

Hospi

ESPORT

C/ Monestir de Poblet, 30-32
46015 València
Tel. 963.465.726 - Fax 963.483.756
presidencia@fesa.es



PROGRAMA DEPORTIVO dirigido a personas con discapacidad

PROGRAMA ESPORTIU DIRIGIT A PERSONES AMB DISCAPACITAT



Calidad de Vida / Readaptación Funcional / Reinserción Social

Calitat de Vida / Readaptació Funcional / Reinserció Social





Hospi Sport es un programa de salud, integración, normalización e inclusión social mediante la actividad física adaptada de base para personas con discapacidad en los centros hospitalarios públicos y/o concertados y equipos de atención primaria de la Comunitat Valenciana.

Este programa está desarrollado por la Generalitat Valenciana, a través de las Consellerías de Sanitat, Benestar Social y Cultura i Esports, FESA y otras entidades colaboradoras, y juega un importante papel en los planes de rehabilitación de personas con discapacidad.



**CALIDAD DE VIDA,
READAPTACIÓN FUNCIONAL
Y REINserción SOCIAL**

El objetivo principal del programa es favorecer el proceso de readaptación funcional y reinserción social a través del trabajo físico y la fisiología del esfuerzo, desde un concepto de salud global (física, recuperación psíquica y de relación social) en pacientes con enfermedades crónicas discapacitantes. Todo ello se realiza desde una visión de equipo pluri-disciplinar con implicación de los profesionales de la salud y la educación física.

Hospi Sport facilita al usuario el abandono del ambiente estrictamente hospitalario para realizar su actividad física en otras instalaciones compartidas con todo tipo de usuarios de forma progresiva. A través de una amplia red de actividades deportivas, los usuarios pueden desarrollar multitud de actividades desde la perspectiva de la actividad física y el deporte base. Ello les proporciona un tiempo de ocio activo agradable, y contribuye a la conservación y mejora de las capacidades físicas y mentales, aumenta su autoestima y favorece el proceso de socialización.

02

Usuarios

El programa está dirigido a pacientes con discapacidad controlados en los centros hospitalarios de la Comunitat Valenciana, bien sean hospitalizados de larga estancia o derivados a través de “consultas externas”.

Perfil de los usuarios por discapacidades

Físicas

Tetraplejas, paraplejas, espinas bífidas, amputados y multi-amputados, enfermedades musculares y reumatológicas, parálisis cerebral, otras.

Intelectuales

Cognitivas, Síndrome de Down, otras.

Sensoriales

Discapacidad visual, discapacidad auditiva.

Físicas Internas o Fisiológicas

Transplantes, politransplantes.

Instalaciones

Para el desarrollo de **Hospi Sport** aparte de las instalaciones de los centros hospitalarios se cuenta con una serie de instalaciones públicas perfectamente acondicionadas a los requisitos propios del deporte adaptado donde se desarrollan las actividades físico-deportivas.

HOSPITALES Y CENTROS DE REFERENCIA ACTUALES:

- ➔ HOSPITAL ALCOI “VIRGEN DE LOS LIRIOS”
- ➔ HOSPITAL GENERAL UNIVERSITARIO DE ALICANTE
- ➔ HOSPITAL CONSORCIO PROVINCIAL DE CASTELLÓN
- ➔ HOSPITAL GENERAL DE CASTELLÓN
- ➔ HOSPITAL REQUENA
- ➔ HOSPITAL UNIVERSITARIO LA FE DE VALENCIA
- ➔ Centros de salud EAP.
- ➔ COMARCA L’HORTA NORD

03



Objetivos del programa

Las actividades físicas adaptadas juegan un papel importante en los planes de rehabilitación, integración, normalización e inclusión social destinados al colectivo de las personas con discapacidad, actuando con los siguientes objetivos primordiales:

Sanitarios

Completar el proceso de rehabilitación desde una perspectiva multidisciplinar: profesionales de la educación física y de la salud con el nexo historia clínica o historia de salud de atención primaria.

Socio-comunitarios

Favorecer los procesos de integración, sensibilización, normalización e inclusión social.

Educación física y promoción deportiva

Fomentar la práctica del deporte adaptado como una forma de ocupación del tiempo libre plena y significativa.
Promover el deporte adaptado en la Comunitat Valenciana.

Particulares

Beneficios biológicos o fisiológicos, psicológicos y de relación social.



04



Fases del programa

PRIMERA FASE

Intrahospitalaria, con el correspondiente tratamiento kinesiterápico clásico. Incorporando poco a poco el **ejercicio terapéutico** no considerado como actividad física específicamente, pero que si representa una actividad neuromuscular que sigue los mismos patrones fisiológicos que la actividad física.

SEGUNDA FASE

Intra y Extrahospitalaria, la llamada fase de **“Deporte Terapia”**. Esta fase nunca se iniciará hasta que las secuelas que presentan los usuarios estén estabilizadas. Busca mejorar la funcionalidad y aspectos motivacionales.

TERCERA FASE

Fase Extrahospitalaria, denominada de **“Iniciación al Deporte Adaptado”**, esta fase no deberá ser iniciada hasta que estén totalmente consolidadas las secuelas.

CUARTA FASE

Que va a presentar todo el abanico de posibilidades que ofrecen los Deportes Adaptados. Esta fase se realiza fuera del programa Hospi Esport, en los **Clubes Deportivos** u otras estructuras del deporte.

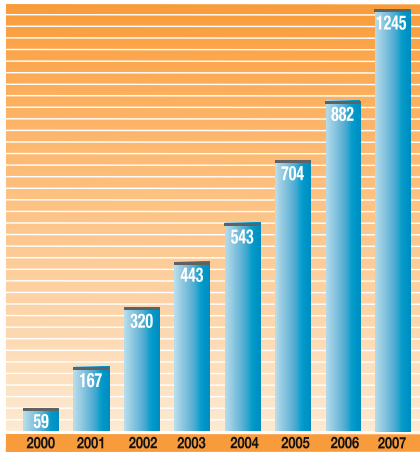
Ámbitos de las actividades físicas y los deportes adaptados

ÁMBITO TERAPÉUTICO

- ÁMBITO EDUCATIVO/FORMATIVO
- ÁMBITO DE SENSIBILIZACIÓN SOCIAL
- ÁMBITO DE OCIO Y TIEMPO LIBRE
- ÁMBITO COMPETITIVO

05

Beneficiarios



- ➔ Los beneficiarios acumulados, desde el inicio del programa en el año 2000 y hasta julio del 2007, han sido de 1.245 usuarios con gran discapacidad.
- ➔ Los beneficiarios totales en el 2006 han sido 358 usuarios.
- ➔ Durante 2006 se han producido 178 altas de nuevos usuarios.
- ➔ Durante el 2007 hasta el 31 de julio los beneficios han sido 363.

Actividades

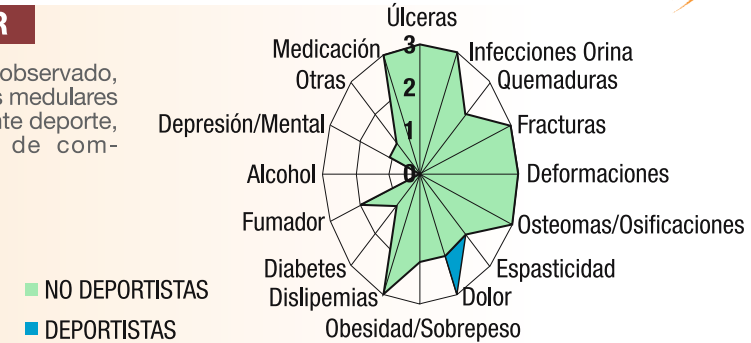
- ACTIVIDADES ACUÁTICAS
- AJEDREZ
- ATLETISMO
- BALONCESTO SILLA RUEDAS
- BUCEO PISCINA
- ESGRIMA SILLA RUEDAS
- INICIO FUERZA / MUSCULACIÓN
- POLIDEPORTE
- TENIS DE MESA
- TENIS SILLA RUEDAS
- TERAPIAS ECUESTRES
- TIRO CON ARCO
- JOCS TRADICIONALS
- BAILE TERAPIA

06

Algunos ejemplos de los beneficios del deporte

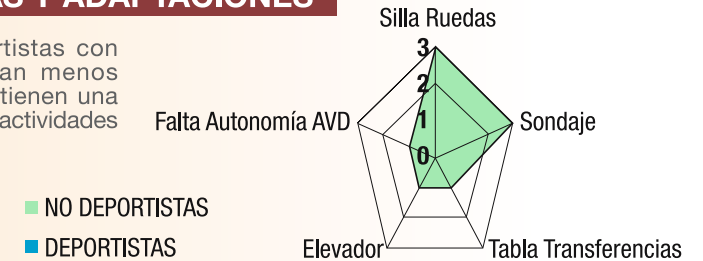
LESION MEDULAR

De estudios previos se ha observado, por ejemplo, en lesionados medulares que practican habitualmente deporte, una menor incidencia de complicaciones.



AYUDAS TÉCNICAS Y ADAPTACIONES

Otro ejemplo, los deportistas con lesión medular necesitan menos ayudas y adaptaciones, tienen una mayor autonomía para las actividades de la vida diaria.



➔ Parece ser que las personas con lesión medular que realizan algún tipo de actividad físico-deportiva seriada tiene como resultado subjetivo un mayor control sobre:

- La independencia física
- La movilidad y mejor uso de la silla de ruedas
- Una mejora en la ocupación adecuada del tiempo y un menor número de complicaciones
- Lo que redundaría en una mayor calidad de vida
- Los deportistas tienen un mejor tono vital, se encuentran emocional y mentalmente más fortalecidos y se previenen mejor frente a complicaciones futuras, tanto en el plano físico como en el mental.

07



INICIACIÓN A LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS ADAPTADAS

¿Cómo planteamos nuestra intervención?

Orientaciones Metodológicas

-Verificamos el nivel de partida del usuario en función del informe de interconsulta realizado por el médico especialista y de la exploración del técnico deportivo/educador físico para:

1. Afianzar habilidades motrices y profundizar en ellas a partir de los niveles constatados.
2. Decidir las cotas que hay que alcanzar.
3. Adaptar la actividad programada a las características de la persona con gran discapacidad.
4. Asegurar los ritmos del proceso enseñanza-aprendizaje estableciendo los apoyos necesarios en función de sus características y necesidades individuales.



- La intervención a través de la actividad física procura no sólo el ejercicio de tareas motrices con la finalidad de desarrollar las capacidades físicas que implican, sino también dotar de sentido útil los aprendizajes para que puedan utilizarse en distintos contextos, y sirvan para resolver problemas motores que a menudo se plantean.

- Tratamos de ofrecer la máxima autonomía al usuario, favoreciendo la exploración motriz a través de actividades que supongan la resolución de problemas de motricidad y el descubrimiento de soluciones propias.

- La organización de la actividad se plantea en un contexto de cooperación, fomentando el compañerismo y la aceptación de puntos de vista diferentes.

- Las normas elementales de seguridad e higiene están siempre presentes a la hora de planificar y desarrollar la actividad: consideración de los factores de riesgo y adopción de medidas preventivas, establecimiento de normas de uso de instalaciones y materiales para disminuir el riesgo de siniestros, habituar al usuario a la utilización de las prendas apropiadas para la actividad, aseo personal, etc.

- El educador físico o técnico deportivo, en todo momento busca la realización de la actividad en un tono lúdico y placentero para el usuario, procurando en todo momento la realización de gestos para la salud física y mental.



¿Cómo nos coordinamos con el especialista médico?

El objetivo principal de la coordinación es doble:

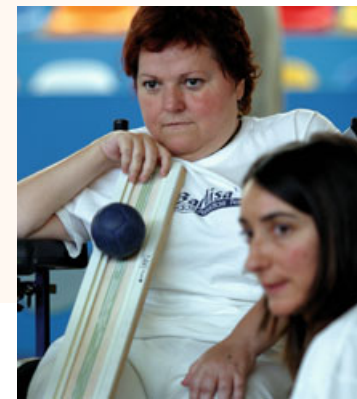
- Proporciona una mejora continua en el proceso de readaptación funcional y reinserción social a través del trabajo físico.
- Contribuir a la implementación de la historia de salud / deportiva.

...y se realiza de forma:

Continua. Ello nos permitirá obtener información constante acerca de la evolución del usuario, reorientando, si es el caso, nuestra actuación en busca de los objetivos perseguidos.

Integral. En la evaluación consideraremos, no sólo la adquisición y mejora de las diversas capacidades psicofísicas, sino también la actitud ante la actividad y las capacidades de relación y comunicación con los compañeros y con el educador.

Individualizada. La evaluación se ajustará a las características del proceso de aprendizaje de cada usuario. Las metas que cada uno ha de alcanzar se fijan a partir de criterios derivados del nivel de partida verificado por el equipo de salud, el educador físico y/o el técnico deportivo.





¿Qué esperamos conseguir del usuario?

Objetivos

- Aumentar las posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento y la mejora de las capacidades de sus funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación.
- Conocer y valorar los efectos que tiene la práctica habitual y sistemática de actividades físicas en su desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y de salud.
- Planificar y llevar a cabo actividades que le permitan satisfacer sus propias necesidades.

¿Qué esperamos conseguir del usuario?

Conceptos

- Habilidades y destrezas motrices básicas.
- Capacidades físicas básicas.
- Fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del deporte adaptado.
- Hábitos higiénicos y de salud en la actividad física.

Procedimientos

- Integración de las destrezas motrices básicas en específicas propias de la modalidad en cuestión, (desplazamientos, recepciones, impactos, saltos, coordinación). Adquisición y perfeccionamiento.
- Técnicas de respiración y relajación.
- Práctica tecnico-táctica del deporte adaptado.
- Práctica del deporte en situaciones de rendimiento o alto rendimiento.

