

LA ACTIVIDAD LÚDICA ADAPTADA EN PERSONAS CON DEFICIENCIA INTELLECTUAL MODERADA

Autores:

PhD. John Roberto Morales Fiallos

Email: jhonmorales72@hotmail.com

PhD. Manuel Antonio Cuji Sains

Email: anthonymacs@hotmail.com

PhD. Jorge Alberto Rassa Parra

Email: jorge15rassa@yahoo.com

Institución: Universidad Nacional de Chimborazo

RESUMEN

La actividad lúdica adaptada es una metodología válida porque posibilitó el trabajo acorde a las necesidades particulares de los beneficiarios que acuden al Centro de Desarrollo Humano en Cultura y Economía Solidaria del Cantón Penipe; el análisis descriptivo inicial realizado permitió conocer las limitaciones psicomotoras que afectan la adaptación, autonomía y socialización de los participantes al medio acuático, a partir de las cuales se aplicó un plan de intervención. El objetivo general fue aplicar actividades lúdicas adaptadas que beneficien la ambientación al medio acuático y consecuentemente la motricidad. La población lo constituyen 23 beneficiarios a quienes se les aplicó la técnica de la observación a través de una ficha de evaluación con tres indicadores: adaptación al medio acuático, autonomía y socialización. La metodología señala un estudio transversal, descriptivo, correlacional y explicativo. Los resultados iniciales obtenidos arrojan niveles de insuficiente en la diferenciación entre el medio acuático y terrestre, poco seguimiento de normas básicas de higiene en la piscina, desconocimiento de las ventajas del medio acuático, insuficiente independencia en juegos acuáticos, escasa socialización para la participación en las actividades adaptadas y, escaso seguimiento a consignas; lo cual afecta no solo su nivel motriz sino también a nivel socio afectivo. El análisis estadístico realizado demuestra que incrementó de forma significativa ($p < 0,05$) la adaptación, autonomía y socialización al medio acuático, lo que concluye que las actividades lúdicas adaptadas a través del juego acuático influye positivamente en personas con deficiencia intelectual moderada.

INTRODUCCIÓN

La actividad lúdica adaptada en los beneficiarios del Centro de Desarrollo Humano en Cultura y Economía Solidaria (CEBYCAM-CES) del Cantón Penipe con deficiencia intelectual moderada es fundamental para un adecuado desenvolvimiento físico a fin de mejorar sus aptitudes motrices que beneficien la orientación espacial, postura corporal, equilibrio estático, coordinación motora así como disminuir el grado de ansiedad, estrés, depresión, elevar el autoestima, favorecer la integración social y las relaciones interpersonales muy afectadas por su condición de aislamiento y sedentarismo que afecta su calidad de vida.

Para proponer actividades lúdicas adaptadas en personas con deficiencia intelectual moderada es necesario que éstas se adecúen a las necesidades de los participantes, por lo que es necesario profundizar en el análisis de las características de las actividades que se desee modificar; si bien es cierto, el juego es un instrumento válido, no es una solución pedagógica (Cagigal, 2012, p. 55) razón por la cual, es necesario una revisión minuciosa del quehacer pedagógico más allá de las posibilidades de diversión; se trata de proponer a los integrantes tareas que favorezcan el funcionamiento de todo su potencial corporal, cognitivo, social y afectivo.

Objetivo: Aplicar actividades lúdicas adaptadas que beneficien la ambientación al medio acuático y consecuentemente la motricidad de las personas con discapacidad intelectual moderada del Centro de Desarrollo Humano en Cultura y Economía solidaria (CEBYCAM-CES) del Cantón Penipe acorde a sus necesidades particulares.

DESARROLLO

Para efectos del presente trabajo, las actividades lúdicas se adaptaron al medio acuático, para aprovechar las posibilidades que ofrece el agua en función de lo que es capaz de hacer el individuo ante sus grandes limitaciones físicas; cuatro son los factores básicos en los cuales se fundamenta este accionar.

Familiarización: proporciona mayor seguridad al participante en el medio acuático, disminuye el temor al agua, la rigidez muscular propias del individuo más aún si tiene algún grado de discapacidad. Según Da Cuña & González (2015) es necesario una enseñanza personalizada con el apoyo de materiales didácticos acorde a las necesidades educativas especiales, utilizando el juego como una estrategia que brinde una sensación de confianza hacia el profesor con el propósito de evitar en lo posible experiencias desagradables que detengan el aprendizaje.

Respiración: es un aspecto fundamental para el trabajo acuático y de la cual depende el disfrute de las actividades adaptadas. De acuerdo con Ariel (2009) permite un mejor acondicionamiento de la respiración mecánica al medio acuático, de forma lenta,

progresiva pero correcta; siempre tomando en cuenta que en las personas con deficiencia intelectual moderada, esta técnica es muy compleja, porque los músculos respiratorios están afectados y se les dificulta la respiración mixta buco-nasal y buco – bucal.

Flotación: la flotación en el medio acuático conlleva a una sensación de ingravidez e implica un control del esquema corporal en todas las posiciones anatómicas, tarea muy compleja porque guarda relación con la fase de la respiración; en esta fase existe la posibilidad del uso de ayudas técnicas de flotación en función de la edad, sexo y características antropométricas.

Propulsión: es el desplazamiento del individuo por el medio acuático, dependiendo de la posición corporal, requiere mayor medida la participación de los miembros superiores e inferiores. De acuerdo con Gómez (2013) el aprendizaje de este factor se basa en el descubrimiento guiado para que el participante tome conciencia de la posición de su cuerpo en el agua y la relación de sus extremidades con respecto al cuerpo.

Previo a la concreción de las actividades lúdicas adaptadas utilizadas en personas con deficiencia intelectual moderada, es menester contextualizar primero qué es discapacidad y deficiencia intelectual moderada; según la OMS (2017) discapacidad es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales. Consecuentemente, la discapacidad es un fenómeno complejo que refleja una interacción entre las características del organismo humano y las características de la sociedad en la que vive.

La situación de las personas con discapacidad y específicamente con deficiencia intelectual moderada ha mejorado en los últimos años en el Ecuador, debido a la política pública enfocada a la visibilización de las personas con capacidades diferentes, a la inclusión educativa en todos sus niveles, áreas y muy especialmente al compromiso y trabajo de los docentes, en este caso de la Universidad Nacional de Chimborazo que comprometida con el bienestar humano, se encuentra trabajando en proyectos de vinculación e investigación para atender a grupos vulnerables e insertarles como entes activos y productivos de la sociedad.

La deficiencia intelectual moderada es una afección determinada por un funcionamiento intelectual por debajo del promedio (coeficiente intelectual de aproximadamente 55 o menos) y una carencia de las destrezas necesarias para la vida diaria; razón por la cual, su conducta no alcanza el nivel de independencia personal acorde con su edad y cultura.

De acuerdo con el Departmente of Aging and Disability Services (2016) alrededor del 3% de la población total, tiene discapacidad intelectual.

El modelo de desarrollo motor de un niño con discapacidad intelectual es el mismo que en el niño normal, pero con un ritmo mucho más lento; el ritmo siempre depende del grado de discapacidad. De acuerdo con Merino (2010) existe un estrecho paralelismo entre las funciones motrices, del movimiento y de la acción, y el desarrollo de las funciones psíquicas, por lo que dependiendo del grado de discapacidad existirán ciertas características y consecuencias motoras que las diferenciarán unas de otras.

En la discapacidad intelectual moderada se encuentran las siguientes características motoras:

- Retraso psicomotor evidenciado en una lenta coordinación y deficiente equilibrio.
- Dificultades relacionadas con la ejecución del acto motor.
- Su marcha parece pesada e irregular, se fatigan con rapidez.
- Son muy flexibles, por lo que se recomienda aprovechar esta capacidad.
- Su campo perceptivo y sensitivo está limitado.

No es lo mismo discapacidad intelectual y enfermedad mental a pesar de que pueden presentarse en la misma persona. La discapacidad intelectual se presenta antes del nacimiento hasta los 18 años de edad que dificultan el desarrollo de la persona, es un estado permanente; tiene cuatro escalas: leve que requiere mínima ayuda en su vida diaria; moderada necesita más capacitación y apoyo; grave generalmente necesitan mayor ayuda y la profunda mucha atención física básica y supervisión para vivir. Por su parte, la enfermedad mental puede presentarse a cualquier edad y a menudo es temporal y tratable.

Según Fernández (2013) a nivel motriz presenta ligeros déficits sensoriales y/o motores tales como: dificultad en el aprendizaje de los movimientos finos, en el reconocimiento de las partes del cuerpo, en los movimientos gestuales e imitatorios, rítmicas, balanceos, estereotipias y de las contracciones musculares involuntarias. Las personas con deficiencia intelectual moderada tienen un esquema corporal no tan estructurado e integrado acorde a su edad, lo que provoca déficits en la relación sujeto-entorno que puede provocar problemas en:

- a) la percepción.- deficiente estructuración espacio-temporal.
- b) la motricidad.- torpeza motriz en general, deficiente coordinación de movimientos e incorrecta postura.
- c) relaciones sociales.- el esquema corporal permite identificar el propio ser para adecuarlo a las relaciones con los objetos y el entorno. En caso de inseguridad en un medio de movimiento, es posible que se origine perturbaciones afectivas

De acuerdo con Powell-Hamilton (2013) las causas de la deficiencia intelectual pueden ser varias: son genéticas, cuando es causada por genes anormales heredados de los padres, al surgir errores al combinarse; enfermedades metabólicas que constituyen problemas de degradación o eliminación de algunas sustancias químicas del cuerpo; durante el embarazo cuando el bebé no se desarrolla apropiadamente dentro del útero, dando lugar a malformaciones encefálicas y craneales; las infecciones aumentan el riesgo de dar a luz un bebé con discapacidad intelectual; consumo de alcohol, drogas y lesiones en el cerebro.

Metodología

El presente estudio es transversal, descriptivo, correlacional y exploratorio; se utilizaron métodos de investigación inductivo – deductivo. La técnica de investigación es la observación aplicada a los 23 beneficiarios, comprendidos entre los 8 a 15 años, de sexo masculino y femenino.

La técnica para la recolección de datos utilizada fue la observación a través de Fichas de Observación, con 11 indicadores de evaluación, que permitió conocer las limitaciones motrices que afectan la calidad de vida de los participantes, a partir de las cuales se planificó actividades lúdicas adaptadas en el medio acuático para mejorar la motricidad de los participantes.

El material didáctico utilizado para la ejecución de las actividades físicas acuáticas fue provisto por la UNACH y consistió en: tablas, flotadores tipo cilíndrico, tipo tapete; chalecos, cinturones flotadores con seguridad, aros sumergibles, balones medicinales, balones terapéuticos, gorros, gafas, ternos de bajo y una mochila con sus respectivos materiales de aseo personal (toalla, sandalias, jabón y shampoo) para cada uno de los participantes.

Las sesiones de trabajo se realizaron los días Martes y Viernes en horario de 08H00 a 12H00. Las clases fueron impartidas por los estudiantes de octavo semestre de la Escuela de Cultura Física de la UNACH y supervisadas por el PhD. John Morales, bajo una metodología acuática comprensiva.

Resultados

La ficha de observación consta de 3 indicadores: adaptación al medio acuático, autonomía y socialización.

Tabla 1
Actividades lúdicas adaptadas

	Actividades lúdicas		
	\bar{X}	s	N
Pre actividades lúdicas	1,19	0,18	23

Post actividades lúdicas	2,98	0,15	23
T pareada p<0,05			

Fuente: Ficha Observación beneficiarios CEBYCAM-CES

La tabla 1 muestra los resultados del análisis descriptivo del promedio de adaptación a las actividades lúdicas adaptadas de los beneficiarios CEBYCAM-CES previo y posterior al programa de intervención implementado. Tomando en cuenta la puntuación de 1= insuficiente, 2= poco, 3 medianamente suficiente y 4= suficiente; los valores obtenidos son: $1,19 \pm 0,18$ y $2,98 \pm 0,15$ correspondientemente.

La comparación de los promedios de adaptación a las actividades lúdicas acuáticas, se efectuó mediante la prueba T pareada, que muestra una diferencia significancia ($p < 0,05$) en un momento posterior a la implementación del programa de intervención.

Tabla 2
Ambientación medio acuático

	Ambientación medio acuático		
	\bar{X}	s	N
Pre actividades	1,25	0,27	23
Post actividades	2,91	0,25	23
T student $p > 0,05$			
Tpareada $p < 0,05$			

Fuente: Ficha Observación beneficiarios CEBYCAM-CES

En la tabla 2 se realiza un análisis descriptivo de los resultados obtenidos de la ficha de observación aplicada a los beneficiarios CEBYCAM-CES para conocer el nivel de ambientación al medio acuático previo y posterior al programa de intervención implementado, se observa una media de $1,25 \pm 0,27$ previo y aumenta a $2,91 \pm 0,25$ posterior.

Los datos del análisis inferencial a través de la comparación de medias se realizaron mediante la aplicación de la prueba T student obteniendo un valor de $t > 0,05$ indicando la ambientación al medio acuático si difiere en relación a un momento antes y después del programa de intervención.

El análisis estadístico se realizó mediante la prueba Tpareada, muestra un valor de $p < 0,05$ que indica que si existe diferencia significativa.

Tabla 3
Autonomía en medio acuático

Autonomía

	\bar{x}	s	N
Pre actividades	1,16	0,3	23
Post actividades	3,02	0,27	23
T student $p > 0,05$			
Tpareada $p < 0,05$			

Fuente: Ficha Observación beneficiarios CEBYCAM-CES

En la tabla 3 se realiza un análisis descriptivo para conocer el nivel de autonomía al medio acuático previo y posterior al programa de intervención implementado, se observa una media de $1,16 \pm 0,3$ previo y aumenta a $3,02 \pm 0,27$ posterior.

Los datos del análisis inferencial a través de la comparación de medias se realizó mediante la aplicación de la prueba T student obteniendo un valor de $t > 0,05$ indicando que la autonomía al medio acuático si difiere en relación a un momento antes y después del programa de intervención. El análisis estadístico se realizó mediante la prueba Tpareada, muestra un valor de $p < 0,05$ que indica que si existe diferencia significativa.

Tabla 4: Socialización

	Socialización		
	\bar{x}	s	N
Pre actividades	1,25	0,3	23
Post actividades	3,26	0,61	23
T student $p > 0,05$			
Tpareada $p < 0,05$			

Fuente: Ficha Observación beneficiarios CEBYCAM-CES

En la tabla 4 se realiza un análisis descriptivo para conocer el nivel de socialización al medio acuático previo y posterior al programa de intervención implementado, se observa una media de $1,25 \pm 0,3$ previo y aumenta a $3,26 \pm 0,61$ posterior.

Los datos del análisis inferencial a través de la comparación de medias se realizaron mediante la aplicación de la prueba Tstudent obteniendo un valor de $t > 0,05$ indicando que la socialización con el medio acuático si difiere en relación a un momento antes y después del programa de intervención lúdica adaptada. El análisis estadístico se realizó mediante la prueba Tpareada, muestra un valor de $p < 0,05$ que indica que si existe diferencia significativa.

Todos estos juegos acuáticos permitieron: vencer el miedo al agua, relajamiento muscular, mejorar la coordinación motriz, aprendizaje respiratorio adecuado, fortalecimiento cardio respiratorio, sensación de seguridad y confianza e integración social.

CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos mediante el análisis estadístico de las variables se puede concluir que plan de intervención de actividades lúdicas aplicado a los beneficiarios del CEBYCAM-CES permitieron una mejor ambientación, autonomía y socialización al medio acuático, además se observó un mayor comportamiento adaptativo utilizando para ello, el juego acuático adaptado y dinámico como técnica básica acorde a las necesidades particulares de los beneficiarios del proyecto para ayudarlos a alcanzar crecientes niveles de independencia motriz y de inclusión en situaciones sociales motoras.

BIBLIOGRAFÍA

- Ariel, H. (2009). *La actividad acuática para personas con discapacidad intelectual*. Universidad Autónoma de Madrid.
- Cagigal, J. (2012). *El cuerpo y el deporte en la sociedad moderna*. ISSN 1133-0546. España: Biodecanto.
- Da Cuña, I., & González, Y. (2015). Actividades en medio acuático para personas con discapacidad. *Congreso Internacional del Agua. Termalismo y Calidad de Vida. Campus da Auga.*, 3.
- Departmente of Aging and Disability Services. (2016). *¿Qué es una discapacidad intelectual?* Obtenido de https://www.dads.state.tx.us/news_info/publications/brochures/espanol/intellectualdisabilitybrochure-es.html
- Fernández, C. (2013). *La discapacidad intelectual en la sociedad. Percepción e integración social*. Obtenido de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/53928/1/Clara_Fernandez_Gabalon.pdf
- Gómez, S. (2013). *Diseño de un programa de actividades acuáticas para alumnos de educación primaria con diferentes discapacidades*. Obtenido de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/2599/1/TFG-B.131.pdf>
- Merino, C. (2010). *Educación Física en alumnos con necesidades educativas especiales*. Obtenido de <https://carolaini.files.wordpress.com/2010/02/retraso-mental-r-m.doc>
- OMS. (2017). *Discapacidades*. Obtenido de <http://www.who.int/topics/disabilities/es/>
- Powell-Hamilton, N. (2013). *Todo sobre la genética*. Obtenido de <http://m.kidshealth.org/es/parents/about-genetics-esp.html>
- Villagra, H. (2009). *Actividad acuática para personas con discapacidad intelectual*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.

ANEXOS

Ambientación medio acuático



Control de respiración básica



Flotación elemental



