

Pamplona, Diciembre 9 de 2019

**Señor(a)**

**Elsy Julieth Vaca Montañez**

**Coordinadora Comité de Trabajos de Grado**

ASUNTO: Entrega Proyecto Final.

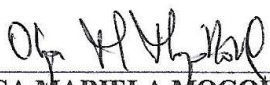
Apreciada Ps. Esp. Elsy Julieth Vaca Montañez

Respetuoso Saludo

Por medio de la presente, me permito informar al Comité de trabajo de grado que el proyecto titulado “Resiliencia en Deportistas Paralímpicos de Baloncesto en Silla de Ruedas: Estudio de Caso.”, de las estudiantes Angie Daniela Bachiller Guevara Con C.C 1.094.281.113 Maryelis Euclimar Vargas Castro Con C.C 1.193.546.907, cuenta con mi aval para presentar la investigación.

Agradezco la atención prestada a la presente.

Atentamente.

  
**OLGA MARIELA MOGOLLÓN CANAL**  
Directora de Tesis  
Departamento de Psicología -- Facultad de Salud  
Correo electrónico: [olgamariela@unipamplona.edu.co](mailto:olgamariela@unipamplona.edu.co)

Universidad de Pamplona  
Facultad de Salud  
Departamento de Psicología  
Trabajo de Grado



Resiliencia en Deportistas Paralímpicos de Baloncesto en Silla de Ruedas: Estudio de Caso

Angie Daniela Bachiller Guevara

1.094.281.113

Maryelis Euclimar Vargas Castro

1.193.546.907

Pamplona, Colombia

2019

Universidad de Pamplona  
Facultad de Salud  
Departamento de Psicología  
Trabajo de Grado



Resiliencia en Deportistas Paralímpicos de Baloncesto en Silla de Ruedas: Estudio de Caso

Angie Daniela Bachiller Guevara

1.094.281.113

Maryelis Euclimar Vargas Castro

1.193.546.907

Directora

Ph. D Olga Mariela Mogollón Canal

60.254.479

Pamplona, Colombia

2019

**Tabla de Contenido**

Resumen	10
Abstract	11
Introducción	12
Problema De Investigación	14
Planteamiento del problema	14
Descripción del problema	15
Formulación del problema	16
Objetivos	17
Objetivo General.	17
Objetivos Específicos.	17
Justificación	18
Estado Del Arte	20
Investigaciones Internacionales	20
Investigaciones Nacionales.	22
Investigaciones locales.	24
Marco Teórico	25
Capitulo I. Psicología del Deporte de Alto Rendimiento	25
Funciones del psicólogo deportista.	26
Bienestar Psicológico en el Deportista.	27
Factores psicosociales que intervienen en el deportista.	28
La activación o arousal.	28
Motivación.	29
Confianza.	29

Estrés y ansiedad.	30
Teorías Psicológicas del Deporte.	30
La motivación de logro en el ejercicio físico y el deporte	30
Teoría de la ansiedad de prueba en el ejercicio físico y deporte.	31
Teoría de la autoeficacia en el ejercicio físico y el deporte	32
Capítulo II. Resiliencia y Adaptación	33
Resiliencia	34
Pilares de la resiliencia	34
Introspección.	35
Independencia.	35
Capacidad de Relacionarse.	36
Iniciativa.	36
Humor.	36
Creatividad.	37
Moralidad.	37
Autoestima.	37
Espiritualidad.	38
Adaptación a un nuevo estilo de vida.	38
Diversidad Funcional	39
El modelo de la prescindencia o de no participación.	39
El modelo médico-rehabilitador.	39
El modelo bio-psico-social.	40
El modelo de diversidad.	41
Resiliencia en Deportistas y Adaptación	41
Capítulo III. Deporte Paralímpico	45

Clasificación del Deporte Paralímpico a Nivel Histórico	45
Estructura del Deporte Paralímpico en Colombia	47
Procesos legales a Nivel Nacional	47
Deportes en agrupación a la discapacidad	48
Federación de deporte y recreación para paralíticos cerebrales CPISRA	48
Federación de deportes para ciegos IBSA	48
Federación de deportes para disminuidos intelectuales	48
Federación Internacional de deporte en silla de ruedas	49
Categoría del deporte paralímpicos	49
Atletismo	49
Baloncesto en Silla de Ruedas	49
Clasificaciones médicas o funcionales del baloncesto en silla de ruedas.	50
Boccia	51
Ciclismo	52
Marco Contextual	54
Marco Legal	55
Ley 1090 del 2006	55
Artículo 3o. del ejercicio profesional del psicólogo.	55
Artículo 4o. Campo de acción del psicólogo.	56
Artículo 5o. Límites de Competencia.	56
Ley 1946 – 4 de enero del 2019	56
Artículo 1°. Objeto.	57
Artículo 2°. Definiciones. Para efectos de la presente ley, se definen los siguientes conceptos:	57
Artículo 5°. Funciones del Comité Paralímpico Colombiano.	57

Metodología	60
Tipo de investigación	60
Diseño y Alcance de Investigación	60
Población	61
Muestra	61
Categorías	62
Proyecto de Vida.	62
Resiliencia.	62
Adaptación.	62
Aceptación a la realidad.	63
Técnicas de recolección de información.	63
Entrevista Semi-estructurada.	63
Técnica tres: entrevista semi-estructurada a técnico.	64
Validez y confiabilidad	65
Triangulación Poblacional	65
Juicio de Expertos	65
Consentimiento Informado	65
Presentación de Resultados	67
Discusión y Análisis de Resultados	151
Conclusiones	158
Recomendaciones	162
Referencias Bibliograficas	164
Anexos	170

## Lista de Tablas

Tabla 1 - Entrevista Semiestructurada a Deportistas	68
Tabla 2-Entrevista Semiestructurada a Familiares.	102
Tabla 3 - Entrevista Semiestructurada a Técnico	141



## Lista de Apéndices

Apéndice A-Entrevista Semiestructurada a Familiares	170
Apéndice B- Entrevista Semi-Estructurada a Deportistas	175
Apéndice C-Entrevista Semi-Estructurada a Técnico	179
Apéndice D- Consentimiento Informado	182
Apéndice E- Validación por Expertos de la Técnica	183
Apéndice F-Cartilla	186
Apéndice G-Evidencias Fotográficas	187

## Resumen

La presente investigación tiene es de tipo Cualitativo con un diseño narrativo y de alcance descriptivo exploratorio; tiene como objetivo Explorar el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos de la liga de baloncesto de Yopal Casanare, a través de una triangulación poblacional, que permita evidenciar de este, su proceso de adaptación con miras al diseño de estrategias de intervenciones psicológicas para su beneficio personal, familiar y social a futuro, con el fin de darle cumplimiento al objetivo planteado, se llevó a cabo con una muestra de 11 participantes incluidos: 5 deportistas, 5 familiares (de los mismos) y el técnico de la liga deportiva; a los cuales se les aplico una entrevista semi estructurada diseñada para cada grupo de población, donde constaba de cuatro categoría: Resiliencia, Proyecto de Vida, Adaptación y Aceptación de la realidad.

En ese mismo sentido se logra evidenciar que los deportivas han desarrollado el proceso de resiliencia debido las diversas situaciones de riesgo, se halló que el proceso de adaptación y aceptación a la realidad de los deportistas es evidente y que debido a el apoyo familiar y psicológico que han recibido, se ha podido lograr una adaptación frente a la situación de vida, además a esto se muestra que la familia en situaciones adversas sirve como fuente de apoyo, adicional a esto, surgió una categoría emergente debido a las adiciones al consumo de licor que algunos participantes utilizan como medio distractor.

**Palabras Clave:** Resiliencia, adaptación, deporte de alto rendimiento, redes de apoyo, familiares, situación.

## **Abstract**

The present research has a qualitative type with a narrative design and exploratory descriptive scope; It aims to explore the process of resilience of Paralympic athletes of the Yopal Casanare basketball league, through a population triangulation, which allows evidence of this adaptation process with a view to the design of psychological intervention strategies for their benefit personal, family and social in the future, in order to fulfill the objective, it was carried out with a sample of 11 participants including: 5 athletes, 5 family members (of them) and the coach of the sports league; to which a semi-structured interview designed for each population group was applied, where it consisted of four categories: Resilience, Life Project, Adaptation and Acceptance of reality.

In that same sense it is possible to show that sports have developed the resilience process due to the different irrigation situations, it was found that the process of adaptation and acceptance to the reality of athletes is evident and that due to family and psychological support that they have received, it has been possible to achieve an adaptation to the situation of life, in addition to this it is shown that the family in adverse situations serves as a source of support, in addition to this, an emerging category emerged due to the additions to the consumption of liquor that Some participants use as a distracting medium.

**Keywords:** Resilience, adaptation, high performance sport, support networks, family, situation

## Introducción

La presente investigación tiene como punto de partida, el proceso de adaptación de resiliencia en un equipo de la liga Casanare, deportistas paralímpicos de baloncesto en silla de ruedas ubicados en la Ciudad de Yopal Departamento del Casanare, la cual tiene como objetivo explorar el proceso de resiliencia, por medio de un estudio de caso con el fin de evidenciar su proceso de adaptación con miras al diseño de estrategias de intervención psicológicas para su beneficio personal, familiar y social a futuro y poder brindar información necesaria para quien sea de utilidad, es de interés académico para el ámbito profesional realizar un posible abordaje. Por otro lado, la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006), afirma que la discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás. (pág. 1).

Del mismo modo, Kumpfer (1998) citado por Becoña (2006), suscita que aquellos que han descrito y elaborado el concepto de resiliencia han encontrado que la habilidad para exitosamente afrontar el estrés y los eventos adversos proceden de la interacción de diversos elementos del ser humano: el temperamento biológico y las características internas, especialmente la inteligencia; el temperamento del sujeto y el locus de control interno o dominio; la familia y el ambiente de la comunidad en la que se vive, especialmente en relación con la crianza de esta persona y las cualidades de apoyo que están presentes; y, el número, intensidad y duración de circunstancias estresantes o adversas por las que ha pasado en niño, especialmente a temprana edad (pág.126).

La presente investigación es de tipo cualitativa, la cual utiliza la recolección de información con la técnica entrevista semiestructurada con el fin de realizar triangulación poblacional, para esta investigación se contó con once participantes; cinco deportistas, cinco familiares de los deportistas y técnico del equipo. La cual permite el análisis de comportamientos naturales, discursos, respuestas abiertas para la posterior interpretación de significados, con el fin de estudiar una realidad en su contexto natural. (Hernández, R., Fernandez, C., & Baptista, M., 2014). Cabe

resaltar que, en la investigación cualitativa las variables se describen en un contexto determinado, esta investigación busca demostrar de forma objetiva la relación que existe entre la práctica deportiva y el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos del equipo de baloncesto en silla de ruedas de la ciudad de Yopal/Casanare por medio de un estudio de caso con triangulación poblacional. Por último, la investigación cuenta con un diseño narrativo y alcance descriptivo-exploratorio.

También es necesario señalar que la viabilidad de la investigación se basa ser objetivos con la población interactuando y recopilando información de forma objetiva a la hora de abordarlos, para de esta manera generar en ellos confianza al momento de recoger la información, y sus respuestas sean confiables y así abordar de la mejor manera el fenómeno que se desea investigar.

## Problema De Investigación

### Planteamiento del problema

Desde la psicología deportiva es de gran importancia abordar temas como la resiliencia en deportista paralímpicos de baloncesto en sillas de ruedas, el deporte paralímpico es una rama relativamente nueva en el ámbito de la psicología, de esta manera podemos definir a la Psicología de la Actividad Física y el Deporte como “un área de la Psicología General que da explicaciones sobre los procesos psicológicos particulares que caracterizan la actividad deportiva, la interacción del hombre en situación, sus motivaciones y consecuencias”, Ferrés, (1995,citado por Gómez, 2015).

Para el psiquiatra Dramisino (2007 citado por Durán y Morales 2015) considera que “Desde el punto de vista psicológico, es evidente que la actividad física fortalece la autoestima, particularmente a través de la auto superación, el aprendizaje a superar mediante el entrenamiento deportivo, la vinculación con el otro, el control de la impulsividad e incluso el mejoramiento de las funciones cognitivas. Pero también, en muchos casos, resulta una herramienta sumamente eficaz para apaciguar ansiedades perturbadoras, para repeler aislamientos impenetrables y para transformar una vida tediosa en una existencia apasionada. (p. 23)” Por consiguiente la finalidad de esta investigación es generar estrategias psicológicas adecuadas para que se potencialice el proceso de resiliencia en ellos. Esta investigación trabajará la resiliencia en el deporte paralímpico de la ciudad de Yopal ubicado en el departamento del Casanare, cuenta con 146.200 habitantes según último registro tomado en 2017, este municipio cuenta con una gran variedad de ligas deportivas, para efectos de presente estudio nos enfocamos en la liga de baloncesto en silla de ruedas.

Es por lo anterior que para la siguiente investigación es de tipo cualitativo, el autor menciona que la investigación cualitativa utiliza un enfoque naturalista que busca comprender, describir e interpretar los fenómenos en contextos específicos, es decir estudiar el proceso de resiliencia que

mantienen los deportistas paralímpicos en silla de ruedas del equipo de baloncesto. Esta investigación cuenta con un alcance descriptivo y exploratorio, donde de acuerdo a (Hernández, Fernández y Baptista, 2017), los estudios descriptivos, buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis; y los estudios exploratorios se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes Hernández, Fernández y Baptista, (2017) De igual forma se aborda un diseño de investigación transversal, donde se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Lo cual se cree pertinente partir desde estos alcances y este diseño de investigación, para así darle mayor viabilidad a este proyecto investigativo.

### **Descripción del problema**

El deporte paralímpico es poco dado a conocer a la sociedad y de cierta manera es ignorado por la misma, ya que es visto como un deporte desconocido, poco nombrado y visto, de esta forma la modalidad del baloncesto en silla de ruedas es poco usual, resaltando que es para personas para discapacidad física que por algún motivo tuvieron que enfrentar ciertas experiencias en su vida que afectaron de manera positiva y negativa, viendo la práctica de este deporte como una manera de demostrarse a sí mismos y a la sociedad que pueden superar los obstáculos y salir adelante, estas situaciones que han sido enfrentadas positivamente como la práctica del deporte la cual se conoce como un proceso de resiliencia a la que los deportistas se enfrentan antes y durante su nueva etapa de vida.

Por lo anterior, el proceso de resiliencia en los deportistas paralímpicos del equipo de baloncesto en silla de ruedas es el fenómeno de investigación por el cual se pretende estudiar y analizar, no solo afecta a los deportista sino también en sus familiares y círculo social a nivel psicológico, económico y físico, generando en estos también un proceso de adaptación a la situación que se enfrentan en donde se deben adaptar por medio de unos nuevos procesos, a las estrategias que para cada individuo sea el caso, y dichas personas mantengan el proceso de resiliencia y bienestar

psicológico, que se necesita para la práctica de este deporte, creando estrategias de motivación para que se quiera y se llegue a ser un deportista de alto rendimiento, logando en ellos satisfacción personal, aceptación y adaptación de la realidad.

Ya con estas apreciaciones, es como se da un breve fundamento del porqué llevar a cabo está investigación, debido a que son temas en los cuales, para la psicología, y como investigadoras son relevantes, resaltando que son parte de una realidad en la cual se está inmerso, es por esto que a través del equipo de baloncesto en silla de ruedas se pretende analizar el proceso de resiliencia.

### **Formulación del problema**

¿Cómo es el proceso de resiliencia en los deportistas paralímpicos del equipo de baloncesto en silla de ruedas de la ciudad de Yopal/Casanare y como ésta se relaciona con la práctica del deporte?



## **Objetivos**

### **Objetivo General.**

Explorar el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos de la liga de baloncesto de Casanare, a través de una triangulación poblacional, que permita evidenciar su proceso de adaptación con miras al diseño de estrategias de intervenciones psicológicas para su beneficio personal, familiar y social a futuro.

### **Objetivos Específicos.**

Describir la adaptación psicosocial frente a situaciones personales, familiares y sociales en consecuencia a la aceptación de la realidad, de los deportistas paralímpicos de baloncesto de la ciudad de Yopal/Casanare.

Examinar por medio de una entrevista semiestructurada el proceso de resiliencia y proyecto de vida, de los deportistas paralímpicos del equipo de baloncesto de la ciudad de Yopal/Casanare.

Diseñar estrategias que contribuyan al fortalecimiento de la resiliencia a futuro de los deportistas del equipo de baloncesto.

## Justificación

Según Cabanyes (2010) el concepto de resiliencia lo concreta como el conjunto de cualidades personales que configuran la habilidad del ser humano para superar situaciones adversas y estresantes; asociando A esta definición, un crecimiento positivo en el individuo como resultado y una consecución de sus desafíos; por otro lado, refiere que esta abre un abanico de posibilidades, en tanto enfatiza las fortalezas y aspectos positivos, presentes en los seres humanos. Más que centrarse en los factores que mantienen las condiciones de alto riesgo para la salud física, mental de las personas, se preocupa por observar aquellas condiciones que posibilitan un desarrollo sano y positivo Kotliarenco (1997 Serrano 2012 mencionado por Chacón, Castro, Garcés, Zurita, 2016).

Como se puede observar la resiliencia es un factor importante en la formación del ser humano, pero en esta ocasión se va a realizar un enfoque en deportistas paralímpicos ya que se quiere, explorar este proceso, con el fin de evidenciar su adaptación y afrontamiento a las diferentes situaciones; considerando la opción de poder ayudar a la población, debido a que posiblemente para algunos no puede llegar a ser tan fácil manejar situaciones estresantes o donde exista la necesidad de una capacidad de afrontamiento, se quiere indagar y conocer porqué algunas situaciones resultan más adaptativas para unos que para otros y que quizás no todas las situaciones generan las mismas reacciones en las personas.

Para conocer cada una de las necesidades propuestas en esta investigación, se considera realizarlo por medio de un estudio de caso, se estructura una formulación de entrevista semi-estructurada para tener mayor claridad sobre lo que para ellos signifique resiliencia y poder realizar un abordaje amplio de necesidades. Así mismo se considera relevante realizar este abordaje no solo a nivel personal sino también a nivel social, considerando que es fundamental ser resiliente, pero contar con población resiliente es grato para una sociedad donde se aparenta a afrontar y conocer las diferencias individuales, en la actualidad la sociedad está basada por muchos estatus y prejuicios que hay que saber conllevar.

Para la psicología es innovador conocer la resiliencia de los deportistas paralímpicos dentro de nuestro contexto nacional, y poder así diseñar estrategias que le sirvan de apoyo a esta población para un futuro y si es el caso, evidenciado cuales fueron sus cambios en vida social y personal para como psicólogos aportar estudios a este tipo de población que por diferentes razones se encuentran en situaciones de adversidad, donde tener herramientas de afrontamiento y un pensamiento positivo e innovador y fundamental, poder obtener por sus cualidades estrategias que por consiguiente les permita abordar su proyecto de vida sin mayor dificultad, logrando una sociedad resilientes donde la ayuda sea en equipo.

Por otra parte, es de gran ayuda para los psicólogos y estudiantes en formación de la universidad de Pamplona y los próximos a desarrollar su vida profesional, que se aborden este tipo de problemáticas para una intervención más apta, teniendo en cuenta que en cualquier área de la psicología en la que nos desempeñemos vamos a interactuar con este tipo de población y sus diferentes procesos de resiliencia y adaptación. Por consiguiente, hay que admitir que este proyecto investigativo además de revisar teorías sobre este fenómeno, también nos ayuda a generar intervenciones psicológicas a futuro ante poblaciones que presentan dicha problemática, adicional a esto se puede generar un canal para otros investigadores a futuro.

## Estado Del Arte

### Investigaciones Internacionales

Salud mental positiva en personas adultas con discapacidad física que practican deporte en Cuenca. Karla Elizabeth Chamba Landy. Tesis doctoral. Universidad de Cuenca. 2018. Cuenca.

La presente investigación se desarrolló en la Ciudad de Cuenca, Ecuador por Landy, (2018) deporte que genera muchos beneficios en las personas que poseen discapacidad; sin embargo, en Ecuador estos estudios son escasos, por ello el objetivo general de la investigación fue describir la salud mental positiva en personas adultas con discapacidad física, que practican deporte regularmente. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, un diseño no experimental y un alcance descriptivo, en el cual participaron 30 individuos que poseían el carnet de discapacidad y realizan deporte en la ciudad de Cuenca, en lugares como: Federación Deportiva del Azuay, Olimpiadas Especiales del Azuay, Club deportivo paralímpico para personas con discapacidad física “Discapacitados del Azuay”, clubes de amigos y algunos gimnasios. Se utilizaron dos instrumentos, la ficha sociodemográfica y la *escala* Mental Health Continuum –Short Form (MHC-SF) de Keyes, en la adaptación ecuatoriana realizada por Peña et al. (2017), que presenta un alfa de Cron Bach de 0.91. La recolección de datos se desarrolló en el periodo marzo-mayo de 2018. Los resultados evidencian que los participantes presentan índices elevados en bienestar emocional, bienestar psicológico y bienestar social, es decir, las tres dimensiones de la salud mental positiva, paralelamente existen niveles florecientes y moderados.

La anterior investigación se toma fundamental debido a la discapacidad física y su relación en el bienestar emocional, psicológico y social, para la investigación llevaba a cabo en este documento, ya que es similar el trabajo a tener en cuenta, la discapacidad física en los ámbitos psicológicos, el enfrentar situaciones de adversidad y tener como determinantes una vida considerada para la sociedad como común que así mismo la persona goce de todas aquellas cualidades que sean de interés a nivel individual sin ningún tipo de discriminación por la misma.

Navarrón, E., Godoy, D., Jiménez, M., Ramírez, M., & González, J. (2018). Determinantes psicosociales y deportivos de la intención de continuar la participación en la práctica deportiva y la competición en atletas con discapacidad. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol. 27 – 2. Pg. 107–116.

Se desarrolló en la Universidad Autónoma de Barcelona por Navarrón, E., Godoy, D., Jiménez, M., Ramírez, M., & González, J. (2018), Para esta investigación se tomó una muestra de 47 deportistas voluntarios federados con diversidad funcional de los 375 deportistas con los que se contactó a través de diferentes federaciones, asociaciones, clubes, diversos foros y recursos online, sus edades están comprendidas entre los 19 y 64 años de ellos, el 83% son hombres, los participantes practicaban deportes tanto individuales como colectivos en niveles de competición desde deporte accionado hasta de elite. Como instrumentos se tomaron datos sociodemográficos y deportivos los participantes indicaron su edad, sexo, modalidad deportiva, nivel de competición, historia de práctica y competición y federación a la que pertenecían.

La administración del protocolo de evaluación tuvo lugar una vez que el deportista mostro su interés en colaborar y se realizó a través de correo electrónico o por pasación directa en las competiciones. Todos los participantes armaron un consentimiento informado de participación voluntaria y sin recompensa de ningún tipo. El estudio fue aprobado por el comité ético de la institución de los autores, fue un estudio correlacionar con diseño transversal, los deportistas informaron sentir pasión por el deporte, principalmente de tipo armonioso, experimentar episodios frecuentes o profundos de flow, en mayor medida en su mejor competición, y tener una competencia deportiva percibida moderadamente alta. Su intención de continuar practicando deporte fue muy elevada, aunque no fue tan alta su intención de continuar compitiendo.

Para está investigación como el objetivo de estudio de este documento, va direccionada a describir algunos procesos psicológicos que intervienen en la actividad física, tanto la modalidad deportiva como el nivel de competición que ejercen actualmente, de igual forma esta investigación también fue desarrollada a modo de estudio transversal, debido a que está forma permite evidenciar

las cualidades necesarias para observar que factores intervienen en la práctica deportiva en relación a factores psicológicos.

Cardoso., F & Sacamori., C. (2014). Resilience of athletes with physical disabilities: A cross-sectional study. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol. 23-1. Pg. 15-22.

Este estudio se realizó en la Universidad del Estado de Santa Catarina, Brasil, por Cardoso., F & Sacamori., C. (2014). La cual se centró en evaluar la capacidad de recuperación de 208 atletas con una discapacidad física y en evaluar la capacidad de recuperación de Wagnild y Young. Escala. Las puntuaciones medias de resiliencia, consideradas representativas de resiliencia moderada, fueron similares para los hombres ( $X = 132.4 \pm 30.9$ ) y las mujeres ( $X = 131.4 \pm 35.7$ ). Se observó que los participantes con lesiones de la médula espinal y mielomeningocele lograron puntuaciones de resiliencia más altas, mientras que aquellos con parálisis cerebral obtuvieron las puntuaciones más bajas y las que tuvieron amputaciones o polio obtuvieron puntuaciones intermedias ( $F = 3, p = .019$ ). Los participantes en este estudio de investigación mostraron una resistencia media significativamente más baja ( $X = 132.13 \pm 32.25$ ) que las informadas en otros estudios con la población general. Un análisis factorial mostró causas multidimensionales, con siete factores que representan el 61.27% de la variación total. Además, la herramienta de investigación / cuestionario mostró una buena consistencia interna ( $\alpha = .88$ ). Los puntajes moderados de resiliencia indican que hay potencial para desarrollar la resiliencia de estos atletas.

### **Investigaciones Nacionales.**

Durán, A., & Morales, D. (2015). Investigación sobre práctica deportiva y resiliencia en deportistas con diversidad funcional motora, adscritos a lidisirhuila en la ciudad de Neiva. *Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD de Colombia*.

El presente documento contiene la investigación sobre la comprensión de la posible relación entre la práctica deportiva que realizan un grupo de deportistas con diversidad funcional motora usuarios de silla de ruedas y su desarrollo de resiliencia. Dicho trabajo se fundamentó en el enfoque de investigación cualitativo, con la metodología de los relatos de vida, lo que permitió explorar parte de la vida de los participantes desde la exploración de sus vivencias, sentimientos y creencias, durante diferentes momentos: antes y después de la diversidad funcional, antes y después de practicar deporte. A partir de dichos relatos se construyó la descripción de los hallazgos, lo que permitió el planteamiento de las hipótesis orientadas a dar respuesta a la pregunta: ¿cómo influye la práctica deportiva en el desarrollo de la resiliencia en un grupo de deportistas pertenecientes a LIDISIRHUILA, en la ciudad de Neiva? En busca de la respuesta, se realizó una construcción teórica que permitió un acercamiento general a la misma, en el sentido de que los actores sociales significaron al deporte como pilar fundamental para el desarrollo de su resiliencia.

Alvis, M., & Neira, N. (2013). Determinantes sociales en el deporte adaptado en la etapa de formación deportiva. Un enfoque cuantitativo. *Universidad Nacional de Colombia*. Bogotá, Colombia.

La investigación se desarrolló en la Universidad Nacional De Colombia en Bogota, Colombia por Alvis, M., & Neira, N. (2013) tiene como objetivo Identificar y analizar cuantitativamente los determinantes sociales que influyen en la inclusión/ exclusión de la población adolescente en situación de discapacidad al deporte de alto rendimiento el método utilizado es descriptivo de orden transversal, en 19 deportistas entre los 12-19 años de edad con discapacidad física y sensorial y 17 funcionarios del Instituto Distrital de Recreación y Deporte. Con aplicación de encuestas tipo Likert para cuatro categorías de análisis: Determinantes de estructura social, socioeconómicos, de educación y de condición de vida. Resultados El sistema deportivo paralímpico nacional, presenta inequidades sociales, puesto que en un 74 %, los individuos son reconocidos como deportistas sólo cuando ha obtenido resultados competitivos meritorios, sin que se les facilite previamente las condiciones para sobrepasar las barreras estructurales e intermediarias a través de la institución deportiva. Como conclusiones la estructura social impuesta para el deporte paralímpico a nivel distrital estigmatiza al individuo en función a sus capacidades individuales, afectando su

empoderamiento y su libertad, como producto de la discriminación a la que se expone el adolescente en situación de discapacidad en relación a los logros competitivos.

### **Investigaciones locales.**

Suaréz, (2015), percepción en la autoconfianza de los estudiantes deportistas pertenecientes al equipo de taekwondo de la Universidad de Pamplona. El estudio se realizó en la ciudad de Pamplona, Norte de Santander, con el objetivo de describir la autoconfianza en los estudiantes deportistas que pertenecen al equipo de taekwondo de la Universidad de Pamplona, para mejorar su rendimiento en los entrenamientos y en competencias, a través de una investigación de tipo cualitativa, se tomó una muestra de ocho estudiantes entre las edades de 17 a 26 años de diferentes carreras, se evaluaron seis categorías y tres subcategorías relacionadas con la autoconfianza en el deportista: autoconfianza, confianza, autoeficacia, liderazgo, comunicación y emociones que lo integran; motivación, ansiedad y estrés. Los instrumentos utilizados fueron una entrevista semi estructurada dirigida al entrenador, un grupo focal y una observación no participante dirigida a los deportistas, permitiendo una triangulación la cual facilitó el análisis de los resultados, evidenciando indudablemente la observación de un grupo heterogéneo, conformado por deportistas con una óptima confianza como el proceso de perfección de esta.

Cano & Tabora, (2017), estilos de personalidad de futbolistas durante la competición y su relación con la composición de juego. El presente estudio tiene como objetivo describir los estilos de personalidad y su relación con la posición de juego para la creación de técnicas psicoeducativas que aporten al desempeño, cuenta con una metodología de corte mixto con tendencia cualitativa y un alcance transversal, descriptivo y relacional. Su principal conclusión se basa en la existencia de rasgos de personalidad específicos por cada posición de juego desde los estados de ánimo y la capacidad de adaptación del deportista. Se proponen actividades que promueven un mejoramiento del desempeño desde los estilos de personalidad con cada ubicación funcional dentro de la competencia.



## **Marco Teórico**

Para esta investigación se hace necesario hablar acerca de la psicología abordándolo desde la rama de la psicología deportiva, en relación a conceptos que para este caso se consideran fundamentales para obtener una mayor comprensión del significado de resiliencia, y así mismo el rol que debe ejecutar en un plan de acción para la actividades física, no obstante a esto se mencionara la adaptación que los deportistas paralímpicos deben realizar para lograr en su objetivo, debido al control de factores internos y externos que se pueden ver implicados en el resultado, en relación a la clasificación de metas a nivel personal y grupal.

### **Capítulo I. Psicología del Deporte de Alto Rendimiento**

Dentro de este capítulo se relata el significado de la psicología deportiva y/o actividad física como actividad recreativa o profesional que ejerce el ser humano dentro de las etapas del ciclo vital, en relación al deporte profesional, cualidades de la práctica y así mismo se teorías que podrían llegar a intervenir el proceso, relacionadas a los factores psicosociales.

Moreno, Cano, González, Cutre, y Ruiz, (2008, citado por Sánchez y León, 2012). consideran que la psicología es una disciplina científica autónoma y permanente, dedicada a la producción de ideas, instrumentos, métodos y procedimientos de acción que se considera la psicología del deporte, Según la Asociación de Psicólogos Americanos (APA), la psicología del deporte y de la actividad física “es el estudio de los factores psicológicos que están asociados con la intervención y el rendimiento en el deporte, el ejercicio, así como otros tipos de actividad física”.

Una posible clasificación reducida de deportista del alto rendimiento, está centrada en las clasificaciones oficiales que otorgan el Comité Olímpico Español, (deportistas con Ayudas al Deporte Olímpico ADO) y Consejo Superior de Deportes (deportistas de alto nivel); por lo general estos grupos de deportistas en función del deporte su práctica y constancia de entrenamiento, es

de aproximadamente, de 2 a 6 horas diarias y de 5 a 7 días a la semana (Ruiz, Sánchez, Durán y Jiménez, 2006), sin embargo en el deporte profesional la meta inmediata es la obtención de resultados y lograr ser el ganador. Para ello, los objetivos van direccionados en el bienestar psicológico del deportista y el aumento del rendimiento deportivo, partiendo desde la funcionalidad de que el aspecto psicológico debe de ser “parte constitutiva de la preparación global del deportista, como un elemento más que tiene que interactuar apropiadamente con el aspecto físico, técnico y táctico” García, (2010).

Por consiguiente, la psicología de la actividad física y del deporte está orientada en estudiar aspectos psicológicos durante la actividad física, sea está orientada al rendimiento o al bienestar físico pero sin dejar a un lado aspectos psicológicos, factores sociales que contribuyen al funcionamiento corporal, su aplicación está relacionado en todas las etapas del ciclo vital, la actividad física es de aplicación para niños, adolescentes y adultos, donde la orientación psicológica es importante para lograr todo lo anteriormente mencionado en el deportista de alto rendimiento.

### **Funciones del psicólogo deportista.**

Caracuel y Pérez destacan la evolución histórica del rol del psicólogo deportista desde una perspectiva casi exclusivamente clínica hasta un desempeño de funciones más amplio. La Psicología Clínica, da la funcionalidad y la valoración profesional perteneciente como una rama en relación a ciertos trastornos (ansiedad, estrés, trastorno obsesivo compulsivo) podrían estar inmersos a las demandas deportivas pero en mayor prevalencia a los deportistas de alto rendimiento donde existe un mayor nivel de exigencia y la solución requiere conocer en profundidad el contexto en que se desenvuelve, estar presente en ese momento de la temporada en el que se produce cierta característica para así valorar si interfiere o no en la actividad y en su vida personal, y realizar una evaluación tanto desde la dimensión psicológica como en su dimensión deportiva Ezquerro, 2002, Caracuel y Pérez 1996 citado por García (2010).

Para García (2010), la labor del psicólogo deportista debería de cumplir al menos tres aspectos básicos: planificar, informar y coordinar. En primer lugar, el desempeño del psicólogo deportivo debe de suponer una cuidadosa planificación a lo largo de una temporada de la labor a emprender. En segundo lugar, la comunicación fluida con el resto de compañeros de trabajo y con el propio deportista es una condición primordial para la aceptación como profesional, intervención y el trabajo interdisciplinar que se llevara a cabo. Y, en tercer lugar, el plan psicológico debe de estar inmerso dentro de la programación general al momento de ejercer, además de las anteriores se debe tener en cuenta los objetivos, tiempos y acciones, para llevar a su totalidad de la práctica en relación al éxito.

### **Bienestar Psicológico en el Deportista.**

La relación a nivel psicológico no está basado solo en el bienestar psicológico esto también implica factores internos como lo son los procesos básicos, Cervelló, Santos-Rosa, Jiménez, Nerea y García (2002), destacan sus teorías motivacionales bajo la perspectiva de las metas de logro, las cuales las personas actúan entornos de logros motivaciones; específicamente personales, tales como en el deporte, por la necesidad de mostrar competencia, y que la percepción subjetiva de éxito depende del criterio empleado sobre lo que cada persona es considera el éxito Nicholls, 1989, Cervelló, Santos-Rosa, Jiménez, Nerea y García (2002 Citado por Rodriguez 2006).

La motivación puede estar inmersa a nivel interno algún factor predisponente que externamente logre concretar dicha acción, es por esto que la motivación juega un papel importante para la psicología pero en relación al deporte es aún mayor su proceso, para un deportista puede llegar a ser motivador su círculo social incluso podría ser individual pero esta debe estar inmersa para lograr de manera exitosa el objetivo del deportista; teniendo en cuenta que cada objetivo y cada éxito puede ser vista desde diversos aspectos, según sea el ejercer de cada individuo; no solo se habla de motivación sino además de otras factores que podrían a llegar a ser desencadenantes al momento de una competencia de alto nivel de exigencia.

## **Factores psicosociales que intervienen en el deportista.**

El deporte de alto rendimiento, es la práctica deportiva de organización y nivel superiores, destaca procesos orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de las capacidades individuales. Coldeportes, (2010), el deportista está inmerso a sufrir cambios drásticos para su nivel de exigencia, por lo que se debe lograr las capacidades y conductas que establece cada deporte en particular.

La competición es una exigencia para el deportista, es en el momento que debe rendir al máximo nivel, y de los más complejos para algunos, por lo que además necesita de recursos emocionales o habilidades psicológicas para soportar la presión que sobrelleva cada competencia. El entrenamiento a nivel interno significa esfuerzo continuo, cada día durante varias horas, sometiendo al organismo a cargas físicas y psíquicas con el objetivo de elevar la capacidad de trabajo hasta el punto de hacer posibles máximos esfuerzos, teniendo en cuenta algún posible riesgo físico como lo puede llegar a ser el cansancio, generando monotonía o lesiones Valdés, H, (1996 Citado por Lima, 2014).). Las habilidades psicológicas que proceden los deportistas son:

### **La activación o arousal.**

Se puede definir como una función energizante que es responsable de que se aprovechen los recursos del cuerpo cuando se deben llevar a cabo actividades intensas (Sage, 1984, en Williams, J, 1991). Se da una variación continua del rasgo que va desde el sueño profundo en uno de los extremos, hasta el mayor grado de excitación en el otro. Este constructo refiere solo al aspecto de intensidad y es el producto de la interacción de las condiciones ambientales e internas del organismo. El nivel de activación influye en el rendimiento, afectando el funcionamiento psicológico (toma de decisiones y procesamiento de información) y el físico (coordinación, nivel de tensión muscular, etc.). El nivel de activación óptimo es específico y diferente en cada deportista, varía también de acuerdo a la tarea que va a realizar y al deporte que se practique. Cuando nivel de activación es excesivamente alto, se experimentarán reacciones emocionales

negativas (estrés, ansiedad) asociadas con el sistema nervioso autónomo que influenciarán en el rendimiento del deportista. (Lima, 2014)

### **Motivación.**

La motivación es un elemento significativo en el deporte, que ejerce una gran influencia respecto del inicio, mantenimiento y/o abandono del mismo por parte de los practicantes; igualmente resulta útil para evaluar el rendimiento, así como la orientación y la dirección de la conducta y/o comportamiento del deportista. La motivación afecta notablemente al rendimiento de un deportista o equipo, pues aquél no sólo depende de la preparación física, técnica o táctica de los deportistas. Una actuación eficaz en las competencias requiere de una adecuada motivación, generalmente alta y positiva García, Coracuel, Ceballos, (2014)

Sin embargo la motivación puede actuar de manera negativa para los deportistas, un acontecimiento significado pero a su vez negativo puede llegar a ocasionar que el deportista se sienta frustrado, decida abandonar su deporte, por esto es fundamental realizar un acompañamiento no solo desde el deporte como lo es entrenadores entre otros, un deporte necesita además una persona adecuada que pueda acompañar a esta labor manejando así estas situaciones y poder cumplir con el objetivo para de esta manera llegar al éxito, ahora es importante mencionar la teoría de la motivación en el deportista, mostrando así el rol funcional para el área del deporte en relación a la motivación.

### **Confianza.**

Es importante que la confianza se construya sobre cuestiones que estén bajo el control del propio deportista, preparación física y mental, debido a que forma parte de las percepciones, para proporcionar una sostenida motivación, así como emociones positivas y cogniciones productivas. Si la confianza se basa en fuentes que generen inseguridad como la suerte, la imagen física, los

deportistas tendrán una fuente menos estable y tendrán percepciones más débiles de control y competencia, así como emociones negativas como la ansiedad y/o estrés. (Lima, 2014)

### **Estrés y ansiedad.**

Los propios deportistas son conscientes del aumento de la ansiedad en ciertos momentos de la competición. Por ello, suelen ser reguladores de sus emociones si ven que estas pueden afectar a su rendimiento deportivo, utilizando distintas estrategias para que algo, en principio, negativo se torne en positivo. Así, los atletas asocian las emociones positivas como la calma o la felicidad, a pobres resultados deportivos, mientras que emociones negativas como la ansiedad o el enojo, descifradas como favorables para tener logros positivos en la práctica del deporte siempre que puedan mantenerlas bajo control, todo por medio de la ayuda del psicólogo deportista quien realiza un proceso de guía como controlador de dichas emociones. (Guerrera, Gutiérrez, Zabala, Álvarez, Goosdenovich, Romero, 2017)

### **Teorías Psicológicas del Deporte.**

#### **La motivación de logro en el ejercicio físico y el deporte**

La teoría de motivación de logro sostiene que los deportistas pretenden evitar el fracaso y sentirse orgulloso y/o entusiasmado de sus logros, se basa principalmente en el estudio de aquellos que buscan demostrar sus habilidades y conseguir sus éxitos. Pérez y Caracuel (1997) –citando a McClelland y Atkinson– señalan que el deporte es una actividad donde se pueden encontrar individuos con estas características, motivados por alcanzar un buen resultado y/o evitar el fracaso en una competencia deportiva.

Por otro lado, el modelo de competencias basado en la motivación (White, 1963; citado en Pérez y Caracuel, 1997), indica que un deportista con un alto nivel de motivación de logro deberá estar

dispuesto a realizar tareas complejas que le permitan demostrar sus habilidades y destrezas o dominio, donde pueda conseguir sus logros no solo como éxitos personales sino además para sus seres más allegados, tomándolo como factores necesarios para el desarrollo del éxito.

### **Teoría de la ansiedad de prueba en el ejercicio físico y deporte.**

La ansiedad interviene considerablemente en las competiciones deportivas e influye en los resultados de los deportistas, tanto a nivel semi profesional como profesional. Actualmente los estudios sobre ansiedad no solo se ubican en personas o deportistas comunes, sino también sobre deportistas con discapacidad física, sensorial o incluso psíquica, ya que son campos donde puede existir mayor ansiedad por la falta de algún sentido o capacidad, lo que podría llegar a inferir sino se tiene la confianza adecuada a nivel interno, lo que influiría en el rendimiento de los resultados en las competiciones. Sin embargo, diversas contribuciones han demostrado que en algunos casos no se han encontrado diferencias en ansiedad entre personas con discapacidad y sin discapacidad (Guillen, Santana y Bara, 2006).

Masconi, Correche, Rivarola y Penna (2007) consideran que la ansiedad, es un estado emocional negativo que incluye sensaciones de nerviosismo, preocupación, relacionadas con la activación o el arousal del organismo humano. Así pues, la ansiedad tiene un componente de pensamiento, llamado ansiedad cognitiva y un componente de ansiedad somática, que constituye el grado de activación física percibida (Gutiérrez, 1995). Como se puede observar los procesos biológicos están dentro de nuestro actuar y la ansiedad para un deportista puede llegar a ser algo negativo donde sino se llegase a controlar de forma adecuada podría llegar a ser algo contradictorio para la motivación y de esta manera no logra su objetivo de manera exitosa.

## **Teoría de la autoeficacia en el ejercicio físico y el deporte**

El modelo de Bandura (2000) fue evidente que el deporte es área de aplicación en la que puede observarse como el deportista con un alto nivel de autoeficacia tiende a realizar actividades complejas, aunque éstas le exijan un esfuerzo notable en la ejecución, ya que el logro de esa meta elevará su autoestima y su nivel de motivación, así como su confianza.

Los ejercicios que se estipulan en la práctica del deporte o del ejercicio físico le permitan al adolescente aumentar su nivel de confianza, para que no abandone la actividad con el tiempo; por tanto, los ejercicios tendrán una coherencia con su desarrollo físico y psicológico, y serán acordes a sus habilidades y capacidades. Para conseguir aumentar la confianza es necesario que el entrenador y su equipo de trabajo sea una guía para el adolescente, resaltando la importancia del gusto por el deporte y el mantenimiento por la motivación intrínseca, así como por el resultado (Joloy, 2006; Mancilla y Martínez, 2004; Torre, Cárdenas y García, 2001).

En este capítulo se logró evidenciar información relevante para el fundamento de este documento, como teorías y argumento en base a la importancia del mismo, a continuación, se presentará información respecto al significado de resiliencia, así como los pilares; por lo que se sustenta en el respectivo desarrollo de personalidad resiliente.



## Capítulo II. Resiliencia y Adaptación

Antes de hablar sobre estos dos conceptos, hay que resaltar que esta investigación como va enfocada en Deportistas Paralímpicos, primero que todo es importante hacer énfasis sobre la discapacidad, debido a que este vendría siendo el primer proceso en el cual se ven involucrados estos individuos. Ahora bien, a continuación, se sustentan distintas perspectivas de algunos referentes.

Amate & Vásquez (2006) citado por la Agencia colombiana para la reintegración de personas y grupos alzados en armas (2015), sustentan que alrededor del mundo en los últimos diez años se ha discutido sobre el papel predominante de la salud en el Desarrollo Humano y social de los países, y se ha dado cada vez más énfasis al respeto por los Derechos Humanos e importancia a la participación de las personas en su comunidad.

En ese mismo sentido, la OMS (2001), refiere que estas discusiones han llevado también a que el concepto de discapacidad se entienda y se aborde desde una nueva perspectiva que se encuentra plasmada en las definiciones propuestas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), donde se plantea que la discapacidad es un término genérico que incluye: deficiencia o alteración en las funciones o estructuras corporales, limitación o dificultades en la capacidad de realizar actividades y restricción en la participación de actividades que son vitales para el desarrollo de la persona (pág. 4).

Por otro lado, la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (ONU, 2006), afirma que la discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás. (pág. 1). Ahora bien, después de lo expuesto, se continúa hablando un poco acerca de lo que es la resiliencia en esta población, y la adaptación a un nuevo estilo de vida de la misma, bajo el criterio de algunos

referentes los cuales han indagado esta temática, pero primero se hará la denominación general de las dos categorías.

## **Resiliencia**

El término resiliencia sustentan Kotlia, Cáceres & Fontecilla, (1997) citado por Becoña (2006), que procede del latín de la palabra resilio, que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. En los diccionarios se entiende por resiliencia la resistencia de un cuerpo a la rotura por golpe. La fragilidad de un cuerpo decrece al aumentar la resistencia. O, la capacidad de un material de recobrar su forma original después de someterse a una presión deformadora. Es claramente, un concepto de la física y de la ingeniería civil, que luego fue adaptado a las ciencias sociales (pág.125-126).

Del mismo modo, Kumpfer (1998) citado por Becoña (2006), suscita que aquellos que han descrito y elaborado el concepto de resiliencia han encontrado que la habilidad para exitosamente afrontar el estrés y los eventos adversos proceden de la interacción de diversos elementos del ser humano: el temperamento biológico y las características internas, especialmente la inteligencia; el temperamento del sujeto y el locus de control interno o dominio; la familia y el ambiente de la comunidad en la que se vive, especialmente en relación con la crianza de esta persona y las cualidades de apoyo que están presentes; y, el número, intensidad y duración de circunstancias estresantes o adversas por las que ha pasado en niño, especialmente a temprana edad (pág.126).

## **Pilares de la resiliencia**

Ciertos factores representan condiciones capaces de favorecer el desarrollo positivamente (Hena, 2006 mencionado por Lozada y Otero, 2016). Estos pueden ser internos o externos. Los factores protectores internos, son características individuales; se podría mencionar a modo general como componentes de la personalidad resiliente: poseer actitud servicial, poder convivir con el

otro, adopción de buenas decisiones, asertividad, controlar los propios impulsos, capacidad de resolución de conflictos, capacidad para elaborar relaciones positivas, visión positiva del futuro, flexibilidad ante las diversas situaciones, capacidad para el aprendizaje, automotivación, manifestaciones de competencias personales y tener sentimientos de autoestima y confianza personal.

Como también existen factores protectores ambientales, que son características que presentan las familias, escuelas, comunidades y grupos de pares, que fomentan el desarrollo de la resiliencia, considerados factores externos, entre ellos se evidencia: establecer vínculos estrechos, el empleo de un estilo de interacción cálida, mantener proyectos concisos, generar relaciones de apoyo y confianza, actitud de compartir responsabilidades; promover el establecimiento y el logro de metas y apreciar los talentos específicos de cada individuo de interacción, Posee así la resiliencia un carácter transformador, en la modificación del sentido de la experiencia vivida para lograr un bienestar y mejorar la condición vital a través de la superación de eventualidades. (Rojas, 2006; Abanto y Lara, 2014 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Introspección.**

Se considera la introspección el poder preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta de acuerdo a la realidad del sujeto, Obedece la respuesta a la solidez de la autoestima que se posea, o desarrolla a partir del reconocimiento del otro realizando un reflejo de sí mismo (Melillo, 2008; Piaggio, 2009 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Independencia.**

En tanto independencia, “se considera saber fijar límites entre uno mismo y el medio, es la capacidad de mantener distancia emocional y física, sin caer en el aislamiento” (Piaggio, 2009 mencionado por Lozada y Otero, 2016). Es el saber mantener los límites personales en relación al

contexto y las personas que se encuentran inmersos al mismo, pero aun así involucrándose de manera reservada, como un sujeto que interactúa, pero no se sumerge en la situación.

### **Capacidad de Relacionarse.**

Es la habilidad para constituir lazos e intimidad con las demás personas, este pilar es destacado por el tipo de relación que establece el discapacitado con su cuidador, como la comunicación asertiva enfatiza en este pilar, siendo otra pieza clave para el desarrollo de los demás pilares y la posible o no construcción de la resiliencia, ya que la discapacidad requiere un grado de dependencia, siendo objetivos al principio de la situación de vida, mientras la persona logra llevar a cabo labores que le permitan desarrollar su independencia personal. La mayoría de las personas afectadas por la respectiva situación que genere una discapacidad recibirán un importante apoyo de parte de su familia, que será fundamental para el desarrollo de su resiliencia, denominado así: redes de apoyo, (Lobo, 2014; Melillo, 2008 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Iniciativa.**

Supone la iniciativa otro pilar de resiliencia, el constituir en el gusto de exigirse, A modo personal Genera ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes (Piaggio, 2009; Melillo, 2008 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Humor.**

Se contempla en el humor la capacidad de descubrir diversión en la propia tragedia, ver el lado positivo de la adversidad, Permite desvanecer sentimientos negativos, aunque sea transitoriamente y soportar situaciones adversas. El constructo del sentido del humor es uno de los elementos que ayuda a las personas a ser más resilientes, ayuda a colocarse sobre el problema, esto trae la sensación de ser más fuertes que las circunstancias adversas, “puede notarse que la la discapacidad

puede haber un incremento del llamado humor negro. Así, el humor es un potente mecanismo de adaptación, reírse de uno mismo o de lo que ha tocado vivir, es enfocar la realidad con mayor tolerancia” (Lobo, 2014; Melillo, 2008 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Creatividad.**

La creatividad es la capacidad de crear orden y belleza a partir del caos y el desorden. Fruto de la capacidad de reflexión. Surge como expresión del desarrollo de un conjunto de recursos personales, motivo de satisfacción, disfrute y realización personal que desarrollar desde la niñez (Lobo, 2014; Melillo, 2008 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Moralidad.**

Examina la moralidad como la consecuencia de deseo personal y bienestar a toda la humanidad y la capacidad de comprometerse en valores. Es la base del buen trato hacia los demás (Lobo, 2014; Piaggio, 2009 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Autoestima.**

Se reconoce la autoestima como el fruto del cuidado afectivo y capaz de dar una respuesta sensible. Las personas con discapacidad deben aceptar que la tienen, donde esa aceptación va a aumentar la utilización y el desarrollo de sus propias capacidades y habilidades, fomentando la defensa y promoción de sus propios derechos y necesidades. Es la base lo demás pilares ya que permite que el individuo sea consciente de su propia realidad por medio de búsqueda de soluciones individuales y personales para el favorecimiento individual (Lobo, 2014; Melillo, 2008 mencionado por Lozada y Otero, 2016).

### **Espiritualidad.**

El pilar de la espiritualidad es una manera de ser, de experimentar y actuar que proviene del reconocimiento de una dimensión trascendental, la forma en que el ser humano vivencia su espiritualidad es capaz de afectar en tal sentido su supervivencia. Considerando también en este pilar la esperanza; creer firmemente que siempre hay un motivo por el cual tener esperanza y creer en uno mismo, debido a que dentro de uno tenemos la capacidad de superación (Kateb, 2011, Girard, 2007 mencionado por Losada y Otero 2016).

Se incluyen las anteriores características, denominados como pilares de la resiliencia debido a que son cualidades que obtienen las personas resilientes, se sustenta que deben tener en su mayoría las nueve definiciones ya mencionadas para catalogar a una persona como ser resiliente.

### **Adaptación a un nuevo estilo de vida.**

En este apartado, se encuentra que Gómez & Acota (2018), proponen que la adaptación a los nuevos estilos de vida, son concebidos como un conjunto de conductas consistentes en el tiempo, que determinan el proceso de salud-enfermedad en combinación con la vulnerabilidad biológica, la edad, el sexo, la reactividad psicofisiológica y las redes de apoyo. Dicho concepto abarca comportamientos complejos como la actividad física, el uso adecuado del tiempo libre, la alimentación saludable y el autocuidado médico (pág.156).

Ya luego de haber sustentado estos dos conceptos, se entra en materia con lo que incumbe directamente a este proyecto de investigación, siendo estas dos categorías ya nombradas, los pilares fundamentales para el avance de este capítulo, en relación a los deportistas discapacitados, que en sí vendrían siendo parte de la justificación conceptual de este proyecto. Ya después de lo dicho, se hace necesario traer a colación lo que es el componente de discapacidad o diversidad funcional, en cuanto a paralímpicos se refiere.

## **Diversidad Funcional**

Durán & Morales (2015) refieren que se entiende como Diversidad Funcional todo lo relacionado con el hecho causante de la pérdida de la función y/o la estructura corporal y las situaciones relativas. En este mismo sentido, Muñoz, Vazquez, Cáceres & otros (2010) citados por Durán & Morales (2015), hablan que a través de la historia el hombre ha buscado comprender el fenómeno de la discapacidad desde diferentes modelos, los cuales han sido ampliamente descritos por varios autores, algunos de cuyos textos surge la siguiente síntesis (pág.26-28):

**El modelo de la prescindencia o de no participación.** En el cual las personas con discapacidad se asumen como innecesarias debido a que no contribuyen a las necesidades de la sociedad, por lo tanto, se prescinde de ellas por vías eugenésicas o por la marginación.

**El modelo médico-rehabilitador.** Este considera la discapacidad como un problema "personal" directamente causado por una enfermedad, trauma o condición de salud, que requiere de cuidados médicos prestados en forma de tratamiento individual por profesionales. Las personas con discapacidad dejan de ser consideradas inútiles o innecesarias siempre y cuando sean rehabilitadas psíquica, física o sensorialmente. El objetivo principal era el de "normalizar".

**El modelo social o de vida independiente de la discapacidad.** Considera el fenómeno principalmente como un problema "social", desde el punto de vista de la integración de las personas con discapacidad en la sociedad. La discapacidad no es un atributo de la persona, sino un complicado conjunto de condiciones, muchas de las cuales son creadas por el ambiente social. Las personas están discapacitadas por la sociedad, pero con las herramientas adecuadas pueden participar plenamente en ella, el objetivo es lograr la inclusión social más que la rehabilitación médico-funcional. Este modelo reclama un activismo político orientado al reconocimiento de las capacidades de decisión y de participación en la vida colectiva.

**El modelo bio-psico-social.** Definido por la OMS (1946) citado por Dúran & Morales (2015), el cual entiende la discapacidad y su funcionamiento integrando los modelos médico y social; tal integración abarca todos los ámbitos que influyen la condición de salud de las personas, permitiendo abordar el fenómeno desde una perspectiva bio-psico-social; lo cual se corresponde con la definición de salud que realiza el mismo organismo en su Constitución: “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Este nuevo modelo conceptual sintetiza las diferentes dimensiones de la salud desde una perspectiva biológica, individual y social, resaltando la evaluación de las capacidades más que las limitaciones de las personas, incorporando el factor ambiental y ubicando la discapacidad como un fenómeno de índole política.

Haciendo un paréntesis, Romañach & Lobato (2005) suscitan que en hasta el momento se viene desarrollando un nuevo modelo de comprensión del fenómeno a través del Foro de Vida Independiente en España, en el cual se acuña el término “diversidad funcional” en lugar de discapacidad, considerando viable el intento de la OMS por desplazar el “problema” de la diversidad funcional de la persona al entorno, pero sin dejar de utilizar las palabras limitación, restricción, barrera y discapacidad, a las que no consideran ni positivas, ni neutras en el intento de cambiar la concepción del fenómeno, que sigue derivando de la tradicional visión del modelo médico que busca rehabilitar y arreglar a la persona diferente para restaurar unos patrones teóricos de normalidad.

Así mismo, se manifiesta que el nuevo término se ajusta a una realidad en la que las personas (mujeres y hombres), que, por motivos de la diferencia de funcionamiento de su cuerpo, realizan las tareas habituales (desplazarse, leer, agarrar, vestirse, ir al baño, comunicarse, etc.) de manera diferente o diversa de la mayoría de la sociedad, donde se denomina a este colectivo como personas con diversidad funcional en vez de personas con discapacidad.



**El modelo de diversidad.** Busca proporcionar plena dignidad a todas las personas, sea cual sea su diversidad. Plena dignidad implica dar el mismo valor a todos los seres humanos y los mismos derechos a todas las personas.

### **Resiliencia en Deportistas y Adaptación**

Para el desarrollo de esta investigación ha sido un factor determinante del rumbo de la misma, partiendo del sustento de Dúran & Morales (2015), del análisis de los diferentes modelos conceptuales de la diversidad funcional, entendiendo que los enfoques médico-rehabilitador y bio-psico-social tienden a ser la forma común como el mundo entiende y asume el fenómeno en la actualidad y que además, a través del colectivo de personas con diversidad funcional ha surgido un nuevo modo de comprenderlo desde las diversidades, expresando que no se requiere reparar, ni recuperar, ni normalizar, sino que reclaman el respeto a la dignidad integral de la persona (pág.36):

Pese a lo anterior, Romañach & Lobato (2005) manifiestan que para desplazarse una persona con una lesión medular habitualmente utiliza una silla de ruedas, mientras que el resto de la población lo hace utilizando las piernas: misma función, manera diversa. Por eso el término “diversidad funcional” se ajusta a una realidad en la que una persona funciona de manera diferente o diversa de la mayoría de la sociedad. Este término considera la diferencia de la persona y la falta de respeto de las mayorías, que en sus procesos constructivos sociales y de entorno, no tienen en cuenta esa diversidad funcional (pág. 4).

De todas formas, estas personas buscan incorporarse e involucrarse de alguna forma con el ente social, y más en este caso, que es dentro de un contexto deportivo, donde estas personas se van a sentir útiles para la sociedad y para ellos mismos, ya que estas son competiciones que de alguna manera les va a reforzar otros componentes psicológicos, como es el caso de la autoestima, autoimagen, la percepción de ellos mismo frente a su entorno, entre otros.

Seguidamente, se continua con lo que es la Psicología del Deporte, donde Secades (2013) de la Universidad de León – España, manifiesta cómo ha aumentado el interés de la comunidad científica en el constructo de resiliencia, sobre todo en el ámbito del rendimiento deportivo y consultando a varios investigadores, realiza un compendio de la definición de resiliencia como “una habilidad individual para mantener, relativamente estable, los niveles de funcionamiento y competencia de la salud física y psicológica, o experimentar una adaptación positiva una vez ha pasado la exposición a una significativa adversidad” (p.11).

En relación a lo anterior, hay que tener en cuenta, que la Psicología del Deporte ha jugado un papel fundamental dentro de este campo de acción, debido a que en la actualidad les ha devuelto a estos deportistas una razón más para vivir, logrando así depurar ideas que presuntamente mantenían antes de, pero que ahora se ha fortalecido por medio del deporte.

Si viene cierto, es importante que, para entender la resiliencia dentro de esta investigación, hay que relacionar la práctica deportiva, y para ello se trae a consideración los pilares de la resiliencia que definieron Zukerfeld & Zonis (S.F) citados por Dramisino (2007): “introspección, independencia, confianza en sí mismo, curiosidad, iniciativa, optimismo, capacidad de relacionarse, creatividad, autoestima, exoestima (construcción de redes sociales frente a circunstancias adversas), pensamiento crítico, aptitudes resolutivas, compromiso con la tarea, flexibilidad ante los cambios y actitud ética y solidaria” (p. 23). Todos estos, son cualidades que según resalta Dramisino, se forjan y fortalecen a través de la práctica deportiva.

En consideración a lo anterior, el constructo de resiliencia como categoría de análisis, conlleva sin lugar a dudas hacia el desarrollo del ser, donde Dúran & Morales (2015), sintetizan que el estar resiliente, es estar conectado con la práctica deportiva, lo remite a estados mentales positivos, que contribuyen a la motivación por un proyecto vital, y el desarrollo personal es abordado por la Psicología del Deporte, que considera de gran importancia que el deportista llegue a la cumbre obteniendo no sólo el rendimiento máximo sino el mejor desarrollo personal, a tal punto que González (S.F) citado por García (2004), manifiesta que: “cuando las capacidades fisiológicas, las

técnicas de entrenamiento, la intensidad de trabajo alcanzan niveles máximos, la frontera última de la ciencia del deporte es la mente” (p. 19).

Y he aquí la importancia de dedicar espacio de la investigación a esta categoría, la cual se debe a que desde la Psicología del Deporte tiene gran relevancia, que como lo menciona Vigoya (2004), las prácticas deportivas aportan al desarrollo personal y al trabajo mental del deportista, donde termina diciendo que teniendo diciendo lo siguiente a partir de la motivación y las metas:

La motivación de ejecución en el deporte es aquella que centra su estudio en el establecimiento, consecución, dirección y consecuencias de las metas o propósitos perseguidos en el desarrollo de la actividad, que dependen de necesidades personales y deportivas de los individuos y/o grupos. Desde allí, el principal elemento de la motivación de ejecución es la meta o también llamada objetivo. Las metas en el deporte contribuyen en la regulación, mejoramiento y fortalecimiento particular de la motivación, al fomentar en los individuos la necesidad de buscar estrategias que permitan alcanzar la meta perseguida, de igual forma contribuye en la confianza del deportista al desarrollar mejores niveles de autoconfianza con respecto a sus capacidades y actuaciones deportivas y por último, contribuye en la mejora de elementos como la eficacia, destreza, resistencia, esfuerzo y atención en la práctica deportiva. (pág.51).

De acuerdo a estos testimonios, el análisis de la resiliencia en deportistas es un proceso dinámico, entrando a jugar lo que es la interacción del individuo con su ambiente, y de cómo afronta y supera sus adversidades, que por medio de la práctica deportiva encuentra una clave, para vivir, sentir, pensar y proseguir su cotidianidad llena de prejuicios sociales, pero con cavidades que le brindan un nuevo estilo de vida.

Por otro lado, está que dentro del estado resiliente, lo que es Secades (2013) & Dell’Anno (2012), consideran de vital importancia tener en cuenta dos condiciones principales de la resiliencia

que son: la adversidad o el riesgo (amplio rango de eventos desestabilizadores de orden personal, familiar y/o comunitario, que los individuos deben enfrentar) y la *readaptación positiva* (supone un funcionamiento sin presencia de síntomas negativos o patologías asociadas con la adversidad, logrando realizar las actividades cotidianas competentemente); así como dos factores influyentes que son: los factores de vulnerabilidad (consecuencias individuales y colectivas de las situaciones de riesgo, a las que todos se exponen) y los factores de protección (elementos y procesos materiales e inmateriales, que influyen positivamente en el fortalecimiento de las personas, de modo directo y/o indirecto. Se clasifican en atributos personales, apoyos familiares y apoyos comunitarios).

Desde la definición que da Grotberg (S.F) citado por Dramisino (2007), está en que conectando la capacidad del hombre de adaptarse, destacada por la psicología positiva, y la resiliencia, contemplada como principio por el modelo salutogénico, se argumenta esta segunda hipótesis dado que se evidenció a través de los relatos, creencias que develan estados resilientes: “resiliencia es la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad” (pág. 23). En este mismo sentido Secades (2013) determina que es importante tener en cuenta dos condiciones principales de la resiliencia: “la adversidad o el evento desestabilizador de índole personal, familiar o comunitaria, y la readaptación positiva que implica el adaptarse y rehacerse” (pág.11).

Con relación a los referentes conceptuales ya citados, se puede decir con mayor seguridad y argumento, que esta es una investigación que ayudaría a fortalecer a estas personas, debido a que se van a sentir apoyados de alguna forma con lo que están realizando, permitiéndoles reforzar su conducta deportiva, y así no desfallecer. Así mismo, es evidente que este tipo de proyectos investigativos contribuyen teoría empírica, que la idea es transformarla a técnica, en pro de esta población que se ha venido viendo vulnerable por factores sociales, logrando así cohibir deportistas, que en el mayor de sus casos han fracasado por este mismo efecto.

### **Capítulo III. Deporte Paralímpico**

Este capítulo está relacionado acerca de conceptos sobre el deporte paralímpico así como su clasificación en relación al deporte paralímpico en silla de ruedas lo que se hace objetivo y relevante para este documento, debido a que es el deporte sobre él que se tiene estipulado la investigación, El deporte paralímpico ha sido clasificado y estructurado según la discapacidad que presente el deportista para mantener mayor igualdad en relación a la práctica deportiva, es por esto que existe diversas cualidades física e intelectuales que se tienen en cuenta para la respectiva clasificación, donde se encuentra según: la federación de deporte y recreación para parálíticos cerebrales, la federación de deportes para ciegos, la federación de deportes para disminuidos intelectuales y por último la federación internacional de deporte en silla de ruedas.

#### **Clasificación del Deporte Paralímpico a Nivel Histórico**

El término paralímpico tiene un significado: “su concepto está relacionado con deporte y discapacidad, debido a la difusión de que el deporte practicado por personas con discapacidad va adquiriendo,” los Juegos Paralímpicos son la competición de alto nivel. Se les asigna el nombre de deporte paralímpico debido a que las personas que realizan esta actividad física presentan alguna desventaja en relación a otros competidores, (Leadry y Sans, 2018) “La primera referencia respecto a actividad física para personas con discapacidad está ubicada aproximadamente en el 2700 a. C. en China, donde se practicaba el kung fu para la prevención y el alivio de trastornos físicos. Más tarde, en Grecia en el 500 a. C. se practicaban enseñanzas para prevenir algunos males. Después, en la época romana encontramos a Galeno (siglo II), médico que realizó tratados sobre terapia a través del ejercicio físico” (p.27) Diza, Huete, Leondry, Mendoza, Ocete, Palencia, Perez, Reina, Roldan, Rovira, Ruiz, Snaz, Solves (2018).

En 1980, la Organización Mundial de la Salud (OMS), publica la primera clasificación de dicha actividad, que contenía términos como: exteriorización: una alteración en función a lo corporal y discapacidad como objetivación definida como; una determinación para realizar ciertas actividades y minusvalía: como la “socialización para desempeñar roles establecidos como normales” (Sanz y Reina, 2012) citado por (Vaíllo y Pérez 2016).

La clasificación mundial del deporte lo relacionó con lo médico donde su clasificación se realizaba en deficiencias en relación a: lesión medular, discapacidad física (amputaciones), discapacidad visual y parálisis cerebral. Sin embargo en 1992 desarrolla el sistema de clasificación funcional, donde la misma discapacidad pertenecía a varios deportes, para el 2003 el Comité Paralímpico Internacional (CPI) planea una nueva clasificación que hasta el 2007 fue implementada, donde describe que estas separaciones deben realizarse de manera específica, ubicando como caracteres grupales denominados habilidades y requerimientos para cada sub grupo deportivo, definiendo quien es compatible para realizar una actividad física determinada dentro del deporte paralímpico, asegurando así mayor desempeño individual y grupal (Vaíllo y Pérez 2016).

Para el 2007 la clasificación para cada deporte es diversa, es por esto que la Federación Internacional del deporte opta por categorizar el nuevo código de Clasificación de Deportistas y Estándares Internacionales en el 2015 que lleva por siglas (IPC, 2015a) con vigencia adaptativa al primero de enero del 2018; además se encargan de designar las deficiencias y exigencias para cada grupo deportivo, en relación a una característica desigual hacia otro competidor se le denomina “Criterio de Mínima Deficiencia” (Vaíllo y Pérez 2016).

El proceso de clasificación de cada deporte tiene como evidencia la agrupación de los deportistas, que según el impacto que tiene su carencia física en relación a la actividad propia del deporte a practicar. Por lo tanto, una clase deportiva no se compone necesariamente de una deficiencia en sí, sino que puede estar compuesta por atletas con diversas alteraciones. Es decir en la misma práctica deportiva se puede evidenciar atletas con amputación simple o doble amputación

de sus miembros inferiores compitiendo en la misma clase deportiva, debido a que la relación de ambos deportistas es similar pero su limitación aunque coinciden en la relación a la falta de algún miembro inferior no es la misma, por lo que se debe tener en cuenta la similitud de las capacidades al momento de clasificar un grupo deportivo, es decir si todos los competidores a nivel visual obtiene sus capacidad en condiciones óptimas, no podría pertenecer un miembro con dificultad visual debido a que estaría en desventaja frente a los demás compañeros.

### **Estructura del Deporte Paralímpico en Colombia**

Hoyos y Zapata (2017) Definen el deporte paralímpico en Colombia como “el deporte y la recreación son derechos fundamentales garantizados por la Constitución Política Colombiana y concebidos como mecanismos que contribuyen a la formación integral de los sujetos. Esto se refleja en el compromiso del Estado para la creación de una serie de procesos jurídicos que permitan garantizar la materialización de estos derechos. (p.73). Dichos procesos a nivel nacional están dirigidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (OIT) y la (UNESCO) quienes tomaron el deporte paralímpico como prioridad frente a las necesidades de los jugadores en desventaja, en la primera década del siglo XXI, donde incluyeron a profesionales de la salud capacitados en el tema, entre otras áreas, necesarias para negligencia, que vivían las personas con discapacidad pero que deseaban realizar algún tipo de práctica deportiva, que por sus características individuales y recursos económicos no era posible.

### **Procesos legales a Nivel Nacional**

En 1991 la Constitución Política fue creada con énfasis en los derechos fundamentales y sustituyó a la constitución del 4 de agosto de 1886 la cual era de carácter centralista, presidencialista y confesional. De este modo, “en el año 1995 se promulgo la Ley del deporte que asegura la promoción control y seguimiento del deporte, la recreación, la educación física y el deporte paralímpico para las personas con discapacidad. Posteriormente en 1997 en la ley 361, se establecen los mecanismos para la integración social, y se define la importancia que tiene la

práctica deportiva para la calidad de vida y formación profesional de esta población” En el mismo sentido para el artículo 47 la ley colombiana establece los procesos de atención en salud e integración de discapacidad, Hoyos y Zapata (2017).

### **Deportes en agrupación a la discapacidad**

Existen diversas agrupaciones que en glosan la práctica deportiva por discapacidad, a continuación, se resaltan algunas federaciones que permiten esta asignación teniendo la equidad de la práctica deportiva para mayor rendimiento.

#### **Federación de deporte y recreación para parálíticos cerebrales CPISRA**

Los deportes que están incluidos son: Boccia, fútbol siete, Atletismo, natación, ciclismo, arquería, equitación. Algunos de estos deportes participan no sólo personas con parálisis cerebral, sino también con condiciones a nivel neurológico, esta agrupación pertenece a una de las seis clasificaciones de la (Unión de Asociaciones Europeas de Fútbol), “La CPISRA da posibilidades deportivas a un número de personas con parálisis cerebral que, por ejemplo, hayan sufrido una lesión traumática en el cerebro o un infarto cerebral, o que hayan estado en coma mucho tiempo y tengan problemas de coordinación”. (Chaplin, 2014)

#### **Federación de deportes para ciegos IBSA**

Para esta categoría de agrupan los siguientes deportes: atletismo, natación, fútbol reducido y ciclismo en parejas; el deporte permite que la persona ejercite su organismo para mantenerlo en un buen nivel físico, así como también le permite relajarse, distenderse, despreocuparse de la rutina, liberar tensión y, además, divertirse. (Zucchi, 2001)

#### **Federación de deportes para disminuidos intelectuales**

Son diversos, pero aquellos que tienen un aval Paralímpico son el Basquetbol, Atletismo, Natación, tenis de mesa y otros importantes son el fútbol y la gimnasia deportiva. “Esta federación



sólo engloba a los atletas de Nivel “A”, aquellos cuyo coeficiente intelectual según el test de Wisc sea menor de 70 pero cuyas marcas o nivel de juego sean los mejores. No incluye a Atletas de categoría “B” y “C” y con esto se descarta totalmente a aquellos disminuidos intelectuales de nivel moderado y severo.” (Zucchi, 2001)

### **Federación Internacional de deporte en silla de ruedas**

Los deportes que esa federación incluye son: Atletismo, Natación, Basquetbol en silla, Arquería, tiro, Tenis de mesa, Tenis en silla. Para este se tiene en cuenta que la clasificación difiere para los deportes que se realiza desde la silla de ruedas como aquellos que se realizan de forma terrestre como acuático. (Zucchi, 2001)

### **Categoría del deporte paralímpicos**

#### **Atletismo**

Como bien la palabra lo define, este deporte se adapta a las posibilidades de cada atleta, con las directrices de su entrenador o técnico deportivo, quien tiene la función de ayudarlo para que pueda cumplir sus objetivos. Se entiende por atletismo adaptado aquel conjunto de actividades y normas físico deportivas que comprenden las pruebas de velocidad, saltos y lanzamiento, susceptibles de aceptar modificaciones para posibilitar la participación de las personas con discapacidades físicas, psíquicas o sensoriales. (Martínez, 2010)

#### **Baloncesto en Silla de Ruedas**

Los jugadores en sillas de ruedas como su nombre lo indica, son deportistas que por diversos caracteres individuales no presentan un miembro inferior o ambos por lo que para la debida

práctica de la actividad física juegan en sillas de ruedas, en algunos casos no suelen usar las sillas de ruedas para su actividades diarias, todo depende de su estado físico, sin embargo uno de sus prerequisites está el jugar en la debida silla y de esta manera objetivamente logren la funcionalidad grupal a la par, así mismo sus parte superior deberá estar libre para realizar dicha actividad por lo que se hace necesario especificar que deberán tener ambos miembro superiores (brazos).

### **Clasificaciones médicas o funcionales del baloncesto en silla de ruedas.**

Según Martínez (2010), En el baloncesto para discapacitados físicos la clasificación varia, a cada atleta se le da una puntuación entre 1 los más afectados corporalmente, y 4,5 -los menos afectados, y entre los cinco jugadores en cancha no pueden sumar más de 14,5 puntos, para conseguir más igualdad entre los equipos y que llegue a todos los discapacitados por igual por lo que se divide las siguientes clases para la puntuación:

**Clase 1.0:** “Pierde el equilibrio del tronco con los brazos extendidos por encima de la cabeza. Si está apoyado en el respaldo hace pases agarrándose con una mano. Bota el balón cerca del cuerpo y realiza una conducción poco macerada. No controla los abdominales.”

**Clase 2.0:** “Con los brazos por encima de la cabeza tiene una moderada pérdida del equilibrio. Pequeños desequilibrios en los pases de una o dos manos. Es capaz de empujar la silla sin tener contacto con el respaldo. No controla los miembros inferiores.”

**Clase 3.0:** “Excelente estabilidad en el tronco mientras está sentado. Pases de una o dos manos sin apoyo de brazos ni respaldo y manteniendo la estabilidad. Puede rebotar fuertemente con las manos por encima de la cabeza moviendo el tronco en todas direcciones mientras tiene el balón.”

**Clase 4.0:** “Puede mover el tronco energicamente en la dirección del tiro y mantenerlo en la misma dirección. Puede mover el tronco lateral y rotundo en el tiro en uno de los lados más débiles, manteniendo el balón con ambas manos. En un pase es capaz de flexionar, extender y rotar el tronco. Es capaz de recoger un balón en rebote lateralmente, lejos de la silla.”

## **Boccia**

Según el comité paralímpico español, se practica de forma individual, por parejas o equipos, sobre una pista rectangular en la que los jugadores tratan de lanzar sus bolas lo más cerca posible de la pelota blanca que sirve de objetivo, a la vez que intentan alejar las de sus rivales, en un ejercicio continuo de tensión y precisión. Cada jugador, pareja o equipo dispone de seis bolas en cada manga y gana aquel cuya bola termine más cerca de la blanca. Además, recibirá un punto extra por cada bola adicional que haya conseguido acercar a la blanca por delante de la primera del contrario. Las competiciones individuales y por parejas constan de cuatro mangas, mientras que las de equipos se componen de seis.

El deporte de la boccia lo practican personas en silla de ruedas que tienen parálisis cerebral, lesión cerebral o discapacidad física severa, y que se colocan en uno de los extremos del campo, desde donde lanzan las bolas. La competición se estructura por clases de discapacidad:

**BC1:** “los jugadores lanzan la bola con la mano o con el pie y pueden necesitar la ayuda de un asistente situado fuera de la zona de juego para estabilizar o ajustar la silla o pasar la bola al deportista cuando sea preciso.”

**BC2:** “los jugadores lanzan con la mano y no necesitan ayuda.”

**BC3:** “son deportistas con limitaciones de movimiento muy severas en las cuatro extremidades que no tienen fuerza suficiente para lanzar la bola y se sirven de una rampa o canaleta. También requieren la ayuda de un asistente que se coloca en todo momento de espaldas al juego.”

**BC4:** “son deportistas con limitaciones de movimiento muy severas en las cuatro extremidades y en el tronco, pero que sí pueden lanzar la bola sin ayudas y que no precisan asistente.”

### **Ciclismo**

El ciclismo, que comprende pruebas de pista y de carretera, se ha consolidado como uno de los deportes más populares del programa paralímpico. En sus inicios sólo lo practicaban los tándems, formados por un deportista ciego y un piloto sin discapacidad. Pero pronto los avances técnicos permitieron que esta disciplina se abriera a ciclistas con otras discapacidades, hasta convertirlo en el tercer deporte más numeroso de los Juegos. En este deporte participan corredores con discapacidad visual, con parálisis cerebral, amputados o con otras discapacidades físicas, que compiten en tándems, bicicletas convencionales, bicicletas de mano o “hand-bikes” y triciclos. Estas dos últimas sólo disputan las pruebas de carretera. (Comité Paralímpico de España, 2018)

En ciclismo, los deportistas se dividen en trece clases, representadas por una letra que identifica el tipo de bicicleta que se utiliza (B, C, H o T) y por un número, en función del grado de discapacidad. Cuanto más bajo es el número, mayor es la afectación funcional: (Comité Paralímpico de España, 2018)

**B:** “tándems para corredores ciegos y con discapacidad visual acompañados de un piloto sin discapacidad.”

**C1 a C5:** “bicicletas convencionales para ciclistas con discapacidad física o parálisis cerebral.”

**H1 a H5:** “bicicletas de mano para deportistas con lesión medular o amputaciones que no pueden utilizar las piernas para pedalear.”

**T1 y T2:** “triciclos para ciclistas cuya discapacidad afecta a su equilibrio.”

En este capítulo se logró identificar el significado del deporte paralímpico desde una trascendencia histórica, donde además se denominan los diferentes niveles deportivos dentro del deporte paralímpico, por lo que se hace necesario destacar los diferentes deportes que una persona con discapacidad física puede realizar según sea la categoría deportiva en la que se puede desempeñar

para llevar a cabo su actividad física, a continuación se presentan características del contexto donde se llevó a cabo la investigación para mayor conocimiento cultural de la misma.

## Marco Contextual

En este apartado del documento se abordará el marco contextual el cual tiene que ver con el lugar donde los Psicólogos en Formación desarrollarán su investigación, por consiguiente esta se realizará en la Ciudad de Yopal/Casanare, capital del departamento colombiano de Casanare, ubicada cerca del río Cravo Sur, en el piedemonte de la cordillera Oriental. Por su topografía el municipio presenta tres pisos térmicos, cuyas áreas son: Cálido 1906 km<sup>2</sup>, Medio 106 km<sup>2</sup> y Frío 25 km<sup>2</sup>. Fundada por colonos boyacenses de las provincias del Centro y Lengupá, iniciando el año 1915, cuando Elías Granados construye su casa en el mismo sitio donde hoy es el centro de Yopal. A esa fundación se le conocía como «La Estancia de Don Elías», que se convirtió en posada ganadera obligatoria, ya que por ahí tenían que pasar los arrieros que llevaban a Tunja y Santander los ganados para la venta.

Su actividad económica gira en torno a la agricultura, la ganadería y el comercio. La ganadería vacuna es la principal actividad económica de la población. La cría, levante y ceba se realiza en forma extensiva en toda la llanura, especialmente en Paz de Ariporo, Hato Corozal y Trinidad. En cuanto a la agricultura los principales cultivos son arroz riego, arroz seco mecanizado, palma africana, plátano, maíz tradicional, café y yuca. El petróleo es la actividad de mayor generación de ingresos en el departamento de Casanare, siendo los campos de Cusiana y Cupiagua ubicados en los municipios de Tauramena y Aguazul respectivamente algunos de los más importantes del país; y aunque en Yopal no se producen regalías provenientes de la explotación petrolera en su territorio, percibe importantes recursos provenientes de los impuestos de las empresas de esta industria que operan en el departamento, cuya sede principal se encuentra ubicada en Yopal.

Así mismo, el deporte como la Selección Casanare de Baloncesto sobre silla de ruedas, dirigida por el Entrenador Departamental de Indercas y armador de la Selección Colombia, Diego Fernando Capacho actualmente técnico del equipo, se realizará la investigación con este equipo que actualmente cuenta con 25 deportistas de alto rendimiento.

## **Marco Legal**

Para el respectivo trabajo con los deportistas paralímpicos es necesario tener como base algunas leyes, que brindan información congruente y relevante desde la parte legal y jurídica, se estipula en la Ley 1090 del 2006 la cual es la que rige el buen funcionamiento la misma profesión en psicología y también cabe resaltar que la constitución política es en donde se vela por los derechos de las personas. La Ley 1946 – 4 de enero del 2019 ley que tiene por objeto reestructurar el sistema paralímpico colombiano, armonizándolo con las normas internacionales vigentes.

### **Ley 1090 del 2006**

Según (COLPSIC, 2006), La ley 1090 del 2006, Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. el Congreso de Colombia decreta:

#### **Artículo 3o. del ejercicio profesional del psicólogo.**

A los efectos de esta ley, se considera ejercicio de la profesión de psicólogo toda actividad de enseñanza, aplicación e indicación del conocimiento psicológico y de sus técnicas específicas en:

- a) Diseño, ejecución y dirección de investigación científica, disciplinaria o interdisciplinaria, destinada al desarrollo, generación o aplicación del conocimiento que contribuya a la comprensión y aplicación de su objeto de estudio y a la implementación de su quehacer profesional, desde la perspectiva de las ciencias naturales y sociales;
- b) Diseño, ejecución, dirección y control de programas de diagnóstico, evaluación e intervención psicológica en las distintas áreas de la Psicología aplicada;
- c) Evaluación, pronóstico y tratamiento de las disfunciones personales en los diferentes contextos de la vida. Bajo criterios científicos y éticos se valdrán de las interconsultas requeridas o hará las remisiones necesarias, a otros profesionales;

- d) Dirección y gestión de programas académicos para la formación de psicólogos y otros profesionales afines;
- e) Docencia en facultades y programas de Psicología y en programas afines;
- f) El desarrollo del ser humano para que sea competente a lo largo del ciclo de vida.

#### **Artículo 4o. Campo de acción del psicólogo.**

El psicólogo podrá ejercer su actividad en forma individual o integrando equipos interdisciplinarios, en instituciones o privadamente. En ambos casos podrá hacerlo a requerimiento de especialistas de otras disciplinas o de personas o instituciones que por propia voluntad soliciten asistencia o asesoramiento profesional. Este ejercicio profesional, se desarrollará en los ámbitos individual, grupal, institucional o comunitario.

#### **Artículo 5o. Límites de Competencia.**

Dentro de los límites de su competencia, el psicólogo ejercerá sus funciones de forma autónoma, pero respetando siempre los principios y las normas de la ética profesional y con sólido fundamento en criterios de validez científica y utilidad social.

#### **Ley 1946 – 4 de enero del 2019**

Según (TOVAR, 2019), Por medio de la cual se modifica la ley 582 de 2000 y se dictan otras disposiciones, en la cual el congreso de Colombia decreta.



### **Artículo 1°. Objeto.**

La presente ley tiene por objeto reestructurar el sistema paralímpico colombiano, armonizándolo con las normas internacionales vigentes.

### **Artículo 2°. Definiciones. Para efectos de la presente ley, se definen los siguientes conceptos:**

1. Deporte asociado de personas con y/o en situación de discapacidad: se refiere al desarrollo de un conjunto de actividades que tienen como finalidad contribuir a la inclusión de las personas con y/o en situación de discapacidad por medio del deporte ejecutadas por entidades de carácter privado, organizadas jerárquicamente con el fin de promover y desarrollar programas y actividades de naturaleza deportiva para las personas con y/o en situación de discapacidad, con fines competitivos, educativos, terapéuticos o recreativos.

2. Comité Paralímpico Colombiano: es un organismo deportivo autónomo de derecho privado sin ánimo de lucro, de duración indefinida, de integración y jurisdicción nacional, cuya conformación y funciones se rigen por la normatividad paralímpica internacional, con sujeción a las disposiciones constitucionales, estatutarias y legales vigentes. Igualmente, será parte del Sistema Nacional de Deporte y miembro del Consejo Nacional Asesor de COLDEPORTES y sujeto a la inspección, vigilancia y control por parte de COLDEPORTES.

### **Artículo 5°. Funciones del Comité Paralímpico Colombiano.**

El Comité Paralímpico Colombiano como coordinador del deporte asociado de personas con y/o en situación de discapacidad cumplirá con las siguientes funciones:

1. Generar acciones tendientes a la cualificación del recurso humano propio del sector;
2. Contribuir a la construcción y ejecución del Plan Nacional de Desarrollo;

3. Afiliar a las Federaciones Deportivas, conforme a la normatividad paralímpica internacional, con sujeción a las disposiciones constitucionales y legales vigentes;
4. Elaborar en coordinación con las federaciones deportivas afiliadas, el calendario único nacional y vigilar su adecuado cumplimiento;
5. Coordinar con las federaciones deportivas afiliadas, el cumplimiento oportuno de los compromisos y requerimientos que exige el Comité Paralímpico Internacional y demás organismos deportivos internacionales;
6. Elaborar y desarrollar conjuntamente con las federaciones deportivas afiliadas, o directamente según sea el caso, los planes de preparación de los atletas y delegaciones nacionales;
7. Garantizar la participación deportiva del país en los Juegos Paralímpicos y en las demás manifestaciones competitivas;
8. Coordinar la financiación y organización de competencias y certámenes con participación nacional e internacional con sede en Colombia, de conformidad con las disposiciones y reglamentos, previo concepto favorable de Coldeportes;
9. Asesorar al gobierno nacional en la formulación de las políticas, planes, programas y proyectos de deporte recreativo y terapéutico;
10. Coordinar la participación oficial de delegaciones nacionales en competencias multideportivas regionales, continentales y mundiales de conformidad con las disposiciones y reglamentos vigentes sobre la materia del Deporte y la recreación, en las condiciones señaladas por la Cámara de Comercio de su jurisdicción.
11. Inscripción del reconocimiento deportivo en el Registro Único del Deporte y de la Recreación de la Cámara de Comercio con jurisdicción en el domicilio principal.
12. Elaborar los programas de preparación y participación de las delegaciones deportivas en eventos propios internacionales.

13. Desarrollar programas de capacitación y actualización para sus entrenadores, autoridades de juzgamientos y dirigentes deportivos.

14. Cumplir oportunamente los compromisos y los requerimientos que exijan los organismos deportivos internacionales a los que estén afiliados.

15. Prestar asistencia técnica para la realización de los diferentes eventos deportivos realizados en el país.

16. Desarrollar progresivamente sus deportes.

17. Cumplir con el manual de buenas prácticas deportivas, promovido y elaborado por la federación, para regular las relaciones de la entidad deportiva con los atletas individualmente considerados, particularmente en los asuntos relacionados con antidopaje y apuestas ilegales.

18. Las demás que determine la ley.

**Parágrafo.** Las funciones de la Federación Colombiana de Sordos al igual que de los demás organismos deportivos del Sistema Nacional del Deporte, atinentes a la realización de actos en el Registro Único del Deporte y de la Recreación de la Cámara de Comercio con jurisdicción en el domicilio principal, quedarán supeditados a la expresa creación legal de éste último y a su entrada en vigencia.

## **Metodología**

### **Tipo de investigación**

La presente investigación es de tipo cualitativa, la cual utiliza la recolección de información con la técnica entrevista semiestructurada, que tiene como propósito el analizar comportamientos naturales, discursos, respuestas abiertas para la posterior interpretación de significados, con el fin de estudiar una realidad en su contexto natural. (Hernández, R., Fernandez, C., & Baptista, M., 2014). Cabe resaltar que, en la investigación cualitativa las variables se describen en un contexto determinado, esta investigación busca demostrar de forma objetiva la relación que existe entre la práctica deportiva y el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos del equipo de baloncesto en silla de ruedas de la ciudad de Yopal/Casanare por medio de un estudio de caso con triangulación poblacional.

### **Diseño y Alcance de Investigación**

Así mismo el tipo de diseño de investigación que se llevará a cabo es narrativo, según (Hernández, R., Fernandez, C., & Baptista, M., 2014) este diseño pretende entender la sucesión de hechos, situaciones, fenómenos, procesos y eventos donde se involucran pensamientos, sentimientos, emociones e interacciones, a través de las vivencias contadas por quienes los experimentaron. por lo cual, buscamos comprender la influencia de la práctica deportiva en el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos, para esto se realizará una triangulación poblacional con deportistas, familiares y técnico del equipo, ya que estos son los involucrados directamente con el fenómeno a estudiar.

Por otro lado, según (Hernández, & cols 2014). El alcance de la investigación es descriptivo – exploratorio, tiene como objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual surgen muchas dudas o no se ha abordado antes y el exploratorio busca

especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. La investigación contará con un corte transversal debido a que la recolección de la información se realizará en un único momento.

## **Población**

En esta investigación se trabajará con personas que oscilen entre los 18 y 25 años de edad (Adulthood temprana), donde en esta etapa los seres humanos construyen sus fundamentos de gran parte de su desarrollo posterior. Los individuos a tener en cuenta, serán residentes de la ciudad de Yopal/Casanare que pertenezcan a la liga Casanare de baloncesto en silla de ruedas, así mismo, familiares y técnico del equipo.

## **Muestra**

Este estudio cuenta con once participantes de sexo masculino y femenino en donde contaremos con cinco deportistas, cinco familiares de los deportistas y el técnico del equipo, los cuales pertenecen a la liga Casanare de baloncesto en silla de ruedas de la ciudad de Yopal/Casanare. El muestreo que se realizó es no probabilístico de tipo intencional o de conveniencia, dado que según Hernández, & cols (2014), en el muestreo por conveniencia se escogen las unidades a entrevistar siguiendo criterios de conveniencia del investigador o de los objetivos de la investigación, para así generar suficiente información para el fenómeno que se va a estudiar.

De este modo, los participantes que fueron elegidos para la aplicación de la técnica (Entrevista semi-estructurada) fue de manera voluntaria, se solicitó que fueran sujetos que hayan pasado por una situación en la cual perdieron uno de sus miembros inferiores o movilidad en ellos, del mismo modo, que contaran con la facilidad de entrevistar a sus familiares. Por último, el equipo cuenta con un único técnico.

## **Categorías**

### **Proyecto de Vida.**

Hernández, (2004). El Proyecto de Vida es la estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones vitales. (pág.3).

### **Resiliencia.**

Para la Psicología del Deporte, donde Secades (2013) de la Universidad de León – España, manifiesta cómo ha aumentado el interés de la comunidad científica en el constructor de resiliencia, sobre todo en el ámbito del rendimiento deportivo y consultando a varios investigadores, realiza un compendio de la definición de resiliencia como “una habilidad individual para mantener, relativamente estable, los niveles de funcionamiento y competencia de la salud física y psicológica, o experimentar una adaptación positiva una vez ha pasado la exposición a una significativa adversidad” (p.11).

### **Adaptación.**

Gómez (2018), proponen que la adaptación a los nuevos estilos de vida, son concebidos como un conjunto de conductas consistentes en el tiempo, que determinan el proceso de salud-enfermedad en combinación con la vulnerabilidad biológica, la edad, el sexo, la reactividad psicofisiológica y las redes de apoyo. Dicho concepto abarca comportamientos complejos como la actividad física, el uso adecuado del tiempo libre, la alimentación saludable y el autocuidado médico (pág.156).

### **Aceptación a la realidad.**

Según Carl Rogers, (S.f) citado por Velazquez, (2018). La aceptación personal favorece la empatía y la seguridad no solo en las relaciones con otras personas, sino también con uno mismo. Durante el proceso de aceptación se establece una relación honesta a través de la cual los individuos eligen la distancia que toman con las barreras encontradas.

### **Técnicas de recolección de información.**

#### **Entrevista Semi-estructurada.**

Según (Laura Díaz-Bravo, 2013), expone que la entrevista semiestructurada presenta un grado mayor de flexibilidad que las estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas, que pueden ajustarse a los entrevistados. Su ventaja es la posibilidad de adaptarse a los sujetos con enormes posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos.

Esta técnica como lo refiere el autor citado anteriormente, se utiliza preguntas abiertas y de esta manera generar una guía para recolectar otro tipo de información adicional, fortaleciendo de forma más concreta y detallada la investigación.

#### ***Técnica uno: entrevista semi-estructurada a deportista paralímpicos.***

Teniendo en cuenta las categorías de abordaje en la investigación, se hará un total de 20 preguntas a los deportistas paralímpicos, el abordaje será individual, en el espacio y tiempo con que cuente el entrevistado, para que así brinde una disposición óptima y sin presión alguna. La idea es que la información que nos suministre el sujeto, sea de forma fluida y natural. (Apéndice B)

El tiempo de duración aproximadamente es de una hora, debido a que los temas cualitativos se prestan para generar una extensión de tiempo, dado que se busca recabar cada tema, hasta los más mínimos detalles, y con más información desde luego sería nutrir y fundamentar más estas teorías.

***Técnica dos: entrevista semi-estructurada a familiares.***

Según las categorías de abordaje en la investigación, se hará un total de 23 preguntas a los familiares de los deportistas paralímpicos específicamente aquellos que han estado durante su proceso en el deporte paralímpicos (mamá, papá, hermanos, esposa e hijos). el abordaje será individual, en el espacio y tiempo con que cuente el entrevistado, para que así brinde una disposición óptima y sin presión alguna. La idea es que la información que nos suministre el sujeto, sea de forma fluida y natural. (Apéndice A)

El tiempo de duración aproximadamente es de una hora, debido a que los temas cualitativos se prestan para generar una extensión de tiempo, dado que se busca recabar cada tema, hasta los más mínimos detalles, y con más información desde luego sería nutrir y fundamentar más estas teorías.

***Técnica tres: entrevista semi-estructurada a técnico.***

Teniendo en cuenta las categorías de abordaje en la investigación, se hará un total de 15 preguntas a los técnicos que han realizado el acompañamiento durante este proceso, el abordaje será individual, en el espacio y tiempo con que cuente el entrevistado, para que así brinde una disposición óptima y sin presión alguna. La idea es que la información que nos suministre el sujeto, sea de forma fluida y natural. (Apéndice C)

El tiempo de duración aproximadamente es de una hora, debido a que los temas cualitativos se prestan para generar una extensión de tiempo, dado que se busca recabar cada tema, hasta los más mínimos detalles, y con más información desde luego sería nutrir y fundamentar más estas teorías.



### **Validez y confiabilidad**

Esta investigación contó con una valoración de Juicio de Expertos, donde estos evalúan si son o no pertinentes cada ítem redactado dentro de cada categoría, buscando así una mejor obtención de resultados a la hora de aplicar esta técnica de recolección de datos y triangulación poblacional.

### **Triangulación Poblacional**

En primera instancia se aplican las técnicas de recolección, como ya se nombró anteriormente, la entrevista semi-estructurada. De aquí se parte para proseguir con procedimiento de la investigación, que es realizar la triangulación de la información obtenida por cada uno de los sujetos. (Deportistas paralímpicos, familiares y técnicos del equipo).

### **Juicio de Expertos**

En esta parte, se busca una evaluación para la técnica que se utilizara para la recopilación de datos, que es la entrevista semi-estructurada, donde se les pide voluntariamente a expertos en el tema, evaluar si es o no pertinente los ítems que conforman cada categoría, los expertos son: la docente Nubia Esther Rivera Mogollón de la facultad de salud (Psicóloga Clínica); el docente Zahir Eduardo Ramos (Psicólogo Deportivo); Edgar Augusto Suarez Arenas (Psicólogo Esp. en Seguridad y Salud en el Trabajo), Con ellos se busca la aprobación de la técnica que evaluara la postura de los sujetos a entrevistar en dicho tema.

### **Consentimiento Informado**

En este documento reposa la confidencialidad y el anonimato que se tendrá en cuenta con cada sujeto que se aplique las técnicas de recolección de datos (Entrevista semi-estructurada), con el fin de salvaguardar su identidad en el estudio. Sin embargo, cabe resaltar, que todo lo que se manipule dentro del proyecto es netamente educativo, sin fines ni objetivos ajenos a lo que se busca en la investigación. (Apéndice D)

## **Presentación de Resultados**

En el siguiente apartado, se describen los resultados que se obtuvieron durante la elaboración de la investigación en vista de la técnica que se aplicó, como es, la entrevista semiestructurada. Esta técnica tuvo una duración de 30 a 45 minutos por participante. En la cual se abordaron cuatro categorías por participante en estas encontramos proyecto de vida, resiliencia, adaptación y aceptación a la realidad. Sin embargo, la técnica aplicada al técnico del equipo solo abordó tres categorías; proyecto de vida, resiliencia y adaptación.

Los resultados obtenidos se realizaron a través de la triangulación poblacional con once participantes, deportistas, familiares de deportistas y técnico del equipo, para lograr una mayor comprensión del proceso de resiliencia que presentan los deportistas paralímpicos de la liga Casanare. Fue de gran relevancia la aplicación de la técnica a familiares ya que los deportistas no generaban la suficiente información acerca de su proceso. El técnico del equipo proporcionó información respecto a la práctica deportiva y como es el proceso en esta etapa de sus vidas.

Tabla 1 - Entrevista Semiestructurada a Deportistas

Categoría 1. Proyecto de vida					
Preguntas	Respuestas	Palabras clave	Meta análisis	Unidad de Análisis	Análisis
1. ¿Cuándo establezco metas a futuro como persisto para alcanzar las?	<p>S1. “He primero esforzarse y segundo sacrificar algunas cosas para poder alcanzar las metas, sacrificar cosas en relación a que en algunas circunstancias uno no puede y toca hacer el sacrificio de hacer lo imposible para poderlo alcanzar.”</p> <hr/> <p>S2. “Acomodando los tiempos, en esta vida nada es gratis así que consiguiendo dinero para poder lograrlo y pues algo fundamental querer llegar hacerlo porque de nada sirve querer llegar hacerlo si nunca se hace.”</p>	Con esfuerzo y sacrificio	S1, S2, S4 y S5 con esfuerzo, sacrificio, disciplina y ganas, S3 deja que las cosas se den por si solas.	Esfuerzo y sacrificio.	Para la primera pregunta de la categoría de proyecto de vida, en la primera pregunta sobre: como persiste el deportista para alcanzar las metas a futuro se puede observar que las respuestas podrían llegar a ser similares, debido a que los participantes coinciden en que la inclinación para alcanzar sus objetivos fueron el interés persistente por dicho interés, dejando a un lado las imposibilidades físicas, emocionales y afecciones ocasionadas por la sociedad; Sin

<p><b>S3.</b> “Pues casi siempre, no se solamente ocurre siempre deajo que todo se vaya dando poco a poco, hay personas que se preocupan mucho por eso, yo solo espero a que las cosas se van dando de alguna forma hay que sobrevivir.”</p>	<p>Dejo que todo se vaya dando poco a poco... De alguna forma hay que sobrevivir.</p>	<p>embargo un deportista menciona verbalmente que “Dejo que todo se vaya dando poco a poco... De alguna forma hay que sobrevivir.” no muestra interés y/o motivación por persistir a alcanzar las metas que se propone, esto podría estar relacionado con el no tener ese cambio de adaptación frente a cosas que lo motiven para alcanzar su futuro.</p>		
<p><b>S4.</b> “Con disciplina y humildad se llega a donde sea.”</p>	<p>Disciplina y humildad</p>			
<p><b>S5.</b>”Trabajando para lograr las metas porque la vida no es fácil, tiene complicaciones.”</p>	<p>Trabaja ndo para lograr las metas</p>			
<p>2. <b>¿Cuándo se le presenta una situación</b></p>	<p><b>S1.</b> “Tratando de solucionarlas, de buscar una solución para poder salir de esas.”</p>	<p>Buscan do soluciones</p>	<p>S1, S2, S3, S4 y S5 a buscando soluciones</p>	<p>Búsqued a de En la segunda pregunta de la primera categoría donde se aborda acerca de cómo el deportista enfrenta las situaciones difíciles,</p>

---

**n difícil  
de qué  
manera  
la  
enfrento  
?**

---

Buscan

**S2.** “Poniendo la cara, si yo do  
cometí un error, escuchar y solución  
después responder buscando una  
solución, porque todo en esta vida  
tiene solución menos la muerte, la  
gente a veces se agobia por  
errores, pero no se dan cuenta que  
esas situaciones sirven para  
mejorar uno como persona.”

Buscan

**S3.** “A veces con ayuda de  
amigos, hablamos del tema, tengo do  
varios amigos con lo que puedo soluciones,  
contar ellos me ayudan,”

---

todos los deportistas coinciden sobre la misma respuestas, la búsqueda de soluciones en su cotidianidad, es su primera opción frente a alguna dificultad, sea cual sea la problemática, las estrategias que presentan es la búsqueda de soluciones y dependiendo de la situación difieren frente a las opciones, escogiendo en la mejor alternativa para el mismo, favoreciendo a nivel personal, grupal o familiar, puesto que siempre ponen en frente la preocupación colectiva, además de esto detallan el aprendizaje que cada situación de adversidad deja en su vida, está posible búsqueda de soluciones en su mayoría es individual, solo es casos necesarios requieren de la ayuda de la red de

		apoyo de amigos			apoyo de cada participante como lo es familiares o amigos.
	S4. “Le pido a Dios ya que el quien decide, buscando soluciones y en situaciones de trabajo nosotros podemos, solo tenemos una limitación física.”	Buscan do soluciones			
	S5. “Solucionando los problemas, hablándolos y si es relacionado al deporte entrenando mucho para solucionarlo.”	Buscan do soluciones			
3. <b>¿Cómo logro darles solución a las dificultades?</b>	S1. “No estresarse y buscar alguna solución más apropiada, puede ser contándole a un familiar de uno para que le ayude a solucionar.”	No estresarse y buscar solución	S1, S2 Y S3 pensar o reflexionar y buscar soluciones y S4 adaptación	Reflexio nar y buscar soluciones.	Para la pregunta número tres de la categoría de proyecto vida donde va en caminata a como los deportistas logran darle solución a las dificultades, al unir las respuestas de cada participante se puede evidenciar que manejan un

---

**S2.** “Pensando con cabeza fría, reflexionando un poco sobre todo lo que está pasando y pensando en un futuro de cómo hacer las cosas mejor.”

Pensar y reflexionar y S5 con positivismo

autocontrol emocional, donde no dejan que las emociones difieran como los pensamiento pues reflexionan frente a lo ocurrido en la búsqueda de estrategitas, los participantes difieren que dependiendo de la situación la solución es individual y que solo en casos necesarios que requieren de algún tipo de ayuda externa, buscan su red de apoyo para que les brinde apoyo frente a la situación.

---

**S3.** “Creo que primero pienso las cosas, pensando bien en las cosas y ahí si en actuar, siempre busco soluciones solo y después miro a ver si necesito de alguien que me ayude y si es casos extremos busco a mi hermana.”

Pienso y busco

busco soluciones

---

Adaptación

**S4.** “Al comienzo fue frustrante con mi discapacidad, ya a los 14 años realice un proceso de adaptación conmigo mismo para mayor beneficio.”

---



		Soy una persona muy positiva, mi autoestima es muy positiva, veo la vida de una forma muy bonita y eso es motivación para mí.”	Continu	S1, S2,	Continua	
4. <b>¿Cuáles eran sus intereses antes de enfrentar su situación actual?</b>	<b>S1.</b> “Antes eran terminar el estudio, salir adelante y ser deportista.”		ar los estudios y ser deportista.	S3 continuar los estudios, S4 familia y S5 no tenía intereses debido a la edad.	r los estudios.	Para esta pregunta sobre cuáles eran los intereses antes de enfrentar su situación actual se evidencia que los sujetos refieren que eren continuar los estudios, es decir vieron al accidente como una imposibilidad para seguir estudiando, en esta pregunta se puede observar los sueños frustrados de los deportistas en relación a que los diversos motivos que ocasionaron su estado físico, fue para ellos una manera de troncar
	<b>S2.</b> “Estudiar, quería estudiar ingeniería en sistemas.”		Continu ar los estudios.			

	S3. “Pues me gustaba mucho trabajar en fincas tenía pensado estudiar, pero a largo plazo quería estudiar ingeniería civil.”	Trabaja r y estudiar.				sus metas sobre el futuro, debido a que ninguno de ellos continuo estudiando ya que ven su estado físico como una afección intelectual, hay que añadir a esto que un deportista continua con el ideal de que no manifestaba tener ningún interés personal a futuro pues se enfoca en el diario vivir y por otro lado un participante que debida a su corta edad manifiesta no haber tenido intereses por lo que puede pobre llevar una ventaja sobre los demás debido a que aprendió a vivir con la condición física a muy temprana edad.
	S4. “No había pensado en eso, me propongo metas a corto plazo por mi esposa soy una persona que solo me apasiona por una cosa. La familia.”	Familia.				
	S5. “Yo perdí mi pierna a los cinco años entonces los intereses no tenia, al ser un niño no sabía cosas de la vida.”	Los intereses no tenia, al ser un niño no sabía cosas de la vida.				
5. <b>¿Cuáles son sus intereses teniendo</b>	S1. “Pues no sé porque la verdad yo vivo el día a día, a ratos quisiera estudiar a ratos no, pero	Estudiar , vivir el día el día.	S1, y S2 Superarse día a día, S3 no tiene	Superación personal.		Para la pregunta número cinco de la primera categoría de la entrevista semi estructurada los sujetos difieren sobre las opciones de

<p><b>en cuenta su situació n actual?</b></p>	<p>me gusta vivir el día a día tal cual llegue.”</p>	<p>claro sus intereses, S4 continuar los estudios y S5 Entrenamie</p>	<p>respuestas sin embargo se puede observar que aunque los intereses motivacionales son diversos existe una inclinación hacia que todos los sujetos tienen en común y es el querer superarse, como se mencionó, para cada individuo es diferente pero se logra concretar que todo tienen intereses por superarse ya sea en el deporte o culminando sus estudios.</p>
<p><b>S2.</b> “Mis intereses son Superas superarme cada día y salir e día a día. adelante, ser cada día mejor.”</p>	<p>nto.</p>		
<p><b>S3.</b> “Pues no sé yo a veces me confundo, no tengo muchos planes por ejemplo ahorita me quiero retirar del trabajo para ir a entrenar más siento que me han apoyado mucho y que no he podido acompañarlo.”</p>	<p>No tengo claro lo que quiero.</p>		
<p><b>S4.</b> “Yo deseaba ser un profesional, ingeniero químico.”</p>	<p>Continu ar sus estudios.</p>		

	S5. “Mi motivación actual... muy bien, no me puedo quejar, tengo en mente entrenar mucho para lo que se viene en la otra liga de España.”	Entrena r mucho.				
6. <b>¿Cuáles son sus redes de apoyo actualmente?</b>	S1. “Mi mamá mi tío Y con quien vivo acá.”	Mama y Tío.	S1, S4, mamá y pareja	S3, S5 familia, y	Familia.	Para la sexta pregunta de la categoría de proyecto de vida se observa que las redes de apoyo de los sujetos son la familia, para algunos es el primero núcleo familia o consanguinidad, donde se menciona a la madre en primera instancia y en segunda instancia hermanos, tíos y como red de apoyo mencionan a los amigos donde por motivos de trabajo del deporte es con quien han logrado convivir los últimos años y por supuesto han logrado fijar en estos un gran apoyo.
	S2. “Mi madre y mi pareja.”	Mamá y pareja.				
	S3. “Pues cuando me siento muy afectado económicamente cuanto con mi hermana o con mis amigos de resto está mi hermana.”	Hermana y amigos.				
	S4. “Mi mamá mi papá mi jefe de trabajo y mi esposa.”	Familia, esposa y				

		jefe de trabajo.				
	S5. “Mi familia.”	Familia.				
7. <b>¿De qué manera han influido estas redes de apoyo en su vida?</b>	S1. “En ayudarme a ser mejor personas, en cambiar aspectos de mi vida para ser mejor, para ser una persona de bien.”	Ser mejor persona.	S1, ser mejor persona, S2 y S4 salir adelante, S5 apoyo psicológico y económico.	Salir adelante.		En la última pregunta para la categoría de proyecto de vida, sobre cómo han influido las redes de apoyo, se evidencia que en todos los deportistas las diversas redes de apoyo han brindado diferentes maneras de apoyar frente a la correspondiente situaciones, para algunos el apoyo a sido económico debido a la falta de posibilidades laborales por su estado físico y discriminación por parte de la sociedad, además a esto refieren que el apoyo emocional por parte de los mismo ha sido de gran ayuda para el
		En salir adelante.				
	S2. “En el apoyo de uno, en el salir a delante en no dejarme ahí achicopalar.”					
	S3. “Con mis amigos del deporte y del trabajo siempre	No responde a				

---

estamos ahí para lo que la  
necesitemos.” pregunta.

---

En salir

**S4.** “Mi familia ha sido un adelante.  
apoyo muy fuerte hay situaciones  
en las que yo digo no más, pero  
ellos son mi mayor impulso, ellos  
me dice, si usted puede yo puedo.”

---

**S5.** “Apoyo psicológico y Apoyo  
económico.” psicológic  
o y  
económico

desear salir adelante y superarse día  
a día, y el ver su condición física  
solo como la falta de un miembro  
corporal más no una discapacidad.

---

---

**Categoría 2. Resiliencia.**


---

Preguntas	Respuestas	Palabras clave	Meta análisis	Unidad de Análisis	Análisis
<b>1. ¿Se siente preparado para afrontar situaciones del presente, sin ayuda de alguien más?</b>	<b>S1.</b> “Si al ciento por ciento, soy totalmente independiente.”	Totalmente independiente.	S1, S3, S4 y S5 independiente, S2 sobrevive como puede.	Independiente	Para la primera pregunta de la categoría de proyecto de vida dentro de las respuestas de los deportistas se puede observar que definen su independencia para realizar actividades que están al respectivo alcance de cada uno, es decir lo único que no permite el no llevar a cabo una acción son impedimentos por falta de acceso a algunas partes del hogar, o de
	<b>S2.</b> “Si claro ya lo estoy haciendo, ya tengo tres años acá vivo con un tío, pero él no mantiene en la casa yo vivo solo, acá	Si claro... sobrevivo como puedo.			

---

	en Yopal no tengo a nadie solo lo tengo a él, yo sobrevivo como puedo.”							lugares públicos no adecuados para el desplazamiento en la silla de ruedas, además a esto en necesario resaltar, que debido a estas situaciones los deportistas realizan esfuerzos para poder lograr objetivos a menos de que su impedimento realmente sea mayor y no exista posibilidad alguna de realizar alguna tarea, sin embargo siempre tratan de llevar acabo ya sea por ayuda externa.
	<b>S3.</b> “Yo sí soy independiente, lo único que no hago es cocinar porque hay un muro y por la silla no puedo pasar.”	Independiente.						
	<b>S4.</b> “Si claro, yo pienso que si se puede sin ayuda de ellos, si puedo.”	Puedo serlo sin ayuda.						
	<b>S5.</b> “Si claro, soy totalmente independiente.”	Totalmente independiente.						
<b>2. ¿Que ha sido lo más importante para usted después de enfrentar su</b>	<b>S1.</b> “Emm salir adelante”	Salir adelante.	S1	salir adelante, Hija, S3 ver y pensar la vida de otra manera, S4	Diversos factores individuales internos /o externos para cada deportista.			En la segunda pregunta relacionada a que ha sido lo más importante para cada individuo después de enfrentar la actual



<b>situación actual?</b>	consiente de enfrentar la situación, S5	situación de la categoría de resiliencia se puede observar que existen diversos motivos de importancia para cada sujeto puesto que dentro de las motivaciones de cada uno de los mismo están sus mayores significados de la experiencia ocurrida, para algunos el deber de adaptarse a una nueva situación de vida y poder comprenderla desde el estado físico y vivencial y no como la sociedad percibe a un discapacitado físico sino vivir la adaptación frente al cambio de estilo de vida, además a esto algunos se
S2. “Mi hija, mi Hija. motivación”	Basquetbol.	
S3. “Yo creo que el accidente me ayudo a ver la vida de otra manera, cambio la vida de otro sentido, de pensamientos. jamás me imagine estar en una situación así, me ha cambiado mi forma de ver y pensar la vida, me ha cambiado los pensamientos, antes era más irresponsable.”	A ver y pensar	
S4. “Haber conocido a mi esposa, y el ser consiente de enfrentar mi situación.	Esposa y el ser consiente de enfrentar la situación.	

<p>situación actual; Las personas con discapacidad se acostumbran a ser cadecendentes de las demás personas, pero no debe ser así”</p>		<p>enfocaron en el ser querido que la situación trajo a sus vidas, parejas, hijos sin embargo el S5 relaciona que lo más importante fue el deporte, después de realizar la práctica deportiva le ayudo para el motivarse a seguirlo practicando y estar dentro de los mejores además del aumento del autoestima.</p>		
<p><b>S5.</b> “El basquetbol, antes de eso tenía el autoestima muy baja por lo que me faltaba.”</p>	<p>El basquetbol aumento la autoestima.</p>			
<p><b>3. ¿Qué ha sido lo más difícil que ha enfrentado después de su situación actual?</b></p>	<p><b>S1.</b> “Lo más difícil ha sido, despertar y saber que no se puede caminar, estar acostumbrado a caminar y después tener que acostumbrarse a que ya no puede y le toca es en una silla.”</p>	<p>Despertar y saber que no se puede caminar.</p>	<p>S1 Y S2 el no volver a caminar, S3 en la salud y S4 y S5 discriminación.</p>	<p>No volver a En la pregunta número tres de la categoría de resiliencia se evidencia lo que para cada sujeto fue más difícil de enfrentar después de enfrentar la situación actual y se envidian que para algunos</p>

---

**S2.** “No volver a caminar.”      No volver a caminar.

---

En la salud.

**S3.** “Son cosas de salud pero en realidad no las siento pero si me afectan, tengo problemas en las sacras del glúteo, en la salud me afecto mucho, perdí movilidad de la cintura para abajo.”

---

Discriminación

**S4.** “Mi infancia fue muy dura debido a la discriminación por parte de la sociedad.”

---

deportistas las afecciones fueron la discapacidad física, la adaptación al nuevo cambio de estilo de vida, el no poder realizar las actividades que eran de mayor placer por afecciones físicas, el estar dependiente a la silla de ruedas y el uso adecuada de la misma, además a esta adaptación personal también se observa como para otras deportistas la complejidad estuvo predispuestas por la sociedad al presentar discriminación por su estado físico, el recibir constantes rechazos que

		Discriminación				impedían el adaptarse a l nuevo estilo de vida.
	S5. “La discriminación por la apariencia física.”	por la apariencia física.				
<b>4. ¿Cómo son sus lazos afectivos e íntimos con otras personas?</b>	S1. “Bien, soy recochero, se me hace fácil realizar una conversación.”	Se me hace fácil realizar una conversación.	S1 se le hace fácil, S2 con fluidez, S3 no es muy sociable después del accidente, S4 es muy sociable y S5 excelente.	Con fluidez.	Con fluidez, personas sociales.	En la cuarta pregunta de la categoría de resiliencia hacer de como son los lazos afectivos e íntimos de los deportistas con otras personas se llega a comprender que en base a sus respuestas, los deportistas manifiestan ser personas sociales que interactuar con personas desconocidas con facilidad, puesto que la mayor dificultad es iniciar la conversación pero mantener un dialogo fluidos se les hace fácil, por lo que están en
	S2. “Normal, con fluidez normal.”					
	S3. “Pues no soy muy sociable, pero si me hablan le habló pero él yo llegar y hablarles no, antes del accidente si lo era pero ahorita no el accidente me cambio me volví más serio.”	No soy muy sociable, antes del accidente si lo era pero ahorita no.				

<p><b>S4.</b> “La persona que llegue hablar conmigo soy muy sociable, la relación con mi familia y esposa es muy buena, antes no pero ahora sí.”</p>	<p>Soy muy sociable.</p>	<p>interacción constante con la sociedad sin embargo para el sujeto tres después de enfrentar su situación actual ha llegado a presentar afecciones relaciones interpersonales después de lo ocurrido ya que manifiesta verbalmente que: “No soy muy sociable, antes del accidente si lo era pero ahorita no.” Visto de otro modo el accidente puede a ver presentado manifestaciones en las relaciones interpersonales por la negación a la discriminación de la sociedad por el estado físico.</p>
<p><b>S5.</b> “Mi relación es excelente con los demás.”</p>	<p>Excelente.</p>	

<p><b>5. ¿Qué ha hecho para aceptarse a sí mismo?</b></p>	<p><b>S1.</b> “Ser fuerte en la mente y aceptar la realidad en la que estoy, ser fuerte psicológicamente.”</p>	<p>Aceptar la</p>	<p>S1, S3 Han sido En la pregunta cinco aceptar la diversas formas sobre la aceptación realidad, S2 ser de aceptación personal de la categoría de el mismo, S4 personal en los resiliencia se evidencia cambio de deportistas como que cada individuo según pensamiento, lo es aceptarse, el estilo de personas que S5 no se cambiar de tena el aceptarse varia, pensamiento o para algunos ha sido fácil acompleja. por el contrario el comprender su cambio, no acomplejarse. para otras ha podido ser complejo la nueva adaptación, el proceso de resiliencia para esta pregunta se observa en función a la personalidad de los sujetos que no se cuestionaron por su apariencia física solo continuar con su vida.</p>
	<p><b>S2.</b> “Ser yo mismo”</p>	<p>Ser el mismo.</p>	
	<p><b>S3.</b> “No he hecho nada, pues eso se acepta día a día porque no hay de otra, si uno ya no puede jugar futbol pues no se puede, se acepta y no se hace.”</p>	<p>Nada, se acepta y se hace.</p>	
	<p><b>S4.</b> “Mi pensamiento cambio cuando quería conseguir a alguien,</p>	<p>Cambio de Pensamiento.</p>	

---

cambio en mi mente y de limitarme, Dios es mi ayuda.”

---

No me

S5. “Mi autoestima es alta no me acomplejo, tengo una familia y un trabajo que amo.”

---

**6. ¿Mencione**

**algunas situaciones en las que se ha confrontado consigo mismo?**

S1. “Para el mejorar cada día en el deporte.”

Para mejorar en el deporte.

S1 para mejorar en el deporte, S2 y S4, todos los días, S5 dejo de hacerlo y S3 se confrontada

Por deporte y personales.

Para la sexta pregunta de en qué situaciones el deportista se ha confrontado consigo mismo, se evidencia que existen diversos motivos personas que han llevado a que los deportistas se confronten como lo es la práctica deportiva, para mejorar en el trascurso de los curso, mejorar la actividad física,

---

S2. Uno todos los días comete errores, ya sean cosas buenas o cosas malas, a veces uno cree que está haciendo las cosas bien pero puede que

Todos los días comete errores, a veces uno hace las cosas bien pero puede que para los demás no sea así.

debido a que era alcohólico.

---

para las demás personas no seas así entonces uno todos los días está allá y acá quien diga que hizo todo perfecto es una gran mentira.

habilidades dentro en basquetbol, además a esto el sujeto 3 solía ser alcohólico estado por el cual se encuentra en este estado físico por motivos de salud el sujeto manifiesta haber dejado de consumir altas cantidades de alcohol por afecciones de salud, y es necesario recalcar que a pesar de que el consumir alcohol permitió estar en esta situación aun así después lo seguía practicando es curioso ver este de situaciones y es de analizar su incidencia con el alcohol sin medir prejuicios.

---

Era alcohólico

**S3.** “Me he enfrentado antes del últimamente, yo era accidente incluso alcohólico antes del después del accidente incluso después accidente del accidente también también, pero el pero el tema de salud me tema de salud me motivo a dejarlo porque motivo a dejarlo me afecta hasta hace poco porque me afecta. lo dejé.”

---

**S4.** “En el transcurso En el de todos los días, en transcurso de necesario buscar todos los días, en

---



momentos y de analiza necesario buscar  
frente a las situaciones del momentos.  
día.”

**S5.** “Hace mucho Se  
tiempo me cuestionaba Cuestionaba  
mucho por lo que tenía mucho por lo que  
siempre, me daba golpes tenía siempre...  
de pecho por lo que me me daba golpes de  
había pasado.” pecho por lo que  
me había pasado.

Adicional a esto el  
deportistas número cinco  
solía confrontarse antes  
por su apariencia física,  
después de haber realizado  
la práctica deportiva le  
ayudo para mejorar y  
adeudarse a la situación de  
vida.

## 7. . ¿Qué es lo

**que lo  
motiva y le  
apasiona en  
su vida?**

**S1.** “Me motiva mi  
madre y me apasiona el  
deporte, ser divertido.”

Lo motiva la  
madre y lo  
apasiona  
deporte.

S1, S2, S4 y  
S5 los motiva  
la familia y les  
apasiona el  
deporte. S3

Familia y  
deporte.

Solo la familia.

**S2.** “Me motiva mucho  
mi hija y ¿qué me  
apasiona? Por el momento  
Lo motiva su  
hija y le apasiona  
el basquetbol.

En la última pregunta  
de la categoría de  
resiliencia sobre que los  
motiva y les apasiona en la  
vida, se observa que a los  
deportistas los les motiva  
la familia, debido a que es  
con quien siempre cuentan  
ese apoyo de motivación

---

me apasiona mucho el Baloncesto.”

---

Familia.

**S3.** “Más que todo mi familia sino fuera porque desde pequeño me prometí a mí mismo darle a mi familia un cambio, pero yo trabajo y veo que no lo es todo, estudiaría algo con lo que consiga trabajo todo el tiempo para ayudar a mi familia con el dinero.”

---

Familia de

**S4.** “Mi familia y el deporte son quienes me ayudan con esto, y por supuesto mi esposa.”

---

por las ganas de querer salir a adelante para demorarse a sí mismo de lo pueden llegar a ser capaz y así mimos demostrarle a ellos como familia lo que ellos son capaz de lograr, adicional a esto se evidencia que el deporte actualmente es lo que más los apasiona, el querer cada día ser mejor y poder mejorar habilidades del deporte que les ha brindado herramientas para salir adelante, les sirvió para encontrar ese refugio del que hacer en su cotidianidad.

S5. “Jugar baloncesto y me motiva mi familia.” Motiva la familia y apasiona el jugar baloncesto.

### Categoría 3. Adaptación.

Preguntas	Respuestas	Palabras clave	Meta análisis	Unidad de Análisis	Análisis
1. ¿Cuándo enfrenta nuevas situaciones cómo reacciona ante ellas?	S1. “Aceptar las experiencias que son cosas que quedan guardadas.”	Aceptar las experiencias.	S1, aceptar las experiencias, S2 disfrutándolas, S3 se adapta,	De manera positiva.	En la primera pregunta de la categoría de adaptación, sobre como los deportistas enfrentan situaciones nuevas, los sujetos manifiestan, se evidencia que los deportistas presentan habituación frente a nuevas situaciones, algunos desde
	S2. “Disfrutándolas”	Disfrutándolas.	S4 confianza, S5 positiva.		
	S3. “No se normal me adapto.”	Me adapto.			

<p><b>S4.</b> “Con duda al en sí mismo para reaccionar, con confianza en enfrentar nuevas sí mismo para enfrentar experiencias y nuevas experiencias y mentalidad mentalidad positiva de que positiva. siempre va a poder.”</p>	<p>Con confianza</p>	<p>el conformismo logran simplemente aceptar la situación y convivir con ella, otros ven la experiencia como algo nuevo y positivo de la vida de dónde sacan un aprendizaje y simplemente disfrutan del acontecimiento para sacar el mayor provecho a la experiencia.</p>	
<p><b>S5.</b> “De manera positiva con la mejor energía.”</p>	<p>De manera</p>		
<p><b>2. ¿Qué</b></p>			
<p><b>considera usted que tiene de positivo esta situación?</b></p>	<p><b>S1.</b> “Que usted conoce a muchas personas y ve muchas cosas que ni caminando se da cuenta, como la vida de las personas con discapacidad.”</p>	<p>Conoce a S1 conocer muchas personas; S2 Estar en una silla o estar de pie, sería lo</p>	<p>Para la segunda pregunta de la tercera categoría sobre adaptación en relación a que considera el deportista que tiene de positivo esta situación, se evidencian las</p>

<p><b>S2.</b> “En qué sentido, Estar en una silla o estar de pie, sería lo mismo hoy en día, porque la verdad yo estando de pie o en la silla nunca me ha gustado que me vean como: ¡Ay! El pobrecito, el que ni puede nada, me gusta que me traten como una persona normal común y corriente, la discapacidad está en la mente de las personas caminantes más no es la mía, porque es lo que algunas personas piensan de quien estamos en silla de ruedas.</p>	<p>Estar en una silla o estar de pie, sería lo mismo... la discapacidad está en la mente de las personas caminantes más no es la mía.</p> <p>mismo; S3 y S5 le ha abierto muchas puertas; S4 ve todo de manera positiva.</p>	<p>diversas opiniones frente a situación individual del mismo debido a que para el deportista S2 manifiesta que le es lo mismo estas en una silla de ruedas al poder caminar debido a que se considera una persona funcional y capaz de realizar toda actividad que este a su alcance, además de que no existe impedimento alguno, para otros deportistas manifiestan que la situación tiene de positivo el haber conocidos muchas personas en relación al deporte puesto que por el mismo se han permitido viajar y conocer lugres y personas, adicional a esto la</p>
<p><b>S3.</b> “Me ha abierto muchas puertas por ejemplo si no me hubiera accidento jamás</p>	<p>Abierto muchas puertas.</p>	

---

hubiera viajado a Cúcuta,  
Medellín con el equipo.”

manera se observa que la adaptación, para algunos es manifestada por medio de la adaptación y ver la vida de manera positiva.

---

Persona feliz,  
**S4.** “Soy una persona feliz, veo todo positivo, soy noble y lo que se siembre se recoge.”

---

Hay muchas  
**S5.** “Hay muchas puertas que se abren cuando tú abren. quieres ser el mejor se logra, se lucha y se logra por el objetivo.”

---

### 3. ¿Cómo

**logra  
superar  
las  
situaciones**

**S1.** “Tomando todo con Sonrisa. sonrisa.”

S1sonrisa; Son En la última pregunta de  
S2 distrayendo diversas los la tercera categoría sobre  
con el alcohol: motivos de adaptación, se evidencia  
S3 no superación que los motivos de

---

<b>difíciles en la vida?</b>	<p>responde; S4 Buscando solución a los problemas; S5 confianza en sí mismo.</p>	<p>para cada superación son diversos para cada deportistas, el S1 individuos. suplente sonrío frente a cada situación, S2 se distrae con el alcohol donde se observa que la manera de distraerse para superar situaciones de adversidad es consumiendo altas cantidades de licor cuando se encuentra en situaciones de dificultad; para el S3 no responde a la pregunta donde posiblemente se vea una controversia de ocultarse bajo el no responder o hacer por medio de un discurso donde no se logra evidenciar la respuesta a la posible pregunta; S4 y S5 logran en la búsqueda de estrategias para la posible</p>
<p>S2. “Con el alcohol, no mentiras No sé; distrayéndome, jugando en mi teléfono, cuando me siento muy agobiado, me desconecto un poquito de lo cotidiano y pues nada tomar de vez en cuando.”</p>	<p>Distrayéndose de lo cotidiano, y consumir alcohol.</p>	
	<p>No responde</p>	
<p>S3. “No sé, no he tenido otra situación difícil a parte del accidente.”</p>		
<p>S4. “Las situaciones difíciles hablando y mirando la solución a los problemas.”</p>	<p>Buscando solución a los problemas.</p>	

S5. “Confianza en sí mismo y la familia quien es el apoyo más importante.”

solución frente a la situación con confianza en las capacidades individuales.

#### Categoría 4. Aceptación de la realidad.

Preguntas	Respuestas	Palabras clave	Meta análisis	Unidad de Análisis	Análisis
1. ¿Explique el manejo de su independencia personal?	S1. “Yo me movilizo solo en silla, cocino, trabajo con mi padrastro, tomo alcohol, totalmente independiente.”	Se moviliza solo.	S1 se moviliza solo; S2, S3, S4 y S5 es independiente.	Independencia personal.	En la primera pregunta de la cuarta categoría sobre la aceptación de la realidad, los deportistas manifiestan que se consideran



---

**S2.** “Me considero una persona totalmente independiente desde hace 5 años que llegó mi hija.”

Es independiente desde el nacimiento de su hija.

totalmente independientes frente a hechos de cotidianidad, aseo personal, desplazamiento a lugares, alimentación siempre y cuando la adecuación física de los lugares les permita el ingreso en la silla de ruedas.

---

**S3.** “Yo hago todo en lugares accesibles para mí, me baño me cambio solo, salgo solo.”

Hago todo en lugares accesibles para mí.

---

Se considera

**S4.** “Me considero independiente, con un poco de dificultad por mi estado, pero no es imposible.”

---

---

**S5.** “Mi Se considera independencia, no soy independiente. dependiente realizo actividades solo.”

---

**2. ¿De qué**

**manera ha influenciado la práctica del deporte?**

**S1.** “Físico, un físico ni el hijuemadre, así como el entusiasmo por ir a entrenar.”

**S2.** “Muchísimo me Ha abierto ha dado un cambio muchas puertas, he totalmente diferente y empezado a ver las me ha abierto muchas cosas de otra forma. puertas, he empezado a ver las cosas de otra forma.”

**S3.** “Me ha servido El saber que hay mucho, con eso más gente

Estado físico. S1 estado La práctica del En la segunda físico; S2 Ver deporte ha pregunta sobre la las cosas de otra influencia de categoría de forma; S3 el diversas aceptación de la saber que hay maneras, según la realidad sobre cómo más gente situación ha influenciado la practicando el individual del práctica del deporte; S4 ser sujeto. en cada individuo, capaz: S5 para el S1 le ha emocionalmente influenciado en el y económico. estado físico, debido para estar en el rango del quipo entrenan dos horas diarias y además a esto el desplazamiento del

---

---

conseguí trabajo, a practicando nivel personal no sé deporte. quizás él sabe que hay más gente como yo practicando deporte.”

---

**S4.** “Ha Me ha enseñado influenciado bastante a ser capaz, me ha me ha enseñado a ser puesto varios retos. capaz, me ha puesto varios retos para cada día aprender cosas nuevas.”

---

**S5.** Emocionalmente muy bien y “Emocionalmente muy económicamente es bien y mi trabajo por eso económicamente es mi me pagan y soy feliz.

---

hogar al lugar del entreno, S2 le ha abierto muchas puertas y el ver la vida de otra forma, S3 y S4 está relacionado a la motivación del ver que hay más personas en la misma condición practicando el deporte y que quizás tienen un mayor avance a nivel deportivo para el deportista número cinco ve la práctica deportiva como un apoyo económico y una estabilidad emocional debido al

---

trabajo por eso me pagan y soy feliz.”

rango deportivo en que se encuentra.

---

### 3. ¿Cómo cree

**usted que la sociedad lo percibe?**

**S1.** “Algunas personas no aceptan personas con discapacidad, como lo privilegios, así como el sentirme discriminado por otras.”

Discriminado.

S1, Discriminado, S2 no le interesa, S3, S4 y S5 como un ejemplo de vida.

Ejemplo de vida.

Para la última pregunta de la categoría de aceptación a la realidad, el deportistas 1 se siente discriminado por la sociedad por su condición física, S2 no le interesa saber cómo la sociedad lo persona y para los demás deportistas manifiestas que lo ven como un ejemplo

---

**S2.** “La verdad siendo sincero a mí la sociedad me tiene sin cuidado, yo no vivo de ellos, ellos no viven de mí, a mí no me interesa lo que ellos piensen yo

No le interés como la sociedad lo percibe.

---

---

vivo mi vida y estoy pendiente de mi vida.”

---

de vida y de superación personal.

**S3.** “Como creo, Como un Pues a mí siempre me luchador, pero dicen huy usted es un sienta que solo luchador, pero yo solo actúa. siento que estoy actuando, yo solo digo que es la vida la que me ha enseñado.”

---

**S4.** “Me ven como Como un un ejemplo de vida, de ejemplo de vida y superación frente a lo superación. que quiero lo propongo para lograrlo.”

---

**S5.** “Muy bien Como un siempre me ven como ejemplo a seguir.”

---

un ejemplo a seguir por mi actitud positiva un ejemplo de vida.”

*Tabla 2-Entrevista Semiestructurada a Familiares.*

<b>Categoría 1 - Proyecto De Vida</b>					
<b>Pregunta</b>	<b>Respuestas</b>	<b>Palabras Claves</b>	<b>Meta – Análisis</b>	<b>Unidad de Análisis</b>	<b>Análisis</b>
<b>1.¿De acuerdo a la situación del deportista, de qué manera fue afectado su proyecto de vida?</b>	S1. La verdad la situación de Fabián no fue afectada así mucho que digamos, porque antes de eso él tenía su hogar bien formado y ya después del accidente le afecto quedo sin hogar, él quería tener una carrera, pero el	Quedo sin hogar, accidente impidió cumplir metas y sueños.	S1. Perdió su hogar. S1, S2, S3 les afectó en sus estudios. S4 y S5. No fueron afectados.	Estudios.	De acuerdo con lo narrado por los participantes, se puede inferir que hay discrepancias entre los 5 familiares de los deportistas que fueron entrevistados, la principal afectación gira entorno a los estudios. De acuerdo a la entrevista los deportistas pierden interés en sus proyectos y metas que se tenían antes en consecuencia al accidente, el sujeto 1, presenta perdida de su hogar debido al accidente y el interés con continuar con

---

accidente le impidió hacer muchas cosas metas y sueños por cumplir y por eso no pudo.

---

S2. De pronto en lo que caminaba y verlo en esa situación en él se estancó en los estudios y lo que él quería ser y que ya no encuentra trabajo por su situación.

---

S3. Si él quería estudiar superarse en la vida incluso había buscado una fundación para seguir estudiando y a pesar de todo el

---

su proyecto de vida, de la misma manera, el sujeto 2 no logra conseguir o mantener un trabajo estable por su condición física. El sujeto 3, expresa que el deportista aun presenta interés por continuar con su proyecto de vida, sin importar la condición en la que se encuentra.

Por otra parte, causa curiosidad que, de los 5 familiares, 2 mencionan el no haber tenido ninguna afectación respecto al accidente que tuvieron, el sujeto 4 refiere haber asimilado el accidente tanto el deportista como los familiares, al igual que el sujeto 5.

sigue pensando en salir adelante y ojalá pueda seguir estudiando

S4. Pues de ninguna manera porque el acepto su problema y nosotros también los asimilamos todo De ninguna manera.

S5. No me afecto en nada No afecto en nada

**2.¿Qué temores ha presentado por el futuro de su familia?**

S1. Pues la verdad siempre lo eh visto bien nunca esta afligido él le sonrío a la vida y agradece estar vivo porque es lo mejor que le puede pasar. Siempre lo he visto bien.

S1, S3, S5. No presentan temores por el futuro de sus familias. S2, S4, refieren temor a que

Temor a que queden solos. Discriminación

Los principales temores que presentan los familiares de los deportistas son el miedo que queden solos y a consecuencia de esto sufran de algún tipo de discriminación por su condición física y de esta manera no poder ayudarlos como lo refiere el sujeto 2.



---

S2. El temor es que de pronto el quede solo porque solo estamos los dos y yo estando viva yo lo ayudo y lideo con él, prácticamente la ayuda que él tiene soy yo ni siquiera el papá ni los hermanos lo ayudan

Temor a que queden solos y quede solo. sufrir de discriminación.

Así mismo, el sujeto 4, expresa que por miedo a la discriminación el deportista abandono sus estudios por un año y evitaba la interacción con las demás personas que no fueran de su familia. El sujeto 1, 3 y 5 informan no presentar temores por el deportista, ya que en su mayoría de veces los ven estables.

---

S3. No tengo temores  
S4. Pues al principio el pensar que la gente lo iba a discriminar incluso dejo los estudios por un año por miedo, pero ya después el termino su bachillerato y empezó a salir de la casa.

No tengo temores  
Pensar que la gente lo iba a discriminar.

S4. Pues al principio el pensar que la gente lo iba a discriminar incluso dejo los estudios por un año por miedo, pero ya después el termino su bachillerato y empezó a salir de la casa.

Pensar que la gente lo iba a discriminar.

S5. Ninguno

Ninguno

### 3.¿Los

**intereses del deportista continúan siendo los mismos?**

S1. Si, desde que lo distingo si

S2. No, porque por lo menos cuando el caminaba él se defendía solo y ahora tiene que depender de alguien ya sea de mi o de la novia. Pues a

Si

No, tiene que depender de alguien ya sea de mi o de la novia

S1, S3, S4, S5, refieren que los intereses de los deportistas continúan siendo los mismos, S2,

Los intereses continúan siendo los mismos.

Se evidencia en los sujetos 1,3,4, y 5 que los intereses de los deportistas continúan siendo los mismos, el sujeto 3 refiere que el deportista aun continuo con el entusiasmo de estudiar y salir adelante, el sujeto 4, expresa ver al deportista más motivado por salir adelante con sus estudios y superarse, esto pasa después del accidente.

---

trancas y a mochas  
peleándole termino el  
bachillerato y ahorita  
él está motivado es con  
el básquet y pues yo lo  
apoyo

depende de sus  
familiares.

El sujeto 2, refiere que los intereses del deportista no son los mismos, ya que antes del accidente era una persona independiente y ahora depende de ella y la pareja del deportista, de igual manera pierde interés en el estudio y su proyecto de vida. Así mismo expresa que lo único que mantiene motivado al deportista actualmente es la práctica del deporte.

---

S3. Él quería estudiar y aun piensa en salir adelante y superarse en la vida. Piensa en estudiar y superarse

---

S4. Ehhh...los intereses siguen siendo igual, incluso ahorita lo veo más motivado y con entusiasmo por salir adelante y seguir estudiando. Motivación y entusiasmo para salir adelante

---

S5. Sigue igual, juntos lo hemos logrado y Sigue igual.

---

podemos con esto y mucho mas

**4.¿Cuáles son las convicciones del deportista teniendo en cuenta su situación actual?** S1. Pues ahorita puede ser que ósea, la verdad cuando estábamos en tate él jugaba basquetbol y acá también, pues por ahí lo eh visto concursando en unos equipos de basquetbol lo eh visto en videos, a él le hubiera gustado trabajar, pero por la situación no puede

A él le hubiera gustado trabajar pero S1, refiere no tener las mismas convicciones, S2, S3, S4, S5, demuestran mutuo interés por la práctica del deporte y el interés por continuar sus estudios.

S2. El deporte solo es lo que le importa y el celular El deporte y el celular son su único interés

Durante la entrevista el sujeto 1, refiere que el deportista no presenta las mismas convicciones teniendo en cuenta la situación actual de él, expresando que al deportista le hubiera gustado trabajar, pero por su condición física no puede, sin dejar de lado la práctica del deporte.

El sujeto 2, expresa que el deportista demuestra actualmente el interés y motivación solo por la práctica del deporte y el uso del teléfono, de igual manera el sujeto 3 y 4 refieren la práctica del deporte baloncesto en silla de ruedas y el continuar con sus estudios.

<p>S3. Estudiar y continuar con los entrenamientos en el deporte y estudiar y continuar el deporte</p>	<p>Por otra parte, el sujeto 5, tiene buenas convicciones, por lo cual han sido muy productivas y los resultados se están empezando a evidenciar con respecto a la práctica del deporte ya que el deportista viaja a otro país para seguir potencializando sus habilidades en la práctica del deporte.</p>	
<p>S4. El estudiar y el seguir practicando el baloncesto en silla de ruedas y estudiar y continuar el deporte</p>		
<p>S5. Son muy buenos, no tan productivos satisfactorios para él y para mí, ahorita irse para España y yo irme con el Son muy buenas y satisfactorias para el</p>		
<p><b>5.¿Cuenta con redes de apoyo, mencione</b></p>	<p>S1. La verdad mi papa era el que lo apoyaba en los concursos, porque como mi papa también está en silla de Si, los tíos y la mamá cuentan con redes de apoyo. S2, S3, no</p>	<p>El sujeto 1, cuenta con redes de apoyo como sus familiares, al igual que estos mismos ayudan en la práctica de su deporte. El sujeto 4, refiere como apoyo</p>

**alguna de estas?** ruedas entonces él es el representante de un equipo en tame y lo ayuda, por ahí la mama y una tía lo ayudan

cuentan con redes de apoyo

los familiares en la cual están los padres del deportista, tíos y hermanos, el sujeto 5, refieren tener como redes de apoyo a sus padres y ellos mismos. De esta manera podemos deducir que la mayor parte de las redes de apoyo para el deportista son sus familiares como los padres de ellos.

---

S2. No, pues así que yo diga estoy en un problema y que alguien me ayude no yo estoy sola con él y ahí vamos

No, estamos solos.

Los sujetos 2 y 3, refieren no contar con redes de apoyo, ya que se encuentran solos y sin apoyo de sus familiares.

---

S3. No, a nadie aquí estamos solos.

No, estamos solos

---

S4. Las redes de apoyo somos nosotros siempre estamos la familia con él, los tíos, los hermanos, los amigos, siempre ha

Si, la familia.

---

tenido apoyo de todos  
nosotros

---

S5. Nuestros padres y Si, la familia  
nosotros mismos

---

**6.¿De qué manera han influido sus redes de apoyo para su familia y el deportista?**

S1. Para Nada con las puertas abiertas siempre.

S2. No cuenta con redes de apoyo. No cuenta con redes de apoyo. S2, S3, No cuentan con redes de apoyo. S4, S5, siempre cuentan con el apoyo de sus familiares.

S3. No cuenta con redes de apoyo. No cuenta con redes de apoyo.

S4. Bien, porque tanto como el como nosotros nos hemos dado cuenta que después del accidente siempre nos Siemre nos apoyan ante cualquier dificultad y problema

---

Los sujetos 2 y 3 no cuentan con las redes de apoyo así mismo, no se evidencia la influencia de estas en el deportista y familiares.

El sujeto 4, expresa que sus redes de apoyo se evidencian más a partir del accidente del deportista y que siempre están ante cualquier dificultad o problema que estén enfrentando para brindarles la ayuda necesaria a ellos y el deportista. El sujeto 5, refiere que las redes de apoyo han influido mucho en sus vidas y la del deportista.

---

apoyan ante cualquier dificultad y problema.

S5. Sí, mucho apoyo Mucho para nosotros.

### Categoría 2 - Resiliencia

Pregunta	Respuestas	Palabras Claves	Meta – Análisis	Unidad de Análisis	Análisis
<b>1.¿De qué manera se ha afectado la relación familiar después de lo ocurrido?</b>	S1. Pues ya digamos la familia fue muy duro porque el al estar en esa situación seria una carga más, pero a él no le impide nada busco su propia vida solo, pero al principio si lo molestaban	No le impide nada.	S1, S2, S4, S5, indican no haberse afectado la relación familiar. El S3, refiere haber	No se afectó la relación familiar	De acuerdo a las entrevistas realizadas a los familiares de los deportistas respecto a la pregunta ¿de qué manera se ha afectado la relación familiar después de los ocurrido?, se evidencia que el sujeto 1, a pesar de la condición física del deportista no se vio afectada la relación familiar y este



---

cuando él se accidento tenía 17 años y el encontró la esposa después del accidente, pero se dejaron y el ahorita está aquí luchándola

perdido su hogar y la relación familiar.

logro tener un hogar después de haber tenido el accidente, el sujeto 2, refiere estar solos, no tienen contacto con los familiares pero la relación con el deportista la describe como buena, así mismo, el sujeto 4 refiere no haberse afectado la relación familiar y estar más unidos que antes, haciéndole saber deportista que cuenta con ellos. El sujeto 5, informa no haberse afectado la relación familiar.

---

S2. No, siempre hemos estado solos con mi familia no tenemos contacto mi relación con mi hijo siempre ha sido muy buena cuando el caminaba él era el que me acompañaba, me ayudaba en la casa y me iba a esperar al hospital porque yo soy enfermera y aquí ahorita después del

Siempre hemos estado solos, después del accidente seguimos siendo los mismos.

Por otro lado, el sujeto 3, refiere que la relación familiar se vio afectada a consecuencia del accidente, la madre del deportista perdió su hogar, abandono por parte del esposo, así mismo, ella refiere no haberle afectado esta situación ya que esta con su hijo.

---

accidente seguimos  
siendo los mismos.

---

Perdí mi hogar,  
pero estoy con mi  
hijo.

---

<p>S4. No para nada, nos hemos unidos más nos apoyamos en todo y siempre le hacemos saber que cuenta con nosotros para lo que necesite</p>	<p>Nos hemos unido más.</p>	<p>S5. No afecta en nada</p>	<p>No afecto en nada.</p>	
<p><b>2.¿Cuándo se encuentran en situaciones difíciles de qué manera las enfrentan?</b></p>	<p>S1. Siempre con lo positivo por delante nunca se achicopala por nada, siempre le sonrío a la vida, que se abrume por un problema no lo eh visto siempre saca las cosas adelante.</p>	<p>Siendo positivo.</p>	<p>S2, S4, S5, Hablando, hablan y así buscar la solución al problema. S1, siendo positivo. S3, superar la situación y darse fuerza.</p>	<p>Se puede evidenciar que hay coincidencias en las respuestas de los sujetos entrevistados al momento de responder a la pregunta ¿Cuándo se encuentran en situaciones difíciles de qué manera las enfrentan?, el sujeto 1, refiere ser siempre positivo y no dejar que los problemas que se estén presentando le afecten de manera negativa, así de esta manera sale de sus problemas. El sujeto 2, se refiere</p>
<p>S2. Cuando ve que estamos como cortos</p>	<p>Teniendo paciencia y</p>			

---

de plata él me tiene paciencia y siempre espera y siempre intenta buscar la mejor solución.

---

S3. Jumm cada uno darse fuerzas y superar la situación aguantar hasta donde más podamos

---

S4. A veces hablando y entre nosotros mismos buscamos las soluciones como familia.

---

S5. Dialogando siempre, buscando las soluciones a los problemas.

---

a sus estados económicos, ya que cuando tienen estas dificultades se tiene paciencia e intentan buscar siempre la solución más adecuada.

El sujeto 3, expresa el darse fuerzas cada uno de manera individual y esperar lo más que se pueda, de esta manera, podemos inferir poca comunicación y asertividad entre los familiares y el deportista al momento de presentar problemas y la búsqueda de las soluciones. El sujeto 4, utilizan la comunicación asertiva al momento de dar solución a alguna problemática. Así mismo el sujeto 5, refiere utilizar la comunicación como herramienta al momento de buscar solución a algún problema en particular.

**3. ¿En algún momento se sintió agotado por la situación del deportista?**

S1. No, además él siempre fue independiente el cuándo dijo que se venía de Tame recogió sus cosas y siguió su vida y aquí esta

S2. No nunca para nada, tengo a mi hijo con vida y eso debo agradecerlo a Dios y la Virgen

S3. Si claro, cuando necesitaba comprar los pañales, los medicamentos, llevarlo a terapias yo me sentía desesperada ya no comía del afán y

No, siempre fue independiente.

No, debo agradecer que tengo a mi hijo con vida.

Si, económicamente

S1, S2, S5, no expresan haberse sentido agotadas por las situaciones del deportista. S3,S4, refieren

haberse sentido agotadas a consecuencia del accidente de los deportistas,

Durante la entrevista los participantes responden a la pregunta ¿en algún momento se sintió agotado por la situación del deportista?, encontramos que el sujeto 1, define al deportista como independiente, por lo cual, no presentaron agotamiento ya que este decidió tomar y mantener el control sobre su vida. el sujeto 2, refiere no haberse sentido así, por lo que agradece el tener al deportista con vida. demostrando así haber logrado tener un buen proceso de aceptación de la situación por la que estaba atravesando el deportista.

El sujeto 3, expresa el haberse sentido agotada económicamente al momento de tener que suplir las necesidades del deportista como lo era los pañales y medicamento, de esta forma también

---

del desespero me  
afectaba

---

S4. Juan David duro Sí, pero no se lo  
un tiempo para el demostramos.  
ayudarlo fue muy  
tiempo, a veces recaía  
en la depresión y pues  
nos tocaba ayudarlo,  
pero nosotros no se lo  
demostrábamos que  
nos afectaba verlo así  
nosotros nos hacíamos  
los fuertes, fue más o  
menos un año así

---

S5. No, siempre nos No, siempre nos  
apoyamos apoyamos

le afecto a nivel físico, con la pérdida  
del apetito, llevando a sentirse  
desesperada y tener un desequilibrio a  
nivel biopsicosocial.

Así mismo, el sujeto4, refiere haber  
sentido agotamiento por la situación  
del deportista al tener que mirar como  
este recaía en depresión y el tener que  
ellos ser ese apoyo que necesitaba, sin  
dejar de lado que los familiares no  
expresaban el agotamiento al  
deportista por cuidar de su salud  
mental.

Por último, el sujeto 5, no presento  
agotamiento por la situación que  
atravesó el deportista, ya que siempre  
se apoyan. Lo que refiere haber  
logrado un buen proceso de  
asimilación y aceptación de la  
situación actual del deportista.

---

<p><b>4. Qué ha sido lo más difícil que han enfrentado después de la situación actual?</b></p>	<p>S1. Pues aparte de perder las piernas el adaptarse a sentirse y verse así sin piernas</p> <hr/> <p>S2. Cuando se me tocó lidiar con él por tres años porque no salía de la casa siempre me tocaba ir a trabajar y dejarle todo cerca de la cama, alzarlo para bañarlo, llevarlo a las terapias y todo porque el quedo en estado vegetal un tiempo, después de que se metió a jugar básquet se volvió un poco más independiente ya lleva nueve años.</p>	<p>Adaptarse</p> <hr/> <p>El que quedara en estado vegetal.</p>	<p>S1, S4, refieren como situación difícil la adaptación, el verlos sin pierna. S2, el haber quedado en estado vegetal. S3, S5, la situación económica.</p>	<p>Adaptación, Situación económica.</p>	<p>De acuerdo a la pregunta realizada durante la entrevista, en la categoría de resiliencia se evidencia que los sujetos han enfrentado y definen como lo más difícil del proceso es el adaptarse a ver el deportista sin una parte de su cuerpo, así mismo, el no contar con los recursos económicos.</p> <p>Así mismo el sujeto 1, informa como dificultad la adaptación del deportista y sus familiares al verlo sin su pierna. El sujeto 2, refiere como lo más difícil el haber tenido que ocuparse del deportista el cual estaba en estado vegetal, a su vez la dependencia de este no hacía nada por sí solo, debido al accidente el deportista perdió interés en ciertas cosas. El sujeto 3, expresa como situación difícil la economía, al momento que tenía que</p>
--	--	---	---	---	---

---

S3. Pues Económicamente.  
económicamente  
cuando no podía  
comprarle los pañales,  
los medicamentos y  
no tenía la plata para  
comprarle las cosas.

---

S4. Lo más difícil Verlo sin pierna.  
nada, porque nada nos  
ha quedado grande,  
aunque al principio el  
velo sin pierna y el  
aceptar que así iba a  
quedar y tenía que  
salir adelante seguir  
con la vida

---

S5. De pronto la La situación  
situación económica económica.  
al principio

---

cumplir con medicamentos, pañales que el deportista requería. Al igual que el sujeto 5, la situación económica fue la situación difícil que tuvieron que enfrentar a causa del accidente del deportista.

El sujeto 4, refiere haber presentado dificultad en adaptarse a los cambios corporales del deportista, sin embargo esto no lo utilizaron como obstáculo para que el deportista lograra continuar con sus proyectos y aspiraciones.



**5.¿Cómo son los lazos afectivos e íntimos del deportista?**

S1. Los lazos íntimos ahí si no sabría decirle y afectivos si como un persona común y corriente lleno de amor y positivo para todo.

S2. Siempre encuentro apoyo en él y buen trato.

S3. Pues nosotros nos comprendemos y hablamos, aunque es un poco malgeniado después del accidente a veces se pone bravo porque si y se encierra en esa habitación no

Como una persona común y corriente.

Apoyo en él y buen trato

Es comprensivo pero malgeniado.

S1, S2, S4, S5, expresan que los lazos afectivos e íntimos del deportista son adecuados. S3, refiere que el deportista mantiene buenos lazos afectivos y a su vez es temperamental.

Se le facilita, buen trato, comprensivo, sociable.

Se evidencia en los sujetos entrevistados coincidencias en sus respuestas a la pregunta ¿Cómo son los lazos afectivos e íntimos del deportista?

El sujeto 1, menciona que el deportista presenta lazos afectivos e íntimos como una persona del común, comprensiva y lleno de amor. El sujeto 2, refiere encontrar apoyo y buen trato en el deportista, lo que demuestra que la situación que vivió el deportista no fue afectada a nivel de interacción en las relaciones interpersonales.

El sujeto 3, alude que el deportista mantiene comprensión en con los

---

sale de ahí, pero yo lo entiendo porque hasta ahora tiene 3 años del accidente.

---

S4. Él no se le Es sociable. dificulta nada, la gente lo estima demasiado es sociable, no es tímido y ha tenido incluso novias después del accidente él se volvió así de hacerse querer por la gente y él se siente bien que lo estimen demasiado.

---

S5. Súper, se le facilita Se le facilita todo

demás, sin dejar de lado en momentos específicos el deportista presenta cambios de su humor, lo que lo conlleva a que este se encierre y aislé de ellos sin dar explicación alguna. Se puede inferir que el deportista presenta estos comportamientos a causa de su corto tiempo del accidente, por lo cual está en un proceso de resiliencia, para lo cual aún no logra la aceptación de la situación física en momentos estresantes.

El sujeto 4, relata que los lazos afectivos e íntimos del deportista son adecuados, definiendo al deportista como una persona sociable, por lo cual logra generar empatía y mantener relaciones interpersonales satisfactorias, así mismo, ha logrado mantener relaciones íntimas y con

---

más frecuencia aun después del accidente. por último, el sujeto 5, expresa que el deportista presenta facilidad al momento de generar lazos y relaciones afectivas e íntimas.

<b>6.¿Cuáles considera usted que son las motivaciones del deportista</b>	S1. La motivación de él la hija de una el todo lo que hace es su hija su motor, el cada cuatro meses la ve y viaja hasta Tame (Arauca) para verla ese man da la vida por esa niña	Su Hija.	S2, S3, S4, S5, mencionan como motivación de los deportistas la práctica del deporte, S1, refiere como motivación la	Deporte, Familia.	Los sujetos responden a la pregunta ¿cúeles considera usted que son las motivaciones del deportista?, para lo cual se encontró coincidencias en sus respuestas.
	S2. Lo que le motiva a él es el básquet porque ni siquiera para el estudio salió bueno no quiere hacer nada sino solo el básquet	El básquet	hija del deportista.		El sujeto 1, expone como motivación del deportista su hija, definiéndola como el su motor. El sujeto 2, define la motivación del deportista en la práctica del deporte de baloncesto de silla de ruedas, ya que el deportista no presenta interés por el estudio según lo refiere el entrevistado.

S3. Las motivaciones de él, el deporte y nosotros su familia	El deporte, la familia.	El sujeto 3, menciona como motivación la práctica del deporte y la familia del deportista, así mismo lo refiere el sujeto 5.
S4. El nosotros mismos como papás, el deporte y el seguir estudiando, nosotros mismos le hemos dado esa motivación para que continúe con su vida	El deporte, la familia, el estudio.	El sujeto 4, presenta la misma motivación de los deportistas como lo son la práctica del deporte, la familia, sin dejar de lado la motivación que sus familiares le brindan para que continúe con sus estudios.
S5. Me imagino la familia y el deporte.	La familia, el deporte.	Podemos evidenciar la práctica del deporte como una de las principales motivaciones del deportista. Así mismo, se puede inferir la práctica de este como una motivación ya sea nivel intrínseco o extrínseco.
<b>7. ¿Cree en el deportista?</b>	S1. Cien por ciento, él siempre ha sido capaz con todo él puede más que incluso yo	Siempre ha sido capaz con todo. S1, S2, S3, S4, S5, refieren creer en el deportista. Si.
		Durante la entrevista los sujetos responden a la pregunta ¿cree en el deportista?, encontramos sincronía en las respuestas de los sujetos para lo

S2. Si completamente.	Si, completamente.	cual todos expresan creer en el deportista.
S3. Sí, claro	Sí, claro.	
S4. Sí, claro	Sí, claro.	
S5. Si.	Si.	

**Categoría 3 - Adaptación**

Pregunta	Respuestas	Palabras Claves	Meta – Análisis	Unidad de Análisis	Análisis
<b>1.¿Qué tan dependiente fue el deportista al momento de enfrentar su situación actual?</b>	S1. Pues así, dependiente en el sentido que no encontré ese apoyo así solo en la parte económica nada más, pero ya ahora se mantiene solo el marica ese. Al	La parte económica.	S1, expresa la dependencia del deportista desde la parte económica. S2, S3, S4, No dependieron tanto de sus		Durante la entrevista los sujetos responden a la pregunta ¿Qué tan dependiente fue el deportista al momento de enfrentar su situación actual?, se evidencia discrepancias en las respuestas de los sujetos.

---

principio del accidente una muchacha lo iba a bañar y el nunca dejo que lo ayudara él se metía solo al baño y se bañaba con una sola mano y sin piernas, porque también se había fracturado el brazo, pero siempre hizo todo solo.

familiares. S5, fue totalmente independiente.

El sujeto 1, define la dependencia del deportista desde lo económico, resaltando que al principio del accidente no permitía la ayuda de nadie, de este modo podemos inferir que el deportista siempre intento mantener su independencia en los que él podía y de este modo demostrarse a sí mismo que podía lograr. El sujeto 2, alude la independencia del deportista a la práctica del deporte, ya que anteriormente no lograba hacer las cosas por sí solo, de este modo podemos decir que la práctica del deporte género en el deportista cierta independencia.

---

S2. Ósea, la demora fue como que el saliera del estado en que estaba y cuando empezó en el deporte lo saco de aquí lo ayudo ya se desprendió por

Desprenderse y hacer las cosas solo.

El sujeto 3, refiere que el deportista siempre ha logrado sus cosas sin ayuda de los demás, aun después del accidente el deportista logra mantener

---

---

completo y hace sus cosas solo

---

S3. Casi no tuvo que depender de mí, el siempre hizo sus cosas solo y así siempre ha sido.

---

S4. Al principio fue muy difícil para el como para nosotros, esto no se lo deseo a nadie para mí fue difícil porque no sabía cómo bañarlo, vestirlo si lo apretada muy duro le dolía y nunca le mostré que me dolía lo que estaba pasando después me encerraba a llorar sola.

---

su independencia. Por otro lado, el sujeto 4, informa dependencia total por parte de los familiares al momento de hacerle el aseo personal y demás, lo cual afectaba a su cuidador ya que no contaba con la experiencia para este tipo de prácticas, expresando que una vez terminaba de ayudar al deportista se encerraba en su habitación a llorar y así de este modo aliviar un poco su malestar.

El sujeto 5, describe el deportista como una persona totalmente independiente.

	S5. Totalmente independiente	Totalmente independiente.			
<b>2.¿Considera que el deportista es dependiente para realizar actividades?</b>	S1. No, el antes ayuda al papa y la familia en lo que puede.	No.	S1, S3, S4, S5, refieren que el deportista no es dependiente al momento de realizar ciertas actividades.	No.	Encontramos similitudes en las respuestas que dan los sujeto a la pregunta realizada durante la entrevista ¿considera que el deportista es dependiente para realizar actividades?
	S2. Pues en ciertas cosas, él depende de mí en lo económico para viajar y lo otro lo hace solo se defiende solo	En ciertas cosas.	S2, expresa que aún es dependiente el deportista para ciertas cosas.		Se evidencia que los sujetos 1, 3, 4, y 5, refieren que no son dependientes los deportistas para desarrollar actividades, expresando que realizan sus cosas solos. Se puede inferir que esto se debe al proceso que ellos logran de aceptar su condición física y la capacidad de tomar sus propias decisiones, el demostrarse a sí mismos que pueden mantener su
	S3. No, el hace sus cosas solo	No.			
	S4. No.	No.			
	S5. No responde.	No.			



independencia sin importar su condición física.

El sujeto 2, informa que el deportista es dependiente

<p><b>3.¿La vida social del deportista ha presentado situaciones negativas debido a su situación actual?</b></p>	<p>S1. No, él se hace querer donde vaya el marica ese es muy sencillo y humilde</p> <hr/> <p>S2. Sí, es arto callado él no es sociable cuando esta con gente nueva, con reuniones con el grupo y amigos eso si a donde lo conviden va, pero a personas nuevas y lo otro no</p> <hr/> <p>S3. El sigue siendo el mismo, los amigos siguen siendo los</p>	<p>No.</p> <hr/> <p>Si.</p>	<p>S1, S3, S4, S5, refieren que la vida social del deportista no se ha visto afectada negativamente. S2, expresa que si se afectó.</p>	<p>No.</p>	<p>Se evidencian semejanzas en las respuestas que dan los sujetos a la pregunta ¿la vida social del deportista ha presentado situaciones negativas debido a su situación actual?</p> <p>A modo general encontramos que los sujetos 1, 3, 4, 5, refieren que no se generaron afectación a la vida social de los deportistas, ya que ellos consideran que siguen siendo los mismos e incluso se desenvuelven mejor al momento de generar relaciones interpersonales.</p>
--	--	-----------------------------	--	------------	--

	mismos sale con ellos, él tiene muchos amigos				El sujeto 2, define que el deportista si se afectó a nivel social, muestra evitación al momento de generar relaciones interpersonales y prefiere mantener contacto con su grupo social, evitando interactuar con diferentes personas.
	S4. No, siempre ah tenidos sus amigos que con el siempre han estado ahí con el siempre.	No			
	S5. No.	No.			
<b>4.¿Considera que el deportista tiene control sobre su vida?</b>	S1. Si. S2. Sí, ahora sí porque antes no sabía ni donde estaba parado	Si. Si.	S1, S2, S3, S4, S5. Refieren que los deportistas si mantienen control sobre sus vidas.	Si.	Es evidente que los sujetos coinciden la responder ¿considera que el deportista tiene control sobre su vida?  Así mismo los sujetos 1, 2, 3, 4, 5, expresan que actualmente los deportistas mantienen la capacidad de tener el control de su vida. lo que demuestra que se ha generado un
	S3. Sí, él tiene claro lo que quiere y para donde va	Si.			
	S4. Si.	Si.			

	S5.Si.	Si.				buen proceso de adaptación por parte de los deportistas y familiares, teniendo claro lo que quieren para sus vidas y el cómo obtenerlo.
<b>5.¿Cómo ha logrado superar los momentos difíciles el deportistas?</b>	S1. Con terapia de psicólogos al principio fue mucha la ayuda del psicólogo la que necesito y la familia que estuvimos apoyándolo, pero ya ahorita el no necesita ayuda de nadie ese man es un ejemplo para todos nosotros.	Con terapia psicológica, apoyo por parte de la familia.	S1, S2, S4, refieren que logran superar las dificultades con el apoyo familiar. S3, teniendo paciencia y la experiencia en superar estos momentos. S5,	Apoyo familiar.	Durante la entrevista, los sujetos dan respuesta a la pregunta ¿Cómo ha logrado superar los momentos difíciles el deportista?	
	S2. Pues el apoyo del uno al otro	Apoyo del uno al otro.	supera estos momentos con la práctica del deporte.		Sujeto 1, refiere que el deportista ha logrado superar estos momentos difíciles con ayuda psicológicas, apoyo familiar, por lo cual en la actualidad expresa que este no necesita ayuda como antes, esto lo convierte en un ejemplo para todos. El sujeto 2, expresa que apoyándose el uno al otro logran superar los momentos difíciles.	
	S3. Porque ya me enseñé a eso, que tengo que tener	Paciencia.				

---

paciencia con todo y con él, al principio todo se me había difícil porque no entendía, pero ya soy capaz con todo

---

S4. Ah no dejarse llevar por las malas amistades, él siempre ha estado con nosotros y le hemos dado el apoyo para que no busque refugiarse en la droga el alcohol, siempre estamos ahí.

---

S5. En algún momento la autoestima de él era muy baja y conocerme

El sujeto 3, informa que, con paciencia, expresando tener experiencia en pasar por momentos difíciles ya que al principio se le hacía difícil porque no sabía de qué manera reaccionar y actuar. Sin dejar de lado que ya logra superar las dificultades con más facilidad debido a que sus estrategias de afrontamiento ya están desarrolladas y su adaptación es buena tanto a nivel familiar como para el deportista.

El sujeto 4, refiere el apoyo familiar como estrategia para superar los momentos difíciles, expresando que ha sido de gran importancia y así de esta manera evitar que el deportista utilice otros métodos como lo es el consumo de sustancias psicoactivas o el alcohol. Por otro lado, el sujeto 5, expresa que el haberla conocido a

---

	lo ayudo, obviamente el baloncesto también				ella, quien actualmente es su pareja le ayudo a superar las dificultades como lo era la baja autoestima, sin dejar de lado la práctica deportiva como herramienta para la superación personal del deportista.
<b>6.¿Qué ha sido lo positivo que apporto esta situación al deportista?</b>	<p>S1. Lo positivo, que le cambio la vida ósea la parte mental del pensar y ver la vida cambio el chino tiene más propósitos en la vida ahorita que antes</p> <hr/> <p>S2. Que esté jugando básquet es lo único positivo que ha hecho en la vida porque no ha querido hacer nada más ni estudiar ni nada</p>	<p>Su parte mental, tiene más propósitos.</p> <hr/> <p>Jugar básquet.</p>	<p>S2, S4, Expresan como positivo la práctica del deporte. S1, el cambio de su mentalidad y propósitos. S3, no tiene nada positivo la situación actual del deportista. S5, seguridad y estabilidad emocional.</p>	<p>Práctica del deporte.</p>	<p>Se evidencian las diferentes respuestas que dan los sujetos al momento de responder a la pregunta ¿Qué ha sido lo positivo que apporto esta situación al deportista?</p> <p>El sujeto 1, define como consecuencia positiva del accidente para el deportista, el cambio de su mentalidad describiendo al deportista como una persona con más propósitos que antes. Desde este punto de vista la motivación por superación personal se evidencia más a partir del accidente, por lo cual el deportista</p>

---

S3. Para mí no me ha traído nada positivo, pero antes del accidente él trabajaba y tomar mucho la cerveza y ahorita no lo hace.

Nada.

---

S4. Que Juan David no le gustaba ningún deporte, nunca lo veían jugando fútbol ni ningún deporte, pero le paso el accidente y él le encanta ese deporte.

Practicar deporte.

---

S5. Estabilidad emocional, seguridad.

Estabilidad emocional, seguridad.

toma esta situación como motivación o herramienta para lograr lo que se proponga.

El sujeto 2, describe como positivo la práctica del deporte de baloncesto en silla de ruedas, aclarando que el deportista perdió interés en el estudio y solo demuestra motivación por la práctica de este deporte. El sujeto 3, no define nada como positivo ya que el deportista antes trabajaba y era independiente.

El sujeto 4, expresa la práctica del deporte como consecuencia positiva para el deportista ya que antes del accidente no demostraba interés por ninguna clase de deporte, lo cual demuestra la práctica del deporte como una de sus motivaciones. Por último, el sujeto 5, refiere como positivo la estabilidad emocional que

---

mantiene el deportista con su pareja y la seguridad en sí mismo.

<b>7.¿Cómo reacciona el deportista ante nuevas situaciones o experiencias de vida?</b>	S1. Suave, de la mejor manera siempre	De la mejor manera.	S1, S3, S4, S5, refieren que los deportistas reaccionan de la mejor manera, con calma, entusiasmo y felicidad. S2, refiere que es un deportista callado y tímido.	Se puede inferir concordancia con las respuestas que dan los sujetos entrevistados a la pregunta ¿Cómo reacciona el deportista ante nuevas situaciones o experiencias de vida?  El sujeto 1, refiere que el deportista siempre toma las situaciones o experiencias nuevas de la mejor manera. El sujeto 2, expone al deportista como una persona callada, tímida, sin dejar de lado que siempre ha sido así tomándolo como su forma de ser, parte de su personalidad.  El sujeto 3, define la reacción del deportista como una persona que toma las cosas con calma, evitando
	S2. Él es un chico callado, tímido, él no es que uno diga grosero, siempre ha sido así.	Chico callado y tímido.		
	S3. No sé, el tomar las cosas con calma y no ponerse de malgenio	Tomar las cosas con calma.		
	S4. A Juan David no le queda nada grande, si es capaz de lanzarse desde los palos al río, él es capaz de todo lo que la vida le ponga.	No le queda nada grande.		

---

S5. Felicidad y entusiasmo      Felicidad y entusiasmo.

ponerse de malgenio. El sujeto 4, expresa que al deportista no le queda nada grande y que está en la capacidad de lograr y superar lo que la vida le ponga. Así mismo el sujeto 5, define la capacidad del deportista para enfrentar estas situaciones con felicidad y entusiasmo.

Podemos inferir la capacidad que tienen los deportistas para adaptarse a su situación y aun así lograr tomar lo positivo que cada situación tenga, aprendiendo de ellas y así potencializar cada día sus habilidades.

---



---

#### Categoría 4 - Aceptación De La Realidad

Pregunta	Respuestas	Palabras Claves	Meta – Análisis	Unidad de Análisis	Análisis
----------	------------	-----------------	-----------------	--------------------	----------

---



<p><b>¿Cómo considera la independencia del deportista?</b></p>	<p>S1. Normal</p>	<p>Normal.</p>		<p>Independiente</p>	<p>Durante la entrevista los sujetos responden a la pregunta ¿Cómo considera la independencia del deportista?</p>
	<p>S2. Aparte de lo económico, él se defiende solo con sus cosas en la vida gracias a Dios eso sí es independiente</p>	<p>Aparte de lo económico, se defiende solo.</p>	<p>S1, S3, S4, S5, definen los deportistas como personas independientes.</p>		<p>El sujeto 1, considera normal la independencia del deportista, el sujeto 2, define independiente al deportista, ya que realiza sus cosas solo, sin dejar de lado la dependencia económica del deportista por parte de la madre. El sujeto 3, expresa que el deportista es independiente, ya que mantiene un trabajo y responde económicamente en la casa.</p>
	<p>S3. Si es independiente él tiene su trabajo y es el que trae la plata a la casa</p>	<p>Es independiente.</p>	<p>S2, refiere dependencia económica del deportista.</p>		<p>El sujeto 4, refiere que el deportista realiza sus cosas solo, al igual que el sujeto 5.</p>
	<p>S4. En este momento él se está defendiendo solo, el hace todo.</p>	<p>Se defiende solo.</p>			
	<p>S5. En este momento si es completamente independiente</p>	<p>Completamente independiente.</p>			

De este modo podemos inferir que la aceptación a la realidad por parte de los familiares y deportistas se mantiene ya que ellos se desenvuelven por sí solos y mantienen una vida como cualquier ser humano.

<b>¿De qué manera ha ayudado la práctica del deporte al deportista?</b>	S1. En todo, cuando le paso eso el deporte lo hizo fuerte y no lo dejo caer en la depresión ya ahorita él quiere echar para adelante y superarse	En todo.	S1, S2. S3, S4, S5. Coinciden en que la práctica del deporte ayuda de manera significativa a los deportistas.	Mucho.	Se evidencia similitudes en las respuestas que dan los sujetos en la pregunta ¿de qué manera ha ayudado la práctica del deporte al deportista?
	S2. Muchísimo, la autoestima el deporte lo motiva a salir querer vivir porque de resto no.	Muchísimo.			El sujeto 1, refiere que, en todo, resaltando que lo volvió una persona fuerte y evito que presentara episodios de depresión, motivándolo a superarse día a día. El sujeto 2, expresa la práctica del deporte como herramienta para mejorar la autoestima del deportista y así

	S3. Le ayuda mucho porque digamos él es más independiente se pasa de la cama a la silla, sale solo, trabaja, se viste solo y ayuda aquí en la casa.	Le ayuda mucho.	misma motivación para querer continuar con sus proyectos.
	S4. Muchísimo, ese deporte no lo dejo caer a malos pasos y también el técnico le dio mucho apoyo a él.	Muchísimo.	El sujeto 3, comenta que la práctica de este deporte ayudo al deportista en su independencia. El sujeto 4, expone la práctica del deporte como estrategia para evitar que el deportista tomara decisiones erróneas que podrían hacerle daño tanto a él como a su familia, resaltando como apoyo incondicional al técnico del equipo de baloncesto en silla de ruedas.
	S5. Para su recuperación física y psicológica emocional	Para recuperación.	El sujeto 5, refiere la práctica del deporte como método para la recuperación a nivel físico, psicológico y emocional en el deportista.
<b>¿Cómo cree que la</b>	S1. Como una persona fuerte común	Persona común y corriente.	

<p><b>sociedad los percibe a ustedes como familia y al deportista?</b></p>	<p>y corriente como usted saludar y hablar con una persona normal fuerte con sueños y metas por cumplir</p>	<p>S1, S3, S4, S5, expresan que la sociedad los percibe como personas del común. S2, refiere haber</p>	<p>Personas normales.</p>	<p>En las respuestas de los sujetos frente a la pregunta ¿Cómo cree que la sociedad los percibe a ustedes como familiares del deportista?, se evidencian similitudes en las respuestas. Ya que expresan los sujetos 1, 3, 4, ser percibidos como personas común y corrientes, son tratados y vistos como personas que enfrentaron una situación difícil en sus vidas y aun así están de pie.</p>
	<p>S2. Pues Discriminación. discriminación eso si por todo lado, en cualquier lado eso no falta el que le hace el feo a uno y eso me afecta no tienen por qué tratarnos como si fuéramos personas raras si somos normales.</p>	<p>sentido discriminación por la situación del deportista.</p>		<p>El sujeto 2, refiere haber sufrido de discriminación, al ser tratados y vistos como personas diferentes del común.</p>
	<p>S3. Lo ven normal, nunca hemos tenido discriminación con el</p>	<p>Normal.</p>		<p>El sujeto 5, expresa ser percibida tanto su familia como el deportista con envidia por la relación que mantienen entre sí y la forma de superar los obstáculos. Teniendo en</p>

---

S4. Pues no sé, aquí en la chaparrera no se mira mucho la discriminación, la gente siempre es normal con él y con nosotros.

Normal.

cuenta que el deportista pertenece a un equipo de baloncesto en silla de ruedas de España.

---

S5. Muchas gentes envidian como somos como pareja y otras nos miran el cómo somos

Envidia.

*Tabla 3 - Entrevista Semiestructurada a Técnico*

---

<b>Categoría 1 - Proyecto De Vida</b>					
<b>Pregunta</b>	<b>Respuestas</b>	<b>Palabras Claves</b>	<b>Meta – Análisis</b>	<b>Unidad de Análisis</b>	<b>Análisis</b>

---

<p><b>¿Durante la práctica del deporte el deportista demuestra interés?</b></p>	<p>S1. Siempre, nuestro objetivo y propósito es darle la motivación e incentivos adecuados al deportista para que continúe con el deporte</p>	<p>Siempre.</p>	<p>Durante la entrevista al momento de dar respuesta a la pregunta ¿durante la práctica del deporte el deportista demuestra interés?, el sujeto 1, refiere que siempre se evidencia interés por parte de los deportistas, ya que el principal objetivo como técnico del equipo es generar en ellos la suficiente motivación tanto intrínseca y extrínseca para que continúen con la práctica deportiva y poder tener un buen desempeño a nivel competitivo.</p>
<p><b>¿Cuándo al deportista se le presenta una situación difícil, como se desenvuelve?</b></p>	<p>S2. Ellos tienen las capacidades suficientes para resolver cualquier situación y de la mejor manera</p>	<p>Ellos tienen las capacidades para resolverlo.</p>	<p>El sujeto 1, expresa que los deportistas cuentan con las suficientes capacidades para lograr dar solución a las dificultades que se les presenten, podemos inferir que durante los entrenamientos y acompañamientos que se llevan a cabo por parte del equipo se tienen muy en cuenta generar y fortalecer en</p>

			los deportistas las habilidades para resolver cualquier dificultad que se les presente.
<b>¿En la práctica del deporte el deportista logra darle solución a las dificultades?</b>	S1. Sí, siempre.	Sí, siempre.	<p>Se evidencia que, durante la práctica del deporte, los deportistas siempre logran dar solución a sus dificultades, según lo expresa el entrevistado.</p> <p>De igual modo, desde la complejidad que lleva practicar este deporte, los deportistas deben estar en la capacidad de resolver las situaciones que se presenten ya sean el levantarse de su silla de ruedas durante un partido, el tener tolerancia a la frustración y demás.</p>
<b>¿Cuáles son las redes de apoyo para el deportista?</b>	S1. En el deporte, más que un técnico siempre quiero que me vean como un amigo un parcerero en el	Siempre quiero que me vean como un amigo en el que puedan confiar.	El sujeto 1, explica que las redes de apoyo de sus deportistas principalmente está el, por lo que siempre está brindando el apoyo que

que puedan confiar y la familia que es fundamental

se necesite, es así que expresa su deseo de que más que un técnico, lo perciban como su amigo, parcerero en el que puedan confiar. Sin dejar de lado los familiares de los deportistas como redes de apoyo.

**¿De qué manera han influido las redes de apoyo para la práctica deportiva?**

S1. De la mejor manera esto ayuda al deportista a lograr un proceso adecuado a nivel competitivo

Ayuda al deportista a lograr un proceso competitivo.

Se evidencia que las redes de apoyo generan impacto positivo en los deportistas, como lo expresa el sujeto 1, estas redes influyen en que los deportistas tengan un mejor proceso a nivel competitivo.

### Categoría 2 - Resiliencia

Pregunta	Respuestas	Palabras Claves	Meta – Análisis	Unidad de Análisis	Análisis
<b>¿Cómo técnico</b>	S1.Completamente, ellos son capaces	Completamente.			El sujeto 1, refiere confiar en el deportista y sus capacidades a nivel



---

**confía o cree** como cualquier  
**en las** persona lo haría  
**capacidades**  
**de su**  
**deportista?**

competitivo, definiendo así a los deportistas como cualquier persona con capacidades, habilidades y demás.

Podemos deducir que de esta manera el técnico del equipo les hace saber a sus deportistas la confianza que tiene en ellos y sus habilidades para de este modo generar en ellos motivación y un buen proceso a nivel competitivo.

---

**¿El** S1. Lo que he visto en Tiene las  
**deportista es** el deportista tiene las herramientas para  
**capaz de** herramientas para hacerlo.  
**afrentar las** hacerlo siempre  
**situaciones** pueden  
**sin ayuda de**  
**alguien más?**

Se evidencia que el sujeto 1, expresa al momento de responder si el deportista es capaz de afrontar las situaciones sin ayuda de terceros, es así como el sujeto 1, hace saber que los deportistas cuentan con las herramientas suficientes para hacerlo.

---

---

**¿Cómo son los lazos afectivos e íntimos del deportista?** S1. Todos tienen sus esposas, novias, amigos, continúan con una vida normal. Todos continúan con su vida normal.

El sujeto 1, expone los lazos afectivos e íntimos de los deportistas como normales y adecuados, ya que cada uno de ellos mantiene relaciones familiares, amistades, relaciones sentimentales, lo cual no les impide desenvolverse a nivel social por sus condiciones físicas.

---

**¿De qué manera ha influido la práctica deportiva y la aceptación de sí mismo en el deportista?** S1. El deporte es un proceso, veámoslo como rehabilitación luego vienen los beneficios y por último el nivel competitivo. Para estar donde están hace mucho se aceptaron como son y lo que son. El deporte es un proceso de rehabilitación con beneficios.

Se evidencia según lo expresado por el sujeto 1, que la práctica del deporte influye en gran manera, ya que es tomado como método de rehabilitación, generando en ellos beneficios a nivel competitivo. De este modo el sujeto 1, refiere que los deportistas están en el nivel competitivo porque ya tuvieron que pasar un proceso en el cual se aceptan tal y como son.

---

<p><b>¿Cuáles son las situaciones por las que más se confronta el deportista?</b></p>	<p>S1. A nivel competitivo el querer lograr que su equipo gane, el luchar día a día por ser mejores A nivel competitivo.</p>	<p>De acuerdo a lo expresado por el sujeto 1, los deportistas generalmente se confrontan a nivel competitivo, esforzándose día a día por lograr triunfos para el equipo, buscando reconocimiento a nivel deportivo y personal.</p>
---	--	--

**Categoría 3 - Adaptación**

<b>Pregunta</b>	<b>Respuestas</b>	<b>Palabras Claves</b>	<b>Meta – Análisis</b>	<b>Unidad de Análisis</b>	<b>Análisis</b>
<p><b>¿Cómo es el desempeño del deportista en la actualidad?</b></p>	<p>S1. Mis deportistas son buenos, su nivel competitivo los tiene jugando en la selección Colombia y así mismo reconocidos a nivel</p>	<p>Nivel competitivo están reconocidos a nivel nacional e internacional.</p>			<p>Durante la entrevista el sujeto 1, refiere el desempeño del deportista en la actualidad como bueno, expresando que son reconocidos a nivel nacional e internacional en competencia. Es así como resultado de su nivel competitivo que pertenecen a la selección Colombia.</p>

---

	nacional e internacional.		
<b>¿Existe trabajo en equipo por parte del deportista y el grupo?</b>	S1. Siempre tiene que haber trabajo en equipo, para lograr ganar debe de haber trabajo en equipo.	Siempre.	Se evidencia que el trabajo en equipo por parte de los deportistas siempre está, lo cual llevo a que ellos desarrollaran habilidades y así poder ganar a nivel competitivo.
<b>¿Se evidencia motivación en el deportista tanto en las competencias como en los entrenamientos?</b>	S1. La motivación es una de las cosas que día a día trabajamos como equipo y amigos, como familia que somos nos ayudamos cuando estamos en situaciones difíciles.	La motivación se trabaja día a día.	El sujeto 1, expone que la motivación de los deportistas es uno de sus principales objetivos para con los deportistas, siendo así trabajan por mejorar día a día como equipo, amigos y familia que son ayudándose uno al otro en los momentos difíciles.  Cabe resaltar que una de las motivaciones de los deportistas está a nivel intrínseco como lo es la satisfacción de haberlo logrado y a

---

---

nivel extrínseco al momento de recibir el reconocimiento para el equipo.

---

**¿Qué cualidades ha desarrollado el deportista durante la práctica del deporte?** S1. Seguridad, resistencia, muscular y motivación. Seguridad, fuerza mucha fuerza muscular y motivación.

Se evidencia de acuerdo a los expuesto por el sujeto 1, como cualidades que los deportistas deben desarrollar durante sus prácticas deportivas, están la seguridad de sí mismos aquí podríamos incluir la confianza y trabajo en equipo, así mismo la resistencia al momento de tener que desplazarse en sus sillas de ruedas generando así masa muscular y por ultimo encontramos la motivación que es uno de los más importantes y que se tienen en cuenta para trabajar con el equipo.

---

---

**¿El deportista acepta su estado corporal?** S1. Todos los estados físicos no es un impedimento para que ellos logren sus metas, objetivos, como tener un familia, vivienda, estudio y estabilidad económica. Su estado físico no son impedimentos.

El sujeto 1, refiere que los deportistas aceptan su estado físico, para lo cual hace énfasis en que este no debe ser un impedimento para que ellos logren sus metas y propósitos que quieren como lo son tener una familia, vivienda, estudio y estabilidad económica.

Cabe resaltar que el equipo de baloncesto en silla de ruedas brinda a sus deportistas beneficios a nivel psicológico, físico, económico y demás.

---

## Discusión y Análisis de Resultados

A través de la siguiente investigación cualitativa se utilizó una muestra de 11 participantes en la cual se contó con deportistas, familiares de estos y técnico del equipo. La población está ubicada en Yopal/Casanare cuenta con 25 deportistas de alto rendimiento pertenecientes a la selección Casanare del equipo de baloncesto en silla de ruedas. En la cual se exploró el proceso de resiliencia de estos a través de una triangulación poblacional que permitiera evidenciar el proceso de adaptación de los deportistas, y como la práctica deportiva influyo durante el proceso. Así mismo, se tuvo en cuenta la participación de los familiares y del respectivo técnico, para así contrastar la información obtenida durante aplicación de la técnica cualitativa (Entrevista Semi-estructurada) diseñada por las Psicólogas en Formación y Directora de Tesis PhD. Olga Mariela Mogollón Canal. Con la finalidad de diseñar estrategias de intervenciones psicológicas para el beneficio personal y deportivo.

Diversos autores asocian el proyecto con diversos términos, propios de su interés, como por ejemplo Rogers (1980) lo asocia con el desarrollo de orientación personal; Pelletuer en Carbonero (1997) menciona el desarrollo vocacional en la construcción del proyecto individual y Rodriguez-Moreno (2003) Lo plantea para la orientación profesional y la acción tutorial en el marco del proyecto profesional. Esta última autora comenta que la proyección académica es una cuestión existencial y que podría tenerse como categoría principal al proyecto de vida el cual puede encaminar: los proyectos profesionales, familiares, académicos. Citado por Martínez y Palacios, (2012).

En relación a los resultados se evidencio en la categoría de proyecto de vida que: por medio del accidente ocurrido sin importar las diversas situaciones que conllevaron a esta situación que modifíco su estado corporal, se logra evidenciar que la categoría proyecto de vida fue afectado para los participantes a nivel general; no solo física sino además, su situación económica, laboral, académica y psicológica. lo que por medio de la triangulación poblacional se puede diferir que los familiares entrevistados expresan que efectivamente ocurrió una afección en los estudios, y además

a esto se expresa que los deportistas perdieron el interés por sus proyectos y metas de vida, obtenidos anteriormente, en consecuencia, del accidente, modificando así su futuro, resaltando a esto, los familiares refieren que, debido a su condición física, han presentado temor por la discriminación social.

Por otro lado, los deportistas manifiestan que su mayor afición fue a nivel académico. En la triangulación población se evidencia que los familiares manifiestan que los intereses continúan siendo los mismo en relación al accidente, sin embargo teniendo en cuenta el tiempo transcurrido entre el accidente y la actualidad, los entrevistados S1, S2, S3 no llevaron a cabo su proyecto de vida puesto que en la entrevista solo lo manifiestan verbalmente, sin embargo no han presentado ningún tipo de logro frente a ello; se realiza una excepción en dichas respuestas frente al participante S4 el cual expone que si ha logrado llevar a cabo su proyección profesional. De igual manera el participante S5 resaltando la edad en que ocurrió dicho acontecimiento no infiere en su proyecto de vida, ya que lo ocurrido sucedió en la etapa infantil contando con 5 años de vida, a diferencia de los demás deportistas enfrentaron su situación actual en la etapa de adolescencia.

Autores como (L. I. Bozohovich, 1976; L. E. Raskin y L. Y. Dukats, 1961 y I. S. Kon, 1990 citado por Rodríguez 2012) han conceptualizado la proyección bajo el término de “ideales”. Dichos autores se enfocaron en las diferentes etapas del desarrollo de la personalidad, En este sentido, concluyeron que el desarrollo de los ideales abarca, desde la presencia de ideales concretos en la edad infantil, hasta la aparición de ideales abstractos en la adolescencia. En la edad juvenil, los ideales comienzan siendo abstracto y adquieren, mayor carácter, un carácter generalizado, debido a que el sujeto se convierte en el centro de su ideal.

Por lo anterior se considera que el deportista S5, esta situación no afectó su proyecto de vida, ya que sus ideales aun no eran abstractos, por lo que dichos pensamientos se construyeron a partir de esta etapa de vida en adecuación a su condición física, resaltando el desarrollo de sus habilidades deportivas como logro de vida, debido a que en la actualidad se encuentra adscrito en una liga deportiva en el país de España (que por derechos de autor omitimos el nombre de esta).



Continuando con la segunda categoría sobre resiliencia Kumpfer (1998) citado por Becoña (2006), suscita que aquellos que han descrito y elaborado el concepto de resiliencia han encontrado que la habilidad para exitosamente afrontar el estrés y los eventos adversos proceden de la interacción de diversos elementos del ser humano: el temperamento biológico y las características internas, especialmente la inteligencia; el temperamento del sujeto y el locus de control interno o dominio; la familia y el ambiente de la comunidad en la que se vive, especialmente en relación con la crianza de esta persona y las cualidades de apoyo que están presentes; y, el número, intensidad y duración de circunstancias estresantes o adversas por las que ha pasado en niño, especialmente a temprana edad (pág.126).

Se evidencia que los deportistas a nivel general, manifiestan tener dentro de su estilo de personalidad el desarrollo de la resiliencia, a excepción de S3, quien evade algunas preguntas mencionadas con claridad y sin dificultad de comprensión, en esta categoría, cabe resaltar que el participante S3 tiene menor tiempo de haber transcurrido el accidente, tan solo han pasado tres años del respectivo hecho, en comparación a los otros participantes que cuentan de 5 a 10 años de transitoriedad frente a la comprensión de la situación. Por otra parte, se encontró que los familiares expresan que los deportistas cuentan con la capacidad de resiliencia, característica que fue desarrollada partir de dicha situación adversa, puesto que se enfrentaron a una dificultad de vida que modifico su nivel psicológico, económico, físico, familiar, personal, y social.

De este modo los entrevistados expresan tener confianza en los deportistas, creer en sus capacidades y así mismo mantener una relación positiva de comunicación asertiva, facilitando el fortalecimiento de sus estrategias de afrontamiento al momento de desafiar situaciones difíciles. Cabe resaltar que durante el proceso de resiliencia los familiares expresan que en algún momento de sus vidas causa de la situación, logaron sentir agotamientos físico, psicológico y emocional al tener que enfrentar la situación actual de los deportistas debido a la discriminación social.

Por otra parte, una de las principales motivaciones de los deportistas es la práctica del deporte, la familia y estudio, en referencia al técnico del equipo quien define a los deportistas como personas con capacidades, habilidades y competencias desarrolladas para enfrentar cualquier tipo de adversidad es de este modo que utiliza la comunicación asertiva y transmite su confianza al equipo generando en estos motivación intrínseca y extrínseca para continuar con sus proyectos.

No obstante, es de importancia exponer el participante S3, ya que no evidencia tener un proceso de resiliencia, al igual que su familiar, frente a la situación de vida. Para este sujeto la familiar manifiesta que el deportista no tiene mayor control de sus impulsos y a causa del accidente la relación y comunicación de madre e hijo se vio afectada. De este modo el deportista expresa que dentro de sus redes de apoyo cuenta con amigos donde evidencia el porqué de la ayuda externa a la familiar, además el no tener claro lo que quiere y al momento de enfrentar situaciones estresantes no logra generar la búsqueda de estrategias para lograr la solución al problema, encontrando como alternativa el consumo de alcohol excesivo. Para concluir la categoría de resiliencia podemos inferir a nivel general que los deportistas presentan un adecuado proceso de este en la actualidad, para lograr este proceso han contado con acompañamiento psicológico por parte del equipo y el técnico, los cuales toman la práctica deportiva como un método de rehabilitación, generando en ellos, el proceso de resiliencia.

Por otro lado, en la tercera categoría de las estipuladas para el diseño de la entrevista semi estructurada encontramos la adaptación frente al cambio de situación de vida, los participantes. En esta expresan adaptación y/o habituación frente a nuevas situaciones, algunos desde el conformismo logran simplemente aceptar la situación y convivir con ella, otros ven la experiencia como algo nuevo y positivo de la vida, dónde obtienen un aprendizaje y disfrutan del acontecimiento para sacar el mayor provecho a la experiencia; en este mismo orden el S1 sonríe frente a cada situación, S2 se distrae con el alcohol donde se observa que la manera de distraerse para superar situaciones de adversidad es consumiendo altas cantidades de licor, cuando se encuentran en situaciones de dificultad; para el S3 no responde a la pregunta donde posiblemente se vea una controversia de ocultarse bajo el no responder o por medio del discurso no se logra

evidenciar la respuesta a la posible pregunta; S4 y S5 logran en la búsqueda de estrategias para la posible solución frente a la situación con confianza en las capacidades individuales.

Desde la definición que da Grotberg (S.F) citado por Dramisino (2007), está en que conectando la capacidad del hombre de adaptarse, destacada por la psicología positiva, y la resiliencia, contemplada como principio por el modelo salutogénico, se argumenta esta segunda hipótesis dado que se evidenció a través de los relatos, creencias que develan estados resilientes: “resiliencia es la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por experiencias de adversidad” (pág. 23). En este mismo sentido Secades (2013) determina que es importante tener en cuenta dos condiciones principales de la resiliencia: “la adversidad o el evento desestabilizador de índole personal, familiar o comunitaria, y la readaptación positiva que implica el adaptarse y rehacerse” (pág.11).

En la triangulación población se logra contraponer en la entrevista aplicada a los familiares donde expresan que la adaptación del deportista frente a la situación fue la adecuada, tanto los familiares como el técnico y los deportistas concluyen que la práctica deportiva influyó de manera positiva en sus vidas, siendo una modo de desahogarse y de motivación para sus vidas; el técnico del equipo expresa que los deportivas tiene un nivel competitivo alto, donde la motivación del deportista es trabajada con constancia y define a sus deportistas como personas seguras, y con fuerza muscular, manifestando que el estado físico no es un impedimento para lograr sus objetivos y proyecciones, resaltando la práctica deportiva de beneficio económico, psicología y físico, entre otros para (García, Coracuel, Ceballos, 2014) la motivación es un elemento significativo en el deporte, que ejerce una gran influencia respecto del inicio, mantenimiento y/o abandono del mismo por parte de los practicantes; igualmente resulta útil para evaluar el rendimiento, así como la orientación y la dirección de la conducta y/o comportamiento del deportista.

Por último, encontramos la categoría de aceptación la realidad, para esta categoría nuevamente se evidencia que el deportista S3 no es consciente de su realidad puesto que a nivel general ven los participantes como un ejemplo de vida pero este participante infiere que él no logra afrontar su realidad y capacidad de vida según su actualidad, los otros participantes, es notable el interés por su situación puesto ven la adversidad como un nuevo comienzo de vida, se encuentran adaptados en la situación de vida sienten conscientes de todo lo que han podido lograr a causa del deporte puesto que si no estuvieran en esta situación posiblemente habrían tenido tantas experiencias positivas en relación al deporte; Así mismo, los familiares exponen los deportistas como personas que tienen una adaptación adecuada de su realidad, sin dejar de lado la práctica deportiva como una de sus actuales motivaciones, refiriéndose a esta como una consecuencia positiva que de la situación actual del accidente.

Por último, encontramos la categoría de aceptación la realidad, para esta categoría nuevamente se evidencia que el deportista S3 no es consciente de su realidad puesto que a nivel general ven los participantes como un ejemplo de vida pero este participante infiere que él no logra afrontar su realidad y capacidad de vida según su actualidad, los otros participantes, es notable el interés por su situación puesto ven la adversidad como un nuevo comienzo de vida, se encuentran adaptados en la situación de vida sienten conscientes de todo lo que han podido lograr a causa del deporte puesto que si no estuvieran en esta situación posiblemente habrían tenido tantas experiencias positivas en relación al deporte; Así mismo, los familiares exponen los deportistas como personas que tienen una adaptación adecuada de su realidad, sin dejar de lado la práctica deportiva como una de sus actuales motivaciones, refiriéndose a esta como una consecuencia positiva que de la situación actual del accidente.

Por lo anterior (Ryff 1989 mencionado por García 2018) incluye el concepto de auto-aceptación como criterio base del bienestar subjetivo. Indica que el significado difiere del de autoestima personal, conocerse a sí mismo teniendo una percepción adecuada de las propias acciones, motivaciones y sentimientos; y, la necesidad de lograr una visión positiva de sí mismo. Ryff afirma que no se trata solo de un gusto personal donde el sujeto de acepta según las apreciaciones personales de su ser, sino que hay que conocer las fortalezas y debilidades para poder trabajar en

ellas. Un significado e importancia similar en el funcionamiento psicológico positivo presenta el modelo de (Keyes 2002 mencionado por García 2018), definiendo la auto-aceptación como una actitud positiva y estable hacia uno mismo, reconociendo y aceptando los diversos aspectos positivos y negativos que nos caracterizan, incluyendo los sentimientos positivos hacia lo experimentado en el transcurso de vida del sujeto.

Es por lo mencionado que se logra evidenciar que los deportistas tienen aceptación de la realidad por medio de la auto aceptación física lo que les permite lograr desenvolverse a nivel general en los ámbitos donde se evidencia la independencia y capacidad para desenvolverse laboralmente, familiar, personal y deportivo, viendo el entorno como oportunidad para lograr desempeñarse de la mejor manera según su condición física. En relación a S3 se comprende del porque no logra su aceptación de la realidad debido a que no manifiesta auto aceptación personal de su condición de vida.

Adicionalmente, se evidencia dentro del análisis una categoría emergente, la del consumo de alcohol, que es evidente en los participantes S2 Y S3 la cual está asociada a un factor de riesgo de salud, que, viéndolo desde el factor de resiliencia, se podría pensar que contribuye de manera negativa en ellos, evitando el desarrollo de los pilares de la misma, ciertos factores representan condiciones capaces de favorecer el desarrollo positivamente (Henaó, 2006 mencionado por Lozada y Otero, 2016). Los factores protectores internos, son características individuales; se podría mencionar a modo general como componentes de la personalidad resiliente: poseer actitud servicial, poder convivir con el otro, adopción de buenas decisiones, asertividad, controlar los propios impulsos, capacidad de resolución de conflictos, capacidad para elaborar relaciones positivas, visión positiva del futuro, flexibilidad antes las diversas situaciones, capacidad para el aprendizaje, automotivación, manifestaciones de competencias personales y tener sentimientos de autoestima y confianza personal.

## Conclusiones

En esta investigación se planteó como objetivo general explorar el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos de la liga de baloncesto de Casanare, a través de una triangulación poblacional, que permita evidenciar de éste, su proceso de adaptación con miras al diseño de estrategias de intervenciones psicológicas para su beneficio personal, familiar y social a futuro; para darle cumplimiento a este objetivo se diseñó una técnica de entrevista semi estructura, para cada población, la cual fue aplicada a deportistas familiares y al técnico del equipo, donde los participantes tenían diferente temporalidad de haber trascendido el accidente previo a la situación actual; como resultado se logró evidenciar el proceso de adaptación que tuvieron los deportistas frente a su situación sin dejar de lado los familiares, lo cuales proporcionaron información relevante a este proyecto y así mismo la práctica deportiva influyente en el mismo.

Por lo anterior se puede afirmar que el objetivo general de la investigación se cumplió satisfactoriamente, ya que al momento de realizar la triangulación poblacional fue evidente que estos deportistas demostraron tener el proceso de resiliencia, demostrando tener motivación por parte de sus familiares, al momento de realizar las respectivas entrevistas fue evidente el entusiasmo y la motivación a nivel extrínseca cuando refieren tener ayuda por parte del equipo a nivel económico, oportunidades de estudios y a nivel intrínseco cuando son ganadores de los partidos y campeonatos a los que asisten, sin dejar de lado el cómo la sociedad y/o allegados los consideran ejemplos a seguir. Por otra parte, el técnico refiere la práctica del deporte como un método de rehabilitación donde los deportistas principalmente deben creer en ellos mismos, aceptarse tal y como son, no solo físicamente sino además incluyendo el ámbito económico, laboral y familiar que presenta cada uno de los deportistas, durante los entrenamientos la motivación es el principal objetivo a nivel grupal, ya que de esta manera el entrenar les permite poder mejorar a nivel deportivo día a día y así poder seguir participando en los campeonatos a los que asisten, para poco a poco superar el nivel individual y grupal y ser reconocidos por su desempeño.

Por otra parte, se plantearon tres objetivos específicos, el primero está orientado a describir la adaptación psicosocial frente a situaciones personales, familiares y sociales en consecuencia a la aceptación de la realidad, se evidencio que en su mayoría 10 de los participantes mantienen la adaptación de vida frente a la aceptación de la realidad que en consecuencia al accidente enfrentaron por diversos motivos personales, fue evidente que para los participantes al haber enfrentado los motivos que afectaron su situación de vida en la actualidad, fue bastante complejo generar este proceso de adaptación debido a que su cotidianidad tuvo un cambio rotundo, en el ámbito económico: las redes de apoyo se quedaron sin su sustento, algunos deportistas por el contrario se volvieron seres poco sociales por el temor a la discriminación social, el aceptar que ya no tenían movilidad física en la parte inferior de su cuerpo, el tener que dejar a un lado sus estudios, sus parejas, sus pasatiempos para ahora estar dependiendo de un objeto que les impide la movilización por la no adaptación a las condiciones físicas en el hogar, en parques, en escuelas entre otras y así el tener que necesitar de alguien para poder desplazarse a algún sitio o para simplemente realizar un aseo corporal individual.

Sin embargo, dentro de los resultados obtenidos en la entrevista semi estructurada, se identificó el consumir cantidades de licor, como una categoría emergente puesto que S3 lo manifiesta y S2 también lo realiza como distracción frente a sus problemáticas. Además, a esto S3 no muestra adaptación y aceptación a la realidad, puesto que se encontró que es quien menos temporalidad presenta frente a los hechos ocurridos, demostrando así no tener el proceso de resiliencia para el cambio de vida que actualmente tiene. Sin dejar de lado que es el mismo quien refiere tener adicción al alcoholismo, utilizando esto como estrategia para evadir sus problemas y su situación de vida, sin embargo, fue esta misma adicción quien lo llevo a enfrentar el accidente (y aun manifiesta continuar con esta practica consumidora). Dentro de la técnica aplicada a la familiar (Madre) se evidencia no tener el proceso de resiliencia y adaptación a la situación actual ya que, refiere haberse dedicado al cuidado de su hijo y así dejar a un lado su vida familiar, lo cual la llevo a la pérdida de su hogar y la falta de redes de apoyo. La familiar presenta perdida de su sentido de vida expresando el vivir el día a día sin motivación alguna, además se observó la falta de comunicación asertiva entre el deportista y ella.

Para el segundo objetivo específico se propuso examinar por medio de una entrevista semiestructurada el proceso de resiliencia y proyecto de vida, de los deportistas, se puede comprender a modo general que el proyecto de vida se vio afectado, pues sus ideales frente a las metas de proyección no se consolidaron por su nueva adaptación a la situación actual, además a esto los deportistas desarrollaron el constructo de resiliencia, donde Dúran & Morales (2015), sintetizan que el estar resiliente, es estar conectado con la práctica deportiva, lo remite a estados mentales positivos, que contribuyen a la motivación por un proyecto vital, y el desarrollo personal es abordado por la Psicología del Deporte, que considera de gran importancia que el deportista llegue a la cumbre obteniendo no sólo el rendimiento máximo sino el mejor desarrollo personal, a tal punto que González (S.F) citado por García (2004), manifiesta que: “cuando las capacidades fisiológicas, las técnicas de entrenamiento, la intensidad de trabajo alcanzan niveles máximos, la frontera última de la ciencia del deporte es la mente” (p. 19).

Por la anterior definición es necesario destacar al S5 quien es el deportista que más ha conllevado dicha situación ya que el accidente ocurrió en la etapa infantil, etapa del ciclo vital donde aún no se definen sus proyecciones a futuro, sus ideales no se presentan de forma abstracta a como en la adolescencia en donde a relación de los otros participantes ocurrió la situación de vida que ahora enfrentan, S5 es el participante de mayor nivel deportivo en la liga de Casanare, en la actualidad es una persona motivada por su proyecto de vida, sus ideales en comparación a sus otros compañeros de práctica deportiva son superiores, puesto que en relación los otros participantes aun manifiestan que el proyecto de vida se vio estancado.

En el tercer objetivo específico se estipuló diseñar estrategias que contribuyan al fortalecimiento de la resiliencia a futuro de los deportistas del equipo de baloncesto, lo anterior relacionado para que tanto familiares como deportistas logren complementar un buen desarrollo de resiliencia, por medio de estrategias de afrontamiento que favorezcan la población, no deportistas paralímpicos en silla de ruedas que practiquen el basquetbol, sino además otros deportistas paralímpicos.



Se puede señalar que la técnica de entrevista Semiestructurada que se utilizó para la recolección de la información fue la adecuada ya que nos permitió explorar el proceso de resiliencia en los deportistas, así mismo, identificar cada una de las categorías en los deportistas. Por otra parte, la metodología aplicada en este estudio fue la apropiada, permitiendo dar respuesta a los objetivos establecidos en la investigación, de esta forma se puede traer a colación el tipo de investigación cualitativo, con diseño no experimental y de alcance descriptivo – correlacional de tipo transversal favoreciendo así los resultados de la investigación. De igual manera afirmar que las técnicas utilizadas para la recolección de la información cumplieron el propósito de explorar el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos de la liga de baloncesto de Casanare, a través de una triangulación poblacional, que permita evidenciar de éste, su proceso de adaptación con miras al diseño de estrategias de intervenciones psicológicas para su beneficio personal, familiar y social a futuro.

Además, a lo mencionado anteriormente se resalta la motivación de grupo evidenciada en los entrenamientos deportivos, puesto a su unión grupal para cada practica como al momento de la competición, la motivación es un elemento significativo en el deporte, que ejerce una gran influencia respecto del inicio, mantenimiento y/o abandono del mismo por parte de los practicantes; igualmente resulta útil para evaluar el rendimiento, así como la orientación y la dirección de la conducta y/o comportamiento del deportista. La motivación afecta notablemente al rendimiento de un deportista o equipo, pues aquél no sólo depende de la preparación física, técnica o táctica de los deportistas. Una actuación eficaz en las competencias requiere de una adecuada motivación, generalmente alta y positiva (García, Coracuel, Ceballos, 2014).

## Recomendaciones

De acuerdo con la información suministrada es importante implementar programas de intervención que promuevan el proceso de resiliencia en los deportistas paralímpicos que contribuyan favorablemente al desarrollo y/o fortalecimiento de la misma, desde la promoción de factores que puede obtener una persona para bienestar personal, familiar y social de los deportistas.

Realizar una investigación que permita diferenciar el deporte paralímpico de alto rendimiento con el deporte paralímpico de bajo rendimiento, evidenciando la interacción influyente en la práctica deportiva, así como la motivación, constancia y dedicación para realizar la actividad física, y como está influye a nivel personal en ámbitos laborales y familiares.

Evidenciar que estrategias implementan por medio del apoyo que es prestado desde los psicólogos que realizan el acompañamiento al equipo, en el proceso de resiliencia de los deportistas, para que se más evidente los procesos que se han obtenido con cada uno de ellos, desde las áreas que se están ejerciendo para mayor abordaje y continuidad de lo realizado a nivel individual y grupal.

De acuerdo con los resultados, es importante implementar programas de intervención para los familiares, permitiendo en estos la aceptación de la nueva condición de vida de los mismos, para afrontar las eventualidades de la vida de manera positiva, puesto que ellos también se ven involucrados en las afecciones que trae consigo por el temor y cambio de su familiar, y a nivel personal son una fuente fundamente para los mismos por lo que los deportistas ven ellos un refugio y son los familiares quienes motivan y apoyan el proceso del familiar.

Utilizar la cartilla que se diseñó como propuesta de intervención en relación a las estrategias de afrontamiento, para los deportistas paralímpicos, debido a que contiene estrategias que favorecen el fortalecimiento de la resiliencia, se puede observar como anexo a las recomendaciones.

Por otro lado es importante involucrar los diferentes medios comunicativos que actualmente existen, en los procesos deportivos paralímpicos, para lograr mayor reconocimiento del deporte paralímpico nacional y poder así, que más personas tengan conocimiento de las prácticas deportivas paralímpicas, pues serviría como fuente motivante para las personas que presentan estas condiciones y no tienen conocimiento alguno, de que pueden formar parte de alguna liga deportiva que permita un desempeño según su condición física.

## Referencias Bibliográficas

- Acosta, G. &. (2018). Factores psicológicos predictores de estilos de Vida Saludable. Salud Pública, 8. Recuperado el 03 de Julio de 2019, de <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v20n2/0124-0064-rsap-20-02-155.pdf>
- Agencia colombiana para la reintegración de personas y grupos alzados en armas (2015). Enfoque Diferencial Componente de Discapacidad. Bogota (Colombia. Recuperado el 03 de Julio de 2019
- Arena, E. A. (2015). percepcion en la autoconfianza de los estudiantes deportistas pertenecientes al equipo detaekwondo de la Universidad de Pamplona. Pamplona, Norte de Santander, Colombia: Universidad de Pamplona. Recuperado el 11 de Junio de 2019
- Becoña. (2006). RESILIENCIA: DEFINICIÓN, CARACTERÍSTICAS Y UTILIDAD DEL CONCEPTO. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 22. Recuperado el 03 de Julio de 2019, de [http://aepcp.net/arc/01.2006\(3\).Becona.pdf](http://aepcp.net/arc/01.2006(3).Becona.pdf)
- Coldeportes, (2010), "Deporte de Alto Rendimiento" Recuperado el día 10 de Junio del 2019 de: [http://www.coldeportes.gov.co/atencion\\_ciudadania/glosario\\_tematico/centro\\_alto\\_rendimiento/deporte\\_alto\\_rendimiento](http://www.coldeportes.gov.co/atencion_ciudadania/glosario_tematico/centro_alto_rendimiento/deporte_alto_rendimiento)
- Comité Paralímpico, 2018. Boccia. Recuperado de: <http://www.paralimpicos.es/deportes-paralimpicos/boccia>
- Chaplin, M; (2014), "La gran visión de la CPISRA". Unión de Asociaciones Europeas de Fútbol, UEFA. Recuperado de: <https://es.uefa.com/insideuefa/social-responsibility/news/newsid=2136359.html>

- Chacón, R; Castro, M; Garcés, T; Zurita, F. (2016). Estudio de la resiliencia en función de la modalidad deportiva: fútbol, balonmano y esquí. Recuperado el 10 de Junio del 2019 de: <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345743464032.pdf>
- Dell'Anno, A. (2012). Perspectivas Sociales de la Discapacidad. En Angelino, M. & Almeida, M. (2012). Debates y Perspectivas en torno a la discapacidad en América Latina. Universidad Nacional de Córdoba. Recuperado <http://www.bibliotecavirtual.info/2013/05/debates-y-perspectivas-en-torno-a-la-discapacidad-en-america-latina/>
- Diza, E; Huete, A; Leondry, L; Mendoza, N; Ocete, C; Palencia, I; Perez, J; Reina, R; Roldan, A; Rovira, E; Ruiz, M; Snaz, D; Solves, J. (2018) "Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España". (Grupo editorial Cinca S.A); Madrid, España.
- Duran, A; Morales, D. (2015). Investigación Sobre Práctica Deportiva y Resiliencia en Deportistas con Diversidad Funcional Motora, Adscritos a LIDISIRHUILA en la Ciudad de Neiva. Recuperado el 18 de Junio de: <https://stadium.unad.edu.co/preview/UNAD.php?url=/bitstream/10596/3469/1/26425883.pdf>
- Edwin Shneyder Cano Bernal, Carlos Alberto Taborda Vidal. (2017). Estilos de personalidad de futbolistas durante la competición y su relación con la composición de juego. Estilos de personalidad de futbolistas durante la competición y su relación con la composición de juego, 1-501. Pamplona, Norte de Santander, Colombia: Trabajo no publicado de la Universidad de Pamplona. Recuperado el 11 de Junio de 2019
- Elika, M. S. (Mayo de 2015). Colibri, conocimiento libre repositorio institucional. Recuperado el 30 de junio de 2019, de Colibri, conocimiento libre repositorio institucional: [https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/7542/1/ultimodetodos\\_0.pdf](https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/7542/1/ultimodetodos_0.pdf)
- García, S. (2004). Construyendo Psicología del Deporte. Bogotá: Lukas Editores.

- García, A; (2010), “el psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros” Papeles del Psicólogo, Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/778/77815136005.pdf>
- García, J; Coracuel, J, Ceballos O; (2014) “Motivación y Ejercicio Físico Deportivo: Una Añeja Relación” Recuperado el día 10 de Junio del 2019 de: <http://www.redalyc.org/pdf/654/65452570005.pdf>
- Guerrera, J; Gutiérrez, M Zabala, M Álvarez, J Goosdenovich, D Romero, E (2017). Relación entre ansiedad y ejercicio físico. Recuperado el 9 de Junio del 2019 de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002017000200021](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200021)
- Gómez, A. (2015). Psicología del Deporte Aplicada a la Discapacidad. Recuperado el 10 de Junio de: <https://docplayer.es/13190609-Trabajo-final-de-grado-psicologia-del-deporte-aplicada-a-la-discapacidad-futsal-para-ciegos.html>
- Gómez, A. (2018). Factores psicológicos predictores de estilos de vida saludable. Recuperado el 13 de Junio del 2019 de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642018000200155&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642018000200155&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- Hernández, O. (2004). Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social. Recuperado el 2 de Junio del 2019 de: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf>
- Hoyos, L; Zapata, C. (2017). Estructura y Organización del Deporte Paralímpico Una mirada Internacional, Legislación y estructura del deporte y deporte paralímpico en Colombia. Recuperado el 8 de Junio del 2019 de: <file:///C:/Users/MARYURI/Documents/Tesis/estructura-y-organizacion-del-deporte-paralimpico-una-mirada-internacional.pdf>
- Losada, V; Otero, V. (2016). “Pilares de resiliencia en policías, ante una discapacidad física adquirida en acto de servicio”; Universidad Católica Argentina, Recuperado el 18 de Noviembre de: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612016000200006&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612016000200006&script=sci_arttext)

- Landy, K. E. (2018). Salud mental positiva en personas adultas con discapacidad física que practican deporte en Cuenca . Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca. Recuperado el 20 de Junio de 2019, de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31658>
- Landy, K. E. (2018). UNIVERSIDAD DE CUENCA. Recuperado el 16 de Junio de 2019, de Universidad de Cuenca.
- Lima, V; (2014), “Habilidades psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo” Universidad de la República De Uruguay Recuperado el 15 de Junio del 2019 de: <https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/TFG%20VALERIA%20LIMA.pdf>
- Martinez, J; (2010), "Atletismo adaptado". Universitat d'Alacant, Recuperado de: <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/40790/1/Atletismo%20adaptado.pdf>
- Martínez, J; Palacios A. (2012). *Los Enfoques De Aprendizaje Y El Proyecto De Vida En Los Jóvenes En Los Colegios De Bachilleres De Slp*. Obtenido el 14 de Octubre de 2019 de: <file:///C:/Users/MARYURI/Downloads/Dialnet-LosEnfoquesDeAprendizajeYElProyectoDeVidaEnLosJove-5055993.pdf>
- Morales, D. &. (2015). Investigación sobre práctica deportiva y resiliencia en deportistas con diversidad funcional motora, adscritos a LidisirHuila en la ciudad de Neiva. Neiva. Recuperado el 03 de Julio de 2019
- Navarrón, E. G. (2018). Determinantes psicosociales y deportivos de la intención de continuar la participación en la práctica deportiva y la competición en atletas con discapacidad. 27, 2, 107-116. Barcelona, España: Revista de Psicología del Deporte. Recuperado el 20 de Junio de 2019, de <https://www.rpd-online.com/article/view/v27-n2-navarr%C3%B3n-vallejo-godoy-et-al>

- Neira-Tolosa, M. K.-G. (2013). Determinantes sociales en el deporte adaptado en la etapa de formación deportiva. Un enfoque cuantitativo. Bogota, Colombia: Revista Universidad Nacional . Recuperado el 27 de Junio de 2019, de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/26831/46271>
- ONU. (2006). Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Obtenido de <http://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2001). Clasificación Internacional del Funcionamiento, la Discapacidad y la Salud. Obtenido de OMS: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43360/1/9241545445\\_spa.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43360/1/9241545445_spa.pdf?ua=1)
- Romañach, J. & Lobato, M. (2005). Diversidad Funcional, nuevo término para la lucha por la dignidad en la diversidad del ser humano. Foro de Vida Independiente. Recuperado de [http://www.forovidaindependiente.org/files/documentos/pdf/diversidad\\_funcional.pdf](http://www.forovidaindependiente.org/files/documentos/pdf/diversidad_funcional.pdf)
- Rodríguez, H. (2006). LA TEORÍA DE LAS METAS DE LOGRO. Recuperado el 19 de Junio de: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10787/HellinRodriguez02de06.pdf>
- Rodríguez, J. (2012) *Estudio Sobre Los Proyectos De Vida De Jóvenes Con Vih, Del Hospital Del Día Samuel Ratinoff De La Ciudad De Guayaquil*. Obtenido el 14 de Octubre de 2019 de: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6480/1/TESIS%20PROYECTOS%20DE%20VIDA%20JESSICA%20RODRIGUEZ.pdf>
- Sánchez, A; Leon, H; (2012), “Psicología de la actividad física y del deporte” Universidad Santo Tomás Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>
- Secades, X. (2013). La importancia de la resiliencia: marco teórico y aproximación al deporte. En Boletín Informativo de la FEPD No. 21. Federación Española de Psicología del Deporte. Recuperado de <http://www.psicologiadeporte.org/BoletinFEPD2013.pdf>
- Sacomori, F. L. (2014). Resilience of athletes with physical disabilities: A cross-sectional study. 23(1), 15-22. Santa Catarina, Brasil: Revista de Psicología del deporte. Recuperado el 3 de Julio de 2019, de [https://www.rpd-online.com/article/view/v23-n1-cardoso-sacomori/pdf\\_en](https://www.rpd-online.com/article/view/v23-n1-cardoso-sacomori/pdf_en)



Sampieri. (2014). Metodología de la investigación, sexta edición.

Vigoya, D. (2004). Un acercamiento conceptual sobre motivación en psicología del deporte. En García, S. (Lukas Editores). Construyendo Psicología del Deporte. (37-59). Bogotá: Lukas Editores.

Vaíllo, R; Pérez, N. (2016). Guía sobre la clasificación del deporte paralímpico. En Hernández, M. (Limencop S.I). Comité Paralímpico Español. España. Recuperado de: <http://www.paralimpicos.es/sites/default/files/inline-files/guia%20sobre%20la%20clasificaci%3%93n%20del%20deporte%20paralimpico%202016.pdf>

Velazquez, E. (2018). Aceptación personal. Recuperado de: <http://namkahemulmo.ml/la-aceptacion-personal-aesthesis-psic-logos-madrid-deutschland>

Zucchi, D; (2001), Deporte y discapacidad. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd43/discap1.htm>

## Anexos

### *Apéndice A-Entrevista Semiestructurada a Familiares*

Categoría	Pregunta	Respuesta
Proyecto de Vida	<p>1.¿ de acuerdo a la situación del deportista, de qué manera fue afectado su proyecto de vida?</p> <p>2.¿Qué temores ha presentado por el futuro de su familia?</p> <p>3.¿Los intereses del deportista continúan siendo los mismos?</p> <p>4.¿Cuáles son las convicciones del deportista teniendo en cuenta su situación actual?</p> <p>5.¿Cuenta con redes de apoyo,</p>	

mencione alguna de estas?

6.¿De qué manera han influido sus redes de apoyo para su familia y el deportista?

Resiliencia 7.¿De qué manera se ha afectado la relación familiar después de lo ocurrido?

8.¿Cuándo se encuentran en situaciones difíciles de qué manera las enfrentan?

9.¿En algún momento se sintió agotado por la situación del deportista?

10.¿Qué ha sido lo más difícil que han enfrentado después de la situación actual?

11.¿Cómo son los lazos afectivos e íntimos del deportista?

12.¿Cuáles considera usted que son las motivaciones del deportista?

13.¿Cree en el deportista?

Adaptación

14.¿Qué tan dependiente fue el deportista al momento de enfrentar su situación actual?

15.¿Considera que el deportista es dependiente para realizar actividades?

16.¿La vida social del deportista ha presentado situaciones negativas debido a

su situación actual?

17.¿Considera que el deportista tiene control sobre su vida?

18.¿Cómo ha logrado superar los momentos difíciles el deportistas?

19.¿Qué ha sido lo positivo que apporto esta situación al deportista?

20.¿Cómo reacciona el deportista ante nuevas situaciones o experiencias de vida?

Aceptación de la Realidad 21.¿Cómo considera la independencia del deportista?

22.¿De qué  
manera ha  
ayudado la  
práctica del  
deporte al  
deportista?

23¿Cómo cree que  
la sociedad los  
percibe a ustedes  
como familia y al  
deportista?

*Apéndice B- Entrevista Semi-Estructurada a Deportistas*

Categoría	Pregunta	Pertinente
Proyecto de Vida	<p>1.¿Cuándo establezco metas a futuro, como persisto para alcanzarla?</p> <p>2. ¿Cuándo se les presentan situación difíciles, de qué manera las enfrento?</p> <p>3. ¿Cómo logro darle solución a las dificultades?</p> <p>4. ¿Cuáles eran sus intereses antes de enfrentar su situación actual?</p> <p>5. ¿Cuáles son sus intereses, teniendo en cuenta su situación actual?</p> <p>6. ¿cuáles son sus redes de apoyo actualmente?</p>	

Resiliencia

7. ¿De qué manera han influido sus redes de apoyo en su vida?

8. ¿Se siente preparado para afrontar situaciones del presente, sin ayuda de alguien más?

9. ¿Que ha sido lo más importante para usted después de enfrentar su situación actual?

10. ¿Qué ha sido lo más difícil que ha enfrentado después de su situación actual?

11. ¿Cómo son sus lazos afectivos e íntimos con otras personas?

12. ¿Qué ha hecho para aceptarse a sí mismo?



13.¿Mencione algunas situaciones en las que se ha confrontado consigo mismo?

14.¿Qué es lo que le motiva y le apasiona en la vida?

Adaptación 15.¿Cuándo se enfrenta a experiencias nuevas cómo reacciona ante ellas?

16.¿Qué considera usted que tiene de positivo esta situación?

17.¿Cómo logra superar las situaciones difíciles en la vida?

Aceptación de Realidad 18.¿Explique el manejo de su independencia personal?

19. ¿De qué manera ha influenciado la práctica del deporte?

20. ¿Cómo cree usted que la sociedad lo percibe?

*Apéndice C-Entrevista Semi-Estructurada a Técnico*

Categoría	Pregunta	Respuesta
Proyecto de Vida	1.¿Durante la práctica del deporte el deportista demuestra interés?	
	2.¿Cuándo al deportista se le presenta una situación difícil, como se desenvuelve?	
	3.¿En la práctica del deporte el deportista logra darle solución a las dificultades?	
	4.¿Cuáles son las redes de apoyo para el deportista?	
	5.¿De qué manera han influido las redes de apoyo para la práctica deportiva?	

Resiliencia 6.¿Como técnico confía o cree en las capacidades de su deportista?

7.¿El deportista es capaz de afrontar las situaciones sin ayuda de alguien más?

8.¿Cómo son los lazos afectivos e íntimos del deportista?

9.¿De qué manera ha influido la práctica deportiva y la aceptación de sí mismo en el deportista?

10.¿Cuáles son las situaciones por las que más se confronta el deportista?

Adaptación 11.¿Cómo es el desempeño del

deportista en la actualidad?

12.¿Existe trabajo en equipo por parte del deportista y el grupo?

13.¿Se evidencia motivación en el deportista tanto en las competencias como en los entrenamientos?

14.¿Qué cualidades ha desarrollado el deportista durante la práctica del deporte?

15.¿El deportista acepta su estado corporal?

*Apéndice D- Consentimiento Informado*

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo, \_\_\_\_\_, identificado con cédula de ciudadanía número \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_, actuando en mi calidad de representante \_\_\_\_\_ con cedula de ciudadanía número \_\_\_\_\_ manifiesto mi aceptación y autorizo al psicólogos en formación Angie Daniela Bachiller Guevara y Maryelis Euclimar Vargas Castro estudiante de noveno semestre de Psicología de la Universidad de Pamplona, para la realización de procedimientos como: la aplicación de una entrevista con el fin de participar en una investigación que tiene como objetivo: Explorar el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos de la ciudad de Yopal/Casanare por medio de un estudio de caso con el fin de evidenciar su proceso de adaptación con miras al diseño de estrategias de intervenciones psicológicas para su beneficio personal, familiar y social a futuro.

Entiendo que toda la información concerniente a los resultados de la entrevista es de carácter confidencial, y no será divulgada ni entregada a ninguna institución externa o individuo sin mi consentimiento expreso, excepto cuando la orden de entrega provenga de una autoridad judicial competente. También entiendo, y por lo tanto estoy de acuerdo con la necesidad de quebrantar este principio de confidencialidad en caso de presentarse situaciones que pongan en grave peligro la integridad física o mental del participante. En forma expresa manifiesto a usted que he leído y comprendido íntegramente este documento, por lo cual acepto su contenido y las consecuencias que de él se deriven.

\_\_\_\_\_

Firma Participante

CC:

\_\_\_\_\_

Firma Psicólogo en Formación

CC:

Apéndice E- Validación por Expertos de la Técnica

22 de julio de 2019 – Pamplona N.S

Dr.

Asunto: Validación de técnicas a través de juicios de expertos

Cordial Saludo,

Por medio de la presente nos dirigimos a usted, con la finalidad de solicitarle formalmente la validación de la técnica de entrevista que se aplicará en la recolección de información para elaborar el Trabajo de Grado que lleva por título: **RESILIENCIA EN DEPORTISTAS PARALÍMPICOS DE BALONCESTO EN SILLA DE RUEDAS: ESTUDIO DE CASO** como requisito exigido, para optar al Título de Psicóloga que otorga la Universidad de Pamplona.

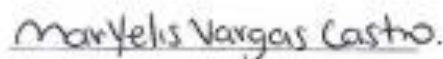
A tal efecto se elaboró un instrumento cualitativo de fácil aplicación, que consta de 22 reactivos, los cuales pretenden describir: resiliencia, adaptación, aceptación de la realidad y proyecto de vida, por medio de una triangulación poblacional donde dicha entrevista semi estructurada será aplicada a deportistas, familiares y técnicos. Con esta prueba se aspira explorar el proceso de resiliencia de los deportistas paralímpicos con el fin de evidenciar su proceso de adaptación.

De antemano, gracias por su atención y colaboración.

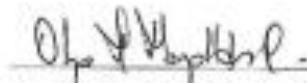
Atentamente



Angie Daniela Bachiller Guevara  
1.094.281.113  
Psicóloga en Formación



Maryelis Eaclimar Vargas Castro  
1.193.546.907  
Psicóloga en Formación



P.h. D. Olga Mariela Mogollón Canal  
Directora Trabajo de Grado

	e íntimos del deportista?			
	¿de qué manera ha influido la práctica deportiva y la aceptación de sí mismo en el deportista?			X revisar redacción
	¿Cuáles son las situaciones por las que más se confronta el deportista?		x	
Adaptación	¿Cómo es el desempeño del deportista en la actualidad?	x		
	¿Existe trabajo en equipo por parte del deportista y el grupo?	x		
	¿Usted ve al deportista motivado por la práctica del deporte?	x		
	¿Qué cualidades ha desarrollado el deportista durante la práctica del deporte?	x		
	¿El deportista acepta su estado corporal?		x	

Firma *Nelson Esteban Rivera Aragón*

Tarje Profesional 779 23 de julio de 2019



	deportista en la actualidad?			
	¿Existe trabajo en equipo por parte del deportista y el grupo?	X		
	¿Usted ve al deportista motivado por la práctica del deporte?			¿Se puede evidenciar motivación por parte del deportista <del>han</del> las competencias como los entrenamientos?
	¿Qué cualidades ha desarrollado el deportista durante la práctica del deporte?	X		
	¿El deportista acepta su estado corporal?	X		

Firma Edgar Augusto Suarez

Tarje Profesional 160769

Fecha 24/07/2019

Apéndice F-Cartilla



**¡CRECER DESDE LA  
ADVERSIDAD,  
LEVANTARSE Y LUCHAR!**



**“No sabes lo fuerte que eres hasta que ser fuerte es la única opción que te queda.”**  
“Bob Marley”



Apéndice G-Evidencias Fotográficas









