

Implementación de un programa de Intervención terapéutica en actividades pre-deportivas y recreativas adaptadas en niños con discapacidad. El caso del Instituto Nacional de Rehabilitación

Implementing a therapeutic intervention in pre-sport and adapted recreative activities in children with disabilities. The experience of Instituto Nacional de Rehabilitacion

Roxana Leonor Ruiz-Pingo^{1, a}

RESUMEN

Se reporta el caso de la implementación de un programa de deporte adaptado en niños con discapacidad realizada en el Instituto Nacional de Rehabilitación con la finalidad de dar a conocer las facilidades, oportunidades, limitaciones y dificultades que se presentaron. Se inició con la elaboración de guías del programa de deporte hasta su aplicación.

PALABRAS CLAVE: Deportes para personas con discapacidad, niños con discapacidad, rehabilitación. (**Fuente:** DeCS BIREME).

SUMMARY

We report the case of implementing an adapted sport program in children with disabilities in the Instituto Nacional de Rehabilitacion to make aware the opportunities, facilities, limitations and difficulties in its implementation. We started making guidelines of the sport program follow by its implementation.

KEYWORDS: Sports for persons with disabilities; disabled children, rehabilitation. (**Source:** MeSH NLM).

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud, el 15% de la población mundial, es decir más de mil millones de personas, padecen alguna forma de discapacidad. La actividad física realizada regularmente reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, cáncer de mama

y de colon, depresión y caídas. Así mismo, mejora la funcionalidad, determina el gasto energético, influye en el equilibrio calórico y el control del peso⁽¹⁾.

Se recomienda la práctica deportiva en personas con discapacidad porque presenta beneficios en los tres ámbitos en los que se desarrolla la persona. En el aspecto físico, mejora las alteraciones anatómicas,

¹ Departamento de Investigación, Docencia y Rehabilitación Integral en el Desarrollo Psicomotor, Instituto Nacional de Rehabilitación “Dra. Adriana Rebaza Flores” Amistad Perú-Japón. Lima, Perú.

^a Licenciada en Tecnología Médica, especialidad Terapia Física y Rehabilitación.

mejora el control motor grueso, permite adquirir nuevas experiencias motrices y evitar el sedentarismo y la atrofia. En el aspecto mental mejora la autoestima, permite conocer los límites, mejora la atención, la memoria y la concentración^(2,3). En el aspecto social, mejora la socialización, facilita la comprensión de normas y reglas, desarrolla actitudes de colaboración, facilita la integración, ocupa el tiempo de ocio y desarrolla la independencia^(4,5).

La actividad física va a depender de las necesidades y debe adaptarse a cada tipo de discapacidad⁽⁶⁾. Se puede modificar según los objetivos y los participantes, ajustando las reglas, el espacio y los materiales⁽⁷⁾.

Los deportes adaptados en el niño con parálisis cerebral tienen como objetivos mejorar fuerza muscular, flexibilización, coordinación, equilibrio, función respiratoria, esquema e imagen corporal, orientación espacial, confianza, mantener el peso ideal y la integración social. Se realiza en la edad escolar cuando el niño se ha desarrollado física y mentalmente⁽⁸⁾.

El Instituto Nacional de Rehabilitación (INR) - siguiendo los lineamientos del Estado y basándose en la legislación peruana, como la Ley General de la Persona con Discapacidad⁽⁹⁾ - inició el programa de deporte adaptado a nivel de uno de sus departamentos en pacientes adultos con lesiones neurológicas, en el año 2013. En febrero del 2015, se conformó el Comité de Deporte del INR, aprobándose la participación de los diferentes departamentos, entre ellos del Departamento de Desarrollo Psicomotor. En este contexto, se propuso implementar un programa de deporte adaptado en niños con discapacidad con la finalidad de brindar nuevas herramientas para mejorar la calidad de vida de los niños, su participación e inclusión social.

El objetivo de este reporte fue describir las facilidades y los obstáculos de la implementación del programa de deporte en niños con discapacidad en el INR.

PRESENTACIÓN DEL CASO

El programa de deporte se desarrolló con la finalidad de complementar la atención asistencial de los niños con discapacidad. La implementación comprendió los siguientes aspectos: elaboración del programa de intervención terapéutica de actividades pre-deportivas y recreativas adaptadas en niños

con discapacidad, asignación de recursos humanos, infraestructura, materiales y equipos, control de actividades y aplicación del programa.

Elaboración del programa de intervención terapéutica de actividades pre-deportivas y recreativas adaptadas en niños. En marzo del 2015 se conformó el comité de deporte del INR con expediente N°035-2015-SA-DG-INR (10), que dio inicio a la elaboración del documento del programa de intervención, en el que se describieron las actividades: slalom en silla de ruedas, carrera de obstáculos, fútbol, vóley sentado, básquet. Dentro de cada deporte se realizaron modalidades recreativas y de calentamiento previo a la actividad propiamente dicha - pase globo, boliche y lanzamiento de aro -, así como actividades de enfriamiento al terminar el deporte.

Los criterios y requisitos para ingresar al programa de deporte fueron: edad entre 5 y 12 años, no presentar contraindicaciones para realizar actividad física aeróbica, contar con habilidades sociales elementales (seguimiento de órdenes básicas, capacidad de esperar su turno, ausencia de conductas agresivas). Las contraindicaciones para no participar en el programa de deporte fueron: restricción cardiopulmonar, convulsiones no controladas, patología degenerativa, desnutrición, alteración de las funciones vitales, patología aguda (p. ej., procesos respiratorios altos, fiebre).

Los niños que no tenían buen control de tronco y pelvis pero sí presentaban algún movimiento en miembros superiores conformaron el programa de deporte para pacientes severos. Con estos pacientes se trabajó los deportes slalom, vóley sentado y básquet. Los niños que presentaron patrón de marcha fueron derivados a fútbol y básquetbol.

Recursos humanos. Un médico de la especialidad de Medicina Física y Rehabilitación, dos tecnólogos médicos en la especialidad de Terapia Física y Rehabilitación y un personal de apoyo (técnico en rehabilitación) integraron el programa de deporte inicialmente. Luego, debido a la afluencia de pacientes se integró a un terapeuta más. En cuanto a las capacitaciones, se realizó de manera anual un congreso de deporte adaptado, organizado por el comité de deporte del INR.

Materiales y equipos. Para la ejecución, se necesitaron pelotas de diferentes tamaños, depósitos para guardar los objetos, canasta de básquet,

rompecabezas, globos, tiza, marcadores, pizarra, plumones. Se inició utilizando materiales prestados de los servicios de otras terapias, así como materiales de elaboración propia. Posteriormente, se realizaron solicitudes para la compra de nuevos materiales a través de la institución.

Infraestructura. Se gestionó la documentación para solicitar el espacio destinado a realizar los deportes, en este caso, el patio principal de la institución, que tiene un área aproximada de 100 m² para realizar actividades deportivas.

Control de las actividades. El médico y los terapeutas a cargo del programa realizaron coordinaciones periódicas a nivel de departamento y también se realizaron reuniones de dos veces al mes con el Comité de Deporte del INR. Estas tuvieron por finalidad unificar criterios, reforzar objetivos, evitar fallas, tomar decisiones, solicitar permisos, para mantener comunicación constante acerca de lo que se realizaba, los cuales se registraban en un acta o cuaderno de reuniones señalando la fecha y hora de la reunión.

Aplicación del programa. Se desarrolló el programa de intervención terapéutica de actividades pre-deportivas y recreativas adaptadas en niños con discapacidad en el tratamiento terapéutico. Los niños eran agrupados de acuerdo a la funcionalidad, tres niños por cada terapeuta, el tiempo de la atención constaba de dos horas, el cual estaba dividido por fases como la de preparación o calentamiento, el deporte propiamente dicho y la fase de enfriamiento y dentro de ellas momentos de reposo de recuperación e hidratación.

Facilitadores

La institución tomó acciones para implementar el programa de intervención terapéutica de actividades deportivas y recreativas adaptadas en niños con discapacidad, conformando el comité de deportes adaptados con la finalidad de organizar y conducir la práctica deportiva de los pacientes contribuyendo a la eliminación de barreras para la integración social, el compromiso de los profesionales para iniciar el proyecto, disponibilidad de tiempo y horarios, capacitaciones anuales en temas relacionados a deportes adaptados, reuniones frecuentes con los integrantes del equipo para discutir, organizar y tomar acuerdos; coordinación con los otros departamentos de la institución para los horarios de utilización

del patio, tramites documentarios administrativos como solicitudes fueron realizados por las áreas correspondientes a tiempo y con prioridad.

Obstaculizadores

El documento del programa de intervención terapéutica de actividades deportivas y recreativas adaptadas en niños con discapacidad aún no se pudo concluir por la alta demanda de pacientes en espera para atención, en un primer momento, solo trabajaban dos terapeutas sin embargo viendo la necesidad de la demanda, con el tiempo se incorporó un terapeuta más para atenuar estas necesidades; el uso del patio compartido para otras actividades debido a falta de espacios que dificulta los desplazamientos ya que se podría producir accidentes con los pacientes de otros departamentos durante la actividad, necesidad de infraestructura con dimensiones y características técnicas para realizar deportes adaptados con niños, aún se cuenta asignación presupuestal para la ejecución del programa por ser un programa de intervención en desarrollo.

DISCUSIÓN

El reporte describe la implementación del programa de Intervención terapéutica en actividades pre-deportivas y recreativas adaptadas en niños con discapacidad en una institución de salud de rehabilitación; que inició en el año 2015, se evaluaron las facilidades y los obstáculos (figura 1).

Nuestros hallazgos en la aplicación del programa de intervención terapéutica desde el año 2015 al 2019, se encontró un aumento progresivo del número de atenciones y también un porcentaje mayor de atenciones en niños, en el año 2015 de 1 352 atenciones

Tabla 1. Atenciones del programa de Intervención Terapéutica de actividades deportivas y recreativas adaptadas para niños con discapacidad 2015-2019.

Año	Femenino	Masculino	Total
	n (%)	n (%)	n
2015	441 (32,62)	911 (67,38)	1 352
2016	550 (38,81)	867 (61,19)	1 417
2017	636 (31,72)	1 369 (68,28)	2 005
2018	755 (32,01)	1 604 (67,99)	2 359
2019	684 (27,93)	1 765 (72,07)	2 449

Fuente: Instituto Nacional de Rehabilitación "Dra. Adriana Rebaza Flores" Amistad Perú-Japón. Lima, Perú.

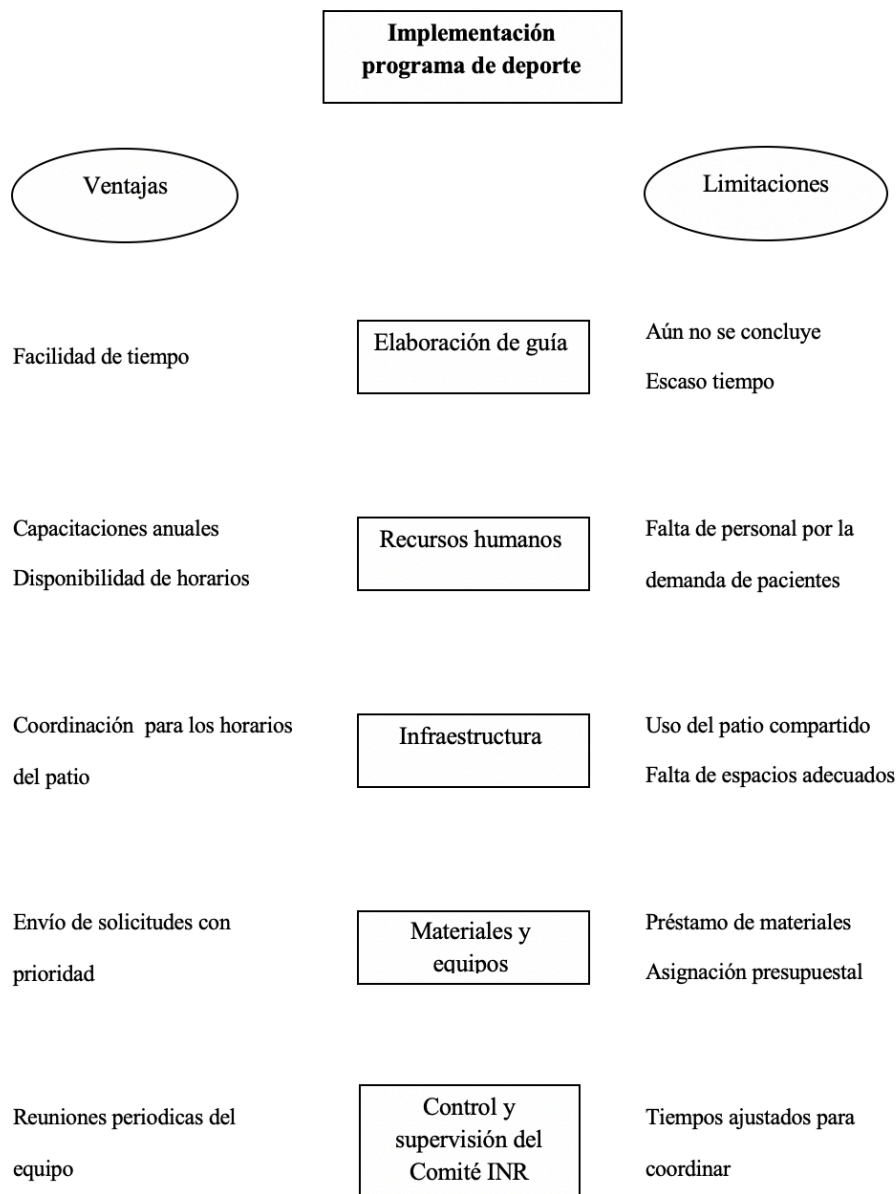


Figura 1. Ventajas y limitaciones en la implementación del programa.

el 32,62% eran niñas mientras que el 67,38% fueron niños, en el año 2016 de 1 417 atenciones el 38,81% fueron niñas mientras que el 61,19% eran niños, en el año 2017 de 2 005 atenciones el 31,72% fueron niñas y 68,28 eran niños, en el año 2018 de 2 359 atenciones el 32,01% eran niñas mientras que el 67,99 % eran niños, en el año 2019 de 2 449 atenciones el 27,93 eran niñas mientras que el 72,07 eran niños. Estos hallazgos nos indican la necesidad de continuar con la implementación de la terapia deportiva como parte de rehabilitación integral.

Se concluye que, implementar el programa de intervención terapéutica en actividades pre-deportivas

y recreativas adaptadas en niños con discapacidad, es importante, debido al beneficio que existe, tanto a nivel motor, mental, social, además de favorecer su motivación y deseo de superación e independencia mejorando la calidad de vida del niño^(2,3,5). Se ha observado la satisfacción de los padres con los resultados positivos de sus hijos como la mejora la participación con sus pares en el entorno.

Por ello se requiere, continuar fortaleciendo el recurso humano y sus competencias, coordinación y reestructuración de horarios, mejorar la infraestructura de acuerdo a requerimientos técnicos para prácticas deportivas, identificar otras áreas para la realización

de las actividades deportivas, optimizar el uso de espacios como las salas de usos múltiples, adquisición de materiales requeridos de acuerdo al programa propuesto que contara con plan de implementación.

Este trabajo es importante porque es el primer paso para futuras investigaciones, se debe de continuar investigando para medir el impacto del Programa de intervención terapéutica en actividades pre-deportivas y recreativas adaptadas en niños con discapacidad y así contar con un modelo de aplicación que podría masificarse a nivel de otros establecimientos de salud.

Declaración de financiamiento y de conflictos de intereses:

Este trabajo recibió apoyo del Instituto Nacional de Rehabilitación “Dra. Adriana Rebaza Flores” Amistad Perú-Japón. Lima, Perú para su elaboración. La autora niega tener conflicto de intereses.

Correspondencia:

Roxana Leonor Ruiz-Pingo
Instituto Nacional de Rehabilitación “Dra. Adriana Rebaza Flores”
Av. Prol. Defensores del Morro, cuadra 2, Chorrillos, Lima, Perú
Correo electrónico: roxanar_2@hotmail.com

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. World Health Organization. Resumen informe Mundial sobre la Discapacidad. Ginebra: World Health Organization; 2011. (Citado el 16 octubre de 2018) Disponible en: http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/summary_es.pdf
2. Lankhorst K, Ende-Kastelijn K, Groot J, et al. Health in Adapted Youth Sports Study (HAYS): health effects of sports participation in children and adolescents

- with a chronic disease or physical disability. Springerplus. 2015; 4:796. doi: 10.1186/s40064-015-1589-z
3. Côté-Leclerc F, Boileau G, Bolduc P, et al. How does playing adapted sports affect quality of life of people with mobility limitations? Results from a mixed-method sequential explanatory study. Bio Med Central. 2017; 15: 22. doi: 10.1186/s12955-017-0597-9
4. Reina R, Sanz D, Mendoza N. Fundamentos del deporte adaptado y la discapacidad. En: Sanz D. El tenis en silla de ruedas. Barcelona: Editorial Paidotribo; 2003. p. 23- 24.
5. Hernández F. El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. Apuntes. 2000; 2(60):46-53.
6. Asun S. Actividad física y deporte adaptado a personas con discapacidad. Zaragoza: Prensas de la Universidad de Zaragoza; 2016.
7. Giménez J, Sáenz-López P. Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva; 2003
8. Pardo EJ. Parálisis Cerebral. En: López M. Fisiología clínica del ejercicio. Madrid: Médica Panamericana; 2008. p. 219-234.
9. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. Reglamento de la ley n°29973, ley general de la persona con discapacidad decreto supremo n° 002-2014-MIMP. Lima: Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables; 2014.
10. Instituto nacional de rehabilitación .Resolución Directoral N°035-2015-SA-DG-INR, conformación del comité de deporte del instituto nacional de rehabilitación. Lima: Instituto Nacional de Rehabilitación; 2015.p. 2. (Citado el 16 octubre de 2018) Disponible en: <https://www.inr.gob.pe/transparencia/transparencia%20inr/resoluciones/2015/RD%20035-2015-SA-DG-INR.pdf>

Recibido: 20/12/2019
Aceptado: 27/12/2020