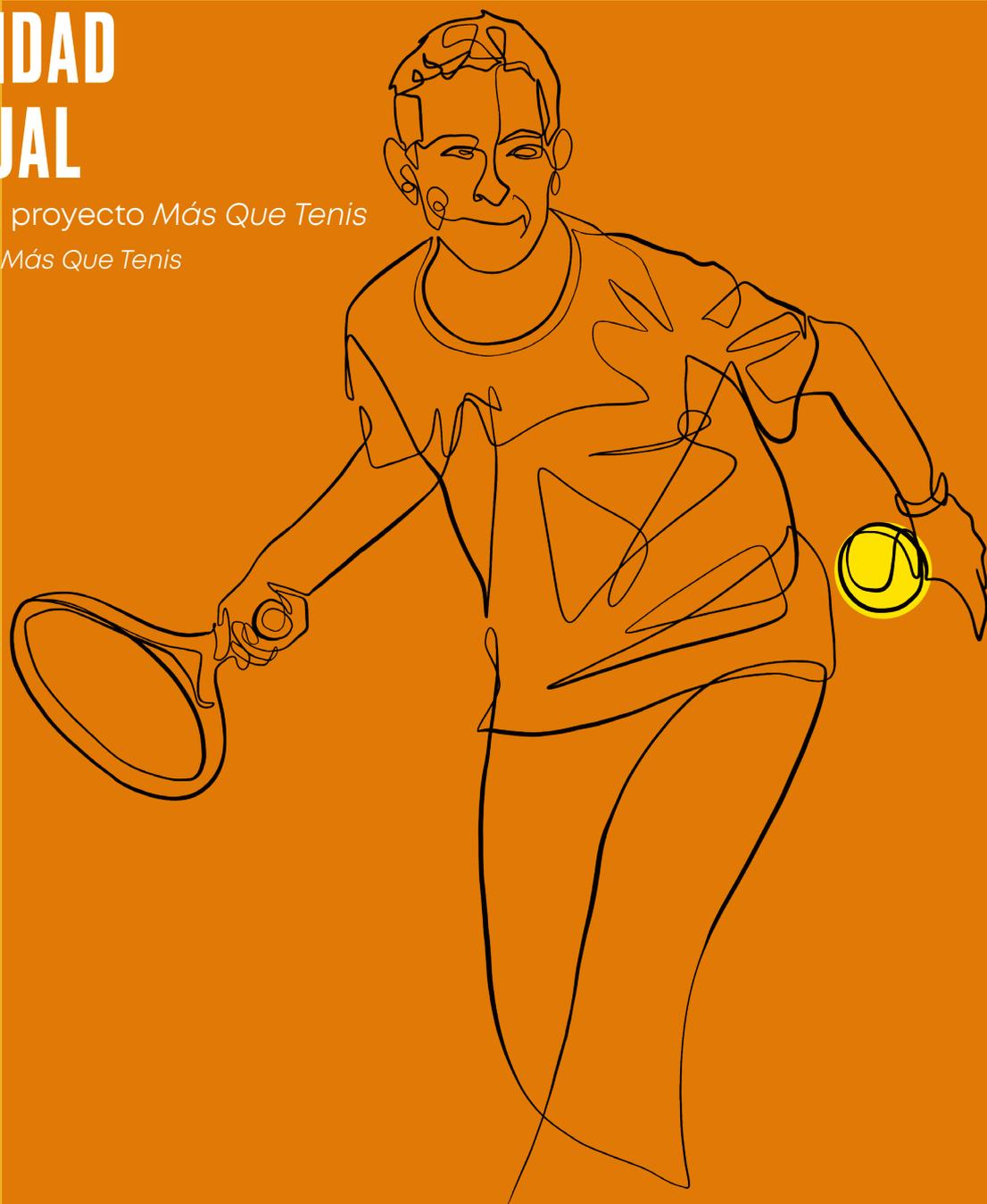


EL DEPORTE COMO HERRAMIENTA DE BIENESTAR E INCLUSIÓN EN DEPORTISTAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Un estudio sobre el proyecto *Más Que Tennis*
Informe de resultados *Más Que Tennis*



Universidad
de Navarra

FACULTAD DE
EDUCACIÓN
Y PSICOLOGÍA



Autoría:

Apolinar Varela (Universidad de Navarra).
Leyre Gamba Echeverría (Universidad de Navarra).
Raúl Fraguela Vale (Universidade da Coruña).
Nerea Crespo Eguílaz (Clínica Universidad de Navarra).
Araceli Arellano Torres (Universidad de Navarra).
Sara Magallón Recalde (Universidad de Navarra).
Celeste Luz Reyes Vivanco (Universidad de Navarra).
Ángel Sobrino Morrás (Universidad de Navarra).

Entidad promotora del estudio:

Fundación Rafa Nadal.

Entidad financiadora del estudio:

Banco Santander.

Edita:

Servicio de Publicaciones de la Universidad de Navarra.
C/ Campus universitario s/n, 31009.
Pamplona, Navarra.
ISBN:
DOI:

Diseño gráfico e ilustraciones:

Carlos López.
<https://caoscreativo.net/>

Cómo citar:

Varela, A., Gamba-Echeverría, L., Fragueta-Vale, R., Crespo-Eguilaz, N., Arellano, A., Magallón-Recalde, S., Reyes-Vivanco, C. L., Sobrino-Morrás, A. (2023) El deporte como herramienta de bienestar e inclusión en deportistas con discapacidad intelectual. Un estudio sobre el proyecto *Más Que Tennis*. Informe General de Resultados. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Navarra.

ISBN 978-84-8081-792-9

DOI <https://doi.org/10.15581/028.00003>

ÍNDICE



01 A modo de avance 6

Sobre la Fundación Rafa Nadal y el proyecto *Más Que Tennis* 7

02 Contextualización 10

- 2.1. ¿Por qué esta investigación? 10
- 2.2. ¿Para qué esta investigación? 12

03 Metodología de la investigación 13

- 3.1. ¿Quiénes han participado? 13
- 3.2. ¿Qué instrumentos se han utilizado para la recogida de datos? 15
- 3.3. ¿Cómo se han analizado los datos? 17

04 Resultados 20

- 4.1. El proyecto *Más Que Tennis* desde la perspectiva de los deportistas, familiares y profesionales 20
 - 4.1.1. Funciones del proyecto *Más Que Tennis* 20
 - 4.1.2. Facilitadores y Barreras para participar en el proyecto *Más Que Tennis* 24
 - 4.1.3. Beneficios para los deportistas en el proyecto *Más Que Tennis* 32
 - 4.1.4. Elementos motivadores del proyecto *Más Que Tennis* 36
 - 4.1.5. El personal de las escuelas *Más Que Tennis* 39
 - 4.1.6. Evaluación del proyecto *Más Que Tennis* 42
 - 4.1.6.2. Puntos débiles 45
 - 4.1.6.3. Retos de futuro 46
 - 4.1.6.4. Aportaciones de la comunidad *Más Que Tennis* para la mejora del proyecto 49
 - 4.2. Desarrollo psicomotor de los deportistas *Más Que Tennis* 51
 - 4.2.1. Perfil psicomotor de los deportistas de *Más Que Tennis* 51
 - 4.2.1.1. Resultados obtenidos con el Test breve de inteligencia de Kaufman K-BIT 52
 - 4.2.1.2. Resultados obtenidos con la Batería de evaluación del movimiento para niños MABC-2 53
 - 4.2.1.3. Resultados obtenidos con la Escala de conducta adaptativa Vineland-III 55
 - 4.2.2. Propuestas de mejora para la evaluación psicomotriz de personas con discapacidad intelectual 56

05 Conclusiones y retos para el futuro del proyecto *Más Que Tennis* 58

- 5.1. Sobre el proyecto *Más Que Tennis* desde la perspectiva de los deportistas, familiares y profesionales 58
 - 5.1.3. Sobre los beneficios para los deportistas del proyecto *Más Que Tennis* 60
 - 5.1.4. Sobre los elementos motivadores del proyecto *Más Que Tennis* 61
- 5.2. Sobre el perfil de los deportistas de *Más Que Tennis* 63

06 Recomendaciones y futuras líneas de investigación 66

07 Referencias 68

01 A modo de avance

Esta investigación pretende profundizar en el impacto del deporte en el bienestar de las personas con discapacidad intelectual. Se ha realizado un estudio de caso del proyecto *Más Que Tennis*, que desde 2010, y a través de más de 25 escuelas en todo el territorio nacional, está dirigido a promover la práctica del tenis entre personas con discapacidad intelectual, pertenecientes a Special Olympics España. Fruto del esfuerzo y de la colaboración entre las entidades Fundación Rafa Nadal y la Universidad de Navarra, se han evaluado las habilidades intelectuales y motrices de 52 deportistas y entrevistado a 36 deportistas, 25 familiares y 19 profesionales y entrenadores. Se ha colaborado con 10 escuelas, del proyecto *Más Que Tennis*, repartidas en 8 comunidades autónomas.

Se presentan en este informe los principales resultados obtenidos, así como algunas líneas de futuro que sirvan para seguir contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y de sus familias. Todos los datos presentados ayudarán a conocer mejor la realidad de deportistas con discapacidad intelectual, a plantear retos futuros para la mejora de su bienestar y, sobre todo, a seguir *combatiendo la desigualdad a golpe de raqueta* (Rafael Nadal).

Agradecimientos

A la Fundación Rafa Nadal por la confianza depositada para la realización de este estudio.

Al Banco Santander por la financiación aportada para su desarrollo.

A las escuelas *Más Que Tennis* que, a través de su personal (coordinadores, entrenadores y voluntarios) nos han permitido acercarnos a la labor realizada en cada una de ellas.

A todas las personas que han aportado su experiencia: familias, entrenadores y, por encima de todo, a los deportistas, por su paciencia, interés, cariño y entusiasmo. Su visión ha sido clave para conocer mejor el proyecto *Más Que Tennis*.

¹ Cuando no sea posible utilizar otras fórmulas, y con el objetivo de agilizar la lectura, se utilizará el masculino como género no marcado para menciones colectivas, tal y como permite la RAE.

Sobre la Fundación Rafa Nadal y el proyecto *Más Que Tennis*

La Fundación Rafa Nadal surge del convencimiento, tanto de Rafael Nadal como de Ana María Parera, del enorme poder del deporte como herramienta de transformación social. Desde 2010, la Fundación Rafa Nadal trabaja a través de sus proyectos para mejorar, por medio del deporte, las oportunidades de niños y jóvenes, especialmente aquellos en situación de vulnerabilidad. Tanto sus proyectos como el resto de iniciativas están alineados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible referidos a la salud y bienestar, la educación de calidad, la reducción de desigualdades y alianzas para lograr objetivos (ONU, 2015). Concretamente, desde *Más Que Tennis* y a través de la colaboración con Special Olympics España se pretende promover la práctica de este deporte en personas con discapacidad intelectual. Con ellos, la fundación busca promover el desarrollo de la motricidad, fomentar hábitos saludables y de ocio activo, mejorar la socialización, promover valores asociados a la práctica deportiva como la solidaridad, la perseverancia, el esfuerzo o la autorregulación y, finalmente potenciar la inclusión y visibilización de las personas con discapacidad intelectual. Actualmente, son 22 las escuelas *Más Que Tennis* repartidas en distintas comunidades autónomas y 250 los deportistas que participan en el proyecto.

Otros proyectos destacados de la Fundación Rafa Nadal

- Inclusión social en menores en situaciones de vulnerabilidad y exclusión social.
 - Centros Fundación Rafa Nadal.
 - Nadal Educational Tennis School-NETS (Anantapur-India).
 - Play All (Barcelona).
 - Promoción del talento
 - Study and play
- <https://www.fundacionrafanadal.org/>

Sobre el equipo de Investigación

Este estudio ha sido llevado a cabo por un equipo de investigadores especialistas en trastornos del desarrollo y discapacidad intelectual, y en Educación Física. El proyecto está coordinado por la Facultad de Educación y Psicología de la Universidad de Navarra, entidad con una amplia trayectoria investigadora en el ámbito psicoeducativo y en la colaboración con instituciones externas dedicadas a promover la inclusión y a la mejora de la calidad de vida de niños y jóvenes. La diversidad del equipo investigador atiende a la necesidad de aportar un enfoque interdisciplinar al proyecto.



02 Contextualización

Este informe presenta los principales resultados de la investigación *El deporte como herramienta de bienestar e inclusión en deportistas con discapacidad intelectual: un estudio sobre el proyecto Más Que Tennis*.

- ¿Cuál es el perfil de los deportistas pertenecientes al proyecto *Más Que Tennis*?
- ¿Cómo evaluar, de manera válida y fiable, las habilidades motrices de deportistas con discapacidad intelectual?
- ¿Cuáles son las motivaciones de las personas con discapacidad intelectual para practicar deporte?
- ¿Cómo valoran las familias y los profesionales la participación de las personas con discapacidad en el proyecto *Más Que Tennis*?
- ¿Cómo avanzar para generar mayores oportunidades de práctica deportiva para esta población?

2.1. ¿Por qué esta investigación?

Teniendo en cuenta este punto de partida, son 5 las razones principales para la realización de este estudio:

- 1.** Porque la práctica deportiva, en tanto que actividad física, tiene un efecto positivo en la salud de las personas desde el punto de vista físico, psicológico y social. El deporte mejora la forma física, las habilidades motrices, la autoestima, las habilidades sociales, la autonomía, la participación en la vida comunitaria, entre otras. En el caso de la población de personas con discapacidad intelectual, la práctica deportiva genera beneficios en todas las dimensiones de su calidad de vida teniendo en cuenta el modelo actual de Schalock y Verdugo (2003): bienestar físico, bienestar emocional, relaciones entre personas, bienestar material, desarrollo personal, autodeterminación, inclusión social y derechos. El deporte hace que las personas con discapacidad estén más sanas, se perciban como más conectadas con su entorno y, en definitiva, vivan mejor.
- 2.** Porque desde la perspectiva de los derechos humanos, teniendo en cuenta el Artículo 30.5 de la Convención de los derechos de las personas con discapacidad (ONU, 2006), es obligación de los estados: (a) promover la participación de las personas con discapacidad en las actividades

deportivas generales a todos los niveles; b) Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas y de participar en dichas actividades y, a ese fin, alentar a que se les ofrezca, en igualdad de condiciones con las demás, instrucción, formación y recursos adecuados; c) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas; d) Asegurar que los niños y las niñas con discapacidad tengan igual acceso a la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar; e) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a los servicios de quienes participan en la organización de actividades recreativas, turísticas, de esparcimiento y deportivas.

3. Porque, según la evidencia científica, las personas con discapacidad intelectual presentan menores niveles de actividad física, peor alimentación, limitada participación en deportes y en otras actividades de ocio que implican movimiento, hábitos sedentarios en mayor medida y, como consecuencia, presentan un peor estado de salud físico e incluso menor esperanza de vida (Hansen et al., 2023; Robertson et al., 2000; Temple, et al., 2006). Tal y como señala la revisión sistemática realizada por Dairo et al, en 2016, solamente el 9% de la población con discapacidad intelectual cumple con las recomendaciones mínimas sobre actividad física señaladas, mientras que en la población general la tasa calculada es de un 72%. Los expertos advierten: las personas con discapacidad intelectual muestran un nivel de actividad similar al grupo etario de 75 años en adelante, en población sin discapacidad (Robertson et al., 2000). Este escaso nivel de práctica deportiva se hace patente, por ejemplo, en el bajo número de licencias federativas de deportistas con discapacidad intelectual con un total de 9384 en España de un total de 4,1 millones de deportistas federados (Consejo Superior de Deportes, 2022). Asimismo, su baja tasa de práctica deportiva: un 3%, frente a un 46% de la población sin discapacidad (Pérez-Tejero y Ocete-Calvo, 2019). Por ello, la falta de actividad física es una de las mayores amenazas para la salud de las personas con discapacidad (Robertson et al., 2000).

4. Porque el fomento del deporte inclusivo debería ser una pieza fundamental en la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual. Así lo recoge la hoja de ruta del proyecto de Deporte Inclusivo 2019-2020, animando a todos los agentes tanto del sector público como privado a colaborar en aras de esta meta (Plan Director de Deporte Inclusivo. Consejo superior de Deportes, 2019). Por lo tanto, es necesario visibilizar y difundir todas aquellas iniciativas que, como *Más Que Tennis*, promuevan la práctica deportiva como medio de inclusión.

5. Porque la investigación tiene un papel importante en el logro de la inclusión, tal y como expresa la propia Convención de los derechos de las personas con discapacidad (ONU, 2006). En ese sentido, la evidencia científica es lo que nos permitirá avanzar en el conocimiento de las mejores prácticas, definir los ejes de los proyectos futuros y establecer líneas de acción realmente eficaces. El trabajo colaborativo entre profesionales e investigadores, a través de estudios participativos que primen la presencia de las personas con discapacidad, es la mejor herramienta para lograr avances. Hacer oír la voz de los protagonistas es una de las principales apuestas de la investigación llevada a cabo, dado que son los usuarios de un servicio quienes están en la mejor posición para comentar sus experiencias y opiniones personales acerca de dicho servicio (Taylor & Devine, 1993).

2.2. ¿Para qué esta investigación?

Los objetivos de esta investigación son:

1. Explorar las vivencias de los deportistas con discapacidad intelectual en cuanto a la práctica deportiva y su participación en *Más Que Tennis*.
2. Describir las barreras y facilitadores para la participación en *Más Que Tennis*.
3. Explorar las valoraciones y perspectivas de los familiares y personal del proyecto *Más Que Tennis*.
4. Identificar puntos fuertes y débiles de *Más Que Tennis*, para detectar necesidades de mejora del proyecto.
5. Conocer el perfil de los deportistas del proyecto *Más Que Tennis* en cuanto a habilidades intelectuales y motrices.
6. Desarrollar procesos de evaluación adaptados a las características del proyecto y a sus deportistas.

03 Metodología de investigación

La metodología empleada en este trabajo es la de estudio de caso, un tipo de investigación empírica muy utilizada en el ámbito psicológico y educativo que permite (Stake, 1999; Chaverra et al., 2019; Enrique & Barrio, 2018):

- Aproximarnos de manera integral al contexto de referencia, ajustándose a la realidad concreta.
- Combinar técnicas de recogida de datos cuantitativas y cualitativas con el propósito de enriquecer el análisis y fuentes de información.
- Realizar una generalización analítica: es decir, utilizar el conocimiento generado para comprender otros proyectos, poblaciones o casos similares.
- Difundir de manera práctica y cercana los resultados de la investigación a los participantes: deportistas, familias y profesionales del proyecto *Más Que Tennis*.
- Impulsar la colaboración entre investigadores, profesionales y participantes en el estudio.

3.1. ¿Quiénes han participado?

En esta investigación han participado un total de 120 personas (entre deportistas, familiares y profesionales y entrenadores) pertenecientes a 10 escuelas, de 8 comunidades autónomas: Andalucía (2 escuelas), Asturias, Aragón, Islas Baleares, Galicia, Madrid y Comunidad Valenciana (2 escuelas) y Murcia. Los investigadores han combinado los viajes de campo con la colaboración a través de vía telemática, en aquellos casos en los que no ha sido posible la recogida de datos presenciales (concretamente, en Andalucía, Asturias y Murcia). Cabe señalar que la actividad *Más Que Tennis* en algunos casos forma parte de la planificación habitual de centros ocupacionales y de día al que asisten las personas con discapacidad (concretamente, Galicia, Valencia y Andalucía). En otros casos, la actividad *Más Que Tennis* se lleva a cabo al margen de los centros educativos o laborales habituales de los deportistas.

La participación de la muestra ha sido variada, como se verá a continuación. Los deportistas han participado a través de la aplicación de pruebas motrices, escalas y entrevistas personales. Los familiares, profesionales y entrenadores, por su parte, han colaborado completando cuestionarios acerca de la persona con discapacidad intelectual, así como en entrevistas personales.

Figura 1
Participantes en el estudio



En cuanto a los perfiles sociodemográficos de los participantes, es importante señalar los siguientes datos:

- Sobre los deportistas: han participado 52 hombres y 24 mujeres, con una edad comprendida entre los 12 y los 54 años (aunque el 78% son mayores de 25). En su mayoría, viven con sus familiares (94%), un 2% en entornos residenciales y un 4% de modo independiente. La dedicación laboral-lectiva de la mayor parte de los deportistas se desarrolla en centros ocupacionales o de día con un 68.6%, otro 15.7% están cursando distintos niveles educativos (secundaria, FP, cursando estudios, etc), y en los mismos porcentajes se encuentran los deportistas que son pensionistas (2%) y los que en el momento del estudio no estudiaban ni trabajaban (2%). Los deportistas participaron en 37 entrevistas y 52 evaluaciones individuales. Algunos de ellos se implicaron en ambas partes del estudio y otros solo en una de ellas.
- Sobre los familiares: han participado 19 mujeres y 6 hombres en entrevistas semiestructuradas. La mayoría de ellos son padres y madres pero también contamos con la participación de hermanos.
- Sobre el personal de *Más Que Tenis* (coordinadores y entrenadores): han participado 13 hombres y 6 mujeres a través de entrevistas semiestructuradas; la mayoría con formación pedagógica general (57%) o en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (15.7%). Además, un 16% cuenta con formación específica relacionada con el tenis.

En positivo

Un 92% de los deportistas que han participado en la investigación practican otras actividades deportivas además del tenis, así como otras actividades de ocio no vinculadas a la actividad física. Además, la mayoría de los participantes (89.6%) considera que su salud es buena. Prácticamente todos los deportistas (81.2%) afirman que gracias a *Más Que Tenis* han mejorado como tenistas y en muchas otras competencias.



3.2. ¿Qué instrumentos se han utilizado para la recogida de datos?

La recogida de datos se ha llevado a cabo a través de métodos tanto cuantitativos como cualitativos. Concretamente, se han utilizado las siguientes herramientas:

1. *Test breve de inteligencia de Kaufman K-BIT* (Kaufman & Kaufman, 2000). Esta prueba evalúa la inteligencia verbal y no verbal en niños, adolescentes y adultos (4-90 años). Consta de los subtest Vocabulario y Matrices. El primero mide habilidades verbales relacionadas con el aprendizaje escolar (conocimiento de palabras y formación de conceptos verbales). El segundo valora habilidades no verbales (percibir relaciones y completar analogías) y la capacidad para resolver nuevos problemas. Se obtienen tres medidas de cociente intelectual: (CI) verbal, no verbal y total.
2. *Batería de evaluación del movimiento para niños MABC-2* (Henderson et al., 2007). Valora las dificultades para la coordinación en niños y adolescentes (4-16 años) en 3 dimensiones del movimiento: (1) Destreza manual, (2) Puntería y atrape y (3) Equilibrio. Para esta investigación, se ha realizado la adaptación de las instrucciones a la población con discapacidad intelectual. Algunas de las pruebas incluidas son: insertar clavijas, lanzar a una diana o equilibrio unipodal sobre un soporte. Además, se aplica la Lista de observación conductual (LOC) que cumplimentan familiares y entrenadores sobre situaciones de la vida cotidiana en las que se puede observar fácilmente su ejecución motriz. Permite valorar si la dificultad motriz del evaluado interfiere en las actividades cotidianas y si afecta a los aprendizajes escolares, las actividades recreativas o las interacciones sociales.

3. *Escala de conducta adaptativa Vineland-III* (Sparrow et al., 1984). Evalúa conducta adaptativa de personas con discapacidad intelectual en 4 dominios: (1) Comunicación (lenguaje receptivo, lenguaje expresivo y escritura), (2) Habilidades para la vida diaria (personales, domésticas y comunitarias), (3) Socialización (relaciones interpersonales, juego y ocio y habilidades de afrontamiento) y (4) Motricidad (habilidades motoras gruesas y finas). La completan las familias. Algunos ítems son: “cuida de sí mismo”, “va solo a lugares conocidos” o “ejecuta trabajos de destreza”.

4. *Entrevistas semiestructuradas individuales*. Que fueron grabadas y transcritas para su posterior análisis. Se han elaborado ad hoc 3 guiones de entrevistas para aplicar respectivamente a deportistas, familiares y personal (entrenadores y coordinadores). Estos guiones se han diseñado adaptándolos a las características de cada uno de los tres grupos de participantes. Todos los guiones se organizaron en los siguientes bloques temáticos: (1) bloque introductorio, (2) relación social, (3) bienestar físico y psicológico, (4) barreras y facilitadores para la práctica deportiva. En el caso de los profesionales se añadió la dimensión relacionada con su *competencia profesional*. Se incluyeron preguntas de tipo: ¿qué haces cuando vienes a *Más Que Tenis*?, ¿para qué crees que te sirve jugar al tenis? ¿cuál cree que es la motivación de su hijo para estar en el proyecto?, ¿qué beneficios le aporta el proyecto? o ¿cuáles son las funciones más destacadas del proyecto? Algunas de las aportaciones de los participantes no se han podido incorporar finalmente a los resultados del estudio, por no alcanzar la fiabilidad y validez requeridas.



En positivo

Se invitó a todos los deportistas pertenecientes a *Más Que Tenis* a participar en este estudio, independientemente de edad, necesidades de apoyo o tiempo en el proyecto. De este modo, se pretendió desde un primer momento que todos los deportistas estuvieran representados en la investigación, dado que son ellos los principales protagonistas de *Más Que Tenis*.

Para saber más:

Batería de evaluación del movimiento para niños-2
<https://www.pearsonclinical.es/mabc-2-bateria-de-evaluacion-del-movimiento-para-ninos-2>
Test K—Bit
<https://www.pearsonclinical.es/k-bit-test-breve-de-inteligencia-de-kaufman>
Escala de conducta adaptativa
<https://www.pearsonclinical.es/vineland-3-vineland-adaptive-behavior-scales-3>

3.3. ¿Cómo se han analizado los datos?

La naturaleza de los datos exige análisis diferentes en función de los instrumentos empleados. Se han recogido datos cuantitativos (escalas y test) y datos cualitativos (entrevistas personales).

- Para el análisis de los datos cuantitativos se ha utilizado el programa SPSS Statistics, versión 25 (IBM Corporation, 2017). Para ello, se han analizado 52 evaluaciones completas de los deportistas participantes. Se han realizado análisis *descriptivos* de la muestra; estadísticos *descriptivos y frecuencias*, para describir el rendimiento de los deportistas en las pruebas aplicadas respecto a la población normotípica; *t-Student* para muestras relacionadas, para analizar las diferencias entre las distintas pruebas en nuestro grupo; análisis factorial exploratorio, para analizar los ítems de la prueba y su agrupación en factores; estudio de la validez convergente y discriminante (correlaciones de *Spearman*); así como la fiabilidad de la versión adaptada de la prueba (alfa de *Cronbach*).

- Por otro lado, la información cualitativa de las entrevistas ha sido analizada utilizando el software MAXQDA 2022 (Verbi Software, 2019). De un total de 80 entrevistas realizadas se han analizado 21 de deportistas (de 37), 17 de familiares (de 25) y 13 de personal (de 19). En el caso de los deportistas se han descartado 16 del total de 37 ya que la calidad de la información no permitía garantizar la fiabilidad y validez del estudio. Para el resto de entrevistas y atendiendo al criterio de saturación teórica de la información se analizaron 17 de familiares y 13 del personal. Para el análisis se han organizado y codificado las reflexiones y valoraciones acerca de las diferentes categorías temáticas. Para el análisis se ha elaborado un libro de códigos partiendo de las preguntas planteadas en los guiones de las entrevistas para el posterior examen del contenido de éstas. Las fases del análisis son, en primer lugar, la codificación descriptiva y, en un segundo ciclo la codificación axial (Saldaña, 2013).

Asimismo, el proceso de análisis ha estado acompañado de “memos”. Se han seguido para el análisis dos estrategias para presentar de manera más sencilla y visual los resultados para complementar el análisis narrativo. La primera estrategia: en el caso de que los códigos pertenezcan a la misma categoría se presentan los datos agrupados en niveles de frecuencia de codificación para identificar los elementos más relevantes dentro de esa categoría (como se ha realizado para las categorías *funciones, facilitadores y barreras*) en este caso se han establecido 3 niveles de frecuencia de codificación: 1º más de 50 codificaciones, 2º 25 o más codificaciones, 3º más de 10 y menos de 20 codificaciones. La segunda estrategia en el caso de categorías cuyo contenido está estrechamente relacionado con otras se ha estudiado la concurrencia de esta categoría con el resto de códigos generados para el análisis, seleccionando aquellos con concurrencias más

altas. En este sentido, se ha establecido un umbral mínimo de 10 concurrencias, salvo un caso (la categoría de *Evaluación del proyecto*) en el que se ha bajado el número de concurrencias a 5. Estas concurrencias se reflejan en porcentajes de cada código respecto al total de concurrencias existentes con la categoría analizada. Otro elemento que es necesario precisar es que se presentan dimensiones multifacéticas, es decir que una misma dimensión (código) como *desafío social* puede ser considerada como un facilitador, ya que la actividad se desarrolla bajo unas condiciones controladas, como son las sesiones de entrenamiento, en las que algunos deportistas se sienten muy cómodos. Por otro lado, este desafío social puede percibirse como una barrera en situaciones en las que hay que competir ante el público, llegando a vivenciarse como una situación estresante que preferiría evitarse. Esta es una característica de la investigación cualitativa que permite exponer desde diferentes perspectivas un mismo elemento a través de las voces de sus participantes presentando el fenómeno analizado de manera holística. A lo largo de la exposición de los hallazgos de las entrevistas esta característica multifacética de algunas dimensiones será más palpable en categorías como funciones, facilitadores-barreras o evaluación del programa. A continuación, en la tabla 1 se detallan las categorías generales del análisis.

Tabla 1 Categorías generales de análisis

Categorías generales	Dimensiones (códigos) de cada categoría
<i>Funciones</i>	Bienestar psicológico, Aprender tenis, Socialización, Autonomía, Sentirse en forma
<i>Facilitadores-Barreras</i>	Instalaciones, Transporte, Dinero, Programación y servicios, Seguridad, Relación pares, Desafío social de la actividad, Demandas cognitivas, Requerimiento físico actividad, Equipamiento y materiales, Actitud del personal
<i>Beneficios</i>	Beneficios deportistas
<i>Motivación Comunidad Más Que Tenis</i>	Motivación familias, Motivación deportistas, Motivación profesionales
<i>Personal</i>	Satisfacción rol desarrollado, Habilidades personales, Continuidad programa, Motivación y actitud personal
<i>Evaluación proyecto</i>	Puntos fuertes, Puntos débiles, Retos de futuro y Aportaciones de la comunidad <i>Más Que Tenis</i> para la mejora del proyecto

Criterios de fiabilidad y validez de la investigación

• **Estudio cuantitativo:**

- Validez (correlación de *Spearman*) y fiabilidad (alfa de *Cronbach*) del estudio cuantitativo.
- Empleo de instrumentos estandarizados (K-bit, MBC-2, Vineland).

• **Estudio cualitativo:**

- Triangulación de fuentes de información (deportistas, familiares, personal).
- Triangulación de investigadores (varios analistas con los datos).
- Fiabilidad en la recogida de los datos y registro de los mismos (grabación, fichas entrevistas, transcripción, bases de datos, etc).

Compromiso ético de la investigación

La transparencia en la investigación es un factor clave en este estudio en todas las fases de su diseño, planificación e implementación. Todas las actividades relacionadas con el proyecto de investigación se realizan bajo el marco de la Ley Orgánica 3/2018 de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales. Por otra parte, se ha garantizado la recogida y almacenamiento ético de los datos, en la herramienta de gestión de contenidos cumpliendo con la normativa europea de protecciones de datos (RGDP). Los datos que aportados han sido tratados de manera anónima y confidencial cumpliendo con el código ético de la Sociedad Americana de Investigadores en Educación (AERA, 2021). Este código de prácticas está reconocido en todo el mundo y es requisito para toda investigación cumplirlo. En este sentido, los participantes en el proyecto han sido informados de los propósitos de la investigación a través de una carta de invitación y un consentimiento informado. Asimismo, se han realizado varias reuniones con los distintos agentes en las que se les ha explicado en qué consistía su aportación en el estudio. Los participantes del estudio han firmado un consentimiento informado autorizando su participación voluntaria y con derecho a retirarse del estudio en el momento que desearan.

04 Resultados

Este proyecto de investigación da lugar a información cuantitativa y cualitativa, dada la combinación de técnicas e instrumentos pertenecientes a metodologías distintas. Para una mayor claridad, se presentan a continuación los principales resultados referidos a las diferentes fases del estudio organizados en dos grandes bloques: en primer lugar, aquellos relacionados con las experiencias y perspectivas de deportistas, personal y familias sobre *Más Que Tenis* y en el segundo apartado los resultados cuantitativos en los que se presentarán los datos referidos a la evaluación psicopedagógica realizada a los deportistas.

4.1. El proyecto *Más Que Tenis* desde la perspectiva de los deportistas, familiares y profesionales

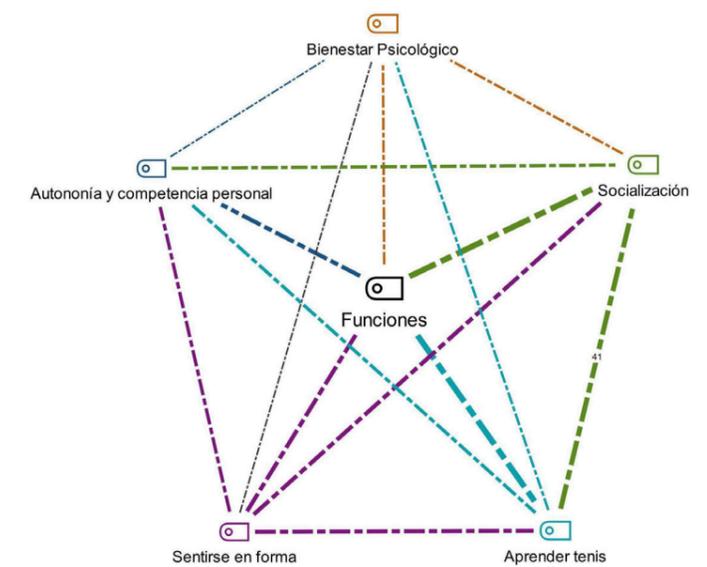
Las 41 entrevistas analizadas permiten obtener una visión integral del proyecto además de poder comparar vivencias e identificar retos desde diferentes perspectivas. A continuación, se expondrán los hallazgos cualitativos en el siguiente orden: *Funciones del proyecto*, *Facilitadores-Barreras*, *Beneficios deportistas*, *Elementos motivadores Más Que Tenis*, *El personal* y *la Evaluación del proyecto*.

4.1.1. Funciones del proyecto *Más Que Tenis*

Las funciones principales de *Más Que Tenis*, abordadas durante las entrevistas, son: *la socialización, el aprendizaje de habilidades relacionadas con el tenis, la autonomía personal, el estar en forma y el bienestar psicológico*. La figura 2 muestra la perspectiva global de las funciones y las relaciones entre ellas. Cada función está señalizada con un color y el grosor de las líneas indica la intensidad de las relaciones entre cada una de las diferentes funciones.

Figura 2
Funciones del proyecto *Más Que Tenis*

Como función prioritaria del proyecto, destaca la socialización, entendida como la posibilidad de encontrarse con los demás deportistas en el contexto de las actividades *Más Que Tenis*, además de con entrenadores y otras personas (personal de las propias instalaciones, por ejemplo). Esta función es la más señalada por deportistas, familias y entrenadores (con menor frecuencia en estos últimos). Para los deportistas, la socialización es la función principal, ya que les permite estrechar lazos con los compañeros en un ambiente más distendido y lúdico o favorece que rompan con sus rutinas diarias. “Lo que más [me gusta del proyecto], mis compañeros, que estamos siempre juntos que estamos entrenando juntos, me encanta estar con ellos, divertirme y pasarlo bien” (mujer deportista). Para las familias, también es la función principal, y le otorgan mayor importancia que a las otras, poniendo en un segundo plano el aprendizaje o la competencia tenística:



“Pues más o menos como lo que hemos visto en la película de *Campeones*. Que es el espíritu de grupo, el espíritu de ir con amigos, de tener relaciones con el profesor, con tal. Es una forma de socialización que a la vez les hace sentirse bien y sentirse un poco realizados dentro de sus niveles. Es lo que se busca. Nosotros no buscamos un super tenista.” (padre)



Uno de los elementos que favorece que se destaque la socialización, y la visión de *Más Que Tennis* como punto de encuentro, por parte de deportistas y familiares es el buen ambiente generado por el personal en las dinámicas de los entrenamientos semanales, especialmente en aquellos casos donde el personal de *Más Que Tennis* comparte además gran parte del día en las organizaciones de apoyo a las que acuden las personas con discapacidad. Asimismo, se puede indicar que la socialización es una función estructural del proyecto, ya que facilita el encuentro y las interrelaciones de los deportistas, en un ambiente distendido y lúdico, mientras que el aprendizaje del tenis se relaciona más con un proceso intencional y planificado que se desarrolla en las sesiones de entrenamiento. No obstante, se debe subrayar que la valoración de la socialización es mayor en aquellas personas que acuden a la actividad fuera de su horario lectivo-laboral, en comparación con aquellos que acuden como parte de su rutina diaria en su centro ocupacional. En esta línea, el torneo anual *Más Que Tennis* es uno de los aspectos que más se destaca por los informantes a la hora de resaltar esa socialización con otros compañeros diversos, y no solamente con aquellos con quienes conviven de forma más cotidiana.

En segundo lugar, como función destacada aparece el *aprendizaje de habilidades tenísticas*. Existe una tendencia general a considerar que la participación en el proyecto aumenta la competencia en la práctica del tenis de los deportistas, sobre todo en el caso del personal, ya que las otras funciones son trabajadas de modo integral en otro tipo de actividades desarrolladas en el día a día en sus centros o asociaciones:



“ Yo creo que la competencia para aprender a jugar al tenis, porque la sociabilización es verdad que la intentamos trabajar de manera integral en cualquier cosa que hagamos, no solo... no solo se socializan por jugar al tenis por este proyecto. Entonces como eso lo veo global, integrado dentro de nuestro proyecto de centro, en este caso concreto del proyecto, yo creo que la competencia para jugar a tenis.”
(coordinador-entrenador)

Los deportistas también identifican como referencia el aprendizaje del tenis dentro sus clases. *“Enseñar a la gente, a los que están empezando, a jugar al tenis, a cómo se hace, a ver, de cómo hay que coger la raqueta, lo de la derecha y el revés”* (mujer deportista).

En tercer lugar, las funciones autonomía, estar en forma y bienestar psicológico obtienen una relevancia menor que las categorías anteriores. En el caso de la autonomía personal, esta función alude al desempeño en tareas concretas referidas a componentes de la conducta adaptativa: por ejemplo, preparar la mochila, ayudar a recoger el material en las clases. Los entrevistados también indican que la mayor parte de estas habilidades son trabajadas en diferentes contextos socio-educativos y, comúnmente, forman parte de los planes de formación y apoyo de las personas con discapacidad.



“ La actividad deportiva antes se centraba, antes de la pandemia, mucho en las habilidades de autoayuda, como era vestirse, ponerse la ropa adecuada y tal, y hacer la actividad deportiva y después ducharse, volverse a secar y ponerse la ropa adecuada y limpia. Ahora eso lo hemos sustituido porque ellos identifiquen su ropa. Vienen con los equipos deportivos que les hemos comprado con subvención de Más Que Tennis, si es de verano, de verano, si es de invierno, de invierno.”(coordinador-entrenador)

En cuanto al bienestar psicológico, aparecen menciones a elementos como: mejoras en la concentración a la hora de entrenar, relajación o evasión de problemas o dificultades psicológicas.

“ Porque me siento digamos bien, me siento digamos más tranquilo, más tal porque yo creo que descargo ahí lo que necesito descargar los agobios y todo eso, porque me ayuda a quitar toda la cabeza, creo que me ayuda a quitar todo de la cabeza.”
(hombre deportista)



En el caso de la función de estar en forma, la práctica deportiva aparece asociada claramente a la motivación para iniciar o mantener hábitos saludables (aunque no se relaciona de manera directa con la mejora de la condición física).



Si ellos tuviesen mejor preparación física, es obvio que tendrían mejores resultados porque también les ayuda bastante. Pero claro, eso quizás habría que trabajarlo aparte, porque si van a jugar al tenis, van a una hora a la semana. No pueden dedicarse..." (padre)



4.1.2. Facilitadores y Barreras para participar en el proyecto *Más Que Tenis*

En este estudio, se han abordado alguno de estos elementos a través de preguntas explícitas donde se pedía a los participantes valorar cada uno de los *Facilitadores o Barreras* (*¿En qué medida consideras que estos elementos facilitan, o no, la participación en Más Que Tenis?*). Hay que tener en cuenta que los códigos *requerimiento físico de la actividad, instalaciones, condiciones climáticas, demandas cognitivas, desafío social, dinero, tiempo y transporte* son multifacéticos o ambivalentes. Es decir, un mismo código puede ser considerado bien como facilitador (cuando aumenta las oportunidades para la práctica deportiva) o como barrera (cuando supone una dificultad para la práctica deportiva). Destacar que el número de codificaciones del apartado *facilitadores* (325) es muy superior al de *barreras* (140), por lo que se puede afirmar que los participantes y sus familias perciben que tienen más ayuda que dificultades para participar en *Más Que Tenis*.

4.1.2.1. Facilitadores

Analizamos a continuación los facilitadores, que hemos organizado en tres niveles, según la frecuencia de aparición de los códigos incluidos en la categoría *facilitadores*. Se incluyen en el análisis (tabla 2) aquellos con una frecuencia mayor a 10 codificaciones.

Tabla 2

Frecuencias de aparición de los códigos de la categoría *facilitadores*.

Frecuencia de codificación	Nombre de código
1º Nivel (con 50 o más codificaciones)	<i>Actitud del personal, Relación con los pares, Equipamiento y materiales</i>
2º Nivel (con 25 o más codificaciones)	<i>Instalaciones, Transporte, Dinero, Desafío social de la actividad</i>
3º Nivel (más de 10 y menos de 25 codificaciones)	<i>Requerimiento físico, Demandas cognitivas de la actividad, Seguridad de la actividad, programación-servicios</i>

Uno de los facilitadores más relevantes es la actitud del personal (entrenadores, coordinadores, monitores, etc.). Tanto los deportistas como las familias así lo señalan. Igualmente, en muchos de los entrevistados la relación con el personal con los deportistas es anterior al *Más Que Tenis*, por lo que el conocimiento sobre ellos sea mucho mayor y la respuesta ante sus necesidades durante la actividad resulte mucho más eficaz y efectiva con estos deportistas:



Cuando yo conocí a Idoia pues es una persona digamos maravillosa, es una persona que siempre me ayudó y que siempre me enseñó a cómo jugar al tenis, a cómo moverse, a cómo colocarse y bastante bien. Y la otra chica también me ayudó bastante la verdad, Irene también es buena profesora, nos ayuda a mejorar pues lo que haces bien o lo que haces mal pero bueno, poco a poco lo vas haciendo." (hombre deportista)

Para las familias este facilitador se relaciona directamente con otro como la seguridad en la actividad ya que conocer a los profesionales les aporta gran confianza y tranquilidad, ya que *"nunca los verás que te digan una mala palabra: 'Estoy harto de estos de tu hijo o me ha hecho esto'. Nunca les ha hecho nada y mira que ellos cuando están enfadados pues..."* (madre). Además, manifiestan tener una relación excelente, considerando que en muchas ocasiones el personal es un apoyo que va más allá de las actividades relacionadas con el *Más Que Tenis*.



En positivo

El principal facilitador del proyecto *Más Que Tennis* reside en el potencial humano y profesional de su personal (educadores, entrenadores, monitores, coordinadores). Cabe destacar la preocupación por la mejora de los deportistas, tanto en los aspectos deportivos como también en los personales.

Juantxo y Elkin, los entrenadores, siempre están ahí para ayudar y si tienes algún follón te dicen que no te preocupes, que no tienes que enfadarte, que eso vale, puede ser un fallo no tienes que hartarte ni nada que paso a paso lo entrenas y siempre están ahí para ayudarte y para animarte, te dicen los ejercicios que tienes que hacer, dónde tienes que dejar las cosas y que sepas siempre (hombre deportista).
Cuando conocí a Ivana, pues es una persona digamos maravillosa, es una persona que siempre me ayudó y que siempre me enseñó a cómo jugar al tenis, a cómo moverse, a cómo colocarse y bastante bien. Y la otra chica también me ayudó bastante la verdad, I. también es buena profesora, nos ayuda a mejorar pues lo que haces bien o lo que haces mal pero bueno, poco a poco lo vas haciendo (hombre deportista).

La socialización y relación con los pares supone otro de los facilitadores más relevantes: el hecho de compartir la actividad con compañeros y otros deportistas favorece el clima positivo, ya comentado con anterioridad. Para gran parte de los entrevistados, supone un aliciente aprender a jugar a tenis desde una perspectiva recreativa en la que prima el buen humor y la alegría *“verlos contentos porque aquello es, bueno digamos sí, si los ves con tus propios ojos pues nos ves son unos chavales que son majísimos, están todos contentos, disfrutan el tenis, disfrutan de todo (hombre deportista); “los amigos son también que digamos que compites con ellos y te echas unas risas, por eso para mí” (hombre deportista).*

De igual modo, para todos los familiares entrevistados la socialización y la relación con los pares supone un éxito del proyecto; algo constatado también por los profesionales.

“Yo creo que muy buena, ¿eh?, muy buena. Además, cuando coinciden allí... [se refiere al encuentro de Manacor] Bueno con los de aquí, buenísima. Pero cuando coinciden allí, yo por lo que veo en los vídeos y las fotografías y todo, buenísima. El ambiente que viven allí es buenísimo.” (padre)



Algunas de las dimensiones multifacéticas (que pueden considerarse barreras o facilitadores en función de la perspectiva) poseen un sentido más logístico dentro del proyecto como son el *equipamiento y materiales, instalaciones, transporte y dinero*. Estos facilitadores son relevantes para el desarrollo del proyecto ya que se encargan de aspectos muy necesarios para cualquier proyecto deportivo, con más relevancia, si cabe, para aquellas familias o deportistas que se encuentran en una situación de vulnerabilidad o exclusión social. De este modo, un elemento básico como el equipamiento y materiales es uno de los factores que destacan los agentes entrevistados porque en la mayoría las escuelas visitadas, *“bueno, raquetas se la ha comprado cada uno, ha comprado cada uno” (entrenador), todo el material es proporcionado a los deportistas sin que deban comprar ellos nada para el desarrollo de la actividad “aquí, por ejemplo, tienen tanto de uniforme como todo del, del proyecto, como además tienen sus carros con pelotas o raquetas, esto yo pondría equipamiento como facilitador” (madre).*

“Gracias a la subvención el primer año les compramos pantalonetas y polos a todos. El segundo año tenía chándales y gorras con el nombre. El tercer año les hemos comprado deportivas y raquetas, hemos reformado y compramos bolas porque eso hay que cambiarlo, raquetas y cordajes. Y sobre grips. Es decir, y algo de material, conos, escaleritas y mucho material psicomotor. Esto ha servido para que los chavales se consideren que están a la misma altura que cualquier escuela deportiva que ven al lado. Ellos ven que las escuelas deportivas de los demás van todos uniformados.” (coordinador-entrenador)

Por otro lado, el soporte económico supone un facilitador que promueve el sentimiento de pertenencia a un equipo, en este caso al proyecto *Más Que Tennis*, ya que se fortalece la identidad de los deportistas y su bienestar *“les hace mucho, es decir, se sienten pertenecientes. Supongo que eso será como el que es del Barça, que se siente más que una familia, más que un club. Que es muy, muy importante” (coordinador-entrenador).*

4.1.2.2. Barreras

A continuación, se expone el análisis de las barreras, entendidas como aquellas dificultades que encuentran las personas con discapacidad intelectual relacionadas con la accesibilidad de la práctica deportiva. Ya se ha mencionado la naturaleza multifacética de algunas variables que pueden actuar como barreras, pero también como facilitadores. Como ya se ha comentado en las entrevistas realizadas, se observa que las menciones a las barreras son menos (140), comparando con facilitadores (340), siendo las más destacadas las que se muestran en la tabla 3.

Tabla 3

Frecuencias de aparición de los códigos de la categoría barreras

Frecuencia de codificación	Nombre de código
1º Nivel (con 20 o más codificaciones)	<i>Desafío social actividad, Instalaciones, Demandas cognitivas de la actividad</i>
2º Nivel (más de 10 y menos de 20 codificaciones)	<i>Condiciones climáticas, Relación con los pares, Tiempo, Transporte, Requerimientos físicos actividad y Dinero</i>

Como aspectos destacados referidos al conjunto de barreras, se destaca el *Desafío social de la actividad* y que está directamente relacionado con la *socialización y la relación con los pares*. Cuando se habla del desafío social que supone esta actividad para los deportistas con discapacidad intelectual se centra en aspectos como el control emocional que implica el jugar al tenis con la presencia de familiares, amigos o público en general *“el pequeño, no hace más que mirar para nosotros. El mayor no porque el mayor ya tiene una madurez. Pero bueno, a Jorge le influye que estemos mirándolo”* (madre). En contraposición a los entrenamientos donde la situación es mucho más estable para los deportistas y no deben gestionar este tipo de aspectos. Otro elemento que tiene que ver con el desafío social es la propia capacidad de los deportistas para relacionarse *“nivel de relaciones, observamos que es demasiado negativo, es muy negativo. Él siempre cuando viene aquí lo primero que te habla es de lo mal que lo han hecho o lo mal que lo ha pasado”* (padre). En este sentido, para algunos de los deportistas el hecho de afrontar la actividad, ir a campeonatos o viajar fuera como puede ser a Manacor y romper con sus hábitos les presenta un reto que deben superar y adaptarse a nuevas circunstancias para las que necesitan del apoyo del personal o familiares para afrontarlas.



“Sí, sí, sí, sí, sí es hablador, pero luego se despista mucho. Allí, por ejemplo, cuando estuvimos en Manacor... El pobrecillo pues sufrió alguna crisis. Sí. Yo ahí, por ejemplo, sí tuve una situación que nunca había tenido, y bueno, con el apoyo de Raquel también y todo, pues, también es aprender un poquito tú de la vida, ¿sabes?” (entrenador)

A la hora de identificar el desafío social como barrera, los deportistas también son quienes identifican conductas no apropiadas para el desarrollo de la actividad como *“que no griten cuando está hablando el monitor” ¿Y lo que menos? Las peleas, discutir los compañeros, ¿y discutís mucho? Yo no, otros compañeros”* (hombre deportista). O *“sí, por ejemplo, Martín, porque Martín siempre falla. Siempre. Pero a veces sí acierta. Porque mira, si le da a la red se pone furioso y los demás estamos súper bien, pero Martín”* (mujer deportista). De igual manera, los deportistas se hacen eco de otros aspectos del desafío social como es utilizar unos vestuarios y lo que puede suponer para ellos:

“¿Por qué no queréis o por qué? A ver, no es que no queramos, es que a lo mejor tú imagínate llegar allí, ducharnos allí y de repente que nos digan algo. Entonces, sabes, sí queremos, pero si vamos ahí a tener que ducharnos los de seguridad van ahí y nos van a decir algo. Ya [entrevistadora]

Entonces no queremos tener. O sea, que vais, entrenáis y luego os vais cada uno a casa y ay en casa os ducháis [entrevistadora] Ya nos duchamos allí sí” (hombre deportista)

En el caso de las *demandas cognitivas*, hay que destacar que los deportistas *Más Que Tenis* poseen unas características únicas *“las demandas cognitivas, pero yo no sé si ponerlo como una barrera, es que eso es un, podríamos decir que viene de serie. Los niños son como son, eso no se puede modificar”* (madre). Estas demandas están relacionadas con las dificultades para comprender la dinámica del tenis, así como para gestionar situaciones relativas a los entrenamientos y torneos (estrechamente relacionada con las dificultades a nivel social).

“Puede ser el reto que supone pues que se acuerden el día siguiente de lo que han dado y que vayan acumulando toda la información que, o las mejoras técnicas que les vas dando porque o que muchas veces se olvidan y tienes qué repetirlo un montón. Creo que esa es la mayor dificultad el ver un progreso. O sea, el progreso se ve, pero es muy chiquitín, es muy poco a poco” (entrenadora)



En este sentido, las dificultades propias de la discapacidad intelectual, atribuyendo las limitaciones a rasgos individuales y no tanto a condiciones contextuales en las que se desarrolla la actividad. Aparecen menciones a limitaciones en la capacidad de comprensión, el ritmo de aprendizaje más lento, limitaciones en la memoria, en la capacidad para comprender normas, entre otras.

En otro plano, se encuentran las barreras de carácter más logístico del proyecto como son las *condiciones climáticas, las instalaciones, tiempo, competición y frecuencia entrenamientos*. En esta ocasión, son las instalaciones y las condiciones climáticas las que presentan valores más elevados de concurrencia entre los informantes lo que claramente indica que estos dos factores se interrelacionan entre sí. Con respecto a las instalaciones deportivas y su accesibilidad a las personas con algún tipo de discapacidad (intelectual, sensorial o motriz) es un tema recurrente en la literatura y es algo sobre lo que en las últimas décadas se han hecho avances notorios todavía sigue siendo un reto a nivel de sociedad por lo que no debe extrañar que a día de hoy en muchas instalaciones siga habiendo este tipo de necesidades *“te encuentras muchas instalaciones a día de hoy en dos mil veintidós que todavía no tiene adaptada la entrada en silla de ruedas. Las pistas de tenis nuestras, por ejemplo, no tenemos” (entrenador)*. Salvo en dos escuelas visitadas, el resto debe acudir a instalaciones de terceros como pueden ser instalaciones municipales o privadas en las que bien pueden existir barreras arquitectónicas que dificulten la movilidad dentro de ellas o que tengan que afrontar otro tipo de dificultades como el costo por el alquiler de determinadas pistas *“claro yo un día le dije pista cubierta, buscar una pista cubierta ¿No entrenáis nunca en una pista cubierta, no tenéis sitio? [entrevistadora] “Sale más caro” (hombre deportista) o la propia posibilidad de acceder a mejores instalaciones “¿posibilidad de conseguir pistas cubiertas no tenéis, entiendo? [entrevistadora]*

“Es que en Zurich hay muy pocas, hay muy poquitas” (entrenadora). Por otra parte, el hecho de que los participantes señalen a las instalaciones como barrera se relaciona con otra dimensión señalada como son las condiciones climáticas ya que limitan el acceso a la práctica del tenis en determinadas circunstancias atmosféricas *“otra barrera sería la condición climática, porque los días que llueve, claro. Son pistas al aire libre” (madre)*.

Esta circunstancia repercute directamente en otras dos barreras como el tiempo y la frecuencia de los entrenamientos ya que esto limita el tiempo de clases de tenis a todos los niveles. Claramente el número de veces que pueden entrenar tenis los deportistas se ve afectado *“pero lo que te he dicho antes, si cada invierno entre que la lluvia, el viento, la niebla, suspendemos y no lo recuperamos (deportista)”*, en otras ocasiones se deben buscar alternativas para las clases para no perderlas:



“Además, nosotros, estamos acostumbrados a que llueva o llover no, porque las pistas están mojadas. Pero si... si no hacen deporte, en la pista del campo de fútbol... O sea que las instalaciones hacen a veces que jueguen, si no pueden jugar al tenis, que hagan entrenamiento.” (madre)

Otra de las barreras señalada por los entrevistados es el tiempo de la actividad *Más Que Tenis* debe compatibilizarse con otras tareas y/o actividades, tanto en el caso del personal como de los deportistas *“no lo podía compaginar, no porque allí entraba a las 13 y aquí era de 11 a 13 y me venía un poco justo y encima era en Pantín” (deportista)* y sus familias *“muchos padres trabajan el sábado. Cuando empieza la temporada de verano, están todos trabajando en hoteles y tal. Entonces, esa es la mayor barrera” (coordinadora)*. Hay que tener en cuenta, como en otras ocasiones, que las experiencias son variadas en función del contexto en el que se desarrolla el proyecto (si son centros ocupaciones, si es como actividad ajena al centro al que acuden las personas...). *“Nosotros hacemos tantas cosas que no tenemos tiempo para nada. Podríamos hacer las cosas un poco mejor si tuviéramos un tiempo a lo mejor de programación, un tiempo de reflexión, un tiempo de análisis. Podría ser” (coordinadoreentrenador)*.

Sobre la dimensión transporte como barrera generalmente, son los propios familiares los que deben acompañar y recoger a los deportistas a la actividad *“¿Los accesos a transporte? Bueno como lo traemos nosotros, porque claro, acceso a transporte aquí en Malpica de Bergantiños no hay” (madre)*. En varios casos, el tener que desenvolverse en transporte público implica un apoyo con el que no siempre cuentan *“porque ahora mismo para irse solo para un sitio o eso, no lo sé, yo todavía no la veo preparada para eso” (madre)* de ahí su carácter de barrera.

Otro factor de carácter logístico es el factor económico. Para algunos entrevistados, actúa como barrera en aquellos casos en los que se percibe el tenis como un deporte que requiere cierto nivel adquisitivo *“si tú no tienes un poder económico... Como siempre lo han dicho. El tenis, por desgracia, es un deporte que, si no tienes un poder, mucha gente se queda en el camino; o no conoce este deporte” (entrenador)*. Los entrenadores reconocen que sin el soporte económico no podrían desarrollar la actividad del modo en que se realiza en la actualidad.

Por otra parte, la *competición* como barrera está asociada a los retos de futuro del proyecto, por ello los resultados relacionados con esta categoría serán expuestos en el apartado de evaluación del proyecto ya que es más pertinente su abordaje en este apartado.

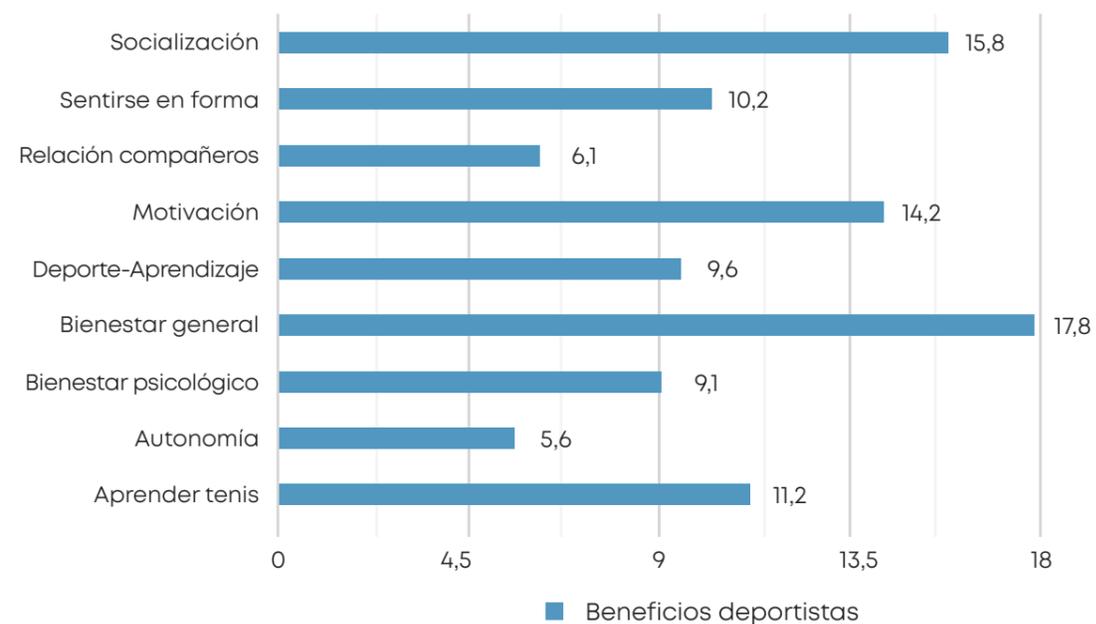


4.1.3. Beneficios para los deportistas en el proyecto *Más Que Tenis*

Sin lugar a dudas, el proyecto *Más Que Tenis* supone para los deportistas una experiencia única que les impulsa en múltiples aspectos: a nivel social, físico y psicológico. Lo entienden como un momento de disfrute, una manera de mejorar su forma física y habilidades motrices, un medio para establecer nuevas relaciones y una ocasión para superarse a sí mismos. Los beneficios principales mencionados por los entrevistados son: motivación personal, socialización, aprendizaje del tenis, estar en forma, autonomía personal y mejora en la relación con los pares.

En la figura 3 se puede observar el porcentaje de coincidencias (conurrencias) entre el código *beneficios deportistas* y el resto de códigos del análisis (se seleccionan aquellos códigos con un nivel alto de coincidencia –al menos 10–).

Figura 3
Beneficios deportistas *Más Que Tenis*



Participar en la actividad *Más Que Tenis* supone para los deportistas una manera de superarse personalmente; les ayuda a mejorar su motivación personal hacia el deporte:

“ Esa ilusión de que el chico es otra cosa, es, es, es, no sé cómo te diría yo, para ellos es una cosa tan grande el decir no voy a hacer lo mismo todos los días, voy a hacer otra cosa diferente, me voy a ir a jugar al tenis, voy a hacer esto, es, es, muy, muy, no sabe nadie lo que es el deporte para estos chicos.”(madre)



El deporte, en este sentido, les ayuda a sentirse más conectados con su entorno y, en definitiva, a mejorar su bienestar general. También, favorece la práctica de otras actividades relacionadas con hábitos de ocio activo y saludable:



“ Mi nieta tiene doce años y a veces juegan [refiriéndose al hijo con discapacidad intelectual], pero claro, juegan con raquetas de playa que no tiene nada que ver con esta. Me dice mi nieta: “Abuela, antes [él] no le daba ni a una bola y ahora ahí está él, ahí está intentando y juega y se mueve y...”(abuela)

Aunque resulta complejo analizar las ganancias que los participantes mencionan, dada la variabilidad de experiencias, esta actividad les ayuda a mejorar su conducta adaptativa, su calidad de vida y a relacionarse con los compañeros “entonces allí hacen el tenis y ya también les sirve a ellos de terapia de cómo comportarse con los demás y todo eso” (madre deportista) y socializar “era muy encerrado, antes, que no me hablaba con nadie y ahora me hablo con todos” (hombre deportista), o a adherirse a hábitos de ocio activo y saludable:

“ Pues me ayuda [ir al Más Que Tenis], antes los lunes y los miércoles estaba más como apagada, que no quería hacer nada. Tenía ganas de meterme a la cama y decir ala, mañana ya haré. Y así todos los días, todos los días hasta que ya llegó mi madre y me dijo: tienes que hacer algo, tienes que hacer deporte, tienes que mejorar, no puedes estar así. Llegó y me dijo: te tienes que meter al tenis y así hacer nuevos amigos y todo eso porque cuando estaba [nombre del centro] iba al tenis, pero los de ahí [se refiere a una actividad de tenis que realizaba en el centro educativo] se metían conmigo, mis compañeros.”(mujer deportista)



En cuanto a beneficios relacionados con la socialización e inclusión, esta iniciativa supone una oportunidad para visibilizar a los deportistas con discapacidad intelectual:

“ ¿En qué te ayuda el Más Que Tennis? [entrevistador]
A cambiar de vida, me ha ayudado luego a, a hacer amistades; a no ser tan malo [...], el primer día que fui al tenis me cogí las pelotas y me las llevé a casa [...] uy nada, no me dijeron nada, yo dije que no me llevé las pelotas, habrá sido mi otro amigo. Cosas de las que uno se arrepiente. Como te dije yo ya no hago nada malo que como mucho mejor estoy [...] sí, a ser mejor persona (hombre deportista)

Gracias a Más Que Tennis, los participantes experimentan cierto reconocimiento social que ayuda a combatir estereotipos y prejuicios sociales.

“ Quiero decir, pfff, vivimos en un mundo con mucha diversidad. Que tengo a chavales... Tengo un chaval que este año no fue a “Más Que Tennis”, pero el primer año que fue a “Más Que Tennis”, cuando volvió era el héroe de su pueblo. Porque siempre ha habido “J. el tonto”, y volvió siendo “J. el que ha ido a la Fundación Rafa Nadal.” (coordinador-entrenador)



Otro de los beneficios que son subrayados del proyecto es la posibilidad de aprender un deporte “y yo digo pues claro, porque yo jugar él al tenis, nosotros donde vivimos, pues no hay pistas, no hay nada no puedo yo ver eso ¿Sabes? Que, si allí no hay nada, el pueblo es de trescientos habitantes” (madre). Además, para los deportistas supone el avanzar y progresar en una práctica deportiva que les motiva “Como los saques, antes lo sacaba por bajo y ahora lo saco por arriba, entonces eso ha cambiado un montón” (hombre deportista). Por otra parte, la oportunidad para aprender el deporte, viene acompañada por ese interés por sentirse en forma gracias al tenis.



“ El sobrepeso, hay gente que no hace deporte y veo a esas personas y digo, y pienso yo que se, una persona con sobrepeso lo veo y no me imagino en su lugar lo que puedo hacer con ese peso, se pone hacer igual deporte que tenga sobrepeso y puedes incluso bajar de peso haciendo deporte.” (hombre deportista)

En un segundo nivel de relevancia de beneficios para los deportistas se encuentra la autonomía y la relación con los pares. En el primer caso la autonomía, como ya se cita en otros apartados, se centra en actividades de la vida diaria como hacer la mochila, tomar conciencia del calendario de entrenamientos, escoger la ropa deportiva, etc.

“ Pero no es porque hagan tenis, en este caso solo, tenis es para mí, digamos que es la excusa de, de este proyecto, tener el deporte, el sociabilizarse, ser un poco autónomo, decir, “vale, pues si me toca un martes el tenis. El lunes me tendré que preparar la mochila, me tendré que preparar todo, cuando acabe tengo que ducharme porque me tenéis coger la ropa de ducha.” (hermano)



También, en menor medida, la relación con los pares es otro beneficio mencionado por los informantes, solamente que en este caso se hace mucho más evidente en los casos de deportistas que no conviven durante el día en otras actividades o lugares, lo que hace que el hecho de estar con los demás tenistas en clases es otro de los beneficios del proyecto para los deportistas y que claramente está en relación con la socialización y esa búsqueda de bienestar psicológico y general “estar con mis compañeros, con los del centro ocupacional también y también lo que más me gusta es cuando hacemos juegos y hacemos todo eso, y hacemos partidos. Eso es lo que más me gusta” (hombre deportista).



En positivo

La participación en el proyecto Más Que Tennis se relaciona con mejoras en las diferentes dimensiones de calidad de vida. Se demuestra que la práctica deportiva no es solamente beneficiosa para la mejora física, sino que impulsa el bienestar psicológico y se convierte en un medio para crear vínculos significativos con otras personas y una herramienta para combatir la exclusión social. Se observa un importante sentimiento de pertenencia y adherencia a la comunidad Más Que Tennis, convirtiéndose en un referente para los deportistas que, además, relacionan con la figura de Rafa Nadal como modelo.

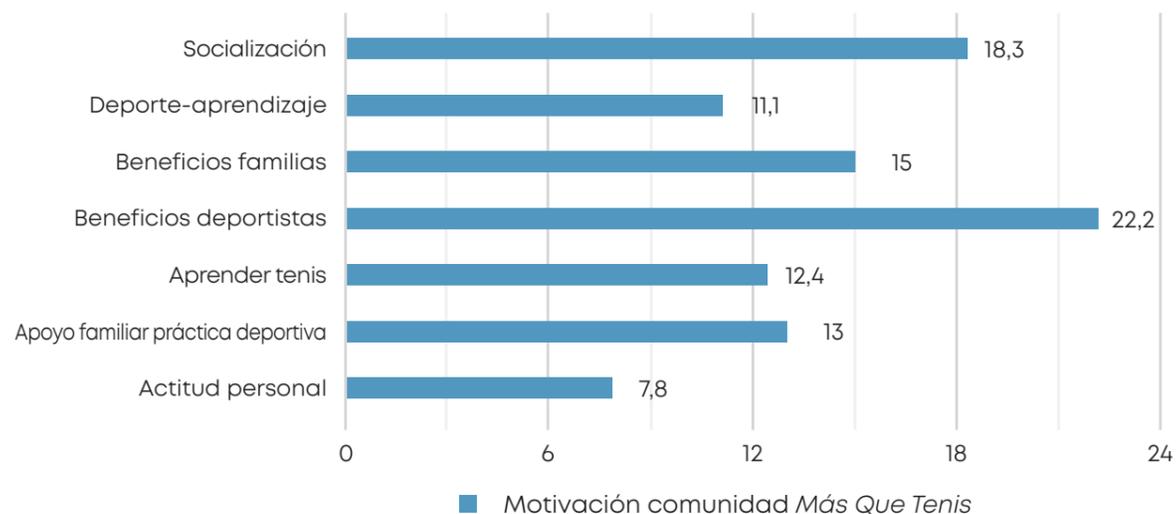
4.1.4. Elementos motivadores del proyecto *Más Que Tennis*

En cuanto a la motivación, los valores de concurrencia de las distintas dimensiones (códigos de otras categorías) se encuentran en las dimensiones *beneficios deportistas, socialización, beneficios familias por encima del 15%*, con menor relevancia aparecen *apoyo familiar a la práctica deportiva, deporte-aprendizaje, aprender tenis y actitud del personal*.

Como ya se ha indicado, existe un grupo de dimensiones (códigos) que se consideran multifacéticos que aparecen ya señalados en otras categorías anteriores; de ahí que se produzcan ciertas repeticiones en los temas analizados. Además, hay que tener en cuenta que las dimensiones se interrelacionan y componen una compleja red de elementos por lo que es necesario una aproximación holística en su exposición.

Figura 4

Elementos motivadores del proyecto *Más Que Tennis*



Las menciones a la socialización son una constante en las entrevistas. Las familias, los deportistas y también los profesionales perciben que, gracias a *Más Que Tennis*, aumentan sus oportunidades para la interacción social. Eso favorece, a su vez, su motivación hacia el proyecto.



El mío no sale, no sale los sábados, él, su mundo es el colegio y si salimos con nosotros, pero él cuando sale aquí, sale con sus compañeros, con sus amigos, cuando sale conmigo, sale con su padre, con su madre, no tiene nada que ver, ese, esa motivación de que les digas "Hay que sacarte el traje", "Hay que ir a jugar al tenis", es una cosa que les dais, un chute de, de cambio de rutina."(madre)



Esta importancia hacia la actividad del tenis en la vida de sus hijos es algo que deja patente cada uno de los familiares entrevistados por que lo que también existe una gran predisposición familiar a ayudar en todo lo que sea posible para que sus hijos puedan seguir disfrutando de esta oportunidad que la Fundación Rafa Nadal les ofrece ya que:



Han hecho que la palabra inclusión se haga realidad y han convertido, y han cambiado la vida de mis hijos. Y las perspectivas de futuro para ellos. Entonces, Más Que Tennis es un grano de arena, es una parte de ese puzzle, una pieza de ese puzzle que conforma la nueva vida de los chicos con discapacidad intelectual."(madre)

Se constata que el deporte se convierte en una potente herramienta de inclusión, ya que muchas personas con discapacidad cuentan con círculos sociales reducidos. Para algunos de estos deportistas esta oportunidad les sirve para salir de situaciones de exclusión social y les ofrece una vía para estar más presentes en la sociedad:



Sí, mis padres me reñían, pero nada, llegó un cierto momento en que ellos ya se cansaron y yo luego, claro yo también estaba ya cansado de estar en esa vida y dije “tengo que cambiar sí o sí”. [...] No le daba importancia porque tenía 17 años, pero llega un cierto momento en que nos pillaron a mí y a mi amigo. [...] Ahora que tendría que ir a la comunitaria, digo ahora me lo pienso en hacer una tontería porque puedo ir a la cárcel porque tengo 20 años. Pero antes no le daba importancia. [...] Y ya le dije a mi amigo Alex sí, y dije sí, me apunto al tenis, y ya como voy a cumplir 18 ya empecé a hacer mi currículum y ya para echarlo a trabajar y digo yo, pues no le daba la importancia. Ya me metí a trabajar y ya soy una persona, estoy mucho más tranquilo.” (hombre deportista)



En segundo lugar, queda patente la importancia del *apoyo familiar* a la práctica deportiva: el tenis supone una actividad central en la vida de los deportistas y sus familias. Esto supone un impulso a la motivación de los deportistas que se hacen partícipes de la ilusión e implicación que observan en su contexto *“tampoco sabíamos cómo iba a salir, ni el tiempo que iba a durar ni nada, pero bueno, era una actividad buena y lo que dure, dure. Afortunadamente está durando mucho, ¿Sabes?”* (madre). Además, las familias consideran que la participación en el proyecto es fundamental por sus beneficios no solamente a nivel social, como se ha visto, si no en el bienestar general de la persona, ya que no solamente les aporta a nivel tenístico sino en otros muchos aspectos relacionados con la conducta adaptativa, la motricidad o los hábitos saludables *“para él ha sido siempre bueno el incluir en su vida la práctica del deporte, es muy importante y que requiere también un esfuerzo. O sea, que el deporte no es, no es ocio solamente, es mucho más que ocio”* (madre).

La motivación en relación con el personal se comentará en el siguiente apartado en mayor profundidad. De igual modo, se ha comentado que las categorías aprender tenis y bienestar psicológico son beneficios asociados a la participación en el programa y por lo tanto funcionan como motivadores que refuerzan la implicación en el mismo.

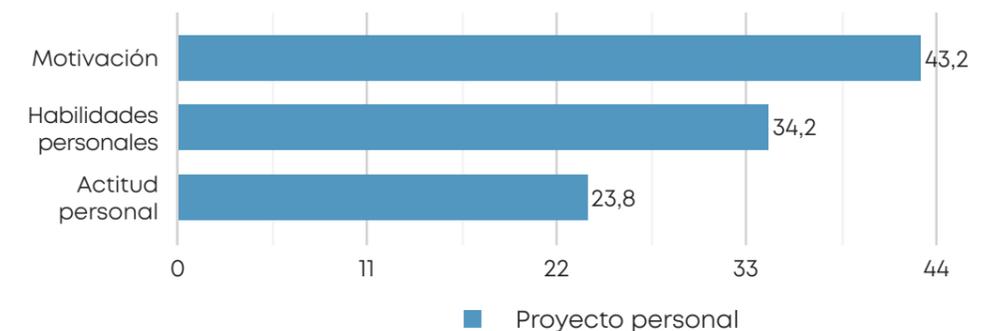
4.1.5. El personal de las escuelas *Más Que Tenis*

En todo el proceso de análisis del proyecto, el papel de los entrenadores y otras personas con contacto directo con los deportistas se destaca como un elemento clave y muy positivo para el éxito del proyecto. Por este motivo, se incluye un apartado específicamente destinado a profundizar en las características y opiniones de esta figura clave para el proyecto. La figura 5 refleja los códigos que se relacionan directamente con la categoría Profesionales. Con mayores porcentajes de concurrencia se sitúan *habilidades personales* y *motivación* y *actitud personal* con cifras por encima del 20%.

Además, la categoría *Personal* obtiene porcentajes muy elevados de concurrencia con los *puntos fuertes del proyecto*, algo que se observa en los apartados de evaluación del proyecto y facilitadores en mayor detalle. Como se expondrá en párrafos siguientes, el proyecto cuenta con un personal con una amplia experiencia en el trabajo con personas con discapacidad intelectual.

Figura 5

Personal de las escuelas *Más Que Tenis*



Así pues, uno de los elementos clave en el proyecto es el personal que trabaja en el proyecto *Más Que Tennis*. La mayor parte del personal entrevistado que participan en la actividad poseen formación pedagógica o bien en el ámbito del deporte y/o el tenis. También, en la mayoría de los casos, poseen una amplia experiencia en ámbito de la discapacidad intelectual y el deporte *“claro, es que los deportistas de tenis los estoy viendo ocho horas diarias en todos los ámbitos, tanto laborales como de autonomía e higiene, más toda la formación que llevo yo específicamente por mi trabajo”* (coordinador-entrenador). En aquellos casos en los que la experiencia es menor este proyecto les permite seguir desarrollándose y mejorar sus conocimientos y vivencias para su desempeño profesional. Por lo tanto, no es de extrañar que sus características personales sean un factor clave en el día a día del proyecto y familias y deportistas así lo reconocen. En este sentido, el personal tiene un gran conocimiento sobre los deportistas con los que se trabaja en *Más Que Tennis* *“sí, sí. Al estar tantos años trabajando con niños, te da cierto tacto o cierto timing, saber cuándo apretar un poquito más, saber cuándo notar que no lo está pasando muy bien o está un poquito presionado”* (entrenador), además no se debe olvidar que *“la mayoría son de mi edad. Yo huyo del rol ese de... De ser el entrenador del monitor. Yo al final soy su apoyo para todo...”* (coordinador), lo que provoca que el trato humano hacia los tenistas sea un elemento fundamental en el proyecto *“¿Qué es lo que más te gusta de Eduardo [entrevistador]? Que es amable ¿qué más cosas te gustan de él [entrevistador]? Cariñoso sí que es”* (hombre deportista), lo que repercute de manera directa en el clima de las clases *“sí, porque nos trata bien, hace que sea más a menos la clase, nos gusta bromas”* (mujer deportista).

Esto hace que los deportistas se encuentren muy cómodos con sus entrenadores y les guste estar con ellos en clases *“¿Te gustan los entrenadores [entrevistadora]? perfectamente, porque aparte de que yo voy porque es una persona que es muy, en plan su forma de ser me gusta y las cosas que dice me hace mucha gracia”* (hombre deportista). Para las familias, el trato de los entrenadores con los deportistas *“es con muchísima sensibilidad, con exigencia, pero con sensibilidad. Por tanto, a nosotros, Más Que Tennis o ir a hacer la práctica de tenis no es un problema, sino todo lo contrario”* (madre). Del mismo modo, se refleja en el personal el cariño que reciben de familiares y deportistas *“tú recibes mucho de ellos y aunque a veces tenga que desarrollar mucho la paciencia, a ellos les da igual. Ellos te quieren igual”* (coordinador-entrenador).

Además del conocimiento y profesionalidad que demuestra el personal de

las escuelas *Más Que Tennis* demuestran en su día una serie de virtudes o “soft skills” como pueden ser la *“la paciencia; la empatía, el saberse poner en su lugar, o en sus zapatos; y no sé, la calma, la tranquilidad. Es verdad que ha dicho Marina por ejemplo que soy muy enfadada, pero intento mantener la calma”* (entrenadora) o la comunicación *“creo que la característica personal que destacaría es el poder comunicarme con ellos, estar en un nivel de que ellos sean capaces de decirme”* (coordinador). Esta conjunción de elementos genera un impacto positivo en el clima de las clases, pero también promueve unas buenas relaciones entre los propios profesionales de cada escuela, ya que en todos los casos entrevistados se ha manifestado el buen hacer entre entrenadores y coordinadores de todas las escuelas. Por otra parte, el personal del proyecto indica algunas otras cuestiones como puede ser su propia personalidad la que les empuja a mejorar cada día en su desempeño laboral con los deportistas con discapacidad intelectual.

Otra de las dimensiones analizadas se refiere a la motivación que poseen hacia su labor en el *Más Que Tennis*:



Con catorce años que llevamos en esto, tengo la misma ilusión que el primer día [...] Creo que es una de las cosas que el hacer lo que te gusta y disfrutar con tu trabajo, eso repercute en aquellos alumnos que tienen que recibir tu enseñanza.” (entrenador)

Y por supuesto, la motivación que experimentan los propios profesionales con los progresos de sus tenistas *“viendo que cada año sí, notar esa pequeña mejora, que bueno que nos hace muy felices y nos pone muy contentos porque somos como parte de la familia”* (entrenador). Esta motivación enlaza con otras de las cuestiones analizadas como es el deseo de continuar formando parte del proyecto *Más Que Tennis* y la satisfacción con el rol desarrollado en el mismo. En este sentido, todos los profesionales estarían dispuestos a continuar en esta iniciativa por mucho tiempo y desean que esta iniciativa tenga mayor difusión, alcance e impacto en la sociedad *“que no se corte el proyecto. Yo para mí me parece importante esto. Me gustaría que le diérais mucha difusión. Mucha difusión, no solamente a los que los tenemos en proyectos, sino a todos aquellos que no tienen el proyecto”* (entrenadora).

4.1.6. Evaluación del proyecto *Más Que Tennis*

La categoría de evaluación del proyecto *Más Que Tennis* está formada por cuatro códigos: 1) *Puntos fuertes*, 2) *Puntos débiles*, 3) *Retos de futuro* y 4) *Aportaciones de la comunidad Más Que Tennis para la mejora del proyecto*. En este punto cabe señalar que, de nuevo, la mayoría de elementos son multifacéticos. El mismo código puede señalarse como un punto fuerte y constituir al mismo tiempo un punto débil o aspecto a mejorar del proyecto. Lejos de ser una contradicción, se trata de una manifestación de la realidad del proyecto, que se puede identificar gracias a la investigación cualitativa. Por ejemplo, unos informantes destacan la labor de la Fundación Rafa Nadal (punto fuerte), mientras que otros reconocen que apenas saben nada de ella (punto débil). La concordancia entre los puntos débiles y los retos de futuro, como era de esperar, es muy alta. Además, los códigos *puntos fuertes*, *puntos débiles* y *retos de futuro* los extraen los investigadores del discurso de los informantes, por lo que pueden encontrarse implícitos, mientras que el código *aportaciones de la comunidad Más Que Tennis para la mejora del proyecto* recoge las solicitudes explícitas y directas de los informantes. En este caso, como se evidencia, la concordancia es elevada pero no exacta, ya que en algunas ocasiones los participantes son reticentes a solicitar explícita y claramente lo que han expresado de forma implícita o indirecta en su discurso. En este sentido, existe cierto sesgo de deseabilidad social hacia el estudio y la fundación que reduce la perspectiva crítica sobre el proyecto y las demandas de la propia comunidad *Más Que Tennis*.



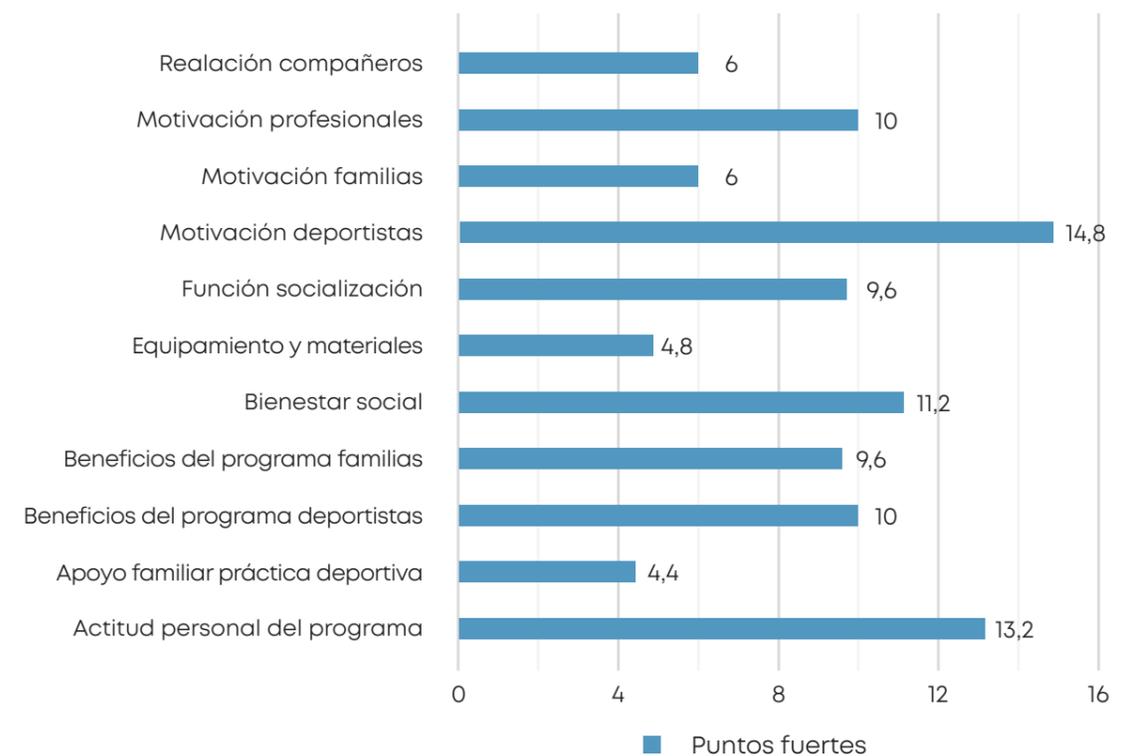
4.1.6.1. Puntos fuertes

Como puede verse en la Figura 6, los puntos fuertes de *Más Que Tennis* son múltiples, destacando con valores más altos: *la motivación de los deportistas, la actitud positiva de los entrenadores y el bienestar social* que proporciona la participación en el mismo.

Figura 6

Puntos fuertes del proyecto

(Porcentaje de aparición de cada código respecto al total de concurrencias con el código "puntos fuertes del proyecto")



En primer lugar, generalmente, familias y deportistas se muestran entusiasmados y realizan valoraciones muy positivas respecto a su participación en el proyecto:

“ [respondiendo a la pregunta ¿Qué es lo que más te gusta del proyecto?]: todo, todo, todo mira, que es tu salud hacer deporte porque no puedes estar sentado, aburrido”. (hombre deportista)

“Y a él le encanta [acudir al proyecto]. O sea, yo lo que digo, que por favor que sigáis con esto porque es que es una maravilla, le encanta, disfruta”. (madre)

La satisfacción de los participantes nos hace suponer que la actividad responde de manera positiva a sus expectativas, lo cual a su vez genera compromiso de cara al futuro (también en el caso de entrenadores). Destacan comentarios a este respecto, relacionados con la continuidad de la actividad: “pues que esto [el proyecto] siga durante mucho tiempo y que vayamos avanzando los otros” (mujer deportista). En la misma línea se expresa el personal del proyecto, que demuestra su compromiso con el proyecto de cara al futuro: “Si soy feliz, si soy feliz, no voy a dejar una cosa que me hace feliz” (entrenador); “Que no se corte el proyecto. Yo para mí, bueno, me parece importante esto. Yo creo que me gustaría que luego le dierais mucha difusión” (coordinadora).

En segundo lugar, un gran punto fuerte del proyecto es la actitud del personal implicado, ya destacado previamente como facilitador en categorías anteriores “son súper majos te enseñan, te lo explican lo mejor que pueden hasta que tú lo entiendas, pero vamos, que los ejercicios no son difíciles, no son difíciles. Son muy majos” (hombre deportista); como las familias “los tratan bien, los miman, todo lo que quieras decir y más [...] estoy orgullosa de la academia de Rafa Nadal [...] porque le está dando a estos niños la facilidad de poder realizar lo que a ellos les gusta” (madre) como los coordinadores de los centros “en nuestro caso los entrenadores son un punto fuerte, los entrenadores han sido todos un diez, todos, todos. Los chicos han estado súper cómodos con ellos, las familias también, yo también” (coordinadora) reconocen que gran parte del buen ambiente y de los logros del proyecto descansa en el buen hacer de los entrenadores.

Otro aspecto muy positivo en la evaluación del proyecto es la promoción de la socialización entre los deportistas, que se manifiesta al aparecer entre los puntos fuertes la función de socialización, y también la relación con los iguales como un factor que facilita la participación en Más Que Tennis. Numerosos deportistas y familias destacan la función de socialización que cumple: “lo que me gusta de jugar al tenis a mí, con la gente, con la gente [se le pide que aclare a quién se refiere al decir ` con

la gente`] a mis compañeros y entrenadores” (hombre deportista).

El apoyo de las familias a la participación de sus hijas con discapacidad intelectual es una constante en el contexto de la evaluación de proyectos ya que, sin la implicación y compromiso de las familias es poco probable que tengan acceso a dichas actividades. Por este motivo, no sorprende que uno de los puntos fuertes de Más Que Tennis sea el apoyo familiar a la participación: “yo acompaño a todos los sitios menos a los que va con buses” (madre). Este resultado es coherente y viene reforzado por lo comentado anteriormente al respecto de los beneficios del proyecto, la motivación de las familias y deportistas, la actitud de los entrenadores, etc. La buena valoración del proyecto y sus efectos beneficiosos favorecen que las familias apoyen la participación de sus hijos en el mismo.

Como puede apreciarse, los puntos fuertes del proyecto son diversos y afectan a distintas dimensiones de la organización y puesta en práctica del mismo. Este es un factor positivo, ya que informa de una buena calidad general de la propuesta.

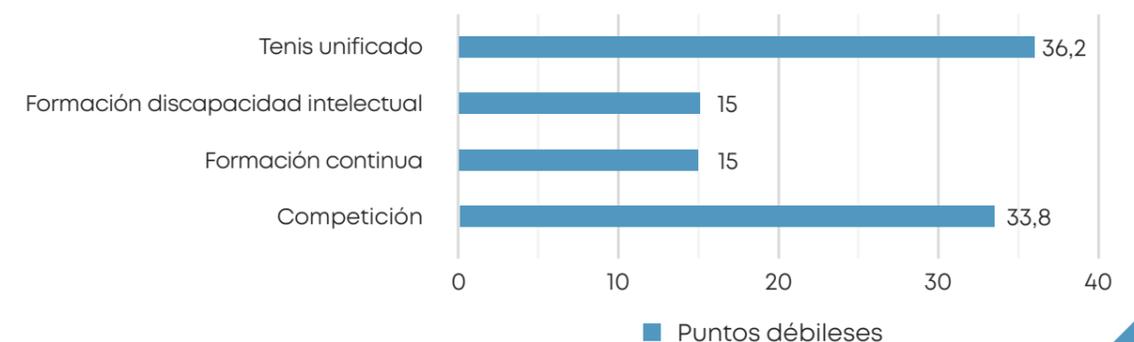
4.1.6.2. Puntos débiles

Como se observa en los valores reflejados en la Figura 7, el principal punto débil de Más Que Tennis se refiere a la falta de oportunidades para la interacción con deportistas que no sean de su grupo Más Que Tennis. En ese sentido, y a pesar de ser uno de los retos principales del proyecto, el tenis unificado no es una práctica generalizada. Tanto deportistas como familiares y entrenadores expresan esta idea. En algunos casos, se dan actividades puntuales en las que los deportistas de Más Que Tennis compiten o juegan con otros deportistas, pero son desarrolladas por iniciativa de los entrenadores-coordinadores de la actividad y no tanto como una propuesta sistemática del proyecto.

Figura 7

Puntos débiles del proyecto

(Porcentaje de aparición de cada código respecto al total de concurrencias con el código (“puntos débiles del proyecto”))



En segundo lugar, ya se ha comentado la importancia que los entrevistados otorgan al evento anual de *Más Que Tenis* en Manacor que destaca como factor que motiva la participación y anima a los deportistas a continuar en el proyecto. Sin embargo, sí parece ser un punto débil dado que no todos los deportistas están en condiciones de acudir. En ese sentido, refieren que los requisitos para acudir no se ajustan al perfil o necesidades de algunos de ellos: *“tuvimos una invitación a un torneo hace unos años que tuvimos que declinar porque, lo que decía antes, no peloteamos, no somos capaces de jugar un torneo”* (coordinador). Los informantes destacan que, si bien la inclusión es un valor presente en la filosofía de *Más Que Tenis*, en la práctica la competición no resulta accesible para todos ellos lo que lleva a dejar fuera a quienes más necesidades de apoyo tienen. Entienden que si pueden entrenar en el proyecto también deberían tener la posibilidad de demostrar lo aprendido en Manacor, independientemente de si son capaces de jugar un partido o no: *“si te das cuenta, te estoy diciendo de ampliar la horquilla de la gente que podría participar”* (entrenador).

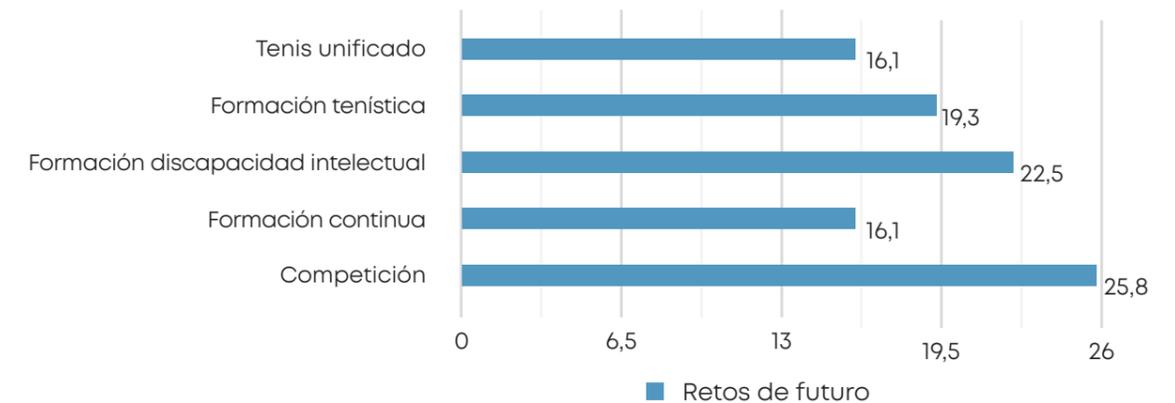
Los entrenadores, que en el apartado anterior fueron señalados como un factor decisivo para el éxito del proyecto, indican en el apartado de puntos débiles la escasa formación continua y específicamente sobre discapacidad intelectual que reciben: *“[sobre la suficiencia de los cursos que reciben] no, no creo que sean suficientes para conocer el mundo de la discapacidad y tenísticamente se quedan excesivamente cortos y luego veo que, por ejemplo, son obligados para poder participar”* (entrenador) y plantean la necesidad de que desde la promoción del proyecto se desarrollen más actividades formativas en este sentido.

4.1.6.3. Retos de futuro

Como puede apreciarse en la figura 8, los retos de futuro del proyecto coinciden en gran medida con sus puntos débiles. Esto se debe a que en el proceso de codificación la mayoría de las veces que se selecciona un segmento como “punto débil” del proyecto, se entiende también que es un reto que puede afrontarse en el futuro para mejorarlo.

Figura 8
Retos de futuro

(Porcentaje de aparición de cada código respecto al total de concurrencias con el código (“retos de futuro”))



Las principales líneas de mejora del proyecto *Más Que Tenis* estarían relacionadas con aumentar el número de competiciones de tenis unificado y adaptar los criterios de acceso al encuentro de escuelas en Manacor para que los deportistas que no pueden disputar un partido pudiesen participar en la competición a través de pruebas individuales. Se trata, en definitiva, de aumentar las posibilidades de interacción con deportistas sin discapacidad intelectual e incrementar la horquilla de participación en el encuentro de escuelas en Manacor. Esto no pasa necesariamente por un aumento del número de participantes, que sería deseable, sino por rebajar las limitaciones que dejan fuera del evento a ciertas escuelas y deportistas.

Uno de los aspectos más relevantes para la mejora del proyecto tiene que ver con la formación de los entrenadores. Tomadas conjuntamente, las demandas formativas alcanzan un porcentaje cercano al 30% (figura 8). Estamos ante una necesidad que expresan casi exclusivamente los entrenadores: en el caso de la formación continua y en la tenística, el 100% de las respuestas identificadas han sido expresadas por el colectivo de entrenadores. En el caso de la formación sobre discapacidad intelectual, a los entrenadores (85,71%) se unen las familias (14,29%), conocedoras de las características y necesidades vinculadas con la discapacidad de sus hijos y sensibilizados con la necesidad de que los profesionales que desarrollen actividades con ellos tengan una especialización en este sentido.

La diversidad detectada en la formación inicial y experiencia de los entrenadores del proyecto explica en parte la amplitud de las demandas formativas. Por un lado, tenemos profesionales con experiencia en el entrenamiento deportivo en tenis que requieren de formación para programar actividades dirigidas a poblaciones con discapacidad intelectual:



“ Para ir [...] mejorando la calidad del servicio, sería algo muy práctico [...] aprender a flexibilizar, a programar, a reorganizarnos las actividades y las programaciones diarias, semanales y mensuales, sobre todo dentro del mundo de la discapacidad intelectual, es decir, no en el tenis ordinario, que muchos entrenadores de tenis ordinario están dando clases de tenis ordinarios, pero no tenis con personas con diversidad funcional.” (entrenador)

Por otro lado, tenemos personal acostumbrado a realizar actividades con personas con discapacidad intelectual y que habitualmente realizan otro tipo de funciones con ellos en centros de día, asociaciones, etc., pero que no está formado en aspectos tenísticos:



“ Empezamos el tenis antes de nosotras hacer el curso de entrenadoras, por lo tanto estábamos perdidas. Es verdad que yo entiendo, es darle con la raqueta a la pelota, pero cuando decían “un revés” claro, yo no sabía lo que era. Y tampoco me gustaba mucho el deporte antes, así que tampoco, pero eso, el tema de formación [como una necesidad], por lo menos para nosotras.” (entrenadora)

La necesidad de formación y actualización continua aparece como una constante, incluso entre aquellos con formación y experiencia en el ámbito de la discapacidad intelectual y en el tenístico:

“ En cuanto a formación para personas con discapacidad yo creo que tengo la suficiente, tengo la básica, y lo bueno es que con la carrera pues alguna cosilla pues he podido ir sacando y, e indagar un poco porque me interesaba el tema respecto a mis deportistas, entonces sí que echaría de menos un poco más de formación. Y luego en cuanto al tenis, yo juego a tenis y tengo esta formación y la que he hecho ahora del curso de tenis de Special [Olympics] pero a veces sí que echo de menos tener algo más de decir, un poquito más.” (entrenadora)



Se destaca la oportunidad de que sea la Fundación Rafa Nadal y Special Olympic quienes organicen esta formación, que para responder a las necesidades del proyecto debe ser específica y adaptarse a las necesidades de los entrenadores (profesionales en ejercicio, que deben compatibilizar su trabajo con la actualización de sus competencias):



“ Creo que la Fundación [Rafa Nadal] y Special Olympics están ofreciendo un proyecto. Y creo que los entrenadores debemos de estar en consonancia con la calidad que quiere ofrecer el proyecto [...] En nuestro caso no sé si es un punto débil, pero en general en el proyecto sí que veo que haría falta añadir ese punto de calidad para que los entrenadores sepamos más.” (entrenador)

4.1.6.4. Aportaciones de la comunidad *Más Que Tenis* para la mejora del proyecto

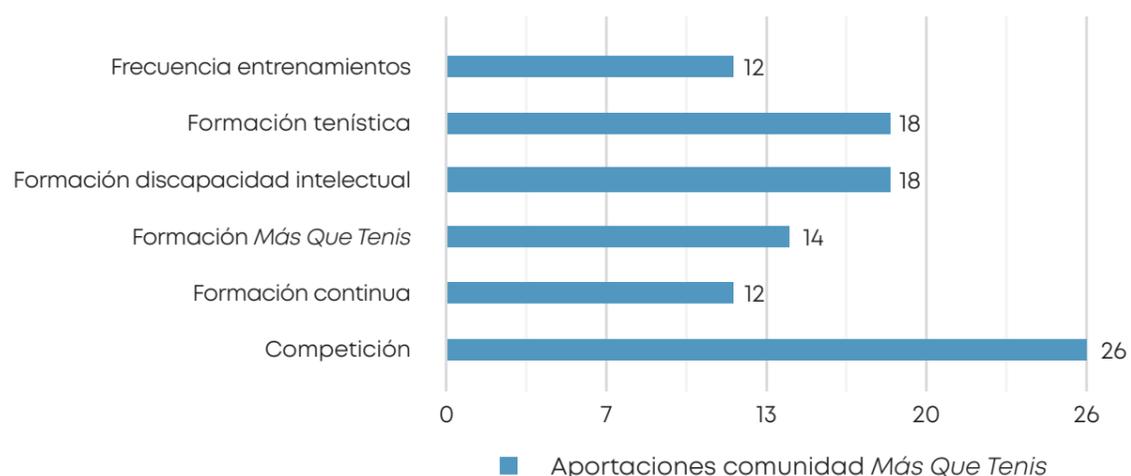
Esta parte del análisis es especialmente relevante porque, aunque los resultados son muy similares a los descritos en el apartado anterior, permite al equipo de investigación identificar a las escuelas que realizan explícitamente propuestas de mejora. De esta manera, será posible personalizar o individualizar las acciones de mejora en aquellas escuelas que se detectan las necesidades y mantener una línea continuista en aquellas en las que estos factores tengan valoraciones positivas. Estas demandas de mejora pueden abordarse desde acciones sectoriales, es decir, orientadas específicamente a las escuelas que las expresan o bien de forma general, como una estrategia para reforzar este factor en todas las escuelas del proyecto.

No se insistirá en los aspectos que ya han sido abordados en el apartado anterior, como la importancia de realizar ajustes en la competición, tanto dentro de las propias escuelas como en el encuentro anual de escuelas en Manacor.

Figura 9

Aportaciones de la comunidad *Más Que Tennis* para la mejora del proyecto

(Porcentaje de aparición de cada código respecto al total de concurrencias con el código (“aportaciones de la comunidad *Más Que Tennis* para la mejora del proyecto”))



Un factor destacado para la calidad del proyecto según las solicitudes de los informantes es la formación. Hay que destacar que en este apartado aparece una solicitud que no había sido señalada anteriormente: la necesidad de recibir formación dentro del propio proyecto *Más Que Tennis*. Esta demanda hace referencia al aprovechamiento de la experiencia generada por el propio personal del proyecto, al trabajar en la enseñanza del tenis con colectivos con DI, para interactuar entre ellos y que las personas con más experiencia en el proyecto pudiesen aportar sus conocimientos a las que llevan menos tiempo o que presentan alguna laguna en su formación: *“si que pediría formación. Formación no sólo como monitores de tenis, sino como monitores de tenis de diversidad funcional” (entrenador)*. Se trataría de una formación muy específica que pone en valor el gran potencial que posee el proyecto en sus recursos humanos y que, de esta forma, podría multiplicar su especialización al favorecer encuentros entre sus entrenadores.

Hay un aspecto que no aparece entre los puntos débiles ni en los retos de futuro del proyecto, pero sí lo hacen en las solicitudes explícitas para perfeccionarlo que se recogen aquí y que requieren detenerse algo más: la *frecuencia de los entrenamientos*, hay una demanda principalmente de las familias y también de algunos entrenadores de aumentar el número de entrenamientos semanales: *“podríamos, por ejemplo, ir más veces en lugar de ir una vez a la semana, ir dos veces a la semana, pero claro,*

para eso necesitan más monitores” (madre). Hay que tener en cuenta que dependiendo de la realidad de cada escuela, el número de entrenamientos semanales puede variar, por lo que habría que estudiar si esta medida es solicitada únicamente por aquellas escuelas que tienen una sola sesión semanal de *Más Que Tennis*. Por otro lado, este dato resulta muy positivo porque, junto con el punto fuerte de expectativas de continuidad en el proyecto, el que hay demandas de que se amplíen las sesiones del proyecto informa de un elevado nivel de satisfacción con el mismo.

4.2. Desarrollo psicomotor de los deportistas *Más Que Tennis*

En este segundo bloque de resultados intentamos responder a los dos últimos objetivos del estudio, relacionados con un mayor conocimiento de las características de los deportistas del proyecto *Más Que Tennis* en cuanto a sus habilidades intelectuales y motrices (objetivo 5) y al desarrollo de procesos de evaluación adaptados a las características del proyecto y sus deportistas (objetivo 6).

4.2.1. Perfil psicomotor de los deportistas de *Más Que Tennis*

Para poder conocer y trazar el perfil psicomotor de los participantes de *Más Que Tennis* se han realizado evaluaciones psicopedagógicas individuales a cada participante. Estas evaluaciones se han realizado utilizando las pruebas estandarizadas: Test breve de inteligencia de Kaufman K-BIT (Kaufman & Kaufman, 2000), Batería de evaluación del movimiento para niños MABC-2 (Henderson et al., 2007) y Escala de conducta adaptativa Vineland-III (Sparrow et al., 1984).

Se han realizado evaluaciones psicopedagógicas completas a 52 deportistas obteniendo datos sobre su cociente intelectual y su conducta adaptativa puesto que, como se ha establecido internacionalmente, la discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones de inteligencia y la conducta adaptativa que se originan en el período de desarrollo. La conducta adaptativa representa el conjunto de habilidades conceptuales, sociales y prácticas que las personas aprenden y realizan en sus actividades diarias. Se ha empleado la batería MABC-2 para la evaluación de las competencias psicomotrices pues es el recurso más utilizado internacionalmente hasta la fecha para este tipo de mediciones, evaluando de manera exhaustiva y completa estas competencias. Su versión original está diseñada para un rango de edad entre los 4 y los 16 años (para la población general). No habiendo encontrado ninguna otra prueba validada para población con discapacidad intelectual ni tampoco versiones adaptadas de las pruebas internacionalmente conocidas, en este estudio se ha planteado su adaptación para personas con discapacidad intelectual abarcando un mayor

rango de edad de aplicación (en este caso, hasta la edad adulta). Es decir, se pretende aportar de manera novedosa a la comunidad una prueba adaptada a esta población que nos permita un mayor grado de adaptación al perfil de las personas con discapacidad intelectual y poder objetivar de este modo de manera fiable y exhaustiva el nivel de competencia motriz de los deportistas.

A continuación, se presentan los principales resultados obtenidos de las evaluaciones psicopedagógicas de los participantes. Es decir, se describe su capacidad intelectual, así como su conducta adaptativa y se detalla el rendimiento de los deportistas en las tareas psicomotrices evaluadas por el MABC-2. Todo esto nos ayuda a conocer mejor a la población con discapacidad intelectual y, como ya se ha anticipado, en el caso de la evaluación de las capacidades psicomotrices se plantea la necesidad de aportar nuevas herramientas de evaluación o modificar las existentes para adaptarlas a las características de estos deportistas, puesto que actualmente todavía escasean los instrumentos validados específicamente para realizar este tipo de evaluaciones en personas con discapacidad intelectual.

4.2.1.1. Resultados obtenidos con el Test breve de inteligencia de Kaufman K-BIT

Según la clasificación del nivel intelectual que aporta el test K-BIT, la capacidad cognitiva de los deportistas oscila entre el nivel borderline y el grado moderado de discapacidad intelectual. Como puede observarse en la tabla 4, los cocientes intelectuales (CI) medios del conjunto de los deportistas son: CI total 54; CI verbal 58 y CI no verbal 61. En ella se describe también el porcentaje de deportistas de la muestra dentro de cada grupo de nivel intelectual. En torno al 45-50% se sitúan en el grado moderado de discapacidad, teniendo en cuenta el CI total y las habilidades lingüísticas, y el 61% en el grado ligero según las habilidades no verbales perceptivo-manipulativas.

Tabla 4

Resultados del Test breve de inteligencia de Kaufman K-BIT

	Media (desviación típica)	Inteligencia borderline	DI grado ligero	DI grado moderado
CI total	53.6 (14,6)	9%	41%	50%
CI verbal	57.51 (18.34)	14.1%	40.6%	45.3%
CI no verbal	61.2 (15.03)	12.9%	61.3%	25.8%

CI: cociente intelectual; DI: discapacidad intelectual

4.2.1.2. Resultados obtenidos con la Batería de evaluación del movimiento para niños MABC-2

En cuanto a las habilidades motrices, los deportistas del *Más Que Tenis* fueron evaluados en las tres dimensiones de la Batería MABC-2: Destreza manual, Puntería-atrape y Equilibrio. Los deportistas valorados manifiestan mayor dificultad que la población general en las 3 dimensiones de la MABC-2 y en 7 de las 8 pruebas que la configuran, como se indica en la tabla 5. Por otro lado, no se encuentran diferencias explicadas por la edad ni por el sexo en ninguna de las dimensiones ni en ninguna de las pruebas aplicadas.

El hecho de que la mayoría de las puntuaciones de la muestra se agrupen en torno a una categoría (o en las categorías más bajas) no permite discriminar entre distintos niveles de competencia psicomotriz, que es el objetivo de la prueba. Por este motivo, se hace necesario realizar adaptaciones para que la complejidad propuesta en las pruebas permita establecer diferentes niveles de competencia psicomotriz en las poblaciones estudiadas. Tras estas evaluaciones se evidencia la clara necesidad de contar con pruebas objetivas diseñadas y adaptadas para población con discapacidad intelectual.

Tabla 5

Resultados obtenidos con la Batería de evaluación del movimiento MABC-2

	Media (desviación típica)	Inteligencia borderline	DI grado ligero
Destreza manual (DM)	DM1 Insertar clavijas	bajo	
	DM2 Entrelazar cordel	bajo	bajo
	DM3 Dibujar trazado	bajo	
Puntería-atrape (PA)	PA1 Atrapar pelota	medio-bajo	medio-bajo
	PA2* Lanzar con puntería	medio	
Equilibrio (E)	E1 Equilibrio unipodal en sobre soporte	bajo	
	E2* Andar talón-punta	medio-bajo	bajo
	E3* Saltar pata coja	medio-bajo	

*puntos fuertes en motricidad (diferencias significativas intragrupo)

Por otra parte, para identificar la existencia de pruebas con un rendimiento significativamente distinto se realiza un análisis intragrupo. Esto permite identificar cuáles son las tareas en las que los deportistas obtienen un mejor rendimiento, es decir, cuáles son sus fortalezas en las diferentes tareas motrices. Para ello se compara el rendimiento obtenido por cada participante con discapacidad intelectual en las 8 pruebas aplicadas. Los participantes realizan significativamente mejor la tarea de lanzar con puntería, así como las tareas de equilibrio de andar talón-punta y de saltar a la pata coja, como puede observarse en la tabla 5.

Además, como parte de esta prueba, se realiza una valoración de la conducta motriz observable en la vida diaria de los deportistas, tanto en un entorno estático-predecible como en un entorno dinámico impredecible, a través de la *Lista de observación conductual* del MABC-2 (de aquí en adelante, LOC) que cumplimentan familiares y entrenadores de los deportistas.

Respecto a la población general, los deportistas de *Más Que Tennis* obtienen un rendimiento bajo (el 53.8% de los participantes), un rendimiento medio-bajo (el 30.7%) y un rendimiento medio (el 15.3% restante). De nuevo, con estos datos se evidencia la necesidad de contar con pruebas objetivas de evaluación que estén baremadas en la población con discapacidad intelectual. Para dar respuesta a esta necesidad, se lleva a cabo el proceso de adaptación y validación del LOC para personas con discapacidad intelectual, como se explica más adelante.

Los deportistas rinden de manera significativamente mejor en la habilidad de Autonomía personal (respecto a habilidades en el aula, deportivas y recreativas) de la dimensión Entorno estático-predecible (respecto a un *entorno dinámico-impredecible*) (ver tabla 6).

Tabla 6

Resultados obtenidos con la Lista de observación conductual de la Batería MABC-2

Dimensión	Habilidades
A Entorno estático o predecible*	-autonomía personal* -habilidades en el aula -habilidades deportivas y recreativas
B Entorno dinámico o impredecible	-autonomía personal/aula -habilidades con balón -habilidades deportivas y recreativas
A+B	-rendimiento total

*puntos fuertes en conducta motriz (diferencias significativas intragrupo)

La mayor parte de las personas de apoyo (familias y profesionales) que responden la LOC, consideran que los problemas de movimiento que presentan los participantes no afectan negativamente a los aprendizajes (87%), a las actividades recreativas (90.1%), a la autoestima (86.3%) ni a las interacciones sociales (81.9%).

Por otra parte, en la LOC se analizan algunas características de la personalidad y de la conducta como posibles factores personales que pueden afectar al movimiento. Se detalla si cada participante puede describirse con algunos de los siguientes 13 rasgos-adjetivos: desorganizado, despistado, pasivo, temeroso, ansioso, impulsivo, distraído, hiperactivo, sobreestima sus capacidades, subestima sus capacidades, poco persistente, se enfada ante el fallo e incapaz de obtener satisfacción con el éxito. En el estudio de Ruiz et al. (2007) aportan que la combinación de varios rasgos puede configurar los perfiles conductuales de *Impulsividad y Pasividad*. En este caso, los deportistas, como grupo, no configuran ninguno de estos perfiles. Pero puede matizarse que en torno al 60% de los participantes comparten estas tres características personales: organizados, tranquilos y capaces de obtener satisfacción del éxito o de los elogios.

4.2.1.3. Resultados obtenidos con la Escala de conducta adaptativa Vineland-III

Se lleva a cabo la valoración de la conducta adaptativa de los participantes a través de la Escala Vineland-III. Esta prueba permite detallar el nivel de funcionamiento de una persona en los dominios de comunicación, habilidades de la vida diaria, socialización y habilidades motrices. Dentro de la dimensión *Comunicación* se valoran las vertientes receptiva y expresiva del lenguaje (esto es, cómo comprende y cómo se expresa verbalmente) así como las habilidades de la lectoescritura. En *Habilidades de la vida diaria* se contempla aquellas relacionadas con el cuidado de uno mismo (comida, vestido, higiene, salud), con las destrezas de la vida en el hogar (limpieza, organización, uso de electrodomésticos) y de la vida en la comunidad (movilidad, viajes, participación, administración del dinero). En la dimensión Social se valoran las habilidades de interacción social, de ocio y tiempo libre así como de adaptación a las situaciones sociales y novedosas. Y, por último, dentro de Motricidad se evalúan tanto las habilidades motrices finas como gruesas.

Los deportistas obtienen un rendimiento bajo respecto a la población general en las 4 dimensiones y en las 11 categorías anteriormente descritas que se detallan en la tabla 7.

Tabla 7

Resultados obtenidos con la Escala de conducta adaptativa Vineland-III

Dimensión	Habilidades
Comunicación	- comunicación receptiva - comunicación expresiva* - escrita
Habilidades de la vida diaria (HVD)*	- HVD personales - HVD domésticas* - HVD comunitarias*
Social*	- juego y ocio - afrontamiento
Motricidad	- gruesa - fina*

*puntos fuertes en conducta adaptativa (diferencias significativas intragrupo)

4.2.2. Propuestas de mejora para la evaluación psicomotriz de personas con discapacidad intelectual

Los datos recogidos en este proceso de valoración del proyecto *Más Que Tenis* han servido para comenzar un proceso de adaptación a las necesidades y características de la población de personas con discapacidad intelectual de dos instrumentos de evaluación de la motricidad que resultan muy útiles a nivel internacional: la Batería de evaluación del movimiento MABC-2 y la Lista de observación conductual.

Se trata de una aportación relevante a la comunidad científica ya que no existen pruebas de evaluación específicas adaptadas a personas con diversidad funcional; concretamente, pruebas que evalúan la motricidad de personas con discapacidad intelectual. Esta aportación es de gran utilidad en el diagnóstico y seguimiento de las personas con discapacidad intelectual.



En positivo

La adaptación y validación de instrumentos en población con discapacidad intelectual que se está llevando a cabo permite identificar mejor sus necesidades y resaltar sus fortalezas y debilidades al comparar el rendimiento en tareas de motricidad y en la conducta motriz observable con el esperado en su población, no en la población normotípica. De esta forma se pueden ajustar los planes de intervención a sus condiciones específicas de manera realista. En definitiva, contribuye a la mejora de la calidad de vida de las personas con diversidad funcional.

La inexistencia de instrumentos específicos y las dificultades de conseguir muestras amplias de personas con discapacidad intelectual, provoca que exista poca información sobre las competencias psicomotrices de esta población. Este estudio aporta los resultados de valoraciones psicomotrices de 52 deportistas, lo que podría servir de referencia para otros trabajos centrados en personas en esta población diana -con discapacidad intelectual en general- y, más específicamente, para comparar la competencia motriz de deportistas y no deportistas con discapacidad intelectual.



05 Conclusiones y retos para el futuro del proyecto *Más Que Tennis*

En esta investigación se diseñó un estudio de caso que, a través de la combinación de técnicas cualitativas y cuantitativas, ayudará a comprender en primer lugar, la perspectiva de los implicados en el proyecto (deportistas, familias y profesionales) y, en segundo lugar, el perfil en cuanto a habilidades motrices y cognitivas de los deportistas. Los datos obtenidos nos permiten establecer las siguientes conclusiones, así como proponer algunos retos de futuro para seguir mejorando la vida de las personas con discapacidad intelectual a través del deporte. Para facilitar la comprensión de la información, se organizan las conclusiones siguiendo la misma estructura del apartado de resultados.

5.1. Sobre el proyecto *Más Que Tennis* desde la perspectiva de los deportistas, familiares y profesionales

5.1.1. Sobre las funciones de *Más Que Tennis*

Las funciones más relevantes del proyecto son la socialización y la mejora en las competencias tenísticas. En un segundo nivel de importancia aparecen otras tres funciones: la mejora de la autonomía personal, el sentirse en forma y el bienestar psicológico. Las percepciones sobre estas funciones varían según el colectivo consultado. Los deportistas y familias valoran por encima de todo las oportunidades para ampliar su círculo social, mientras que los entrenadores tienden a valorar de manera más relevante la mejora de las competencias relacionadas con el deporte, especialmente la técnica.

El proyecto *Más Que Tennis* contribuye a la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y así lo señalan los propios deportistas y sus familias: el tenis supone una ilusión en su día a día. En ese sentido, es unánime el agradecimiento hacia la Fundación Rafa Nadal y las oportunidades que les brindan para acceder a la práctica deportiva en igualdad de condiciones que el resto de la población. Este agradecimiento se dirige especialmente, a los entrenadores y coordinadores del proyecto que son quienes, a través de los entrenamientos y del encuentro anual de Manacor, proporcionan el apoyo necesario a los deportistas, tanto desde el punto de vista técnico como humano.

5.1.2. Sobre los facilitadores y barreras para la participación en *Más Que Tennis*

La triangulación de experiencias de deportistas, familias y personal de *Más Que Tennis* permite comprender algunos facilitadores comunes que promueven la práctica deportiva de las personas con discapacidad intelectual. En ese sentido, se pueden considerar puntos fuertes del proyecto *Más Que Tennis*. Por otra parte, se han identificado barreras relevantes que dificultan la participación plena de los deportistas en el proyecto *Más Que Tennis*. Dichas barreras poseen una elevada concurrencia con los puntos débiles y retos de futuro del proyecto y afectan, en muchos casos, a aspectos organizativos. Tanto barreras como facilitadores aparecen relacionados con factores personales (que dependen de los deportistas) y también contextuales (relacionados con el proyecto), en la línea de lo que sugiere la literatura científica en este ámbito. Además, hay que tener en cuenta el carácter multifacético de varias de las dimensiones analizadas en esta categoría (algunas personas pueden considerar una barrera lo que para otros es un facilitador).

Tres son los principales factores que facilitan la participación en *Más Que Tennis*: 1) el buen trato recibido por parte de los entrenadores y coordinadores, 2) la oportunidad para relacionarse, en un entorno seguro y amable, con otros deportistas y 3) el soporte económico y de material brindado por el proyecto.

Es una constante a lo largo de las entrevistas las referencias positivas a la implicación y profesionalidad de los entrenadores de las escuelas. Como ya se ha mencionado, estos son una pieza clave fundamental para el buen desarrollo del proyecto y son considerados como el apoyo fundamental para las personas con discapacidad intelectual. Este factor humano es clave para promover y mantener la participación de los deportistas en el proyecto.

Por otro lado, los participantes en el estudio identifican barreras a su participación en el proyecto, aunque en menor medida que los facilitadores. Destacan que en ocasiones su participación resulta compleja debido al desafío social y cognitivo

que les supone. Es decir, tanto el reto social (mostrar habilidades para la gestión y afrontamiento de situaciones de interacción social, etc.) como cognitivo (comprender las dinámicas de los entrenamientos, por ejemplo), genera necesidades de apoyo sin las cuales, las personas con discapacidad difícilmente lograrían mantener su práctica deportiva. Como se ha explicado, esto tendría relación con los diferentes dominios de conducta adaptativa de los deportistas, por lo que la evaluación psicopedagógica realizada podría ayudarnos a comprender mejor cómo contribuir a superar estos obstáculos. Otra barrera relevante son las instalaciones, que no dependen directamente de la organización del proyecto, pero que en algunas escuelas no están adaptadas a las condiciones climáticas en ciertas épocas del año y hacer más incómoda la participación o directamente impiden el desarrollo de las sesiones de tenis.

Otros aspectos de carácter más secundario que pueden actuar como barreras son las condiciones climáticas (en relación con las carencias en las instalaciones que acabamos de mencionar), la relación con los otros deportistas (conflictos, problemas de convivencia, excesiva competitividad, etc.), la disponibilidad de tiempo y transporte (posibilidad de compatibilizar de la actividad con otras ocupaciones educativas o laborales), los requerimientos físicos de la actividad o la falta de dinero para asumir algún gasto vinculado con la participación en el proyecto.

Como se puede ver, son muchos los factores que condicionan la participación de las personas con discapacidad intelectual en el proyecto *Más Que Tenis*. Aunque se pueden establecer ciertas conclusiones genéricas, es importante analizar la realidad de cada escuela para determinar de una manera más precisa las barreras y facilitadores presentes en cada una y ajustar las estrategias de mejora pertinentes de modo individualizado.

5.1.3. Sobre los beneficios para los deportistas del proyecto *Más Que Tenis*

Las experiencias de los entrevistados se relacionan con un impacto positivo del proyecto no solamente a nivel físico sino también social y psicológico. Se constata que el deporte es, a la vez, objetivo y herramienta para la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad. Deportistas, familias y entrenadores comparten unánimemente su percepción de que el deporte mejora la vida de las personas. Concretamente, se identifican beneficios asociados con una mejora de la motivación personal, la socialización y la relación con los pares, el aprendizaje del tenis, el estado de salud y la autonomía personal. Así pues, y como se ha venido reflejando, *Más Que Tenis* es un referente importante en la vida de los deportistas y sus familias, tal y como demuestra el sentido de pertenencia y el nivel de compromiso con el proyecto que ellos mismos expresan.

5.1.4. Sobre los elementos motivadores del proyecto *Más Que Tenis*

Definir estrategias de intervención para favorecer la actividad física de las personas con discapacidad intelectual pasa por comprender cuáles son las principales motivaciones de los deportistas, y de sus familias para iniciar y mantenerse en proyectos como *Más Que Tenis*. Para ello, determinadas preguntas de la entrevista se centraron en ahondar en las razones de su participación en *Más Que Tenis* y los aspectos que más les motivan del mismo. Los participantes destacan los siguientes:

- Las oportunidades para la socialización les animan a seguir participando y les supone un aliciente para continuar en la actividad.
- La implicación y el apoyo familiar es un factor relevante de cara a su continuidad.
- Encuentran una motivación importante en sentirse parte de la Fundación Rafa Nadal
- La propia figura de Rafael Nadal, como deportista de élite y ejemplo de superación, se convierte en un modelo a seguir.
- La competición anual celebrada en Manacor, que agrupa a deportistas de todo el territorio nacional, se convierte en el principal anhelo y motivación de muchos deportistas.

Además, los entrevistados encuentran muy motivante la actitud e implicación de los entrenadores, así como los propios beneficios personales (en cuanto a su bienestar). Todos estos factores actúan como catalizadores de la participación e implicación de los deportistas.



5.1.5. Sobre el personal de las escuelas *Más Que Tennis*

La valoración sobre la labor de los profesionales (entrenadores y coordinadores) es muy positiva por parte de deportistas y familias. Los entrevistados mencionan la gran calidad humana y profesional del personal de *Más Que Tennis*, habiendo sido formados, además, la mayoría de ellos o bien en el ámbito del deporte o bien en la atención a personas con discapacidad intelectual. Los deportistas, y sus familias encuentran en los profesionales un apoyo fundamental. A su vez, los profesionales refieren una gran motivación y adherencia al proyecto, expresando su deseo de permanecer en el mismo en un futuro.

5.1.6. Sobre la evaluación del proyecto *Más Que Tennis*

Al igual que acontece con facilitadores y barreras en este caso los puntos fuertes son más que los puntos débiles del proyecto. Como se evidencia a lo largo de todo el trabajo los grandes puntos fuertes del proyecto son el personal y la motivación de la comunidad *Más Que Tennis* hacia el proyecto. Ya se han expuesto suficientemente las razones por las que el personal y la motivación suponen aspectos centrales del proyecto. En otro orden de elementos, es interesante destacar los beneficios que son percibidos por los agentes implicados y el interés por mejorar el bienestar y la calidad de vida de los deportistas. Un indicador inequívoco del éxito del proyecto son las expectativas de participación y continuidad en el proyecto en el futuro. Todos los informantes entrevistados expresan de forma unánime su voluntad de seguir participando en esta iniciativa.

Los puntos débiles, desafíos de futuro y aportaciones de la comunidad *Más Que Tennis* a la mejora del proyecto se focalizan en cuatro bloques:

1. La formación de los profesionales del proyecto es otro aspecto sobre el que se debería incidir en el futuro. Si bien casi todo el personal posee algún tipo de formación asociada a la pedagogía, a las ciencias de la actividad física o al tenis, esta formación inicial no garantiza el desarrollo de todas las competencias necesarias para diseñar entrenamientos de tenis para personas con discapacidad. Cada profesional tiene que recurrir a su conocimiento y recursos para solucionar los retos que se le presentan.

Sin embargo, el ámbito del deporte en poblaciones con discapacidad intelectual requiere una formación específica y gran capacidad

de adaptación a contextos cambiantes y diversos. La formación continua en este ámbito no es abundante y el acceso a la misma se complica al tratarse de profesionales en ejercicio. Esto hace que los organizadores del proyecto se encuentren en una situación privilegiada para realizar una oferta adaptada a las necesidades de su personal. Los entrenadores no identifican una oferta formativa consistente ofertada desde el proyecto o una programación unificada que oriente sus propuestas. Por otro lado, que la formación existente por parte de Special Olympics sobre tenis y discapacidad se realice vía on-line, se valora como una debilidad del programa que se convierte a su vez en una petición de mejora del personal de *Más Que Tennis* a sus organizadores.

2. Otro aspecto relevante que se puede mejorar se refiere al encuentro de escuelas *Más Que Tennis* en Manacor. Deberían revisarse los criterios de participación en este evento, ya que una parte de los deportistas no alcanzan los requisitos establecidos por los organizadores del evento para participar. Esto provoca una gran decepción entre los deportistas que no pueden acudir, ya que las expectativas generadas en torno a este evento son altísimas y la motivación para acudir es máxima.

3. Por último, se detecta una escasa presencia de actividades de tenis unificado tanto en el encuentro *Más Que Tennis* en Manacor como en la actividad diaria de las escuelas. La participación de personas sin discapacidad intelectual en actividades con los deportistas de *Más Que Tennis* se limita a acciones muy puntuales y esporádicas. Esto supone una necesidad de mejora importante, ya que el tenis unificado es una de las referencias de trabajo del proyecto. Aun siendo conscientes de la complejidad de organizar este tipo de actividades (al implicar a participantes que no forman parte del programa) es necesario implementar estrategias para mejorar este aspecto en el futuro.

5.2. Sobre el perfil de los deportistas de *Más Que Tennis*

Esta investigación nos permite conocer de manera pormenorizada el *perfil psicomotor de los deportistas de Más Que Tennis*. Esto es de gran utilidad para los profesionales que trabajan con los deportistas, pues les permitirá diseñar planes de trabajo y entrenamientos deportivos más adaptados a cada deportista, teniendo en cuenta sus fortalezas, así como sus puntos de mejora.

Como recomendaciones al trabajo diario de los deportistas en los diferentes entrenamientos, convendría potenciar las habilidades en las que demuestran un mejor rendimiento, como el lanzamiento con puntería o algunas facetas del equilibrio (caminar talón-punta) y compensar otras más deficitarias que se han evidenciado en la investigación, como las habilidades de destreza manual o el equilibrio unipodal. Esto ayudará, como grupo, a mejorar el rendimiento general de esta población en las tareas motrices evaluadas.

Por otro lado, es importante que la comunidad *Más Que Tennis* (entrenadores, personal de apoyo, etc), conozca el perfil intelectual y la conducta adaptativa de los deportistas pues en muchas ocasiones desconocen estos datos. Por ejemplo, los deportistas muestran un mayor rendimiento en las dimensiones *Habilidades de la vida diaria y Social* (respecto a comunicación y motricidad) y en las categorías: *comunicación expresiva* (respecto a comunicación receptiva y escrita); *habilidades domésticas y comunitarias* (respecto a personales); *habilidades interpersonales* (respecto a las de ocio y afrontamiento); y *motricidad fina* (respecto a la gruesa). Este tipo de información permite a los entrenadores y otros profesionales comprender mejor el comportamiento de los deportistas y adaptar sus propuestas de forma más precisa a sus necesidades. Esto conllevará, sin duda a una mejor progresión en entrenamientos deportivos, así como en otras habilidades de la vida implementadas en los mismos.

Con respecto al *desarrollo de métodos adaptados a la población con discapacidad intelectual*, los datos recogidos en este proceso de valoración del proyecto *Más Que Tennis* han servido para proponer una adaptación y poder iniciar la validación de dos instrumentos de evaluación de la motricidad que resultan muy útiles a nivel internacional: la Batería de evaluación del movimiento MABC-2 y la Lista de observación conductual- LOC. Son instrumentos que no están adaptados para poblaciones con discapacidad y los datos recogidos en este estudio nos permitirán realizar una propuesta de adaptación que permita evaluar el desarrollo motor de poblaciones con discapacidad intelectual.

Se trata de una aportación relevante a la comunidad científica ya que no existen pruebas de evaluación específicas adaptadas a personas con diversidad funcional; concretamente, pruebas que evalúan motricidad a personas con discapacidad intelectual. Esta aportación es de gran utilidad en el diagnóstico y seguimiento de las personas con este tipo de discapacidad. De esta manera, nos permitirán conocer mejor sus características y fortalezas y, por supuesto, establecer unas mejores pautas de intervención y apoyos que faciliten en mayor medida la calidad de vida de estas personas.



06 Recomendaciones y futuras líneas de investigación

Las conclusiones de estudio nos permiten articular algunas recomendaciones para la optimización del proyecto *Más Que Tennis* basadas en la evidencia científica encontrada:

- Desarrollar estrategias formativas dirigidas al personal del *Más Que Tennis*. Se identifican al menos tres líneas de actuación: 1) mejorar la formación basada en las aportaciones de expertos o especialistas, flexibilizando en lo posible las actividades para facilitar la asistencia del personal del proyecto; 2) reestructurar la oferta existente, basada en un formato online, para que responda en mayor medida a las necesidades de los entrenadores; y 3) facilitar encuentros entre el personal del proyecto específicamente centrados en la formación y el intercambio de experiencias, ya que el personal de *Más Que Tennis*, dada su experiencia y especialización, tiene mucho que aportar a sus compañeros y a otras personas ajenas al proyecto que desarrollan actividades deportivas en poblaciones con discapacidad intelectual. Dentro de esta línea de trabajo, se hace necesario poner en valor el potencial del personal del proyecto y aprovecharlo para formar a los entrenadores con menos experiencia o a las nuevas incorporaciones que se realicen al proyecto.
- Sería necesario desarrollar criterios más inclusivos para la participación en el encuentro de escuelas *Más Que Tennis* en Manacor. Como una alternativa al requerimiento actual de poder disputar un partido de tenis, se propone incorporar pruebas motrices y de habilidades tenísticas para aumentar el número de deportistas de las distintas escuelas que tienen acceso al evento.
- Promover y organizar torneos, competiciones o demostraciones dentro del proyecto que permitan una mayor interacción entre las diferentes escuelas y posibilite más oportunidades de encuentro entre los deportistas a lo largo del año.
- En el mismo sentido, también se propone el apoyo o la organización directa de actividades de tenis unificado, donde los deportistas de *Más Que Tennis* puedan entrenar y convivir con otros deportistas sin discapacidad de su entorno, lo que favorecerá que se amplíe su círculo de contactos y una mayor presencia y visibilidad dentro y fuera de su comunidad.
- La frecuencia de los entrenamientos semanales muestra cierta variación de unas escuelas a otras. En aquellas escuelas en las que *Más Que Tennis* se concentra en una sola sesión semanal, se solicita que aumente la

frecuencia de los entrenamientos. Se recomienda que la Fundación realice gestiones para que, en la medida de lo posible y siempre que el contexto de las instituciones en las que participan los deportistas lo permita, se aumente el número de sesiones semanales del proyecto.

- Como se ha comentado anteriormente, la información recogida en este estudio sobre el perfil psicomotor de los deportistas que participan en el proyecto es de gran utilidad para adaptar las propuestas que se les realizan a sus características y necesidades. Sin embargo, los resultados por sí mismos no generan cambios, han de habilitarse grupos de trabajo para que la información llegue a materializarse en las pistas de tenis y las actividades del proyecto.

Limitaciones del estudio

- Limitaciones temporales que han impedido que toda la comunidad *Más Que Tennis* haya podido participar en el estudio.
- Limitaciones para los viajes de trabajo campo para la recogida de datos de manera presencial, lo que ha obligado a emplear entrevistas on-line.
- Limitaciones de los instrumentos de recogida de datos existentes para la población con discapacidad intelectual ya que no existen las suficientes herramientas adaptadas para este grupo poblacional.
- Limitaciones en las técnicas de recogida de datos cualitativas, se ha empleado el uso de entrevistas semiestructuradas para la recogida de información.

Futuras líneas de investigación

- Trabajar en la adaptación, fiabilidad y validación de nuevos instrumentos de recogida de datos específicos para la población con discapacidad intelectual.
- Realizar un seguimiento sobre las contribuciones de mejora y sus efectos en el proyecto *Más Que Tennis*.
- Desarrollar nuevos métodos de investigación participativa para la población con discapacidad intelectual.
- Avanzar en el estudio de los programas de ocio activo en la población con discapacidad intelectual.
- Fomentar el trabajo interdisciplinar en la investigación en población con discapacidad intelectual.

07 Referencias

Chaverra, B. E., Gaviria, D. F. & González, E. V. (2019). El estudio de caso como alternativa metodológica en la investigación en educación física, deporte y actividad física. Conceptualización y aplicación. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 35, 422-427.

Consejo Superior de Deportes. (2019). Plan Director del deporte inclusivo. <https://www.csd.gob.es/es/mujer-y-deporte/plan-director-deporte-inclusivo-2020>.

Consejo Superior de Deportes. (2022). Estadística de deporte federado. <https://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:6b7e9a1a-e3e5-4b45-8ae5-6f187b50235f/estadistica-de-deporte-federado.pdf>.

Dairo Y. M., Collett J., Dawes H. & Oskrochi G. R. (2016). Physical activity levels in adults with intellectual disabilities: a systematic review. Preventive Medicine Reports 4, 209–19.

Enrique, A. M. y Barrio, E. (2018). Guía para implementar el método de estudio de caso en proyectos de investigación. En E. Martínez-Rodrigo & J. B. (coords.) Arjona-Martín (Eds.), Propuestas de investigación en áreas de vanguardia (pp. 159-168). Editorial Tecnos.

Henderson, S., Sugden, D. A. & Barnett, A. (2007). Movement Assessment Battery for Children-Second Edition [Movement ABC-2]. The Psychological Corporation.

IBM Corp. (2017). IBM SPSS Statistics, Version 25.0 [computer software]. Armonk, NY: IBM Corp. disponible en IBM.com.

Kaufman, A. S. & Kaufman, N. I. (2000). K-BIT, Test Breve de Inteligencia de Kaufman (Kaufman Brief Intelligence Test). Pearson.

Hansen, E., Nordén, H. & Ohlsson, M. (2023). Adolescents with intellectual disability (ID) and their perceptions of, and motivation for, physical activity and organized sports, Sport, Education and Society, 28 (1), 59-72.

Pérez-Tejero, J. & Ocete-Calvo, C. (2019). Personas con discapacidad y práctica deportiva en España. En Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España (pp. 55-77). Ediciones Cinca.

Organización de las Naciones Unidas. (2006). Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>.

Organización de las Naciones Unidas. (2015). Transformar nuestro mundo: la agenda 2030 para el desarrollo sostenible. <https://sdgs.un.org/es/2030agenda>.

Robertson J., Emerson E., Gregory N., Hatton C., Turner S., Kessissoglou S. et al. (2000) Lifestyle related risk factors for poor health in residential settings for people with intellectual disabilities. Research in Developmental Disabilities 21, 469–86.

Ruiz, L.M. Gomez, M. Graupera, J. L., & Moreno, J. A. (2007). Applicability of a quantitative version of the Fifth section of the Henderson and Sugden's Movement ABC Checklist. Physical Education International Journal of Special Education, 22, 2.

Schalock, R. & Verdugo, M.A. (2003). Quality of life for human service practitioners. Washington, DC: American Association on Mental Retardation [Traducido al castellano por M.A. Verdugo y C. Jenaro. Calidad de vida. Manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales. Alianza Editorial.

Stake, R. E. (1999). Investigación con estudio de casos (Segunda). Morata.

Taylor, B., & Devine, T. (1993). Assessing Needs and Planning Care in Social Work (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003076728>.

Temple V.A., Frey G.C., & Stanish H.I. (2006) Physical activity of adults with mental retardation: review and research needs. Am J Health Promot. 2006 Sep-Oct;21(1):2-12. doi: 10.1177/089011710602100103.

Saldaña, J. (2013). The coding manual for qualitative researchers (2da ed.). SAGE publications.

Sparrow, S., Balla, D. & Cichetti, D. (1984). The Vineland Adaptive Behavior Scales. American Guidance Service.

VERBI Software. (2019). MAXQDA 2020 [computer software]. Berlin, Germany: VERBI Software. Disponible en maxqda.com.

EL DEPORTE COMO HERRAMIENTA DE BIENESTAR E INCLUSIÓN EN DEPORTISTAS CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL

Un estudio sobre el proyecto *Más Que Tennis*

Informe de resultados *Más Que Tennis*



Universidad
de Navarra

FACULTAD DE
EDUCACIÓN
Y PSICOLOGÍA

