

Barreras percibidas por deportistas con diversidad funcional visual y guías en carreras por montaña Perceived barriers in athletes of trail running with visual functional diversity and their race guides

*Virginia Alcaraz Rodríguez, *Pablo Caballero Blanco, **Pedro Sáenz-López Buñuel, *Jesús Fernández Gavira
*Universidad de Sevilla (España), **Universidad de Huelva (España)

Resumen. Las actividades desarrolladas en medio natural, y más concretamente, las carreras por montaña son una práctica física que ha ido en aumento en los últimos años y por tanto susceptibles de ser actividades en las que personas con diversidad funcional visual puedan participar. El objetivo del presente estudio es conocer cuáles son las barreras percibidas por los deportistas con diversidad funcional visual y guías para participar en carreras por montaña. Se ha empleado un diseño no experimental, descriptivo y seccional, desde el enfoque de la fenomenología descriptiva. Los participantes del estudio fueron deportistas y guías que se encuentran dentro del campeonato nacional de carreras por montaña, siendo 26 deportistas (19 hombres y 7 mujeres) y 23 guías (18 hombres y 5 mujeres). El instrumento de estudio fue la entrevista semiestructurada elaborada ad hoc, empleando el análisis de contenido cualitativo como estrategia de análisis, a través del software de tratamiento cualitativo NVIVO. Los resultados indican que existen limitaciones para la práctica de carreras por montaña debidas a la propia elección o presión del entorno cercano, el proteccionismo familiar y social, las barreras de información, la falta de formación y conocimiento en las federaciones, organización y técnicos y las dudas sobre la participación de personas con algún tipo de diversidad funcional en pruebas deportivas. Estas barreras detectadas en la práctica podrían ser solventadas con la sensibilización de la población implicada y la estandarización de los protocolos organizativos y de planificación dentro de las carreras por montaña.

Palabras clave: barreras, diversidad funcional visual, guías, carreras por montaña.

Abstract. Last years, outdoor activities, specifically trail running, have shown an increase in their participation rates, together with an increase of athletes with visual functional diversity in these competitions. The aim of this study is to understand the barriers to take part in these competitions perceived by athletes with visual functional diversity and their race guides. The study was carried out with 26 athletes with visual functional diversity (19 men and 7 women) and 23 guides (18 men and 5 women), who participated in the 2016 National Trail Running Cup for people with visual functional diversity. A non-experimental, descriptive, and sectional design was used, from the descriptive phenomenological approach. The applied study instrument was a semi-structured interview designed ad hoc, using the qualitative content analysis as an analytical strategy, through the qualitative treatment software NVIVO. The results have shown limitations to participate on the trail running competitions due to their close context, family, and social overprotection; information barriers; lack of formation and knowledge from sport federations, organization responsible and experts in these kind of activities; and doubts about the participation possibilities of people with functional diversities in sport competitions. These barriers could be solved by promoting awareness in people involved in this activity, as well as by standardizing the organization and planification protocols for trail running competitions.

Key words: barriers, visual functional diversity, guides, trail running.

Introducción

La presencia de la diversidad funcional en Europa y en España es cada vez más visible y normalizada gracias a todas las políticas y medidas, tanto institucionales como no institucionales, que favorecen la inclusión de la población con estas características en la vida social de los respectivos países.

La visión es el sentido que determina nuestro desarrollo en la vida cotidiana, ya que el 80% de la información la obtenemos de la vista (Pérez, López & Iglesias, 2004). Por tanto, es un factor indispensable para la autonomía y el desenvolvimiento de cualquier persona (Abellán, Pérez, Esparza, Castejón & Ahmed-Mohamed, 2012). Según la Organización Mundial de la Salud, 39 millones de personas son ciegas en todo el mundo, y 246 millones de personas tienen ceguera o baja visión.

Este alto índice de población con algún tipo de diversidad funcional visual (DFV), ha originado distintos estudios relacionados con la práctica de actividad física de dicha población (Pérez, Alonso, García & Coterón, 2011; Santana, Guillen & Márquez, 2002). En cuanto al interés por iniciar una

práctica deportiva de cualquier tipo y el gusto por el deporte, los resultados muestran que son similares entre las personas con DFV y la población vidente; siendo ese interés elevado en ambos casos y no constituyendo la DFV un inconveniente para ello.

La incorporación a una actividad deportiva del colectivo de personas con DFV no está exenta de barreras e impedimentos (Fernández, 2011; Pérez-Tejero, 2016). La práctica deportiva cotidiana en muchas ocasiones va asociada a una serie de obstáculos que las personas con diversidad funcional deben superar para realizarla (Rello, Garoz y Tejero, 2018).

La escasez de ayudas por parte de las instituciones públicas que apoyen la realización de programas y actividades dirigidos a personas con discapacidad funcional visual, es el primer obstáculo que se les presenta para incorporarse a la práctica deportiva (Segura, Martínez-Ferrer, Guerra & Barnet, 2013; Shield & Synnot, 2014).

Esta falta de financiación va acompañada en muchas ocasiones de la incorrecta aplicación de medidas de accesibilidad en instalaciones deportivas; puesto que a pesar de que se realizan labores de adaptación, no se suele tener en cuenta que la población con diversidad funcional visual es un colectivo heterogéneo, que requiere distintas adaptaciones, por lo que las intervenciones suelen ser deficientes (Fernández, 2011; Rovira-Beleta, 2014).

En ocasiones las barreras vienen dadas por el tratamiento de la información que se realiza en el ambiente de las

instalaciones deportivas. Aun estando en la era de la información y las comunicaciones una de las grandes barreras para las personas con DFV es tanto la falta de accesibilidad de la información en las instalaciones deportivas (De Potter, 2006; Rovira-Beleta, 2014), como la información digital disponible en entornos virtuales (Martínez-Usero, 2006).

Otro obstáculo es la carencia de formación específica y de experiencia de los técnicos que dirigen las actividades deportivas, que ocasiona no incorporar adaptaciones previas y la consecuente barrera para que una persona con diversidad funcional inicie dicha práctica deportiva, o que la dificultad en su realización genere un abandono de este colectivo en un corto periodo de tiempo (Fernández, 2011; Shield & Synnot, 2016).

Por último, cabe resaltar una falta de sensibilización por parte de los practicantes e incluso técnicos responsables inmersos en la actividad, que generan ideas erróneas que llevan en ocasiones a actitudes discriminatorias (Santana & Garoz, 2013; Fernández, 2011). Esta falta de empatía social con las características y necesidades de las personas con DFV, se une a las inseguridades personales y los miedos de los entornos cercanos, provocando el rechazo a la práctica deportiva (Morgado, Campana, Morgado, Fortes & Tavares, 2013; Santana & Garoz, 2013).

Estas barreras citadas están presentes de forma general en los distintos tipos de prácticas deportivas, siendo muy escasos los estudios que han analizado dichos obstáculos de forma específica en las actividades físicas en el medio natural. La práctica de este tipo de actividades, por parte del colectivo de DFV, está en progresivo aumento, al igual que está ocurriendo en otro tipo de participantes, debido en gran medida al desafío personal que suponen, al establecerse cada deportista la superación de metas y límites físicos y naturales (Bueno, 2012; Carrascosa, 2013).

Dentro del gran abanico de actividades físicas en el medio natural, las carreras por montaña es una de las actividades con más auge en la actualidad (Águila, 2007; González, 2004; Seguí, Inglés, Labrador y Faría, 2016), aumentando en la última década el número de pruebas y de licencias federativas vinculadas a esta práctica deportiva (Seguí y Fariás, 2018). En cuanto al colectivo con DFV, existe un circuito nacional de carreras por montaña organizado por la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC, 2015), en el que participan de forma inclusiva con deportistas de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME). Dicha actividad consiste en realizar un recorrido por montaña balizado, con una distancia entre los 15 y los 30 kilómetros, con un desnivel entre 500 y 1400 metros positivos. El terreno tendrá una dificultad técnica de I/II grado. Durante la competición, los deportistas que formen un equipo estarán unidos en todo momento por medio de una barra direccional, salvo en las paradas que se determinen por la organización y en los momentos previstos para avituallarse. En las carreras por montaña participan deportistas con diversidad funcional visual, clasificados en dos categorías: B1 (ciegos totales) y B2 (personas con baja visión). Además, es necesaria y obligatoria la presencia de la figura del guía o deportista de apoyo; esta persona no padecerá ninguna diversidad funcional visual y tendrá como cometido colaborar con los competidores al objeto de que éstos puedan tomar

parte en las pruebas de forma segura (FEDC, 2015).

Por lo tanto, se participa por equipos o barras (se denominan barras puesto que se emplea la barra direccional, elemento que ayuda a poder progresar por el entorno natural de forma segura). Cada equipo está compuesto por tres participantes, que corren agarrados a una barra direccional, atendiendo a la siguiente regla: en la parte delantera se sitúa un guía, en el medio el deportista ciego (B1 o B2) y al final otro guía u otro deportista con baja visión (exclusivamente un B2). El guía principal va indicando las características de los accidentes del terreno, mientras que el guía o deportista (B2) que cierra el grupo, da estabilidad al conjunto y complementa las órdenes del guía principal (FEDC, 2015).

A pesar de encontrar en las carreras por montaña una actividad con una serie de adaptaciones para su práctica y competición, no existe ningún estudio que haya analizado si los deportistas con DFV están exentos de barreras para la práctica deportiva de dicha modalidad o, por el contrario, encuentran algunos obstáculos que puedan dificultar y/o condicionar su participación.

Atendiendo a este problema, el objetivo del estudio es conocer la percepción de los deportistas con diversidad funcional visual y guías sobre las barreras para la práctica de carreras por montaña.

Método

Diseño

El presente estudio emplea como método de investigación la fenomenología descriptiva, cuyo principal foco de atención es el estudio de lo cotidiano, de la experiencia vital, entendida como la experiencia no conceptualizada o categorizada (Báez, 2014; Bárbera & Inciarte, 2012; Creswell, 2007). En sintonía con dicho enfoque metodológico, se ha procedido a realizar un diseño no experimental descriptivo y seccional, realizando una sola medida a la muestra seleccionada.

Por lo tanto, la investigación está realizada desde la perspectiva de trabajo cualitativo, seleccionado por ser el que mejor se adecua al objeto de estudio planteado (Anguera, 1995; Ballester, 2001); puesto que trata la realidad entendida por las personas que la experimentan, narrada y descrita por los protagonistas de la misma (Patton, 2015).

Participantes

La selección de la muestra en el presente estudio fue intencional (no probabilística), puesto que los participantes fueron deportistas federados en la disciplina deportiva de carreras por montaña de la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDAC) durante la temporada 2016; incluyendo tanto corredores con algún tipo de diversidad funcional visual (B1 y B2), como corredores guía.

Los sujetos que participaron en la investigación fueron 49 personas, 26 deportistas (B1 y B2) y 23 guías. Todas ellas cumplieron los siguientes criterios de inclusión: estar federado en la disciplina de montaña dentro de la FEDAC, participar en alguna de las tres pruebas del campeonato nacional de carreras por montaña de la temporada 2016, tener una experiencia mínima de una temporada previa a la del 2016 dentro de esta modalidad deportiva y querer participar en el

presente estudio.

Los datos sociodemográficos de la población de estudio son los siguientes: en el grupo de deportistas (personas con diversidad funcional visual B1 y B2) encontramos 19 hombres y 7 mujeres, con edades comprendidas entre los 29 y 58 años ($M = 45,07$; $DT = 7,57$); en el grupo de guías participaron 18 hombres y 5 mujeres, con edades entre los 24 y 66 años ($M = 45,73$; $DT = 11,5$). El 53% de los sujetos (deportistas B1 o B2 y guías) se encuentran con edades entre los 36 y 50 años.

Instrumento

El instrumento utilizado fue la entrevista semiestructurada, generando el conocimiento de la realidad a partir de una interacción entre el entrevistador y el entrevistado (Hernández, Fernández & Baptista, 2006). La dinámica de desarrollo de la entrevista no se limita a realizar preguntas previamente diseñadas, sino a intentar definir la respuesta a nuestro objeto de estudio a partir de las experiencias y vivencias de los agentes implicados.

Las entrevistas utilizadas en el proceso de recogida de datos de esta investigación tuvieron un guion creado ad hoc para responder al objeto de estudio, con dos versiones: deportista con diversidad funcional visual y guía. Este guion, fue elaborado y revisado por tres investigadores expertos, que establecieron una primera versión, testado durante una prueba piloto, que generó modificaciones, estableciendo una segunda versión final. Las entrevistas estuvieron formadas por 12 cuestiones iniciales relativas a dos dimensiones: necesidades y accesibilidad al deporte, y barreras en la participación en carreras por montaña.

Algunas de las preguntas realizadas a los deportistas con diversidad funcional visual fueron: ¿consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las administraciones públicas ofrecen a los deportistas con discapacidad visual?; indique cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de realizar su práctica deportiva habitual; ¿qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con discapacidad visual?; ¿es la información presentada a los corredores suficiente y adecuada para el desarrollo óptimo de la prueba?; ¿alguna entidad o persona le facilita material adaptado para realizar la competición?, si es que si, ¿se ajusta esta a sus necesidades de accesibilidad...?

Algunas de las preguntas realizadas a los guías fueron: ¿consideras adecuadas/suficientes las medidas de accesibilidad al deporte que las administraciones públicas ofrecen a los deportistas con discapacidad visual?; indíqueme cuáles son las limitaciones y barreras que se encuentra a la hora de ejercer como guía en las carreras por montaña, si es que las hubiera; ¿qué elementos consideras necesarios para que una carrera sea accesible para personas con discapacidad visual?; ¿es la información presentada a los corredores suficiente y adecuada para el desarrollo óptimo de la prueba?

Procedimiento de recogida de datos

Previamente a las entrevistas se contactó con los sujetos que participaron en el estudio, en la mayoría de los casos durante la realización de una carrera por montaña, o bien mediante contacto telefónico.

Las entrevistas se realizaron en los meses de enero, febrero y marzo del 2016, de forma presencial, por vía telefónica o mediante videoconferencia, en función del acceso a los participantes. Tuvieron una duración media de 30 minutos, grabadas en función de la forma de realización (grabadora sony ICD-PX820 en caso presencial y telefónica, y con la aplicación Mac Quick Time Player para las videoconferencias).

Análisis de los datos

Tras el registro de los datos, se realizó la transcripción literal de las entrevistas (de los deportistas con DFV y guías) registradas en audio o video, empleando para ello el programa informático Express Scribe.

La estrategia de análisis aplicada fue el análisis de contenido cualitativo aplicado, el cual se fundamentó en las fases establecidas por Andreú (2002) y Krippendorff (2004), así como en el modelo de desarrollo de categorías mixto (deductivo e inductivo) propuesto por Mayring (2002); aplicando inicialmente el enfoque deductivo para formular las categorías principales de análisis (dimensiones) a partir de los objetivos del estudio y del protocolo de preguntas de la entrevista semiestructurada, y posteriormente se empleó el enfoque inductivo, para formular las categorías y subcategorías de análisis a partir de las ideas emergentes de los participantes sobre sus percepciones sobre la accesibilidad en de los DFV en las carreras por montaña. Se empleó el software de análisis cualitativo NVIVO versión 9, como herramienta para ayudar en la sistematización del proceso establecido del análisis de contenido. La codificación se realizó por dos investigadores, mejorando la objetividad de los resultados extraídos (Delgado, Vargas, & Vázquez, 2006; Flick, 2007); ambos investigadores fueron Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y especialistas en actividades físico deportivas en medio natural, siendo además uno de ellos especialista en actividades físico deportivas con personas con diversidad funcional. En la siguiente tabla se presentan las fases del proceso, así como las acciones realizadas (Tabla 1).

Para mantener el anonimato de los participantes se ha establecido un código compuesto por varias letras y números (Figura 1):

- La primera letra es «H» para hombres y «M» para mujeres.
- El número identifica el orden de numeración surgido

Tabla 1. Proceso de análisis de contenido cualitativo adaptado al presente estudio.

Proceso de análisis de contenido Andreú (2002) y Krippendorff (2004)	Acciones realizadas	Modelo desarrollo categorías deductivo-inductivo Mayring (2000)
Determinar el objeto de análisis	Especificar el objetivo de la investigación, problemática de estudio.	Establecer objetivo de estudio, preguntas de investigación.
Creación de unidades	Determinar las unidades de análisis.	Determinar de forma deductiva las categorías principales de análisis (dimensiones iniciales). Establecer de forma inductiva las categorías y subcategorías de análisis.
Muestreo	Análisis exploratorio del texto.	
Registro/codificación	Análisis de todas las unidades de análisis con el sistema de códigos establecido.	Primera codificación, aplicando las categorías y subcategorías de análisis iniciales.
Reducción	Estructuración del sistema de códigos y subcódigos de forma transitoria.	Segunda codificación. Selección de los fragmentos de entrevistas más representativos de cada categoría.
Inferencia	Consolidación de códigos a dimensiones, categorías y subcategorías.	Exposición de los resultados encontrados, estructurado en dimensiones, categorías y subcategorías.
Narración	Discusión de los resultados.	Discusión de los resultados.

por el orden de entrevista dentro de su género.

c) La letra central que encontramos puede ser «B1» (corredor ciego total), B2 (corredor con diversidad funcional visual) o G (guía).

d) El último código es una letra que indica la comunidad autónoma de origen del participante en el estudio.



Figura 1. Código identificación entrevistas.

Resultados

El análisis realizado de las entrevistas a los deportistas con DFV (B1 y B2) y guías, ha dado lugar a estructurar los resultados en la dimensión *barreras en la práctica de las carreras por montaña*, de la que han surgido las siguientes categorías:

- Apoyo institucional.
- Barrera personal y familiar.
- Barrera en la información.
- Barrera en la formación de técnicos y voluntarios.
- Barrera en el reglamento de las carreras por montaña.
- Barrera en los organizadores.
- Barrera en la inscripción a la prueba.
- Barrera en los centros deportivos.

Apoyo institucional

Los corredores y guías destacan que, igual que en otro tipo de deportes en los que participan personas con diversidad funcional del tipo que sea, existe una falta de apoyo institucional para la inclusión de las personas que presentan estas características. Los participantes del estudio destacan la labor de la FEDC, el apoyo excepcional de algunas organizaciones de carreras y la limitación de ayudas desde otras entidades.

«Echo en falta más apoyo del referente, que en este caso sería la ONCE. Hay muchísimos corredores de montaña que a lo largo de los años se han ido descolgando porque la iniciativa de carreras se ha ido reduciendo en número y hay menos posibilidades de participar» (H6-G-M).

El guía es un elemento imprescindible para que el deportista con DFV pueda realizar carreras por montaña, siendo necesario impulsar desde las instituciones actuaciones para la captación y formación de guías; puesto que una necesidad percibida es la de contar con guías con formación específica en conducción de personas con diversidad funcional visual por carreras por montaña.

«Haría falta algo más, más ayuda. Lo veo un poco pobre, no se valora la labor de los voluntarios, de los guías y el esfuerzo que hacemos para estar haciendo las carreras» (H8-G-MU).

«Se echa en falta más voluntarios y más guías, no sé a quién corresponde, si a la ONCE, a las comunidades o a los ayuntamientos, pero se debería formar un grupo de guías más numerosos a nivel nacional» (H21-G-M).

«(...) Deberían fomentarse la formación de guías.» (H5-G-LP).

En el caso de las ayudas que se disfrutan por parte de deportistas y guías para el desarrollo de la práctica deportiva de montaña, son insuficientes dado que se reducen a programas muy limitados, tanto en número de personas implicadas como en número de actuaciones.

«No hay ayudas, ni suficientes ni insuficientes. Se cubre lo mínimo y lo llaman ayudas» (H13-B2-CO).

La falta de equipamientos y las limitaciones en el caso de hacer falta ayudas no se consideran en municipios pequeños.

«Hay falta de apoyo de las instituciones, aquí en el ayuntamiento, que es pequeño, no hay ayuda de ningún tipo. En mi caso, yo corro en la pista de atletismo sin ayuda porque puedo, pero a veces tropiezo porque no hay luz» (H13-B2-CO).

Barrera personal y familiar

La participación, en algunos casos, encuentra limitaciones de tipo personal o del entorno cercano, que por proteccionismo o miedo reduce su práctica en actividades físicas y en medio natural como son las carreras por montaña, tal y como destacan algunos de los deportistas y guías participantes.

«En lo que son carreras por montaña no hay ninguna barrera más allá que la que nosotros mismos nos queramos poner» (H6-G-M).

«Las barreras nos las buscamos nosotros mismos» (H8-G-MU).

«La primera barrera se la pone uno mismo, es muy difícil cuando pierdes un sentido, pierdes una pierna, sobreponerte, tienes que hacer un proceso de aceptación tuyo. La familia, la sobreprotección, hay muchas pero lo primero las barreras que nos ponemos nosotros mismos» (H14-B1-C).

Barrera en la información

La información sobre las características técnicas y ambientales de una carrera es determinante para el deportista con diversidad funcional visual, como para el guía. La calidad y la cantidad de la información es determinante, pero sobre todo la organización de la misma, dado que en casi ningún caso se ofrece el detalle del terreno en todos sus parámetros determinantes para el guiado en carrera.

«Debe haber más información, si no tuviese a mi guía no tendría información antes de la carrera, pero creo que por desorganización más que por otro motivo» (H13-B2-CO).

«Hay veces que los guías vamos un poco a ciegas, como los deportistas» (H11-G-S).

Estamos en la era de las comunicaciones y de la accesibilidad de las nuevas tecnologías, pero los formatos de los documentos son determinantes para que estos sean accesibles por las personas con diversidad funcional visual. Los documentos en formato pdf, las capturas de pantalla o las imágenes son elementos inaccesibles si no existe una persona que interprete o lea el contenido a la persona con ceguera o deficiencia visual.

«El formato muchas veces son fotos y pdf, pero por lo general nuestros ordenadores solo leen el Word, a no ser que tengas un iphone no te leen el pdf» (H14-B1-C).

«El gran problema es la accesibilidad de la información. Un mapa, un perfil, que son imágenes, el lector de pantalla no lo puede interpretar. Especificar las áreas de servicios posterior a la carrera, como es todo eso» (M8-B1-M).

La información es válida pero no ajustada a las necesidades de interpretación para las personas con diversidad funcional visual, dado que hay detalles que, si bien para un corredor con ningún tipo de problema son solventables sin aclaración previa, se pueden convertir en un elemento de peligro y difícilmente sorteable para alguien que no tiene visión, aunque esté apoyado por un guía.

«La verdad es que en las primeras carreras hasta yo necesitaba ayuda para poder interpretar la información que te dan ya mejor. Es verdad que esta información es útil, pero no se adecua a lo que te vas a encontrar, falta información» (H16-G-C).

«En mi opinión, creo que antes de hacer una carrera debe alguien experto valorar el terreno pero de forma detallada» (M5-B1-LC).

Barrera en la formación de técnicos y voluntarios

La formación y la experiencia del personal técnico y voluntarios de las carreras por montaña sobre las características y necesidades de personas que participan en carreras por montaña es vital, y se destaca la importancia que desde las diferentes entidades implicadas no se ofrezca ningún tipo de formación o asesoramiento sobre el tema, dando lugar a situaciones de inseguridades por parte de personas implicadas en el desarrollo de las carreras y más directamente los que ofrecen atención al deportista.

«La atención es adecuada, lo que pienso que no es adecuada es la formación, y me explico. La gente siempre intenta poner buena voluntad y hacer las cosas bien. Pero hacer las cosas bien lleva preparación, tiempo y dinero y cuando eso no existe las cosas no salen del todo bien» (H15-B1-LP).

Existe una necesidad real de personas que colaboren, pero a las personas que están dispuestas a esta labor deportiva no se les informa de forma adecuada y no se les forma de manera adecuada.

«No son suficientes, no solo económicamente, sino que hay deportistas y gente que puede ayudar que no sabe que puede hacerlo o cómo hacerlo» (H21-G-M).

La capacitación y la formación no sólo son escasas en el caso de voluntarios que ejercen como guías, sino en el caso de los técnicos especialistas que diseñan y ejecutan las carreras.

«Faltan muchas cosas, información y preparación de los técnicos, no siempre está adaptado para poder realizar la práctica» (M2-G-Z).

Barrera en el reglamento de las carreras por montaña

La importancia de crear guías de buenas prácticas y modificar reglamentos de competición para incorporar las medidas de inclusión en el deporte marcados por leyes, no como limitante en las características de las pruebas, pero sí para la ampliación de tiempos, contemplación de categorías y otros aspectos que propicien la inclusión.

«Los reglamentos de montaña no los conozco en profundidad, pero siempre en los reglamentos hay que ir evolucionando para mejorar, en todos los deportes se hacen cambios, seguramente hará falta» (H11-G-S).

En cada carrera se establecen unos tiempos de corte según distancias, desniveles y tipos de terreno, pero no se tiene en cuenta que las personas con diversidad funcional visual tienen una dificultad añadida por el tiempo de interpretación del guía, que ralentiza el desplazamiento en terrenos técnicos (pedreras, descensos, zonas de ramas y raíces, barro...).

«Yo creo que los reglamentos no, pero en algunas carreras deberían de ampliar tiempos de corte, porque a veces llegas muy justo y ya no corres cómodo. Quizás un margen de 20 o 30 minutos más, porque las medias que cogen son las del máquina que ha marcado el recorrido, y no es real ni para los que ven» (H15-B1-LP).

«En los reglamentos no existe nada que diga que las personas con diversidad funcional no pueden participar, si que en algunas carreras se marcan tiempos de cierre de meta, y hay gente que ve y no llega en los tiempos tiene que retirarse entonces» (M2-G-Z).

La participación es posible siempre que se realicen los apoyos necesarios para el desempeño y la inclusión real como un deportista más. Estas medidas van desde reservar en avituallamientos hasta planes de evacuación alternativos, o simplemente personal de apoyo en los vestuarios o zonas comunes.

«El tiempo de cierre hay que ampliarlo, yo tardo menos que una persona que no ve, los avituallamientos que tienen comida y bebida suficiente para todos. En los vestuarios que haya personal de apoyo, tener en cuenta un plan alternativo de evacuación teniendo en cuenta que hay personas con discapacidad visual» (H22-G-M).

«El tiempo de cierre hay que ampliarlo, yo tardo menos que una persona que no ve, los avituallamientos que tienen comida y bebida suficiente para todos. En los vestuarios que haya personal de apoyo, tener en cuenta un plan alternativo de evacuación teniendo en cuenta que hay personas con discapacidad visual» (H22-G-M).

Barrera en los organizadores

Las percepciones y actitudes de organizadores hacia las personas que presentan diversidad funcional visual en ocasiones limitan esta participación, por la sugerencia de no participar sin valorar las capacidades deportivas y limitarse al déficit visual en este caso.

«En el tema de montaña sí que es más complicado, porque sí que en ocasiones hay alguna reticencia cuando hemos querido plantear algún tipo de expedición y hay que pedir permisos, en ese momento la gente sí que te mira un poco más raro. No hay un impedimento claro, pero sí hay un poco de recelo, te pueden empezar a poner excusas porque piensan que no lo pueden hacer, que van a generar problemas por llevar un discapacitado visual» (H6-G-M).

Barrera en la inscripción a la prueba

En las inscripciones a las pruebas, actualmente existe una problemática en la falta de accesibilidad de las plataformas on-line, por lo que una persona con algún tipo de diversidad funcional visual necesita de un apoyo personal externo para poder inscribirse. Además, muchos destacan la importancia del guía y la falta de ayudas y apoyos a reducción de precios o facilitar esa inscripción cuando las plazas de la carrera se han acabado.

«En mi primera maratón, cuando me presente con mi guía no me querían dejar correr, pero ya había corrido maratones con la ONCE» (H13-B2-CO).

«Pero aquí el año pasado quise hacer una carrera, aquí en Ponferrada, con una chica y el organizador ya puso el impedimento de bueno, que cómo iba a correr una persona ciega por montaña. Entonces la guía y yo le tratamos de explicar» (M5-B1-LC).

Otro aspecto a señalar es el coste de la inscripción del guía, puesto que en la mayoría de las carreras no se considera la labor del guía como indispensable, y por ende la gratuidad del dorsal o un descuento considerable en la misma, dado que el guía no compite para ganar, sino que corre para que otra persona pueda competir.

«La inscripción en las carreras populares yo nunca he tenido ningún problema, es verdad que por ejemplo ahora mi guía es un chaval de 20 años estudiante, y las inscripciones no las puede pagar cuando son muy caras, entonces algunas inscripciones se las pago yo, pero siempre tampoco puedo» (H14-B1-C).

Barrera en los centros deportivos

La limitada infraestructura en los centros deportivos en los que se realiza la fase de llegada de los deportistas, por falta de espacio o personas que asistan, ya que si una mujer es guiada por un hombre o al contrario, es necesario una persona asistente del género correspondiente.

«Los guías son fundamentales si te acompañan a los vestuarios y si te dicen donde están duchas y donde cambiarte, pero no siempre quieren o no siempre se puede, y echamos en falta acompañantes en esos casos» (M8-B1-M).

«Las instalaciones y los sitios no siempre están adaptados para poder acompañar a los corredores» (H22-G-M).

Discusión

El presente estudio está dirigido al análisis de aquellos aspectos que suponen una barrera en la participación de las personas con DFV en las carreras por montaña.

Los resultados obtenidos a través de la investigación inciden en la necesidad de contar con apoyo institucional (público y privado), al ser percibida como una pieza fundamental para poder realizar actividades deportivas. Tanto guías como corredores destacan la falta o escasez de ayudas, tanto a nivel económico como de recursos humanos y espaciales (Arnáiz y Haro, 1997). En este sentido, la experiencia descrita por Navarrete (2009), es un claro ejemplo de como la implicación de una administración pública, en este caso la Consejería de Medio Ambiente de la Junta de Andalucía, ha contribuido a mejorar la accesibilidad de personas con discapacidad al medio natural, mediante la adaptación de varios senderos en Andalucía para personas con movilidad reducida y DFV.

La primera barrera detectada ha sido la personal y familiar, coincidiendo con Rimmer, Riley, Wang, Rauworth & Jurkowski (2004); el proteccionismo del entorno familiar y el miedo personal son los factores que reducen la práctica en actividades físicas en el medio natural y, en concreto, las carreras por montaña.

De igual forma, los factores ambientales son grandes barreras para las personas con DFV. De Potter (2006) destaca en este sentido la necesidad de la descripción detallada del

entorno, instalaciones y recorridos, aportando seguridad a la práctica deportiva tanto a corredores con algún tipo de problemática visual, como a sus guías. En este sentido, en el presente estudio se ha detectado que la información presentada para la realización de las carreras, está muy lejos de una adaptación y una accesibilidad real de la misma. Los documentos presentes no son accesibles, aun conociéndose las características de accesibilidad por la población en general y por aquellos responsables de la difusión informatizada (Bartón, 2009; Arribas, 2015).

La formación específica y la experiencia, tanto en el desarrollo de la práctica deportiva como en la vida diaria de personas con DFV, por parte de organizadores, técnicos, voluntarios y personas implicadas, es determinante para que la inclusión de este colectivo sea real (Bueno, 2012; Carrascosa, 2013). Los resultados del estudio indican una falta de formación específica de diferentes colectivos implicados en el desarrollo de una carrera por montaña, siendo el desencadenante de otras barreras encontradas como la desadaptación del reglamento, dificultades en la inscripción, infraestructuras deportivas complementarias a la prueba y la propia visión de los organizadores sobre dicho colectivo.

La percepción de los deportistas con DFV y los guías ha señalado la necesidad de impulsar un cambio en el reglamento de las carreras por montaña, de manera que contribuya a la inclusión de las personas con DFV en la práctica de las actividades físicas en el medio natural y las carreras por montaña de forma específica (Arribas, 2012).

Otra barrera encontrada es la percepción y actitud de los organizadores y responsables de las carreras hacia las personas que presenten algún tipo de diversidad funcional, siendo un factor que limita en ocasiones la participación, y que está muy relacionado con la necesidad de una formación específica en jornadas, cursos, encuentros relacionados con la organización de carreras por montaña (Segura et al., 2013; Navarrete, 2009; Mank, 2000).

El primer paso para poder participar en una carrera por montaña, que consiste en el proceso de inscripción, supone una barrera al no disponer de plataformas on-line accesibles para personas con diversidad funcional visual, no contar con un cupo especial para dicha categoría y al no realizar descuentos a los guías. Otros estudios han destacado que es necesario que se considere la labor del guía como indispensable, y por ende la gratuidad del dorsal o un descuento considerable en la misma, dado que el guía no compite para ganar, sino que corre para que otra persona pueda competir (Bueno, 2012; Carrascosa, 2013).

Las últimas barreras destacadas en el presente estudio son las infraestructuras deportivas complementarias a este tipo de eventos (vestuarios, zonas de inicio y final de la prueba), que cada vez están más adaptadas a las necesidades de personas con problemas de movilidad, pero que no están preparadas o no se facilita el acceso del personal de apoyo/guía (Rimmer et al., 2004).

Comparando los resultados obtenidos sobre las barreras detectadas en carreras por montaña para personas con DFV, con las indicadas en carreras populares en asfalto por Ocete, Pérez, Pinilla & Polo (2016), son muy similares, destacando como principal diferencia la complejidad que genera el desarrollar una prueba en el entorno natural (debido a la

incertidumbre que presenta el medio, dificultad de acceso al recorrido, dificultad de progresión por la naturaleza, etc.).

A modo de resumen, es necesario destacar que la participación de forma inclusiva de las personas con DFV en las carreras por montaña es posible cuando, de forma consciente por parte de las organizaciones y las instituciones responsables, se proponen medidas de apoyo en la promoción deportiva, en la accesibilidad del proceso de inscripción y en la información de la prueba, en la adaptación del reglamento y en el impulso de acciones de sensibilización y formación específicas (Navarrete, 2009).

Consideraciones

Los deportistas con diversidad funcional visual (B1 y B2) y los guías han percibido una serie de barreras para la participación en las carreras por montaña, las cuales se resumen en las siguientes: necesidad de apoyo institucional (administración pública, federaciones, etc.), limitaciones personales y del entorno familiar, información sobre la prueba poco accesible, déficit de formación en los agentes implicados (organizadores, voluntarios y guías), necesidad de adaptar el reglamento de las pruebas, falta de sensibilización en los organizadores de las pruebas, dificultades en la inscripción a las carreras y falta de accesibilidad en las infraestructuras deportivas complementarias.

En este sentido, una de las principales barreras es la falta de adaptación de la información sobre las carreras por montaña, tanto la información inicial en el momento de inscripción, como la recibida por parte de la organización sobre la prueba en sí (descripción del trazado, dificultad del itinerario, ubicación de puntos de avituallamiento, etc.). Otra barrera a destacar es la falta de formación entre los organizadores de las carreras por montaña sobre las necesidades del colectivo con DFV (responsable, técnicos deportivos, voluntarios y otras personas implicadas), lo que conlleva la falta de incorporación de medidas facilitadoras (como cambios en el reglamento o infraestructuras deportivas complementarias a la prueba).

La participación inclusiva por parte de las personas con DFV en las carreras por montaña, será posible cuando se incorporen acciones concretas por parte de los organizadores de estas competiciones, así como de las instituciones responsables. Algunas de las medidas facilitadoras para el diseño de pruebas de carreras por montaña inclusivas, son: adaptar el proceso de inscripción, facilitar la participación del guía, desarrollar formación específica previa a los organizadores, adaptar la descripción de los trazados y modificar el reglamento.

La presente investigación presenta una serie de limitaciones, como la realización de las entrevistas semiestructuradas, que por limitaciones económicas y temporales se optó por su desarrollo en forma telefónica en su mayoría, lo que hace que se pierda la implicación mutua en la entrevista que se produce de forma presencial. También ha sido difícil establecer un marco de referencia más extenso y específico, puesto que son escasas las investigaciones en el ámbito concreto del estudio. También se podría mejorar el estudio incorporando instrumentos cuantitativos, así como nuevos informantes para mejorar la triangulación de los datos y resultados.

La ampliación de la investigación y diferentes propuestas futuras, hacen que se solventen los problemas acacidos y se complemente de forma progresiva los estudios científicos con la creación de una guía de buenas prácticas para la eliminación de barreras de accesibilidad en carreras por montaña, un estudio de barreras y necesidades a nivel nacional de inclusión en montaña, no sólo con DFV, sino abarcando otras necesidades y creación de programas de montañismo inclusivo dentro de las federaciones autonómicas de montaña, para promover la sensibilización y la inclusión.

Referencias

- Abellán, A., Pérez, J., Esparza, C., Castejón, P. & Ahmed-Mohamed, K. (2012). *Discapacidad y dependencia en Andalucía con base en la encuesta sobre discapacidad, autonomía personal y situaciones de Dependencia (EDAD)*. Sevilla: Instituto de Estadística y Cartografía de Andalucía.
- Águila, C. (2007). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: ¿un fenómeno moderno o posmoderno? *Apunts*, 89, 81-87.
- Andréu, J. (2002). *Las técnicas de análisis de contenido: una revisión actualizada*. Sevilla: Fundación Centro de Estudios Andaluces.
- Anguera, M. T. (1995). Metodología cualitativa. En Anguera, M. T., Arnau, J., Ato, M., Martínez, R., Pascual, J. & Vallejo, G. (eds.), *Métodos de investigación en psicología* (pp. 513-522). Madrid: Síntesis.
- Arnáiz, P. & De Haro, R. (1997). *10 años de integración en España: Análisis de la realidad y perspectivas de futura*. Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Arribas, H. F. (2012). El montañismo como práctica de ocio inclusivo. *Revista Pedagógica ADAL*, 15(25), 27-32.
- Arribas, H. F. (2015). Senderos Escolares inclusivos. En Arribas, H. & Fernández, D. (eds.), *Deporte Adaptado y Escuela Inclusiva* (pp. 93-108). Barcelona: Editorial Grao.
- Báez, J. (2014). *El método cualitativo de investigación desde la perspectiva de marketing: el caso de las universidades públicas de Madrid*. (Tesis doctoral, Universidad de Madrid).
- Bartón, L. (2009). Estudios sobre discapacidad y la búsqueda de la inclusividad. Observaciones. *Revista de Educación* (349), 137-152.
- Ballester, L. (2001). *Bases Metodológicas de la Investigación Educativa*. Palma de Mallorca, España: Universidad Islas Baleares.
- Barbera, N. & Inciarte, A. (2012). Fenomenología y hermenéutica: dos perspectivas para estudiar las ciencias sociales y humanas. *Multiciencias*, 12(2), 199 – 205.
- Bueno, F. J. (2012). Manual de Guiado de Ciegos en Montaña. Madrid: Editorial IBERSAF.
- Carrascosa, J. A. (2002). Montañismo. En Castrillón, E. (coord.) (2002) *Deportes para personas ciegas y deficientes visuales*. Madrid: Federación Española de Deportes para Ciegos.
- Carrascosa, J. A. (2013). *Bien de Altura*. Madrid: FEMAD.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry research desing*.

- Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- De Potter J. C. (2006). The contribution of sport and physical activity to the well-being of visually impaired people. *Science & Sport*, 21, 249-250.
- Delgado, M. E., Vargas, I. & Vázquez, M. L. (2006). El Rigor de la Investigación Cualitativa. En Vázquez, M. L. (Ed.) *Introducción a las técnicas cualitativas de investigación aplicadas en salud* (pp. 83-96). Barcelona: Servicio de Publicaciones Universidad Autónoma de Barcelona.
- FEDC (2015). *Normativa y reglamento del circuito nacional Carreras por Montaña para personas con discapacidad visual*. Madrid: Federación Española De Deportes Para Ciegos.
- Fernández, J. F. (2011). El deporte como vehículo para la integración de las personas con discapacidad visual. En *Actas II Conferencia Nacional de Deporte Adaptado*. Valencia: Universidad de Valencia.
- Flick, U. (2007). *Designing qualitative research*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Glaser, B. (1993). *Basics of grounded theory analysis: emergence versus forcing*. Mill Valley CA: Sociology Press.
- González, M. (2004). Montañismo y cambio social. Elementos para un programa de investigación en sociología del deporte. *Apunts*, 77, 12-17.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación* (4ª ed.). Ciudad de México: McGraw-Hill Interamericana.
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: an introduction to its methodology* (2ª ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Mank, D. (2000). Inclusión, cambio organizacional, planificación centrada en la persona y apoyos naturales. *Integra*, 3 (8), 1-4.
- Martínez-Usero, J. A. (2006). Directrices para mejorar la accesibilidad a los recursos electrónicos en los servicios de información públicos. *BiD: textos universitarios de biblioteconomía i documentació*, núm. 17 (diciembre).
- Mayring, P. (2000). Qualitative Content Analysis. *FQS, Forum Qualitative Social Research Sozialforschung*, 1 (2), 1-10.
- Morgado, F. F., Campana, A.N., Morgado, J.J., Fortes, L. & Tavares, M.C. (2013). Facilitadores e Barreiras Percebidos por Pessoas com Cegueira Congênita para a Prática de Atividade Física. *Revista Brasileira de Educação Especial* 19(3), 379-394.
- Navarrete, J. (2009). Adaptación de senderos para personas con discapacidad: el derecho a la experiencia. *Boletín de Interpretación*, 21, 20-23.
- Ocete, C., Pérez, J., Pinilla, J. & Polo, I. (2016). *Guía de carreras populares inclusivas. Una herramienta para el fomento de la participación y el disfrute de todos*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4rd edn). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Pérez, D., López, V. M. & Iglesias, P. (2004). *La atención a la diversidad en educación física*. Sevilla, España: Wanceulen.
- Pérez, J., Alonso, J., García, J. J. & Coterón, J. (2011). Encuesta sobre hábitos deportivos de personas con discapacidad. *Actas II Conferencia Nacional de Deporte Adaptado*. Valencia: Universidad de Valencia.
- Pérez-Tejero, J. (Ed.) (2016). *Guía de Carreras populares inclusivas. Una herramienta para el fomento de la participación y el disfrute de todos*. Cuadernos del CEDI-5. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Rello, C. F., Garoz, I. & Tejero, C. M. (2018). Análisis comparativo del efecto de tres programas de sensibilización hacia la discapacidad en Educación Física. *Retos*, 34, 258-262.
- Rimmer, J. H., Riley, B., Wang, E., Rauworth, A. & Jurkowski, J. (2004). Physical activity participation among persons with disabilities: Barriers and facilitators. *American Journal of Preventive Medicine*, 26(5), 419-425.
- Rovira-Beleta, E. (2014). La accesibilidad en los grandes eventos deportivos. En Pérez-Tejero, J. (Ed.), *I Semana del Deporte Inclusivo: jornadas científicas sobre actividad física y deporte inclusivo, Serie Cuadernos del CEDI-3*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- Santana, A., Guillén, F. & Márquez, R. (2002). Bienestar psicológico y actividad física en poblaciones ciegas y con deficiencias visuales. *Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 2 (1), 14-22.
- Santana, P. & Garoz, I. (2013). Actitudes hacia la discapacidad e intervención docente desde el deporte adaptado. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13 (49), 1-17.
- Segura, J., Martínez-Ferrer, J. O., Guerra, M. & Barnet, S. (2013). Creencias sobre la inclusión social y el deporte adaptado de deportistas, técnicos y gestores de federaciones deportivas de deportes para personas con discapacidad. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8 (1), 127-152.
- Segui, J. & Farias, E. (2018). El trail running (carreras de o por montaña) en España. Inicios, evolución y (actual) estado de la situación. *Retos*, 33, 123-128.
- Segui, J., Inglés, E., Labrador, V. & Faría, E. (2016). Carreras (de o por) montaña o trail running. El reconocimiento de la modalidad deportiva: una visión jurídica. *Retos*, 30, 162-167.
- Shield, N. & Synnot, A. J. (2014). An exploratory study of how sports and recreation industry personnel perceive the barriers and facilitators of physical activity in children with disability. *Disability and Rehabilitation*, 36, 24-9.
- Shield, N. & Synnot, A. J. (2016). Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: a qualitative study. *BMC Pediatric*, 16 (9), 1-10. DOI 10.1186/s12887-016-0544-7.

