

BENEFICIOS FÍSICOS DE LA PRÁCTICA DEL TENIS EN SILLA DE RUEDAS

PHYSICAL BENEFITS OF WHEELCHAIR TENNIS PRACTICE

Silvia Celeste Macías Lopez ^{1*}

¹ Universidad Internacional Iberoamericana. Campeche, México. ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-6585-6990>. Correo: silvia.macias@doctorado.unini.edu.mx

Jorge Alberto Escoto Herrera ²

² Universidad Internacional Iberoamericana. Campeche, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6256-3285>. Correo: jorge.escoto@unini.edu.mx

* Autor para correspondencia: silvia.macias@doctorado.unini.edu.mx

Resumen

El deporte es uno de los espacios en donde el hombre puede modificar su cuerpo y mente. Para el caso del deporte adaptado, se menciona que es una modalidad que ha permitido modificar reglas y métodos con la finalidad de que personas con algún tipo de discapacidad logren participar en deportes que implique una competencia y desarrollo competitivo igualmente han surgido nuevos deportes o disciplinas derivadas de las capacidades que poseen las personas discapacitadas. El objetivo de esta investigación es describir los beneficios físicos que aporta al individuo la práctica del tenis sobre silla de ruedas. La metodología que se empleó fue la bibliográfica, mediante la revisión de diversos documentos disponibles en la web y haciendo uso de motores de búsqueda como Google Académico y revistas indexadas a diversas plataformas. Se pudo concluir, que son múltiples los beneficios que se obtienen con la práctica del tenis sobre silla de ruedas, en el sentido físico se logran ejercitar los miembros superiores y el tronco, de igual manera se logra en el individuo que lo practique que mantenga una capacidad notable de alerta, mejora la salud mental considerablemente al lograr que el individuo que realice este deporte se sienta incluido en alguna actividad.

Palabras clave: deporte; tenis sobre silla de ruedas; actividad física

Abstract

Sport is one of the spaces where man can modify his body and mind. In the case of adapted sport, it is mentioned that it is a modality that has allowed the modification of rules and methods with the purpose of allowing people with some type of disability to participate in sports that involve competition; new sports or disciplines derived from the abilities possessed by disabled people. The objective of this research is to

describe the physical benefits that practicing wheelchair tennis brings to the individual. The methodology used was bibliographic, through the review of various documents available on the web and using search engines such as Google Academic and journals indexed to various platforms. It was concluded that there are multiple benefits that are obtained by practicing wheelchair tennis, in the physical sense it is possible to exercise the upper limbs and the trunk, in the same way it is achieved in the individual who practices it to maintain a remarkable alertness capacity, improves mental health considerably by making the individual who performs this sport feel included in some activity.

Keywords: *sport; wheelchair tennis; physical activity*

Fecha de recibido: 22/11/2024

Fecha de aceptado: 10/03/2025

Fecha de publicado: 22/04/2024

Introducción

El mundo de los deportes es uno de los más activos e importantes en la actualidad, no solo porque la práctica deportiva trae beneficios considerables al ser humano que los practica, sino que puede ser un espacio de reencuentro y resolución de conflictos, tiene la capacidad de unir pueblos, de generar espacios para la paz y la tolerancia, así como para la inclusión de personas o grupos de personas que en tiempos pasados no eran tomados en cuenta. Tal es el caso de los deportes adaptados, los cuales surgieron luego de la segunda guerra mundial con el propósito de poder incluir a los exsoldados a actividades deportivas, estos exsoldados tenían la particularidad de que habían sufrido accidentes y lesiones graves en su cuerpo, y habían sido objeto de amputaciones de miembros, otros habían perdido la capacidad parcial o total de la visión o audición, en otros casos, los soldados perdieron parcialmente su movilidad, entre otras afecciones que limitaron sus capacidades de lograr insertarse nuevamente en la sociedad y por ende en cualquier actividad deportiva (Rengifo C. R., Céspedes, Rosas, & Hicapié, 2023).

El deporte ha recorrido un camino largo, se puede decir que desde los inicios de la vida humana en este planeta, existe la actividad física, quizás no vista como en la actualidad, sino más bien como la capacidad intrínseca del hombre de lograr hacerse camino en el mundo a través de su capacidad física de lograr ciertas proezas, como el caminar grandes distancias en búsqueda de un lugar con mejores condiciones climáticas para albergar asentamientos humanos, de igual manera, la actividad física era demostrada en habilidades como la caza y la pesca, lo cual le valió al ser humano la supervivencia de la raza humana, incluso se puede mencionar la habilidad de los humanos en la defensa de su propia integridad física ante animales que pudieran atentar contra su vida. Todo ello conlleva a una actividad física considerable y notable que logra establecer las bases por las cuales el hombre se hace consiente de sus propias capacidades y fuerzas (Rengifo, Hincapié, Rosas, & Arrollo, 2024).

Sin embargo, no fue sino hasta varios siglos después en donde estas capacidades físicas del individuo fueron tomadas en cuenta para realizar espectáculos en donde la demostración de la fuerza era la principal atracción,

en el viejo mundo, los grandes imperios romanos y griegos eran los principales promotores de juegos individuales y grupales, para la atracción del pueblo, es justo en esos tiempos que el deporte comienza a tomar una connotación más importante en la sociedad, ya que el deporte era visto incluso como una fuerza política, que podría llegar a ser determinante en la paz o conflicto de ciertas partes. De igual manera estos deportes contaban con ciertas reglas que permitían mantener la parcialidad y neutralidad de los juegos o justas deportivas de esa época (Sainsz, Balbuena, & Perez, 2023).

Para el caso de las civilizaciones americanas, como los Mayas, Aztecas o Incas, estos ya realizaban juegos de pelota por ejemplo o celebraran torneos en donde la lucha cuerpo a cuerpo era la protagonista, sin embargo, es de hacer notar, que, en la gran mayoría de los casos, la violencia era la principal característica de estos juegos o deportes. Al pasar de los siglos, y el surgimiento de movimientos humanistas en todo el mundo, la educación y la civilización lograron establecer parámetros en los que las contiendas deportivas contaban con normativas que evitaban, entre otras cosas la violencia (Castro C. M., 2021).

Los deportes han sido reconocidos como una de las actividades más beneficiosas para la salud de los seres humanos de una manera integral, es decir no solo contribuye a la sana manutención del cuerpo a nivel físico, sino que mantiene una mente y espíritu sano. Es por esta razón que es reconocido como una de las actividades por excelencia para que sea fomentado entre los seres humanos, más aún cuando se busca incluir a grupos de persona que de alguna u otra forma presentan un tipo de discapacidad, esto es un paso importante en lograr que cualquier ser humano que tenga la voluntad de realizar algún deporte lo pueda hacer sin las limitaciones que en tiempos anteriores se contaba (Castro C. M., 2021).

En el caso de esta investigación, se busca conocer los diferentes beneficios que trae la práctica del tenis a las personas que se encuentran limitados por sus miembros inferiores y deben hacer uso de una silla de ruedas para lograr su movilidad.

En el desarrollo del artículo, se pueden conocer las consideraciones generales del deporte y los diferentes beneficios que aporta el deporte y/o actividad física al cuerpo humano, así como los beneficios específicos de la práctica de este deporte en las personas con discapacidad.

Materiales y métodos

El presente estudio se desarrolló bajo la perspectiva metodológica de una investigación de tipo bibliográfica documental, en la que luego de plantear el tema central, se procedió a realizar una minuciosa y exhaustiva búsqueda de información referida al tema en cuestión. Dicha búsqueda se realizó bajo la revisión de materiales bibliográficos como textos-libros, publicaciones en portales web certificados, revistas científicas arbitradas indexadas a bases de datos como lo son Dialnet, Latindex, Scielo, Pubmed. Dicha revisión se basó en la búsqueda de artículos de rigor científico, y que presenta una relación notoria con el tema central, que en este caso se trata de entre otros que concentran información verificada por expertos en el tema y están sometidas a una rigurosidad científica comprobada. En este sentido, se procedió a realizar una búsqueda exhaustiva sobre artículos científicos y publicaciones que trataran el tema de la discapacidad, deportes para personas en diferentes tipos de discapacidad, entre otros, utilizando como principal motor de búsqueda Google Académico, dando como resultado una serie de información que se resumió a 20 publicaciones que se describen en la tabla 1.

Por otro lado, el motor de búsqueda en la web usada fue Google Académico, el cual presenta una base de datos o repositorio de trabajos a nivel científico, que proporciona una interesante concentración de trabajos bibliográficos y publicaciones científicas.

Es importante resaltar lo que significa la investigación de tipo bibliográfica, la cual está definida por la Universidad de la República (Uruguay) URU (2020) de la siguiente manera: “la etapa de la investigación científica donde se explora la producción de la comunidad académica sobre un tema determinado. Supone un conjunto de actividades encaminadas a localizar documentos relacionados con un tema o un autor concretos”

Resultados y discusión

El ser humano, ha mantenido una relación de larga data con el deporte y sus diferentes disciplinas, a lo largo de la historia de la humanidad, el individuo ha estado realizando una serie de actividades para mantener el cuerpo a nivel físico en óptimas condiciones, sin embargo, el deporte no era conocido como tal, sino que más bien fue progresivo su avance en la historia hasta llegar a lo que hoy día se conoce como deporte.

A continuación, se presenta una tabla en la que se describen los estudios reflejados en artículos y publicaciones científicas en la que se basó la investigación.

Tabla 1. Resumen artículos y publicaciones científicas.

Nº	Autores	Título de la investigación	Objetivos	Resultados
1	(Barbosa y Urrea, 2018)	Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental una revisión bibliográfica	Describir los beneficios que caracterizan la influencia del deporte y la actividad física con respecto al estado de salud tanto a nivel físico como mental	La práctica del deporte y la actividad física como habito saludable puede favorecer progresos a nivel terapéutico y preventivo basados en la promoción de estilos de vida saludable.
2	(Besnier et al., 2019)	Antropología del deporte emociones, poder y negocios en el mundo contemporáneo	¿Qué nos dice el deporte sobre la constitución de la sociedad, la cultura y la política?	Relaciones entre el negocio, el poder y la vida de los atletas.
3	(Besoain, 2019)	Conceptualizar la discapacidad, comprender la diversidad desde otros paradigmas.	Contextualizar los diferentes tipos de discapacidad.	Tipos de discapacidad, tanto mental y física
4	(Camargo et al., 2020)	Una estrategia de promoción de la salud en casa, para la población con discapacidad	Búsqueda de las estrategias que mejor se adapten a las necesidades de las personas en su casa.	Aportes en metodologías sobre actividad física.
5	(Castro, 2021)	El tenis paralímpico ecuatoriano	El objetivo de esta investigación es la recopilación histórica de datos informativos sobre el origen del tenis paralímpico en el Ecuador, con una	Este estudio creará una base estructural con la cual deportistas, entrenadores, dirigentes e investigadores

			descripción de los personajes que hicieron posible tales sucesos, las circunstancias y su influencia en el futuro del deporte.	deportivos comprenderán el proceso histórico y el desarrollo evolutivo que ha tenido este deporte, garantizando el sentido de pertinencia que, sumado a la fuerte carga de motivación y dificultades superadas, permitirá que se adquieran herramientas necesarias para su mejora personal y deportiva frente a sus discapacidades
6	(Cortés y Baca, 2019)	Deporte y juventud. El cuidado y preservación de la mente y cuerpo juvenil a través de actividades deportivas	Tiene como propósito reflexionar sobre el binomio jóvenes-deporte, a partir de la Ingeniería en Comunicación Social del deporte.	Se dividen en tres partes, el primero aborda la Ingeniería en Comunicación Social, como propuesta para aproximarnos al deporte, y con ella investigar la situación actual del deporte en relación con la juventud. En el segundo, se presentan los primeros referentes del diagnóstico del deporte-juventud, a través de los Programas que han sido destinados a este sector; y en el último apartado se habla sobre la Dirección General de Cultura Física y Deporte del Estado de México, como un área para abordar el tema (cuidado y preservación del cuerpo juvenil).
7	(Gimon, 2019)	¿Qué es el deporte?	Conocer las diferentes conceptualizaciones del deporte.	Hallazgos sobre la historia del deporte y su aplicabilidad actual
8	(González, 2020)	Deporte, bienestar y la pandemia del covid-19	Conocer las singularidades de las implicancias en e impactos del covid-19 en la actividad física y el deporte.	En el documento, y como complemento al cuaderno Breve historia del deporte en México. Un diagnóstico desde el Estado y la seguridad social, se analiza

Beneficios físicos de la práctica del tenis en silla de ruedas

				el impacto de la pandemia en el deporte y en su gestión desde el ámbito público y de la seguridad social.
9	(Hernández-Beltrán et al., 2023)	Estudio de las lesiones de hombro en tenis en silla de ruedas. Revisión sistemática	Realizar una revisión sistemática relacionada con las lesiones de hombro en deportistas de Tenis en Silla de Ruedas, con la finalidad de conocer la importancia de prevenir y evitar lesiones en las extremidades superiores.	Los resultados muestran la existencia de poca literatura científica relacionada con la temática objeto de estudio. Además, los estudios analizan de forma general las lesiones de hombro de los deportistas de Tenis en Silla de Ruedas.
10	(León, 2018)	Educación física: una disciplina anclada en el pasado frente a un mundo posmoderno	Artículo de revisión que aporta una mirada crítica al estado actual de la educación física en Colombia.	Se generan algunas reflexiones frente a la necesidad de cambio en las prácticas docentes y las posibilidades de hacerlo con base en el trabajo con las nuevas generaciones de estudiantes y docentes de Educación física.
11	(Navas, 2019)	El deporte adaptado como medio de integración social	Pretende complementar los fundamentos teóricos reflejados en diversos estudios publicados sobre la temática y las sesiones prácticas de familiarización con estos deportes.	El testimonio directo de un deportista adaptado de alto nivel que comparte su experiencia vital con el alumnado enriquece su formación personal y profesional y muestra cómo, en la realidad, el deporte puede jugar un papel muy importante para ayudar a todas las personas a empoderarse y mejorar su calidad de vida.
12	(Perea-Caballero et al., 2019)	Importancia de la Actividad Física	Considerar los conceptos que apoyan la importancia de la actividad física a la salud del ser humano.	Comprender los conceptos básicos de este tema, así como entender los beneficios y familiarizarnos con la prescripción se vuelve una necesidad, partiendo de esto el sentirnos motivados

				para comenzar a practicar con el ejemplo a nivel profesional.
13	(Quintero et al., 2019)	Aspectos biomecánicos y lesiones musculoesqueléticas en miembros superiores en tenis adaptado	Determinar las fases con mayor dificultad de ejecución en el gesto técnico del revés en deportistas de tenis adaptado.	Se identificaron seis fases en el gesto técnico del revés determinando con mayor dificultad de ejecución las fases 4 y 6. Fue posible analizar las articulaciones de hombro, codo, muñeca, tronco y cuello, identificando posibles lesiones osteomusculares.
14	(Rengifo et al., 2023)	Calidad De Vida general y por dominios en deportistas paralímpicos usuarios de silla de ruedas de un club deportivo	El objetivo de esta investigación fue reconocer la percepción de un grupo de deportistas paralímpicos referente al uso de la silla de ruedas y el impacto de su Calidad de Vida.	Los resultados sugieren mejores puntuaciones en términos de Calidad de Vida global en deportistas de atletismo en silla de ruedas. Los dominios de bienestar emocional, relaciones interpersonales y bienestar material; presentaron diferencias significativas en esta población. Por el contrario, el dominio de inclusión social es aquel que predomina con las más bajas puntuaciones en todos los grupos.
15	(Salas y Arteaga, 2023)	El deporte como reflejo de una sociedad: Visión antropológica	Analizar la relación entre el deporte y la cultura.	Se encontró que el deporte refleja y moldea valores sociales.
16	(Sá et al., 2019)	Clasificación basada en datos fácticos en los deportes en silla de ruedas: revisión sistemática	El objetivo de este estudio es dar respuesta a las siguientes preguntas: ¿Qué tipo de prueba de clasificación basada en datos fácticos está debatiéndose para los deportes paralímpicos en silla de ruedas? ¿Qué tipo de herramienta utilizan los investigadores para cuantificar estas pruebas de clasificación basadas en datos fácticos?	Las pruebas de clasificación con equipos y sensores que proporcionan mediciones objetivas de los parámetros permiten validar pruebas de campo sencillas y obtener valores fiables relativos a dichos parámetros durante la clasificación de los deportistas.

17	(Sánchez-Pay y Sanz-Rivas, 2019)	Evaluación de la condición física del jugador de tenis en silla de ruedas de alto nivel según nivel competitivo y tipo de lesión.	El objetivo de este estudio fue medir los niveles de condición física de jugadores de tenis en silla de ruedas (TSR) y establecer comparaciones en función del ranking y tipo de lesión.	Los resultados mostraron que los jugadores de nivel más alto tienen mejores niveles de condición física en todas las pruebas, encontrando diferencias significativas en casi todos los tests. Los jugadores con una limitación funcional mayor mostraron valores más bajos, aunque no se encontraron gran cantidad de diferencias estadísticamente significativas.
18	(Sánchez-Pay, 2019)	Análisis de la producción científica sobre el tenis en silla de ruedas	El objetivo del presente trabajo fue analizar la producción científica en el tenis en silla de ruedas (TSR), identificando, clasificando y categorizando los estudios indexados en la Web of Science y Medline (Pubmed).	Los resultados mostraron un aumento de la producción científica del TSR en los últimos años, cuyas disciplinas de estudio son principalmente la fisiología, psicología del deporte y la biomecánica.
29	(Tarqui-Silva et al., 2022)	El deporte adaptado, inclusivo y paralímpico: una ruptura de estereotipos discriminatorios contra la diversidad funcional	El propósito del trabajo fue exponer las cualidades y capacidades que posee el deporte adaptado, paralímpico e inclusivo, su efecto de abolición sobre una serie de estereotipos discriminatorios contra la diversidad funcional, limitantes que aún se mantienen en determinadas sociedades.	Se evidencia la necesidad del respeto a los derechos humanos en las personas con discapacidades, la urgencia de ser incluidos activamente dentro una sociedad, entre algunos puntos destaca la práctica de actividades recreativas, culturales y deportivas.

Fuente: Elaboración Propia

Para León (2018) el movimiento fue clave para el desarrollo de la humanidad, desde los primeros hombres de la historia, el movimiento ha representado un importante referente para lograr la supervivencia de la raza humana, no se puede pensar en el avance de los asentamientos humanos sin la habilidad o capacidad de movimiento de los hombres y mujeres, los cuales se desplazaban por grandes distancias para establecer sus asentamientos de nómadas, igualmente la capacidad de caza o defensa de los elementos y animales de las diferentes épocas.

Por otro lado, González (2020) afirma que históricamente el deporte ha representado un pilar fundamental para mantener la buena salud, no solo física sino mental, y contribuye con la salud en los diversos sistemas de bienestar y seguridad social del continente americano. Los beneficios de el ejercicio físico, han marcado a

la humanidad, en un principio, se trato de supervivencia, en donde se puede decir que el hombre comenzó a conocer las capacidades y habilidades con que su propio cuerpo contaba, el planeta en ese entonces presentaba un desafío para la vida misma, no se contaba con los avances y comodidades de la vida actual, esto aunado a que el hombre comenzó su camino por el planta en búsqueda de habitat mas amigables en cuanto al clima, tierras fertiles y espacios con agua que pudieran sostener las necesidades basicas de comida y refugio para los primeros hombres. Luego, al pasar los siglos, y ya con unas sociedades convertidas en imperios, surgieron los deportes como una distracción, formaban parte de espectáculos, los emperadores griegos y romanos fomentaron un gran numero de este tipo de espéctaculos, en donde se ponía a prueba la valía y capacidad en fuerza de quienes participaban, sin embargo para la gran mayoría de los participantes esto podría representar la muerte, ya que eran incorporados elementos como herramientas de batallas, por lo general estos participantes eran ciudadanos que cumplían algún tipo de condena (Salas y Arteaga , 2023).

La actividad física, se podría decir que es uno de los principales principios del deporte, esto lo define la Organización Mundial de la Salud, OMS (2022) en su publicación, en la cual menciona que la actividad física es el movimiento del cuerpo, el cual se produce por el movimiento de los musculos esqueléticos y presentan algun consumo de energía, de igual manera, es importante resaltar que la actividad presenta múltiples beneficios a la salud, como por ejemplo aporta beneficios a la salud del corazón, ayuda a la prevención de situaciones de estrés, ansiedad, enfermedades mentales, es coadyuvante en las gestiones de los estados de ánimos, entre otros aportes al cuerpo humano.

De igual manera, Barbosa y Urrea (2018) afirman que la actividad física aporta beneficios en los aspectos fisicos, psicológicos y sociales, disminuyendo así la obesidad, los valores de colesterol alto, disminuye el riesgo de sufrir diferentes enfermedades como cardiovasculares, cerebrales, diabetes, entre otras, a niveles psicológicos mejoran la capacidad mental, mejoran la autoestima y proveen de herramientas a nivel mental para afrontar diferentes situaciones de la vida de todo individuo.

Tabla 2. Beneficios de la Actividad Física por Sistemas

Sistema del cuerpo humano	Beneficios
Neurológicos	• Disminuye la Ansiedad/Depresión • Disminuye la Demencia • Aumenta la función cognitiva • Disminuye el riesgo de accidente cerebrovascular
Endocrino	• Disminuye el peso • Disminuye la diabetes • Aumenta el LDL
Musculoesqueléticos	• Disminuye la osteoporosis • Disminuye el riesgo de caídas • Disminuye la fractura de caderas • Disminuye la discapacidad
Cardiovascular	• Disminuye la mortalidad por enfermedad coronaria. • Mantiene estables los valores de la tensión arterial • Ayuda con la rehabilitación cardiovascular
Oncológicos	Disminuye el riesgo de padecer de:

	• Cáncer de próstata • Cáncer de mama • Cáncer de colon • Cáncer de pulmón.
--	--

Fuente: Elaboración Propia a partir de Perea et al. (2019)

De igual manera, Besnier et al. (2019) mencionan que en la antigua grecia, los atletas representaban ciudades del imperio en los juegos olímpicos, en el siglo VII a.C, y ya para ese entonces se habian hecho de una serie de juramentos o reglas que debian cumplirse, al menos mientras se realizaban dichas justas deportistas, por otro lado, en civilizaciones mesoamericanas como las mayas y los aztecas, se puede mencionar lo juegos de pelotas, los cuales eran familiares, y según evidencias los jugadores eran sacrificados luego del juego.

Ahora bien, el deporte moderno contiene unas connotaciones que lo diferencia de las primeras épocas, entre las que resalta que la violencia está restringida, en las épocas antiguas este era un elemento vital y crucial en el desarrollo del deporte, igualmente las reglas o normas de los juegos han cambiado notoriamente, aunque se contaba con ciertas normativas en los tiempos antiguos, en la actualidad presentan unas normas mucho más acordes con los principios de solidaridad y respeto entre los participantes.

Ante esto, es importante conocer las diferentes conceptualizaciones del deporte, de igual manera es relevante mencionar lo descrito por Besnier et al. (2019) en su libro:

El concepto moderno de “deporte” surgió al mismo tiempo que el concepto de “record deportivo”, lo cual refleja la centralidad de las modernas tecnologías de medición y registro de récords en ese ámbito (incluso aquellos deportes que no toman el tiempo ni miden el desempeño utilizan campos deportivos y equipamientos con medidas estandarizadas, algo que a los antiguos griegos jamás se les habría ocurrido) (p. 7)

Por otra parte, Gimon (2019) menciona que el deporte es una actividad que combina la actividad física con la competitividad, mejorando la capacidad física de quien lo practica, por otro lado, también hay que mencionar que no se debe confundir la actividad física con el deporte, ya que este último presenta ciertas características muy particulares como la presencia de reglas y de contendientes o competidores. Al mismo tiempo, la real academia de la lengua española lo define al deporte como Actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas (Real Academia de la Lengua Española, RAE, 2022).

Es importante resaltar, que el deporte no es solo visto como una actividad que se realiza con fines de esparcimiento, mejoramiento de condiciones físicas entre otros beneficios al ser humano, sino que a lo largo de la historia ha tenido connotaciones de tipo político, cultural y social, incluso se puede hablar hasta del aspecto económico, ya que el deporte ha evolucionado de tal manera que es uno de los pilares fundamentales en el desarrollo de las economías.

Con respecto a lo anterior, Cortés y Baca (2019) afirman lo siguiente:

Con referencia a los objetivos de la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible de las Naciones Unidas, se reconoce que el deporte es un facilitador en el desarrollo sostenible porque es un medio dinámico y lúdico para mejorar las condiciones de vida de la población, además, se reconoce que su práctica

contribuye a hacer realidad el desarrollo de la paz, promoviendo la tolerancia y el respeto, y que respalda también el empoderamiento de las mujeres y los jóvenes, las personas y las comunidades, así como los objetivos en materia de salud, educación e inclusión social (p. 56)

Por lo cual, destaca la importancia no solo a nivel físico, ya que es un elemento incluso que promueve la paz y sirve de mediador en conflictos, hace visibles las capacidades de todos los grupos de personas que lo practiquen.

Ahora bien, los deportes han sufrido modificaciones y evoluciones desde que se realizó la primera competencia en el planeta, esto ha llevado al surgimiento de diversos tipos de disciplinas que tienen diferentes normativas, formas de juego o participación, entre otros elementos que hacen marcar las diferencias entre un deporte u otro, por otro lado, los seres humanos presentamos también ciertas características en cuanto a nuestra conformación física y mental, en este sentido es importante mencionar, que no todos los individuos contamos con la misma capacidad ni física ni mental, ya que por múltiples razones el ser humano ha presentado, por ejemplo a nivel mental ciertas condiciones que pudiesen impedir el normal desarrollo de las funcionalidades mentales y físicas de una persona, lo que ocasiona una desventaja física y mental entre individuos que no presenten ese tipo de condiciones.

En torno a lo anteriormente descrito, se han logrado establecer nuevas modalidades de deportes que permitan a las personas que presenten alguna situación física y mental diferente, poder realizar el deporte que deseen, y pueda ser tomado en cuenta a nivel de competencias de alto rendimiento. Sin embargo, es importante conocer los nombres de las discapacidades y los modelos de conceptualizaciones bajo los cuales han sido clasificados hasta la fecha, a continuación se presenta una tabla, en la cual se puede conocer dicha información.

Tabla 3. Conceptualizaciones y modelos de comprensión de la discapacidad

Modelo	Conceptualizaciones
Modelo de la Prescindencia	Invalido, tullido, otros
Modelo Individual o rehabilitador	Según sus diagnósticos (como “el autista”, “sordomudo”, entre otros). Se basa en el modelo CIDDMM con términos como discapacitado o minusválido.
Modelo Social	• Persona con discapacidad • Persona en situación de discapacidad. • Persona autista • Persona ciega • Persona sorda
Modelo de la Diversidad	• Persona con diversidad funcional • Personas en el espectro autista
Modelo Sociocrítico	• Persona de la disidencia funcional • Locos/Orgullo loco • Crip

Fuente: Elaboración Propia a partir de Besoain (2019).

Ahora bien, luego de determinar las intenciones de incluir a la comunidad de personas con alguna discapacidad o condición, surgen los llamados deportes adaptados, los cuales son los que permiten a las personas con discapacidad disfrutar de los beneficios físicos, sociales y psicológicos que les aporta la práctica

de alguna disciplina deportiva (Navas, 2019). Por otro lado, Hernández et al. (2023) afirma que los deportes adaptados, son aquellos que han sufrido alguna modificación o han sido creados, con la finalidad de que las personas con alguna discapacidad puedan practicarlos.

Resulta interesante plasmar lo descrito por Sánchez (2019), el cual menciona que si bien es cierto que los deportes adaptados surgen luego de la segunda guerra mundial para incorporar a los deportes a los soldados que habrían sufrido alguna amputación de miembros o en consecuencia alguna afectación física que le impidiera realizar algún deporte de alta competición, también lo es que en la actualidad el deporte adaptado apunta hacia las competencias de alto rendimiento, ganando terreno y popularidad en torno a deportes como juegos de pelota como baloncesto en silla de ruedas, rugby en silla de ruedas o el tenis en silla de ruedas.

Esto trae múltiples beneficios, entre los más notables el desarrollo y mantenimiento de un estado físico óptimo, pero también es de notar los grandes beneficios que a nivel psicológico trae a los deportistas con discapacidad, y es que esto va de la mano de las necesidades que tiene el ser humano de poder pertenecer a algún grupo (en este caso deportivo) y desarrollar sus capacidades físicas y mentales dentro de un ambiente de respeto e inclusión tanto social como cultural, tal como lo describe Tarqui et al. (2022) en su artículo, en el que destaca la importancia de asistir e incluir a colectivos con discapacidades en las actividades deportivas, igualmente resalta la alarmante cifra, que por ejemplo en Ecuador se maneja en cuanto a la falta de participación deportiva en las personas con discapacidad, al menos el 76% de esta población no practica ningún deporte, cifra que es muy alarmante considerando los aportes beneficiosos del deporte en el ser humano.

El tenis en silla de ruedas se ha convertido rápidamente en uno de los deportes paralímpicos con más auge y favoritismo en el público, los deportistas de esta especialidad deben realizar giros y maniobras a velocidades considerables, determinadas por la velocidad de la pelota, haciendo sprints en la silla de ruedas, haciendo uso de una raqueta. Es importante tener en cuenta, que el movimiento en este deporte es en esencia su atractivo, pero esto dependerá en gran medida de al menos dos factores, como lo es la silla y las habilidades del deportista, y por supuesto la relación que exista entre ambos (Sánchez y Sanz, 2019). Este deporte paralímpico, realizó su aparición justo dos semanas antes de comenzar los Juegos Olímpicos de Barcelona de 1992, el cual logró un empuje y masificación de este deporte en todo el mundo (Castro, 2021)

El atleta que practica el tenis en silla de ruedas, el cual es un deporte paralímpico, presenta ciertas características que lo clasifican para dicha práctica, tal como lo describe Sá et al. (2019) en su artículo, basado en las definiciones del Comité Paralímpico Internacional:

- Deterioro de la fuerza muscular (por ejemplo, lesión medular, distrofia muscular, síndrome pospolio y espina bífida)
- Deterioro de la amplitud de movimientos pasivos (por ejemplo, artrogriposis y contractura derivadas de la inmovilización crónica de una articulación o de un traumatismo que afecte a una articulación)
- Alteración de las extremidades (por ejemplo, amputación y dismelia)
- Diferencia de longitud en las piernas, hipertoniá (por ejemplo, parálisis cerebral, lesión cerebral traumática e ictus)
- Ataxia (por ejemplo, parálisis cerebral, lesión cerebral traumática, ictus y esclerosis múltiple)
- Atetosis (por ejemplo, parálisis cerebral, lesión cerebral traumática e ictus).

El tenis adaptado, sigue las reglas del tenis tradicional, con la particularidad de que los participantes se encuentran en una silla de ruedas, a causa de alguna discapacidad que impide la movilidad de sus miembros inferiores, otra característica es que esta permitido el doble rebote de la pelota, siempre y cuando el primer rebote haya sido dentro de la los limites de la pista (Quintero et al., 2019).

Indudablemente, los beneficios de la practica de cualquier deporte son notables, ya que la salud de los deportistas es una de las mas optimas, por otro lado a nivel emocional resulta imprescindible la practica de algun deporte para mejorar la autoestima, el autocontrol e incluso el manejo de la ira y estrés.

Rengifo et al. (2023) plantea que en los deportes adaptados, se reflejan mejoras en las capacidades sociales de los atletas, mediante el empoderamiento y la inclusion no solo en el ámbito deportivo-competitivo sino también en la vida cotidiana, que permitan la superación de dificultades estructurales o de interacción con su entorno. Esto se refuerza por Camargo et al. (2020) al afirmar que entre los beneficios de la practica deportiva, cuentan la adopción de un estilo de vida saludable, así como la potencialización de la inclusión, mejora la autoestima, promueve el trabajo colaborativo y se aprende a superar los propios límites.

Por otro lado, para los atletas que practican el tenis en silla de ruedas, se reportan beneficios en cuanto al aumento en la fuerza de los miembros superiores, así como la adquisicion de habilidad y resistencia en general. De igual manera destaca la recuperacion de las capacidades fina-motoras, contribuyendo a la recuperacion de lesiones no solo fisicas sino psicológicas.

La practica deportiva en todos los niveles, bajo cualquier modalidad resulta beneficioso para quienes deciden practicar algun deporte, en este caso la practica de uno de los deportes mas populares del mundo, como lo es el tenis, ha logrado que muchas personas que sufren de alguna discapacidad en su tren inferior, puedan lograr adaptarse a este juego, que sin llegar a ser profesional pueden lograr grandes aportes a la salud tanto fisica como mental. En el ambito fisico, mejoras los ritmos cardiacos, la capacidad toracica, la agilidad y habilidad en los movimientos, fuerza y mejor manejo de los miembros superiores.

Igualmente, los beneficios de inclusion social y cultural hacen que los deportistas de esta categoria puedan desarrollarse nuevamente en entornos sociales y familiares óptimos para su desdenvolvimiento personal.

Conclusiones

El deporte es una de las actividades en donde el cuerpo humano no solo se mueve por necesidad intrínseca del cuerpo humano, sino que realiza una serie de actividades en donde se ven involucrados una gran cantidad de sistemas del cuerpo. Tal como se indicó al principio, el deporte comenzó por mera necesidad de supervivencia, en donde las condiciones de vida eran precarias, y la capacidad física del hombre era fundamental para sobrevivir. Por otro lado, y al pasar de los años se observó cómo esto fue evolucionando hasta llegar a lo que hoy se conoce como “deporte”, sin embargo, esto se separa en dos vertientes, la primera hace referencia a la actividad física sin que esto implique una competencia entre otros participantes, la segunda si es una práctica en la cual se realiza una disciplina deportiva con una serie de entrenamientos y métodos a seguir no solo a nivel físico, sino también a nivel mental y psicológico.

Sin embargo, y según los hallazgos encontrados, las recomendaciones de todas las organizaciones gubernamentales, de salud entre otros es que se realice actividad física con regularidad para poder gozar de una mejor salud a nivel integral.

Es de hacer notar que la presente investigación se basó en conocer lo relacionado al tenis en silla de rueda, en donde se puede identificar que es un deporte adaptado, en el cual una persona con cierta discapacidad a nivel motriz puede realizar las mismas prácticas deportivas en una cancha de tenis como un deportista sin ningún tipo de dificultad física o mental. Este tipo de deportes surgió como una respuesta a los heridos de la segunda guerra mundial en la que se adaptaron ciertos deportes para lograr la inclusión de estos hombres y mujeres en las prácticas deportivas, logrando así generar un catalizador para la reestructuración de identidades, fomento del trabajo en equipo, empoderamiento y resiliencia a las limitaciones propias de cada discapacidad.

Con respecto al tenis en silla de ruedas, es importantes a tomar en cuenta el correcto diagnostico al respecto de la presencia o no de una discapacidad que pueda o permita ser apto o apta para la práctica de dicho deporte. Como limitante en este proceso investigativo, se pudo observar la poca información acerca de los programas gubernamentales para el fomento y apoyo financiero hacia los atletas en cuanto a los entrenamientos y material necesario para este deporte, ya que, en su mayoría, son elementos costosos.

Agradecimientos

Quisiera expresar mis agradecimientos en primer lugar a Dios por el tiempo de vida y salud, a todas las personas que hicieron posible la realización de esta investigación. En primer lugar agradezco a mi tutor, por su invaluable orientación, apoyo y paciencia en el transcurso de esta investigación. Sus conocimientos y consejos fueron fundamentales en el desarrollo de este trabajo.

Agradezco también a la Universidad Técnica de Manabí, por brindarme los recursos y el ambiente necesario para llevar a cabo esta investigación. Su apoyo logístico y administrativo y de investigación ha sido crucial en cada etapa del artículo, finalmente agradecer a mi familia y equipo de trabajo por el constante apoyo durante todo este proceso.

Referencias

- Besoain, A. (2019). Conceptualizar la discapacidad, comprender la diversidad desde otros paradigmas. *Revista de la Universidad de Chile*, 5-11. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/175677/Kinesiologia-y-discapacidad.pdf?sequence=1#page=84>
- Barbosa, S. H., & Urrea, A. (28 de Febrero de 2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *KATHARSIS*(25), 141-159. Recuperado el 6 de Diciembre de 2023, de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6369972.pdf>
- Besnier, N., Brownell, S., & Carter, T. (2019). *Antropología del deporte: Emociones, poder y negocios en el mundo contemporáneo*. Siglo XXI Editores. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=mG7ADwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&dq=historia+del+deporte+en+la+humanidad&ots=_WiHZCgwWh&sig=2cCEq1aWb97rUa3vRDOOfJT7Jy8#v=onepage&q&f=false
- Camargo, D. A., Montilla, M. E., Rincón, L. M., Garces, L. T., Castillo, J. N., Delgado, J., . . . Torres, M. (2020). Recomendaciones de actividad física adaptada. Una estrategia de promoción de la salud en casa, para la población con discapacidad. *COLFI*. Recuperado el 2 de Noviembre de 2023, de

https://colfi.co/wp-content/uploads/2020/04/PROMOCION-DE-LA-SALUD-AFA-EN-CASA-PARA-LAS-PERSONAS-CON-DISCAPACIDAD_compressed.pdf

- Castro, R. M. (19 de Abril de 2021). El tenis paralímpico ecuatoriano: un acercamiento al contexto histórico real de su evolución deportiva. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(1). Recuperado el 2 de Noviembre de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000100223
- Cortés, E., & Baca, G. (2019). Deporte y juventud. El cuidado y preservación de la mente y cuerpo juvenil a través de actividades deportivas. *Biblat*(16). Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de <https://biblat.unam.mx/hevila/COFACTOR/2019/vol8/no16/3.pdf>
- Gimon, G. J. (15 de Febrero de 2019). *Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora*. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora: <https://unellez.edu.ve/portalweb/public/departamentos/168/informacion/346>
- González, R. (2020). *CISS Seguridad Social para el Bienestar*. Recuperado el 31 de Octubre de 2023, de CISS Seguridad Social para el Bienestar: <https://ciss-bienestar.org/wp-content/uploads/2022/02/nt6-deporte-bienestar-y-la-pandemia.pdf>
- Hernández-Beltrán, V., Carmona-González, I., Muñoz-Jiménez, J., León, K., Castelli, L. F., & Gamonales, J. (2023). Estudio de las lesiones de hombro en tenis en silla de ruedas. Revisión Sistemática. *Padel Scientific Journal*, 1(2), 191-214. doi:<https://doi.org/10.17398/2952-2218.1.191>
- León, A. R. (18 de Marzo de 2018). Educación física: una disciplina anclada en el pasado frente a un mundo posmoderno. *Materiales para la Historia del Deporte*(17). Recuperado el 31 de Octubre de 2023, de http://polired.upm.es/index.php/materiales_historia_deporte/article/view/4066/4258
- Navas, S. (2019). El deporte adaptado como medio de integración social. *El deporte adaptado como medio de integración social*. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/19059>
- Organizacion Mundial de la Salud, OMS. (5 de Octubre de 2022). *Organizacion Mundial de la Salud*. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20actividad,el%20consiguiente%20consumo%20de%20energ%C3%ADa>.
- Perea-Caballero, A. L., López-Navarrete, G. E., Perea-Martínez, A., Reyes-Gómez, U., Santiago-Lagunes, L. M., Ríos Gallardo, P. A., . . . de la Paz-Morales, C. (8 de Marzo de 2019). Importancia de la Actividad Física. *Revista Médico-Científica de la Secretaría de Salud Jalisco*(2). Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf>
- Quintero, L. A., Castaño, K. J., & Martínez-Álvarez, L. A. (28 de Diciembre de 2019). Aspectos biomecánicos y lesiones musculoesqueléticas en miembros superiores en tenis adaptado. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 9(2). doi:<https://doi.org/10.18041/2322-634X/rcso.2.2019.6281>

- Real Academia de la Lengua Española, RAE. (2022). *Real Academia de la Lengua Española*. Recuperado el 1 de Noviembre de 2023, de <https://dle.rae.es/deporte>
- Rengifo, R., Céspedes, L. M., Rosas, K., & Hincapié, O. L. (Febrero de 2023). Revisión sistemática sobre la calidad de vida de los deportistas adaptados. *Revista Calidad de Vida y Salud*, 16(1). Recuperado el 2 de Noviembre de 2023, de <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/364/292>
- Sá, K., Nogueira, C., Gorla, J., Silva, A., Magno e Silva, D., & Costa e Silva, A. (2019). Clasificación basada en datos fácticos en los deportes en silla de ruedas: revisión sistemática. *Apuntes de Educacion Fisica*(153), 52-66. doi:[https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/3\).153.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/3).153.04)
- Salas, R., & Arteaga, E. (25 de Abril de 2023). EL DEPORTE COMO REFLEJO DE UNA SOCIEDAD: VISIÓN ANTROPOLÓGICA. *Co munidad y Salud*, 21(1), 60-70. Recuperado el 6 de Diciembre de 2023, de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/fcs/cysv21n1/art07.pdf>
- Sánchez-Pay, A. (2019). Análisis de la producción científica sobre el tenis en silla de ruedas. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Fisica y el Deporte*, 8(3), 13-25. doi:<http://dx.doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i2.6237>
- Sánchez-Pay, A., & Sanz-Rivas, D. (7 de Enero de 2019). Evaluación de la condición física del jugador de tenis en silla de ruedas de alto nivel según nivel competitivo y tipo de lesión. *RYCIDE*. doi:<https://doi.org/10.5232/ricyde2019.05702>
- Tarqui-Silva, L., Sánchez-Salinas, M. V., & Garcés-Mosquera, J. E. (10 de Octubre de 2022). El deporte adaptado, inclusivo y paralímpico: una ruptura de estereotipos discriminatorios. *Revista INNOVA Educación*, 5(1), 120-130. doi:<https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.05.008.es>
- Universidad de la República (Uruguay), URU. (14 de Diciembre de 2020). *Universidad de la República (Uruguay). Facultad de Enfermería*. Recuperado el 2 de Noviembre de 2023, de <https://www.fenf.edu.uy/wp-content/uploads/2020/12/14dediciembrede2020Etapasdelainvestigacionbibliografica-1.pdf>