

Juegos Paralímpicos: más que solo medallas

Durante los Juegos Olímpicos, París fue el epicentro del deporte y durante su realización la población mundial se empapó de la cultura deportiva. Tan solo semanas después los Juegos Paralímpicos iniciaron las competencias en 17 sedes repartidas en el centro de la capital francesa y Saint Dennis. Chile cuenta con una representación de 21 deportistas en 9 distintas disciplinas en estos juegos, sin embargo, se habla poco de ellos. Los medios de comunicación parecen olvidar que, en Tokio 2020, la comitiva paralímpica superó con creces en resultados a los deportistas olímpicos. No se trata de comparar, sino de visibilizar la importancia de este evento. Se trata de deportistas profesionales que configuran de manera diferente el significado de la discapacidad, encontrando en el deporte no solo una profesión, sino también un medio de rehabilitación.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en conjunto con el Comité Paralímpico Internacional (CPI), reconoce la estrecha relación entre el deporte adaptado y la salud. Ambos organismos han firmado acuerdos para promover la diversidad y la equidad a través de iniciativas mundiales que fomenten la salud y el deporte para todos, en todas partes. Entendiendo la discapacidad como un problema de salud pública mundial, aún más cuando su prevalencia es mayor en los países con ingresos más bajos y con un acceso aún menor a la atención de la salud.

En Chile, la Encuesta Nacional de Hábitos de Actividad Física y Deporte (2021) reveló que un alto porcentaje de la población es inactiva. Según los datos recopilados a través de un cuestionario dirigido a niños, niñas y adolescentes de entre 11 y 17 años, el 78,5% de los encuestados en este grupo etario no realiza suficiente actividad física. Esta tendencia también se observa en la población adulta, donde el 64,3% de los mayores de 18 años no cumple con el mínimo recomendado de actividad física tres veces por semana.

La situación es aún más preocupante para las



Germán Maldonado Sepúlveda
Académico Terapia Ocupacional UNAB
Especialista en deporte adaptado

personas con discapacidad. El tercer Estudio Nacional de la Discapacidad (ENDISC III, 2022) indicó que la gran mayoría no realizó ninguna actividad física en el mes anterior a la encuesta. Además, mostró que tienden a ser menos activas físicamente en comparación con aquellas sin discapacidad, independientemente de la frecuencia de actividad que se considere. Todos estos datos nos hacen replantear el énfasis de la promoción de la actividad física en nuestro país, debido a que la inactividad parece ser algo más bien cultural.

Cabe destacar que, además del beneficio en el bienestar físico, el deporte como ocupación beneficia desde lo emocional y lo social. Permite a personas en situación de discapacidad participar plenamente en actividades deportivas adaptadas a sus necesidades desarrollando un sentido de pertenencia adicional cuando estos deportes son colectivos.

Visibilizar y masificar los Juegos Paralímpicos es fundamental para el desarrollo del deporte adaptado en nuestro país. Permite enaltecer a aquellos deportistas que sirven de inspiración para niños, niñas, adolescentes y adultos en situación de discapacidad que desconocen la existencia de estas disciplinas deportivas adaptadas.

Desde la Terapia Ocupacional, buscamos promover e intencionar la participación social de las personas en situación de discapacidad, desde un enfoque de derechos humanos, desde donde se deben garantizar la existencia de espacios seguros e inclusivos donde todos puedan practicar deporte, que va mucho más allá de las medallas es la oportunidad de transformar vidas.