



CÓMO MEDIR EL IMPACTO SOCIOECONÓMICO DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS INCLUSIVAS EN PERSONAS CON EXCLUSIÓN SOCIAL

El Rugby inclusivo en el marco de la Unión Europea

HOW TO MEASURE THE SOCIOECONOMIC IMPACT OF INCLUSIVE SPORTS ACTIVITIES ON PEOPLE WITH SOCIAL EXCLUSION:

Inclusive Rugby within the framework of the European Union.

ADRIÁN FERRANDIS MARTÍNEZ, CRISTINA GARCÍA-CARDONA, JOSÉ VICENTE SÁNCHEZ CABRERA
Instituto Interuniversitario de Desarrollo Local-Universidad de Valencia, España

KEYWORDS

*Socioeconomic impact
inclusive sport
social inclusion
Indicator System
Functional diversity
Rugbi
VARIED*

ABSTRACT

There is a great consensus within academia regarding the need to take into account a large number of variables in order to conceptualize and measure the inclusion or, therefore, the social exclusion experienced by certain groups. Through an in-depth study of the literature, pilot cases and similar projects, a system of indicators has been created with the aim of measuring the socio-economic impact of a socio-sports activity linked to the inclusion of people with functional diversity. The results of this system are applied in the VARIED pilot case, a European project carried out in five countries of the European Union itself.

PALABRAS CLAVE

*Impacto Socioeconómico
Deporte inclusivo
Inclusión social
Sistema de Indicadores
Diversidad funcional
Rugbi
VARIED*

RESUMEN

Existe gran consenso dentro de la academia en relación a la necesidad de tener en cuenta un gran número de variables para poder conceptualizar y medir la inclusión o, por ende, la exclusión social que viven ciertos colectivos. A través de un estudio en profundidad de la bibliografía, casos piloto y proyectos similares, se ha creado un sistema de indicadores con la finalidad de medir el impacto socioeconómico de una actividad sociodeportiva vinculada a la inclusión de personas con diversidad funcional. El sistema resultante, se aplicarán en el caso piloto VARIED, un proyecto europeo realizado en cinco países de la propia Unión Europea.

Recibido: 07/ 08 / 2022

Aceptado: 18/ 10 / 2022

1. Introducción

Existe un gran consenso dentro de la academia en relación con la necesidad de tener en cuenta un gran número de variables para poder conceptualizar y medir la inclusión o, por ende, la exclusión social, que viven ciertos colectivos. Este concepto, es objeto de estudio en muchas investigaciones de carácter multidisciplinar, y cada vez son más las instituciones que buscan poder incluirlo entre las características que las definen. Además, también supone un reto a nivel social, en el que se pretende, a través de distintas actividades, como podría ser el deporte, que las personas que sufren exclusión social puedan integrarse mejor en la sociedad.

El proyecto europeo “Volunteers and rugby inclusion engaging dreams¹”, se ha convertido en una gran oportunidad para testar un sistema de indicadores que tenga la capacidad de medir el impacto socioeconómico que puede derivar de las actividades deportivas inclusivas con personas que sufren exclusión social. En este sentido, el testeado del sistema se implementará en cinco países distintos de la Unión Europea (Francia, Italia, España, Bulgaria y Austria), y representará una buena muestra para discutir los resultados obtenidos y, a su vez, resultará de interés para tener una perspectiva más cercana a la realidad del impacto de este tipo de actividades, así como por las mejoras experimentadas por parte de las personas participantes con diversidad funcional.

Teniendo en cuenta este planteamiento, la investigación que se presenta en este artículo, tiene como objetivo principal diseñar y mostrar un sistema de indicadores con capacidad para medir, desde un punto de vista integral, el impacto socioeconómico que podrá derivarse de la puesta en marcha de estas actividades deportivas inclusivas relacionadas con el rugby.

Como se podrá observar al final de los siguientes apartados, las conclusiones muestran que, para la medición integral de este tipo de impacto, se tienen que utilizar indicadores de todas las áreas que afectan a la vida de una persona, con especial relevancia en algunas variables relacionadas con la autoestima y la pertenencia al grupo de los participantes en estos entrenamientos.

2. Objetivos y Metodología

Tal y como ya se ha indicado, el objetivo principal de esta investigación es crear un sistema de indicadores que permitan medir el impacto socioeconómico, desde un punto de vista integral, que puede tener una actividad deportiva con personas con diversidad funcional. Además, también busca conocer este mismo impacto en la vida y el entorno próximo de los propios participantes, así como para el conjunto de la sociedad.

Aunque el sistema de indicadores tiene que tener la posibilidad de ser extrapolable a cualquier otra actividad deportiva, en este caso en concreto, los indicadores están enfocados a la práctica del rugby. Mediante la organización de eventos deportivos alrededor del deporte del rugby, se persigue mejorar la autoestima de las personas con diversidad funcional, ayudarles a relacionarse con otras personas, mejorar su salud física e inculcarles la importancia de llevar a cabo ejercicio de manera regular.

La estrategia metodológica utilizada se basa en la realización de una revisión bibliográfica al respecto de la temática de estudio, para posteriormente, proceder con la selección de los indicadores que más se adaptan a la finalidad de la investigación. En este sentido, se ha utilizado como una de las referencias principales el Observatorio Estatal de Discapacidad, con su Informe Olivenza (2019) en el que se habla, específicamente, de la cuestión de los indicadores en la medición de la inclusión social de estos colectivos. En base a este informe, se proponen tres ejes principales sobre los cuales giran varias dimensiones. En primer lugar, en el eje económico destaca la inclusión en la producción y en el producto. En segundo lugar, el eje de la ciudadanía es relevante en cuanto a inclusión política, en la educación, en la vivienda, en la salud y en los apoyos por discapacidad. Por último, destaca el eje de integración social, dando lugar a la dimensión de los lazos sociales y a la dimensión de la participación. Teniendo en cuenta este planteamiento, se han tomado en consideración indicadores desde sociales a sanitarios, pasando por educativos, deportivos, económicos o estructurales, entre otros.

3. Indicadores para Medir el Impacto Socioeconómico de actividades deportivas inclusivas

Existe cierto consenso dentro de la academia de lo que se entiende como exclusión social. La exclusión y la inclusión sociales son dos caras de la misma moneda, ya que delimitando el concepto de exclusión social se conceptualiza la inclusión social. Es decir, “es pertinente hablar de inclusión cuando hay exclusión” (Luhmann, 1998, p.3).

A finales de los años 1950, varios autores como Durkheim Marx ya señalaban expresiones relacionadas con la exclusión social, con el fin de diagnosticar los problemas de la sociedad. Si nos remontamos al año 1957, el Cura Joseph Wresinski relacionó el concepto de exclusión con el Movimiento de Ayuda a toda desgracia, el cual iba dirigido a las personas más pobres. A pesar de esto, fue Lenoir en el año 1974 el que asoció el concepto con la supresión de los beneficios sociales y el mercado de trabajo a un sector de la población. Durante los años 1970 y 1980, se impuso un modelo de acumulación que se basaba en el mercado, dificultando la aplicación de las políticas universalistas, lo cual no permitía actuar contra las verdaderas causas de la exclusión social de la época (Chuaqui et al., 2006).

¹ Proyecto del programa de la Unión Europea Erasmus +, en el que participa la Universidad de Valencia junto con otras instituciones de cinco países de Europa y cuyo acrónimo es VARIED.

Tanto el concepto de inclusión, como de exclusión, son utilizados por las políticas actuales. Desde una primera aproximación, se define la exclusión social como “una relación social que impide u obstaculiza el logro de una mejor posición social, superar una situación o un derecho a que se debiera tener acceso” (Chuaqui et al., 2006, p.163). En el caso de Parsons (1972; cit. en Luhmann, 1998. p.2), la inclusión social se define como “la pauta (o complejo de pautas) de acción que permite que los individuos y/o grupos que actúan de acuerdo con ella pasen a ser aceptados con un estatus más o menos completo de miembros en un sistema social solidario mayor”. Por tanto, la exclusión social puede manifestarse en diferentes niveles estructurales. Se puede considerar exclusión social cuando existen obstáculos para ingresar en los sistemas sociales, cuando existen impedimentos para la socialización de determinados grupos por razones económicas, ideológicas, religiosas, de género o etnia.

Otra de las formas que acontece a la posible exclusión social es a través de la dificultad de acceder a servicios y derechos fundamentales, relacionados con la educación, la sanidad y la vivienda. La exclusión puede manifestarse en la imposibilidad o la dificultad para poder acceder a un sistema social, como puede ser el sistema educativo, un tipo de trabajo o un grupo de socialización mediado por factores religiosos, ideológicos, de género o de cualquier clase, así como para acceder a servicios o derechos fundamentales, tales como la salud, la educación o la cultura. Por otra parte, la exclusión también puede apreciarse a nivel relacional, ya que la incapacidad de mantener relaciones sociales o la existencia de dificultades para mantener cierto contacto social puede impedir entablar relaciones sociales de calidad (Chuaqui et al., 2006, p.164).

Una vez analizados los conceptos de inclusión y exclusión y su transformación histórica, se va a analizar una serie de indicadores. Actualmente no existe una definición oficial de los indicadores por parte de organismos nacionales o internacionales, aunque se suelen describir como “Herramientas que definen de manera precisa los objetivos e impactos, diseñados para demostrar el progreso de un proyecto y que facilitan el alcance de ciertos objetivos” (Mondragón, 2002, p.53). Tal y como definió Bauer en 1966, “los indicadores sociales son cualquier forma de indicación que nos facilita estudiar dónde estamos y hacia dónde nos dirigimos, con respecto a determinados objetivos y metas, así como evaluar programas específicos y determinar su impacto”. Es decir, los indicadores son imprescindibles para poder evaluar, hacer el seguimiento y predecir ciertas tendencias, así como para poder valorar el desempeño institucional de lograr las metas definidas anteriormente por los programas de gobierno u organismo que los aplique.

Tomando como referencia a Mondragón (2002, p.55), existen al menos dos criterios para poder clasificar los indicadores:

- A partir de la valoración de la realidad que se pretende expresar (económica, social, política o humana).
- Partiendo del tipo del procedimiento estadístico necesario para el logro de los objetivos.

Para hacer una aproximación a los indicadores de inclusión deportiva que van a tener presencia en la actividad integradora del Rugby con el fin de conseguir una mejor inclusión para personas con diversidad funcional, se explora a continuación una serie de indicadores de inclusión social, deportivos, sanitarios y educativos. Los siguientes indicadores tienen el fin de poder observar y medir el impacto socioeconómico, a partir de los diferentes cambios y los progresos que se están llevando a cabo en cuanto a la consecución de la inclusión de las personas con diversidad funcional en la sociedad en el ámbito socio - deportivo, y en este caso, de forma específica, en la actividad deportiva del rugby.

3.1. Indicadores de inclusión social

De manera empírica, la operacionalización de los conceptos de inclusión/exclusión es uno de los más complejos, ya que se considera que puede abarcar diferentes ámbitos. Es necesario tener en cuenta que “inclusión” no es un concepto que culmine con la conclusión de que se está excluido o no y que la relevancia del análisis se encuentra en los matices. De esta forma, “la diferencia inclusión/exclusión, nunca se da empíricamente con tanta claridad como para que todas las personas puedan ser inequívocamente clasificadas en uno de sus lados” (Luhmann, 1998, p.14).

En España, la Encuesta sobre discapacidades, autonomía personal y situaciones de dependencia que realiza el INE cada 10 años, es una de las más completas y complejas que se lleva a cabo. En dicha encuesta se realiza un análisis según las diferentes formas de inclusión social, además de clasificarlas por tipos de diversidad funcional. Además, se pueden encontrar diferentes dimensiones de agrupación de datos, tales como: discapacidad, deficiencias y estado de salud; prestaciones sanitarias y sociales; empleo y educación; redes sociales, discriminación y pertenencia a ONGs; accesibilidad, condiciones en la vivienda y gasto por hogar y cuidadores y asistencia personal.

En este sentido, el Colectivo Ioé (2013) analiza los resultados de la encuesta sobre discapacidades, autonomía personal y situaciones de dependencia. De esta forma y, tras el análisis de los datos obtenidos, llegan a la conclusión de que existe un bajo nivel de instrucción en las personas con diversidad funcional, especialmente en las relacionadas con aquellas personas que adquieren dicha condición desde el nacimiento o en el primer año de vida. Comparando la encuesta de 2008 con la de 1999, esta condición experimentó cierta mejora (Colectivo Ioé, 2013, p.37).

A pesar de esto, las personas con diversidad funcional no tienen una red relacional estable y de calidad, ya que “el 10% de los hombres y mujeres con discapacidad que tienen menos de 65 años y el 15% de quienes superan esa edad, no cuentan con ningún amigo o amiga personal” (Colectivo Ioé, 2013, p.38). Esto se debe a la falta de inclusión social de las personas con diversidad funcional y a la discriminación que sufre el colectivo en todos los ámbitos. “Casi la cuarta parte de las personas con discapacidad de menos de 65 años se ha sentido discriminada debido a su discapacidad, una tercera parte de ellas ‘muchas veces’ o ‘constantemente’; sin embargo, tan sólo el 9% ha denunciado los hechos” (Ibídem).

Otra de las conclusiones a las que se llega es que existe una correlación entre diversidad funcional y rentas bajas, puesto que las condiciones precarias de vida y de trabajo de las clases trabajadoras inciden en la posibilidad de desarrollo de limitaciones funcionales (Colectivo Ioé, 2013, p.39). En cuanto a la situación laboral de las personas con diversidad funcional se refiere en comparación con la población en general “el empleo remunerado es la actividad más frecuente (66%), sólo acceden a él un 28% de las personas con limitaciones funcionales” (Ibídem). En este sentido, las personas con diversidad funcional concentran su actividad laboral en empleos no cualificados, tales como limpieza, conserjería, restauración o servicios personales (Colectivo Ioé, 2013, p.42).

Como se puede apreciar, se trata de un colectivo ciertamente vulnerable en cuanto a exclusión social se refiere. Para poder medir de forma empírica el grado de inclusión social de las personas con diversidad funcional es necesario la implementación de indicadores. El Observatorio Estatal de Discapacidad, en su Informe Olivenza (2019, p.176) propone unos indicadores para medir el grado de inclusión de las personas con diversidad funcional. En dicho informe se proponen las siguientes ejes y sus diferentes dimensiones. Estos son: Eje Económico, con las dimensiones de inclusión en la producción y inclusión en el producto. Eje de Ciudadanía, con las dimensiones de inclusión política, en la educación, en la vivienda, en la salud, y en apoyos por la discapacidad. Por último, el Eje de Integración Social, con las dimensiones de lazos sociales y participación (Informe Olivenza, 2019, p.176).

Para el diseño del sistema de indicadores se han considerado todos estos elementos imprescindibles para el análisis, aunque algunos de ellos tendrán más relevancia en relación con el objeto de estudio. El apoyo a personas con discapacidad, los lazos sociales de éstas y la participación, serán las dimensiones fundamentales en las que se centrará el sistema, ya que el proyecto tiene como uno de sus principales objetivos de mejorar estos aspectos de la inclusión social.

Puesto que, el proyecto de referencia para el que se diseña el sistema de indicadores, está vinculado con la inclusión social mediante el deporte de las personas con diversidad funcional, se considera imprescindible añadir otra dimensión basada en la inclusión deportiva. En este sentido, se considera inclusión deportiva cuando “las personas con diversidad funcional comparten espacios, infraestructuras, materiales y actividades con personas que no tienen limitaciones funcionales” (Rouse, 2009 cit. en Reina, 2014, p.56). La motivación para llevar a cabo la inclusión mediante actividades deportivas es consecuencia de que “el deporte promueve la inclusión debido, entre otras razones, a que favorece y mejora las herramientas clave para que esa incorporación a la vida social cotidiana de las personas con discapacidad se produzca” (Hernández Vázquez, 2000 cit. en Macías, González, 2012, p.28). Aunque se van a seleccionar un conjunto indicadores específicos dedicados al ámbito deportivo, resulta fundamental añadir algunos de ellos al ámbito de inclusión. Éstos, miden la actividad física que se realizaba antes de la implementación de las actividades deportivas y si esta actividad se realizaba de manera individual o en algún club deportivo inclusivo.

A continuación, se van a ir identificando una serie de indicadores fundamentales a tener en cuenta, tomando como referencia el Informe Olivenza (2019, p.177). En este caso se identifican 3 dimensiones (Económica, de Ciudadanía y de Integración Social), que a su vez subdividen en diferentes subdimensiones, en las que ya se indican los indicadores específicos para cada caso. Teniendo en cuenta esta estructuración, en lo que se refiere a la dimensión económica, se subdivide en los dirigidos a la participación en la producción y los relacionados con la inclusión en el producto. Los indicadores son la tasa de actividad y de paro, para los de producción, y el salario medio, población en pobreza severa o moderada, sin ingresos por trabajo o prestaciones, y población sin equipamientos básicos para los de inclusión en el producto (observar figura nº1).

Figura nº1. Indicadores Económicos.

Dimensiones	Subdimensiones	Indicadores
Económica	Participación en la producción	-Tasa de actividad y de paro
	Inclusión en el producto	-Salario medio -Población en pobreza severa y moderada -Sin ingresos por trabajo o prestaciones -Población sin equipamiento básico

Fuente: Informe Olivenza, 2019.

Para el caso de la dimensión de Ciudadanía, se subdivide en indicadores de inclusión política, de inclusión educativa, inclusión en la vivienda, inclusión en la salud, apoyo e inclusión deportiva. Como se puede ver en la figura nº2, se identifican una gran variedad de indicadores en función de cada una de las subdimensiones, como, por ejemplo; población sin influencia cívica (de inclusión política), población analfabeta (de inclusión educativa), población en infravivienda (de inclusión en la vivienda), población sin cobertura sanitaria (de inclusión en la salud), población con reconocimiento de discapacidad (de apoyo) o % de clubs deportivos que dedican su actividad a personas con diversidad funcional (de inclusión deportiva).

Figura nº2. Indicadores de Ciudadanía.

Dimensiones	Subdimensiones	Indicadores
Ciudadanía	Inclusión política	-Población sin derecho a elegir y ser elegido. - Población sin influencia cívica: no participan en elecciones o no son miembros de organizaciones ciudadanas. - Representantes políticos.
	Inclusión en la educación	-Población analfabeta (sin dificultades severas para aprendizaje). - Población escolarizada (6 a 15años). - Población escolarizada en escuela inclusiva. - Población que dispone de los apoyos que precisa para escolarización. - Población con estudios primarios (sin dificultades severas para el aprendizaje). - Población con estudios superiores (sin dificultades severas para el aprendizaje).
	Inclusión en la vivienda	-Población en infravivienda, deficiencias graves en construcción o salubridad (humedad, suciedad, olores). -Población en hacinamiento grave (<15m2 persona). -Población con tenencia en precario (cedida, realquilada, ocupada). 20. -Población residente en entorno muy degradado. -Población con hogar accesible. -Población con gastos excesivos de la vivienda
	Inclusión en la salud	-Población sin cobertura sanitaria. -Población sin tratamientos médicos que precisa. -Población sin acceso a medicamentos que precisa. - Población con derecho a la Ley de Dependencia, pero sin acceso a ella. - Población que recibe tratamiento fisioterapéutico
	Apoyo	-Población con reconocimiento oficial de discapacidad. - Población que dispone de las ayudas técnicas que necesita. -Población que recibe los apoyos personales que necesita. -Población que recibe prestaciones por discapacidad o dependencia. - Apoyos y ayudas a clubs deportivos que fomenten la inclusión PDF - Apoyos y ayudas a la población para realizar actividades fisioterapéuticas

Inclusión deportiva	<ul style="list-style-type: none"> -Población que dispone de medios para realizar actividad física - Población que realiza la actividad física mínima recomendable (150 minutos semanales) - % de clubs deportivos que destinan parte de su actividad a PDF - Población que antes del proyecto está en algún club deportivo inclusivo
---------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fuente: Informe Olivenza, 2019.

Por último, en la dimensión de integración social, que a su vez se subdivide en las subdimensiones de lazos sociales y participación, se observan indicadores como el de la población con relaciones de amistad precarias o el indicador de población con acceso a actividades de ocio, entre otros (ver figura nº3).

Figura nº3. Indicadores de Integración Social.

Integración social	Lazos sociales	<ul style="list-style-type: none"> -Población que ha sufrido malos tratos físicos o psicológicos. -Población con relaciones de amistad precarias (frecuencia escasa de oportunidades para hacer o mantener amigos).
	Participación	<ul style="list-style-type: none"> -Población que se ha sentido discriminada por discapacidad. -Población con acceso a actividades de ocio. -Población institucionalizada.

Fuente: Informe Olivenza, 2019.

3.2. Indicadores deportivos

Tal y como recoge la ONU en el Artículo 30 de la Convención de las Personas con Discapacidad, la práctica de actividad físico-deportiva en personas con discapacidad, es un derecho. Por este motivo, se han de tomar las medidas necesarias para promover la participación en las actividades deportivas para que las personas con discapacidad tengan acceso a las mismas (Montilla Reina, 2019).

Como se ha avanzado antes, la inclusión social de las personas con diversidad funcional en el deporte es un aspecto fundamental para el proyecto caso pilota a medir, por lo que se considera necesario tener en cuenta indicadores específicos de carácter deportivo.

En el ámbito concreto del deporte, otro de los indicadores claros es la inclusión real de las personas con diversidad funcional. En este aspecto, las federaciones deportivas tienen un papel que resulta fundamental para permitir que se lleve a cabo una educación en valores y una reflexión moral. Destacan así la autosuperación, para el autoconocimiento al ser capaces de superar sus límites y para conseguir el reconocimiento de su grupo. Es decir, se busca ya no solamente su reconocimiento personal, sino también el reconocimiento de todo el colectivo al que se pertenece, con la consecución final del respeto (Dávila y Caro, 2019).

En cuanto al apoyo del ente público, se hace patente la necesidad de que se produzca un cambio en la educación que se imparte en las escuelas, mediante la puesta en valor de la diversidad, garantizando la participación y la igualdad en las actividades deportivas y que inciten a los alumnos a la implicación, reflexión y aprendizaje (Lirola, 2020). Es decir, una vez más, se respalda la teoría de que la educación en valores y la reflexión moral tienen un papel clave, ya desde la infancia e implementada en el sistema educativo, para lograr la inclusión de las personas con diversidad funcional a través de la reforma del sistema educativo.

A la hora de realizar la actividad física es necesario tener en cuenta que cada persona incluida en el proyecto o actividad deportiva va a tener sus necesidades específicas, ya sean físicas, cognitivas o sociales. Esto implica que los resultados en cada uno de los individuos van a ser necesariamente diferentes. En este sentido, se “Deben realizar programas óptimos con personas con discapacidad, teniendo en cuenta, por ejemplo, que se debe escoger un deporte adecuado, el trabajo debe ser llevado a cabo por un equipo profesional interdisciplinario, tenemos que contar también con unas infraestructuras apropiadas y adaptadas a las condiciones necesarias y, por último, hacer un seguimiento a nivel individual de la aptitud de cada participante. La orientación en el mismo es muy importante considerando la singularidad de las personas” (Muñoz Jiménez et al., 2017, p.151).

Tal como indica Reina (2014, p.57), son muchos los beneficios del deporte inclusivo en personas con diversidad funcional: a) Aumento del respeto por las diferencias y capacidades individuales que supone que los individuos conozcan sus fortalezas y debilidades (Lindsay et al., 2013. cit. en Reina, 2014, p.57);

b) Aumento en las oportunidades y experiencias vividas (Block, et al., 2011. cit. en Reina, 2014, p.57); c) Mejora de la motivación y la normalización de las limitaciones funcionales (Pérez-Tejero, et al., 2012. cit. en Reina, 2014, p.57); d) El desarrollo de mecanismos para evitar el aislamiento, así como el incremento del sentimiento

aceptación y de pertenencia (Suomi, et al., 2003. cit. en Reina, 2014, p.57); y e) El aumento del valor individual y la autoestima, generando un aumento en la participación del programa (Martin, y Smith, 2002 cit. en Reina, 2014, p.57).

Las vertientes, interna y externa, hacen referencia a los niveles de autoestima y calidad de vida de las personas que poseen diversidad funcional. Ambos factores afectan a un indicador muy importante para valorar el impacto del programa deportivo inclusivo, la medición del estado de salud. (Gutiérrez, 2018). Según la autora, el programa de intervención que se implemente, “ha de poder mejorar los niveles en la calidad de vida percibida y de autoestima en los sujetos con diversidad funcional”. La participación de estas personas con diversidad y de los voluntarios, ha de poder: a) Favorecer las capacidades sociales y comunicativas que poseen las personas con diversidad; b) Reforzar los mecanismos de aprendizaje y de desarrollo que se relacionan con la diversidad funcional; y c) Modificar positivamente las actitudes de los voluntarios hacia el colectivo y favorecer su inclusión en la sociedad. “En definitiva, las personas con discapacidad, a través del deporte mejoran su autoestima, fomentan su autonomía y nivel de independencia, fomenta el espíritu de lucha y el trabajo en equipo, se sienten más capaces de afrontar nuevos retos y, por tanto, mejoran su calidad de vida” (Macías, González, 2012, p.27)

Tal y como se expone en el Instituto Nacional de Estadística (INE), de forma coordinada con el Grupo de Trabajo de Expertos en Calidad de Vida, se diferencian un total de nueve dimensiones con diferentes indicadores. Las dimensiones destacadas son: 1) condiciones materiales de vida; 2) trabajo; 3) salud; 4) educación; 5) ocio y relaciones sociales; y 6) seguridad física y personal, gobernanza y derechos básicos, entorno y medioambiente y experiencia general de la vida (INE, 2016).

En el caso del uso del deporte como herramienta de inclusión para personas con diversidad funcional, destacan los indicadores de asistencia a eventos culturales y deportivos, satisfacción con el tiempo disponible (indicador subjetivo) y satisfacción con las relaciones personales. Dichos indicadores los podemos ubicar en la dimensión del ocio y las relaciones sociales. Otra de las dimensiones directamente relacionadas con el uso del deporte con dichos fines, es el de experiencia general de la vida, donde destaca el indicador de sentimientos y emociones. En este caso, se recoge la valoración subjetiva de la persona de las diferentes dimensiones de su vida en las que valora con qué frecuencia se siente feliz. En este caso, la actividad deportiva del rugby pretende, como parte de sus objetivos principales, aumentar la felicidad de los participantes y mejorar su autoestima y autorrealización, lo cual también contribuye directamente al aumento de su felicidad.

Tratando de manera más general la Calidad de Vida, destaca el término de Calidad de Vida Relacionada con la Salud, la cual “se refiere al bienestar físico y social de una persona, así como la capacidad de la misma para desenvolverse y desarrollar las tareas de la vida cotidiana” (Villalba, 2018, p.37). De esta forma, se centra en los aspectos de la vida que se relacionan con nuestra salud y con las actividades que realizamos para mejorarla, además de intentar medir su estado de salud física y mental. Tal y como indica Schawartzmann, las medidas de la Calidad de Vida relacionada con la Salud han de ser: 1) Subjetivas. Las percepciones de la persona involucrada; 2) Multidimensionales. Revela aspectos de la vida de la persona involucrada, a nivel físico, emocional, social e interpersonal.; 3) Incluir sentimientos positivos y negativos; y 4) Registrar la variabilidad del tiempo. Tales como la edad y la etapa de la vida en la que se encuentra (infancia, adolescencia, edad adulta o vejez).

Si se profundiza un poco más en el concepto de Calidad de Vida, destaca el indicador de Actividad Física, avalado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que es un objetivo evaluable gracias a un conjunto de indicadores de tipo clínico, biológico y fisiológico. La OMS define el indicador de Actividad Física como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, que implique gasto de energía”. Dicho indicador es clave para la buena salud, al prevenir la aparición de enfermedades y mejorar la calidad de vida de quienes realizan ejercicio de manera regular. Para poder medir empíricamente los resultados del proyecto se han investigado indicadores que se basen en los posibles beneficios del deporte en personas con diversidad funcional. Cabe señalar que el éxito del proyecto no se basa en que todos los participantes mejoren en todos los ámbitos anteriormente señalados ya que, como ya se ha explicado, cada persona tiene unas necesidades concretas y diferentes a la del resto. Lo importante es considerar la evolución en las distintas capacidades que se pretenden medir.

Por ello, los indicadores deportivos se van a basar en dos dimensiones: la dimensión técnica y la dimensión social (observar figura nº4). La dimensión técnica hará referencia a todo aquello que tiene que ver el Rugby, tales como sus normas, la motivación para jugar y el trabajo en equipo. Por otro lado, dimensión social se basará en los beneficios que se pueden obtener al margen del juego, los cuales pueden aplicarse en el día a día de las personas con limitaciones funcionales.

Figura nº4. Indicadores Deportivos.

Dimensiones	Indicadores
Técnica	<ul style="list-style-type: none"> -Comprensión de las normas del juego. -Motivación para la realización de las actividades. -Desarrollo de habilidades y destreza para ejecutar los fundamentos del Rugby. -Trabajo de forma armoniosa dentro de sus capacidades físicas. -Actitudes de colaboración y trabajo en equipo. - Se hace cargo del material y el uniforme. -Comprensión de las estrategias en juego estático.
Social	<ul style="list-style-type: none"> -Muestra respeto y atención hacia los voluntarios y compañeros. -Unión con el resto de los compañeros compartiendo objetivos, intereses y experiencias en común. - En el tercer tiempo se integra con el otro equipo y comparte experiencias. - Desarrollo de capacidades comunicativas y expresivas. -Sentimiento de pertenencia al grupo. -Mejora de la autoestima. -Actitud activa en las actividades. -Mejora de la autoestima. -Afrontar miedos. -Mejora de la autonomía e independencia.

Fuente: OMS, 2016.

3.3. Indicadores sanitarios

Cuando se trata de personas con diversidad funcional siempre se han de tener en cuenta cuáles son las necesidades individuales de cada uno de los individuos, teniendo en cuenta según su limitación física para poder poner los medios necesarios durante la ejecución de la actividad. “Las personas con discapacidad todavía encuentran barreras para el desarrollo del deporte, entre otras, la falta de instalaciones, la prestación insuficiente de servicios y los medios económicos, así como, actitudes negativas, prestación insuficiente de servicios; y la falta de accesibilidad” (Muñoz Jiménez et al., 2017, p.151).

Resulta necesario evaluar la disposición de los recursos necesarios para que los participantes puedan llevar a cabo la actividad física que propone en el proyecto: el Rugby. Las personas con limitaciones funcionales que acudan al campo de Rugby tienen que sentirse a gusto en el campo sabiendo que existe una red de infraestructuras adaptadas y de apoyo humano, dotada con los suficientes recursos materiales y financieros que hagan la experiencia del juego lo más cómoda posible. Hasta ahora se ha centrado la atención, sobre todo, en la parte social de la actividad física en las personas con diversidad funcional, pero también conviene tener en cuenta los beneficios físicos que puede generar el realizar una actividad física como el Rugby. “Muchos de los beneficios de la práctica deportiva son comunes a toda la población, pero tienen un potencial mayor en el colectivo de personas con discapacidad, debido al proteccionismo que suele rodearles” (Gutiérrez y Caus, 2006, p.51).

En este sentido, la realización de una actividad física implica que las personas con diversidad funcional mejoren no sólo el tono muscular, el equilibrio o la orientación, sino que promueven un control del peso y de los niveles de fatiga (Macías y González, 2012, p.28). Esto supone que la realización de una actividad física puede tener efectos terapéuticos y rehabilitadores de las limitaciones funcionales y físicas. En la siguiente figura de indicadores se muestran unificados la red de recursos, así como los beneficios físicos de la actividad deportiva, debido a que se considera que sin los recursos socio sanitarios no se podrían llevar a cabo.

Figura nº5. Indicadores Sanitarios.

Dimensiones	Subdimensiones	Indicadores
Estructura	Estructura	-Recursos financieros -Recursos materiales -Recursos organizacionales -Infraestructuras
	Proceso	-Recursos humanos: Sanitarios, voluntarios, entrenadores etc.
Sanitaria	Física	-Mejora del esquema corporal (lateralidad, orientación, equilibrio) -Aumento o desarrollo del tono muscular -Control de aumento de peso y mejor movilidad de cuerpos pesados -Mejora en el nivel de fatiga y cansancio.

Fuente: Gutiérrez y Caus, 2006; Muñoz Jiménez, 2016; y Macías y González, 2012.

4. El Sistema de Indicadores. Indicadores Seleccionados

Tal y como se ha mencionado anteriormente, se pueden obtener diferentes indicadores dependiendo de las dimensiones que se utilicen, siendo las dimensiones económicas, las de la ciudadanía y las de integración social la más importantes.

Teniendo en cuenta esta consideración, en primer lugar, en cuanto a la dimensión económica, se diferencian los siguientes indicadores: tasa de actividad y de paro, salario medio, población en pobreza severa y moderada, población sin ingresos por trabajo o prestaciones y población sin equipamiento básico. El aspecto económico de las personas con diversidad es importante, ya que, mejorando su tasa de actividad y su salario medio, se puede aumentar en gran medida la calidad de vida de estas personas.

En segundo lugar, destaca la dimensión de la ciudadanía, en la que se encuentra una gran cantidad de indicadores en cuanto a inclusión en política, educación, vivienda, salud, deportiva y de apoyo. En el aspecto político se distingue el indicador de población sin derecho a elegir y ser elegido, la población sin influencia cívica y los representantes políticos; es importante que las personas con diversidad funcional tengan representación política, que se desarrollen y se implanten normativas que les permitan también mejorar su calidad de vida y que velen por sus derechos.

En la inclusión educativa destacan los indicadores de población analfabeta, la escolarizada, la escolarizada en escuela inclusiva, la que dispone de los apoyos que precisa para escolarización, la población con estudios primarios y superiores. La mejora en la formación de las personas de este sector, gracias a su inclusión en las escuelas y la adaptación de métodos de aprendizaje, repercuten en gran medida en su futuro laboral, lo que a la larga puede desembocar en una mejora monetaria y un aumento de la calidad de vida.

Otro aspecto muy importante de la dimensión de la ciudadanía es la de la inclusión en la vivienda, la cual incluye los indicadores de población en infravivienda, en hacinamiento grave, con tenencia en precario, residente en entorno muy degradado, población con hogar accesible y con gastos excesivo de la vivienda. Precisamente la vivienda es uno de los derechos fundamentales de todas las personas, por lo que la mejora de la calidad de vida de las personas con diversidad funcional también depende de asegurar que estas puedan tener una vivienda digna. La regulación de las viviendas para las personas de este sector es vital para que se puedan evitar situaciones de hacinamiento y permitir que vivan en entornos no degradados.

En cuanto a la inclusión en la salud, los indicadores destacados son los de población sin cobertura sanitaria, población sin tratamientos médicos que se precisan, población con derecho a la Ley de la Dependencia, pero sin acceso a la misma y población que recibe tratamiento fisioterapéutico. Estos indicadores hacen referencia sobre todo al respaldo sanitario que tienen las personas con diversidad por parte del Estado, permitiendo que todas las personas puedan acceder a la cobertura sanitaria necesaria para poder asegurar una buena salud, incluyendo no solo fármacos sino también a especialistas, tales como asistencia fisioterapéutica, psicológica... etc.

A continuación, cabe destacar que la subdimensión de apoyo se divide en un total de seis indicadores, entre ellos: población con reconocimiento oficial de discapacidad, la que dispone de las ayudas técnicas que necesita, la que recibe los apoyos personales necesarios, los que reciben prestaciones por discapacidad, las ayudas a clubes deportivos que fomentan la inclusión y otras ayudas destinadas a la realización de actividades fisioterapéuticas. Estos indicadores se basan en dar apoyo a las personas con discapacidad, ofreciéndole las herramientas necesarias

para desarrollar las actividades del día a día, para relacionarse con otras personas, llevar a cabo actividades deportivas y buscando soluciones para aliviar las dolencias que puedan tener. Esta subdimensión se relaciona con otros indicadores importantes, tales como la salud y la actividad deportiva.

Por lo que se refiere a la subdimensión de la ciudadanía que pertenece a la inclusión deportiva, destacan los indicadores de población que dispone de medios para realizar actividad física, población que realiza la actividad física mínima recomendable, porcentaje de clubes que destinan parte de su actividad a personas con diversidad funcional; y, por último, población que estaba en algún club deportivo inclusivo antes de llevar a cabo el proyecto. La inclusión deportiva está presente durante todo el proyecto que se va a desarrollar por parte de VARIED, implementando la actividad del Rugby para mejorar la inclusión de personas con diversidad.

Por último, la dimensión de integración social da lugar a la subdimensión de lazos sociales y a la de participación. En la de lazos sociales destacan los indicadores de población que ha sufrido malos tratos de algún tipo y población con relaciones de amistad precarias. En cuanto a la subdimensión de participación, destacan los indicadores de población que se ha sentido discriminada por su discapacidad, la que tiene acceso a actividades de ocio y la población institucionalizada. En este aspecto, la dimensión de integración social consiste en mejorar los lazos de las personas con minusvalía con las demás y disminuir la percepción de discriminación de este sector, los cuales repercuten directamente con sus niveles de autoestima, relaciones sociales y de calidad de vida.

5. Discusión

Con el fin de encontrar los indicadores más adecuados para medir el impacto socioeconómico de la actividad socio-deportiva en las personas con diversidad funcional, se ha llevado a cabo una criba de indicadores que son menos adecuados para dicho fin.

En el caso de la dimensión económica, los indicadores de tasa de actividad y paro, salario medio, población en pobreza y sin ingresos o equipamiento básica, no son adecuadas para medir el impacto del rugby en personas con diversidad funcional, ya que no se tiene en cuenta el factor psicológico de autoestima, ni integración social que puede dar lugar posteriormente a la inclusión social de este sector de la población.

En cuanto a la dimensión ciudadanía, la inclusión política, en la educación y en la vivienda, quedan descartadas por el mismo motivo que las subdimensiones económicas, ya que no se hace referencia a los factores psicológicos de las personas con diversidad funcional ni de cómo permitir la inclusión social facilitando la relación de estas con personas que no pertenecen a este sector. A pesar de esto, las subdimensiones de apoyo e inclusión deportiva dentro de la dimensión de la ciudadanía, sí que tienen un papel relevante en la inclusión social y se va a precisar de ellas para poder lograr el objetivo fijado.

A su vez, dentro de la dimensión de integración social, todos los indicadores incluidos en lazos sociales y participación van a ser importantes en el desarrollo del proyecto. En este caso, los indicadores de población con relaciones de amistad precarias, la que se ha sentido discriminada por discapacidad, con acceso a actividades de ocio y población institucionalizada, son los más adecuados para medir la inclusión de este sector de la población.

6. Conclusiones

Como se ha ido comentando a lo largo del presente artículo, la inclusión social de las personas con diversidad funcional en el ámbito del deporte es un aspecto fundamental para el proyecto objetivo de medición (VARIED), por lo que es imprescindible contar con una serie de indicadores, no solo deportivos, sino también de apoyo y de integración social.

Antes de nombrar los indicadores seleccionados mediante la investigación, es necesario expresar las limitaciones para su conformación, ya que para poder identificar e integrar los indicadores adecuados, se ha tenido que tener en cuenta los diferentes actores del proyecto VARIED, tales como el sector público, social, privado y académico, que tienen unas necesidades de información diferentes y que poseen distintas metas y finalidades. Para esta investigación, se ha tenido en cuenta los indicadores más relevantes en el ámbito social, público y deportivo.

En primer lugar, en el caso de los indicadores deportivos, tienen igual importancia la dimensión técnica, que incluye las normas del Rugby, motivaciones para realizarlo y el trabajo en equipo, y la dimensión social, que incluye todos los beneficios que se obtienen al margen del juego.

En segundo lugar, destaca la importancia del apoyo a personas con discapacidad, la cual se incluye en la dimensión de la ciudadanía. En este caso se incluyen importantes indicadores que se van a tener que tener en cuenta durante el desarrollo de todo el proyecto deportivo, ya que las personas con diversidad funcional requieren de apoyo personal y técnico para que la actividad deportiva se adapte a sus requerimientos, prestando especial atención a aquellos que precisen de apoyo fisioterapéutico que pueda ayudar en cualquier tipo de dolencia que se presente.

Por último, es lógico pensar que la dimensión de integración tendrá especial importancia durante la ejecución del proyecto de VARIED y cualquier otro proyecto de inclusión socio-deportiva que pueda tener lugar. En este caso, se desea potenciar la capacidad de las personas con diversidad que participan en el proyecto para que adquieran la confianza necesaria para establecer relaciones de amistad, ya que como se ha comentado durante todo el

documento, las personas de este sector de la población tienen serias dificultades para establecer y mantener amistades a lo largo de su vida.

El acceso a actividades de ocio a través de la realización de actividades socio-deportivas, tales como el Rugby, entre personas que tienen diversidad funcional y personas que no, puede permitir a los participantes que disminuya su sentimiento de discriminación. Es decir, favorece el sentimiento de cohesión de los participantes, aumenta la autoestima de las personas con diversidad funcional y les ayuda a relacionarse con otras personas y a establecer y mantener relaciones personales.

Referencias

- Block, M. E., Taliaferro, A.; Campbell, A. L., Harris, N., y Tipton, J. (2011). Teaching the self contained adapted physical education class. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 82(4), 47-52.
- Burrell, T., Zappalà, G. (2001). *Why are some volunteers more committed than others? A socio-psychological approach to volunteer commitment in community services*. Research & Social Policy Team of The Smith Family Working Paper 5.
- Cabezas-González, M. (2006). La formación de los voluntarios sociales como proceso educativo. The Education On Social Volunteers As An Educational Process. *Papeles Salmantinos de Educación*. 163-180.
- Chacón, F., Gutiérrez, G., Sauto, V., Vecina, M.L., Pérez, A. (2017) Volunteer Functions Inventory: A systematic review. *Psicothema* 2017, 29(3), 306-316. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.371>
- Chuaqui, J., Mally, D., & Parraguez, R. (2016). El concepto de inclusión social. *Revista de Ciencias Sociales*, (69). <https://doi.org/10.22370/rcs.2017.69.927>
- Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R. D., Copeland, J., Stukas, A. A., Haugen, J., & Miene, P. (1998). Understanding and assessing the motivations of volunteers: A functional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(6), 1516-1530. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1516>
- Colectivo IOÉ. (2013). Diversidad funcional en España. Hacia la inclusión en igualdad de las personas con discapacidades. *Revista Española de Discapacidad*, 1(1), 33-46. <https://www.cedd.net/redis/index.php/redis/article/view/35/pdf>
- González, L., Leiva, Y., Sepúlveda, A., & Vega, C. (2004). Factores Psicológicos Asociados a la Permanencia y Compromiso del Voluntariado. *Revista De Psicología*, 13(2), Pág. 21-41. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2004.17652>
- Gutiérrez, M., & Caus, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(2), 49-64. <https://doi.org/10.5232/ricyde2006.00204>
- Gutiérrez, S. (2018). *El deporte como medio de inclusión social para personas con diversidad funcional: propuesta de un programa de intervención inclusivo basado en la práctica deportiva del bádminton* [Trabajo Final de Máster, Facultad de Fisioterapia de A Coruña]. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/21217/GutierrezSuarez_Andrea_TFM_2018.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Henández Vázquez, F. J. (2000). El deporte para atender la diversidad: deporte adaptado y deporte inclusivo. *Apunts. Educación Física y Deportes* (60), 46-53. Citado en: Macías García, D., González López, I. (2012). Inclusión social de personas con discapacidad física a través de la natación de alto rendimiento. *Apunts. Educación física y Deportes*, (110), 26-35. [https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2012/4\).110.03](https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2012/4).110.03)
- Instituto Nacional de Estadística. (2008). Encuesta sobre discapacidades, autonomía personal y situaciones de dependencia. https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176782&menu=resultados&idp=1254735573175#
- Instituto Nacional de Estadística. (2016). Indicadores de calidad de vida. Lindsay, S., McPherson, A. C., Aslam, H., McKeever, P., y Wright, V. (2013). *Exploring children's perceptions of two school-based social inclusion programs: A pilot study*. *Child and Youth Care Forum*, 42 (1), 1-18.
- Lirola, M. J. (2020). Propuesta hacia el deporte inclusivo en Educación Secundaria Obligatoria. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 405. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349863388040>
- Luhmann, N. (1998). *Complejidad y Modernidad: De la unidad a la diferencia*. Trotta
- Macías García, D., González López, I. (2012). Inclusión social de personas con discapacidad física a través de la natación de alto rendimiento. *Apunts. Educación física y Deportes*, (110), 26-35. [http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2012/4\).110.03](http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2012/4).110.03)
- Martin, J. J., y Smith, K. (2002). Friendship quality in youth disability sport: Perceptions of a best friend. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(4), 472- 482. Citado en: Reina, R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), 55-67. <https://doi.org/10.25115/psye.v6i1.508>
- Mondragón Pérez, A.P. (2002). ¿Qué son los indicadores? *Revista de información y análisis*, (19), 52-58 https://www.orion2020.org/archivo/sistema_mec/10_indicadores2.pdf
- Montilla Reina, M, J. (2019). Inclusión y competición: adaptaciones para disminuir las barreras de participación de un grupo de gimnastas con discapacidad intelectual en gimnasia rítmica y propuesta de reglamento específico para la competición. *Retos: nuevas tendencias de educación física, deporte y recreación*, 36, 552-560. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260954>
- Muñoz Jiménez, E., Garrote Rojas, D., Sánchez Romero, C. (2017). La práctica deportiva en personas con discapacidad: motivación personal, inclusión y salud. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 145-152. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3498/349853537015>

- Observatorio Estatal de Discapacidad. (2019). Informe Olivenza 2019, *Sobre La Situación General De La Discapacidad En España*, 175-185. <https://www.observatoriodeladiscapacidad.info/category/documentos/observatorio/informe-olivenza-observatorio/>
- Parsons, T. (1972). Commentary on Clark. *Social Forces*, 54(1), 301-302.
- Pérez-Tejero, J., Ocete, C., Ortega-vila, G., y Coterón, J. (2012). Diseño y aplicación de un programa de intervención de práctica deportiva inclusiva y su efecto sobre la actitud hacia la discapacidad: El Campus Inclusivo de Balon- cesto. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 29, 258-271.
- Plataforma del Voluntariado de España (2021). <https://plataformavoluntariado.org/vol-plus/>
- Reina, R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), 55-67. <https://doi.org/10.25115/psye.v6i1.508>
- Rouse, P. (2009). Inclusion in physical education. Champaign, IL: Human Kinetics. Citado en: Reina, R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), 55-67. <https://doi.org/10.25115/psye.v6i1.508>
- Smith, D.H. (1994). Determinants of Voluntary Association Participation and Volunteering: A Literature Review. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 23(3): 243-263. <https://doi.org/10.1177/089976409402300305>
- Suomi, J., Collier, D., y Brown, L. (2003). Factors affecting the social experiences of students in elementary physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 22(2), 186-202. Citado en: Reina, R. (2014). Inclusión en deporte adaptado: dos caras de una misma moneda. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), 55-67. <https://doi.org/10.25115/psye.v6i1.508>
- Thoits, P. A., & Hewitt, L., N. (2001). Volunteer Work and Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*, 42(2), 115-131. <https://doi.org/10.2307/3090173>
- Villalba, D. (2018). *Impacto de los indicadores biológico-fisiológicos en la calidad de vida relacionada con la salud de niños practicantes de actividad físico-deportiva* [Trabajo Fin de Grado, Universidad de Valladolid] <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/31905/TFG-O-1364.pdf?sequence=1&isAllowed=y>