Terapia ocupacional en Deportistas Paralímpicos

Los Juegos Paralímpicos de París 2024 comenzaron la pasada semana con una ceremonia inaugural en la Plaza de la Concordia y los Campos Elíseos como escenarios principales. Chile compite con 28 deportistas, su mayor delegación en los 31 años de historia, desde su primera participación en Barcelona 1992.

Esta competencia es un espacio en el que los atletas con discapacidades demuestran al mundo su determinación y capacidad de superación. Detrás de estos logros se encuentra un equipo de profesionales que apoyan y potencian su desempeño, entre los cuales destacan los terapeutas ocupacionales. Estos profesionales juegan un papel crucial en la preparación y rendimiento de los deportistas paralímpicos, ayudándolos a alcanzar su máximo potencial y superar las barreras impuestas por sus discapacidades.

¿Cómo se identifica qué deporte inclusivo es más adecuado para una persona con discapacidad? La terapeuta ocupacional y docente adjunta de la carrera de Terapia Ocupacional de la Universidad de O’Higgins (UOH), Soledad Sánchez, explica que “como profesional de la salud centrado en la ocupación, puedo identificar, a través de una evaluación integral y personalizada, las habilidades y potencialidades con las que cuenta una persona, incluyendo las posibilidades de participar dentro de un deporte adaptado. Para ello, también será necesario considerar los entornos y las demandas que tiene cada tarea, pudiendo de esta forma compatibilizar los intereses con las competencias necesarias para desarrollar una actividad deportiva”.

Las personas con discapacidad enfrentan diversas barreras al

acceder a deportes inclusivos, como la desinformación sobre sus posibilidades de participación, la falta de espacios adaptados y la escasez de profesionales capacitados y equipamiento adecuado. “Es fundamental superar estas situaciones con campañas de sensibilización que muestren la importancia de la ocupación en todo ámbito de las personas con discapacidad. Como profesionales, tenemos el deber de capacitarnos e incentivar la participación en estos espacios que traen bienestar y crean comunidad entre quienes participan”, señala Soledad Sánchez.

El terapeuta ocupacional en el deporte inclusivo puede desempeñar un rol clave como gestor y educador, promoviendo la práctica deportiva en la comunidad. Además, motiva a los usuarios a participar y facilita su inclusión mediante adaptaciones personalizadas. “Esto puede incluir el ajuste de las capacidades a tareas específicas, el desarrollo de habilidades motoras y sensoriales, adaptaciones ambientales y a los objetos utilizados, así como la estructuración de rutinas para incorporar el rol de ‘ser deportista’, con todas las responsabilidades que ello conlleva”, indica la profesional.

El apoyo de los terapeutas ocupacionales no se limita al aspecto físico, ya que también brindan apoyo emocional y psicológico. En un entorno tan demandante como los Juegos Paralímpicos, manejar el estrés y la presión es esencial. Los terapeutas ocupacionales ayudan a los atletas a desarrollar estrategias para mantener el equilibrio emocional y mental durante la competición.

En la adaptación de deportes para personas con discapacidades similares, como el Goalball para personas con discapacidad visual, el terapeuta ocupacional identifica y potencia las fortalezas individuales. “Si el usuario tiene deseos de incorporarse a un deporte adaptado, se analizará cómo sus

capacidades pueden contribuir a la actividad y, cuando se trabaje en equipo, de qué manera puede aportar al conjunto", explica Sánchez. Añade que los beneficios de los deportes colectivos, como el Goalball, radican en que siempre existen diferentes roles dentro del mismo, lo que permite que diversas personas se integren desde sus potencialidades y características específicas. También se pueden hacer adaptaciones que permitan participar o mejorar la función motora o sensorial, siempre enfocados en el interés de desarrollo que pueda tener la persona en este tipo de actividad.

Para que los terapeutas ocupacionales trabajen en el ámbito del deporte inclusivo, se requiere formación adicional en deportes específicos, incluyendo normas y destrezas, así como en adaptaciones y ayudas técnicas necesarias. "Es fundamental manejar temáticas relacionadas con las adaptaciones, ayudas técnicas y la rehabilitación deportiva. Con la capacitación adecuada, los terapeutas ocupacionales pueden desempeñar un papel crucial en la promoción de un entorno deportivo inclusivo y en el apoyo al rendimiento de las personas con discapacidad", concluye Sánchez.

FUENTE Y FOTO: Universidad de O'Higgins, Rancagua.