

Inclusió social de persones amb discapacitat física a través de la natació d'alt rendiment

Social Inclusion of People with Physical Disabilities through High Performance Swimming

DAVID MACÍAS GARCÍA

CEIP San José de Calasanz (Peñarroya-Pueblonuevo, Còrdova - Espanya)

IGNACIO GONZÁLEZ LÓPEZ

Departament d'Educació

Facultat de Ciències de l'Educació

Universidad de Córdoba (Espanya)

Autor per a la correspondència

Ignacio González López

ignacio.gonzalez@uco.es

Resum

És un fet que les persones que tenen algun tipus de discapacitat, històricament han patit algun tipus de marginació i exclusió social. Enfront d'aquesta tendència, un gran nombre d'autors defensen una societat per a tots, és a dir, una societat en què tots formem part d'ella, ja que la inclusió comporta l'acceptació de la diversitat (Forest & Pearpoint, 2010; O'Brien, Forest, Pearpoint, Snow, & Hasbury, 1989). L'activitat física és, sens dubte, una de les eines que permeten garantir la inclusió social de les persones amb discapacitat. Des del Club Fidas de Còrdova s'intenta donar suport al foment, la promoció i la competició de l'esport per a discapacitats, i col·laborar-hi, i en especial a través de les activitats aquàtiques. Aquestes, a més de tenir un fi esportiu, es converteixen en un instrument de millora de la qualitat de vida, així com en un instrument d'inclusió social. L'objectiu fonamental d'aquest estudi ha consistit a valorar l'esport com a estratègia d'inclusió social i, més concretament, en el camp de la natació adaptada per a persones amb discapacitat física. De la seva pràctica s'han derivat alts nivells de satisfacció per part dels practicants i efectes positius en la incorporació d'aquests a la vida social. El treball ha suposat una anàlisi exhaustiva de dimensions tals com oci i temps lliure, autonomia i satisfacció, suport dels entorns familiar i social pròxim, entrenadora i nivell de satisfacció, per mitjà d'un estudi de tipus no experimental, descriptiu i correlacional.

Paraules clau: inclusió social, persones amb discapacitat, natació adaptada, entorn familiar, entorn social, autonomia

Abstract

Social Inclusion of People with Physical Disabilities through High Performance Swimming

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

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

La pràctica esportiva com a estratègia d'inclusió social per a persones amb discapacitat

El concepte d'inclusió pot tenir diverses accepcions segons el país on es desenvolupi. En algunes ocasions es vincula aquest concepte a situacions de pobresa i contextos marginals, però la gran majoria de vegades es relaciona la inclusió amb la participació en la vida social de persones amb discapacitat (Muntaner, 2010).

En parlar d'inclusió no hem de centrar-nos només en la inclusió que es produeix en els entrenaments o en les competicions. Tampoc no hem de centrar-nos en la inclusió que es produeix entre els mateixos esportistes, sinó que hauríem d'anar més enllà, i per això és necessari aclarir el significat de l'exclusió social (Díaz Velázquez, 2010) que pateixen algunes persones amb discapacitat per intentar treure a la llum les causes amb la meua investigació i fomentar una proposta de treball que pal·liï aquestes actuacions.

En aquest treball en concret, hem treballat l'element de la discapacitat i la inclusió/exclusió de les persones amb discapacitat en la societat. L'elecció d'aquest va venir donada per l'exclusió que ha rebut aquest col·lectiu en l'àmbit social en les últimes dècades. No obstant això, la lluita i l'esforç de les persones amb discapacitat i de les organitzacions i clubs que tenen una vinculació i dedicació han intentat donar un tomb a aquest panorama, i de fet ho han aconseguit. En concret, el Club Fídias ho ha fet a través d'una eina fonamental que promou la inclusió social de les persones amb discapacitat i dirigeix cap a aquesta, que és la natació (Club Natació Fídias, 2011). En els últims Jocs Olímpics, tant és el que han aconseguit que és un dels clubs més llorejats en el món de la natació paralímpica. Però amb això no volem dir que hem de donar-nos per satisfets, perquè queda un llarg camí per recórrer.

L'esport adaptat per a persones amb discapacitat física: el cas de la natació

En els últims anys, la preocupació que han tingut les diferents societats i institucions a l'hora d'englobar al seu si els esportistes amb discapacitat ha anat en augment. Aquesta inclusió constitueix un dret reconegut en la Carta dels Drets Humans, el dret a la igualtat d'opor-

tunitats (UNESCO, 2005). A hores d'ara, els entrenaments tecnicotàctics, la dedicació a l'entrenament, etc. de l'esport adaptat a les persones amb discapacitat és similar a l'esport de les persones sense discapacitat i després un espectacle esportiu.

Si ens endinsem una mica més en l'esport adaptat, es fa evident la importància d'aquest esport en el desenvolupament social i personal de l'individu (Germán, 2001). Segons aquest autor, un dels beneficis més importants que cal tenir en compte és el psicològic, ja que tota persona amb alguna disminució de les seves capacitats ha d'enfrontar-se a una sèrie de barreres, les quals haurà d'esquivar diàriament. Així mateix, va definir els beneficis de l'esport adaptat:

L'esport ajudarà al principi a abstreure's per moments dels inconvenients que aquestes barreres ocasionen; a més a més, enfortirà la seva *psíquica* (afectivitat, emotivitat, control, percepció, cognició). Però el que és més important és que l'esport crea un camp adequat i senzill per a l'autosuperació, que cerca establir objectius a aconseguir per poder superar-se dia a dia i després a partir d'aquests projectar altres objectius cercant un reajustament permanent, una retroacció. L'autosuperació ocasiona no sols beneficis d'índole psicològica sinó també social. (Germán, 2001, p. 1).

En definitiva, les persones amb discapacitat, a través de l'esport milloren la seva autoestima, fomenten la seva autonomia i nivell d'independència, fomenten l'esperit de lluita i el treball en equip, se senten més capaces d'afrontar nous reptes; en definitiva, milloren la seva qualitat de vida (Fundació Tambièn, 2011).

Quan es parla de natació no es busca únicament "aprendre a nedar", i és aquesta la raó per la qual se li dona el matís de "adaptada", ja que es pretén que "coneguin al màxim les possibilitats del cos a l'aigua" i no sols la natació com a disciplina esportiva. Són múltiples els beneficis de treballar en el medi aquàtic, més encara quan es treballa la natació adaptada amb persones amb discapacitat motora fonamentalment. De tots aquests volem destacar els enumerats bàsicament per Medina, Prieto i Fernández (2000):

- Millora l'esquema corporal (lateralitat, orientació, equilibri, etc.), augment i desenvolupament del to muscular.
- Es controla l'augment de pes i es fa més assequible el moviment de cossos pesants, promovent la seva participació en la pràctica esportiva.

- Es controlen els nivells de fatiga i cansament de les persones, ja que és un medi que permet descansar o reduir la intensitat quan l'individu ho necessiti.
- Fomenta i ajuda en la recerca d'un autoconcepte i autoestima favorable, ja que en utilitzar el banyador hem de veure i ensenyar la nostra pròpia imatge, la real, la qual cosa ens obliga a acceptar-nos, conèixer-nos i generar interès per millorar.
- Elimina pudors i pors i porta l'esportista a superar-los i afrontar-los de la millor manera possible.
- Afavoreix les relacions socials amb els companys de l'entrenament, amb l'entrenadora, amb els esportistes d'altres clubs amb què competeixen, etc.
- Millora la seva autonomia, independència i motivació.

La natació adaptada ha estat utilitzada per aconseguir efectes terapèutics i rehabilitadors en les persones amb discapacitat (Menéndez García & Mendoza Laiz, 2005). A més a més, cal destacar que les persones responsables i els entrenadors de persones amb discapacitat pretenen fer veure a la societat en general que les persones amb discapacitat poden practicar activitat física i esportiva amb les mateixes motivacions que les persones sense discapacitat. Seguint aquesta línia, s'han fet algunes altres investigacions que tenen com a conclusió final (Gutiérrez & Caus, 2006) que “els esportistes amb discapacitat valoren més la capacitat de fer noves amistats, viatjar o prestar ajuda als altres, a causa de les necessitats socials d'aquest col·lectiu”.

Per completar tot aquest procés, s'ha de crear un ambient socialitzador en què predominin els components lúdics i recreatius, de manera que el paper de l'entrenador o entrenadora sigui a més a més el d'una persona de confiança que el reconforti i li doni la seva amistat (Club Natació Elche, 2004).

Esport i inclusió. Dues cares d'una mateixa moneda

Si de debò volem que l'esport tingui uns paràmetres i unes característiques que el portin pel camí de la inclusió, hem de fomentar un esport amb valors lúdics, pedagògics, competitiu, un esport amb tots els elements dels mitjans de comunicació i polítics que aquest comporta

però sense oblidar mai el joc net. L'esport afavoreix la inclusió i millora les relacions socials de diverses formes. A continuació mostrem les més visibles (Cabrera et al., 2005).

- Facilita la integració i la inclusió en el grup i amb el medi.
- Desenvolupa la sociabilitat amb els companys d'equip, amb l'entrenador o entrenadora, amb els diferents competidors i amb tot el personal que l'envolta tant en els entrenaments com en les competicions.
- Ensenya a treballar en grup i en equip.
- Ensenya a respectar adversaris, àrbitres i regles, decisions, etc., mostrant una transferència a la vida real.
- Ensenya a mostrar respecte en el comportament tant si se surt victoriós com si se surt derrotat.

És indubtable que l'esport promou la inclusió perquè, entre altres raons, afavoreix i millora les eines clau perquè aquesta incorporació a la vida social quotidiana de les persones amb discapacitat es produeixi (Hernández Vázquez, 2000). Segons Liliana i Wiswell (2004), l'esport afavorirà l'autonomia, la independència i la inclusió familiar i social. Fent referència a la pràctica esportiva, ens trobem que proporciona eines com la corresponsabilitat, garanteix el desenvolupament d'habilitats i destreses que proporcionaran a la persona amb discapacitat la seva autosuficiència per no dependre de ningú a l'hora de fer quelcom, és a dir, en definitiva, i assumint els pensaments de Lisbona (2006), l'esport millora la qualitat de vida de les persones amb discapacitat i la seva família i fomenta la inclusió en tots els àmbits de la persona.

Metodologia i disseny

L'objectiu principal del treball no és un altre que la valoració de l'esport com a estratègia d'inclusió social i, més concretament, en el camp de la natació adaptada per a persones amb discapacitat física. Es tractaria, en última instància, de valorar la satisfacció d'aquest grup d'esportistes amb discapacitat física que conformen el Club Natació Fídias de Còrdova amb la pràctica d'aquest esport i els seus efectes en la incorporació a la vida social. En definitiva, allò que es busca és descriure els beneficis socials d'un model de treball basat en l'activitat fisicoesportiva aquàtica, dirigit a aquest

col·lectiu i extrapolable a altres esports individuals i col·lectius.

Les finalitats perseguides amb aquesta investigació, a partir del problema anteriorment formulat, es concreten en els següents objectius específics:

1. Valorar la importància de la pràctica d'activitats físiques aquàtiques en el desenvolupament personal, emocional i social de les persones amb discapacitat física.
2. Explorar els models de relacions interpersonals derivats de la participació d'aquest grup d'esportistes en diferents competicions esportives.
3. Explorar els models de relacions interpersonals que se succeeixen entre els i les nedadores del Club Fídiades en els diferents entrenaments.
4. Descriure els nivells d'implicació de les famílies i els grups de pares en les activitats derivades de la pràctica d'aquest esport pels i per les nedadores amb discapacitat física.
5. Valorar el nivell de satisfacció dels i de les nedadores del Club Fídiades de la pràctica d'aquest esport.

El disseny emprat en aquesta investigació es fonamenta en una metodologia d'estil descriptiu, la finalitat de la qual s'orienta a la comprensió profunda i exhaustiva d'una realitat singular (Arnal, Del Rincón, & Latorre, 1992). La seva elecció rau en la possibilitat que ens ofereix per obtenir informació bàsica per a la presa de decisions i aportar coneixements sobre situacions, actituds i comportaments. De manera concreta, el nostre disseny metodològic se sustenta en un dels tipus de mètode descriptiu, l'*estudi tipus enquesta*.

La població amb la qual es treballarà són els nedadors i les nedadores amb discapacitat física del Club Fídiades de Còrdova que participen en alta competició. El nombre d'esportistes que conformen la població és un total de 16, i s'ha disposat de la totalitat en la realització d'aquest treball. Aquest grup es caracteritza per ser de caràcter eminentment femení, pel fet que el 62,5 % dels i de les nedadores són dones. L'edat mitjana d'aquest grup és de 19,63 anys, i en té 12 la persona de menys edat i 35 la de més edat. Els diferents tipus de discapacitat que tenen les persones amb les quals s'ha fet la investigació són molt diversos, encara que tots són de caràcter físic i sensorial. Segons les dades aportades pel club, les dues discapacitats més freqüents són l'artrogriposi (12,5 %) i l'espina bífida (12,5 %).

Si ens centrem en l'ocupació, la gran majoria dels i de les esportistes es dediquen a estudiar, i només el 7,1 % treballa i el 14,3 % treballa i estudia de manera simultània. A continuació, i tractant d'explorar les característiques de l'entorn familiar d'aquest grup, trobem que el 100 % dels i de les esportistes viuen al si familiar.

En plantejar-nos aquesta investigació considerem que la tècnica de l'enquesta i, entre els instruments existents, el qüestionari eren els més idonis perquè les persones que componen la mostra d'estudi poguessin respondre'l. Fins i tot sabent que la grandària d'aquesta és molt petita (disposem de la totalitat d'esportistes del Club Fídiades), es va considerar l'instrument millor adaptat a les respostes possibles per part de persones amb discapacitat.

Els qüestionaris van ser omplers pels i per les esportistes en col·laboració amb els pares i les mares a causa de la dificultat manifestada pels primers per dur a terme la resolució de les qüestions plantejades de manera individual i de la seva destresa a l'hora de respondre a aquestes mateixes preguntes en un format d'entrevista en profunditat.

En un segon moment, vam fer una entrevista estandarditzada i en profunditat a l'entrenadora del Club Fídiades. En aquesta entrevista ens vam centrar en aspectes més específics que no podien ser recollits amb el qüestionari, com dades específiques del club, valoració de les instal·lacions, relacions entre diversos clubs de natació, percepció del nivell motivacional dels i de les esportistes, esport de competició de persones amb discapacitat, nivell d'implicació de les famílies, autonomia percebuda dels i de les nedadores i expectatives.

Resultats obtinguts

A continuació s'exposen els resultats atenent a les dimensions que constitueixen el problema objecte d'estudi.

Autonomia i motivació

La motivació es refereix, des de la perspectiva mostrada per Casis i Zumalabe (2008), al perquè de la intensitat i de la direcció del comportament. La intensitat del comportament està en estreta relació amb el grau d'esforç que s'activa per aconseguir un comportament o tasca, i la direcció del comportament es refereix a l'orientació que adopta aquest, és a dir, indica si l'individu

Motivació	Mitjana	S
M'agrada practicar natació	5,00	,000
M'agrada participar en competicions esportives	4,94	,250

Taula 1

Motivació dels i de les esportistes

Autonomia	Mitjana	S	N
Des que practico aquest esport sento que tinc un major nivell d'autonomia	4,06	1,124	16
Quan nedo, m'oblido de les possibles dificultats que m'ocasiona tenir una discapacitat	4,56	0,727	16

Taula 2

Nivell d'autonomia dels i de les esportistes

Suport de l'entorn familiar	Mitjana	S
La meua família m'anima a continuar practicant aquest esport	4,81	0,403
Quan acudeixo a alguna competició, la meua família m'acompanya	3,19	1,471

Taula 3

Suport de l'entorn familiar

s'aproxima a una situació particular o l'evita. Si la motivació pot determinar això, tindrà una gran influència sobre el rendiment de l'esportista, per la qual cosa és un aspecte important en la realització de la pràctica esportiva.

Amb referència a la motivació dels i de les esportistes del Club, obtenim que el 100 % de la mostra té una alta motivació per acudir als entrenaments (mitjana = 5) i participar en les competicions esportives que es proposen des de les federacions i des del mateix Club (mitjana = 4,94) (taula 1).

Ara bé, si analitzem l'entrevista que es va fer a l'entrenadora del Club de manera personal, ella va contestar: "El nivell motivacional dels i de les esportistes amb discapacitat és exactament igual que en els casos d'esportistes sense discapacitat." Aquesta intervenció confirma les dades anteriors i normalitza els nivells motivacionals envers la pràctica esportiva i la consegüent competició de la natació.

Situant-nos en la dimensió d'autonomia, entesa com "la condició que té un individu de no dependre de la decisió d'un altre per fer una cosa" (Muñoz, 2008, p. 1), cal destacar que els resultats obtinguts en els qüestionaris són una mica curiosos (taula 2), ja que el nivell d'autonomia de les persones que componen la mostra és molt més elevat des que practiquen esport, i més en concret des que practiquen l'esport de la natació al Club Fidiás (mitjana = 4,06). L'esport de la natació facilita que els i les esportistes amb discapacitat s'oblidin de les seves limitacions i puguin afrontar un estil de vida de la mateixa manera que ho fa una persona sense discapacitat (mitjana = 4,56).

Basant-nos en les respostes emeses per l'entrenadora en l'entrevista, aquests resultats es validen:

Crec que practicant esport i, més en concret, que practicant l'esport de la natació les persones amb discapacitat augmenten el seu nivell d'autonomia. Aprenen a valer-se per si mateixes; aprenen que en la vida tot és una lluita constant, igual que en la natació; aprenen a funcionar al seu dia a dia. Milloren la seva condició física, que és bastant important a l'hora d'aconseguir una plena autonomia de les persones amb discapacitat i gràcies a la qual poden valdre's per si mateixes.

Suports de l'entorn familiar i social pròxim

La següent dimensió tracta els suports rebuts tant en l'àmbit familiar com en el social en els diferents moments en què aquests esportistes practiquen la natació i participen d'aquesta.

Observant les dades de la taula 3, percebem que la gran majoria d'esportistes són animats per les seves famílies perquè continuïn practicant aquest esport de la natació (mitjana = 4,81). Però en contraposició, a l'hora d'acompanyar l'esportista a alguna de les competicions els valors obtinguts no són gaire alts, amb la qual cosa hi ha famílies que no acompanyen els seus esportistes a la pràctica de la natació en competició (mitjana = 3,19).

En aquest apartat, l'entrenadora va definir el nivell d'implicació de les famílies dels i de les esportistes de la manera següent:

Quan jo vaig entrar en aquest món, creia que no tindria els problemes que he tingut amb altres nedadors en altres clubs: les notes, els exàmens, el fet que deixin d'acudir als entrenaments, la planificació cal canviar-la ràpidament perquè ha faltat dos dies perquè calia

estudiar, etc. Jo pensava que com que aquest esport és molt beneficiós per a ells, no deixarien d'entrenar per cap tema dels abans esmentats. Però em vaig equivocar, i ara em veig en la mateixa situació que abans. Els pares estan molt encantats que els seus nens entrenin, treballin, etc. Ells van veient les seves millores, van veient com un va agafant força, agilitat i habilitat per baixar i pujar a la cadira, que són independents per fer les seves feines domèstiques, i n'estan encantats. Però quan arriba l'època d'exàmens, comencen alguns problemes de falta a l'entrenament, etc. I per tant, la meua conclusió és que hi ha implicació, però m'agradaria que n'hi hagués molta més.

Els i les esportistes, a més de valorar els suports rebuts des de l'àmbit familiar, també tenen molt en compte els suports que reben des de l'àmbit social pròxim (taula 4). Si el problema d'investigació era la natació adaptada com a eina d'inclusió social, cal dir que les altes puntuacions obtingudes fan que la natació sigui una bona eina per fomentar la inclusió de les persones amb discapacitat, pel fet que el nombre d'amistats dels i de les esportistes augmenta bastant quan entrenen i competeixen en l'esport de la natació (mitjana = 4,25), ja no sols amb els altres nedadors i nedadores que conformen el club, sinó amb els nedadors i nedadores d'altres clubs amb què es relacionen en les diferents competicions a què acudeixen (mitjana = 3,88). També és veritat que el suport rebut pels grups d'iguals quan acudeixen a alguna competició és bastant baix, i molt pocs reben la visita de les seves amistats en les competicions (mitjana = 2,13). No obstant això, i amb una mitjana de 3,81, es confirma que la gran majoria d'ells i elles reben suport de les seves amistats per continuar practicant natació.

Relacions interpersonals

D'altra banda, també estàvem interessats a saber la seva visió sobre les relacions interpersonals que es produïen dins el mateix club, i a això l'entrenadora va aportar la seva visió amb aquesta resposta:

Quan apareix un nedador nou, un nedador que hem captat, que té bones perspectives de futur i que vol entrenar –perquè això cal voler-ho i no ho han de projectar els pares–, al primer dia arriba al club amb una mica de por, amb vergonya i tal; i tots m'han dit que semblava que em coneixien de tota la vida, han obert els braços i no he tingut cap problema per entregar-me.

Amb això cal dir que les relacions interpersonals que es produeixen dins el mateix club fomenten i beneficien la inclusió d'aquestes persones en la societat, atès que fan grups d'amistat per fer altres activitats i que conformen la seva vida diària.

Els resultats obtinguts en l'entrevista coincideixen amb els resultats obtinguts en el qüestionari (taula 5). Tant l'entrenadora com els membres del Club opinen que les relacions interpersonals fomenten el bon clima, motiven els nedadors a acudir als entrenaments i competicions, etc. A més a més, es creen grups d'amics i amigues que persisteixen en les seves tasques quotidianes, s'ajuden els uns als altres, surten i es relacionen fora de les activitats proposades pel Club, etc.

Suport de l'entorn social	Mitjana	S
Des que practico aquest esport tinc un nombre més gran d'amistats	4,25	0,683
Les meves amistats m'animen perquè continuï practicant natació	3,81	1,276
Els meus amics i amigues solen acudir a les competicions en què participo	2,13	1,455
Acudir a competicions esportives amplia el meu ventall d'amistats	3,88	1,310

▲
Taula 4
Suport de l'entorn social

Relacions interpersonals	Mitjana	S
Els companys del club ens ajudem els uns als altres quan tenim dificultats	4,81	0,403
M'agrada ajudar els meus companys d'equip	4,81	0,403
Demano ajuda als meus companys quan la necessito	4,63	0,806
Tinc bons amics i bones amigues entre els meus companys del Club Fidis	4,69	0,602
Mantinc relacions amb els membres de l'equip fora dels entrenaments	3,75	1,612

▲
Taula 5
Valoració de les relacions interpersonals

Entrenadora	Mitjana	S
L'entrenadora ens tracta a tots igual	4,64	0,633
L'entrenadora potencia les relacions interpersonals entre els components de l'equip	4,56	0,727
Accepto les normes de treball de l'entrenadora	4,81	0,403
En definitiva, estic satisfet amb l'entrenadora	4,94	0,250

Taula 6

Valoració del treball de l'entrenadora

Satisfacció	Mitjana	S
Des que practico aquest esport em sento millor físicament	4,44	0,727
La pràctica d'aquest esport m'ajuda a consolidar la meua estabilitat psicològica i emocional	4,06	0,929
En definitiva, estic satisfet amb la meua participació al Club Fídias	4,88	0,342

Taula 7

Nivell de satisfacció

Entrenadora

Alles (2009, p. 199) va definir la competència d'entrenador com la "capacitat per formar altres persones tant en coneixements com en competències. Implica un esforç genuí per fomentar l'aprenentatge a llarg termini i/o el desenvolupament dels altres, més enllà de la seva responsabilitat específica i quotidiana".

A través del qüestionari estandarditzat vam fer una sèrie de preguntes en relació amb l'entrenadora que van ser contestades pels i per les esportistes del club. Les puntuacions van ser molt altes (*taula 6*), és a dir, tots se sentien tractats per igual pel que fa a l'entrenadora, tots van donar una puntuació molt alta a la potenciació per l'entrenadora de les relacions interpersonals dels esportistes, tots acceptaven les normes de treball imposades per l'entrenadora en els entrenaments i competicions esportives, i tots mostraven un alt nivell de satisfacció amb el tracte i el treball que l'entrenadora aportava al club.

Instal·lacions

Comptar amb unes instal·lacions adequades per donar resposta a les necessitats emanades de la pràctica de la natació es converteix en un aspecte essencial per a aquest esport. És per això que, sol·licitada la valoració de les instal·lacions del Club, els i les nedadores opinen que aquestes són acceptables (mitjana = 3,69; $s = 0,946$).

Aquesta mateixa pregunta es va formular en l'entrevista a l'entrenadora, i la seva resposta va ser la següent:

Les instal·lacions són una piscina que té aigua i no presenta problemes. El problema recau en els annexos a la piscina, per exemple, un dels majors problemes, que ja està solucionat, és la implantació de lliteres en els vestidors per dotar d'autonomia els nedadors i que ells sols puguin canviar-se.

Amb tot això, la pràctica de la natació per a persones amb discapacitat requereix tenir unes instal·lacions prou adaptades que permetin a l'esportista valer-se per si mateix, que afavoreixin i millorin l'autonomia de les persones i que permetin una autosuficiència sense haver de dependre de ningú per fer una activitat dins les mateixes instal·lacions.

Nivell de satisfacció

A l'últim, vam voler recollir informació sobre el nivell de satisfacció personal dels i de les esportistes des que practiquen natació (*taula 7*).

Els resultats obtinguts mostren que se senten molt millor físicament des que practiquen aquest esport (mitjana = 4,44). Així mateix, i a més de sentir-se millor personalment, la pràctica de la natació proporciona i consolida una estabilitat psicològica i emocional (mitjana = 4,06). En definitiva, tots els nedadors i nedadores del Club Fídias estan satisfets amb la seva participació en tot allò que concerneix el Club (mitjana = 4,88), tant entrenaments com activitats i competicions, amb les relacions que es forgen a dins i que després s'estabilitzen i persisteixen en altres àmbits no relacionats amb l'esport, etc.

Si ens centrem en les dades obtingudes en l'entrevista, en l'apartat del nivell de satisfacció també ens interessava conèixer com es trobava l'entrenadora del mateix Club, i aquesta és la seva aportació: "Cada dia que passa m'implico més, estic encantada i gaudeixo moltíssim del meu pas pel Club Fídias, i espero que això duri molt temps."

Correlacions bivariades dels elements constitutius del problema

Tractant de cercar relacions de causalitat entre les diferents dimensions formulades i que constitueixen el problema a investigar, hem volgut dur a terme un estudi correlacional a fi d'establir índexs de relació entre els elements que condicionen una bona pràctica esportiva i l'aportació d'aquesta a la inclusió en la vida en societat.

Per a això hem estimat la mitjana global així com la desviació típica de cadascuna d'aquestes dimensions, tal com pot comprovar-se a la *taula 8*.

Tal com pot apreciar-se, els elements constitutius del problema són valorats globalment i majoritàriament com a molt rellevants. No obstant això, és interessant establir una prelación d'aquests elements en virtut de l'ordre decreixent de valoració. Així, trobem com a element prioritari l'autonomia atorgada per a la pràctica d'aquest esport, seguit del paper fonamental que en aquest té l'entrenadora. També és rellevant la valoració de les relacions interpersonals generades, seguida de la satisfacció proporcionada per la pràctica d'aquest esport. A continuació apareixen les xarxes de suport familiar d'aquest grup d'esportistes, la possessió d'instal·lacions adequades, i en últim lloc es recull la valoració del suport del seu entorn social més immediat (amistats).

Dimensió	Mitjana	S
Autonomia	4,97	0,125
Motivació	4,31	0,925
Suport familiar	4,00	0,937
Suport social	3,52	1,181
Relacions interpersonals	4,54	0,765
Instal·lacions	3,69	0,946
Entrenadora	4,74	0,503
Satisfacció	4,46	0,666

▲
Taula 8

Valoracions generals de les dimensions que conformen els elements constitutius del problema

A continuació hem aplicat la prova de correlació de Pearson ($n. s. = 0,05$), i els resultats significatius són els que es mostren a continuació (*taula 9*).

Després d'una veure les dades aquí aportades, podem establir els següents comentaris d'interès:

- La *motivació* dels i de les nedadores del Club Fidiàs està íntimament relacionada amb la feina feta per l'entrenadora i els seus alts nivells de satisfacció.

Element	Estadístic	Motivació	Autonomia	Suport familiar	Suport social	Instal·lacions	Relacions interpersonals	Entrenadora
Autonomia	R Pearson	0,626**						
	p	0,009						
Suport familiar	R Pearson	0,000	0,366					
	p	1,000	0,163					
Suport social	R Pearson	0,288	0,669**	0,350				
	p	0,280	0,005	0,183				
Instal·lacions	R Pearson	-0,088	0,051	-0,299	-0,013			
	p	0,746	0,850	0,261	0,962			
Relacions interpersonals	R Pearson	0,061	0,364	0,111	0,589*	0,199		
	p	0,821	0,166	0,683	0,016	0,459		
Entrenadora	R Pearson	0,712**	0,634*	0,162	0,417	-0,254	0,152	
	p	0,004	0,015	0,580	0,138	0,382	0,604	
Satisfacció	R Pearson	0,717**	0,431	0,116	0,202	-0,135	0,039	0,650*
	p	0,002	0,096	0,669	0,452	0,618	0,885	0,012

** La correlació és significativa al nivell 0,01. * La correlació és significat al nivell 0,05

▲
Taula 9

Resultats de les correlacions bivariades dels elements constitutius del problema

- L'*autonomia* manifestada amb la pràctica d'aquest esport es deu, en gran mesura, als diferents suports socials rebuts així com a la feina d'entrenament i col·laboració que du a terme l'entrenadora del Club.
- Les *relacions interpersonals* que es produeixen en aquest entorn esportiu tenen una alta correlació amb els diversos elements que constitueixen el suport de l'entorn social dels i de les practicants de la natació.
- L'*entrenadora* es converteix, en la pràctica d'aquest esport, en una gran font de recursos i estratègies per a l'èxit que suposa l'elevada motivació per a la natació així com en un referent per al desenvolupament de l'autonomia personal i social.
- La *satisfacció* mostrada pels i per les nedadores està altament incentivada pels nivells de motivació aconseguits amb la pràctica esportiva i amb la feina feta per l'entrenadora.

Conclusions

Les dades obtingudes en aquest estudi permeten concloure que les persones amb discapacitat veuen que millora el seu desenvolupament emocional i social a través de les activitats físiques en el medi aquàtic. Aquest desenvolupament es produeix en els entrenaments i competicions a què acudeixen a través de les diferents federacions i consells d'esports, i gràcies als quals les relacions socials de les persones amb discapacitat augmenten i fan que el seu nivell d'autoconcepte i autoestima es vegi reforçat. A més a més, els beneficis físics que produeix la pràctica de la natació en persones amb discapacitat tenen la seva repercussió en l'àmbit emocional, ja que aquesta millora física proporciona més autonomia en la vida diària, la qual cosa fa que l'esportista tingui una sensació d'independència que el porti a intentar fer el màxim possible en situacions reals, i això millora la seva situació emocional.

Com bé mostren els resultats, la participació en competicions esportives i els mateixos entrenaments que es fan en l'àmbit del Club fomenten les relacions interpersonals entre els i les esportistes. A més a més, aquestes competicions fomenten un altre tipus de relacions socials, que no són les interpersonals del mateix Club, sinó que es produeixen entre els nedadors del Club Fidias i els nedadors d'altres clubs contra els quals competeixen a nivell provincial, autonòmic, nacional i internacional.

Amb aquest estudi, hem arribat a la conclusió que els entrenaments són un espai on hi ha un alt foment de les relacions interpersonals entre els i les nedadores del Club. És allí on aquests comparteixen una multitud d'experiències amb els seus companys i on es produeixen els grups de pares que en molts casos perduren fora del Club i dels esdeveniments relacionats amb la natació.

El nivell d'implicació de les famílies no és tan bo com agradaria a tots els membres que componen el Club (entrenadora i esportistes). La pràctica de la natació adaptada milloraria si les famílies tinguessin un major nivell d'implicació acudint a esdeveniments esportius on participessin els familiars, així com intentant motivar i posant de manifest la seva preocupació pel que li passi a l'esportista en els diversos entrenaments i competicions.

Són molt pocs els amics i amigues dels esportistes que acudeixen per donar-los suport en algun esdeveniment esportiu en què competeixin. Això fa que les relacions socials fora de l'entorn de la natació es vegin una mica deteriorades a causa de la poca preocupació dels grups de pares pels esdeveniments que per a aquests esportistes són importants en les seves vides.

El nivell de satisfacció dels i de les esportistes tant amb la pràctica de la natació adaptada com amb l'entrenadora, els companys i companyes del Club és molt alt; no obstant això, el nivell de satisfacció tant de l'entrenadora com dels i de les esportistes respecte a les instal·lacions per a l'exercici de la seva pràctica no és gaire elevada, la qual cosa repercuteix en una limitació en l'exercici de la seva autonomia i, per tant, en el foment global de la seva inclusió social.

L'objectiu principal d'aquest treball ha consistit a valorar l'esport, i més concretament la natació adaptada per a persones amb discapacitat física, com una estratègia d'inclusió social, i aquesta estratègia ha quedat demostrada de manera significativa. De la seva pràctica s'han derivat alts nivells de satisfacció per part dels seus practicants i efectes positius en la incorporació d'aquests a la vida social.

Referències

- Alles, M. (2009). *Rol del Jefe. Cómo ser un buen jefe*. Buenos Aires (Argentina): Granica.
- Arnal, J.; Del Rincón, D., & Latorre, A. (1992). *Investigación educativa: fundamentos y metodología*. Barcelona: Labor.
- Cabrera, P. J., Rubio, M.ª J., Fernández, Y., Alexandres, S., Rúa, A., Fernández, E. ... Malgesini, G. (2005). *Nuevas tecnologías y exclusión social*. Madrid: Fundación Telefónica
- Casis, L., & Zumalabe, J. (2008). *Fisiología y psicología de la actividad física y el deporte*. Barcelona: Elsevier

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