.1.7. Modificación de reglamentos.**

La inclusión de la diversidad funcional visual dentro de los reglamentos de carreras por montaña sería posible según los corredores, guías y uno de los expertos haciendo consideración de la categoría, permitiendo uso de material específico por parte de los equipos (la barra direccional y bastones) y la especificación de ajuste de los tiempos siempre que se considere necesario y recomendar la inclusión como un elemento de valor social y eliminar la reticencias



por miedo tal y como destacan haber encontrado en alguna ocasión tanto Corredores con diversidad funcional visual como los guías.

El último punto que recalcar dentro de la discusión entre colectivos es la coincidencia por todos en dar la posibilidad a participar en las carreras por montaña a todos aquellos deportistas que estén preparados independientemente de sus características personales, con las mismas condiciones de seguridad y posibilidades que otros corredores en busca de la normalización tal y como defiende Navarrete (2009) y la accesibilidad universal Booth y Ainscow (2001).

#### **4.2. Discusión de la investigación.**

La discusión de la investigación recogerá los aspectos recogidos en las entrevistas sin distinción de su origen salvo casos puntuales que sea de vital importancia para el objetivo de estudio.

##### **4.2.1. Inclusión e integración.**

La inclusión será posible siempre que el apoyo de las instituciones por la búsqueda de la normalización de las situaciones de las personas con unas necesidades y limitaciones concretas sean solventadas de la manera más adecuada posible, este aspecto es achacado a problemas económicos y a falta de voluntad administrativa (Martín y Luengo, 2003).

En la mayoría de los casos se aspira a esa normalización, tanto dentro de la vida en general como dentro de la práctica deportiva, dando lugar a una práctica compartida y sin distinciones de capacidades y limitaciones personales de ningún tipo (Arribas, 2012; Palau y García, 2011).

#### **4.2.2. Medidas de accesibilidad.**

La igualdad de oportunidades de acceso a los servicios y actividades deportivos por parte de las personas con diversidad funcional visual es una situación que debe ir buscándose a través de las medidas de inclusividad y de las demandas de práctica de las propias personas con estas problemáticas (Ainscow, 2003; Jofre, 2009; Lieberman y Houston-Wilson, 1999).

En los últimos años, como se ha podido comprobar a lo largo del documento, ha surgido una normativa de protección y promoción de todos los ámbitos de la vida de las personas que presentan algún tipo de diversidad funcional, y de forma específica la concreta de atención a la diversidad funcional visual. Esta ordenación en algunos casos es de obligado cumplimiento, mientras que en otros son recomendaciones sobre temas concretos; en ambos casos se dan las situaciones de incumplimiento de estas normas, justificándose por los recortes económicos de la última época. Así lo entienden también deportistas, guías y expertos, que consideran que existe una etapa de recesión económica que está afectando principalmente a todos los temas sociales, y las personas con algún tipo de limitación física y personal son las primeras perjudicadas (Fernández-Gavira, 2011; Lieberman, 2002; Mella, Díaz, Muñoz, Orrego y Rivera, 2014; Segura et al., 2013).

En el momento que existe algún tipo de ayuda o propuesta económica, se dirige en su mayoría al acceso de práctica a deportistas de alta competición, que ya cuentan con apoyos institucionales por otros medios, lo que provoca que aquellos que realmente no tenían acceso o les era difícil acceder a la práctica deportiva sigan en la misma situación. En algún caso, los deportistas entrevistados se sienten olvidados y abandonados por las administraciones y ayuntamientos de sus municipios, y se refugian en alguna medida en clubs deportivos con presencia de amigos cercanos y/o familiares (Fernández-Gavira, 2011; Segura et al., 2013).

En otros momentos se destacan situaciones de segregación deportiva, en las cuales la persona con diversidad funcional visual limita su práctica a las actividades que dan acceso libre a todo el mundo, sesgando el acceso según considere el técnico responsable de la actividad en ese momento. El motivo principal detectado de esta segregación y discriminación de la práctica de actividad física es la adaptación de materiales, adaptación de la metodología y, sobre todo, la cualificación de los técnicos y entrenadores presentes en las mismas, aspecto destacado tanto por deportistas como por el resto de los colectivos de forma mayoritaria (Palau y García, 2011; Shields y Synnot, 2014). Esta situación hace que las personas con diversidad funcional visual se sientan apartadas de la sociedad y tengan un sentimiento de desazón e incompreensión por parte de la instalación y sus responsables. La sociedad en general, así como todos los estamentos con posibilidades de promocionar y poner en valor las capacidades de las personas con diversidad funcional, son responsables de esta sensibilización social (Moscoso y Muñoz, 2012), indispensable y cada vez más necesaria para hacer posible la inclusión de todos en el mundo del deporte y en su vida cotidiana, respetando y apoyando en momentos de desplazamientos y entrenamientos, momento en el que a los deportistas y guías se les presentan más problemas (Avramidis y Norwich, 2002; Santana y Garoz, 2013; Segura et al., 2013).

#### **4.2.3. Barreras en la práctica deportiva.**

Una de las piezas claves de la inclusión en el deporte es la formación en diversidad funcional, tanto de forma general como de forma específica. Actualmente, los coordinadores deportivos, técnicos y monitores deben tener una formación genérica en este ámbito, pero en ocasiones se limita a sesiones de sensibilización que no profundizan en las posibles adaptaciones necesarias para hacer que la práctica sea realmente una práctica inclusiva con los participantes que acuden a

las actividades (Ardito y Roberts, 2007; Wilhite, 2016). La formación generalista y específica pero ajustada a las necesidades reales de adaptación de recursos, metodologías y actividades puede eliminar esa sensación de marginalidad que tienen algunas personas con diversidad funcional visual, que llegan a ser apartados de actividades por el simple hecho de la falta de capacitación del técnico responsable (Domínguez, Caballero, Pérez y Parra, 2009; Fernández-Gavira, 2011; Shields y Synnot, 2014).

La habilitación de instalaciones deportivas accesibles a personas con algún tipo de diversidad funcional, independientemente de la tipología, es una cuestión indiscutible dada la normativa existente al respecto (Redondo, 2014; Rovira-Beleta, 2010). Estas adaptaciones hacen más accesibles las instalaciones a personas con diversidad funcional permanente y a personas con diversidad funcional transitoria, y promueven la inclusión y la posibilidad de compartir actividades y espacios, una aspiración que persiguen los deportistas, guías y expertos entrevistados (De Pauw y Doll-Tepper, 2000; Rubio, Ruiz y Martínez, 2015). El material adaptado y la correcta señalización de espacios dentro de las instalaciones son un factor de menor envergadura, pero igual de relevante para el acceso a los espacios de un centro deportivo. La distribución del material y la sensibilización de los usuarios, tanto por seguridad propia como por la de los compañeros que presenten algún tipo de problemática concreta, es algo fundamental y bastante simple de solucionar.

Las propuestas de apoyo económico y la financiación a servicios de carácter social y servicios a la comunidad son algunos de los factores más perjudicados con los recortes públicos y privados realizados en los últimos años (Fernández-Gavira, 2011; Moya, Martínez-Ferrer, Ruiz-Salguero, 2004). Estos recortes hacen que las medidas de adaptación de instalaciones y adecuación de los programas dirigidos a la población general, dando posibilidad a que las personas con diversidad

funcional visual tengan una incorporación normalizada a las mismas, se antojen casi imposibles (Moya, Martínez-Ferrer, Ruiz-Salguero, 2004; Shields y Synnot, 2014). En el caso concreto de las carreras por montaña y las federaciones de montaña, en ocasiones los deportistas se encuentran con la duplicidad de la ficha federativa, porque para competir en actividades externas a la FEDC deben federarse por la Federación Nacional o Autonómica de montaña correspondiente (Shields y Synnot, 2014). Además, se produce una situación de falta de ayudas para la incorporación de los guías en un formato de reducción de inscripciones o gratuidad, dado que son personas que no corren para ganar, sino que corren para ayudar.

Los voluntarios y personas de apoyo que aportan su ayuda de forma solidaria son una circunstancia inherente a la inclusión de las personas con diversidad funcional visual, así como diversidad funcional en general. En la práctica de actividad física y deporte, estas personas dan la posibilidad al acceso a instalaciones, a la guía para conocer la disposición de espacios y materiales y al acompañamiento, aspectos que según Fluja (2006) y Rubio, Ruiz y Martínez (2015) son fundamentales para facilitar la práctica y otros momentos relevantes.

Los acompañantes o voluntarios deportivos son personas que, antes de iniciar esa ayuda a las personas con diversidad funcional, por lo general no conocían que tenían esa posibilidad de realizar un apoyo. Esta situación de desconocimiento hace necesario, tal como indican los participantes del estudio, un proceso de sensibilización, captación y formación de guías, el cual debería ser responsabilidad de entidades públicas o privadas que actúen de forma directa con estos colectivos, como pueden ser áreas sociales, federaciones e, indudablemente en el caso de la diversidad funcional visual, la ONCE y la FEDC (Santana y Garoz, 2013).

#### **4.2.4. Inscripción en las carreras.**

Las inscripciones a las carreras por montaña suponen, en alguno de los casos, una barrera tanto para los deportistas como para las organizaciones de las propias carreras. Por un lado, actualmente vivimos en la era de la nuevas tecnologías y las comunicaciones on-line, y todas las inscripciones casi sin excepción se hacen de forma electrónica y, aunque haya normas que obligan a la accesibilidad de web y software de sitios públicos o servicios públicos, estas inscripciones son inaccesibles a las personas con diversidad funcional visual, tal como indican muchos de los usuarios al necesitar para ello ayuda de una persona con visión para poder llevarlas a cabo (Abascal, Arrue, Garay, López y Vigo, 2005; Guenaga, Barbier y Eguíluz, 2007; Labrada, 2013). Por otra parte, no se pide en ningún momento de la inscripción información sobre las diversidades funcionales de los deportistas o problemas médicos asociados. Esto ocasiona un problema de previsión y prevención de riesgos y problemas que puedan surgir en el desarrollo de la carrera (Avramidis y Norwich, 2002; Navarrete, 2009; Pérez-Tejero, 2016; Santana y Garoz, 2013). Al igual que las inscripciones de las carreras por montaña, toda la información referente a ella, como son los reglamentos de carrera, la planificación, los recorridos, perfiles y todo aquello que pueda resultar de interés a todos los participantes inscritos en la misma, se facilita vía informática. Esta digitalización de la información suele traer bastantes problemas a las personas con diversidad funcional visual, dado que en su mayoría son imágenes (elementos totalmente inaccesibles) o formatos de archivos que, según su configuración, pueden ser leídos sin problemas o no (Abascal et al., 2005; Guenaga et al., 2007, Labrada, 2013). En el momento de recepción de los deportistas antes de la carrera nos encontramos con la inaccesibilidad del papel. Se ofrecen planos, perfiles en papel normalmente con poco contraste, por lo que personas con ceguera no tienen posibilidad de obtener

información a no ser que alguien se lo interprete, y a las personas con baja visión, según el grado que presenten, puede no serles de utilidad dicha documentación pre-carrera.

#### **4.2.5. Barreras en las carreras por montaña.**

Las carreras por montaña, tal y como se ha ido comprobando, hacen imprescindible la presencia de los guías, los cuales se posicionan en la barra direccional tanto delante como detrás, en los casos en los que son necesarios, para que personas con diversidad funcional visual puedan incorporarse de forma satisfactoria a las carreras por montaña. Según la mayoría de los deportistas, sin el guía no podrían correr (De Potter, 2006; Rubio, Ruiz y Martínez, 2015). Esta necesidad de guías para el desarrollo de la actividad por parte de personas con diversidad funcional visual hace fundamental la captación y formación de guías con unas capacidades físicas suficientes como para acompañar a los deportistas en los entrenamientos, así como en las diferentes pruebas que participan, que pueden ir desde eventos de poca distancia hasta ultra trail que alcanzan los 110 km de recorrido. Las características de los recorridos por montaña y su dificultad de tránsito, tanto para personas que ven como para las que no ven, hace necesaria la formación para proporcionar seguridad tanto a guías como a corredores (Dorado y Gallardo, 2004; Fernández- Gavira, 2011; Morgado et al., 2013; Rubio, Ruiz y Martínez, 2015). En momentos de avituallamiento o momentos anteriores o posteriores a la carrera, los participantes necesitan personal de apoyo que sustituya al guía o le ofrezca ayuda para descargarlo de responsabilidades, esos son los momentos en los que el apoyo técnico por parte de la organización de las carreras se hace fundamental (Pérez-Tejero, 2016; Rubio et al., 2015).

#### **4.2.6. Organización de las carreras.**

En la organización participan de forma activa organizadores, técnicos de montaña, responsables de protocolo y voluntarios de atención a los deportistas. La sensibilización de este colectivo de organización, así como que conozcan las barreras que pueden ser solventadas desde la organización para cubrir las necesidades de las personas con diversidad funcional visual y dar la posibilidad de correr a las personas que quieren hacerlo, es uno de los pasos a seguir para la inclusión dentro de las carreras por montañas. Es necesario eliminar el miedo causado en la organización por el desconocimiento de la situación de las personas con diversidad funcional visual, por saber si va a ser seguro para ellos, si van a poder terminar o si por un motivo que no se sabe desde la organización ocasionarán problemas que escapen de su control (Moya et al., 2004; Palau y García, 2011; Santana y Garoz, 2013).

La información detallada de los recorridos de las carreras por montaña se elabora en base al MIDE. Este sistema presenta como primer problema que no tiene en cuenta las necesidades de información de las personas con diversidad funcional. La información que contiene hace referencia a las distancias, desniveles, proporción de tipo de terreno durante la ruta, con una única distinción entre asfalto, terreno rural y senda, y los tiempos los marca la persona que lo hace, y generalmente sin tener en cuenta que los equipos que se desplazan con barra direccional tienen un desplazamiento más lento (Arribas, 2015; Arribas et al., 2008). En esta información, y según lo observado por los participantes, se tendría que detallar en la mayor medida posible si hay barro, si hay piedras, lascas de piedra, ramas bajas o ramas caídas, raíces y muchos más elementos que, a priori, para una persona que ve no es más que esquivar durante la carrera, y según el obstáculo para una persona que no ve supone pararse o ralentizar mucho el paso (Arribas et al., 2008).



#### **4.2.7. Modificación de reglamentos.**

Los reglamentos de las federaciones dirigidos a la ordenación de las carreras por montaña son modificados bajo circunstancias que justifican el cambio, como pueden ser nuevas categorías, nuevas exigencias de material u ordenación medioambiental, entre otros muchos aspectos. En relación a la inclusión de la diversidad funcional visual dentro de los reglamentos de carreras por montaña según los corredores, guías y alguno de los expertos, habría que realizar varias modificaciones: Incluir la categoría de diversidad funcional visual, con todas aquellas aclaraciones que se consideren; permitir el uso del material por parte de los equipos (la barra direccional y bastones); en el caso de las personas con baja visión o ceguera, ajustes de la graduación de ruta; y un aumento o eliminación de los tiempos de corte, así como obligar a las organizaciones a tenerlo en cuenta como un elemento que pone en valor a la carrera para reediciones e inclusión de las mismas en campeonatos de mayor rango (Arribas, 2012; Pérez-Tejero, 2016; Rubio, Ruiz y Martínez, 2015). Por último, destacar que el objetivo personal y deportivo que plantean todos los deportistas participantes del estudio es poder incorporarse a las carreras por montaña como un deportista más, sin más riesgos y limitaciones que aquellos que nos podemos poner nosotros mismos al enfrentarnos a un reto deportivo (Booth y Ainscow, 2001; Navarrete, 2009; Santana y Garoz, 2013).

En la siguiente figura 4.1 podemos observar una comparativa de las barreras percibidas tanto por corredores, guías y expertos en relación a las carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual.

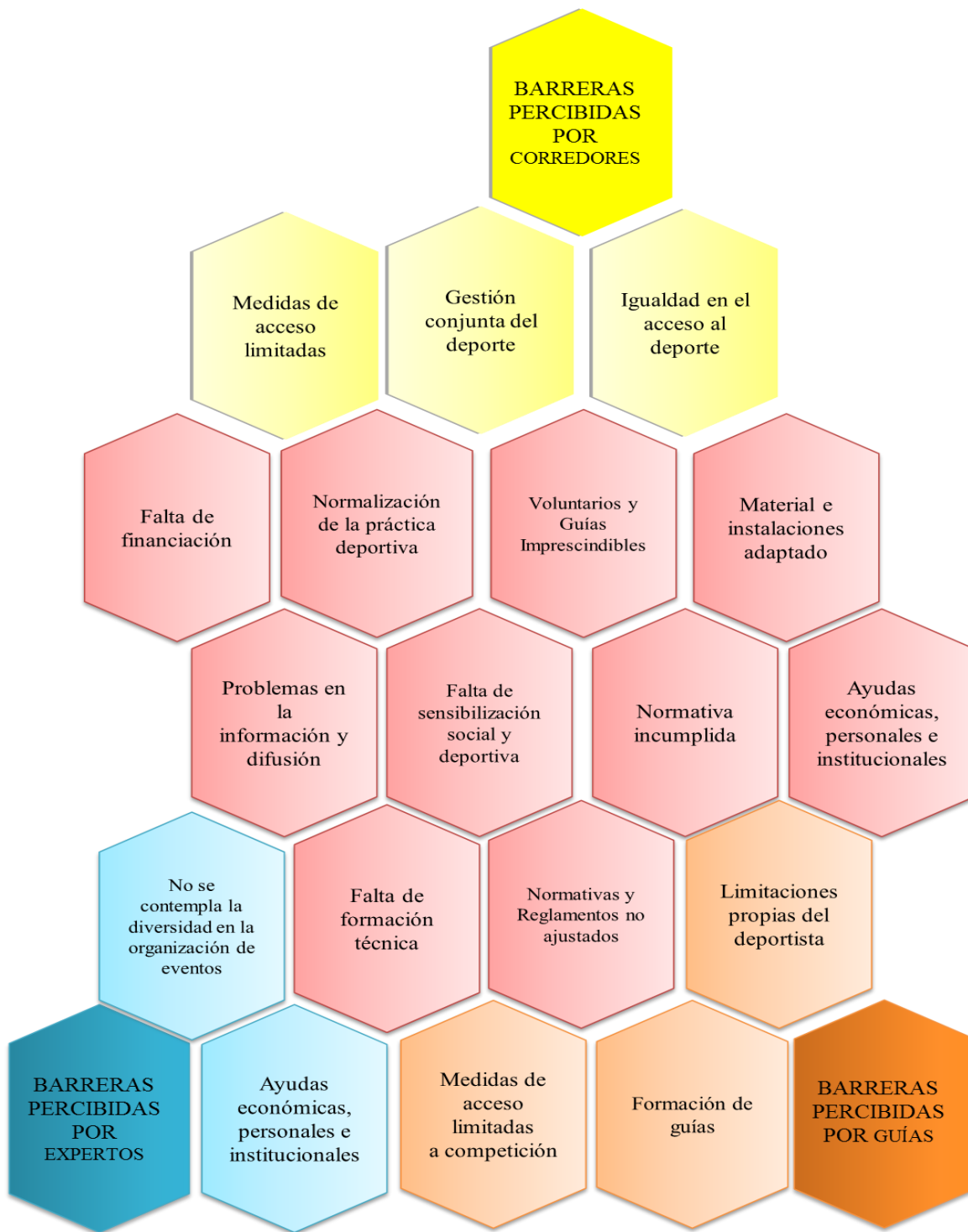


Figura 4.1. Comparativa de Barreras percibidas Corredores, Guías y Expertos



## CAPÍTULO 5:

# CONSIDERACIONES FINALES



CNCM 2017 Maratón de Borriol (Valencia) (Carmen, Juan, José Antonio de izquierda a Derecha)

|

## CAPÍTULO 5.- CONSIDERACIONES FINALES

### 5.1. Validación de los objetivos.

En esta sección se procederá a destacar las contribuciones más significativas obtenidas del trabajo de campo, partiendo del análisis de consecución de los objetivos propuestos. La realización de este trabajo ha dado lugar a un proceso de reflexión y aprendizaje que perseguía como fin último *analizar la accesibilidad a las competiciones de carreras de montaña para el colectivo de personas con diversidad funcional visual*, propuesta innovadora si se tiene en cuenta que la inclusión y la accesibilidad en el ámbito deportivo ha tenido poca proyección de investigación en el pasado, y menos aún si centramos el objeto de estudio en la práctica de carreras de montaña con diversidad funcional visual.

En pro de lograr que este objetivo se vea clarificado, se establecieron cuatro objetivos específicos para poder dar respuesta al anterior de forma más pormenorizada y sin perder la minuciosidad investigadora del proyecto que nos ocupa. A continuación, se presenta cada objetivo y él se analiza el grado de consecución del mismo.

**1) *El primer objetivo establecido fue detectar las barreras en la práctica deportiva de carreras por montaña para usuarios con diversidad funcional visual.***

Este objetivo ha sido alcanzado en la investigación que aquí se presenta, y se detallan a lo largo de todo el documento cuáles son las barreras reales de las personas con diversidad funcional visual para incorporarse de forma accesible e inclusiva en las carreras por montaña. Estos datos se han obtenido gracias a las aportaciones de los tres sectores de participantes, dando como resultado que las limitaciones interpuestas son el acceso normalizado a inscripciones e

instalaciones, la facilitación de momentos puntuales antes y durante la carrera, la modificación de reglamentos y la sensibilización y formación de todos los responsables implicados en el diseño, organización y desarrollo de las carreras por montaña.

***2) El segundo objetivo marcado fue analizar si la satisfacción con la organización y el desarrollo de las pruebas de carreras por montaña de los participantes con diversidad funcional visual influyen en el propio acceso a las competiciones por montaña.***

La satisfacción con las organizaciones de las carreras ha sido valorada con creces y el objetivo está conseguido. Los deportistas con diversidad funcional y los guías están satisfechos con la organización de este tipo de carreras de forma general, pero destacan una serie de problemas que podrían ser solventados con unas pequeñas orientaciones sobre el trato con las personas con diversidad funcional visual y las posibles necesidades que les pueden surgir antes, durante y después de la carrera. Estas orientaciones tendrían como objeto eliminar ese malestar concreto con situaciones de rechazo en el momento de recoger el dorsal, la pérdida excesiva de tiempo en los avituallamientos porque no hay conciencia de que las personas con ceguera no pueden coger un vaso si no se le indica dónde está o se le acerca, y otros detalles nimios que no se consideran un factor relevante para indicar insatisfacción con las organizaciones.

***3) El tercer objetivo establecido fue localizar las necesidades de información y accesibilidad de deportes de montaña a los participantes con diversidad funcional visual.***

La consecución de este objetivo ha surgido de una comparativa de todas las perspectivas sobre el mismo a lo largo del análisis de las entrevistas, dando un especial valor a lo aportado por los deportistas que presentan ceguera, ya que son aquellos que más problemas tienen para la

deambulaci3n y la carrera, y necesitan m1s informaci3n e indicaciones cuando realizan una carrera por monta1a. La informaci3n que no est1 presente por lo general y que se demanda de forma generalizada es el tipo de terreno que va sucedi3ndose a lo largo de una carrera (si existen piedras, ramas, hojas o barro), as1 como todos los elementos tanto en el suelo como que interrumpen el paso y enlentezcan la carrera. Otro elemento f1cilmente solucionable es a1adir a las explicaciones gr1ficas presentes en entornos on-line una descripci3n en palabras escritas, y que los formatos de los archivos, si son pdf, que no sean capturas de pantalla o escaneados convertidos en pdf, ya que como documento se comportan igual que una imagen de cara a los sistemas inform1ticos adaptados a personas con diversidad funcional visual.

**4) *El cuarto y 1ltimo objetivo marcado fue el de crear, en base a los resultados obtenidos, unas l1neas de trabajo de buenas pr1cticas sobre el dise1o y organizaci3n de pruebas de carreras por monta1a dirigidas al colectivo con diversidad funcional visual.***

Respecto a la consecuci3n de este objetivo, y una vez realizado el an1lisis y descubiertas las necesidades y barreras detectadas en las carreras por monta1a para las personas con diversidad funcional visual, se proponen unas l1neas de trabajo para la mejora en la organizaci3n y desarrollo de este tipo de pruebas para la participaci3n accesible de las personas con diversidad funcional visual. Adem1s se ha tomado contacto tanto con FEDME, como con la Federaci3n Andaluc1a de Monta1a a ambas se les ha hecho propuestas pendientes de aprobaci3n para la inclusi3n de personas con diversidad Funcional tanto en carreras por monta1a como en otro tipo de competiciones y propuestas de formaci3n para t3cnicos y clubes interesados en la inclusi3n dentro de las actividades realizadas (Anexos IV, V, VI y VII), para llevar a cabo estas y desarrollar un manual completo de buenas pr1cticas, tomando como base dec1logo simplificado,



se ha pedido formar parte del Comité de Atención a la diversidad Funcional de la FEDME. En el ámbito deportivo se ha solicitado a la autora la colaboración para la elaboración de un protocolo de buenas prácticas para la inclusión dentro de las federaciones unideportivas en Andalucía y un decálogo simplificado que unifique esas prácticas.

Finalmente, partiendo del objetivo general de la investigación planteado, y enlazándolo con los cuatro objetivos específicos, se ha aunado todo lo obtenido para realizar una propuesta de mejora en la organización y desarrollo de las carreras por montaña para fomentar la participación de las personas con diversidad funcional visual.

## **5.2. Conclusiones.**

La diversidad funcional permanente afecta a un tercio de la población presente en España, encontrándose la mayoría de esa población en edad activa (Abellán et al, 2012). Esta situación plantea la necesidad de realizar una inclusión global, que permita que esta población con estas características y capacidades propias aporten y no sean apartados por falta de conocimiento y sensibilización por parte de la sociedad.

Este motivo nos lleva a una de las conclusiones más relevantes del presente estudio: La inclusión de las personas con diversidad funcional en la sociedad es una labor de todos y para todos. En este cometido deben entrar las personas con diversidad funcional como elementos activos que propongan y hagan cambios en su propia realidad diaria y la hagan extensiva a su entorno cercano. Posteriormente, o de forma simultánea, la sociedad debe plantear un proceso continuo de sensibilización y formación de toda la población, cada sector en la medida que sea necesaria.

Durante el desarrollo del trabajo se entrevistó a diferentes colectivos involucrados en las carreras por montaña, más concretamente en aquellas que participan de forma activa las personas con diversidad funcional visual. Las entrevistas fueron un total de 53, de las cuales 23 han sido realizadas a deportistas, 26 a guías y 4 a expertos.

En relación con la igualdad de oportunidades y a las posibilidades de accesibilidad de tipo social y deportiva, la totalidad de los participantes opinan que las medidas que se proponen son escasas y no se ajustan a la realidad y a las necesidades de cada persona, ni siquiera a las de colectivos concretos. Destaca la idea de que la inclusión es posible siempre que exista un apoyo real por parte de las administraciones y las instituciones, responsables de muchos de los aspectos que provocan las limitaciones dentro de acceso a los servicios y actividades deportivos por parte de las personas con diversidad funcional visual.

En general, la respuesta ante la progresiva normalización de la práctica deportiva de las personas con diversidad funcional es un apoyo sin restricciones por parte de los tres colectivos entrevistados, puntualizando la necesidad de adaptaciones y ayudas por parte de las administraciones. Algo que también trasciende a lo largo de todas las entrevistas y en mayor o menor medida es la falta de recursos económicos y las consecuencias que conlleva: anulación de programas de subvenciones y ayudas, reducción de servicios y personal trabajador en los mismos o falta de reposición en el material defectuoso.

Esta falta de apoyo económico hace que los participantes con diversidad funcional visual pongan de manifiesto que las ayudas a nivel deportivo en los colectivos con diversidad funcional van dirigidas al alto rendimiento de corte paralímpico, y que las actividades que salen fuera de este ámbito competitivo están peor que antes, de forma que a las personas que les era difícil incorporarse a la práctica cada vez les cuesta más, por lo que se sienten olvidados y abandonados

por las administraciones públicas e intentan solventar sus problemas de acceso a la práctica a través de movimiento asociativo cercano.

En lo referente a la segregación deportiva a las personas con diversidad funcional visual, se observa el hecho de que se produce en bastantes ocasiones, ya que se les limita el acceso cuando el técnico responsable de alguna instalación o actividad considera de forma unilateral que no pueden incorporarse a la práctica porque los materiales no están adaptados, o por simple desconocimiento de la forma de adaptar esas actividades por parte de los propios técnicos.

Con respecto a la sensibilización y a la promoción de las posibilidades y capacidades de las personas con diversidad funcional, es fundamental que esa sensibilización sea de la sociedad, en general, y de todos los sectores de la población que estén en una posición favorable para poner en valor las capacidades de las personas con diversidad funcional y su contribución a la sociedad y su mejora.

Otro factor clave al que llegamos con todas y cada una de las entrevistas es la necesidad de formación en el mundo del deporte, para que el proceso de inclusión dentro de todo tipo de actividades sea posible. Actualmente, los participantes con diversidad funcional visual se encuentran con un mundo lleno de barreras personales, en el que coordinadores, técnicos y monitores presentan de forma generalizada una falta de formación en las aplicaciones específicas de su disciplina a las posibles diversidades funcionales que se puedan incluir en la práctica. Esta formación y capacitación del personal responsable puede llegar a eliminar esa sensación de marginalidad por parte de los deportistas.

En relación a las instalaciones, la valoración viene dada sobre todo por parte de los participantes en el estudio que presentan diversidad funcional visual, destacando la importancia de la señalización a través de colores, la existencia de letreros con suficiente contraste y tamaño

que faciliten la lectura, la presencia en esos letreros o en soportes de la información en braille, caminos táctiles en el suelo que marquen trayectos libres de obstáculo dentro de gimnasios e instalaciones deportivas de diferente tipo o informaciones en pantallas o similar pasadas a audios. En ocasiones, y tal como se defiende en alguna de las entrevistas, estas adaptaciones no solo son beneficiosas para aquellas personas que presenten diversidad funcional, sino que a otros usuarios de las instalaciones les favorece igualmente.

En cuanto a los voluntarios y personas de apoyo, en todos los aspectos se destaca que su colaboración ayudando de forma altruista a las personas con diversidad funcional visual es clave para el acceso de estas personas a las instalaciones y actividades, y fundamental para la realización de determinadas prácticas deportivas en las que es necesario un guía de apoyo continuo. Hay que destacar en gran medida la labor de los guías específicos de carrera por montaña debido a varios aspectos, como son el conocimiento del guiado en montaña, el apoyo en los momentos de avituallamiento y descanso y la fortaleza física que debe tener el guía para poder realizar la competición junto con el corredor, no en igual condición sino de forma superior para poder guiar e indicar verbalmente durante todo el recorrido de la carrera, siendo especialmente difícil en carreras de ultra trail, en las que el guía debe poder correrla y tener aliento y concentración suficiente para seguir indicando de la mejor manera posible.

Uno de los puntos clave dentro de las carreras por montaña es el momento de las inscripciones a las mismas. En muchos casos para los participantes con diversidad funcional visual son una primera barrera, ya que dependen de otras personas para que realicen la inscripción debido a la falta de accesibilidad de las plataformas, seguido del hecho que en el formulario de inscripción no se distingue ningún tipo de característica de los corredores, ni diversidad funcional que deba ser tomada en cuenta para la carrera ni problemas de salud previos

o recientes que puedan dificultar la práctica. Dada la dureza de alguna de las pruebas, es bastante preocupante la ausencia de ese tipo de información en la inscripción.

Otro problema encontrado en la investigación es el problema de accesibilidad de la información para las personas con diversidad funcional visual. La información digital es accesible siempre que se diseñe y elabore para serlo, y en la mayoría de los casos no es así. Los deportistas con ceguera o baja visión encuentran imágenes sin detallar, documentos que son capturas de pantalla y textos inaccesibles, una información a todas luces incompleta teniendo en cuenta las características del desplazamiento en montaña con la barra direccional. Además, cuando se emplea el formato tradicional y se facilita la información en papel, lo que se proporciona a los corredores son pequeños mapas con poco contraste de color, que a veces es de difícil lectura hasta para aquellos que no presentan ninguna dificultad en la visión.

En relación con la organización de las carreras por montaña y todos sus agentes implicados, se evidencia una satisfacción generalizada ante el trato amable y correcto de organizadores, técnicos de montaña, responsables de protocolo y voluntarios de atención a los deportistas para con los participantes y guías. Este hecho no evita que, de forma crítica, se apunte la falta de sensibilidad en algunos casos por parte de la organización al invitar a los deportistas a no realizar la prueba o seleccionar distancias inferiores a la seleccionada, así como la necesidad de formación por parte de la organización para ajustar y coordinar el diseño, organización y actuación de todos los implicados dentro de la carrera.

Observando las reacciones ante el contenido de la información presentada sobre los recorridos de las carreras por montaña, en su mayoría los participantes indican que la descripción de la prueba es bastante escueta, y habría que ajustar la información dada a las necesidades de información de los deportistas. En otro sentido, los expertos en organización de carreras

puntualizan que la graduación y descripción de estas se hace según la escala de MIDE, escala que probablemente no se ajuste a lo exigido para que las personas con diversidad funcional visual realicen la carrera con total garantía y seguridad bajo las indicaciones del guía.

En relación a las normativas y reglamentos que rigen la organización de las carreras, se extraen como modificaciones fundamentales aquellas en relación con la implantación de nuevas categorías específicas de diversidad funcional, con las nuevas condiciones de uso de material, con las modificaciones en los criterios de graduación de ruta, con el aumento o eliminación de los tiempos de corte con un cálculo más ajustado a la realidad de los deportistas, y con la obligación a las organizaciones a considerar la diversidad funcional como un elemento de enriquecimiento del deporte.

Para concluir, hay que resaltar que el objetivo común destacado por toda la población objeto de estudio sería poder realizar las carreras como otro corredor más, y que fueran tenidos en cuenta con sus diferencias sin mermar el nivel de la competición.

### **5.3. Valoración del trabajo.**

#### **5.3.1. Aportaciones de la investigación.**

La reflexión sobre los resultados obtenidos llevó a realizar diferentes propuestas a la Federación Española de Montaña y Escalada y con la Federación Andaluza de Montaña. Estas propuestas se orientan a la inclusión de personas con diversidad Funcional tanto en carreras por montaña como en otro tipo de competiciones y propuestas de formación para técnicos y clubes interesados en la inclusión dentro de las actividades realizadas. En las siguientes líneas, se presentarán brevemente y se recogen en los anexos del presente trabajo.

La FEDME y la FAM recibieron una propuesta de modificaciones de reglamentos haciendo hincapié en la necesidad de aceptar uso de guías y ayudas. Además de todos aquellos parámetros necesarios para crear un campeonato específico de diferentes tipologías de diversidad funcional. Estas modificaciones se enviaron para que fueran tenidas en cuenta en la aprobación de los reglamentos de 2018.

Desde el área social de la FAM se solicitó asesoramiento para la creación de un programa dirigido a los clubes. A este respecto se creó un programa formativo de guiado básico en formato de taller denominado “Clubes Inclusivos” (anexo VII). Esta propuesta está aprobada pendiente de asignación de presupuesto por parte de la federación y bajo demanda de los clubes.

En el ámbito de la formación no solamente se le ha realizado propuesta a la FAM, sino que a la FEDME se le ha enviado un curso específico de guiado o por montaña para personas con diversidad funcional visual tal y como se recoge en anexo VI.

En la graduación de rutas destinadas a los grupos de senderismo inclusivos realizados por la doctoranda se utiliza una ficha similar a la existente en MIDE. En esta ficha se unifican criterios de valoración de recorridos por medio natural cuyos destinatarios sean personas con diversidad funcional visual (Anexo VIII).

Partiendo de las estructuras organizativas oficiales del deporte dirigido a personas con diversidad funcional visual, se deberán realizar propuestas para la delegación o colaboración en las competiciones dirigidas a este colectivo, dado que legalmente las competencias estarían en mano de la FEDC salvo acuerdo expreso. Una vez este acuerdo sea efectivo, se deberán establecer comités de trabajo o comisiones dentro de la Federación Española de Montaña, dirigidos a desarrollar el entramado competitivo para personas con diversidad funcional visual

dentro de las carreras por montaña, y de forma análoga en otras disciplinas deportivas, teniendo como referente la escalada, que ya ha dado un paso a nivel nacional con la creación del campeonato nacional de paraescalada.

En el ámbito federativo, y para dar solución a las diferentes barreras expuestas por los corredores, guías y expertos deberían llevarse a cabo varias acciones: una modificación y ampliación del reglamento existente de las carreras por montaña, añadiendo aquellas características inherentes a la práctica realizada por las personas con diversidad funcional visual como pueden ser el uso de la barra direccional como material de equipo indispensable para la progresión en media y alta montaña, así como la inclusión de la categoría de diversidad funcional visual en las diferentes competiciones establecidas a lo largo del año; la permisividad ante el material auxiliar de apoyo como son los bastones usados por los deportistas con diversidad funcional visual, prohibidos en carreras por montaña; admitir que durante las tomas en los avituallamientos se proporcione ayuda a un corredor con diversidad funcional visual, dada la imposibilidad al acceso de estos corredores a las mesas sin alguna indicación o acercamiento por parte de guías o voluntarios; establecimiento de una graduación y detallado de ruta acorde con los establecidos en una evaluación exhaustiva por parte de un experto; y, por último, la puntualización de establecer unos tiempos de corte ajustados a la velocidad de avance máxima con la barra direccional.

A nivel formativo y divulgativo en las federaciones, habría que establecer dentro de la formación de técnicos, árbitros y organizadores un programa de formación mínimo en materia de diversidad funcional, adaptado de forma específica a la especialidad deportiva de carreras por montaña, además de a otras disciplinas deportivas que se considere necesario; además, sería adecuado incluir la diversidad funcional como un elemento diferenciador de valor de la



federación para su proyección futura.

Dentro de las entidades que organizan carreras por montaña, ya sean ayuntamientos, clubes o empresas privadas, para ajustarse a las necesidades y solventar las barreras propuestas por los participantes se tendrán en cuenta el diseño ajustado de las pruebas, el periodo de inscripción, la incorporación a la prueba y las necesidades durante y después de la misma. En primer lugar, en el diseño de la prueba (y teniendo en cuenta la posible incorporación de personas con diversidad funcional visual), se antoja necesario pedir asesoramiento técnico para la valoración del recorrido, o que dicha evaluación técnica la realice un miembro del comité de árbitros de la federación de montaña. Esta evaluación se ajustará a los parámetros establecidos bajo acuerdo con las propias personas con diversidad funcional visual. La siguiente proposición para las organizaciones sería facilitar la inscripción on-line de forma accesible, asegurándose que todos los parámetros de acceso digital están garantizados según la normativa existente. Este proceso de inscripción deberá permitir la identificación de las personas con diversidad funcional y que indiquen sus necesidades concretas, para poder tenerlas en cuenta con antelación a la celebración de la carrera. Siempre que sea posible por cuestiones de limitación presupuestaria, se debería permitir la inscripción gratuita o bonificada al guía o guías solicitados por la persona, o bien facilitarlos desde la propia organización.

El aspecto de la información, al igual que la inscripción, debe ser accesible y adaptado a todos los participantes. Para ello, se propone en primer lugar la creación de una escala de valoración específica para personas con diversidad funcional, y concretar qué barreras serían relevantes para cada una de las situaciones de diversidad funcional posibles. Ésta podría llamarse método de información del excursionista con diversidad funcional (MIDEDIF), y al igual que el MIDE, se podrían aplicar las concretas a la diversidad funcional visual a las carreras por montaña y otras

disciplinas competitivas que lo requieran, como pueden ser las travesías de resistencia o las carreras por nieve, entre otras.

Por último, y al igual que en otros sectores deportivos, sería fundamental realizar jornadas de sensibilización y formación entre los clubes y voluntarios participantes en actividades deportivas en las que compiten personas con diversidad funcional. Estas jornadas ponen en valor la participación de todo tipo de deportistas como un elemento de enriquecimiento de la competición, y no como un obstáculo a salvar que dificulta la organización.

Con el objetivo de atender a todos los aspectos señalados anteriormente, se encuentra en vías de creación el comité de montañismo inclusivo dentro de la FEDME, aunando en este comité todas las acciones dirigidas a la inclusión de las personas con algún tipo de diversidad funcional en las actividades deportivas, competitivas y formativas desarrolladas al amparo de esta federación.

### **5.3.2. Limitaciones de la investigación.**

En todo proceso de investigación y aprendizaje, siendo autocríticos con lo realizado, surgen limitaciones en la realización de la tesis que nos gustaría poner de relevancia.

Las investigaciones relacionadas con el tema no tienen una relación directa con el planteamiento del proyecto, por lo que la bibliografía utilizada es en gran medida documentación asociada con inclusión y medidas de accesibilidad, inclusión en la práctica deportiva, análisis de casos de inclusión en actividades de montaña y organización de eventos inclusivos.

La investigación como todo planteamiento cualitativo tiene como limitación la dependencia de la respuesta e implicación en la temática por parte de los entrevistados, produciéndose una merma en la cantidad de información obtenida en algunos casos. Esta limitación se podría

solventar ampliando los instrumentos de intervención e incluyendo grupos de discusión especializados y una codificación diferente en los siguientes estudios.

### **5.3.3. Perspectivas futuras de investigación.**

Se detallan a continuación posibles líneas de trabajo e investigaciones futuras:

- *Realizar el análisis pertinente de aquellos factores determinantes de la organización de una carrera*, con todos aquellos organizadores posibles, que permitan tener los datos suficientes para poder llevar a cabo la creación de la guía o instrumento de trabajo para las diferentes entidades.

En el estudio se han detectado diferentes barreras en la organización de las carreras por montaña, por lo que profundizar en todos aquellos detalles organizativos para hacer un informe detallado sobre los factores determinantes en la organización y la posible creación de una guía para la planificación y diseño de futuros eventos.

- *Estudio de necesidades a nivel nacional de inclusión en montaña*, para detectar las diferentes necesidades de las personas con diversidad Funcional para su incorporación a las actividades realizadas en el medio natural.

El presente proyecto se centra en la diversidad funcional visual, a lo largo del proceso se ha detectado que la incorporación de otras diversidades funcionales como la física o la intelectual tampoco tienen cabida en la mayoría de las actividades organizadas tanto por organizaciones privadas como públicas. Esto lleva a plantear un análisis real de la inclusión de otros tipos de personas con diversidad funcional a las actividades físicas en medio natural.

- *Estudio pormenorizado de los elementos determinantes en la información y detalle de rutas y entornos en función de las diferentes diversidades funcionales posibles.*

Aunque encontramos algunas guías para la adaptación de recorridos y elección de los mismos para su aplicación escolar, detectamos la necesidad de realizar un estudio para poder graduar rutas para la población en general que quiera realizar actividad en medio natural independientemente sí presenta algún tipo de diversidad funcional o no.



# REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS



Jornada de ascensión Veleta y Mulhacén junio 2017 (Granada) José Antonio, Miguel Ángel y Néstor).

|

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abascal, J., Arrue, M., Garay, N., López, J. M. y Vigo, M. (2005). Ingeniería de la accesibilidad a la web. En Díaz, P.; Montero, S.; Aedo, I. (eds.), *Ingeniería de la web y patrones de diseño* (pp. 267-306). Madrid, España: Pearson.
- Abellán, A., Pérez, J., Esparza, C., Castejón, P. y Ahmed-Mohamed, K. (2012). *Discapacidad y dependencia en Andalucía con base en la encuesta sobre discapacidad, autonomía personal y situaciones de Dependencia (EDAD)*. Sevilla, España: Instituto de Estadística y Cartografía de Andalucía.
- Águila, C. (2007). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: ¿un fenómeno moderno o posmoderno? *Apunts*, 89, 81-87.
- Aguirre, P; Gil, J.M., González, J.L., Osuna, V., Polo, C.D., Angulo, M.C. y Prieto, I. *Discapacidad Visual. En Junta de Andalucía (2010) Manual del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de discapacidad visual y sordoceguera*. Sevilla: Consejería de Educación, Junta de Andalucía.
- Ainscow, M. (2003). Desarrollo de Sistemas Educativos Inclusivos. En *Actas del Congreso La respuesta a las necesidades educativas especiales en una escuela vasca inclusiva*. Octubre 2003 San Sebastián.
- Andréu, J. (2002). *Las técnicas de Análisis de Contenido: Una revisión actualizada*. Sevilla, España: Fundación Centro de Estudios Andaluces.
- Anguera, M.T. (1995). Metodología cualitativa. En Anguera, M. T., Arnau, J., Ato, M., Martínez, R., Pascual, J. y Vallejo, G. (eds.), *Métodos de investigación en psicología* (pp. 513-522). Madrid, España: Síntesis.



- Ardito, M. y Roberts, J. J. (2007). *A Catalog of Physical Activities for Visually Impaired Youth* (Tesis doctoral). Worcester, Inglaterra: Worcester Polytechnic Institute.
- Arnáiz, P. y De Haro, R. (1997). *10 años de integración en España: Análisis de la realidad y perspectivas de futura*. Murcia, España: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Arribas, H. F. (2012). El montañismo como práctica de ocio inclusivo. *Revista Pedagógica ADAL*, 15(25), 27-32.
- Arribas, H. F. (2015). Senderos Escolares inclusivos. En Arribas, H. y Fernández, D. (eds.), *Deporte Adaptado y Escuela Inclusiva* (pp. 93-108). Barcelona, España: Editorial Grao.
- Arribas, H. F., Fernández, D. y Vinagrero, J. A. (2008). Caminar por la naturaleza: un planteamiento de ocio e inclusión. *Tándem Didáctica de la Educación Física*, 27, pp. 17-20.
- Arribas, H.F., Blas, D., Cabanas, V., De las Heras, A., Flórez, A. y Talegón, J. (2008). Una puerta (entre) abierta: oportunidades educativas en el medio natural. *Ágora para la EF y el Deporte*, 7 (8), 7-34.
- Avramidis, E. y Norwich, B. (2002). Teachers' attitudes towards integration/inclusion – A review of the literature. *European Journal of Special Needs Education*, 17(2), 129-147.
- Báez, J. (2014). *El método cualitativo de investigación desde la perspectiva de marketing: el caso de las universidades públicas de Madrid*. (Tesis doctoral, Universidad de Madrid).
- Ballester, L. (2001). *Bases Metodológicas de la investigación Educativa*. Palma de Mallorca, España: Universidad Islas Baleares.
- Bardin, L. (1996). *Análisis de contenido*. Madrid: Akal Ediciones.
- Barraga, N. C. & Morris, J. E. (1980). *Program to develop efficiency in visual functioning*. Louisville (Kentucky): American Printing House for the Blind.
- Bartón, L. (2009). Estudios sobre discapacidad y la búsqueda de la inclusividad. Observaciones.

*Revista de Educación*, 349, 137-152.

Blanco A. y Huguet D. (2013). Actividad de goalball. Recurso para la inclusión de alumnos con discapacidad visual en el área de educación física a través del deporte. *Integración. Revista sobre discapacidad visual*, 62, 1-15.

Blumer, H. (1969). *Symbolic interactionism*. Englewood Cliffs, EE.UU: Prentice Hall.

Booth, T y Ainscow, M. (2001). *Guía para la evaluación y mejora de la educación inclusiva*. Madrid, España: Consorcio Universitario para la Educación Inclusiva, Universidad Autónoma de Madrid.

Bueno, F.J. (2012). *Manual de Guiado de Ciegos en Montaña*. Madrid, España: Editorial IBERSAF.

Bueno, M.; Espejo, B., y Toro, S (1995). Discapacidades visuales. En Bases para la intervención psicopedagógica en trastornos del desarrollo. Málaga: Universidad de Málaga.

Caballero-Blanco, P. (2015). El desarrollo positivo en los programas de actividad física y el deporte. *EmasF. Revista Digital de Educación Física*, 32, 82-96.

Calik, A. K. (2012). The effect of gender and level of vision on the physical activity level of children and adolescents with visual impairment. *Research in Developmental Disabilities*, 33, 1799–1804

Cansino, J.A. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. Deporte Inclusivo, Actividad Física Inclusiva y Educación Física Inclusiva. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*, 9, 69-86.

Carrascosa, J.A. (2013). *Bien de Altura*. Madrid, España: FEMAD.

Castillo, T. (2007). *Déjame intentarlo. La discapacidad hacia una visión creativa de las limitaciones humanas*. Barcelona, España: CEAC.

- Castrillón, E. (2002). *Deportes para personas ciegas y deficientes visuales*. Madrid, España: Federación Española de deportes para Ciegos.
- Comisión Europea (2004). *Joint report on social inclusion*. Bruselas, Bélgica: Comisión Europea.
- Consejo Superior de Deportes (2007). *Carta Verde del Deporte Español*. Madrid, España: Consejo Superior de deportes.
- Consejo Superior de Deportes (2010). *Guía para la práctica deportiva. Deporte para un mundo mejor*. Madrid, España: CSD y UNICEF.
- Cook, T.D. y Reichart, C.S. (2005). *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa* (5ª Ed.). Madrid, España: Morata.
- Costa, E., Duarte, J., Pinto, J.F. y Raposo, T. (2004). *Outdoor pursuits as a way of developing skills in the disabled population*. Coimbra, Portugal: Gráfica de Coimbra.
- Creswell, J. W. (2003). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (2ª ed.). Thousand Oaks, CA, Estados Unidos: SAGE.
- Cuenca, M y Madariaga, A. (2000). Práctica deportiva Escolar con niños ciegos y de baja visión. *Serie Documentos de Estudios de Ocio*, 8. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Cumellas, M. y Estrany, C. (2006). *Discapacidades Motoras y Sensoriales en Primaria. La inclusión del Alumnado en Educación Física*. Barcelona, España: Editorial Inde.
- De Pauw. K. P. y Doll-Tepper. G. (2000). Toward Progressive Inclusion and Acceptance: Myth or Reality? The inclusion Debate and Bandwagon Discourse. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17, 135-143.
- De Potter J. C. (2006). The contribution of sport and physical activity to the well-being of visually impaired people. *Science & Sport*, 21, 249-250.

- Delgado, M. E., Vargas, I y Vázquez, M. L. (2006). El Rigor de la Investigación Cualitativa. En Vázquez, M. L. (Ed.) *Introducción a las técnicas cualitativas de investigación aplicadas en salud* (pp. 83-96). Barcelona, España: Servicio de Publicaciones Universidad Autónoma de Barcelona.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (2005). *Handbook of Qualitative Research*. Third Edition. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2011). Introduction: The Discipline and Practice of Qualitative Research. En N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The Sage handbook of qualitative research* (4ª ed., pp. 1-20). Thousand Oaks, CA, Estados Unidos: SAGE.
- Domínguez, G., Caballero, P., Pérez. R. y Parra M. (2009). Orientación para ciegos: una experiencia para la sensibilización hacia las personas con diversidad funcional visual. En *Actas VII Congreso Internacional Sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar*. VII Congreso Internacional Sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar, Ceuta, España.
- Dorado, A. y Gallardo, L. (2004). La satisfacción del consumidor deportivo en los servicios públicos. *Investigación y Marketing*, 83, 26.
- FEDC. (2015). *Normativa y reglamento del circuito nacional carreras por montaña para personas con discapacidad visual*. Madrid, España: Federación Española de Deportes para Ciegos.
- FEDME. (2015). *Reglamento de competiciones de carreras por montaña FEDME*. Madrid, España: FEDME.
- Fernández-Gavira, J. (2011). El deporte como vehículo para la integración de las personas con discapacidad visual. En *II Conferencia Nacional de Deporte Adaptado*. Actas II Conferencia

- Nacional de Deporte Adaptado, Valencia, España.
- Flick, U. (2007). *Designing qualitative research*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Flujas, M.J. (2006). *Protocolo accesible para personas con discapacidad*. Madrid, España: Fundación ONCE.
- Glaser, B. (1978). *Theoretical sensitivity*. Mill Valley, EE.UU: Sociology Press.
- González, F. L. (2007). *Investigación cualitativa y subjetividad: los procesos de construcción de la información*. México: McGraw-Hill.
- González, M. (2004). Montañismo y cambio social. Elementos para un programa de investigación en sociología del deporte. *Apunts*, 77, 12-17.
- Gozzelino, B. (2009). *History of Mountain Running. Sumary Mountain Running Seminar*. Sapareva Banya, Bulgaria: WMRA.
- Guba, E. y Lincoln, Y. (2002) Paradigmas en Competencias de la investigación cualitativa. En Denman, C. y Haro, J.A. (Coord). (2002). *Por los Rincones. Antología de Métodos Cualitativos en la Investigación Social*. Hermosillo: El colegio Sonora.
- Guenaga, M.L, Barbier, A. y Eguíluz, A. (2007). La accesibilidad y las tecnologías en la información y la comunicación. *Revista De Traductología*, 11, 155-169.
- Ibáñez, P. (2002). *Las Discapacidades. Orientación e Intervención Educativa*. Madrid, España: Ed. Dykinson.
- Jaarsma, E., Dekker, R., Koopmans, S., Dijkstra P., y Geertzen, J. (2014). Barriers to and facilitators of sports participation in people with visual impairments. *Adapt Phys Activ Q.* 31(3), 240-64
- Jiménez, E. (Mayo de 2009). Agentes y factores clave en la práctica del deporte adaptado en España. En *Avanzando juntos hacia la integración*. Actas 1ª Conferencia Nacional de Deporte

Adaptado, Toledo, España.

Jofre, A. (2009). El reto de la integración del deporte adaptado español en el deporte convencional. En *Actas 1ª Conferencia Nacional de Deporte Adaptado Avanzando juntos hacia la integración*, 19 y 20 de Mayo 2009, Toledo, España.

Junta de Andalucía (Ed.). (2010) *Manual de Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo derivadas de discapacidad visual y sordo-ceguera*. Sevilla, España: Consejería de Educación.

Kasser, S. L., y Lytle, R. K. (2005). *Inclusive physical activity. A lifetime of opportunities*. Champaign, EE.UU: Human Kinetics.

Kozub, F.M. (2006). Motivation and physical activity in adolescents with visual impairments. *RE: view*, 37 (4), 149-159.

Krippendorff, K. (1990). *Metodología de análisis de contenido. Teoría y Práctica*. Barcelona: Paidós Comunicación.

Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: an introduction to its methodology* (2.<sup>a</sup> ed.). Thousand Oaks, CA, Estados Unidos: SAGE.

Labrada, E. (2013). Apropriación de Las Tecnologías E Inclusión Social De Las Personas Con Discapacidad Visual. *Revista Digital Universitaria UNAM*, 14(12), 2-14.

Lieberman, L. J. y Houston-Wilson, C. (1999). Overcoming the barriers to including students with visual impairments and deaf-blindness in physical education. *RE: view* 31(3), 129-138.

Lieberman, L.J. (2002). Fitness for individuals who are visually impaired or deaf blind. *RE: vie*, 34 (1), 13-23.

Mank, D. (2000). Inclusión, cambio organizacional, planificación centrada en la persona y apoyos naturales. *Integra*, 3 (8), 1-4.

- Martín, P. y Luengo, S. (2003). *Accesibilidad en el medio físico para personas con ceguera o deficiencia visual*. Madrid, España: ONCE.
- Martínez, C. (2004). *Técnicas e instrumentos de recogida y análisis de datos*. Madrid, España: UNED.
- Maykut, P. y Morehouse, R. (2004). *Investigación cualitativa. Una guía práctica y filosófica*. Barcelona: Hurtado.
- Mayring, P. (2000). Qualitative Content Analysis. *FQS, Forum Qualitative Social Research Sozialforschung*, (1) 2, 1-10.
- Mella, S., Díaz, N., Muñoz, S., Orrego, M. y Rivera, C. (2014). Percepción de facilitadores, barreras y necesidades de apoyo de estudiantes con discapacidad en la Universidad de Chile. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 8 (1), 63 – 80.
- Morgado, F.F., Campana, A.N., Morgado, J.J., Fortes, L. y Tavares, M.C. (2013). Facilitadores e Barreiras Percebidos por Pessoas com Cegueira Congênita para a Prática de Atividade Física. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 19(3), 379-394.
- Moscoso, D.J. y Muñoz, V. (2012). Deporte, inclusión y diversidad social, antecedentes. *Revista Andaluza de Ciencias Sociales*, 11, 13-19.
- Moya, A.; Martínez-Ferrer, J.; Ruiz- Salguero, J.M. (2004). *El profesor de apoyo a la integración: una diversidad de modelos y ámbitos de actuación*. Huelva: Universidad de Huelva.
- Navarrete, J. (2009). Adaptación de senderos para personas con discapacidad: el derecho a la experiencia. *Boletín de Interpretación* 21, 20-23.
- OMS (2011). *Informe mundial sobre la discapacidad*. Ginebra, Suiza: Organización mundial de la salud.

- ONU (2006). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. New York, EE.UU: Asamblea General de las Naciones Unidas.
- Palau. J. y García Alfaro. M. A. (2011). Historia del deporte adaptado a las personas con discapacidad física. En M. Ríos (Ed.), *Deportistas sin adjetivos* (pp. 73-98). Madrid, España: CSD.
- Pardo M.E. (2003). Investigación Cualitativa y Poder. *Cuadernos de Antropología. Revista del Laboratorio de Etnología*, 14.
- Pérez Tejero, J. (2009). Acciones clave en la promoción del deporte adaptado en España: situación actual y futuro. En *Avanzando juntos hacia la integración*. Actas 1ª Conferencia Nacional de Deporte Adaptado, Toledo, España.
- Pérez, D., López, V.M. e Iglesias, P. (2004). *La atención a la diversidad en educación física*. Sevilla, España: Wanceulen.
- Pérez, G. (1990). *La investigación-acción. Aplicaciones al campo social y educativo*. Madrid: Dykinson.
- Pérez, J., Alonso, J., García, J.J. y Coterón, J. (2011). Encuesta sobre hábitos deportivos de personas con discapacidad. En *II Conferencia Nacional de Deporte Adaptado*. Actas II Conferencia Nacional de Deporte Adaptado, Valencia, España.
- Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, texto refundido de la Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad y de su Inclusión Social. *Boletín Oficial del Estado* 289, 95635 a 95673. Madrid a 3 de diciembre de 2013.
- Redondo, O. (2014). La accesibilidad universal en las instalaciones deportivas de la Comunidad de Madrid. En Pérez, J. (Ed.), *I Semana del Deporte Inclusivo: jornadas científicas sobre actividad física y deporte inclusivo, Serie Cuadernos del CEDI – 3*. Madrid, España:



Universidad Politécnica de Madrid

Reina, R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society, & Education*, 6 (1) 55-67.

Ríos, M. (2003). *Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad*. Barcelona: Paidotribo

Ríos, M. (2003). *Manual de Educación Física Adaptada al Alumnado con discapacidad*. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

Roca Balash, J. (1994). Deporte adaptado. Una perspectiva psicológica. *Apunts*, 38 (4), 17-20.

Rodríguez, D. y Valdeoriola, J. (2009). *Metodología de la investigación*. Barcelona: Universitat Oberta de Catalunya.

Rodríguez, G., Gil, J., García, E. y Etxeberría, J. (1995). *Análisis de datos cualitativos asistido por ordenador: AQUAD v NUDIST*. Barcelona, España: PPU.

Rodríguez, M. E. (2005). *Familias interculturales. La construcción de la interculturalidad de lo micro social a lo macro social*. Salamanca: Bibliotheca Salmanticensis.

Rodríguez, A.R. (2015). *La herencia del pequeño dragón: análisis de las contribuciones realizadas por Bruce Lee al fenómeno del combate*. (Tesis doctoral. Universidad de Sevilla).

Rovira-Beleta, E. (2010). Accesibilidad en las Instalaciones Deportivas: “Deporte para Todos”. En *Congreso El Deporte y la Actividad Física Deportiva como herramienta de Inclusión social*. Congreso El Deporte y la Actividad Física Deportiva como herramienta de Inclusión social, Cartajena de Indias, Colombia.

Rovira-Beleta, E. (2014). La accesibilidad en los grandes eventos deportivos. En Pérez, J. (Ed.), *I Semana del Deporte Inclusivo: jornadas científicas sobre actividad física y deporte inclusivo*, Serie Cuadernos del CEDI – 3. Madrid, España: Universidad.

Rubio, A.; Ruiz, M. y Martínez, A.R. (2015). *Accesibilidad en la Organización de eventos*.

Logroño: Ayuntamiento de Logroño.

Ruiz Olabuénaga, J.I. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao: Deusto.

Sánchez, J. (2013). Paradigmas de investigación educativo: de las leyes subyacentes a la modernidad reflexiva. *Entelequia, revista interdisciplinar*, 16, 91-102.

Sánchez-Gómez, M.C., Martín-Cilleros, M.V., García, F.J., Muñoz, J.L., Pinto, A., Parra, E. Y Franco, M. (2017). Análisis de contenido cualitativo: estudio de la satisfacción de los usuarios sobre la presencia de un nuevo medicamento en la salud pública. En A. Pedro, M.C. Sánchez-Gómez y M.V. Martín (coord.) *La práctica de la investigación cualitativa: ejemplificación de estudios*. Sao Roque, Portugal: Ludomedia.

Sandín, M.P. (2003). *Investigación cualitativa en educación. Fundamentos y tradiciones*. Madrid, España: McGraw- Hill.

Santana, A., Guillén, F. y Márquez, R. (2009). Bienestar psicológico y actividad física en poblaciones ciegas y con deficiencias visuales. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 2 (1), 14-22.

Santana, P. y Garoz, I. (2013). Actitudes hacia la discapacidad e intervención docente desde el deporte adaptado. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13 (49), 1-17.

Segura, J., Martínez- Ferrer, J.O., Guerra, M. y Barnet, S. (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*, 8 (1), 127-152.

Shields, N. y Synnot, A. (2014). Perceived barriers and facilitators to participation in physical

- activity for children with disability: a qualitative study. *BMC Pediatrics*, 16/9, 2-10.
- Taylor, S.J. y Bogdan, R. (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires. Paidós.
- Toro, S y Zarco, J. (1998) *Educación Física para niños niñas con necesidades especiales*. Málaga, España: Aljibe
- Torralba, M.A. (2004). *Atletismo adaptado para personas ciegas y deficientes visuales*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Torrebadella, X. (2013). Hacia un modelo de actividades físico deportivas inclusivas en el medio natural. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 4 (23), 25-39.
- Valles, M.S. (2014). Entrevistas cualitativas. *Cuadernos Metodológico n° 32*. Madrid, España: CSI.
- Vázquez, J.C. (2014). *¡Estamos en la Cumbre! Discapacitados en la Cumbre*. Barcelona, España: Editorial UOC.
- Villagrà, S.L., Santos, R., Arribas H. F., Ortega, H. y Fernández, D. (2007). Ocio y Actividad Física en el Medio natural ¿La pieza clave de la inclusión?: Un proceso de Investigación–Acción Participativa. En *IV Congreso Internacional Sobre la Investigación-acción*. Actas IV Congreso Internacional Sobre la Investigación-acción, Valladolid, España.
- Wengraf, T. (2012). *Qualitative Research Interviewing*. London: SAGE
- Wilhite, B., Martin, D. y Shank, J. (2016). Facilitating Physical Activity among Adults with Disabilities. *Therapeutic Recreation Journal*, 50 (1), 33–54.





## ANEXOS



Travesía de resistencia Sierra de Aracena 2016 (de izquierda a derecha Juan, Alberto y Paco).



## ANEXOS

En este apartado se recopilan documentos que han sido elaborados para el desarrollo del proyecto de investigación de tesis o a partir del trabajo realizados. Estos documentos complementan todas las aportaciones realizadas a lo largo del presente proyecto.

Anexo I. Tabla de Códigos de identificación de entrevistados

Anexo II. Guiones de entrevistas: Corredores, Guías y Expertos

Anexo III. Transcripción de entrevistas

Anexo IV. Medidas para la inclusión en carreras por montaña FEDME

Anexo V. Medidas de inclusión en carreras por montaña y travesías de resistencia en montaña para la Federación Andaluza de Montaña

Anexo VI. Propuesta de curso de formación guías en montaña para diversidad funcional visual FEDME

Anexo VII. Propuesta de talleres programa “Clubes Inclusivos” realizado a la Federación Andaluza de Montaña

Anexo VIII. Ficha valoración de recorridos para diversidad funcional visual

Anexo IX. Guía básica guiado en montaña para diversidad funcional visual. Material curso guía 2016-2017.



|

## Anexo I. Tabla de Códigos de identificación de entrevistados

<b>Código</b>	<b>Género</b>	<b>Edad</b>	<b>Deportista /Guía/Experto</b>	<b>Provincia de Origen</b>
<b>M1-B1-CA</b>	Mujer	37	Deportista	Cádiz
<b>M2-G-Z</b>	Mujer	47	Guía	Zaragoza
<b>M3-G-M</b>	Mujer	38	Guía	Madrid
<b>M4-G-SE</b>	Mujer	42	Guía	Sevilla
<b>M5-B1-LC</b>	Mujer	47	Deportista	La Coruña
<b>M6-B1-LR</b>	Mujer	53	Deportista	La Rioja
<b>M7-G-V</b>	Mujer	38	Guía	Valencia
<b>M8-B1-M</b>	Mujer	56	Deportista	Madrid
<b>M9-B1-N</b>	Mujer	29	Deportista	Navarra
<b>M10-B2-Z</b>	Mujer	43	Deportista	Zaragoza
<b>M11-B2-V</b>	Mujer	48	Deportista	Valencia
<b>M12-G-M</b>	Mujer	56	Guía	Madrid
<b>H1-G-N</b>	Hombre	54	Guía	Navarra
<b>H2-B1-M</b>	Hombre	47	Deportista	Madrid
<b>H3-B2-LC</b>	Hombre	45	Deportista	La Coruña
<b>H4-B2-LP</b>	Hombre	45	Deportista	Las Palmas
<b>H5-G-LP</b>	Hombre	34	Guía	Las Palmas
<b>H6-G-M</b>	Hombre	56	Guía	Madrid
<b>H7-B2-MU</b>	Hombre	51	Deportista	Murcia
<b>H8-G-MU</b>	Hombre	51	Guía	Murcia
<b>H9-B1-T</b>	Hombre	45	Deportista	Tenerife
<b>H10-G-T</b>	Hombre	42	Guía	Tenerife
<b>H11-G-SE</b>	Hombre	37	Guía	Sevilla
<b>H12-G-M</b>	Hombre	66	Guía	Madrid
<b>H13-B2-CO</b>	Hombre	42	Deportista	Córdoba
<b>H14-B1-CA</b>	Hombre	39	Deportista	Cádiz
<b>H15-B1-LP</b>	Hombre	40	Deportista	Las Palmas
<b>H16-G-CA</b>	Hombre	29	Guía	Cádiz
<b>H17-B1-M</b>	Hombre	47	Deportista	Madrid

<b>H18-B1-SE</b>	Hombre	33	Deportista	Sevilla
<b>H19-B2-CC</b>	Hombre	55	Deportista	Cáceres
<b>H20-G-LR</b>	Hombre	64	Guía	La Rioja
<b>H21-G-M</b>	Hombre	64	Guía	Madrid
<b>H22-G-M</b>	Hombre	50	Guía	Madrid
<b>H23-B1-SE</b>	Hombre	51	Deportista	Sevilla
<b>H24-G-M</b>	Hombre	39	Guía	Madrid
<b>H25-B2-M</b>	Hombre	37	Deportista	Madrid
<b>H26-G-SE</b>	Hombre	56	Guía	Sevilla
<b>H27-G-SE</b>	Hombre	50	Guía	Sevilla
<b>H28-B1-MU</b>	Hombre	42	Deportista	Murcia
<b>H29-B1-SE</b>	Hombre	50	Deportista	Sevilla
<b>H30-B2-A</b>	Hombre	56	Deportista	Aragón
<b>H31-B2-V</b>	Hombre	42	Deportista	Valencia
<b>H32-G-LR</b>	Hombre	33	Guía	La Rioja
<b>H33-G-V</b>	Hombre	44	Guía	Valencia
<b>H34-G-CA</b>	Hombre	24	Guía	Cádiz
<b>H35-B2-M</b>	Hombre	34	Deportista	Madrid
<b>H36-G-CO</b>	Hombre	38	Guía	Córdoba
<b>H37-B2-LR</b>	Hombre	58	Deportista	La Rioja
<b>M13-E-SE</b>	Mujer	39	Experto	Sevilla
<b>H38-E-CL</b>	Hombre	44	Experto	Castilla y León
<b>H39-E-CL</b>	Hombre	46	Experto	Castilla y León
<b>H40-E-E</b>	Hombre	51	Experto	Extremadura

## **Anexo II. Guiones de entrevistas: corredores, guías y expertos.**

### **GUIÓN ENTREVISTA CORREDORES CARRERAS POR MONTAÑA CON DIVERSIDAD FUNCIONAL VISUAL**

Cordialmente le pedimos su colaboración contestando a la siguiente entrevista como parte del proceso de investigación para el desarrollo de un estudio sobre **accesibilidad a las carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual** realizado por la investigadora Virginia Alcaraz Rodríguez de la Universidad de Sevilla.

El objetivo principal del estudio es la incorporación de la gestión de la diversidad y la integración de las personas con diversidad funcional visual entes de manera transversal en las políticas y estrategias deportivas que se desarrollan en las carreras por montaña en España.

Por este motivo, y debido a la importancia que consideramos tiene conocer esta realidad, le agradeceríamos su participación en este estudio, pues sin ella dicho trabajo no podría realizarse. Del mismo modo, nos gustaría pedirle que contestara las preguntas con la máxima **sinceridad** posible, ya que las cuestiones serán tratadas de manera confidencial.

**Muchas gracias por su colaboración**

#### **DATOS PERSONALES**

- Sexo
- Edad

#### **PRÁCTICA DEPORTIVA**

- ¿Realizas habitualmente actividad física y/o deportiva?, si has respondido afirmativamente indique cuál
- ¿Pertenece a algún club o asociación deportiva y/o cultural?
- ¿Desarrolla su actividad deportiva en esta entidad?
- ¿Cuáles son las actividades físicas ofertadas por su club- asociación? ¿y cuáles realizas?
- ¿Cuántos años llevas compitiendo en carreras por montaña?

#### **NECESIDADES Y ACCESIBILIDAD EN EL DEPORTE**

- ¿Qué es para usted inclusión? ¿Y la accesibilidad?

● ¿Consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las Administraciones Públicas ofrecen a los deportistas con diversidad funcional visual?

● ¿Es real la inclusión y la accesibilidad de las personas con algún tipo de diversidad funcional visual en el deporte?

● Indique cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de realizar su práctica deportiva habitual

● Elementos que echa en falta en el desarrollo en las instalaciones y el material disponible en su práctica deportiva habitual

### **ORGANIZACIÓN DE LAS CARRERAS POR MONTAÑA**

● La inscripción e incorporación de los deportistas con diversidad funcional visual a la prueba fue adecuada.

● La atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada.

● La información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a sus necesidades deportivas

● ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?

● Indique cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña

● ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de carreras por montaña en los equipamientos disponibles?

### **BARRERAS EN LA PARTICIPACIÓN**

● ¿Qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con diversidad funcional visual?

● ¿Es la información presentada a los corredores suficiente y adecuada para el desarrollo óptimo de la prueba?

● ¿Alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que si, ¿se ajusta este a sus necesidades de accesibilidad...?

- ¿Qué mejorarías en la difusión e información de las carreras de montaña para las personas con diversidad visual?
- ¿La información es suficiente y está ajustada al terreno y a las necesidades tanto para deportistas como para los guías?
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de una carrera a nivel de información?
- ¿Sería necesario adaptar los trazados de las carreras para promover la participación de las personas con diversidad funcional visual?

## GUIÓN ENTREVISTA GUÍAS DE CORREDORES CARRERAS POR MONTAÑA CON DIVERSIDAD FUNCIONAL VISUAL

Cordialmente le pedimos su colaboración contestando a la siguiente entrevista como parte del proceso de investigación para el desarrollo de un estudio sobre accesibilidad a las carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual realizado por la investigadora Virginia Alcaraz Rodríguez de la Universidad de Sevilla.

El objetivo principal del estudio es la incorporación de la gestión de la diversidad y la integración de las personas con diversidad funcional visual de manera transversal en las políticas y estrategias deportivas que se desarrollan en las carreras de montaña en España.

Por este motivo, y debido a la importancia que consideramos tiene conocer esta realidad, le agradeceríamos su participación en este estudio, pues sin ella dicho trabajo no podría realizarse. Del mismo modo, nos gustaría pedirle que contestara las preguntas con la máxima sinceridad posible, ya que las cuestiones serán tratadas de manera confidencial.

**Muchas gracias por su colaboración**

### **DATOS PERSONALES**

- Sexo
- Edad

### **PRÁCTICA DEPORTIVA**

- Realizas habitualmente actividad física y/o deportiva, si es que sí, ¿cuál?
- ¿Pertenece a algún club o asociación deportiva y/o cultural? si es que sí, responda a las siguientes preguntas:
  - a. ¿Desarrolla su actividad deportiva en esta entidad?
  - b. ¿Cuáles son las actividades físicas ofertadas por su club- asociación? ¿Y cuáles realizas?
- ¿Cuántos años llevas compitiendo en carreras por montaña?
- ¿Compites además de forma independiente sin realizar la función de guía?

### **NECESIDADES Y ACCESIBILIDAD EN EL DEPORTE**

- ¿Qué es para usted inclusión? ¿Y la accesibilidad?
- ¿Consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las

Administraciones Públicas ofrecen a los deportistas con diversidad funcional visual?

- ¿Es real la inclusión y la accesibilidad de las personas con algún tipo de diversidad funcional visual en el deporte?

- ¿Realizas labores de guía en otras prácticas deportivas a parte de las carreras por montaña?
- Indíqueme cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de ejercer como guía en las carreras por montaña si es que las hubiera.

### **ORGANIZACIÓN DE LAS CARRERAS POR MONTAÑA**

- ¿Las inscripciones e incorporaciones de los deportistas con diversidad funcional visual a las pruebas son adecuadas según su punto de vista?

- ¿La atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada según su punto de vista?

- ¿La información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a las necesidades según su punto de vista?

- ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?

- Indíqueme cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra como guía a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña si es que las hubiera.

- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de carreras por montaña en los equipamientos disponibles si es que los hubiera?

### **BARRERAS EN LA PARTICIPACIÓN**

- ¿Qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con diversidad funcional visual?

- ¿Es la información presentada a los corredores suficiente y adecuada para el desarrollo óptimo de la prueba?

- ¿Alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que sí, ¿cuál?, ¿se ajusta este a las necesidades de accesibilidad observada en los deportistas...?

- ¿Qué mejorarías en la difusión e información de las carreras de montaña para las personas con diversidad funcional visual?

- ¿La información es suficiente y está ajustada al terreno y a las necesidades tanto para deportistas como para los guías?



- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de una carrera a nivel de información?

¿Sería necesario adaptar los trazados de las carreras para promover la participación de las personas con diversidad funcional visual?

## **GUIÓN ENTREVISTA DIRECTOR TÉCNICO DE PRUEBAS DE CARRERAS POR MONTAÑA**

Cordialmente le pedimos su colaboración contestando a la siguiente entrevista como parte del proceso de investigación para el desarrollo de un estudio sobre accesibilidad a la carreras por montaña para personas con diversidad funcional visual realizado por la investigadora Virginia Alcaraz Rodríguez de la Universidad de Sevilla.

El objetivo principal del estudio es la incorporación de la gestión de la diversidad y la integración de las personas con diversidad funcional visual de manera transversal en las políticas y estrategias deportivas que se desarrollan en las carreras de montaña en España.

Por este motivo, y debido a la importancia que consideramos tiene conocer esta realidad, le agradeceríamos su participación en este estudio, pues sin ella dicho trabajo no podría realizarse. Del mismo modo, nos gustaría pedirle que contestara las preguntas con la máxima sinceridad posible, ya que las cuestiones serán tratadas de manera confidencial.

Muchas gracias por su colaboración

### **DATOS PERSONALES**

- Sexo
- Edad

### **NECESIDADES Y ACCESIBILIDAD EN EL DEPORTE**

- ¿Qué es para usted inclusión? ¿Y la accesibilidad?
- ¿Consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las Administraciones Públicas ofrecen a los deportistas con diversidad funcional visual?
  - ¿Es real la inclusión y la accesibilidad de las personas con algún tipo de diversidad funcional visual en el deporte?
  - Indique las facilidades ofrecidas desde la organización de la prueba de carreras por montaña disponibles para los participantes con diversidad funcional visual.

## **ORGANIZACIÓN DE LAS CARRERAS POR MONTAÑA**

- ¿Considera que la inscripción e incorporación de los deportistas con diversidad funcional visual a la prueba es adecuada?
- ¿Considera que la atención prestada por los técnicos y organizadores hacia los deportistas y guías es la más adecuada?
- ¿Considera que la información y atención ofrecida por la organización de la prueba se ajusta a las necesidades?
- ¿Crees necesaria la modificación de los reglamentos de carreras por montaña para la inclusión real y oficial de las personas con diversidad funcional visual y otro tipo de discapacidades?
- Indique cuáles son las limitaciones y barreras que encuentra como guía a la hora de inscribirse y realizar las carreras por montaña si es que las hubiera.
- ¿Cuáles son los elementos que echa en falta en el desarrollo de carreras por montaña en los equipamientos disponibles?

## **BARRERAS EN LA PARTICIPACIÓN**

- ¿Qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con diversidad funcional visual?
  - ¿Consideras adecuada y suficiente la información presentada a los corredores?
  - ¿Alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que sí, ¿cuál?, ¿se ajusta este a las necesidades de accesibilidad observada en los deportistas...?
  - ¿Qué mejorarías en la difusión e información de las carreras de montaña para las personas con diversidad funcional visual?
- ¿Sería necesario adaptar los trazados de las carreras para promover la participación de las personas con diversidad funcional visual?

### Anexo III. Transcripción de entrevistas.

Las transcripciones de las entrevistas serán recogidas en Anexo III dentro de CD conteniendo este los textos completos de las entrevistas enumeradas a continuación:

<b>Deportistas</b>	<b>Guías</b>	<b>Expertos</b>
<b>M1-B1-CA</b>	<b>M2-G-Z</b>	<b>M13-E-SE</b>
<b>M5-B1-LC</b>	<b>M3-G-M</b>	<b>H38-E-CL</b>
<b>M6-B1-LR</b>	<b>M4-G-SE</b>	<b>H39-E-CL</b>
<b>M8-B1-M</b>	<b>M7-G-V</b>	<b>H40-E-E</b>
<b>M9-B1-N</b>	<b>M12-G-M</b>	
<b>M10-B2-Z</b>	<b>H1-G-N</b>	
<b>M11-B2-V</b>	<b>H5-G-LP</b>	
<b>H2-B1-M</b>	<b>H6-G-M</b>	
<b>H3-B2-LC</b>	<b>H10-G-T</b>	
<b>H4-B2-LP</b>	<b>H11-G-SE</b>	
<b>H7-B2-MU</b>	<b>H12-G-M</b>	
<b>H8-G-MU</b>	<b>H16-G-CA</b>	
<b>H9-B1-T</b>	<b>H20-G-LR</b>	
<b>H13-B2-CO</b>	<b>H21-G-M</b>	
<b>H14-B1-CA</b>	<b>H22-G-M</b>	
<b>H15-B1-LP</b>	<b>H24-G-M</b>	
<b>H17-B1-M</b>	<b>H26-G-SE</b>	
<b>H18-B1-SE</b>	<b>H27-G-SE</b>	
<b>H19-B2-CC</b>	<b>H32-G-LR</b>	
<b>H23-B1-SE</b>	<b>H33-G-V</b>	
<b>H25-B2-M</b>	<b>H34-G-CA</b>	
<b>H28-B1-MU</b>	<b>H36-G-CO</b>	
<b>H29-B1-SE</b>		
<b>H30-B2-A</b>		
<b>H31-B2-V</b>		
<b>H35-B2-M</b>		
<b>H37-B2-LR</b>		

## **Anexo IV. Medidas para la inclusión en carreras por montaña FEDME.**

### **MODIFICACIONES PARA INCLUSIÓN DE LA DIVERSIDAD EN LAS CARRERAS POR MONTAÑA**

#### **Objetivos**

En el apartado de objetivos añadir:

- Ser referente en la inclusión de personas con diversidad funcional en las diferentes competiciones.

#### **2. 1 - Copa de España de carreras en línea por montaña FEDME**

En los puntos 2.1.7.; 2.2.5; 2.3.2.6; 2.3.3.3; 2.4.3; 2.5.7 y 2.6.5 añadir, categorías de

##### **Diversidad intelectual.**

- Un coeficiente intelectual por debajo de 70, (100 es el coeficiente de una persona media) y limitaciones en áreas de destreza regulares (por ejemplo, comunicación, cuidado personal, destrezas sociales, etc.)

- Acreditar certificado del grado de minusvalía igual o superior al 33%.
- Acompañante/guía opcional.

##### **Diversidad funcional motriz**

**Amputados** (que se dividen en las siguientes categorías) (Tomado del Reglamento de escalada, 2016):

- Piernas AL1: Las dos piernas afectadas.
- Piernas AL2: Una pierna afectada.
- Brazos AU1: Los dos brazos afectados o uno amputado desde el hombro.
- Brazos AU2: Un brazo afectado desde el codo hasta la mano, en cualquiera de sus combinaciones

**Limitación movimiento, fuerza o estabilidad** (que se dividen en las siguientes categorías) (Tomado del Reglamento de escalada, 2016):

- RP1: Permanente falta de movimiento en las 4 extremidades o falta de control en las extremidades superiores. Ataxia severa.
- RP2: Movimiento perjudicado en espalda, de espalda a codo y en torso. También en ambas piernas con dificultades para caminar. Distonía severa.
- RP3: Movimiento limitado en codo, de codo a muñeca, cintura, de cintura a rodilla, rodilla a tobillo y tobillo. Tono muscular bajo, moderado problema de control en extremidades. Distonía moderada.

### **Adaptaciones y apoyos en diversidad motoriza, y establecimiento de categorías**

#### **Equipo Joëlette**

En el caso de necesitar el uso de Silla adaptada joëlette

- Obligatorio dos pilotos/guías
- Un/a acompañante/guía.
- Los equipos Joëlette se considerarán femeninos en el caso que un mínimo de la mitad de sus guías sean mujeres

#### **Corredor/a con apoyo**

Según problemas de movilidad el corredor podrá solicitar la presencia de acompañamiento y/o ayuda que garantice su seguridad y la de los participantes de la carrera.

#### **Corredor/a sin apoyo**

Aquel corredor o corredora que elija la modalidad de diversidad funcional motriz sin apoyo deberá garantizar su seguridad y la de los participantes de la carrera durante el desarrollo de la

misma sin necesidad de apoyo.

Estos corredores deberán certificar el grado de minusvalía para clasificarse en dicha categoría para campeonato de España

### **Diversidad sensorial**

**Diversidad Visual** (que se divide en las siguientes categorías):

B1: totalmente o casi totalmente ciego; desde no percepción de luz a percepción de luz pero inhabilidad para reconocer la forma de una mano.

- B2: capaz de reconocer la forma de una mano hasta una agudeza visual

En las carreras por montaña los competidores y guías formarán grupos de tres personas denominadas barra o equipo.

#### *Composición de Barra direccional*

Cada barra o equipo podrá estar configurada en cualquiera de estas formas

- a) Un guía, un corredor con clasificación visual B1 y otro deportista clasificado como B2
- b) Un guía y dos personas con diversidad funcional visual clasificados como B2
- c) Excepcionalmente y por motivos organizativos, dos guías podrán participar con un corredor clasificado como B2

La barra se considerará femenina en el momento que uno de los corredores con diversidad funcional visual sea mujer.

La categoría por edad se contabilizará por el sumatorio de la edad de sus componentes considerándose veterano en el caso que tengan más de 40 años dos componentes de la barra o el sumatorio de la misma sea más de 95 años.

### **Diversidad Auditiva**

- Considerar adaptaciones en la información y charlas técnicas en el momento que se indique participación.

**Guía o deportista de apoyo** es aquella persona que sin tener ningún tipo de diversidad funcional, tiene como cometido, colaborar con los competidores al objeto que estos puedan tomar parte en las pruebas de forma segura.

Para validar una categoría deberá de haber, como mínimo, 4 competidores. En caso de no alcanzar el número suficiente se podrán agrupar categorías afines aplicando un factor corrector que modere las diferencias del resultado obtenido (*Tomado del Reglamento de escalada, 2016*).

#### 2.4.9 - Material obligatorio

##### **Añadir en este apartado**

##### **Diversidad intelectual**

- Los guías tendrán dorsal autorizado igual que el corredor

##### **Equipo Joëlette**

- Silla joëlette con equipo de cambio de cámara
- Los guías tendrán dorsal autorizado igual que el corredor

##### **Corredor con apoyo**

- El guía o persona de apoyo tendrá dorsal autorizado igual que el corredor.
- Uso de Bastón y/o prótesis en el caso que el deportista lo solicite.

##### **Deportistas con diversidad funcional visual**

- Barra direccional durante todo el recorrido salvo tramos en los que sea necesario el uso de las manos para avanzar y progresar con seguridad.
- Bastón en el caso que el deportista lo solicite
- Los guías tendrán dorsal autorizado igual que el corredor



## **B. Árbitro de itinerario**

*Añadir a este apartado.*

El árbitro de itinerario deberá determinar la imposibilidad de transito de alguna de las categorías de deportistas con diversidad funcional, atendiendo al criterio de seguridad e integridad del participante y del resto de participantes de la carrera.

## **C. Árbitro de inscripciones, salida y llegada**

*Añadir a este apartado*

El árbitro de inscripciones, salida y llegada determinara el establecimiento de categorías de diversidad funcional una vez analizada la presencia de las mismas en la carrera, teniendo en cuenta las puntuaciones según dificultad y necesidades en los desplazamientos.

### **3.2- Personal de organización**

*Añadir a este apartado*

En el caso que el/la corredor/a con diversidad funcional solicite acompañamiento en zonas comunes vestuarios, recogida de dorsales, [etc.](#), se tendrá en cuenta para poder facilitar ayuda.

### **4.1- Inscripción a la Competición**

4.1.2 En este apartado añadir

En relación a los deportistas con diversidad funcional, solicitar identificación de necesidades y apoyos en el caso de necesitarlos.

### **8.2 – El itinerario**

*En este apartado añadir:*

Los itinerarios deberán estar detallados por la organización atendiendo a las necesidades de información expuestas por los participantes inscritos con diversidad funcional.

#### **8.4.2.- Zona de llegada:**

### **Añadir en este apartado**

#### **Diversidad intelectual**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

#### **Equipo Joëlette**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

#### **Corredor con apoyo**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

#### **Deportistas con diversidad funcional visual**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

○ La barra direccional deberá mantenerse durante toda la prueba, salvo rotura o accidente durante la carrera.

### **8.8 – Mapas**

En caso de presentarse un deportista con diversidad funcional visual facilitar el recorrido y mapa detallado con descripción anexa que facilite la comprensión de información contenida en el mapa.

### **8.9 – El dorsal**

#### **Añadir en este apartado**

○ Los guías tendrán dorsal autorizado con igual numeración que el corredor al que acompañan o correlativa según considere la organización de la prueba.

### **8.12 – Reunión informativa**

Añadir a este apartado:

La información y los itinerarios deberán estar detallados por la organización atendiendo a las necesidades de información expuestas por los participantes inscritos con diversidad funcional.

### **8.13 – Clasificaciones**

#### **Añadir en este apartado**

En toda competición, se aplicará a los equipos participantes con barra direccional la presente regla compensatoria, sumándose, en función de la composición de la barra los siguientes tiempos:

- Barra formada por un deportista clasificado visualmente como B1 y dos guías, 10 min.
- Barra formada por dos deportistas clasificados como B2, 10 min
- Barra formada por dos guías y un deportista clasificado como B2, 20 min.

## **Anexo V. Medidas de inclusión en carreras por montaña y travesías de resistencia en montaña para la Federación Andaluza de Montaña.**

### **MODIFICACIONES PARA INCLUSIÓN DE LA DIVERSIDAD EN LAS CARRERAS POR MONTAÑA**

#### **Objetivos**

En el apartado de objetivos añadir:

- Ser referente en la inclusión de personas con diversidad funcional en las diferentes competiciones.

#### **En el apartado de competiciones**

En los puntos de Categorías de Competición 2.6.9. y 2.6.7.4. añadir, categorías de

#### **Diversidad intelectual.**

- Un coeficiente intelectual por debajo de 70, (100 es el coeficiente de una persona media) y limitaciones en áreas de destreza regulares (por ejemplo, comunicación, cuidado personal, destrezas sociales, etc.)

- Acreditar certificado del grado de minusvalía igual o superior al 33%.
- Acompañante/guía opcional.

#### **Diversidad funcional motriz**

**Amputados** (que se dividen en las siguientes categorías)\_(Tomado del Reglamento de escalada, 2016):

- Piernas AL1: Las dos piernas afectadas.
- Piernas AL2: Una pierna afectada.

- Brazos AU1: Los dos brazos afectados o uno amputado desde el hombro.
- Brazos AU2: Un brazo afectado desde el codo hasta la mano, en cualquiera de sus combinaciones

**Limitación movimiento, fuerza o estabilidad** (que se dividen en las siguientes categorías) (Tomado del Reglamento de escalada, 2016):

- RP1: Permanente falta de movimiento en las 4 extremidades o falta de control en las extremidades superiores. Ataxia severa.
- RP2: Movimiento perjudicado en espalda, de espalda a codo y en torso. También en ambas piernas con dificultades para caminar. Distonía severa.
- RP3: Movimiento limitado en codo, de codo a muñeca, cintura, de cintura a rodilla, rodilla a tobillo y tobillo. Tono muscular bajo, moderado problema de control en extremidades. Distonía moderada.

### **Adaptaciones y apoyos en diversidad motriz, y establecimiento de categorías**

#### **Equipo Joëlette**

En el caso de necesitar el uso de Silla adaptada joëlette

- Obligatorio dos pilotos/guías
- Un/a acompañante/guía.
- Los equipos Joëlette se considerarán femeninos en el caso que un mínimo de la mitad de sus guías sean mujeres

#### **Corredor/a con apoyo**

Según problemas de movilidad el corredor podrá solicitar la presencia de acompañamiento

y/o ayuda que garantice su seguridad y la de los participantes de la carrera.

### **Corredor/a sin apoyo**

Aquel corredor o corredora que elija la modalidad de diversidad funcional motriz sin apoyo deberá garantizar su seguridad y la de los participantes de la carrera durante el desarrollo de la misma sin necesidad de apoyo.

Estos corredores deberán certificar el grado de minusvalía para clasificarse en dicha categoría para campeonato de España

### **Diversidad sensorial**

**Diversidad visual** (que se divide en las siguientes categorías):

B1: totalmente o casi totalmente ciego; desde no percepción de luz a percepción de luz pero inhabilidad para reconocer la forma de una mano.

- B2: capaz de reconocer la forma de una mano hasta una agudeza visual

En las carreras por montaña los competidores y guías formarán grupos de tres personas denominadas barra o equipo.

#### *Composición de Barra direccional*

Cada barra o equipo podrá estar configurada en cualquiera de estas formas

d) Un guía, un corredor con clasificación visual B1 y otro deportista clasificado como B2

e) Un guía y dos personas con diversidad funcional visual clasificados como B2

f) Excepcionalmente y por motivos organizativos, dos guías podrán participar con un corredor clasificado como B2

La barra se considerará femenina en el momento que uno de los corredores con diversidad

funcional visual sea mujer.

La categoría por edad se contabilizará por el sumatorio de la edad de sus componentes considerándose veterano en el caso que tengan más de 40 años dos componentes de la barra o el sumatorio de la misma sea más de 95 años.

### **Diversidad auditiva**

- Considerar adaptaciones en la información y charlas técnicas en el momento que se indique participación.

**Guía o deportista de apoyo** es aquella persona que sin tener ningún tipo de diversidad funcional, tiene como cometido, colaborar con los competidores al objeto que estos puedan tomar parte en las pruebas de forma segura.

Para validar una categoría deberá de haber, como mínimo, 4 competidores. En caso de no alcanzar el número suficiente se podrán agrupar categorías afines aplicando un factor corrector que modere las diferencias del resultado obtenido (*Tomado del Reglamento de escalada, 2016*).

### **Diversidad intelectual**

- Los guías tendrán dorsal autorizado igual que el corredor

### **Equipo Joëlette**

- Silla joëlette con equipo de cambio de cámara

- Los guías tendrán dorsal autorizado igual que el corredor

### **Corredor con apoyo**

- El guía o persona de apoyo tendrá dorsal autorizado igual que el corredor.

- Uso de Bastón y/o prótesis en el caso que el deportista lo solicite.

## **Deportistas con diversidad funcional visual**

○ Barra direccional durante todo el recorrido salvo tramos en los que sea necesario el uso de las manos para avanzar y progresar con seguridad.

○ Bastón en el caso que el deportista lo solicite

○ Los guías tendrán dorsal autorizado igual que el corredor

### **4.1. B. Árbitro de itinerario**

*Añadir a este apartado.*

El árbitro de itinerario deberá determinar la imposibilidad de tránsito de alguna de las categorías de deportistas con diversidad funcional, atendiendo al criterio de seguridad e integridad del participante y del resto de participantes de la carrera.

### **4.1. C. Árbitro de inscripciones, salida y llegada**

*Añadir a este apartado*

El árbitro de inscripciones, salida y llegada determinará el establecimiento de categorías de diversidad funcional una vez analizada la presencia de las mismas en la carrera, teniendo en cuenta las puntuaciones según dificultad y necesidades en los desplazamientos.

## **4.3. Personal de organización**

*Añadir a este apartado*

En el caso que el/la corredor/a con diversidad funcional solicite acompañamiento en zonas comunes vestuarios, recogida de dorsales, [etc.](#), se tendrá en cuenta para poder facilitar ayuda.

## **5.1. Inscripción a la Competición**

5.1.3 En este apartado añadir



En relación a los deportistas con diversidad funcional, solicitar identificación de necesidades y apoyos en el caso de necesitarlos.

### **9.7. Tiempo de paso por los controles.**

Los tiempos de paso serán modificados o adaptados en el caso de incorporarse participantes con diversidad funcional. Sí esta modificación no fuese posible por las características de la carrera se atenderá a una modificación de itinerarios.

### **9.11. – El itinerario**

*En este apartado añadir:*

Los itinerarios deberán estar detallados por la organización atendiendo a las necesidades de información expuestas por los participantes inscritos con diversidad funcional. Si fuese necesario se modificarían los itinerarios para no poner en riesgo la seguridad de los participantes.

### **9.4.3.- Zona de llegada:**

**Añadir en este apartado**

#### **Diversidad intelectual**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

#### **Equipo Joëlette**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa

mayor o lesión.

### **Corredor con apoyo**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

### **Deportistas con diversidad funcional visual**

○ Los guías tendrán que acompañar al corredor hasta el final de la prueba salvo causa mayor o lesión.

○ La barra direccional deberá mantenerse durante toda la prueba, salvo rotura o accidente durante la carrera.

## **9.8. – Mapas**

En caso de presentarse un deportista con diversidad funcional visual facilitar el recorrido y mapa detallado con descripción anexa que facilite la comprensión de información contenida en el mapa.

## **9.9. El dorsal**

Añadir en este apartado

○ Los guías tendrán dorsal autorizado con igual numeración que el corredor al que acompañan o correlativa según considere la organización de la prueba.

## **9.12. – Reunión informativa**

Añadir a este apartado:

La información y los itinerarios deberán estar detallados por la organización atendiendo a las necesidades de información expuestas por los participantes inscritos con diversidad funcional.

### **9.13. – Clasificaciones**

#### **Añadir en este apartado**

En toda competición, se aplicará a los equipos participantes con barra direccional la presente regla compensatoria, sumándose, en función de la composición de la barra los siguientes tiempos:

- Barra formada por un deportista clasificado visualmente como B1 y dos guías, 10 min.
- Barra formada por dos deportistas clasificados como B2, 10 min
- Barra formada por dos guías y un deportista clasificado como B2, 20 min.

**Anexo VI. Propuesta de curso de formación guías en montaña para diversidad funcional visual FEDME.**

DENOMINACIÓN	INICIACIÓN AL GUIADO EN MONTAÑA DFV
<b>RATIO</b>	1/8-10
<b>DURACIÓN</b>	20- 30 H
<b>TEORÍA-PRÁCTICA</b>	50%-50%
<b>REQUISITOS</b>	Conocimientos mínimos de desplazamientos en montaña Tarjeta federativa para la práctica de escalada o seguro que cubra la actividad.

**OBJETIVOS**

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Conocer las pautas básicas de guiado de personas con diversidad funcional visual tanto en medio urbano como en medio natural.</li> <li>● Experimentar con los materiales adecuados para el montañismo el guiado de personas con diversidad funcional visual.</li> <li>● Organizar de forma detallada actividades en el medio natural teniendo en cuenta características de participantes, elementos de seguridad y utilización de materiales.</li> <li>● Practicar protocolos básicos de rescate y ayuda en actividades en medio natural con personas con diversidad funcional visual.</li> </ul>
--

**MATERIAL**

<b>INDIVIDUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Vestimenta y complementos según condiciones meteorológicas.</li> <li>● Calzado de montaña.</li> <li>● Frontal</li> <li>● Mochila (Ver Ficha Técnica EEAM: <a href="http://fedme.edu.es/wpcontent/uploads/2014/03/ficha04_checklist.pdf">http://fedme.edu.es/wpcontent/uploads/2014/03/ficha04_checklist.pdf</a>).</li> </ul>
<b>COLECTIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mapas de las zonas de trabajo.</li> <li>● Perfiles y fichas de graduación de rutas</li> <li>● Fichas de actividad y planificación</li> <li>● Barras direccionales</li> <li>● Antifaces y Gafas de Simulación</li> <li>● Cuerdas y Bastones</li> </ul>
<b>PROFESORADO</b>	Equipo personal. Material de seguridad (Telf., botiquín, kit de emergencia, etc.). Mapa de la zona y brújula/GPS.

## CONTENIDO

### **BLOQUE I DIVERSIDAD Y DEPORTE**

- Clasificación taxonómica de la diversidad funcional.
- Diversidad funcional visual sensorial
- La diversidad funcional visual: características y tipologías
- Clasificación de actividades físico deportivas según características

### **BLOQUE II ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL ADAPTADA A LA DEFICIENCIA SENSORIAL: SENDERISMO Y MONTAÑISMO**

- Las actividades físicas en el medio natural con personas con diversidad funcional visual
- El senderismo: actividad deportiva- recreativa en el medio natural: nociones básicas y material necesario
- La Graduación Rutas: Método de información de excursiones (MIDE) y Método de información para excursionistas con diversidad funcional (MIPED)
- Senderismo con grupos de diferentes características: organización y dinamización
- La función del guía de sendero

### **BLOQUE III TÉCNICAS GUÍA EN EL MEDIO NATURAL Y PAUTAS DE COMUNICACIÓN**

- Pautas básicas de comunicación con las personas con diversidad funcional visual.
- La técnica guía en la práctica del senderismo, el montañismo y las carreras por montaña.
- Prácticas en el medio natural
- Como desplazarse por diferentes terrenos
- El ritmo de la marcha
- Técnica guía
- Barras direccionales
- Sensibilización y concienciación
- Necesidades reales de las personas guiadas

### **BLOQUE IV RESCATE Y AUTOPROTECCION EN MEDIO NATURAL**

- Protocolo de rescate en medio natural.
- Medidas de atención y primeros auxilios de urgencia.
- Maniobras de inmovilización y traslado de accidentados.

## **Anexo VII. Propuesta de talleres programa “Clubes Inclusivos”- Federación Andaluza de Montaña.**

### **“CLUBES INCLUSIVOS”**

#### **DURACION Y LOCALIZACIÓN**

**Duración** 10 horas 4 horas sábado y 6 horas de prácticas y ruta el domingo.

**Localización:** Según donde se sitúen los clubes destinatarios del programa

#### **OBJETIVOS**

Conocer las pautas básicas de guiado de personas con diversidad funcional visual tanto en medio urbano como en medio natural.

Experimentar con los materiales adecuados para el montañismo el guiado de personas con diversidad funcional visual.

Organizar de forma detallada actividades en el medio natural teniendo en cuenta características de participantes, elementos de seguridad y utilización de materiales.

#### **BLOQUE I DIVERSIDAD FUNCIONAL Y DEPORTE**

- Clasificación taxonómica de las discapacidades.
- Clasificación de actividades físico deportivas según características
- Diversidad funcional sensorial
- La diversidad funcional visual: características y tipologías

#### **BLOQUE II ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL ADAPTADA A LA DIVERSIDAD FUNCIONAL SENSORIAL: SENDERISMO Y MONTAÑISMO**

Las actividades físicas en el medio natural con personas con diversidad funcional visual

El senderismo: actividad deportiva- recreativa en el medio natural: nociones básicas y material necesario

Senderismo con Grupos de  
Diferentes Características: organización y dinamización

La Función del Guía de Sendero

### **BLOQUE III TÉCNICAS GUÍA EN EL MEDIO NATURAL Y PAUTAS DE COMUNICACIÓN**

Pautas básicas de comunicación con las personas con diversidad  
funcional visual.

La técnica guía en la práctica del senderismo y el montañismo

Prácticas en el medio natural

Como desplazarse por diferentes terrenos

- El ritmo de la marcha
  - Técnica guía
  - Barras direccionales

Sensibilización y concienciación

Necesidades reales de las personas guiadas

### **BLOQUE IV JOELËTTE PROPUESTA PARA UN MONTAÑISMO INCLUSIVO CON PROBLEMAS DE MOVILIDAD**

- Usos y posibilidades de la silla para el uso en montaña
  - Montaje, desmontaje y mantenimiento de la silla
    - Conducción y guiado de silla

### **BLOQUE V ACTIVIDADES EN MEDIO NATURAL COMO PROPUESTAS INCLUSIVAS PARA DIVERSIDAD FUNCIONAL INTELECTUAL Y MENTAL**

- Actividades recreativas en medio natural
- El senderismo interpretado y teatralizado
- El trabajo de la autonomía personal a través de las actividades físicas en medio natural

**Anexo VIII. Ficha valoración de recorridos diversidad funcional visual.**

**FICHA VALORACIÓN DE RECORRIDOS**

**Información técnica**

<b>Distancia</b>	
<b>Altitud máxima</b>	
<b>Altitud mínima</b>	
<b>Tipo de recorrido</b>	
<b>Desnivel positivo</b>	
<b>Desnivel negativo</b>	
<b>Puntos de control</b>	
<b>Horas de cierre de meta</b>	
<b>Puntos de avituallamiento</b>	

**Descripción del recorrido**

<b>Distancia lineal de subida</b>	Número de KM	
<b>Desnivel positivo</b>	Número de metros de desnivel positivo	
<b>Distancia lineal de bajada</b>	Número de KM	
<b>Desnivel negativo</b>	Número de metros de desnivel negativo	
<b>Detalle tipo de firme</b>	<b>Carril</b>	Ancho 3-5metros Indicar localización y extensión
	<b>Camino</b>	Ancho 1,5 A 3 Metros Indicar localización y extensión
	<b>Senda</b>	Ancho Menos 1,5m Indicar localización y extensión
<b>Calidad suelo</b>	<b>Asfalto</b>	Indicar localización y extensión
	<b>Grava fina</b>	Indicar localización y extensión
	<b>Piedra suelta</b>	Indicar localización y extensión
	<b>Piedra suelta lasca</b>	Indicar localización y extensión
	<b>Grava</b>	Indicar localización y extensión
	<b>Hierba y hojas</b>	Indicar localización y extensión
<b>Puntos conflictivos</b>		Se indica zonas de acceso difícil como pendientes con barro, pasos con agua, cresterías de piedra, pasos estrechos con caída, etc.
<b>Vegetación presente</b>		Indicar tipo de vegetación presente: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Tipo de árbol</li> <li>● Matorral</li> <li>● Zona Raíces</li> <li>● Zona con Hierba y hojas</li> <li>● Ramas bajas</li> </ul>





## Anexo IX. Manual reducido - material curso guía 2016-2017.

### MANUAL REDUCIDO DE GUIADO POR MONTAÑA

#### Introducción

Las actividades físicas en medio natural son un medio de inclusión para todos los colectivos sociales, actividades que con apoyos y adaptaciones más o menos complejas puedan participar colectivos heterogéneos de forma conjunta.

A lo largo de estas jornadas trataremos las diferentes afectaciones visuales y como repercute en el desarrollo de la actividad de montaña, las técnicas guías y las técnicas específicas de guiado en montaña. Así como una forma de graduar rutas que usamos de forma experimental adaptada a las necesidades de las personas con diversidad funcional visual de diferentes tipos.

#### Diferentes tipos de afectaciones visuales

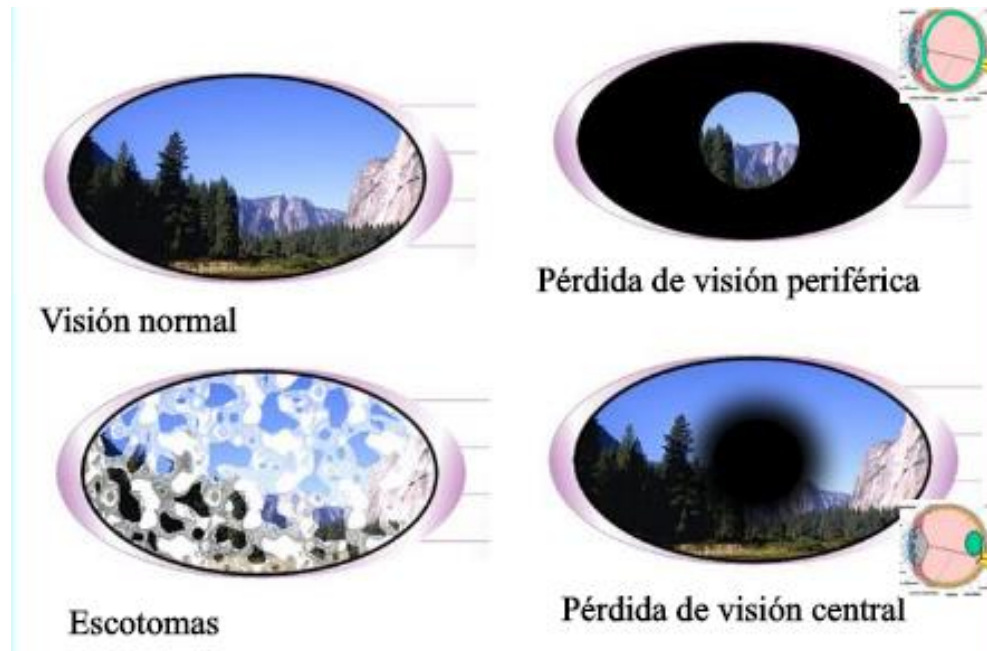
En la práctica deportiva se ha optado por la clasificación deportiva internacional dada su gran simplicidad descriptiva y de comprensión.

Aunque existen tres clasificaciones, se describen las dos primeras ya que la tercera contempla a los individuos, que tienen la visión disminuida y que con la ayuda de lentes ópticas pueden hacer la práctica física con normalidad.

- B1 – ciegos totales: Se consideran ciegos totales a la persona sin ninguna percepción de luz en ambos ojos o con percepción de la luz, pero con imposibilidad de distinguir la forma de una mano en cualquier distancia y dirección.
- B2 – ciegos parciales: Se consideran ciegos parciales a las personas que pueden percibir los contornos de una mano hasta una agudeza visual de 2/60 y/o un campo visual de menos de 5 grados en el ojo de mayor visión con la máxima corrección

posible.

En el guiado debemos ir más allá y comprender que cada persona con algún problema visual presenta unas dificultades diferentes en el desplazamiento por el medio natural



### **Técnicas guías**

#### ***Pautas básicas de comunicación con las personas con diversidad funcional visual***

El lenguaje debe adaptarse al conocimiento que tienen las personas ciegas o deficientes visuales de la realidad social, de su propio cuerpo y de las posibilidades de movimiento. Debemos tener en cuenta que el conocimiento de estos factores puede ser mínimo o estar alterado en algunas personas ciegas o con visión parcial.

Para localizar un material específico es útil definir un lenguaje preciso que requiera poco tiempo al monitor y le permita continuar con la sesión sin demasiada pérdida de tiempo; la tabla esta: - “delante de tu mano derecha”, “detrás de tu mano izquierda”, etc.

### ***Reglas básicas de la comunicación con las personas con diversidad funcional visual.***

#### **Actitud de respeto**

Las diferencias individuales en cuanto a grado de deficiencia visual, aptitudes personales, nivel de autonomía, etc., hacen que cada persona tenga niveles diferentes de funcionamiento.

Por eso, el respeto a la persona con deficiencia visual se debe reflejar entre otras cosas en:

- Preguntar antes de ofrecer ayuda.
- Explicar los ruidos que se producen en casa, en la calle, en el centro, en el sendero.
- No generalizar y no forzar a recibir una ayuda no necesaria
- No sobreproteger. La sobreprotección crea dependencia
- Darle libertad para moverse, explorar y tocar. Evitar la sobre protección.
- Animarle a que cuente cosas, que describa sucesos.
- Presentar a cada uno de los compañeros, y su sitio.
- Dirigirle la palabra antes de tocarle o cogerle, para no asustarle.
- Enseñarle los distintos recorridos en su entorno y los puntos de referencia.
- Crear un clima de respeto y valoración de sus trabajos y técnicas.
- Corregir posturas incorrectas a la hora d realizar cualquier actividad.
- Permitir a la persona con diversidad funcional visual realizar las cosas por sí mismo.
- Identificarse.
- Comunicar, si es necesario, que se está haciendo o se va a hacer.
- Ser específico.

- Hablar directamente con la persona con diversidad funcional visual
- Utilizar el nombre de la persona, si se conoce.
- Colocarse donde él pueda verte, especialmente si tiene visión funcional.
- Contestar a sus preguntas.
- Decirle cuando nos vamos.

### ***Como indicar donde están cosas u objetos.***

- Evitar palabras como “aquí”, “allí”, “esto”, “aquello” ...son palabras que se acompañan con un gesto que en la mayoría de los casos no puede ver.
- Utilizar técnicas como “derecha”, “izquierda”, “delante”, “detrás” ...y siempre en relación con la persona con diversidad funcional visual.

### **Lenguaje que utilizar.**

- Utilizar normalmente las palabras “ver, mirar, etc.” (no debe existir lenguaje tabú).
- Ser precisos al dar información.
- Dar explicaciones globales y no saturar con excesiva información sobre el ambiente que puede confundir en lugar de aclarar la información.
- Evitar los términos “cuidado”, ¡ay!, ¡ay!, cuando vemos un peligro para la persona. Utilizar “alto” para evitar que siga avanzando y explicar verbalmente el peligro o ayudar a evitarlo.
- Un tono calmado puede utilizarse para calmar a la persona, de esta forma le trasmite tu calma

- Un tono animoso, alegre y seguro puede servir para activar a la persona excesivamente pasivo o con demasiado miedo.
- Un volumen excesivamente alto puede inhibir la acción.

### **Técnica de guía vidente**

#### ***Posición del guía***

Situarse siempre delante de la persona con deficiencia visual, para permitir que ésta se coja de nuestro brazo. (Algunas personas con deficiencia visual prefieren caminar sin cogerse al guía, en cualquier caso, debemos ir delante ya que nuestros movimientos le servirán de referencia sobre las características del terreno).

#### ***Posición del brazo.***

No existe una posición rígida, el guía deberá llevar el brazo lo más relajado posible lo que facilita la transmisión de información. Sólo en el caso de personas con problemas de equilibrio o muy mayores se debe mantener una postura determinada.

#### ***¿Cómo acompañarle?***

- Situarse medio paso por delante para permitir que se coja de nuestro brazo. La indicación para que se sujete se puede hacer verbalmente o a través de un contacto directo.
- El guía y la persona con diversidad funcional visual deberán llevar el brazo próximo al cuerpo para transmitir y recibir la información adecuadamente. Ambos estarán lo más relajados que sea posible.
- La persona guiada cogerá el brazo del guía justo por encima del codo, colocando el dedo pulgar en la parte lateral interna del brazo de éste, mientras los otros

cuatro dedos se cierran sobre la parte lateral externa. La sujeción debe ser lo suficientemente firme para mantener el contacto pero evitando que resulte incómoda.

- La persona con diversidad funcional visual irá medio paso por detrás del guía para poder reaccionar adecuadamente a la información que éste le transmita.
- El paso de los dos debe ser coordinado, adecuado a su velocidad y a las características del medio por el que se desplazan.
- Mientras caminan el guía puede ir dando información sobre el ambiente o la ruta.
- El guía debe colocarse habitualmente en el lado opuesto en el que la persona lleva el bastón.
- No se debe coger en ningún caso el bastón o la ropa para guiarlo ni empujarlo por detrás

### ***Ajuste a la velocidad de paso de la persona.***

El guía debe adecuar su paso al de la persona con deficiencia visual para permitirle un desplazamiento cómodo y seguro.

### ***Paso por lugares estrechos o puertas***

Para indicar el paso por lugares estrechos el guía debe colocar el brazo al que va sujeto la persona con deficiencia visual hacia atrás para indicar a la persona que se coloque a su espalda. Si la persona con deficiencia visual no conoce la técnica puede ser necesario indicárselo verbalmente.



### ***Subir, bajar escaleras 0 escalones.***

En general, no es necesario avisar si son de subida o de bajada, ya que lo percibirá por nuestros movimientos.

Es importante abordar los escalones o escaleras en perpendicular.

### ***Indicar un asiento***

Siempre que sea posible nos acercaremos por el respaldo. Colocar su mano sobre el respaldo.

Cuando nos acercamos de frente guiarle hasta que sus rodillas toquen el asiento o bien indicarle verbalmente que el asiento está situado frente a él.

### ***Como guiar a una persona que va con perro-guía***

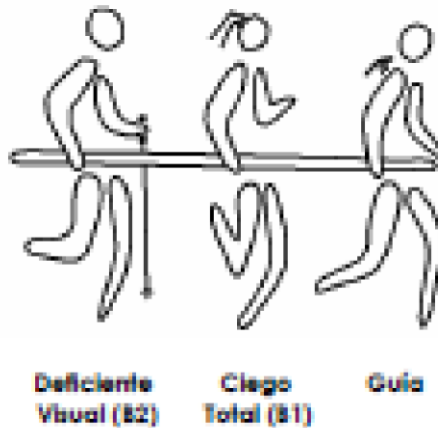
Preguntarle primero si quiere agarrarse a nosotros o prefiere dar la orden al perro de que nos siga. En caso de agarrarse a nosotros, tener en cuenta que debemos ofrecerle el brazo izquierdo, ya que el perro va a su izquierda

### ***Técnica guía en montaña***



La **barra direccional** es un medio de movilidad esencial que nace en el CRE (centro de recursos educativos) “Antonio Vicente Mosquete” siendo los padres de este invento el carpintero y el médico de ese Centro de la ONCE.

La barra direccional tiene una longitud de 2’5 m a 3 m y un grosor también de 2’5 a 3 cm de diámetro. Puede ser de madera, de fibra o de aluminio recubierto, de una sola o de tres piezas desmontables. Un guía dirige con los movimientos de la barra al deportista B1, que va seguido de un deportista de categoría B2 o de una persona que ve. En casos de alteraciones importantes de la movilidad, se pueden utilizar dos barras



Uso de la barra direccional:

- La integran 3 personas. La 1ª es el guía que dirige con los movimientos de la barra al B1 y le ira describiendo verbalmente el terreno que pisa. El deportista B1 se sitúa en el centro de la barra y cierra el B2 o un vidente que estará pendiente de la marcha del grupo y es un elemento esencial a la hora de garantizar estabilidad y seguridad al B1
- Intentaremos que el grupo que llevan la barra sean de similar condición física y corporal
- Si hay riesgo de caída la barra se lleva por el lado del valle

- Para pasar la barra de un costado al otro del cuerpo la elevamos por encima de la cabeza y la cambiamos de mano
- En la mano que queda libre se puede llevar un bastón de senderismo dependiendo de las condiciones del terreno y características del senderista.
- la barra se convierte no sólo en asidero para las personas con problemas visuales, sino también en «un elemento de comunicación» con sus guías. «Tiene un lenguaje muy dinámico y sirve para proteger de caídas»
  - ante un obstáculo elevado el vidente o primero del grupo levantará la barra más o menos en cuestión de la altura a superar
  - lo mismo con una depresión
  - no podemos olvidar la comunicación verbal ante situaciones especiales como por ejemplo un paso canadiense, ...

### **Graduación de rutas**

#### ***Graduación de itinerarios***

El método MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.




Para valorar una excursión con el MIDE debe utilizarse este Manual de Procedimientos, teniendo en cuenta que:











- La graduación de una excursión se hace siempre para unas determinadas condiciones estacionales y del terreno. Una excursión podrá tener distinta valoración según la estación del año.

• La graduación debe realizarse por personas experimentadas en el excursionismo y que conozcan bien el recorrido y las condiciones geográficas de la zona.

• Utilizar correctamente el manual MIDE requiere estudio, atención e interés.

El **MIDE** consta de **información de referencia e información de valoración**:

Información de referencia	Información de valoración
<p>Se detallarán, respetando estrictamente este manual de procedimientos, los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Excursión que se describe</li> <li>▶ Tipo de recorrido</li> <li>▶ Horario</li> <li>▶ Desnivel positivo</li> <li>▶ Desnivel negativo</li> <li>▶ Distancia horizontal recorrida</li> <li>▶ Época y/o condiciones para las que se aplican las valoraciones</li> <li>▶ Dificultades técnicas específicas, si las hubiera</li> </ul>	<p>Se valorarán de 1 a 5 puntos, respetando estrictamente este manual de procedimientos, los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Medio: severidad del medio natural</li> <li> Itinerario: orientación en el itinerario</li> <li> Desplazamiento: dificultad en el desplazamiento</li> <li> Esfuerzo: Cantidad de esfuerzo necesario</li> </ul>

<b>MIDE</b>		Aneto desde el Plan de La Besurta por el Portillón Superior	
 horario	8 h 45 min	 5	severidad del medio natural
 desnivel de subida	1500 m	 4	orientación en el itinerario
 desnivel de bajada	1500 m	 4	dificultad en el desplazamiento
 distancia horizontal	14 km	 3	cantidad de esfuerzo necesario
 tipo de recorrido	ida y vuelta	 30°	pendiente de nieve
Paso por glaciar obligado Condiciones de verano; tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas			

Excursión  
Información de valoración  
Dificultades técnicas específicas  
Información de referencia

La información de referencia detalla los siguientes aspectos del recorrido valorado:

- Excursión que se describe: lugares de inicio, paso y llegada del recorrido valorado
- Horario de la excursión: calculado según criterios MIDE (página 11)





- Desnivel positivo acumulado, calculado para el recorrido completo
- Desnivel negativo acumulado, calculado para el recorrido completo
- Distancia horizontal, calculada para el recorrido completo
- Tipo de recorrido: itinerario de ida y vuelta, circular o travesía
- Época y/o condiciones especiales para las que se aplica la valoración

(verano, con o sin nieve, etc.)

- Dificultades técnicas específicas, si las hubiera. Serán incluidas también como información de valoración (páginas 14-15)

La información de valoración valora de 1 a 5 puntos los siguientes aspectos del recorrido valorado, respetando estrictamente este manual de procedimientos y los criterios para la graduación que debe seguir el informante:

- **MEDIO:** Severidad del medio natural
- **ITINERARIO:** Orientación en el itinerario Esta variable es responsabilidad del monitor guía y de los participantes que desobedeciendo las normas se salgan del grupo
- **DESPLAZAMIENTO:** Dificultad en el desplazamiento
- **ESFUERZO:** Cantidad de esfuerzo necesario

 <p><b>Medio.</b> Severidad del medio natural</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 El medio no está exento de riesgos</li> <li>2 Hay más de un factor de riesgo</li> <li>3 Hay varios factores de riesgo</li> <li>4 Hay bastantes factores de riesgo</li> <li>5 Hay muchos factores de riesgo</li> </ol>	
 <p><b>Itinerario.</b> Dificultad de orientarse en el itinerario</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Caminos y cruces bien definidos</li> <li>2 Sendas o señalización que indica la continuidad</li> <li>3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales</li> <li>4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza</li> <li>5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear</li> </ol>	
 <p><b>Desplazamiento.</b> Dificultad en el desplazamiento</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Marcha por superficie lisa</li> <li>2 Marcha por caminos de herradura</li> <li>3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares</li> <li>4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio</li> <li>5 Requiere pasos de escalada para la progresión</li> </ol>	
 <p><b>Esfuerzo.</b> Cantidad de esfuerzo necesario</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Hasta 1 h de marcha efectiva</li> <li>2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva</li> <li>3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva</li> <li>4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva</li> <li>5 Más de 10 h de marcha efectiva</li> </ol>	<p>Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p>