



RenaSer: el deporte y la resiliencia, una oportunidad de vida

Valentina Jaramillo Orrego y Natalia Quintero Pabón

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia - Chocó

Centro Universitario Bello

Programa Comunicación Social - Periodismo

30 de mayo del 2025

RenaSer: el deporte y la resiliencia, una oportunidad de vida

Valentina Jaramillo Orrego y Natalia Quintero Pabón

Trabajo de investigación e innovación, presentado como requisito para optar al título de  
Comunicador social - periodista

Asesora

Alma Leonora García Gómez

Magister en Comunicación

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia - Chocó

Centro Universitario Bello

Programa Comunicación Social - Periodismo

30 de mayo del 2025

## **Dedicatoria**

### **Natalia Quintero Pabón**

Dedico este trabajo de grado a Dios, por ser quien sembró en mí el sueño de ser comunicadora social y periodista, por darme la fuerza en los momentos de incertidumbre y por permitir cada paso de este camino. A toda mi familia, que desde la distancia me sostuvo; a mi madre, Fanny Pabón, que con su amor incondicional me apoyó y me enseñó el valor del esfuerzo y la perseverancia; a mi tía Martha Pabón, porque gracias a ella estoy en este lugar y todo fue posible con su inmenso amor y por todas las oportunidades de estudio que me brindó desde mi niñez hasta la adultez; a mi padre Edgar Cortés, que con sus palabras y actos me enseñó que los sueños se alcanzan con trabajo, humildad y fe, y por transitar conmigo mis mayores miedos; a mi hermano Sebastián Pabón, que siempre, con su alegría, ha logrado sacar una sonrisa en mí. A mis abuelos, Carlos Pabón y Fanny Reyes, que desde el cielo me guían, y por sembrar en mi corazón la importancia de estudiar, y por iluminar mi camino durante estos últimos años.

A mi pareja Juan Toro, por ser mi soporte en todo este tiempo y por apoyarme durante este camino; a todos mis amigos que hicieron parte de este proceso, en especial a mi amiga y compañera de trabajo de grado, Valentina Jaramillo, porque realmente no pude elegir a alguien mejor para esta trayectoria.

### **Valentina Jaramillo Orrego**

Esta etapa de mi vida la dedico a mi pasión, entrega y fortaleza durante mi camino de formación profesional y muestra de ello es este trabajo de grado que refleja parte de lo que soy. También, dedico este logro a mi familia, quienes fueron mi fuerte, mi inspiración y voz de aliento para lograr lo que he alcanzado hasta hoy; a mi madre Enith Orrego, que siempre estuvo para mí; a mis hermanos Esteban Jaramillo y Alejandro Jaramillo, que me motivaron todo el tiempo para ser mejor; a mi padre Jhon Jairo Jaramillo, quien con sus palabras me forjó constancia y carácter para lograr conseguir lo que quiero.

Además, le dedico este trabajo y trayecto a mis mascotas Psycho y Macarena, quienes fueron mi apoyo emocional y me acompañaron en todo momento; a mi amiga y compañera Natalia Quintero Pabón, por caminar a mi lado y yo al suyo en este proceso, hasta lograrlo todo juntas. Finalmente, le dedico este logro a mis abuelos en el cielo, Margarita Arboleda y Jaime Orrego, porque por ellos nunca me rendí y me guiaron con su amor eterno. Su recuerdo fue mi fuerza silenciosa y su legado vive en cada paso que doy; gracias porque, aunque ya no estén físicamente, los llevo presentes en mi corazón.

## **Agradecimientos**

Agradecemos a todos los profesores que nos formaron y aportaron un conocimiento significativo en nuestro paso por la Corporación Universitaria Minuto de Dios, sobre todo a la docente Alma Leonora García, quien nos acompañó y brindó tantos conocimientos en nuestro proceso de formación profesional y en el desarrollo de nuestro proyecto de investigación RenaSer. También le damos las gracias a todas las personas que hicieron parte de esta investigación, ya que fue por ellos que este trabajo fue posible; agradecemos por abrirnos las puertas de su vida, de su corazón y dejar huella en este proyecto transformador.

## Contenido

1. Lista de tablas.....	8
2. Lista de figuras.....	9
3. Lista de anexos .....	10
4. Resumen .....	11
5. Abstract.....	13
6. Introducción .....	15
CAPÍTULO I .....	16
1 Planteamiento del problema.....	16
1.1 Delimitación del problema.....	17
1.2 <i>Pregunta de investigación</i> .....	19
1.3 Objetivos .....	19
1.3.1 Objetivo general .....	19
1.3.2 Objetivos específicos .....	19
1.4 Justificación.....	20
CAPÍTULO II .....	22
2 Marco investigativo .....	22
2.1 Marco histórico .....	22
2.2 <i>Estado del arte</i> .....	25
2.2.1 <i>El deporte desde una mirada sociocultural</i> .....	25
2.2.2 Discapacidad motriz, deporte y actividad física adaptada .....	27
2.2.3 <i>Resiliencia en el deporte</i> .....	29
2.2.4 El blog: una forma de comunicación y visibilización para el deporte y deportistas con discapacidad motriz .....	30
2.2.4.1 Di-Capacitados.....	30
2.2.4.2 Comité Paralímpico Internacional. ....	31
2.3 Marco conceptual .....	32
2.3.1 El deporte. ....	32
2.3.2 Discapacidad Motriz.....	33
2.3.3 Resiliencia.....	34

2.3.4 Blog.....	34
2.4 Marco teórico.....	35
2.4.1 Deporte y la modalidad adaptada.....	35
2.4.2 Discapacidad Motriz.....	36
2.4.3 Resiliencia.....	37
2.4.4 Blog.....	38
2.5 Marco legal.....	39
2.6 Marco praxeológico.....	41
CAPÍTULO III.....	43
3. Metodología.....	43
3.1. Generalidades metodológicas.....	43
3.2. <i>Arquitectura de la información</i> .....	48
CAPÍTULO IV.....	50
4 Discusión y hallazgos.....	50
4.1. Resultados.....	50
4.1.1 Ángel Rojas González.....	55
4.1.2 <i>Kevin Sebastián Villa Waldo</i> .....	57
4.1.3 <i>Juan Pablo Gallego Grisales</i> .....	59
4.1.4 Sitio web RenaSer.....	63
4.2. Hallazgos.....	63
Conclusiones.....	66
Referencias.....	68
Anexos.....	76
Anexo 1. Matriz de aplicación del diario de campo.....	76
Anexo 2. Matriz para el desarrollo del taller participativo.....	77

**1. Lista de tablas**

Tabla 1. Correcciones y observaciones del pilotaje .....	45
--	----

## 2. Lista de figuras

Figura 1. Imagen del consentimiento Informado y exoneración de responsabilidad del gimnasio Smart Fit Colombia. Foto extraída de la página Smart Fit .....	18
Figura 2. Imagen de los testimonios de atletas paralímpicos que hacen parte del gimnasio Smart Fit en República Dominicana. Imagen extraída del Instagram Smart Fit RD 03 de julio 2023 .....	24
Figura 3. Imagen de Kevin Villa deportista con discapacidad motriz realizando su entrenamiento en el gimnasio Smart Fit Niquia, en el Municipio de Bello, ciudad de Medellín. Foto extraída de M-7RAINER en Facebook 22 de septiembre 2023. ....	25
Figura 4. Imágenes de los momentos del taller participativo grupo Deportistas Sin Límites INDER Medellín. Fuente propia .....	47
Figura 5. Imagen del Mapa: sistema de navegación RenaSer. Fuente propia .....	49
Figura 6. Imagen de Ángel Rojas González entrenando en el CPS del INDER Medellín. Fuente Propia.....	56
Figura 7. Imagen de Kevin Sebastián Villa Waldo entrenando en el gimnasio adaptado del coliseo Iván de Bedout Medellín. Fuente propia .....	58
Figura 8. Imagen de Juan Pablo Gallego Grisales entrenando en el gimnasio adaptado del coliseo Iván de Bedout Medellín. Fuente propia .....	60
Figura 9. Imagen de los aportes y conclusiones del taller participativo con los deportistas del programa Deportes Sin Límites INDER Medellín. Fuente propia .....	62

### 3. Lista de anexos

Anexo 1. Matriz de aplicación del diario de campo .....	76
Anexo 2. Matriz para el desarrollo del taller participativo .....	77

#### 4. Resumen

El deporte ha sido un hecho de transformación social que ha evolucionado como una herramienta de participación, inclusión y bienestar a nivel mundial, posibilitando la práctica deportiva sin distinción, abriendo nuevos panoramas y posibilidades para el acceso de todos los individuos de la sociedad. Es por ello que, esta investigación a través de metodologías cualitativas, busca evidenciar la influencia del deporte, desde una perspectiva sociocultural, como parte del proceso de resiliencia en la vida de deportistas con discapacidad motriz en la ciudad de Medellín, en la actualidad, demostrando como el deporte se convierte en un mecanismo de superación y rehabilitación, mediante la resiliencia de las personas que ven una oportunidad en la práctica deportiva, como una opción de vida que mejora y contribuye diferentes aspectos de la misma, bien sea desde el ámbito personal y profesional.

Cabe resaltar que, el deporte para personas con discapacidad motriz ha sido un tema que ha evolucionado gradualmente desde su origen tras la Segunda Guerra Mundial, donde se utilizó inicialmente la práctica deportiva, como una herramienta del proceso de rehabilitación para las víctimas afectadas en los enfrentamientos bélicos de la guerra. Actualmente, se habla del deporte adaptado, el cual incluye diferentes disciplinas como el fútbol, baloncesto, atletismo, natación, levantamiento de pesas y otras modalidades, que se han consolidado como un medio para promover la independencia, autorrealización y participación e inclusión social de las personas con discapacidad, entre ellas la motriz, la cual será el énfasis en esta investigación.

El estudio concluye que, el deporte ya no solo se ha considerado una actividad recreativa, sino también como una herramienta de resiliencia y una vía para vencer estigmas y prejuicios que coexisten en la realidad social de un porcentaje de la humanidad como, por ejemplo, de quienes padecen de algún tipo de discapacidad, yendo más allá de los límites, superando cualquier adversidad. A lo largo de esta investigación, se evidenció el impacto deportivo y la transformación de la vida de tres personas en situación de discapacidad motriz, mediante sus historias de vida; además, con la construcción del blog

RenaSer, como un recurso y herramienta comunicacional, se permitió la visibilización de oportunidades e información educativa, constructiva y participativa sobre el impacto del deporte, la resiliencia y la discapacidad física en la ciudad, por medio de diferentes técnicas y herramientas participativas que promovieron un espacio de reflexión, permitiéndole a la sociedad en general, trascender barreras y construir oportunidades para transformar su realidad.

***Palabras clave:*** *deporte, resiliencia, discapacidad motriz, bienestar, inclusión social.*

## 5. Abstract

Sport has been a fact of social transformation that has evolved as a tool for participation, inclusion and welfare worldwide, enabling the practice of sport without distinction, opening new vistas and possibilities for the access of all individuals in society. That is why this research, through qualitative methodologies, seeks to demonstrate the influence of sport, from a sociocultural perspective, as part of the process of resilience in the lives of athletes with motor disabilities in the city of Medellin, at present, showing how sport becomes a mechanism for improvement and rehabilitation, through the resilience of people who see an opportunity in the practice of sport, as a life option that improves and contributes to different aspects of life, either from the personal and professional sphere.

It should be noted that sport for people with motor disabilities has been a subject that has gradually evolved since its origin after World War II, where sport was initially used as a tool in the rehabilitation process for victims affected by the war. Currently, we talk about adapted sport, which includes different disciplines such as soccer, basketball, athletics, swimming, weightlifting and other modalities, which have been consolidated as a means to promote independence, self-realization and participation and social inclusion of people with disabilities, including motor, which will be the emphasis in this research.

The study concludes that sport is no longer considered only a recreational activity, but also a tool for resilience and a way to overcome stigmas and prejudices that coexist in the social reality of a percentage of humanity, for example, those who suffer from some type of disability, going beyond the limits, overcoming any adversity. Throughout this research, the impact of sports and the transformation of the lives of three people with motor disabilities was evidenced through their life stories; in addition, with the construction of the RenaSer blog, as a resource and communicational tool, it allowed the visibility of opportunities and educational, constructive and participatory information on the impact of sports, resilience and physical disability in the city, through different techniques and participatory tools

that promoted a space for reflection, allowing society in general, to transcend barriers and build opportunities to transform their reality.

***Keywords:*** *sport, resilience, motor disability, wellbeing, social inclusion.*

## 6. Introducción

A lo largo del tiempo, el deporte se ha definido como la realización de algún tipo de actividad física de manera individual o colectiva, como práctica cultural en diferentes entornos de sociedad. Según COMPASS: Manual de Educación en los Derechos Humanos con Jóvenes (2024), el deporte ha logrado mejorar la calidad de vida de las personas, debido a que este permite superar situaciones, mejorar la salud física y mental, fomentar el diálogo y, al mismo tiempo, permite quebrantar con prejuicios, estereotipos y diferencias socioculturales que no solo persisten en la cotidianidad, sino también en la práctica deportiva hasta la actualidad. De esta manera, podemos evidenciar que el deporte se ha estado transformando a un hecho global, el cual ya no sólo transita por el camino del concepto cultural, sino que se ha estado reinventando y abriéndose a toda la sociedad como una solución o alternativa de salir del caos de la humanidad y su realidad.

A raíz de esto, se empieza a hablar del deporte en relación sociocultural con diferentes comunidades e individuos en los territorios, como las personas en condición de discapacidad, y es que este les ha permitido ver más allá, superando cualquier adversidad. Sunrise Medical (2022), menciona que la práctica deportiva favorece la rehabilitación, normalización e integración de las personas que se encuentran en esta condición, siendo el deporte un partidario de la resiliencia en el proceso de ellos como seres humanos y deportistas dentro de esta dinámica social.

Cabe resaltar que, existen diferentes tipos de discapacidad y, en este caso, abordaremos el tema de discapacidad motriz y el deporte en la construcción de esta investigación, puesto a que este ha demostrado tener un gran impacto que repercute en un porcentaje de la sociedad, que se ve afectada por esta situación y buscan una alternativa con la práctica deportiva, sobre todo en la ciudad de Medellín, Colombia, un territorio donde se desenvuelven muchos de estos deportistas resilientes, en los diferentes escenarios deportivos que se adaptan a su talento y necesidad.

## CAPÍTULO I

### 1 Planteamiento del problema

Anteriormente, “para los griegos, la práctica del deporte estaba motivada por razones de salud y por diversión, pero además este simbolizaba la civilización y cumplía un papel destacado en la educación con sus valores, normas y técnicas” (García, 2020). A propósito de ello, se puede ver reflejado que el deporte se sigue considerando como una cuestión para el bienestar en la vida de las personas, como para los deportistas con discapacidad motriz, que, según Velasco (2018), si ellos se encuentran desarrollando algún tipo de actividad física, se generaría un estado propio de rehabilitación, crean independencia y autorrealización con el objetivo de vivir una vida social plena, en pro de su bienestar físico y mental, independientemente si la práctica deportiva está enfocada a un pasatiempo o a nivel profesional.

Por esta razón, existen diferentes deportes adaptados en la actualidad, como fútbol, atletismo, baloncesto y de más, que les permiten a las personas con este y otro tipo de discapacidad, desenvolverse en un ámbito deportivo que se ajusta a sus condiciones o capacidades según su limitación, que, en cuestión de los deportistas con discapacidad motriz, indica a una limitación física. Esta modalidad deportiva, “surgió después de la Segunda Guerra Mundial, como parte de la rehabilitación para soldados heridos o mutilados” (Martin, 2023), siendo una opción para continuar una nueva realidad, mejorar su condición física y aprender de un área deportiva, luego de este hecho que transformó sus vidas.

Según la Organización Mundial de la Salud, como se citó en Arranz (2023), la discapacidad motriz es “la secuela o malformación que deriva de una afección en el sistema neuromuscular a nivel central o periférico, dando como resultado alteraciones en el control del movimiento y la postura”, dificultando que estas personas lleven a cabo diferentes actividades en su cotidianidad, como el deporte por ejemplo, el cual no era una opción para ellos anteriormente; sin embargo, ahora es una alternativa de

resiliencia que rehabilita y brinda una oportunidad de vida sin estigmas, lo que dio lugar a competencias y programas en beneficio de su bienestar y participación en las dinámicas de la sociedad, como los Juegos Paralímpicos, desde 1960 y el Comité Paralímpico Internacional, conformado en el año 1989, en apoyo del deporte a manera de práctica sociocultural y la discapacidad como una oportunidad, tal señala el Comité Paralímpico Internacional (2024), permitiendo, además, visibilizar el talento, más allá de cualquier limitación que posean estos deportistas.

Es preciso decir que, la práctica deportiva ha ayudado a traspasar diversas barreras a muchas personas en el mundo que padecen dicha condición, donde, de acuerdo con la OMS (2023), existen 1.300 millones de individuos que sufren actualmente de algún tipo de discapacidad, entre ellas motriz, representando el 16% de la población mundial; entonces, podría decirse que en varios rincones del planeta, podemos encontrar una diversidad de historias de personas en condición de discapacidad motriz que encontraron un refugio, gusto y/o motivo de lucha en el deporte que practican, mostrando cómo este hecho ha logrado trascender e incluir a todas las personas de la sociedad, con sus ideales y motivaciones deportivas o de actividad física, influyendo en el proceso de rehabilitación de sus vidas.

### **1.1 Delimitación del problema**

Esta investigación se desarrolló en la ciudad de Medellín, donde evidenciamos la influencia del deporte en la vida de deportistas con discapacidad motriz en la actualidad. De acuerdo con cifras de la alcaldía de Medellín, como se citó en Mercado (2023), esta ciudad cuenta con aproximadamente 75.000 personas en condición de discapacidad, lo que equivale a casi un 1.9% de la población total del distrito y, entre ellas, se registran 5.700 personas que reciben acompañamiento con deporte, recreación y actividad física de manera gratuita con la entidad INDER Medellín y otros que practican de manera independiente o en entidades privadas, de los cuales no se cuenta con una cifra hasta el momento.

Según INDER Medellín (2023), tienen más de 5.000 grupos de ofertan sobre actividad física, deporte y recreación, y más de 1.000 escenarios recreo deportivos, donde las personas con discapacidad

motriz pueden ser partícipes y apropiarse de estos espacios, también destinados para la práctica adaptada en deportes como: atletismo, fútbol, bolos, levantamiento de pesas, baloncesto, natación, entre otros. Además, existen entidades privadas como los gimnasios Smart Fit en la ciudad, que no restringen el ingreso de algún individuo por tener este tipo de discapacidad, de lo contrario, tienen un consentimiento informado para todos los usuarios, donde expresan la responsabilidad individual frente a la realización la actividad física en sus instalaciones y hacer parte de la comunidad deportiva, sin problema alguno sobre su condición motriz.



**CONSENTIMIENTO INFORMADO Y  
EXONERACION DE RESPONSABILIDAD**

FECHA: (FECHA)

**SMART FIT** ofrece servicios para la práctica de la actividad física y ejercicio individualizado, para esto dispone de instalaciones, equipos de alta calidad y talento humano profesional idóneo para guiar dichas prácticas con el fin de brindar seguridad y comodidad a los afiliados.

Yo \_\_\_\_\_ con número de identificación \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ en calidad de USUARIO y titular de los datos personales, identificado(a) con Cedula de ciudadanía ( ) extranjera ( ) No \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_, actuando en nombre propio o en representación de \_\_\_\_\_ con domicilio en la dirección \_\_\_\_\_ del municipio de \_\_\_\_\_, con número de contacto \_\_\_\_\_ y correo electrónico \_\_\_\_\_

Expreso mi libre deseo de practicar actividad física y ejercicio individualizado en los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física de Smart Fit, y declaro, certifico y entiendo que la práctica de la actividad física implica la posibilidad de sufrir lesiones y/o riesgos en mi salud y por lo mismo manifiesto que mi estado de salud es adecuado para la práctica deportiva y declaro que no padezco de ninguna enfermedad que me ponga en situación de riesgo, tales como patologías cardiovasculares, respiratorias, presión arterial, entre otras; no cuento con lesiones previas ya sea musculares o articulares, o sea, de ningún tipo que pudieran agravarse con las actividades que voy a realizar pudiendo causarme lesiones en músculos y articulaciones, deshidratación, paro cardíaco, paro respiratorio, infarto, muerte, entre otros; y que no me encuentro en estado de enfermedad, ni presento síntomas relacionados con el virus COVID 19, ni ninguna otra enfermedad infecto contagiosa o ninguna otra circunstancia que me impida el ingreso a los CAPF de Smart Fit para la práctica de la actividad física

**Figura 1. Consentimiento Informado y exoneración de responsabilidad del gimnasio Smart Fit Colombia. Foto extraída de la página Smart Fit**

Es evidente que, en la ciudad de Medellín existe una cantidad considerable de oportunidades para deportistas con este tipo de discapacidad, donde ellos podrán llevar a cabo su proceso de superación personal y profesional, si así se quisiera; sin embargo, muchas de estas alternativas pueden pasar desapercibidas para un porcentaje de la población con tal condición, por factores como la falta de interés y desinformación, impidiendo que estas oportunidades se conozcan y ayuden a muchas personas. Es por esta razón, que es importante visibilizar estos espacios y grupos deportivos, donde las limitaciones pasan a un segundo plano y todos están capacitados para asumir retos, que permitan mejorar la salud física y mental con el conocimiento práctico deportivo y orientación profesional.

Por lo tanto, para la investigación teórica y los contenidos del blog, nos centramos en conocer la historia de tres deportistas con discapacidad motriz de esta ciudad, como se ha venido resaltando a lo largo del texto, quienes pertenecen a las entidades mencionadas anteriormente, donde se evidenciará la transformación de un antes y un después en sus vidas, la influencia que ha tenido el deporte en las mismas, como proceso de resiliencia; además, saber sobre la perspectiva de sus familias, amigos y entrenadores, como acompañantes y testigos de este hecho.

Finalmente, para la investigación también es pertinente conocer información de estas entidades promotoras del deporte como herramienta sociocultural, por lo que nos comunicaremos con fuentes primarias, donde nos podamos informar sobre el trabajo que realizan, las oportunidades que brindan a nivel deportivo y así sustentar la influencia de esta dinámica en la sociedad, para estas personas o deportistas por lo general.

## **1.2 *Pregunta de investigación***

¿Cómo evidenciar la influencia del deporte sociocultural en el proceso de resiliencia en deportistas con discapacidad motriz de la ciudad de Medellín?

## **1.3 *Objetivos***

### **1.3.1 *Objetivo general***

Describir la influencia del deporte desde una mirada sociocultural como parte del proceso de resiliencia en la vida de tres personas con discapacidad motriz de la ciudad de Medellín en la actualidad a través de un blog.

### **1.3.2 *Objetivos específicos***

- Analizar el valor y significado del deporte en los procesos de rehabilitación y problemáticas socioculturales en la vida de los deportistas con discapacidad motriz.
- Mostrar la evolución del deporte como un mecanismo de resiliencia para personas en condición de discapacidad motriz de Medellín.

- Crear un blog como un instrumento de oportunidades, conocimientos y servicios para los deportistas con discapacidad motriz de la ciudad.

#### **1.4 Justificación**

A través de la reconstrucción en cuanto a la definición del deporte y cómo se considera este hoy en día, se busca evidenciar la influencia de este concepto, desde una mirada sociocultural, como parte del proceso de resiliencia en la vida de deportistas con discapacidad motriz en Medellín, mostrando tres historias principalmente como un ejemplo de vida, de superación personal y profesional, que motive a las personas con esta condición a salir adelante y sensibilice al resto de la sociedad frente a los temas que se abordaran en cuanto al deporte y la discapacidad motriz por lo general, viendo la práctica deportiva a modo de herramienta que mejora el bienestar y estilo de vida no solo de estos deportistas, sino de toda la humanidad.

Asimismo, la investigación propuesta busca ofrecer información general sobre el deporte enfocado a las personas con discapacidad motriz, junto con la construcción del blog RenaSer. De esta manera, se expondrán oportunidades que brindan las diferentes entidades deportivas en la ciudad, bien sean públicas o privadas, y cómo se desarrollan estos deportes; además, mostrar diversos servicios de rehabilitación deportiva y salud para las diferentes condiciones físicas de los individuos, haciendo visibles de esta forma a quienes los ofrecen, en beneficio de las personas que buscan mejorar su estilo de vida en cuanto a su discapacidad.

A propósito de ello, se creó una comunidad a través del blog mediante esta investigación, para guiar a todas las personas por medio de un contenido comunicativo y educativo con actualizaciones frecuentes, donde podrán participar e interactuar con el mismo, permitiéndoles adquirir mayor conocimiento sobre los temas e historias que se compartirán, demostrando el concepto de deporte como un fenómeno sociocultural, que ha influido positivamente en la vida de diversas personas con discapacidad motriz, transformando su realidad.

Y, finalmente, este proyecto se realizó bajo la sublínea de investigación Comunicación: desarrollo, cambio social y participación, debido a que por medio de este ejercicio comunicativo queremos visibilizar diversas realidades e impactar en las mismas, por medio de este proyecto como una herramienta de comunicación e investigación sobre los temas anteriormente abordados, que ayude a diferentes personas mediante las experiencias y conocimientos que se compartirán en este medio, promoviendo los fundamentos y definición de esta sublínea de investigación, y objetivos del mismo.

## CAPÍTULO II

### 2 Marco investigativo

#### 2.1 Marco histórico

Según el Comité Paralímpico Colombiano (2024), a mediados del siglo XIX se inició con el Movimiento Paralímpico como una labor de rehabilitación e inclusión social a través del deporte, con todos aquellos soldados que sobrevivieron a la Segunda Guerra Mundial y quedaron en situación de discapacidad, llevando a cabo este proceso en países como Holanda e Inglaterra con el neurólogo Ludwig Guttman y el fisioterapeuta Charlie Atkinson, quienes ayudaron a estas personas por medio de la práctica deportiva y actividad física como una nueva opción de vida; sin embargo, desde antes ya se hablaba de programas de deporte para personas con discapacidad, como por ejemplo en el libro “Gimnasia para Ciegos”, editado por el pedagogo austriaco Klein, en el año 1847, como se menciona en la página web de Talento Sports (2024), en el cual se habla de diferentes opciones deportivas que pueden practicar las personas con discapacidad visual.

De esta manera, la modalidad de deporte adaptado se extendió en la mayoría de los territorios en el mundo, como en Colombia a partir de 1968, donde se comenzó a hablar de la discapacidad y deporte como un mecanismo de rehabilitación y formación deportiva, según indica el Comité Paralímpico Colombiano (2024). Por esta razón, “en el marco del II Congreso Nacional de Fisioterapia, se presentó un trabajo relacionado con la práctica del baloncesto en silla de ruedas, el mismo que permitió que en el año de 1972, durante el III Congreso Nacional de Fisioterapia, asistiera Sir Ludwig Guttman, como asesor en la construcción del movimiento deportivo colombiano para personas en silla de ruedas” (CPC, 2024).

De acuerdo con el CPC (2024), en este país se conformó el Comité Paralímpico el 3 de febrero de 2001, gracias a la Ley 582 de Junio 8 del año 2000, por medio de la cual se definió el deporte asociado a las personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales, haciendo que la práctica

deportiva sea una realidad para todos, impactando de este modo a nivel sociocultural, donde este hecho significa más que aprender de un deporte, es cómo este repercute en el proceso de recuperación y superación de las personas con discapacidad.

Así, el deporte adaptado da lugar en todas las ciudades de Colombia, junto con entidades deportivas públicas y privadas que lo promueven, ofreciendo servicios y conocimientos como una herramienta en pro de quienes lo necesiten, como las personas con discapacidad motriz a quienes se les permite resurgir mediante el deporte, asumiendo posturas resilientes a los hechos que los llevaron a adquirir tal condición para lograr sobrellevar esta situación; asimismo, esto genera que se normalicen diferentes estigmas que antes existían en la práctica deportiva, debido a que solo se centraba en lo cultural y profesional, diseñado para personas sin ningún tipo de discapacidad o enfermedad. De esta manera, a través de diversos medios de comunicación como los blogs, desde su aparición en la década de los 70, según Rivero (2022), han sido herramientas que han aportado a la visibilización, creación de comunidades digitales, educación, construcción de conocimientos y redes de apoyo para todas las personas en el mundo, entre ellas quienes se encuentran con dicha condición, donde por medio de estos medios han llago a ser más visibles, mostrando la importancia su ser y su talento en el deporte, como un mecanismo de superación.

Como se mencionaba en párrafos anteriores, en la ciudad de Medellín existe el Instituto de Deportes y Recreación - INDER, una entidad pública deportiva que ha trabajado 31 años en el territorio, en la cual también se ejecuta un programa específico para personas con discapacidad, entre ellas motriz, llamado "Sin Límites" donde se realizan competencias y actividades recreativas, como una estrategia que, según INDER Medellín (2023), garantiza el derecho a la actividad física, el deporte y la recreación de las personas con discapacidad, generando así mejores condiciones de vida y salud por medio de esta oportunidad y alternativa deportiva, a más de 300 grupos en las 16 comunas y 5 corregimientos de la ciudad.

Es preciso mencionar que, también existen entidades deportivas privadas como los gimnasios Smart Fit en diferentes países y ciudades como en Medellín, tal cual se mencionaba anteriormente, quienes apoyan el proceso de aprendizaje, formación y rehabilitación de deportistas y/o personas con discapacidad motriz, donde no existe ninguna restricción que los limite a estar en sus espacios para realizar actividad física, de lo contrario, los hacen parte sin juzgar, brindándoles una oportunidad y fomentando la inclusión social, lo que se evidencia en el contenido audiovisual de las publicaciones que comparten en sus redes sociales y algunos de sus usuarios, mostrando que estos individuos hacen parte de la comunidad de entreno y ellos como entidad juegan un papel de acompañamiento en el proceso.



Figura 2. Testimonios de atletas paralímpicos que hacen parte del gimnasio Smart Fit en República Dominicana. Imagen extraída del Instagram Smart Fit RD 03 de julio 2023



**Figura 3. Kevin Villa deportista con discapacidad motriz realizando su entrenamiento en el gimnasio Smart Fit Niquia, en el Municipio de Bello, ciudad de Medellín. Foto extraída de M-7RAINER en Facebook 22 de septiembre 2023.**

## **2.2 Estado del arte**

En este apartado se abordarán diferentes trabajos de investigación, artículos y blogs digitales con fines investigativos y argumentativos relacionados con el tema de investigación tanto a nivel internacional, como nacional y local, donde se dará cuenta de lo que se ha trabajado sobre el deporte, discapacidad motriz y resiliencia principalmente, entre los años 2015 y 2024 por medio de diferentes áreas de estudio como psicología y licenciatura en educación física y deportes; además, se hablará acerca del formato y significancia que han tenido los blogs digitales a modo de una red de visibilización, educación y comunicación para la sociedad general y las personas con tal tipo de discapacidad.

### **2.2.1 El deporte desde una mirada sociocultural**

De acuerdo con Posso (2022), en su investigación sobre “Transformación social del bienestar humano: una reflexión de la práctica deportiva”, habla de que el deporte a nivel sociocultural en la humanidad, se ha convertido en una herramienta que contribuye a la promoción de los valores humanos, promoviendo no solo mejoras en la calidad de vida, salud física y mental, sino también en aptitudes como el trabajo en equipo, la igualdad, el respeto, superación, tolerancia y autodisciplina, donde el deporte termina siendo también una herramienta de movilidad social para las personas,

debido a que, por medio de sus prácticas, todos pueden darse a conocer en diferentes ámbitos de la sociedad, abriendo las puertas hacia nuevos retos desde lo personal hasta lo profesional, influyendo no solo desde su individualidad, sino que se convierten en un ejemplo que logra incentivar a muchas personas en la humanidad.

Es así como el deporte se ha enlazado y acompañado a diversos individuos con algún tipo de discapacidad física, ya que según el blog Di-Capacitados (2024) y Gallego, et al. (2019), en su artículo sobre “El deporte como mecanismo de resiliencia para deportistas en situación de discapacidad”, concuerdan con que la modalidad de actividad física y deporte adaptado, han abierto varias posibilidades de participación y rehabilitación para todas las personas pese a dicha condición, en el cual estas se han logrado integrar a dicha dinámica sociocultural, donde se potencian sus habilidades, actitudes y destrezas, y, según señala Gallego, et al. (2019), se favorecen distintas dimensiones del ser, como la lúdica en función biopsicosocial, la cual define en su investigación como un modelo participativo de salud y enfermedad que, en este caso, favorece a la rehabilitación y aceptación individual de las personas con discapacidad motriz, mediante las prácticas y escenarios deportivos, viéndose como una forma de inclusión social que integra el deporte en los cambios físicos y psicológicos a manera de superación personal mejorando la vida en sociedad en el ámbito cultural, ayudando a integrar de diferentes formas los diálogos e interacciones de estas personas en el entorno como tal.

Cabe resaltar que, la evolución o transformación que ha tenido el deporte desde lo cultural hasta lo social se ha notado un gran progreso, en cuanto a las diferentes formas que ha adoptado para trabajar la práctica deportiva en medio de la diversidad social. De esta manera, Moya (2016) citado por Rosero (2018) en “Actividad Física y Deporte en Personas en Situación de Discapacidad Motriz”, un trabajo de grado del área de licenciatura en educación física y deportes, menciona que algunos deportes convencionales, se han acondicionado de acuerdo a las necesidades limitantes y a su vez, se han creado modalidades deportivas nuevas para incluir a las personas con algún tipo de discapacidad en común,

como en el caso de las diferentes disciplinas como el baloncesto en silla de ruedas, gimnasia rítmica, triatlón, atletismo, natación, fútbol, tenis, entre otros, siendo entonces el deporte, una herramienta o medio primordial para el proceso psicoterapéutico de las personas en situación de discapacidad física, como también indica Estrada, et al. (2015) desde el programa de psicología, de la cual se hablará en esta investigación.

### **2.2.2 Discapacidad motriz, deporte y actividad física adaptada.**

En primer lugar, de acuerdo con Maita (2021) en un artículo de discapacidad física en el blog Discapanet, señala que este tipo de discapacidad se ha definido como la ausencia o alteración del movimiento de alguno de los miembros del cuerpo, la cual impide la movilidad eficaz del mismo, debido a la disminución o ausencia de las funciones físicas o motoras en las diferentes actividades que el ser humano realiza en la cotidianidad. Ahora, este hecho con relación a la actividad física y deporte adaptado, Úbeda, et al. (2017), en su investigación "Facilitadores y barreras para la práctica físico-deportiva en alumnado universitario con discapacidad: un estudio cualitativo", llegan a la conclusión de que la discapacidad motriz cuando es adquirida en las personas, en algún punto del proceso de superación y adaptación, estas logran concebir un cambio en el estilo de vida en su mayoría, optando por realizar actividad física o ser deportistas; ahora, en el caso de las personas que nacen con esta condición, transitan por un proceso de aceptación desde que adquieren conciencia de su vida y su realidad, tomando decisiones resilientes sobre esta y es bastante razonable, porque en un gran porcentaje de los artículos e investigaciones abordadas señalan que, ellos buscan mejorar aspectos de vital importancia con el mecanismo deportivo, impactando en el bienestar psicológico y emocional como, por ejemplo, la autoestima, autoeficacia y confianza, generando un equilibrio para sobrellevar su nueva vida y realidad misma con su condición física.

Según Di- Capacitados (2024), resalta en diferentes puntos y artículos del blog que la discapacidad motriz puede afectar de una manera muy cercana, debido a que de repente y sin previo

aviso pasa a formar parte del día a día de muchos seres humanos, sea por una experiencia propia o ajena en medio de nuestro entorno, lo cual cambia por completo la manera en la que se percibe la realidad y la forma en la que se vive, puesto a que trae cambios, no solo físicos, sino también mentales, generando diferentes retos, los cuales se buscan cambiar a través de la alternativa que promueve y brinda el deporte en la sociedad con su modalidad adaptada a tal necesidad.

La Actividad Física Adaptada (AFA) según la definición de (DePauw & Gavron, 2005) citado en Benitez, et al. (2019) “Deporte, Resiliencia e Inclusión Social en Personas con Discapacidad Física Adquirida”, la describe como: “un cuerpo de conocimiento interdisciplinario dirigido hacia la identificación y la solución de problemas psicomotores a través del ciclo vital” (p.147), todo esto en pro de la integración social y acceso igualitario a la práctica deportiva y actividades recreativas, que influyen a nivel personal, social, político y cultural, para la creación de estos espacios de conocimiento y rehabilitación de esta parte de la población.

La combinación de estos conceptos ha permitido que en el mundo evolucione y disminuya desigualdades y estigmas sociales, que antes no permitían que el deporte y la actividad física fueran más que una práctica cultural y específica para algunos miembros de la sociedad, y que esta fuese una opción terapéutica o una oportunidad de vida para las personas en situación de discapacidad motriz y otras más; es por ello que, hoy en día podemos apreciar movimientos, instituciones y entidades que permiten que el deporte adaptado sea una realidad, como el Movimiento Paralímpico y el Comité Paralímpico Internacional y otros a nivel nacional, para que se garantice la recreación, aprendizaje y rehabilitación de estas personas en la sociedad y que existan competencias locales en las ciudades e internacionales como los Juegos Paralímpicos, donde se unen diferentes personas en el mundo para el apoyo de quienes vieron esto como una opción de mejorar su calidad de vida y superación de la misma.

### ***2.2.3 Resiliencia en el deporte.***

Señalando nuevamente a Rosero (2018), la resiliencia en el deporte se refleja como un elemento fundamental que apoya diferentes fases y preferencias que complementan la recuperación física y mental de cada deportista, en primer lugar, se encuentra la opción o etapa de rehabilitación, el deporte terapéutico, también el deporte recreativo y competitivo que son dos de las opciones más elegidas por los mismos, donde exploran sus habilidades o desestresas en función de su gusto y recuperación. Asimismo, conforme a Úbeda, et al. (2017) y Velasco (2019), en el desarrollo de sus trabajos de investigación, se puede determinar que la resiliencia termina siendo un facilitador que mejora el desarrollo en cada uno de los individuos, provocando un cambio en el modo en el que las personas se perciben a sí mismos y a los demás, mejorando las barreras interpersonales, organizacionales y de la comunidad, frente a su percepción del término de discapacidad, ya que en algún momento de la vida se enfrentan a situaciones de discriminación y en ocasiones con obstáculos y prejuicios que restringen sus derechos y limitan sus vidas, generando una falta de inclusión en las diferentes dinámicas de la sociedad.

Según Paralímpicos (2024), el alcance que tiene la resiliencia en el deporte es de gran magnitud en la vida de los deportistas o personas con discapacidad, debido a que ellos pasan por un proceso de adaptación y gusto deportivo, para que esto si sea realmente una opción donde puedan resurgir, independientemente de las proyecciones personales o profesionales que lo quieran abordar, brindándoles el deporte como una herramienta que transforme sus vidas a favor de su condición, al igual se enmarca en Estrada y Ahumada (2015), donde abordaron el concepto de resiliencia en el deporte a modo de valor agregado que transita por la vida de estas personas como un elemento fundamental, convirtiéndose en una nueva forma de ver el mundo, el cual permite gestionar cada dificultad, transformando los problemas físicos y emocionales en proyectos de vida y metas personales

que tienen los deportistas o practicantes, logrando cambios notorios en las vivencias de la población discapacitada.

Finalmente, en constancia con Posso (2022), la resiliencia expande sus beneficios a nivel social en las personas e impacta en la realidad de cada deportista que busque realizar actividad física, logrando disminuir los riesgos como la conducta antisocial en la humanidad, el abuso de los malos hábitos y el mejoramiento de la salud, favoreciendo los logros académicos, personales y sociales en los procesos educativos de quienes participan en programas deportivos, determinando una vida resiliente con este mecanismo que les permite avanzar y crecer en la sociedad.

#### **2.2.4 El blog: una forma de comunicación y visibilización para el deporte y deportistas con discapacidad motriz**

De acuerdo con Echavarría (2018), Un blog es una herramienta digital que sirve como un canal de comunicación entre entidades y usuarios para interactuar y compartir información, mediante diferentes formatos audiovisuales en función del tema que abordará del blog. Es preciso decir que este, cumple una función muy importante en la nueva generación digital como medio de comunicación para la sociedad y este es utilizado para diferentes objetivos como personales, sociales, políticos, culturales, entre estos deportivos, para compartir conocimientos e información, pero con el sentido de que se genere interacción. De este modo, se logra encontrar dos blogs en la web, que se pueden abordar como fuente y ejemplo para esta investigación, que también busca la creación de RenaSer, un blog para generar espacios de comunicación y visibilización del deporte y deportistas con discapacidad motriz, y otros elementos imprescindibles entre ellos.

**2.2.4.1 Di-Capacitados.** Este es un blog digital que se enfoca principalmente en el término de discapacidad, entre ellas motriz, y brinda diferentes servicios e información con la intención de sensibilizar sobre diferentes temas que giran en torno a dicha condición en la sociedad y ayudar a estas personas por lo general. Si bien, haciendo referencia a Di-Capacitados (2024), en este blog también se

abordan temas educativos sobre el deporte y salud para ampliar los conocimientos respecto a estos ejes temáticos e impulsar las diferentes actividades físicas que ayudan a reducir el riesgo de tener ciertas enfermedades, las cuales son más propensas en personas con discapacidad, donde también se comparte información sobre deportes adaptados, los diferentes tipos de prótesis para realizar ejercicios o actividades diarias, además de historias de superación sobre personas con discapacidad física y de más; sin embargo, es no es un blog gratuito y tiene muchas restricciones de acceso a toda la información.

**2.2.4.2 Comité Paralímpico Internacional.** Esta es una organización sin ánimo de lucro, fundada el 22 de septiembre de 1989, que, según el IPC (2024), se encargan del desarrollo visibilización del Movimiento Paralímpico y la difusión de sus ideales a nivel internacional por medio de diferentes formatos que evidencien el desarrollo de los deportistas con discapacidad. “Las principales responsabilidades del IPC son apoyar a nuestros más de 200 miembros para desarrollar el Para deporte y promover la inclusión social, garantizar una organización exitosa de los Juegos Paralímpicos y actuar como la federación internacional de 10 Para deportes.” (Comité Paralímpico internacional, 2024)

En este sitio web se ve reflejado los diferentes programas, servicios, patrocinadores, deportistas, calendarios de juegos paralímpicos y proyectos encaminados enseñar una serie de formatos como: entrevistas, notas informativas, fotorreportajes, historias escritas y en videos, acerca de los juegos paralímpicos y principalmente visibilizar a los deportistas con diferentes tipos discapacidad. De acuerdo con Zambrano e Hincapié (2022), los deportistas con discapacidad física han sido promotores para la reestructuración de las identidades, empoderamiento y resistencia hacia actitudes incapacitantes, dando una visión más coherente en la comprensión de la discapacidad, es por esta razón que es importante darles una voz que genere reconocimiento de su lucha en la sociedad y que son seres humanos que merecen ser tratados con igualdad.

Según el Comité Paralímpico Internacional (2024), los deportistas que hacen parte de este comité tiene diferentes tipos de apoyos y asesorías, donde los acompañan durante su carrera deportiva,

para que pueda centrarse en su rendimiento, en la transición entre esta y su posterior vida personal y profesional, mejorando de esta manera su preparación y facilitar el proceso de formación, y una vez abandonada la competición, para favorecer su integración en el mundo laboral, relacionándose con el enfoque en el ámbito del deporte adaptado y sociocultural del cual ellos hagan parte, siendo este un tipo de actividad física que intenta hacer posible la práctica deportiva a personas que tienen alguna discapacidad.

El blog para el deporte y las personas con discapacidad motriz, es un formato que esclarece la manera en que se refleja la información relevante en la que se aborda por medio de investigaciones cualitativas y cuantitativa, apoyadas por entidades oficiales y fuentes de información biográficas y/o testimoniales, como también bibliográficas, plasmadas en formatos escritos y audiovisuales, con el fin de conocer conceptos, opiniones o experiencias, mediante entrevistas sobre experiencias vividas, emociones o comportamientos, con los significados que las personas les atribuyen.

Por esta razón, los blogs, artículos e investigaciones abordadas en este apartado, se consideran de gran importancia para este proyecto de investigación, nombrado RenaSer: el deporte y la resiliencia, una oportunidad de vida, desde su composición teórica, hasta la parte comunicacional con el concepto audiovisual, para generar espacios de interacción, educación y servicio social entre la comunidad digital del blog creado siendo parte del resultado, en beneficio de esta parte de la sociedad con discapacidad motriz por lo general, donde se comprenderán términos como el deporte en función sociocultural, la modalidad de la actividad física y deporte adaptado a modo de resiliencia, justificando su influencia en los deportistas o personas con tal tipo de discapacidad y lo que esto conlleva a nivel personal, social y cultural.

## **2.3 Marco conceptual**

### **2.3.1 El deporte.** Según la Carta Europea del Deporte (1992), citado en Munideporte (2024)

Se entiende por deporte a cualquier forma de actividad física que, a través de una participación organizada o no, tiene por objeto la expresión o mejoría de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles. (p. 1)

Dicho esto, el deporte es un canal que influye en diferentes aspectos de la vida de las personas, permitiéndoles mejorar el bienestar, la salud física y mental de todos los individuos, como de quienes padecen de algún tipo de discapacidad física, involucrando una serie de habilidades y destrezas deportivas, que aportan a su crecimiento como deportistas o, si bien, en su proceso de rehabilitación deportiva, para su crecimiento personal, generando decisión en sí mismo, fomentando también un conjunto de conductas y valores que fortalecen aspectos, entre ellos la disciplina, autoconfianza y perseverancia, que permiten confrontar retos y desafíos que refuerzan su capacidad de decisión a la hora de adoptar el deporte como una dinámica influyente, en su realidad. Además, la influencia deportiva también radica en el desarrollo social, ya que permite la construcción de comunidades o relaciones interpersonales, que promueven el logro de objetivos, interacción e inclusión social y valores intrínsecos dentro del deporte.

### **2.3.2 Discapacidad Motriz.** Como señala Arranz (2023):

La discapacidad motora o motriz (pérdida de movilidad), se engloba dentro de las discapacidades físicas, que también abarcan las orgánicas (pérdida de funcionamiento de órganos internos). Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la discapacidad motora es “la secuela o malformación que deriva de una afección en el sistema neuromuscular a nivel central o periférico, dando como resultado alteraciones en el control del movimiento y la postura”. Por tanto, implica algún tipo de dificultad para llevar a cabo actividades de la vida cotidiana: dificultades para el desplazamiento, para manipular objetos, para acceder a determinados espacios o en el habla.

En consecuencia, las personas en condición de discapacidad motriz, el Ministerio de Salud y Protección Social en la Resolución 1239 (2022) señala que, son individuos que en su mayoría requieren de acompañamiento y/o adaptaciones específicas, propias o externas, para llevar a cabo su vida en la cotidianidad o desenvolverse en diferentes entornos de la sociedad y el ámbito deportivo, el cual permite aumentar su independencia, rehabilitación y desarrollo personal.

### **2.3.3 Resiliencia.** De acuerdo con la Editorial Etecé (2021):

Cuando hablamos de resiliencia nos referimos a la capacidad de un individuo, un sistema o una comunidad de atravesar episodios o eventos traumáticos, violentos o difíciles sin que ello signifique una transformación permanente (y sobre todo nociva) en su estructura o su manera de ser.

Cabe resaltar, que la resiliencia es un hecho adoptado por el ser humano a través del tiempo, debido a situaciones que obstaculizan su realidad, apropiándose de este concepto como un proceso de transformación en beneficio propio, que le permite enfrentar desafíos de una forma constructiva y motivadora, y así les sucede a las personas en condición de discapacidad motriz, quienes optan por superar su situación a través del deporte como un mecanismo de resiliencia y superación.

### **2.3.4 Blog.** Como menciona Salinas (2023):

Este es un tipo de página web que se actualiza periódicamente y ofrece información sobre un tema determinado. La palabra blog es una combinación de las palabras “web” (red en inglés) y “log” (registro en inglés). Al principio, los blogs eran simplemente un diario en línea donde la gente podía llevar un registro de su vida cotidiana en la red. Desde entonces se han convertido en un foro esencial para que personas y negocios compartan información y actualizaciones.

Esta herramienta multimedia, de acuerdo con Arimetrics (2025), permite la interacción activa de la comunidad virtual, para la creación de contenidos y generación de conocimientos individuales y colectivos, mediante el dialogo o participación social, que enmarcan a este sitio web como un

instrumento comunicacional que enlaza a la sociedad, en este caso, sobre el tema de deporte y la discapacidad motriz, donde cada usuario podrá adquirir, aportar e interactuar al mismo tiempo, en base a la temática específica dispuesta en el blog.

## **2.4 Marco teórico**

El análisis central de este marco teórico se basará principalmente en los cuatro ejes conceptuales definidos anteriormente, los cuales se abordarán más a profundidad en este apartado teniendo en cuenta definiciones, clasificaciones y características, que ayudarán a comprender mejor el tema frente al deporte en función de las personas con discapacidad motriz, el cual se llevará a cabo en la construcción del blog digital.

### **2.4.1 Deporte y la modalidad adaptada**

De acuerdo con Munideporte (2024), el deporte posee cinco tipos de funciones clave en pro del desarrollo social, que van más allá de la mejoría de la condición física de un individuo o un colectivo, ya que este concepto ha logrado trascender su influencia en otros aspectos, donde se resalta la función educativa para la formación y desarrollo humano; la función de salud, la cual contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas; también la función social y cultural, que promueven la práctica deportiva diversa e inclusiva, y, por último, la función lúdica, donde esta cumple un papel importante en el ocio y entretenimiento tanto individual como colectivo dentro de la sociedad, como un conjunto de hechos que amplían el panorama de la práctica deportiva en la sociedad.

Por esta razón, a través de los diferentes tipos de deportes que existen en la actualidad, se emplean diferentes modalidades deportivas con el fin de que toda la humanidad pueda adoptar esta práctica en su vida, por ejemplo, la modalidad de deporte adaptado para los deportistas o personas con algún tipo de discapacidad, la cual consiste en la adecuación deportiva frente las condiciones o necesidades de estas personas donde, de acuerdo con la Biblioteca del Congreso Nacional de Chile

(2018), en esta se ajustan las reglas o implementos para el desarrollo de dicha modalidad frente a un deporte específico, sin que se pierda la esencia de su disciplina.

#### **2.4.2 Discapacidad Motriz**

El concepto de discapacidad motriz ha experimentado una evolución gradual a lo largo de la historia dentro del término independiente de discapacidad, desde la percepción social en la humanidad. Si bien señala Gil (2018), en las generaciones y culturas antiguas se percibía este término como una condición que generaba burla, rechazo y aislamiento, porque veían a estas personas como sujetos incapaces e inclusive irracionales; sin embargo, esta concepción fue cambiando con el pasar del tiempo, tanto así que para el segundo milenio en la década de los 2000, se comienza a abandonar la perspectiva asistencial y paternalista, que concibe a la persona con discapacidad como alguien “dependiente e improductivo”, para evolucionar hacia un nuevo enfoque en el que la persona con esta condición cuenta con diferentes habilidades, competencias, recursos y potencialidades que pueden desarrollar en su cotidianidad, si no son limitados y rechazados, de lo contrario que se encuentren y se sientan apoyados en los diferentes entornos sociales.

Por esta razón, se desencadenan conceptos como la autonomía y dependencia, los cuales son elementos fundamentales en la vida de todas las personas con discapacidad ya sea visual, auditiva, mental o física, entre otras más, como se menciona en Sunrise Medical (2021), donde se considera y se condiciona también un tercer elemento como la autoestima, debido a que estas personas se enfrentan constantemente a diferentes situaciones y retos en medio de una sociedad arraigada, donde en ocasiones tener una capacidad diferente es motivo de discriminación o estigmatización; de esta manera, es donde la actitud de todas las personas que hacen parte del círculo social de la persona que padece algún tipo de condición, se convierten en alguien fundamental, ya que, según los expertos señalan en esta página web, que nunca se debe aislar ni sobreproteger a una persona con discapacidad física, porque este último término puede disminuir el autoestima de tal individuo, asociando esta

sobreprotección ante la discapacidad con la incapacidad, es por ello que hay que diferenciar entre el apoyo que se le quiere brindar y las acciones donde se les quiere limitar.

Por otro lado, la discapacidad física o motriz se debe a diferentes causas bien sean prenatales, perinatales y postnatales, como se mencionaba anteriormente durante la investigación, por factores biológicos o ambientales que afectan al individuo. En primer lugar, las causas prenatales se presentan antes del nacimiento, por lo que se desarrollan en la vida intrauterina del feto, es decir, en el momento que la niña o el niño se encuentra dentro del útero; en segundo lugar, las causas perinatales, se presentan desde el inicio del trabajo de parto hasta las 48 horas posteriores al nacimiento del individuo y, finalmente, las causas postnatales son consideradas causas adquiridas, es decir, situaciones que suceden posteriores al nacimiento y se dan en cualquier momento de etapa de la vida del mismo (Instituto Mexicano Del Seguro Social, 2024).

### **2.4.3 Resiliencia**

Históricamente, el concepto de resiliencia se constituye desde la década de 1970, señala Macías (2021), para permitir una mayor comprensión de fenómenos como la pobreza; sin embargo, este se concibe desde la época de la Primera Guerra Mundial, cuando surge el interés por conocer las preocupaciones de los sobrevivientes de la guerra para continuar con sus vidas y quizá una nueva realidad.

A partir de esto, la palabra resiliencia se ve involucrada en diferentes actividades como en el caso de la resiliencia en el deporte, la cual no solo se relaciona con la capacidad de resistencia en un momento o experiencia difícil, sino también en la recuperación física y mental de las personas y su desempeño deportivo. Según Rueda y Jaramillo (2021), se ha reflejado como el ser resiliente en los deportes a aportado varios beneficios de resignificación en la vida de muchas personas, entre ellas los deportistas con discapacidad motriz como una opción de vida, aprendizaje y rehabilitación, a través de este ejercicio y experiencia.

Asimismo, Rueda y Jaramillo (2021) señalan que, la incidencia de la resiliencia en el afrontamiento y superación de las adversidades, han posibilitado que se gesten programas para fomentar la práctica de diferentes deportes, donde se fundamentan diversos ejercicios físicos que tienden a incrementar la estabilidad emocional y la autoconfianza, ayudando a fortalecer las funciones cognitivas, relaciones sociales y personales de las personas con discapacidad, obteniendo una actitud resiliente en pro de su proceso y bienestar.

#### **2.4.4 Blog**

“En 1993 se hizo la aparición del primer blog de la historia creado por Tim Bernes, constituido por un listado de páginas webs colocadas posicionalmente, según su fecha de creación, y con un apartado de comentarios que realizaban los visitantes” (Díaz, 2012, p.1). Razón por la cual el blog digital ha sido definido como la quinta fuente más fiable de información en internet, teniendo un objetivo y contenido en texto que se pueda renovar para fines personales, como en el caso de personas que les gusta expresar sus ideas y experiencias así tenga o no un propósito comercial e informativo, como menciona Ríos (2023).

Con el pasar del tiempo, se han dado a conocer otro tipo de blogs educativos e informativos como los de personas con discapacidad motriz, que le permiten a la comunidad en línea mantenerse al día de las últimas noticias o temáticas, por esta razón, terminan siendo una fuente de inspiración y de entusiasmo para todas las personas que visualicen el blog. De acuerdo con Vivva (2021), en estos se pueden encontrar diferentes artículos con las últimas novedades sobre una persona, colectivos y temas de educación, deporte, salud y otros más en el que se pueden conocer noticias o experiencias como por ejemplo de deportistas con discapacidad, entre estas motriz. Hoy en día, los blogs han revolucionado la forma en que nos comunicamos e informamos en la era digital, puesto a que estos se disponen como una plataforma para compartir conocimientos, experiencias y opiniones, los cuales crean redes globales

entre las comunidades, donde todos pueden interactuar y participar activamente de forma online.

(Camargo, 2023, p.1).

## **2.5 Marco legal**

En este apartado se describen diferentes leyes y decretos relacionados a las personas con discapacidad, además de las leyes que permiten la realización de esta investigación de comunicación y periodismo frente al tema de deporte y discapacidad motriz como eje central.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas. Colombia adopta mediante Ley 1346 de 2009 la Convención de Naciones Unidas promulgada por la Asamblea de Naciones Unidas el 13 de diciembre de 2006, la cual reafirma la responsabilidad del Estado de establecer mecanismos y sistemas de garantía del ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad, sin discriminación por motivo de su condición. El artículo 27º establece que los Estados Parte reconocen el derecho de las personas con discapacidad las personas con discapacidad a trabajar, en igualdad de condiciones con los demás. (Jurisprudencia, 2009, p.54)

La Ley 1346 de 2009. Para garantizar el ejercicio efectivo del derecho a la recreación y el deporte, el Ministerio de Cultura, Ministerio de Educación y Coldeportes junto con los actores del Sistema Nacional del Deporte (Comité Paralímpico y Olímpico Colombiano, federaciones, ligas paralímpicas, organizaciones de y para personas con discapacidad, los Entes territoriales del deporte y la recreación), formularán e implementarán programas inclusivos y equitativos para las personas con discapacidad y los lineamientos para la práctica de educación física, recreación, actividad física y deporte para la población con discapacidad. (Función pública, 2009, p.1.)

Ley 582 de junio 8 de 2000, por medio de la cual se define el deporte asociado de personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales, se reforma la Ley 181 de 1995 y el Decreto 1228 de 1995, y se dictan otras disposiciones. Artículo 2º. El Comité Paralímpico Colombiano, es el ente rector del deporte asociado de personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales. El comité se constituye

como una entidad de derecho privado que cumplirá funciones de interés público y social, encargado de organizar y coordinar a nivel nacional e internacional la actividad deportiva, recreacional y de aprovechamiento del tiempo libre para dicho sector de personas, con la estructura del deporte asociado y funciones concordantes con las del "Sistema Paralímpico Internacional". (Ministerio de Educación, 2000, p.1)

Ley Estatutaria No. 1618 de febrero 2013. se garantiza y asegura el ejercicio efectivo de los derechos de las personas en situación de discapacidad, mediante la adopción de medidas de inclusión, acciones afirmativas y ajustes razonables, eliminando toda forma de discriminación a las personas por razón de su discapacidad, lo cual requiere reglamentación, programas y acciones tendientes a garantizar los derechos, beneficios y obligaciones laborales de las personas con discapacidad. (Jurisprudencia, 2013, p.1).

“Ley No. 361 de 1997. Por la cual se establecen mecanismos de integración social de las personas con Discapacidad, y de manera especial el Capítulo IV del Título Segundo sobre la integración laboral de las personas con discapacidad” (Jurisprudencia, 2017, p.74).

Decreto 2177 del 22 de diciembre de 2017. Por el cual se crea el Consejo para la Inclusión de la Discapacidad y se dictan disposiciones relacionadas con su funcionamiento” y cuyo objeto es coordinar las acciones que el sector privado adelante para coadyuvar al ejercicio de los derechos y la inclusión social, laboral y productiva de las personas con discapacidad, orientadas al desarrollo de las capacidades a través de la formación para el trabajo, la producción y el empleo de las personas con discapacidad, sus familias y cuidadores (Jurisprudencia, 2017, p.74).

Ley 2297 de 2023, por medio de la cual se establecen medidas efectivas y oportunas en beneficio de la autonomía de las personas con discapacidad y los cuidadores o asistentes personales bajo un enfoque de derechos humanos, biopsicosocial, se incentiva su formación, acceso al empleo,

emprendimiento, generación de ingresos y atención en salud y se dictan otras disposiciones (Diario oficial secretaria jurídica, 2023, p.1)

Ley de 1944, la Constitución Política de Colombia garantiza el derecho a la libertad de expresión en su artículo 20, que dispone: Se garantiza a toda persona la libertad de expresar y difundir su pensamiento y opiniones, la de informar y recibir información veraz e imparcial, y la de fundar medios de comunicación masiva (Acnur, Bogotá, 2011, p. 4).

La Ley 918 de 2004, adopta normas legales declarativas para proteger laboral y social de la actividad periodística y de comunicación, garantizando su libertad e independencia profesional (Jurisprudencia, 2004, p.19).

## **2.6 Marco praxeológico**

Por medio del presente trabajo de investigación sobre la influencia del deporte, desde una mirada sociocultural, como parte del proceso de resiliencia en la vida de deportistas con discapacidad motriz de la ciudad de Medellín en la actualidad, a través de la construcción del proyecto RenaSer, se buscó el cumplimiento praxeológico pedagógico inmerso en los principios de formación de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, donde se adoptó un compromiso crítico y social frente a la realización de este proyecto comunicacional, que beneficiará principalmente a las personas con discapacidad motriz con las cuales se llevó a cabo esta investigación, siendo ellos los protagonistas y voces esenciales para compartir con la comunidad digital que se va a generar, un acto de consciencia y visibilidad por medio de mensajes testimoniales sobre superación y proyección de estos individuos en la sociedad.

RenaSer: el deporte y la resiliencia, una oportunidad de vida, será una herramienta que le abrirá un espacio importante a estas personas en su proceso de rehabilitación y deportivo, será una ventana para que la desinformación frente a este tema sea conocido por medio de historias, conocimientos, oportunidades y servicios, donde se reconozca el valor de estos deportistas que ven más allá de los

límites y la responsabilidad social que existe en las diferentes dinámicas de la sociedad, para que ellos puedan desenvolverse e interactuar con normalidad en su cotidianidad, y esto es lo que se quiere lograr con este trabajo audiovisual, no solo aportando a esta parte de la humanidad, sino también a nivel global, porque todas las personas merecen y deberían tener conocimiento de su influencia ante esta situación individual en la que viven varias personas en diferentes partes del mundo, como en la ciudad de Medellín en la cual este trabajo se enfocó.

Finalmente, se debe tener en cuenta que la construcción de este proyecto fue un proceso de experiencias y conocimientos compartidos, donde todas las personas que fueron parte de su ejecución, evidenciaron cada resultado hasta el final de la producción, a través de la pedagogía con sentido crítico y social como se mencionaba con anterioridad, de lo que conllevó la realización de esta investigación monográfica y comunicacional frente al tema de deporte y discapacidad física de algunos miembros de la sociedad, donde la investigación teórica y creación blog son herramientas generadoras de ideas, conocimientos y participación social que esto desencadena, promoviendo el deporte como un concepto que ayuda a resignificar vidas.

## CAPÍTULO III

### 3. Metodología

#### 3.1. Generalidades metodológicas

La metodología que se implementó en el desarrollo de esta investigación es de tipo cualitativa, donde por medio de diferentes técnicas y estrategias, se buscó evidenciar experiencias e historias de vida de tres deportistas con discapacidad motriz de la ciudad de Medellín, en el proyecto RenaSer, que se creó para comprender la influencia del deporte concebido como una herramienta de resiliencia, por medio de perspectivas colectivas e individuales con dicha metodología, gracias a que con esta se puede generar un conocimiento detallado de todo el campo de estudio.

“La investigación cualitativa asume una realidad subjetiva, dinámica y compuesta por multiplicidad de contextos y privilegia el análisis profundo y reflexivo de los significados subjetivos e intersubjetivos que forman parte de las realidades estudiadas.” (Mata, 2019, p.1), dicho esto, a través de la implementación de esta metodología, se logró el resultado investigativo que se esperaba en cuanto a la información y contenidos audiovisuales que expongan la influencia del deporte, desde una mirada sociocultural, como parte del proceso de resiliencia en la vida de deportistas con discapacidad motriz de la ciudad de Medellín en la actualidad, entendiendo contextos, conceptos y realidades propias a los protagonistas de los hechos.

Para la construcción de esta investigación, se tuvo en cuenta un enfoque interpretativo, debido a que “es un método que teoriza sobre la práctica del sujeto, grupo o sociedad e intenta comprender las conductas o comportamientos desde el punto de vista de los sujetos, desde su percepción.” (Escamilla, 2024, p.4), la cual nos permitió conocer los diferentes momentos de vida de las personas con las cuales se llevó a cabo este trabajo, incluyendo el momento cuando adquirieron su discapacidad física o fueron conscientes de esta y vieron en el deporte una oportunidad, mostrando a través de sus palabras y recuerdos, el significado de este hecho que transformó sus vidas en una nueva realidad.

Es preciso decir que, tres deportistas con discapacidad motriz fueron las principales fuentes testimoniales y voces en la construcción audiovisual e informativa de este proyecto, acompañados de sus familiares, amigos, entrenadores y un psicólogo deportivo, con quienes se ejecutaron técnicas de indagación del ámbito cualitativo, para dar cuenta de los objetivos propuestos en la construcción de este trabajo investigativo.

Cabe resaltar que, cada uno de los participantes de esta investigación fueron previamente seleccionados con base a diferentes perfiles tanto de protagonistas, como de actores secundarios, pero influyentes para el proyecto. Por un lado, los deportistas con discapacidad física, quienes fueron los actores principales, debían poseer características tales como: tener algún tipo de discapacidad motriz, que la práctica deportiva sea un motivo de gusto, resiliencia y transformación, y que vivieran en la ciudad de Medellín; además, que cada uno de ellos tuviera un círculo social, que conociera su historia de vida para contrastar la información. De este modo, cada deportista nos sugirió las personas pertinentes para realizar las entrevistas que complementarían sus relatos. Finalmente, para profundizar en el tema de la discapacidad motriz y el deporte, se indagó con un psicólogo deportivo, quien nos proporcionó datos e información para reforzar el proyecto a nivel general.

De acuerdo con lo planteado anteriormente, se logró elegir de manera efectiva cada uno de los instrumentos y su aplicación en la recolección investigativa para el desarrollo de este proyecto, por medio de entrevistas semiestructuradas individuales, diarios de campo y talleres participativos, para el cumplimiento de los objetivos propuestos. Es por ello que, se realizó el pilotaje de los instrumentos con la profesional de Seguridad y Salud en el Trabajo, Mary Luz Henao Fonnegra, quien revisó la estructura de cada uno de estos instrumentos (entrevistas, diario de campo y taller participativo), de los cuales realizó correcciones mínimas para una mejor comprensión de las preguntas propuestas de análisis.

**Tabla 1.***Correcciones y observaciones del pilotaje*

<b>Guion entrevista a deportistas</b>	Ampliar el número de preguntas específicas y no generales.
<b>Guion entrevista a familiares</b>	No se corrigió
<b>Guion entrevista a amigos</b>	No se corrigió
<b>Guion entrevista a psicólogo deportivo</b>	Añadir preguntas: ¿Qué papel juegan los programas de deporte adaptado en el desarrollo personal y social de estos deportistas? ¿Qué estrategias psicológicas pueden ser útiles para mejorar la calidad de vida de estos deportistas?
<b>Guion entrevista a entrenadores</b>	No se corrigió
<b>Estructura del diario de campo</b>	No se corrigió
<b>Estructura del taller participativo</b>	-Corrección duración del taller a 1 hora -Cambio de pregunta para la dinámica de presentación -Redactar mejor el desarrollo de la actividad, para que se entiendan los puntos a realizar. Estructura numerada.

En primer lugar, para darle respuesta al primer y objetivo planteado, se seleccionó el instrumento de entrevista para analizar el valor y significado del deporte en los procesos de rehabilitación y problemáticas socioculturales, y mostrar la evolución del deporte como un mecanismo de resiliencia en la vida de los tres deportistas con discapacidad motriz, un familiar por cada uno de ellos y un amigo.

Según Mugirá (2024), la entrevista es un método de recolección de datos y tiene un carácter cualitativo, ya que se centra en la experiencia personal de la parte entrevistada, y, en comparación con otros tipos de investigación primaria, suelen tener un alto índice de respuesta y proporcionan resultados fiables. Y, de acuerdo con Melissa Fernández (2023), las entrevistas individuales permiten obtener una comprensión más profunda de los conocimientos, prácticas, experiencias, emociones, creencias, opiniones e ideas de las personas que participan en sus procesos de selección. Esto le permite al

entrevistador hacer una mejor observación del comportamiento de su entrevistado, ya que se obtiene una imagen completa del mismo, lo que se logró en la entrevista con cada deportista, conocer su historia de vida y lo que ha atravesado durante este proceso de resiliencia frente a tal condición, a través de la influencia del deporte a nivel personal, social y cultural, mostrando cómo el deporte ha evolucionado y trascendido en pro del bienestar de la humanidad.

De este modo, se realizaron las entrevistas de cada familiar y amigo, donde expresaron el apoyo y experiencias compartidas con su allegado, en el proceso de rehabilitación y superación de la condición física de ellos mediante el deporte y la influencia que este fenómeno ha tenido sus vidas, por lo cual nos brindaron opiniones, sentimientos y emociones percibidas de los momentos de acompañamiento con el deportista.

También, en el segundo objetivo se llevó a cabo el instrumento de entrevista a un psicólogo deportivo, los deportistas y cada entrenador, para dar cuenta de la evolución del deporte como un mecanismo de resiliencia; además, se utilizó el diario de campo, que, de acuerdo con Ortega (2025) citada en QuestionPro (2025), es un instrumento que permite analizar durante un tiempo determinado, un contexto o un sujeto de estudio para identificar diferentes variables, que serán registradas de manera ordenada y caracterizada, para comprender diferentes fenómenos de comportamientos sociales, culturales, personales, emocionales y, entre otras características, que se adoptan en las investigaciones de este tipo.

En cada diario de campo, se observó un conjunto de características psicosociales y físicas de cada deportista durante sus entrenamientos, para dar cuenta del deporte como un mecanismo de resiliencia. Entre ellas, se analizaron las siguientes variables: el contexto, para observar el entorno físico y adaptaciones, los participantes del entrenamiento (entrenadores, asistentes y otros deportistas), el clima y las condiciones del ambiente que puedan influir en la actividad; además, del tipo de deporte, su

intensidad y la duración de cada ejercicio, como también la interacción social, lenguaje corporal, dificultades y logros de los tres deportistas con discapacidad motriz.

Finalmente, para el tercer objetivo, se implementó el instrumento de taller participativo con un grupo de 6 deportistas con discapacidad motriz, junto con algunos de sus acompañantes, que, según Mata (2020) citado en Investigalia (2025), es un recurso pedagógico que permite la construcción colaborativa de conocimientos, experiencias y percepciones de un grupo de personas, mediante el dialogo y actividades, que permiten el análisis e identificación de problemáticas sociales, oportunidades y líneas estratégicas de acción sobre un tema de interés. En este taller, se logró realizar diferentes actividades y dinámicas para la creación del blog propuesto en este objetivo, como un instrumento de visibilización de oportunidades, conocimientos y servicios para los deportistas con discapacidad motriz de la ciudad, donde logramos conocer los intereses, estructura, diseño y temáticas que se dispondrán en el blog RenaSer, de acuerdo con los aportes de los participantes.

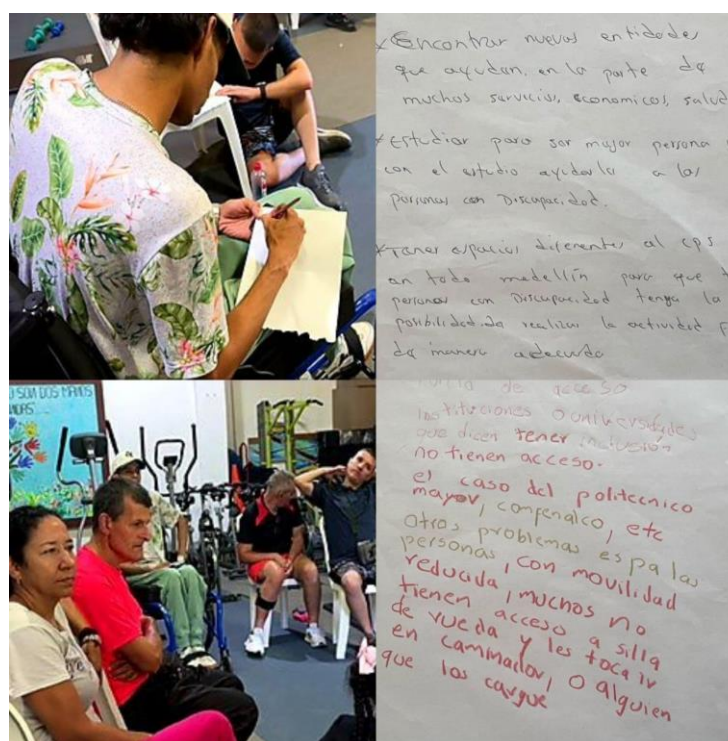


Figura 4. Momentos del taller participativo grupo Deportistas Sin Límites INDER Medellín. Fuente propia

### **3.2. Arquitectura de la información**

El blog RenaSer, que se creó como parte del resultado de esta investigación, es un sitio web dinámico que le permite a todas las personas y a la comunidad, vivir una experiencia en línea sumergida en la temática general sobre el deporte, resiliencia y la discapacidad física, cargada de información y espacios de interacción para crear lazos de comunicación. Por esta razón, el sistema de información del blog se desarrolla mediante el eje central, abordando temas base y complementarios como la historia y evolución del deporte, junto con la modalidad adaptada, que fueron categorías fundamentales para la construcción de este proyecto; además de un apartado de conocimiento legal, para visibilizar los derechos que tienen las personas y deportistas con discapacidad motriz en la ciudad y sociedad general.

A partir de ello, en RenaSer, se dispondrán tres historias de resiliencia de deportistas con discapacidad motriz; se trata de Kevin Sebastián Villa Waldo, Ángel de Jesús Rojas Gonzáles y Juan Pablo Gallego Grisales, tres ejemplares deportistas que hacen parte de la comunidad de este sitio web, quienes demostraron la influencia y el papel que ha jugado el deporte en sus historias de vida. De este modo, en el blog se encontrarán con un espacio de divulgación de oportunidades, servicios y espacios para la práctica deportiva en Medellín, y también la participación de la comunidad frente al tema.

Respecto a la navegabilidad del sistema de búsqueda de la información y etiquetado del blog RenaSer, se empleó en el diseño un menú de opciones, donde se despliegan las secciones etiquetadas con un título acorde a la información, con el fin de permitir una búsqueda sencilla y puntual de lo que encontrará la comunidad en el sitio web. En primer lugar, encontrarán una sección de “Inicio” con información general y resumida de RenaSer como la porta, bienvenida y mención de las publicaciones más recientes; en segundo lugar, está la sección de “Deporte”, para abordar la información anteriormente mencionada, sobre deporte adaptado en este apartado del blog. En tercer lugar, encontramos la sección “Legislación deportiva”, donde podrán encontrar un marco legal para el beneficio y conocimiento de personas y deportistas con discapacidad física. También, se creó una

sección llamada “Historias: imparables”, para los reportajes de la vida de los tres deportistas con discapacidad motriz inicialmente; seguido de ello, tenemos la sección “Compartamos”, para invitar a la comunidad a participar a la visibilización de espacios, oportunidades o servicios para las personas y deportistas con este tipo de discapacidad y así sumarse a la red de apoyo, mediante este foro. Y, finalmente, la sección “Quienes somos” con la descripción general del blog, perfiles de las encargadas de este espacio, junto con la información de contacto para la extensión y conexión con los usuarios, haciendo una invitación a los usuarios para que hagan parte de nuestra comunidad RenaSer.

La línea gráfica y colorimetría del blog, fue concebida tras las características que se querían transmitir con este proyecto, mediante un concepto de sutileza, sobriedad y respeto para tratar el tema de la investigación con la pertinencia que debe ser abordado; por esta razón se seleccionaron colores como el morado, que evoca fuerza y resiliencia; el blanco que simboliza pureza y claridad, y el color negro, que aporta elegancia y profundidad. Estos colores se seleccionaron para crear un ambiente visual que represente la temática, transmita seriedad y aluda a la reflexión.

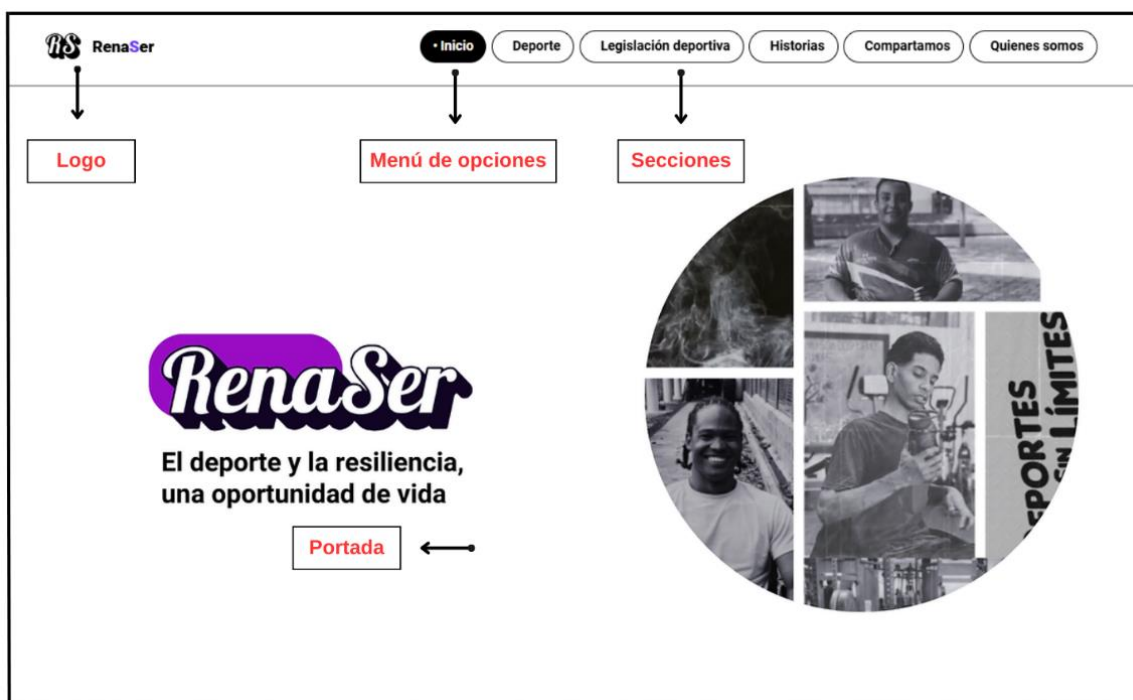


Figura 5. Mapa: sistema de navegación RenaSer. Fuente propia

## CAPÍTULO IV

### 4 Discusión y hallazgos

#### 4.1. Resultados

A partir de la aplicación de los instrumentos para la recolección de datos de esta investigación, se obtuvo la información que responde a los objetivos planteados con sus categorías centrales. El primer objetivo de este proyecto, se enfocó analizar el valor y significado del deporte en los procesos de rehabilitación y problemáticas socioculturales en la vida de los deportistas con discapacidad motriz, para el cual se implementó una serie de entrevistas a los tres deportistas, quienes expresaron la importancia y el rol que ha jugado la práctica deportiva en la vida de cada uno de ellos, donde hablaron sobre su proceso de transformación por medio de este mecanismo de resiliencia, aceptación y rehabilitación de su condición con el acompañamiento de sus familiares y amigos, quienes mostraron ser fundamentales en este camino, debido a que le han ofrecido a estos deportistas una perspectiva integral sobre el entorno social y personal, siendo también una pieza clave en el apoyo y desarrollo de Ángel Rojas, Kevin Villa y Juan Pablo Gallego, ya que su rol trasciende lo emocional y se involucran en aspectos prácticos como la ayuda en su cotidianidad y necesidades en general, la asistencia y apoyo deportivo, y aceptación conjunta de esta realidad, contribuyendo a sus logros y bienestar.

“Mi punto de vista en cuanto a la vida con discapacidad cambió mucho cuando empecé a practicar deporte, porque me di cuenta que puedo tener una vida normal, puedo hacer muchas cosas cotidianas y eso me ayudó en cuanto a mi rendimiento.” (Á. Rojas González, comunicación personal, 21 de octubre 2024).

“El deporte es vida, el deporte me brindó esa confianza, también me enseñó que no importa uno como venga, hay que romper los límites” (K.S. Villa Waldo, comunicación personal, 23 de octubre de 2024).

“El deporte puede ayudar a cambiar mucho esa percepción de las personas hacia la discapacidad; de hecho, yo inicié a estudiar por eso, porque yo quiero visualizar la discapacidad desde el deporte, quiero darle la oportunidad a la discapacidad...” (J.P. Gallego Grisales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

La apreciación de estos tres deportistas frente al valor y significado del deporte fue un hecho positivo y transformador para su condición, que los llevó a tomar una decisión para enfrentar su vida a través de la práctica deportiva como un mecanismo de resiliencia, permitiéndoles trascender esta realidad a su favor, mediante el desarrollo de diferentes habilidades físicas y mentales para superar cualquier adversidad.

“Desde niño siempre vine con una pasión por practicar muchos deportes por los cuales pasé, pero la verdad cuando empecé en el deporte del Para-Powerlifting, eso me cautivó totalmente; el corazón se me llenó de emoción.” (J.P. Gallego Grisales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

“Con el he aprendido que el que quiere puede, y que no hay límites para lograr lo que se quiere”. (J. Cenet Waldo, comunicación personal, 13 de noviembre del 2024)

El acompañamiento y apoyo de los familiares y amigos de Ángel, Juan Pablo y Kevin, mostraron ser factores fundamentales para que ellos lograrán desarrollar confianza, seguridad y perseverancia en su vida personal y como deportistas, a través de la motivación constante y la presencia de sus seres queridos, cada uno logró enfrentar sus desafíos con mayor fortaleza emocional y claridad en sus objetivos.

Miller Romero González, hermano de Ángel, ha jugado un papel sumamente importante en cuanto al apoyo de su hermano en el mundo deportivo, motivándolo a superar los obstáculos que se le puedan presentar en el camino a Ángel. “Mi hermano creía que la sociedad lo iba a denigrar por su

discapacidad, su forma de ser y lo ayudé a tener más confianza en ese sentido y conocer a más personas.” (M. Romero González, comunicación personal, 21 de octubre 2024).

“Mi motivación para practicar deporte fue cuando salía con mi hermano que siempre es el que me ha acompañado, veía personas con discapacidad teniendo una vida totalmente normal, era quererme adaptar a la sociedad con mi discapacidad”. (Á. Rojas González, comunicación personal, 21 de octubre 2024).

Juana Cenet Waldo es madre del deportista Kevin y a pesar de que al inicio de la práctica deportiva ella sintió miedo, temor e incertidumbre por lo que le pudiera llegar a suceder a su hijo, debido a su situación de movilidad reducida, se dio cuenta de que él lograría alcanzar sus metas, y lo ha apoyado incondicionalmente a lo largo de toda su vida, sin importar las dificultades que se han presentado en el camino, dejando a un lado cualquier estigma impuesto por la sociedad.

“Al principio me dejé llevar por algunas personas que me decían que por su situación de discapacidad no era mucho lo que él iba poder hacer, que era mejor que estudiara para que trabajara desde computadores y oficinas... pero él un día me dijo, que cuando uno hacia las cosas que le gustaban y se hacían con amor, desde ahí yo decidí apoyarlo con su deporte”. (J. Cenet Waldo, comunicación personal, 13 de noviembre del 2024)

“La crianza que mi mamá me dio, ella me dijo algo muy particular, me dijo: usted nació así. No es culpa mía, no es culpa suya, no es culpa de nadie, pero si usted no se supera, va a ser culpa suya.” (K.S. Villa Waldo, comunicación personal, 23 de octubre de 2024).

Daniel Jiménez Mateus es primo de Juan Pablo y desde siempre él ha jugado un papel importante en el desarrollo personal y deportivo de él. Siendo fisioterapeuta, ha ayudado a Pablo en su fortalecimiento motriz, además le ha inculcado a su primo, que tener una discapacidad no lo es todo, porque las personas son mucho más que sus limitaciones físicas y/o mentales; la discapacidad es solo

una parte de su identidad y no define por completo sus capacidades, sueños, talentos ni su valor como individuos.

“Motivarlo día a día a que siga con sus sueños, motivarlo de que contar con una discapacidad no lo es todo, hay retos en la vida y de eso se trata la vida, de poco a poco irlos superarlos como los ha superado el” (D. Jiménez Mateus, comunicación personal, 23 de octubre de 2024)

"He recibido apoyo más que todo de parte de mis familiares más que todo y del que más he recibido apoyo es de mi papá, es la persona que más apoyo incondicional me ha dado" (J.P. Gallego Grisales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

Por otro lado, estos tres deportistas concuerdan que las problemáticas socioculturales que han interferido en su camino han sido referentes a la economía, la movilidad y accesibilidad a diferentes entornos de la ciudad, ya que no cuentan las adaptaciones adecuadas para las personas con discapacidad; asimismo, manifiestan que las percepciones sociales hacia los individuos con esta condición no son totalmente positivas, debido a que existen muchos estigmas y prejuicios sobre la discapacidad.

“Las dificultades que he atravesado son más bien socioeconómicas, tanto de las personas que no saben qué es la discapacidad y tergiversan las cosas, y económicamente, ha sido muy duro la movilidad, en Medellín el tema de la movilidad es muy complicado, hay que atravesar muchas barreras para poder ser más profesional desde una discapacidad.” (J.P. Gallego Grisales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

“Me juzgaban mucho cuando empecé a entrenar, porque decían que estaba muy flaco y que no debería de hacer eso. La gente con sus prejuicios; sin embargo, yo comencé a entrenar en la calle y bueno... eso nunca me ha detenido, ni los comentarios de las personas.” (K.S. Villa Waldo, comunicación personal, 23 de octubre de 2024)

“Yo viví en San Javier y se me hace un poco más complicado, porque hay mucha loma, yo puedo bajar al sitio donde practican los deportes, pero el regreso a mi casa es muy difícil.” (Á. Rojas González, comunicación personal, 21 de octubre 2024).

Por otro lado, esta investigación planteó como segundo objetivo mostrar la evolución del deporte a manera de mecanismo de resiliencia para personas en condición de discapacidad motriz de Medellín; para ello, se realizaron entrevistas semiestructuradas que fueron aplicadas a los deportistas Kevin Villa, Ángel Rojas y Juan Pablo Gallego, sus entrenadores Fabián Díaz (entrenador de Para-Powerlifting Selección Antioquía) y Luis Fernando Ochoa (entrenador del programa Deportes Sin Límites INDER Medellín), y, a Carlos Mario Grajales psicólogo deportivo del INDER Medellín; asimismo, se aplicó el instrumento de diario de campo para observar y analizar diferentes variables contextuales, emocionales, cognitiva y la práctica deportiva de los deportistas en los espacios de entrenamiento.

Durante las entrevistas, los deportistas expresaron el rol que ha tenido el deporte en sus vidas como un mecanismo de resiliencia, permitiéndoles superar obstáculos, fijar metas, aportar en su proceso de rehabilitación, fortalecimiento de sus capacidades y habilidades en el deporte e igualmente a la salud física y mental de sí mismos, y el desarrollo de habilidades sociales e integración. También, se abordó la importancia del acompañamiento profesional, bien sea deportivo o psicológico, para enfrentar su vida y desempeño como deportistas con discapacidad física, y el impacto e influencia que tiene el deporte en las personas que poseen esta condición.

“El deporte se convierte en una herramienta para lograr salir de una situación. Para personas que hayan nacido con alguna discapacidad o que por algún evento de la vida tengan una discapacidad, el deporte se convierte en la mejor herramienta para avanzar en su proyecto de vida.” (C.M. Grajales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

Por medio de la psicología deportiva, Carlos Grajales crea herramientas para deportistas con discapacidad motriz, bien sea porque nacieron con esta condición o porque la adquirieron en algún

momento de la vida, impulsando retos de superación para que sean orientados aceptando su condición, con la intención de que puedan avanzar en aspectos físicos y psicológicos, mejorando la calidad de vida de cada deportista en situación de discapacidad motriz.

“Para una persona que está en situación de discapacidad y pertenezca algún deporte o quiera practicarlo, el deporte va a poner retos para enfrentarlos. Eso en cierta forma podemos denominarlo resiliencia.” (C.M. Grajales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

“En el deporte adaptado la inclusión siempre prevalece, si hay una persona con una situación física se le abre el espacio para que pueda participar, como en este caso en la estrategia de Deportes Sin Límites, para que tenga una buena calidad de vida.” (C.M. Grajales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

#### **4.1.1 Ángel Rojas González**

Ángel es un deportista que quedó en situación de discapacidad motriz, debido a que fue víctima de un robo a sus 19 años, cuando vivía en Venezuela, mediante este suceso lo impactaron con un arma de fuego y una bala perforó parte de su organismo, dejándolo en dicha condición. Desde temprana edad, este deportista ha tenido gusto por el deporte; antes de quedar en situación de discapacidad, practicaba beisbol en su país y luego de tal hecho, llegó a Medellín y retomó la actividad física y diferentes prácticas deportivas como Boccia y Levantamiento de pesas en el INDER de esta ciudad con el programa de Deportes Sin Límites, como una oportunidad de resiliencia, integración y rehabilitación de su condición.

“Veía personas con discapacidad teniendo una vida totalmente normal, entonces era como querer empezarme adaptarme a la sociedad con mi discapacidad, pudiendo llevar una vida normal. Por eso empecé a indagar qué deporte o cuál actividad física podría realizar y fue ahí donde mi vida poco a poco empezó a cambiar” (Á. Rojas González, comunicación personal, 21 de octubre 2024).

"Yo como formador le he aportado como motivarlo a que realice la parte de actividad física 3 veces a la semana, que sea un motivo para que el salga de su casa, socialice, comparta y consiga amigos. También que no esté solo en el CPS y participe en otros deportes" (L.F. Ochoa, comunicación personal, 29 de noviembre 2024)



**Figura 6. Ángel Rojas González entrenando en el CPS del INDER Medellín. Fuente Propia**

En la ejecución del diario de campo con Ángel Rojas, nos dirigimos al Centro de promoción de la salud para personas con discapacidad (CPS) en el INDER Medellín, este es un gimnasio adaptado para el entrenamiento de personas con diferentes tipos de discapacidad como la motriz, el cual es el caso de Ángel; allí cuentan con diferentes máquinas y circuitos para trabajar la actividad física adaptada y su acceso y equipos disponibles son aptos para realizar este tipo de trabajos de entrenamiento físico y, aunque, es un espacio grande, puede ser angosto para que él y las personas que asisten en estas clases, puedan desenvolverse más libremente.

En este día, habían 7 asistentes incluyendo a Ángel y, por otro lado, el entrenador dictando la clase, la cual se desarrolló en un ambiente agradable y cálido, acondicionado para realizar una buena rutina de entrenamiento; en este día se realizaron ejercicios de fuerza, resistencia y flexibilidad por un tiempo estimado de 1 hora, y Ángel tuvo una intensidad intermedia en la ejecución de este circuito, donde asumió una actitud positiva y resiliente, y emociones de alegría, superando sus dificultades respiratorias que eran lo único que se le presentaba y le generaba cansancio, lo cual manifestaba a través de sus gestos y posturas; sin embargo, terminó su entrenamiento efectivamente con la mejor actitud y concentración, donde el profesor siempre lo motivó y supervisó.

“Ángel es una persona muy centrada, dedicada, pendiente de lo que le diga el profesor y hacer bien su trabajo. De verdad que sí, eso es lo que más me gusta del hombre, muy centrado.” (D.Y. Montoya, comunicación personal, 04 de marzo 2025)

#### **4.1.2 Kevin Sebastián Villa Waldo**

Ser consciente de su discapacidad, fue todo un reto para este deportista. Él proceso de aceptación a su realidad la canalizó por medio de palabras como “Yo soy capaz”, para llevar una vida normal por medio de su pasión por el deporte, pese a la adversidad social y pensamientos intrusivos que obstaculizaron su proceso en algunos momentos. Kevin fue un nacimiento prematuro y cuando fue creciendo se desarrolló su discapacidad motriz; cuando él era un niño y parte de su etapa de adolescencia, evitaba salir porque se avergonzaba de su físico y por tener discapacidad motriz, por lo cual sembró demasiadas inseguridades internamente y desconfiaba sus capacidades, que luego de ser resiliente y ver la vida con una mirada diferente, logró fortalecer y salir adelante.

“Cuando yo adquirí consciencia de que tenía una discapacidad fue muy difícil, porque yo empecé a ver como corrían los demás, como jugaban fútbol, como jugaban entre ellos y yo me decía: eh ¿yo por qué no lo puedo hacer? Y me comencé a sentir mal e incluso me llegaba a preguntar: ¿yo para qué nací...” (K.S. Villa Waldo, comunicación personal, 23 de octubre de 2024)

“Las mismas personas que antes me juzgaron por mi aparecía física, se acercaron a mi cuando vieron mi cambio físico cuando comencé a entrenar y eso aumento mi confianza, y empecé a salir más a la calle.” (K.S. Villa Waldo, comunicación personal, 23 de octubre de 2024)



**Figura 7. Kevin Sebastián Villa Waldo entrenando en el gimnasio adaptado del coliseo Iván de Bedout Medellín.  
Fuente propia**

En medio de la implementación del diario de campo en el entrenamiento de Kevin, contemplamos diferentes variables de análisis. Él es un deportista de Calistenia, Para-Powerlifting de la Selección Antioquia y practica actividad física en diferentes escenarios deportivos de la ciudad. En este caso, él se encontraba realizando el entrenamiento de para-powerlifting en el gimnasio adaptado del coliseo Iván de Bedout, en la Unidad Deportiva Atanasio Girardot y el contexto deportivo en el que se desarrolló esta práctica deportiva, fue un escenario amplio y profesional con un clima agradable, apto y acondicionado para llevar a cabo la rutina de entrenamiento, que contaba con una variedad de equipos adecuados para la ejecución de los ejercicios que debía realizar Kevin y los demás integrantes del equipo, quienes estuvieron acompañados por el entrenador durante el tiempo de la clase, la cual tuvo una duración de una hora y media con una intensidad alta de entrenamiento.

En el momento de la práctica deportiva, Kevin tuvo una serie de ayudas técnicas por parte del entrenador del equipo, quien estuvo siempre pendiente de él, realizando un tipo de entrenamiento semipersonalizado, brindándole las máquinas y pesos adecuados para la ejecución de cada ejercicio que él debía realizar con y sin su silla de ruedas, tanto para el calentamiento, como también para el entrenamiento.

Durante la clase, Kevin interactuó con todos sus compañeros, el entrenador y metodóloga del equipo, mostrando tener una buena relación y ambiente sano, donde la motivación prevaleció, ya que todos se daban ánimos y celebraban sus logros de peso propuesto para la clase, que en el caso de Kevin fue 90 kg. A lo largo de la práctica deportiva, él asumió una buena actitud, tranquila y motivada, mostrando un lenguaje corporal firme, enérgico y de concentración para cumplir con el entrenamiento propuesto, reflejando emociones de orgullo y alegría en todo momento, y, aunque se le dificultó en un punto la ejecución de un ejercicio de levantamiento con el peso máximo, al final lo pudo lograr y finalizar su rutina de entrenamiento.

“Es una persona increíble, un guerrero, lo admiro demasiado, sobre todo por su estabilidad, su cuerpo, he visto como se la ha guerreado de vender dulces a estar ahora compitiendo en pesas, ahora dándole a la calistenia; me parece una persona increíble que no deserta de nada y de sus cosas en su vida cotidiana, siento que no le da un espacio a la parte negativa.” (J.C. Ramírez, comunicación personal, 16 de diciembre 2024)

#### **4.1.3 Juan Pablo Gallego Grisales**

Pablo nació con discapacidad física y aceptar desafíos formó parte natural de su realidad y su vida como deportista. Él ha creado otra perspectiva de vida para sí mismo, logrando ver los obstáculos no solo como fracasos, sino también como oportunidades de aprendizaje que le permiten crecer y mejorar en todos los aspectos. Él es deportista de la Selección Antioquia de Para-Powerlifting y ha logrado salir adelante desde la resiliencia en todos los aspectos de su vida, al desarrollar una serie de

habilidades y actitudes que le han permitido enfrentar y superar dificultades como el hecho de asumir haber nacido con esta condición física.

"La percepción en mí ha cambiado mucho, antes era un joven inseguro, no tenía metas ni objetivos claros, si quería hacer cosas, pero no tenía claridad de qué hacer. El deporte me ha permitido eso, ser un poco más seguro de sí mismo." (J.P. Gallego Grisales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).

"El deporte me ha ayudado más que todo en la parte mental, hay veces que vengo a entrenar con mucho estrés, carga mental de estudio, la vida cotidiana y cuando salgo de entrenar tengo mucha motivación y muchas ganas de seguir dándole." (J.P. Gallego Grisales, comunicación personal, 10 de octubre del 2024).



**Figura 8. Juan Pablo Gallego Grisales entrenando en el gimnasio adaptado del coliseo Iván de Bedout Medellín.  
Fuente propia**

Para el desarrollo del diario de campo de Juan Pablo, su entrenamiento se realizó en las instalaciones del coliseo Iván de Bedout, en la Unidad Deportiva Atanasio Girardot y es un entorno físico profesional para la práctica de este deporte adaptado, el cual cuenta con un gimnasio amplio y diversos

equipos y máquinas para que Pablo realice su entrenamiento en óptimas condiciones; sin embargo, el acceso y salida de este lugar se limita a una sola portería para deportistas con esta condición física, porque las demás son diseñadas con escalas, impidiendo el paso para Pablo.

En este día, él entrenó con un equipo de 10 deportistas y su entrenador, pero de manera semipersonalizada y las condiciones ambientales en este entorno fueron óptimas para la práctica deportiva de forma fresca, limpia y ordenada. Los ejercicios que Juan Pablo llevó a cabo con su equipo fueron de levantamiento de pesas, que es en lo que consiste este deporte con una duración de una hora y media, en un nivel de intensidad alto por su rendimiento deportivo, incluyendo ejercicios de calentamiento en su rutina.

“Lo que más admiro de Pablo realmente es su disciplina, es una persona muy constante, muy comprometido, dispuesto siempre, muy enfocado y creo que eso es lo que lo lleva hacer grandes cosas en el deporte.” (C.A. Gómez, comunicación personal, 04 de marzo 2025)

Para que él lograra realizar su entrenamiento, hubo unas adaptaciones para el mismo, como bandas estabilizadoras, silla de ruedas, ayuda por parte de los compañeros y entrenador, que son con quienes interactúa todo el tiempo, brindándose motivación constantemente; de esta manera, se evidenció que son un equipo bastante unido, que se apoya y celebra cada logro de Pablo y de todos los deportistas en general. Este día también estuvo la metodóloga encargada del equipo e interactuó con él en medio del entrenamiento.

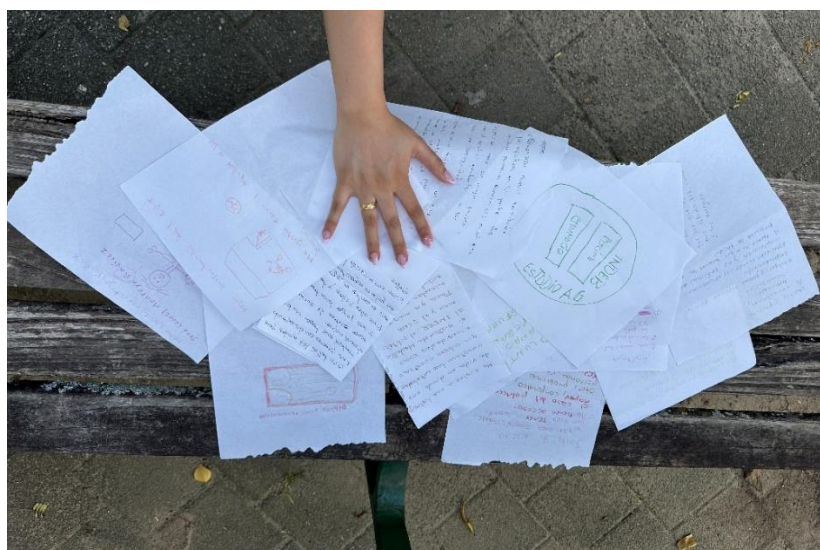
Cabe resaltar que, el lenguaje corporal y aspectos emocionales que él expresaba siempre fueron positivos, debido a que mostró alegría, fuerza, concentración y motivación todo el tiempo, evidenciando esto con sus gestos, postura y energía en todo momento, y un logro de Pablo fue levantar 130kg, superando una dificultad física que tenía por una lesión en el hombro del brazo derecho.

Finalmente, el proyecto RenaSer, también consideró crear un blog como un instrumento de oportunidades, conocimientos y servicios para los deportistas con discapacidad motriz de la ciudad, el

cual es el tercer objetivo de investigación de este trabajo de grado, por lo cual se realizó un taller participativo con un grupo de personas con dicha discapacidad y algunos de sus acompañantes, como se mencionó en el capítulo anterior, quienes pertenecen al programa de Deportes Sin Límites del INDER Medellín.

Este espacio fue crucial para la creación del sitio web RenaSer, ya que a partir de ello conocimos las necesidades, gustos y perspectivas de esta población de la ciudad, por medio de actividades de socialización y creación, donde nos compartieron sus ideas y conocimientos de lo que les gustaría ver en el blog propuesto. Un aspecto para resaltar del taller participativo para la estructura narrativa para un blog fue: "Sería muy bueno ver un blog para personas que les guste realizar actividad física o deporte, porque no solo permite compartir historias y logros, sino también inspirar, educar y construir una comunidad inclusiva". (L.F. Ochoa, comunicación personal, 11 de octubre del 2024).

"Un blog digital nos puede brindar a personas con movilidad reducida o discapacidad, diferentes formas de incentivarnos a compartir experiencias, desafíos y éxitos, creando una red de apoyo y motivación para personas en la misma situación, o cualquier persona." (M. E. Guevara, comunicación personal, 11 de octubre del 2024).



**Figura 9. Aportes y conclusiones del taller participativo con los deportistas del programa Deportes Sin Límites INDER Medellín. Fuente propia**

Con base en lo anterior, muestra que la construcción de este canal de comunicación fomenta la creación de comunidad e inclusión social, apostando por un espacio de interacción, información y comunicación para personas interesadas e involucradas con el tema de la actividad física o el deporte adaptado, incluyendo historias de personas que, por medio del deporte, han logrado trascender sus dificultades en oportunidades. De esta manera, el blog logra convertirse en un lugar donde todos, independientemente de sus condiciones físicas, es de utilidad, ya que por medio de este se comparten diferentes herramientas para personas, deportistas y sus familias, promoviendo el respeto, inspiración, empatía y una sana admiración de sus capacidades y resiliencia en la vida. Cabe resaltar que, mediante este canal le apostamos a la falta de consciencia, desinformación y la creación de una red de apoyo frente al tema del deporte y discapacidad motriz, como un puente de educación y movilización, que trasciende la realidad de muchas personas en la sociedad.

#### **4.1.4 Sitio web RenaSer**

<https://renaser1929.wixstudio.com/renaser>

#### **4.2. Hallazgos**

La identificación de estos hallazgos generó que lográsemos tener una comprensión más profunda de las realidades y percepciones de los deportistas en situación de discapacidad. A partir de esto, se evidenciaron diferentes aspectos, como la desinformación existente entre las políticas públicas y su aplicación efectiva, también la necesidad de fortalecer y posibilitar espacios y entidades para los procesos de inclusión, desde una perspectiva que permita mejorar estos aspectos y la discriminación o estigmatización que todos han sobrellevado en algún momento de sus vidas.

Durante el desarrollo de la investigación, se evidenció que los deportistas en situación de discapacidad, en su totalidad, no tenían conocimiento sobre las políticas públicas en Colombia, tanto para personas en condición de discapacidad como en el ámbito deportivo, lo cual demuestra la necesidad de una divulgación efectiva de todas las políticas dirigidas a dicha población.

Los participantes desconocen la mayoría de la información y afirman nunca haberla recibido de forma clara y accesible por parte de las entidades gubernamentales o deportivas, han sido ellos mismos quienes han buscado alternativas para acceder a programas deportivos y de participación. Este hallazgo indicó la necesidad de fortalecer los canales de comunicación y los procesos de capacitación en torno a las políticas públicas dirigidas a esta población, con el fin de garantizar su inclusión real y efectiva en el sistema deportivo nacional.

“Sería bueno conocer y encontrar nuevas entidades que ayuden en la parte de servicios, programas, la parte económica y de salud.” (A. Ortiz, comunicación personal, 11 de octubre de 2024)

También, se identificó que algunos desconocen otros espacios y entidades donde pueden practicar deporte adaptado, más allá del lugar en el que actualmente entrenan, señalando la falta de conocimiento y difusión sobre las alternativas disponibles dentro del entorno local. Indicaron que algunos están al tanto de otras entidades y programas deportivos, y otros solo están familiarizados con el lugar donde entrenan, mencionando la restricción de sus oportunidades de participación, desarrollo y acceso a escenarios deportivos adecuados por falta de conocimiento e información.

“Tener espacios diferentes al CPS en todo Medellín, para que todas las personas con discapacidad tengan la posibilidad de realizar actividad física de manera adecuada.” (Á, Rojas comunicación personal, 11 de octubre del 2024)

Este hallazgo muestra la necesidad de mejorar los mecanismos de comunicación y articulación entre las instituciones encargadas del deporte y la comunidad con discapacidad, con el fin de ampliar el alcance y el impacto de las iniciativas en deporte adaptado.

Por otro lado, durante el taller participativo, también se demostró que la mayoría de los deportistas en situación de discapacidad coincidieron en que no existía una buena accesibilidad en la ciudad en cuanto a los medios de transporte. Los participantes manifestaron enfrentar diferentes

barreras físicas y operativas al momento de desplazarse, lo que dificulta su movilización. A pesar de esto, siempre hacen lo posible por asistir a los entrenamientos, competencias y de más actividades relacionadas con el deporte adaptado. Este hallazgo reveló la necesidad de mejorar las condiciones de accesibilidad del transporte público, así como de promover políticas que garanticen una movilidad digna y segura para las personas con discapacidad.

“Sería bueno que tuviéramos más accesibilidad en los medios de transporte y que las entidades gubernamentales apoyen más los proyectos de movilidad para personas con discapacidad física.” (D. Rúa, comunicación personal, 11 de octubre de 2024)

Por último, resaltaron la importancia de ciertos valores del deporte y otros conceptos que consideraban fundamentales en sus vidas y en su proceso dentro del deporte adaptado. Palabras como voluntad, fortaleza, ganas, esperanza y esfuerzo fueron mencionadas de manera reiterada, al igual que la relevancia del acompañamiento familiar, lo cual reflejó el valor que atribuían a la actitud personal y emocional frente a los desafíos diarios.

No obstante, manifestaron haber presenciado actos de discriminación por parte de otras personas, tanto en espacios deportivos y en la vida cotidiana, lo que genera sentimientos de exclusión y afecta las emociones y el bienestar de cada uno. Esta situación reafirma la necesidad de seguir trabajando en la sensibilización social y en la eliminación de estigmas que persisten hacia la población con discapacidad, reconociendo su capacidad, esfuerzo y derecho a una participación plena y digna.

“Muchas personas que no tienen ningún tipo de discapacidad no se atreven a hacer mucho. Cuando Kevin llegó al SENA a estudiar entrenamiento deportivo, lo discriminaron, lo menospreciaron y encontró personas que le decían que no iba a servir para eso. Y como él tiene un carácter tan determinado, eso le ayudó y dijo: yo les voy a demostrar que esto es lo que quiero y lo que voy a hacer.” (J. Waldo, comunicación personal, 18 de diciembre de 2024)

Todos los hallazgos permiten visibilizar la dimensión de cada experiencia de acuerdo con el contexto en el que se desempeñan, reflejando cómo el deporte se convierte en un espacio de construcción de identidad, resiliencia y transformación personal. Cada uno de estos hallazgos, aporta una visión integral sobre los desafíos y las potencialidades que atraviesan estos deportistas en su cotidianidad, y destaca la necesidad de avanzar hacia una inclusión más efectiva, consciente y equitativa en los diferentes sistemas gubernamentales y deportivos.

### **Conclusiones**

Este proyecto de investigación permitió evidenciar cómo el deporte, enmarcado dentro de procesos socioculturales, ha logrado convertirse en un mecanismo de resiliencia que promueve la participación e inclusión social en ciudades como Medellín, donde la práctica deportiva y la discapacidad motriz son aliadas e influyentes en el desarrollo de la humanidad. Muestra de ello son Kevin Villa Waldo, Ángel Rojas González y Juan Pablo Gallego Grisales, tres historias inspiradoras y grandes deportistas de la ciudad, que pusieron en evidencia el deporte adaptado como un hecho trascendental, para replantear la definición de esta dinámica y alternativa de vida en la sociedad.

RenaSer emerge también en un espacio transformador a través de su sitio web, en el que las personas con discapacidad física y la comunidad digital en general, no solo encuentran un medio para difundir información, sino también una vía para enaltecer y creer en sus capacidades, conocer historias y motivarse por medio de ellas, construir conocimiento colectivo e individual y conformar una red de apoyo que les permite conectar con más personas interesadas en esta temática.

Este proyecto demuestra que, cuando se integran factores como la pasión, la voluntad y el compromiso social, se pueden generar entornos más justos, donde la discapacidad deja de ser vista como una limitación, para convertirse en una oportunidad de reinención, crecimiento y aporte a la comunidad. Por esta razón, encontramos que la ciudad de Medellín es un territorio promotor de inclusión y bienestar para esta parte de la sociedad, ya que mediante programas, entidades públicas y

privadas, y eventos deportivos, involucran a las personas con discapacidad motriz en pro de sí mismos, porque mediante estos espacios e iniciativas ellos pueden fortalecer sus capacidades físicas y mentales, acceder al servicio de rehabilitación, invita a socializar, explorar deportes, realizar actividad física y ser resilientes en la vida sin importar su discapacidad.

Este trabajo concluye que, el deporte adaptado no solo debe ser visto a modo de práctica cultural, sino como una herramienta integral de intervención social que es capaz de resignificar vidas, reducir barreras y tejer redes de apoyo que impulsen la calidad de vida de todos los seres humanos, que es la idea que se ha concebido desde que se habla de deporte, modalidad adaptada y discapacidad a mediados de la Segunda Guerra Mundial. Así, la resiliencia no se presenta a manera de rasgo individual aislado, sino una capacidad construida y fortalecida en comunidad con el deporte como catalizador de cambio, esperanza y nuevas oportunidades de vida, donde los límites no son protagonistas.

## Referencias

- ACNUR. (2011). Artículo 20. Constitución Política de Colombia.  
<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2001/0219.pdf>
- Arraz, E. (2023, 11). Qué es la discapacidad motora. El blog fundación ADDECO.  
<https://fundacionaddecco.org/blog/que-es-la-discapacidad-motora/>
- Benítez Corredor, M. Bermúdez Osorio, J. y Vásquez Clavijo, A. (2019). Deporte, resiliencia e inclusión Social en personas con Discapacidad Física adquirida [Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana]. Repositorio Institucional Javeriano. <http://hdl.handle.net/10554/46493>
- Biblioteca Nacional del Congreso de Chile. (2018, 04). Ley fácil. Deportes adaptados y paralímpicos. Biblioteca Nacional del Congreso de Chile.  
<https://www.bcn.cl/portal/leyfacil/recurso/deportes-adaptados-y-paralimpicos>
- Camargo, N. (2023, 03). La Comunicación en la Era Digital: Conexión en la Palma de tu Mano. LinkedIn. <https://es.linkedin.com/pulse/la-comunicaci%C3%B3n-en-era-digital-conexi%C3%B3n-palma-de-tu-mano-camargo>
- Comité Paralímpico Colombiano. (2024). Historia. Comité Paralímpico Colombiano.  
<https://cpc.org.co/historia/>
- Comité Paralímpico Internacional. (2024). Historia del movimiento paralímpico. Comité Paralímpico Internacional. <https://www.paralympic.org/es/ipc/history>
- Comité Paralímpico Internacional. (2024). Página Oficial del Comité Paralímpico Internacional. Comité Paralímpico Internacional. <https://www.paralympic.org/es/ipc/who-we-are>
- COMPASS: Manual de Educación en los Derechos Humanos con jóvenes. (2024). Cultura y Deporte. Consejo de Europa. <https://www.coe.int/es/web/compass/culture-and-sport>
- Días, E. (2012, 01). Historia de los blogs. Blogs, Edublogs, plataforma para la educación.  
<https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoblog/mdianeg/2012/03/01/historia-de-los-blogs/>

Di-capacitados. (2024). DI-CAPACITADOS. Di-Capacitados. <https://www.di-capacitados.com/>

Echeverría, P. (2018). ¿Qué es un blog y para qué sirve?. Grow X Agency.

<https://blog.growxco.com/articulos/que-es-un-blog-y-para-que-sirve#:~:text=Un%20blog%20es%20una%20herramienta,pueden%20convertirse%20en%20un%20comprador.>

Equipo Editorial Atecé. (2021, 05). Resiliencia. Concepto. <https://concepto.de/resiliencia-2/>

Escamilla, M. (2024). Unidad 3. Aplicación básica de los métodos científicos “Modelo Interpretativo” [Diapositivas de Power Point]. Universidad Autónoma de Hidalgo. [https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI\\_Presentaciones/licenciatura\\_en\\_mercadotecnia/fundamentos\\_de\\_metodologia\\_investigacion/PRES42.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES42.pdf)

Estrada Ladino, J. y Ahumada Bolaños, E. (2015). Significado que le atribuyen a la práctica de la actividad física y el deporte, dos pensionados de la Policía Nacional en situación de discapacidad por hechos violentos y pertenecientes a FRAPON Medellín [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio institucional UNIMINUTO. <http://hdl.handle.net/10656/4162>

Fernandez M. (2023,31). Entrevista individual: ¿Qué es el uno a uno y cómo hacerlo bien?. Factorial. <https://factorial.mx/blog/entrevista-individual/>

Gallego Agudelo, M. y Salinas Arango, N. (2019). El deporte como mecanismo de resiliencia para deportistas en situación de discapacidad. Medellín [Trabajo de grado, universidad pontificia Bolivariana]. Revista de psicología de la universidad de Antioquia. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.v11n1a05>

García, R. F. (2020, 10). ¿Por qué practicaban el deporte los griegos antiguos?. Canal March – Fundación Juan March. <https://canal.march.es/es/coleccion/por-que-practicaban-deporte-griegos-antiguos-24118>

Gil, I. (2018, 14). ¿Qué es la discapacidad? Evolución histórica y cultural. El blog, fundación Adecco. <https://fundacionadecco.org/blog/que-es-la-discapacidad-evolucion-historica/>

Grapsas, T. (2020,19). Guía del tráfico web: cómo medirlo y analizarlo para orientar las decisiones en tu estrategia digital. Rockcontent. <https://rockcontent.com/es/blog/trafico-web/>  
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=37150>

INDER Medellín. (06, 2023). Más de 400 personas con discapacidad disfrutaron la quinta edición del Desafío Sin Límites. INDER Medellín. <https://inder.gov.co/noticias/mas-de-400-personas-con-discapacidad-disfrutaron-la-quinta-edicion-del-desafio-sin-limites>

INDER Medellín. (2024). Mapas (escenarios y oferta). INDER Medellín.  
<https://www.inder.gov.co/mapas/mapas-inder>

Instituto Mexicano Del Seguro Social. (2024). ¿Sabes cuáles son las causas de la discapacidad?. IMSS. <https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/pdf/guarderias/causas-discapacidad.pdf>

Jaramillo, R. Rueda, J. (2021). De la resistencia a la transformación: una revisión de la resiliencia en el deporte. Revista Diversitas, 17(2), 3-4. <https://doi.org/10.15332/22563067.7085>

Jurisprudencia (2009, 31). LEY 1346 DE 2009 por medio de la cual se aprueba la “Convención sobre los Derechos de las personas con Discapacidad”, adoptada por la Asamblea General de la Naciones Unidas el 13 de diciembre de 2006. Diario Oficial Jurisprudencia. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1677870>

Jurisprudencia (2013, 27). LEY 1618 DE 2013 por medio de la cual se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad. Diario Oficial Jurisprudencia. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1685302>

Jurisprudencia (2017,22). Decreto 2177 de 2017 Por el cual se integra el Consejo para la Inclusión de la Discapacidad y se dictan disposiciones relacionadas con su funcionamiento. Diario Oficial Jurisprudencia. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Decretos/30034373>

Jurisprudencia. (2004,16). LEY 918 DE 2004 por la cual se adoptan normas legales, con meros propósitos declarativos, para la protección laboral y social de la actividad periodística y de comunicación

a fin de garantizar su libertad e independencia profesional. Diario Oficial Jurisprudencia.

<https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1671189>

Lozano segura p. (2020, 06). La exclusión social en las personas con discapacidad: revisión bibliográfica. Universidad de Almería. Repositorio de la Universidad de Almería.

<https://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/9916/LOZANO%20SEGURA,%20PATRICIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

M-7RAINER. (22, septiembre 23). Chico en silla de ruedas sorprende todo el gym [Video Adjunto]. Facebook. <https://www.facebook.com/share/v/9hQGIPB8ISW8jMBh/?mibextid=w8EBqM>

Macías, P. (2021, 02). Origen del concepto de resiliencia y critica a su apropiación en los proyectos educativos de Medellín. Revista Redipe.

<https://www.redalyc.org/journal/679/67972044009/html/>

Maita, L. (2021, 03). Discapacidad física. Discapanet.

<https://www.discapanet.es/discapacidad/tipos-de-discapacidad/discapacidad-fisica>

Martin, M. C. (2023). Deporte adaptado. Discapanet.

<https://www.discapanet.es/ocio/deportes/deporte-adaptado#:~:text=El%20deporte%20adaptado%20es%20una,limitaciones%20f%C3%ADsicas%2C%20ps%C3%ADquicas%20o%20sensoriales.>

Mata L.D. (2019, 05). El enfoque cualitativo de investigación. Investigalia.

<https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-cualitativo-de-investigacion/>

Mata L.D. (2020, 07). El taller como técnica de investigación cualitativa. Investigalia.

<https://investigaliacr.com/investigacion/el-taller-como-tecnica-de-investigacion-cualitativa/>

Mercado, A. (2023, 05). En Medellín hay 7.000 personas en condición de discapacidad que esperan su certificado. El tiempo. <https://www.eltiempo.com/colombia/medellin/medellin-hay-7-000-personas-en-condicion-de-discapacidad-sin-certificado-771167>



Ríos, I. (2023, 22). ¿Qué es un blog de internet?. LinkedIn.

<https://es.linkedin.com/pulse/qu%C3%A9-es-un-blog-de-internet-itayana-r%C3%ADos-rivera>

Rivero, M. (2022, 03). Breve historia de los blogs ¿Cómo comenzó todo?. Crehana.

<https://www.crehana.com/blog/estilo-vida/historia-de-los-blogs/>

Rosero Bedoya, S. (2018). Actividad Física y Deporte en Personas en Situación de Discapacidad Motriz [Trabajo de grado, Universidad del Valle]. Biblioteca Universidad del Valle.

<http://hdl.handle.net/10893/19331>

Salinas, D. (2023, 26). ¿Qué es un blog? Definición, tipos, ventajas y por qué necesitas uno.

Wixblog. <https://es.wix.com/blog/2023/09/que-es-un-blog>

Secretaria jurídica distrital. (1997, 08). LEY 368 DE 1997 "Por la cual se crea la Red de Solidaridad Social, el Fondo de Programas Especiales para la Paz, y el Fondo del Plan Nacional de Desarrollo Alternativo -Fondo Plante-, y se dictan otras disposiciones". Diario Oficial Secretaria Jurídica.

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=10578>

Secretaria jurídica distrital. (2023,28). Ley 2297 de 2023 Congreso de la República de Colombia. Diario oficial secretaria jurídica.

<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=143777#:~:text=La%20presente%20ley%20tiene%20por,legal%20de%20las%20personas%20con>

Senado de la república de Colombia (2024,31). Ley 361 de 1997 por la cual se establecen mecanismos de integración social de las personas en situación de discapacidad. Secretaria senado de la república. [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_0361\\_1997.html](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0361_1997.html)

Send Pulse. (2023,19). Grupo focal descubre los ventajas y desventajas de un grupo focal y aprende cómo crearlo. Send Pulse. <https://sendpulse.com/latam/support/glossary/focus-group>

Smart Fit RD. (03, julio 23). Nos representan con Orgullooo. Presidente de COPADOM Eladio Agramontedo:"El deporte es un medio de inclusión social para las personas con discapacidad en nuestro

país, no hay obstáculos para nuestros Paralímpicos". ¡Qué orgullo tenerlos! Conoce a nuestros Atletas ParalímpicosDO. Ahora son #Smartfiteros de puro corazón. #SmartFitRD #SmartFit #AtletasSmartFit #AtletasParalimpicos #Smartfiterosdepurocorazon. [Video adjunto]. Instagram.

<https://www.instagram.com/reel/CuQFuOttzL8/>

Smart Fit. (2024). Consentimiento Informado y exoneración de responsabilidad. Smart Fit.

[https://www.smartfit.com.co/contract/co/consentimiento\\_informado.pdf](https://www.smartfit.com.co/contract/co/consentimiento_informado.pdf)

SUIN-Juriscal (2013, 27). Ley 1618 de 2013 por medio de la cual se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad. Diario oficial SUIN-Juriscal. <https://www.suin-juriscal.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1685302>

Sunrise Medical. (2021, 08). Autoestima y autoimagen en personas con discapacidad. Sunrise Medical. <https://www.sunrisemedical.es/blog/autoestima-y-autoimagen-en-personas-con-discapacidad>

Sunrise Medical. (2022, 12). Deporte y discapacidad: tándem a favor de una vida activa. Sunrise Medical. <https://www.sunrisemedical.es/blog/deporte-y-discapacidad-vida-activa>

Talento Sports. (2024). Deporte adaptado: una vía hacia la integración. Talento Sports.

<https://talentosports.com.ar/noticia/195/deporte-adaptado-una-va-hacia-la-integracin/>

Úbeda Colomer, J. Molina Alventosa, P. Campos Granell, J. (2017). Facilitadores y barreras para la práctica físico-deportiva en alumnado universitario con discapacidad: un estudio cualitativo. Revista de Educación Física Y Deporte de la universidad de Antioquia.

<https://doi.org/10.17533/udea.efyd.v35n1a03>

Velasco Vanegas, D. (2019). El deporte como resiliencia en personas con diversidad funcional motora adquirida [Trabajo de grado, Universidad de San Buenaventura]. Repositorio Institucional Universidad de San Buenaventura. <http://hdl.handle.net/10819/7543>

Velasco, S. E. (2018, 02). ¿Cuál es la importancia del deporte para las personas con discapacidad?. INCLÚYEME. <https://www.incluyeme.org/accion/cual-es-la-importancia-del-deporte-para-las-personas-con-discapacidad/>

Vivva. (2021, 30). 10 blogs sobre discapacidad que te servirán de inspiración. Vivva. <https://vivva.es/10-blogs-sobre-discapacidad-que-te-serviran-de-inspiracion/>

Zambrano Palencia, M. Hincapié Gallón, O. (2022). Facilitadores en el deporte paralímpico: motivos de práctica deportiva en jugadores con discapacidad física y visual (Facilitators in Paralympic sport: motives for sports practice in players with physical and visual disabilities). Revista retos. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90277>

## Anexos

## Anexo 1. Matriz de aplicación del diario de campo

<b>Sesión: 1</b>	<b>Fecha:</b>	<b>Hora:</b>
<b>Lugar de observación:</b>	<b>Fenómenos observados:</b>	
<b>Objetivo del proyecto asociado a la observación:</b>		
<b>Situación observada</b>	<b>categorías</b>	<b>Análisis</b>
<p><b>Se observarán las siguientes situaciones:</b></p> <p><b>Contexto:</b></p> <p>-Entorno físico: Describirá el lugar donde se realiza la actividad deportiva (gimnasio adaptado, parque, piscina, etc.). Detalla las características del espacio (accesibilidad, equipos disponibles, etc.).</p> <p>-Participantes: Además de la persona en estudio, se abordará quién más está presente (entrenadores, asistentes, otros deportistas).</p> <p>-Clima y condiciones: se registrará el clima, la temperatura y cualquier otra condición ambiental que pueda influir en la actividad.</p> <p><b>Práctica deportiva:</b></p> <p>-Tipo de actividad: se describirá en detalle los ejercicios o deportes que realizan las personas, incluyendo la intensidad y duración.</p> <p>-Adaptaciones: Observa qué adaptaciones se utilizan para facilitar la participación (sillas de ruedas adaptadas, ayudas técnicas, etc.).</p> <p>-Interacción social: se registrará cómo interactúan las personas con sus compañeros, entrenadores y otras personas presentes.</p> <p>-Lenguaje corporal: se observará la expresión facial, la postura y los gestos de las personas mientras realizan la actividad. Esto te puede dar pistas sobre cómo se sienten.</p> <p>-Dificultades y logros: se anotará cualquier dificultad que surja durante la actividad y cómo las personas la superan. También registra los logros y avances que observas.</p> <p><b>Aspectos emocionales y cognitivos:</b></p> <p>-Motivación: se observará qué motiva a las personas a practicar deporte y cómo se mantienen motivadas a lo largo de la sesión.</p> <p>-Emociones: se registrará las emociones que expresan las personas durante la actividad (alegría, frustración, concentración, etc.).</p>		

<b>Observación paralela:</b>		
<b>Conclusiones:</b>		

### Anexo 2. Matriz para el desarrollo del taller participativo

<b>Objetivo del proyecto que sustenta este taller participativo:</b> Crear un blog como un instrumento de oportunidades, conocimientos y servicios para los deportistas con discapacidad motriz de la ciudad.	
<b>Descripción de los participantes (8 a 10) que harán parte del grupo: (Qué características tienen para ser homogéneos):</b> Deportistas con discapacidad motriz del programa Deportes Sin Límites INDER Medellín.	
<b>Características generales</b>	
<b>Tiempo</b>	<b>Duración: 1 hora</b>
<b>Lugar:</b> Instalaciones de la Unidad Deportiva Atanacio Girardot	<b>Materiales:</b> Hojas de papel, marcadores, lápices, colores.
<b>Posibles obsequios:</b> Una suculenta	<b>Refrigerio:</b> -
<b>Relato:</b> Valentina Jaramillo y Natalia Quintero	<b>Grabación:</b> video momentos del taller
<b>Descripción de la labor previa de acercamiento a las personas que harán parte del taller participativo: cómo las abordó, qué conoce de ellas, como y de qué modo las invitará y quién será el moderador y el relator (suponerlo).</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Nos acercaremos al entrenador de un equipo de deportistas con discapacidad motriz, le hablaremos acerca del proyecto y lo que queremos hacer con el taller en un día de entrenamiento, posterior a ello, realizaremos una invitación a los deportistas por medio del entrenador para la programación y realización del taller.</li> <li>Conseguir los materiales e insumos para la ejecución del taller.</li> </ul>	
<b>Descripción de las actividades participativas del taller</b>	
<b>Fase</b>	<b>Actividades</b>
1 <b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nos presentaremos y hablaremos de nuestro propósito del encuentro con el taller a realiza, mencionando nuestro tema del proyecto de investigación y sus objetivos.</li> <li>En segundo lugar, se realizará una dinámica de presentación, esta consta de una mesa redonda con todos los integrantes del equipo, posterior a ello, cada uno se presentará con su nombre completo y</li> </ul>

		<p>responderá a la siguiente pregunta: ¿qué te hace feliz?, con el fin de romper el hielo y reconocer a cada persona.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguido de ello, se generará una interacción sobre el tema del deporte y la discapacidad motriz con los integrantes del equipo, mediante preguntas como:</li> </ul> <p>¿Qué los motiva realizar deporte o actividad física?  ¿Conocen algún tipo de sitio web que hable sobre deporte y discapacidad motriz? Si es así ¿Cuál conocen?</p>
2	<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proponer una actividad donde cada uno deberá plasmar en una hoja: cómo imaginan el diseño del blog RenaSer, el cual tratará sobre el deporte, discapacidad motriz y deportistas con esta condición física, conociendo sus necesidades, ideas de contenido y estructura del canal que se creará.</li> <li>• Resolveremos dudas acerca de la actividad para que ellos logren ejecutar el taller correctamente y se les brindará el material que deberán utilizar para realizar la actividad.</li> <li>• Ejecución del taller guiado con nuestro acompañamiento.</li> </ul>
3	<b>Conclusiones y tareas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Socializar la actividad. Para ello, todos los integrantes del equipo se ubicarán en mesa redonda y participarán mostrando sus propuestas, ideas y diseño del blog que les gustaría ver.</li> <li>• Para el cierre, se dará una conclusión con la información que se socializó durante el taller y las proyecciones de los participantes; además se les entregará un posible detalle que sería una suculenta con un mensaje relacionado a la resiliencia y crecimiento personal.</li> </ul>