

**Percepción De Cuidadores Sobre El Programa De Natación Y Actividades
Acuáticas Para Jóvenes De 15 a 17 Años Con Discapacidad Intelectual En El
Instituto De Deportes De La Mesa, Cundinamarca**

Johan Nicolás Muñoz Rivera

Javier Andrés Orrego

César Álvarez Rodríguez

Jeiver Otalvaro Zapata

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura En Deporte

La Mesa, Cundinamarca.

2026

**Percepción De Cuidadores Sobre El Programa De Natación Y Actividades
Acuáticas Para Jóvenes De 15 a 17 Años Con Discapacidad Intelectual En El
Instituto De Deportes De La Mesa, Cundinamarca**

Johan Nicolás Muñoz Rivera

Javier Andrés Orrego

César Álvarez Rodríguez

Jeiver Otalvaro Zapata

Trabajo de grado para obtener el título de Licenciado en Deporte

Asesor: Mg. Alvaro Camilo Barón Barón

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura En Deporte

La Mesa, Cundinamarca.

2026

Dedicatoria

*Gracias a la vida por la oportunidad de seguir fortaleciendo nuestra
vocación...*

*Con cada conocimiento adquirido, con cada saber compartido,
con cada deportista que entrenamos,
entendimos que cada triunfo de ellos también es nuestro.*

Seguimos en este camino de aprender, de crecer y de servir.

A nuestras familias: madres, esposas, novias y compañeras de vida.

*Gracias por ser la motivación que no falla,
por acompañarnos en este proceso de construcción personal y
profesional.*

*Gracias por sus consejos, por su paciencia y por ese respaldo
incondicional
que nos animó a no desfallecer cuando las fuerzas flaquearon.*

Hoy no cerramos un ciclo.

Confirmamos una vocación.

Y lo hacemos sabiendo que este título también es de ustedes.

Tabla De Contenido

Introducción	1
Antecedentes.....	3
Formulación Del Problema	5
Formulación Pregunta Problema.....	5
Justificación	6
Objetivo General.....	7
Objetivos Específicos.....	7
Marco Teórico	8
Historia Y Origen Del Programa En La Mesa	8
¿Qué Es Discapacidad Intelectual?	8
Caracterización De La Discapacidad Intelectual Específica.....	9
Síndrome De Down Y Respuesta Motriz Acuática.....	9
Trastorno Del Espectro Autista (TEA) Y Abordaje Sensorial.....	10
Inclusión Social.....	10
Educación Inclusiva	11
Deporte Inclusivo.....	11
Deporte Social-comunitario O Actividad Física Comunitaria	12
Natación Adaptada / Actividades Acuáticas	13
Desarrollo Psicomotor	14
El Papel De Los Padres Y Cuidadores En Los Procesos De Inclusión.....	15
Marco Contextual	17
Marco Legal.....	19
Metodología	21
Ruta Metodológica.....	21
Enfoque De Investigación.....	21
Paradigma	22
Alcance De La Investigación	22
Población Del Estudio.....	24
Criterios De Inclusión	24
Criterios De Exclusión	25
Técnicas De Recolección De Información.....	25

Consideraciones Éticas	25
Preguntas Aplicadas En La Encuesta.....	26
Categoría 1: Experiencia General En El Programa.....	26
Categoría 2: Interacción Social	27
Categoría 3: Desarrollo personal y educativo	27
Categoría 4: Desarrollo Psicomotor	27
Categoría 5: Calidad Del Programa Deportivo	28
Categoría 6: Inclusión	28
Categoría 7: Barreras	28
Categoría 8: Facilitadores Y Mejoras	29
Resultados.....	30
Categoría: Experiencia General En El Programa.....	30
Categoría: Interacción Social	31
Categoría: Desarrollo Personal Y Educativo	32
Categoría: Desarrollo Psicomotor	33
Categoría: Calidad Del Programa Deportivo	34
Categoría: Inclusión	35
Categoría: Barreras	35
Categoría: Facilitadores Y Mejoras	36
Discusión	39
Conclusiones	44
Referencias	47
Anexos.....	52
Anexo No. 1 Consentimiento Informado	52
Anexo No. 2 Encuesta No 1	55
Anexo No. 3 Encuesta No 2.....	59
Anexo No. 4 Encuesta No 3.....	63
Anexo No. 5 Encuesta No 4.....	67
Anexo No. 6 Encuesta No 5.....	71
Anexo No. 7 Encuesta No 6.....	76
Anexo No. 8 Encuesta No 7.....	80
Anexo No. 9 Encuesta No 8.....	84

Anexo No. 10 Encuesta No 9.....	88
---------------------------------	----

Introducción

La inclusión de los niños y los jóvenes con discapacidad intelectual sigue siendo un reto. Lo que se promete y lo que los niños y los jóvenes viven en el programa de inclusión deportiva del Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, no siempre coincide. El proyecto nace al escuchar a los padres y a los acudientes. Los padres cuentan sus experiencias y buscamos entender cómo se construye la inclusión o cómo se limita en la vida diaria, también busca ideas para crear espacios que todos puedan usar.

En décadas pasadas el discurso sobre inclusión ganó fuerza en la escuela, en la comunidad y en el deporte en Colombia, las políticas del gobierno y las normas han reconocido los derechos de las personas con discapacidad, las políticas del gobierno y las normas los han impulsado a participar en los escenarios de la vida cotidiana (Ley 1618 de 2013; Ley 2216 de 2022) No obstante, entre lo establecido en la normativa y lo que ocurre en la práctica cotidiana aún persisten tensiones y desafíos que requieren ser analizados desde contextos específicos (Rojas & Cárdenas, 2016).

El deporte ayuda a que la gente crezca en muchos sentidos, particularmente en la dimensión de la interacción y del aprendizaje, se ha convertido en una herramienta para favorecer procesos de desarrollo en todas las áreas. Cuando los jóvenes tienen discapacidad intelectual, la actividad física fortalece habilidades motrices, coordinativas y sociales donde la actividad física también ayuda a que los jóvenes construyan autoestima y autonomía, por medio de la actividad física también ayuda a que los jóvenes mejoren su interacción con otras personas (Núñez & Portela-Pino, 2024). Dentro de este panorama, la natación y las actividades acuáticas adquieren un valor especial, ya que el medio acuático ofrece condiciones que pueden facilitar el movimiento, disminuir tensiones y generar experiencias de logro personal (García & López, 2012; Ferro et al., 2025).

La inclusión en programas deportivos no se limita a el acceso físico a las instalaciones o a la inscripción en una actividad. La inclusión implica garantizar condiciones de enseñanza, de método y de relación que permitan una participación (Botero et al., 2025). Las familias especialmente los padres y los cuidadores cumplen un rol importante sobre sus hijos ya que son el motor para que ellos puedan practicar este deporte que es muy influyente en su proceso

de mejoramiento.

En el Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, el programa de natación para jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual sirve para observar los procesos de inclusión. El programa de natación permite que los acompañantes de los participantes cuenten sus experiencias y al escuchar esas experiencias se pueden ver los logros, las dificultades, las expectativas y las necesidades que afectan la calidad del proceso.

Por eso, el estudio descubrió y analizo lo que piensan los padres y los cuidadores sobre el programa de natación y actividades acuáticas. El objetivo fue dar ideas que ayuden a que haya más prácticas inclusivas en el deporte de la comunidad. Con un enfoque cualitativo, el estudio reconoció la parte humana de la inclusión porque no es solo una regla, es una experiencia real que se forma cada día cuando jóvenes, familias e instituciones interactúan.

Esta investigación se ubicó dentro del Deporte Social-Comunitario donde se considera que el deporte es un espacio de transformación social y afirma que la diversidad es un valor y no una limitación.

Antecedentes

El análisis de antecedentes mostró que la natación puede ser un espacio educativo útil para el desarrollo y la inclusión. Yu et al. (2024) demuestra que el medio acuático ayuda al crecimiento de los niños desde edades tempranas y Huang (2025) refuerza que la natación fortalece el vínculo afectivo con el cuidador, al entender el agua como un entorno seguro; por otro lado, García y López (2012) indican que la práctica constante de la natación mejora la autoestima y la convivencia de los niños con necesidades especiales. Esto se complementa con lo planteado por Yu et al. (2024), en donde se evidencia que la natación puede mejorar el coeficiente intelectual de niños en edad preescolar; del mismo modo, Aguilera (2016) menciona mejoría en el aprendizaje de niños adscritos a programas de deporte inclusivo, incluyendo natación, haciendo referencia al alcance de logros académicos.

Acerca de programas deportivos dirigidos a población con discapacidad, los estudios recientes muestran que las actividades acuáticas no solo se trabajan desde un enfoque terapéutico, sino también como experiencias de participación, aprendizaje y bienestar, Ogonowska-Slodownik et al. (2024), en una revisión sobre terapia acuática en niños y adolescentes con discapacidad, encontraron que las intervenciones más utilizadas fueron los ejercicios acuáticos, la natación, el método Halliwick y programas mixtos aplicados principalmente en niños con trastorno del espectro autista, parálisis cerebral, síndrome de Down, trastorno por déficit de atención e hiperactividad y trastornos neuromuscular los resultados están relacionados con varios dominios, entre ellos el desempeño motor, el equilibrio, la función física, las habilidades acuáticas, la conducta, las habilidades sociales, el disfrute y la calidad de vida, lo que permite comprender que el agua puede funcionar como un medio pedagógico, social y corporal para favorecer la participación de niños y jóvenes con discapacidad.

De manera similar, Faraji et al. (2023) analizaron un programa de ejercicio acuático con enfoque orientado a la respuesta en niños con trastorno del espectro autista, este programa tuvo una duración de ocho semanas y se desarrolló tres veces por semana, con sesiones de 45 minutos, los resultados mostraron mejoras significativas en habilidades motoras como recepción, lanzamiento, equilibrio estático y equilibrio dinámico, además de avances en funciones ejecutivas, como respuestas correctas, respuestas conceptuales y

disminución de errores perseverativos. Esto indica que los programas acuáticos pueden convertirse en una alternativa motivadora para las familias, docentes y profesionales, porque favorecen tanto el desarrollo físico como procesos cognitivos relacionados con la atención, la flexibilidad y la autorregulación.

También se han encontrado experiencias positivas en población adulta con discapacidad, Botha et al. (2025) en un estudio realizado en Western Cape, Sudáfrica, identificaron que las personas con discapacidad que participaban con mayor frecuencia en actividades acuáticas o que practicaban varias modalidades, como natación, terapia acuática, surf o buceo, presentaban mejores puntajes de calidad de vida., el estudio señala que estas actividades fortalecen la independencia funcional, el bienestar general, la autoestima y la participación social, lo que evidencia que el deporte adaptado y las actividades acuáticas pueden aportar no solo a la rehabilitación, sino también a la inclusión y al reconocimiento de la persona con discapacidad como sujeto activo dentro de su entorno.

Sin embargo, a pesar de estos aportes, la inclusión sigue encontrando barreras en la práctica. Los discursos hablan de equidad, pero los niños con discapacidad siguen participando poco en los programas de natación (UNESCO, 2020). La poca participación no solo afecta el desarrollo físico y emocional de los niños con discapacidad, también reduce las oportunidades de socialización y de construcción de identidad.

Los estudios indican que las familias ven beneficios cuando sus hijos asisten a espacios deportivos adaptados, pero también encuentran obstáculos como la falta de metodologías inclusivas y la poca preparación de los instructores (Shields & Synnot, 2016). También hay una separación entre los enfoques terapéuticos y los enfoques pedagógicos, y esta separación dificulta crear ambientes de aprendizaje integrales.

Los métodos de enseñanza de la natación no siempre responden a las necesidades de los niños con discapacidad cognitiva. En muchos casos, los niños con discapacidad cognitiva no reciben una atención ajustada a sus formas de aprender, participar y relacionarse con el medio acuático. Por eso, es necesario transformar las prácticas pedagógicas para que la natación no se limite al aprendizaje técnico del movimiento, sino que se convierta en un espacio de participación, confianza, inclusión y desarrollo integral.

Formulación Del Problema

En Colombia se habló cada vez mas más de inclusión en el deporte y la educación, no obstante, en la práctica los discursos institucionales y la vida de los jóvenes con discapacidad cognitiva y sus familias siguen mostrando diferencias (Botero et al., 2025). En los escenarios deportivos municipales, como el Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, los programas de natación y actividades acuáticas ofrecen a los jóvenes con discapacidad intelectual una oportunidad para el desarrollo físico, el desarrollo emocional y el desarrollo social, pero no siempre se conoce cómo ven los procesos las personas que acompañan de cerca la participación: los padres y cuidadores.

En muchos casos, las familias hacen un esfuerzo extra para que sus hijos puedan ir, quedarse y aprovechar esos espacios, pero las familias rara vez ven que sus experiencias, sus expectativas y sus preocupaciones sean escuchadas de forma regular, de acuerdo con esa situación se plantea una pregunta clara: ¿los programas están logrando una inclusión real o siguen existiendo barreras en las formas de enseñar, en la preparación de los docentes, en la forma en que la institución comunica o en el acceso?

Si no se toma en cuenta la voz de los cuidadores, se pierde una fuente importante de información para mejorar las prácticas educativas y deportivas, poder entender cómo los cuidadores perciben la calidad, la relevancia y el impacto del programa permite ver los puntos fuertes y las cosas que hay que cambiar (Sánchez et al., 2024; Botero et al. 2025). El problema de esta investigación fue analizar y comprender cómo los padres y cuidadores viven el proceso de inclusión en el programa de natación y en las actividades en el agua para los jóvenes de 15 a 17 años con una discapacidad que afecta la cognición en el Instituto de Deportes de La Mesa, se quiso saber qué factores hacen que la inclusión funcione o no.

Formulación Pregunta Problema

¿Cómo perciben los cuidadores los procesos de inclusión desarrollados en el programa de natación y actividades acuáticas para jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual en el Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, y qué factores influyen en dichos procesos?

Justificación

La inclusión de personas con discapacidad intelectual en espacios educativos y deportivos constituye un reto fundamental, a pesar de los avances normativos y programáticos en materia de inclusión, persisten brechas significativas entre la política y la práctica, especialmente en lo que respecta a la participación de jóvenes con discapacidad cognitiva en actividades formativas y recreativas (Botero et al., 2025).

Este trabajo de investigación se realizó porque es necesario comprender cómo se vive y se construye la inclusión desde la percepción de los padres de familia, acudientes y cuidadores, quienes acompañan el proceso deportivo de los jóvenes y observan de cerca sus avances, dificultades y formas de participación, analizar sus percepciones, experiencias y expectativas permitirá identificar barreras, oportunidades y estrategias para fortalecer procesos inclusivos, con un enfoque centrado en el desarrollo integral, la dignidad humana y la justicia social (García & López, 2012).

Esta investigación ayudo a pensar en el papel que tienen las instituciones deportivas cuando cambian la forma en que la gente ve la discapacidad, el análisis de las dinámicas de inclusión dentro del programa genera estrategias de sensibilización que fortalecen el trabajo pedagógico de los entrenadores, la relación con las familias y la construcción de entornos accesibles y respetuosos de la diversidad.

Objetivo General

Analizar la percepción de cuidadores sobre los procesos de inclusión en el programa de natación y actividades acuáticas dirigido a jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual del Instituto de Deportes de La Mesa (Cundinamarca), por medio de encuestas cualitativas con preguntas abiertas considerando su participación y el impacto percibido en los ámbitos deportivo, social y educativo.

Objetivos Específicos

- Diseñar una encuesta cualitativa con preguntas abiertas para identificar la percepción de los cuidadores sobre el programa de natación y actividades acuáticas en el municipio de La Mesa – Cundinamarca
- Aplicar una encuesta cualitativa con preguntas abiertas a cuidadores para identificar sus percepciones sobre el programa.
- Analizar la percepción de los cuidadores sobre los aportes del programa al desarrollo social, educativo y psicomotor de los jóvenes participantes.

Marco Teórico

Historia Y Origen Del Programa En La Mesa

El programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, surgió como una respuesta institucional y comunitaria ante la histórica carencia de espacios deportivos adaptados en el municipio. Nace de la necesidad identificada por familias y líderes locales de contar con un escenario que no solo ofreciera actividad física, sino que garantizara el derecho a la recreación y el deporte para la población con discapacidad cognitiva, promoviendo la equidad desde el ámbito local.

¿Qué Es Discapacidad Intelectual?

En el marco de esta investigación la discapacidad intelectual se entiende como una condición que no se define solo por la presencia de una deficiencia intelectual o mental, sino por la interacción entre las características cognitivas de la persona y las barreras presentes en su entorno social (Organización Panamericana de la Salud, 2025), esta definición está fundamentada en el modelo biopsicosocial propuesto por la Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y de la Salud (CIF) de la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization, 2002).

Desde esta forma, la discapacidad se evidencia cuando una persona con deficiencias cognitivas a largo plazo se ve enfrentada a barreras de tipo actitudinal, ambiental o institucional que limitan su participación plena y efectiva en la sociedad en igualdad de condiciones con los demás. Así, la discapacidad no se explica solamente por una condición individual, sino por la relación entre las capacidades de la persona y las condiciones del contexto en el que vive (Schalock et al., 2002).

Este modelo biopsicosocial establece una diferencia importante entre deficiencia y discapacidad: una deficiencia cognitiva, como la asociada a condiciones genéticas, trastornos del desarrollo o enfermedades neurodegenerativas, constituye un problema de salud, sin embargo, no implica necesariamente una situación de discapacidad (World Health Organization, 2013), la discapacidad aparece cuando el entorno no ofrece las condiciones adecuadas de accesibilidad, apoyo o adaptación que permitan a la persona desarrollar sus actividades y participar en la vida social (World Health Organization, 2002; Schalock et al., 2002).

Dentro de la CIF la cognición se reconoce como uno de los dominios fundamentales para evaluar la funcionalidad de un individuo, al igual que otros aspectos como la movilidad, la comunicación o el autocuidado (World Health Organization, 2013). Cuando existen limitaciones en este dominio y estas interactúan con barreras del entorno, por ejemplo, la ausencia de información en formatos accesibles o la falta de apoyos adecuados, se generan restricciones en la participación social (Organización Panamericana de la Salud, 2025).

De igual forma, este enfoque resalta la importancia de reconocer los derechos y la autonomía de las personas con discapacidad cognitiva, promoviendo modelos de apoyo que respeten su voluntad y sus preferencias, se incentiva a la implementación de sistemas de toma de decisiones con apoyo que permitan fortalecer la participación de estas personas en los diferentes ámbitos de la vida social (Organización Panamericana de la Salud, 2025). Así pues, comprender la discapacidad intelectual desde este enfoque implica reconocer que las limitaciones no dependen solo de la condición de la persona, sino también de la capacidad de la sociedad para eliminar barreras, generar entornos accesibles y promover la participación en igualdad de condiciones.

Caracterización De La Discapacidad Intelectual Específica

Con el fin de tener una comprensión integral del proceso de enseñanza-aprendizaje en el medio acuático, es necesario diferenciar las necesidades y potencialidades de las condiciones presentes en la población del Instituto de Deportes de La Mesa.

Síndrome De Down Y Respuesta Motriz Acuática

En esta población, el Síndrome de Down puede estar asociado con condiciones físicas como la hipotonía muscular y la hiperlaxitud ligamentosa (Ulrich et al., 2008), estas características exigen un enfoque centrado en el fortalecimiento del tono muscular y el control postural al practicar deportes en agua (Pan, 2025). Al respecto, autores como Rojas & Cárdenas (2016) señalan que el medio acuático facilita la ejecución de movimientos que en tierra firme serían complicados, permitiendo una mayor propiocepción, la intervención pedagógica debe priorizar estímulos visuales y una progresión motriz lenta que garantice la

seguridad del joven.

Trastorno Del Espectro Autista (TEA) Y Abordaje Sensorial

En el caso de los jóvenes con autismo, el desafío principal no suele ser motor, sino sensorial y comunicativo (Kojovic et al., 2019), el agua actúa como un filtro sensorial que puede ayudar a la autorregulación emocional, además, las propiedades hidrostáticas del agua brindan una presión profunda que ayuda a estos jóvenes a mejorar su esquema corporal y su capacidad de respuesta ante las instrucciones del entrenador (Faraji et al., 2023). Según investigaciones recientes, la estructuración de la clase a través de rutinas predecibles y el uso de apoyos visuales reduce la ansiedad y fomenta la interacción social (Núñez y Portela-Pino, 2024).

Inclusión Social

La inclusión social se entiende como un proceso orientado a garantizar que todas las personas puedan participar plenamente en la vida social, política, económica y cultural, no solo mediante su presencia en los distintos espacios de la sociedad, sino a través de la posibilidad real de desarrollar su bienestar, autonomía y autodeterminación. En este sentido, la inclusión constituye la contraparte de la exclusión social, ya que busca eliminar las barreras estructurales, culturales y actitudinales que limitan la participación de determinados grupos en condiciones de igualdad. (UNESCO, 2020).

Así, la inclusión social no se limita a la adaptación de los individuos a las normas establecidas por las instituciones, sino que implica generar condiciones que permitan a cada persona alcanzar su realización personal, entendida como la capacidad de perseguir y alcanzar los intereses, metas y proyectos de vida que considera valiosos dentro de su contexto social. De esta manera, los sujetos no son pensados como receptores pasivos de políticas sociales, sino como actores activos con capacidad de decisión sobre su propia vida (Chuaqui et al., 2016).

Finalmente, se debe diferenciar la inclusión social del concepto de integración, mientras que la integración suele implicar que las personas se adapten a estructuras sociales

ya establecidas, la inclusión propone transformar el entorno para que todas las personas puedan participar sin renunciar a su identidad, sus intereses y sus formas de vida. Así, la inclusión reconoce la diversidad como un valor y promueve la construcción de sociedades más equitativas, donde las diferencias no sean motivo de exclusión, sino parte fundamental de la vida colectiva (UNESCO, 2020; Chuaqui et al., 2016).

Educación Inclusiva

La educación inclusiva puede entenderse como un enfoque educativo orientado a garantizar que todas las personas tengan la oportunidad de aprender y participar en los procesos educativos sin ser excluidas por sus características personales, sociales o culturales. Este enfoque reconoce que los estudiantes presentan diferentes capacidades, ritmos de aprendizaje, contextos y necesidades, por lo que el sistema educativo debe adaptarse para responder a esa diversidad (UNESCO, 2020).

En este sentido, la educación inclusiva no se limita únicamente al acceso a las instituciones educativas, sino que implica asegurar condiciones que permitan la participación de todos los estudiantes en las actividades de aprendizaje. Esto supone transformar las prácticas pedagógicas, los métodos de enseñanza, los recursos educativos y los entornos escolares para eliminar las barreras que puedan dificultar el aprendizaje y la participación (UNESCO, 2020; Botero et al., 2025).

Asimismo, la educación inclusiva promueve el reconocimiento de la diversidad como un elemento enriquecedor dentro del proceso educativo ya que al propiciar que estudiantes con diferentes capacidades y experiencias aprendan juntos, se favorece el desarrollo de valores como el respeto, la cooperación y la empatía, contribuyendo a la formación de sociedades más equitativas (UNESCO, 2020; Aguilera, 2016).

Deporte Inclusivo

El deporte inclusivo se refiere a una forma de práctica deportiva en la que personas con y sin discapacidad participan conjuntamente en las mismas actividades, compartiendo espacios, reglas y experiencias de aprendizaje; esta forma de ver el deporte busca garantizar

que la actividad física sea accesible para todos, eliminando barreras relacionadas con las habilidades físicas, la edad, el género u otras características individuales que han limitado la participación en el deporte (Aguilera, 2016).

En contraste con otros modelos deportivos que están centrados en la separación de los participantes según sus capacidades, el deporte inclusivo promueve la convivencia y la cooperación entre personas con diferentes condiciones, fomentando la adaptación de las dinámicas de juego, las reglas y las metodologías de enseñanza para que todos los participantes puedan involucrarse de manera activa (Schmidt et al., 2024), así, la inclusión no consiste solo en permitir el acceso a la actividad deportiva, sino en generar condiciones que favorezcan la participación real y significativa de cada individuo (Yun & Beamer 2018).

Además de sus beneficios físicos, el deporte inclusivo cumple una función social importante al promover valores tales como el respeto, la solidaridad, el trabajo en equipo y el juego limpio, a través de la interacción entre participantes diversos, se fortalecen procesos de comunicación, disminuyen prejuicios y se favorece la construcción de relaciones basadas en el reconocimiento de las capacidades de cada persona (Aguilera, 2016; Núñez y Portela-Pino, 2024). Así, el deporte inclusivo contribuye al desarrollo de habilidades personales y sociales, tales como la confianza, la resiliencia y la cooperación, las cuales pueden trasladarse a otros ámbitos de la vida cotidiana. Para que estas prácticas sean verdaderamente inclusivas, es necesario que los entornos deportivos, los instructores y las metodologías de enseñanza se adapten a la diversidad de los participantes, permitiendo que cada persona participe de acuerdo con sus capacidades y necesidades.

Deporte Social-comunitario O Actividad Física Comunitaria

El deporte social-comunitario o actividad física comunitaria se define como las prácticas deportivas que se desarrollan en la comunidad con el fin de fomentar la integración social, la convivencia y el bienestar colectivo. Este enfoque utiliza el deporte como una herramienta para fortalecer valores, fomentar la convivencia y ayudar con la calidad de vida de las personas en contextos comunitarios (Ministerio del deporte, 2025).

A diferencia del deporte orientado exclusivamente al rendimiento o la competencia, la

actividad física social-comunitaria prioriza la participación amplia de la población y el acceso equitativo a la actividad física, se orienta al entretenimiento, la recreación y el desarrollo físico de la comunidad, promoviendo espacios de encuentro donde se fortalecen valores como el respeto, la solidaridad, la cooperación y el juego limpio (Theeboom et al., 2021).

Este tipo de deporte se caracteriza por desarrollarse mediante procesos participativos que involucren a organizaciones comunitarias, instituciones y líderes locales. Así, se busca reducir barreras sociales, culturales o económicas que limitan el acceso a la práctica deportiva y adaptar las actividades a las necesidades e intereses de cada comunidad (Misener & Darcy, 2014).

En este sentido, el deporte social-comunitario se concibe como un plan de desarrollo social que, mediante la práctica deportiva, promueve la convivencia, la inclusión y la construcción de tejido social dentro de las comunidades.

Natación Adaptada / Actividades Acuáticas

La natación adaptada se entiende como una práctica acuática orientada a la participación de personas con diferentes condiciones físicas, sensoriales o cognitivas, en la que las actividades, metodologías y objetivos se ajustan a las características y necesidades de cada participante, más allá de centrarse únicamente en el aprendizaje técnico de la natación, este enfoque busca que la persona explore y reconozca las posibilidades de su propio cuerpo en el medio acuático, favoreciendo la interacción con el agua y el desarrollo de habilidades motrices de manera progresiva (García & López, 2012).

Desde el punto de vista físico, la natación adaptada ofrece múltiples beneficios, ya que el medio acuático permite realizar movimientos que en el medio terrestre pueden resultar difíciles debido al peso corporal o a limitaciones motoras; la flotación y la resistencia del agua facilitan el desarrollo del esquema corporal, el equilibrio, la lateralidad y el tono muscular, además de contribuir al control del peso y a la regulación de los niveles de fatiga mediante la adaptación de la intensidad del ejercicio (García & López, 2012; Pan, 2025).

Además de sus beneficios físicos, la natación adaptada tiene un impacto importante en el desarrollo psicológico y social de los practicantes, la participación en actividades acuáticas

aumenta la autoestima y el autoconcepto, ya que las personas enfrentan y aceptan su imagen corporal en un ambiente de respeto y acompañamiento, de igual forma la práctica constante contribuye al desarrollo de la confianza y a la superación de miedos asociados al movimiento o a la exposición corporal (Huang, 2025; Botha et al., 2025).

Por otra parte, la natación adaptada es utilizada como una herramienta con fines terapéuticos y de rehabilitación, especialmente en personas con discapacidad motora, debido a que el medio acuático facilita la movilidad, reduce el impacto sobre las articulaciones y permite trabajar diferentes capacidades físicas de manera controlada (Ogonowska-Slodownik et al., 2024; Broadbent et al., 2025).

Finalmente, uno de los objetivos más importantes de la natación adaptada es promover la autonomía e independencia de las personas que la practican a través del aprendizaje de habilidades acuáticas y del fortalecimiento de sus capacidades físicas y personales, los participantes pueden mejorar su capacidad para desenvolverse de manera más independiente en diferentes ámbitos de la vida cotidiana (Botha et al., 2025), en este proceso, el papel del entrenador o instructor resulta fundamental, ya que debe generar un ambiente de confianza, apoyo y motivación que favorezca la participación, el aprendizaje y la socialización de los practicantes (Broadbent et al., 2025).

Desarrollo Psicomotor

El desarrollo psicomotor se refiere al proceso de cambios progresivos que ocurren en las capacidades motoras, cognitivas, emocionales y sociales de una persona a lo largo de las diferentes etapas de la vida desde el periodo prenatal y neonatal hasta la infancia, la niñez y la adolescencia; este desarrollo se manifiesta en la manera en que el individuo adquiere control sobre su cuerpo, mejora su coordinación de movimientos, interactúa con su entorno y desarrolla habilidades que le permiten adaptarse a diferentes contextos (Amorim et al., 2024).

El desarrollo psicomotor implica la integración de múltiples dimensiones del ser humano (Girón et al., 2025), por un lado, incluye el crecimiento de las habilidades motoras relacionadas con el movimiento, el equilibrio, la coordinación y el control corporal, por otro, involucra procesos cognitivos y emocionales que influyen en la forma en que las personas

perciben su cuerpo, responden a los estímulos del entorno y se relacionan con otros (Amorim et al., 2024).

La comprensión del desarrollo psicomotor ha sido abordada desde varias teorías y modelos del desarrollo infantil, que buscan explicar el origen de los comportamientos humanos, los patrones de cambio que ocurren a lo largo del tiempo y los factores individuales y de contexto que influyen en este proceso, aunque ninguna teoría explica por completo todas las dimensiones del desarrollo, cada una aporta elementos importantes para entender cómo evolucionan las habilidades psicomotoras y cómo se relacionan con el crecimiento integral del individuo (Faraji, 2023; Girón et al., 2025).

En este sentido, el conocimiento del desarrollo psicomotor resulta importante para comprender de qué forma se adquieren habilidades motoras y además sirve para identificar posibles dificultades en el desarrollo, de igual forma, permite diseñar estrategias educativas, terapéuticas y deportivas que favorezcan el fortalecimiento de las capacidades físicas y funcionales de las personas en las diferentes etapas de su vida.

El Papel De Los Padres Y Cuidadores En Los Procesos De Inclusión

Los padres y cuidadores ejercen un papel fundamental en la participación de los jóvenes en programas deportivos, en casi todos los casos, son quienes se encargan de organizar los tiempos, gestionar los recursos necesarios, facilitar el transporte y brindar acompañamiento emocional durante el proceso de formación deportiva. Asimismo, toman decisiones que impactan directamente en la permanencia y continuidad de los jóvenes dentro de estos espacios de participación (Rojas & Cárdenas, 2016).

Más allá de los aspectos logísticos, la percepción que las familias tienen sobre el programa influye en el interés y el compromiso de los participantes, cuando los padres y cuidadores sienten un ambiente de confianza, apoyo institucional y una comunicación clara por parte de los profesionales responsables, es más probable que mantengan su compromiso con el proceso deportivo, por el contrario, cuando observan barreras, dificultades de acceso o una falta de adaptación a las necesidades de los jóvenes, pueden aparecer preocupaciones que afecten su asistencia al programa (Rodríguez et al., 2022).

En el contexto de la inclusión, la participación de la familia adquiere una relevancia aún mayor, especialmente cuando se trata de jóvenes con discapacidad cognitiva, las familias no solo actúan como acompañantes, sino también como intermediarios entre los jóvenes y los espacios sociales, educativos y deportivos, su apoyo favorece la confianza, la seguridad y la disposición de los jóvenes para participar en actividades que promueven su desarrollo personal y social (Shields & Synnot, 2016).

De igual manera, la familia puede contribuir a fortalecer los procesos de inclusión cuando mantiene una relación de colaboración con las instituciones deportivas, la comunicación constante entre entrenadores y cuidadores permite comprender mejor las necesidades de los jóvenes, adaptar las estrategias de enseñanza y promover ambientes más accesibles y participativos (Corning et al., 2020).

En este sentido, comprender cómo los padres y cuidadores experimentan estos procesos permite identificar aspectos que no siempre son visibles desde la perspectiva institucional, escuchar sus experiencias ayuda a obtener una visualización integral de la inclusión, ya que permite reconocer tanto los avances alcanzados como las dificultades que se presentan en la vida cotidiana de los participantes (Muñoz-Hinrichsen et al., 2024).

Marco Contextual

El Instituto Municipal de Deportes y Recreación (Depormesa) es la entidad descentralizada de la Alcaldía de La Mesa, Cundinamarca, encargada de gestionar, fomentar y dirigir las políticas deportivas, recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre en el municipio. A continuación, se detalla la información solicitada con base en sus reportes a mayo de 2026.

- **Nombre:** Instituto Municipal de Deportes y Recreación de La Mesa - Depormesa.
- **Misión:** Mejorar la calidad de vida de los habitantes fomentando la práctica deportiva y recreativa para el uso adecuado del tiempo libre.
- **Visión:** Consolidarse para 2025 como líderes en la formación deportiva y recreativa de alta calidad con personal idóneo.
- **Servicios:** Incluyen Escuelas de Formación Deportiva (fútbol, natación, baloncesto), programas de recreación y actividad física, y la administración de escenarios deportivos.
- **Enfoque Actual:** Actúa como motor de transformación social a través del "Team Depormesa", enfocándose en la formación de talentos y la organización de eventos como la Copa Tequendama y el torneo Mil Ciudades.
- **Ubicación y contacto:** Dirección: Calle 8 Carrera 21 Esquina, La Mesa, Cundinamarca. WhatsApp: 322 763 6560. Redes: Instagram (@depormesa) y Facebook (Depormesa).
- **Entorno:** Situado en la provincia del Tequendama, con clima cálido propicio para el deporte.
- **Perfil: Enfocado** en la cobertura rural y urbana, impulsando la inclusión social a través de programas masivos.
- **Impacto:** El deporte actúa como dinamizador del turismo y la economía local, las clases son martes y jueves, se hacen sesiones por niveles de formación, iniciación, fundamentación y especialización deportiva, en iniciación se imparte una hora, en fundamentación una hora y media y en especialización dos horas, las clases se realizan en la piscina municipal y de manera alterna se tiene la piscina del colegio

francisco Julián Olaya.

Marco Legal

La inclusión de las personas con discapacidad en escenarios educativos, deportivos y sociales ha sido respaldada progresivamente por diferentes normas nacionales e internacionales que reconocen la igualdad de derechos y la necesidad de garantizar condiciones de participación digna, estas disposiciones legales constituyen el sustento jurídico de investigaciones y programas orientados a fortalecer procesos de inclusión, como ocurre en el programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca.

En el contexto internacional, uno de los referentes más importantes es la Organización de las Naciones Unidas mediante la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad en año 2006 en donde se reconoce que las personas con discapacidad deben participar plenamente en todos los ámbitos de la vida social, sin enfrentar barreras relacionadas con discriminación, exclusión o desigualdad, este documento plantea que los estados deben promover condiciones de accesibilidad e inclusión en espacios educativos, recreativos y deportivos, garantizando el respeto por la dignidad humana y la autonomía de las personas con discapacidad (Naciones Unidas, 2006).

De igual manera, la UNESCO (2020) resalta en su “Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo 2020” que la inclusión debe entenderse como un proceso orientado a transformar los entornos sociales y educativos para responder a la diversidad de las personas; desde esta perspectiva, no son los individuos quienes deben adaptarse completamente al sistema, sino que las instituciones deben generar estrategias que favorezcan la participación equitativa y el reconocimiento de las diferencias como parte de la convivencia social.

En Colombia, la Constitución Política de 1991 establece principios fundamentales relacionados con la igualdad, la dignidad humana y la protección de las poblaciones en condición de vulnerabilidad, el artículo 13 reconoce que “todas las personas nacen libres e iguales ante la ley” (p.2) y determina que el Estado debe promover condiciones reales de igualdad, especialmente para aquellos grupos que históricamente han enfrentado situaciones de discriminación. A su vez, el artículo 47 señala la responsabilidad estatal de adelantar políticas de integración social dirigidas a las personas con discapacidad (Constitución Política

de Colombia, 1991).

Dentro del ámbito deportivo, el Ministerio del Deporte reconoce “el deporte social-comunitario como una herramienta para fortalecer la convivencia, la inclusión y la participación ciudadana” (Ministerio del Deporte, 2025). Este enfoque promueve espacios donde las personas puedan acceder a actividades físicas y recreativas sin importar sus condiciones físicas, cognitivas o sociales, favoreciendo el bienestar y la construcción de tejido social dentro de las comunidades.

La Ley 1618 de 2013 indica que “se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad” (p.1), esta norma busca eliminar barreras que limiten la participación social y exige que las instituciones desarrollen acciones orientadas a la accesibilidad, inclusión y equiparación de oportunidades en diferentes ámbitos, incluido el deporte y la recreación (Ley 1618 de 2013).

También resulta relevante la Ley 2216 de 2022, la cual fortalece los procesos de inclusión de las personas con discapacidad dentro de la sociedad colombiana, promoviendo medidas de participación e igualdad de oportunidades, su enfoque principal se relaciona con la educación inclusiva y el desarrollo de la infancia con trastornos de aprendizaje, además, la norma reafirma el compromiso del Estado frente al reconocimiento de los derechos y capacidades de esta población.

En relación con los procesos investigativos, la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud establece todos los criterios para las investigaciones en seres humanos en Colombia, según esta resolución, el presente estudio se clasifica como una investigación sin riesgo, debido a que la recolección de información se realizó mediante encuestas cualitativas con preguntas abiertas y no implicó procedimientos invasivos ni intervenciones que afectaran la integridad física o emocional de los participantes.

Bajo este marco normativo, la presente investigación reconoce que la inclusión no debe asumirse únicamente como un discurso institucional, sino como un derecho que debe garantizarse mediante acciones reales dentro de los espacios deportivos y comunitarios. Las normas mencionadas respaldan la importancia de construir entornos accesibles, respetuosos y participativos, donde los jóvenes con discapacidad intelectual puedan desarrollar sus capacidades y sentirse parte activa de la sociedad.

Metodología

Ruta Metodológica

Esta investigación se dividió en diferentes fases que permitieron comprender las percepciones de los cuidadores frente al programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa. En una primera parte se realizó la revisión de antecedentes y documentos normativos relacionados con la discapacidad intelectual, inclusión y deporte adaptado, para contextualizar la investigación. En una segunda fase se definieron los participantes teniendo en cuenta los criterios de inclusión que se establecieron para la investigación, después se diseñó una encuesta abierta dirigida a padres y cuidadores de jóvenes con discapacidad intelectual vinculados al programa.

En la tercera fase se aplicaron las encuestas cualitativas con preguntas abiertas en el municipio de La Mesa, Cundinamarca, específicamente en las instalaciones de la piscina municipal, lugar donde se desarrollan las actividades del programa de natación. Las encuestas fueron diseñadas para padres y cuidadores de jóvenes con discapacidad intelectual vinculados al programa, se realizaron durante una sesión de entrenamiento aprovechando los espacios de acompañamiento mientras los jóvenes realizaban las actividades deportivas, durante este proceso, se procuró crear un ambiente cómodo y cercano que favorece la participación de los asistentes y les permitiera responder las preguntas de forma libre.

En la última fase se llevó a cabo la recolección de la información donde los participantes lograron expresar sus experiencias, opiniones y percepciones frente a los procesos que se llevan a cabo en el Instituto de deportes de La Mesa y por último la información recolectada fue organizada e interpretada, permitiendo reconocer aspectos asociados a la inclusión y la participación de los jóvenes en el programa deportivo.

Enfoque De Investigación

Se usó un enfoque cualitativo de tipo exploratorio descriptivo, basado en el paradigma interpretativo y en el modelo biopsicosocial, se dice que el aprendizaje motor en el medio acuático no es un proceso mecánico, sino una construcción activa donde en la construcción el joven interactúa con el entorno y con el instructor para desarrollar las habilidades

psicomotoras y las habilidades sociales. El estudio examinó las percepciones de los cuidadores de los jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual, incluyendo condiciones como el síndrome de Down y el autismo y se busca transformar el deporte social y comunitario para crear el entorno inclusivo.

Paradigma

El paradigma es interpretativo porque el interés es entender cómo los cuidadores y los padres perciben el proceso de inclusión de sus hijos, se parte de la idea de que no hay una sola realidad, sino varias realidades y varias interpretaciones según la experiencia de cada uno. El paradigma interpretativo guía esta investigación porque permite comprender la realidad a través de las experiencias y los significados que construyen los participantes, en este caso el estudio no mide resultados con números ni busca relaciones que se basan en datos, buscamos cómo los padres y los cuidadores perciben los procesos de inclusión que viven los hijos en el programa de natación y actividades de agua del Instituto de Deportes de La Mesa. El estudio reconoce que cada familia interpreta la experiencia de una manera que varía, según el contexto, según las vivencias y según las expectativas frente al proceso de deporte y de interacción entre los jóvenes.

Este paradigma parte de la idea de que la realidad de la sociedad no se reduce a una forma, ni a una verdad, sino que se construye con las interacciones entre personas y con las experiencias del día a día, por eso la investigación escucha y comprende las voces de los cuidadores. Las voces de los cuidadores muestran percepciones que permiten identificar los aspectos que a veces no se ven desde la mirada de la institución o la mirada de los datos. Así el estudio quiere entender cómo las familias entienden los conceptos de inclusión, participación, respeto, autonomía y desarrollo en el entorno de deporte.

Alcance De La Investigación

La presente investigación buscó aportar a la comprensión de los procesos de inclusión desarrollados en el programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa, a partir de las experiencias y percepciones de padres y cuidadores de jóvenes con discapacidad intelectual. Desde el enfoque cualitativo, el estudio permitió reconocer cómo las

familias viven, interpretan y valoran la participación de los jóvenes dentro de un espacio deportivo comunitario, dando importancia a las voces y experiencias que muchas veces no son visibilizadas dentro de los procesos institucionales.

Uno de los principales alcances del proyecto consistió en identificar las percepciones de los cuidadores sobre la calidad, accesibilidad y pertinencia del programa, mediante la aplicación de encuesta cualitativa con preguntas abiertas ya que esta herramienta permitió comprender cómo las familias perciben el trabajo de los entrenadores, las dinámicas de inclusión y las condiciones que favorecen o dificultan la participación de los jóvenes dentro de las actividades acuáticas.

La investigación permitió describir las formas de acompañamiento que las familias brindan durante el proceso deportivo, reconociendo el papel fundamental que cumplen los padres y cuidadores en la motivación, permanencia y bienestar de los participantes. Tal como señalan García & López (2012), el apoyo familiar influye directamente en la confianza y continuidad de las personas con discapacidad dentro de espacios deportivos inclusivos.

Otro alcance importante radicó en analizar los aportes que el programa genera en el desarrollo social, emocional y psicomotor de los jóvenes a partir de las experiencias compartidas por las familias, con esto, fue posible evidenciar cambios relacionados con la interacción social, la autonomía, la autoestima y el fortalecimiento de habilidades físicas, aspectos que coinciden con lo planteado por Cioni y Sgandurra (2013), quienes afirman que el desarrollo psicomotor involucra dimensiones físicas, cognitivas y sociales del ser humano.

Además, este estudio permitió identificar fortalezas y necesidades presentes dentro del programa deportivo, generando información que contribuyó al fortalecimiento de prácticas inclusivas en el contexto comunitario, de esta forma, la investigación no solo describe experiencias, sino que también busca aportar reflexiones que favorezcan la construcción de espacios deportivos más accesibles, respetuosos y acordes con las necesidades de los jóvenes.

El proyecto pretendió visibilizar la importancia del deporte inclusivo como herramienta de participación social y transformación comunitaria, según Rojas & Cárdenas (2016), los procesos de inclusión deportiva permiten fortalecer la convivencia, el reconocimiento de la diversidad y la participación de las personas con discapacidad dentro de

la sociedad; en este sentido, la investigación aporta una mirada más humana sobre el impacto que pueden generar este tipo de programas en la vida de las familias y de los jóvenes participantes.

Este estudio puede servir como referente para futuras investigaciones relacionadas con inclusión, discapacidad intelectual y deporte social-comunitario, aunque los resultados corresponden a un contexto específico, las experiencias recopiladas ofrecen elementos importantes para comprender cómo el deporte puede convertirse en un espacio donde los jóvenes no solo desarrollan habilidades físicas, sino también confianza, autonomía y sentido de pertenencia dentro de su comunidad.

Población Del Estudio

La población de la investigación se conformó por los padres cuidadores de los jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual que están en el programa de natación y de actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, se seleccionó esta población debido a que estos acompañan a los jóvenes, los mantienen en el programa y hacen que los mismos participen en el programa deportivo, forman parte del proceso. Esta población ayudó a obtener una visión de los procesos de inclusión en el entorno acuático, ya que los padres y los cuidadores observan directamente los cambios sociales, emocionales, físicos y personales de los participantes, también fueron una fuente para entender las fortalezas del programa y sirvieron para entender las dificultades que presentaban en el desarrollo del programa.

La muestra estuvo conformada por 9 padres de familia, acudientes o cuidadores de jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual vinculados al programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca. Las encuestas fueron diligenciadas de manera anónima, por lo que no se recolectaron nombres ni datos personales que permitieran identificar a los participantes.

Criterios De Inclusión

- Cuidadores de los jóvenes de 15 a 17 años que participan en el programa de natación

y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa.

- Familias de los jóvenes con discapacidad intelectual que participan activamente en el programa.
- Los participantes aceptaron de forma voluntaria formar parte de la investigación y compartieron sus experiencias a través de encuestas cualitativas con preguntas abiertas.

Criterios De Exclusión

- Padres o cuidadores de jóvenes que no pertenecen al programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa.
- Participantes que no completaron la encuesta.
- Familias que no autorizaron su participación voluntaria en el estudio.
- Padres o cuidadores que no acompañan de manera frecuente el proceso de participación de los jóvenes dentro del programa.

Técnicas De Recolección De Información

El equipo recolectó la información con encuestas cualitativas con preguntas abiertas a la población seleccionada, este instrumento dio acceso a las experiencias de los encuestados y también mostraron las percepciones y opiniones sobre los procesos de inclusión del programa, las preguntas abordaron aspectos relacionados con la interacción social, el desarrollo personal, la inclusión, la calidad del programa y las barreras para la participación.

Consideraciones Éticas

La presente investigación se desarrolló teniendo en cuenta los principios éticos establecidos para estudios con seres humanos, garantizando el respeto, la dignidad, la autonomía y el bienestar de los participantes durante todo el proceso investigativo, antes de la aplicación de las encuestas, los padres y cuidadores fueron informados sobre los objetivos de la investigación, el manejo de la información y la participación voluntaria dentro del estudio.

Este trabajo se fundamenta en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de

Colombia, que establece todas las normas para la investigación en salud, de acuerdo con esta resolución, el presente estudio se clasifica como una investigación sin riesgo, ya que la recolección de información se realizó mediante encuestas cualitativas con preguntas abiertas y no implicó intervenciones físicas, procedimientos invasivos ni situaciones que afectaran la integridad física o emocional de los participantes.

Se garantizó la confidencialidad y privacidad de la información suministrada por los padres y cuidadores, evitando la divulgación de datos personales que permitieran su identificación. Las respuestas obtenidas fueron utilizadas únicamente con fines académicos e investigativos, respetando en todo momento las opiniones y experiencias expresadas por los participantes. La investigación mantuvo un enfoque ético e inclusivo frente a la población con discapacidad intelectual y sus familias, promoviendo el respeto por la diversidad y la participación digna de todos los involucrados dentro del proceso investigativo.

Preguntas Aplicadas En La Encuesta

La información recolectada mediante las encuestas cualitativas con preguntas abiertas fue analizada a partir de las categorías construidas desde el marco teórico y los objetivos específicos de la investigación. Las preguntas aplicadas a los padres y cuidadores surgieron de conceptos centrales abordados en el estudio, como inclusión social, desarrollo psicomotor, deporte inclusivo, interacción social, participación familiar y calidad del programa deportivo:

Categoría 1: Experiencia General En El Programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del Instituto de Deportes de La Mesa?
2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?
3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?
4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo/a al comenzar en el programa de natación?

Categoría 2: Interacción Social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ¿ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?
2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?
3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?
4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?
5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Categoría 3: Desarrollo Personal Y Educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje.

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?
2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?
3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?
4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Categoría 4: Desarrollo Psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras.

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?
2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?
3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar

movimientos dentro o fuera del agua?

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Categoría 5: Calidad Del Programa Deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa.

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?
2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con jóvenes con discapacidad cognitiva?
3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?
4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión.

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?
2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de sus capacidades?
3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso.

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?
2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?
3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la

participación de los jóvenes?

Categoría 8: Facilitadores Y Mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora.

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?
2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?
3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Resultados

Categoría: Experiencia General En El Programa

Los resultados obtenidos en la categoría de experiencia general en el programa evidencian que la vinculación de los jóvenes al programa de natación responde principalmente a la búsqueda de un espacio que favorezca su desarrollo físico, personal y social, en las respuestas de los padres de familia y acudientes se observa que 5 de los 9 encuestados relacionaron el ingreso al programa con aspectos como la rehabilitación, la terapia, el desarrollo motor o el fortalecimiento de capacidades físicas, por su parte, 3 de los 9 acudientes señalaron motivos asociados al aprendizaje de la natación, el gusto por el deporte o la participación en una actividad recreativa, mientras que 1 de los 9 destacó aspectos como la activación, la motivación, la disciplina y la creación de buenos hábitos.

De igual manera, los resultados muestran que para la mayoría de los jóvenes el programa de natación representó una de sus primeras experiencias deportivas o recreativas organizadas, ya que 7 de los 9 padres o acudientes manifestaron que sus hijos no habían participado previamente en otras actividades de este tipo. Esto permite comprender la importancia del programa como un escenario inicial de acercamiento al deporte, especialmente para jóvenes que no habían contado con experiencias similares antes de su ingreso, por otro lado, 2 de los 9 encuestados indicaron que sus hijos sí habían participado en otras actividades, lo que muestra que, aunque algunos ya tenían experiencias previas, la mayoría encontró en este programa una oportunidad nueva de participación.

En cuanto al tiempo de permanencia, las respuestas evidencian una participación diversa dentro del programa. 4 de los 9 jóvenes llevan aproximadamente un año vinculados, 4 de los 9 tienen una trayectoria mayor a tres años y 1 de los 9 cuenta con una participación reciente de aproximadamente dos meses. Esta variedad permite observar que el programa no solo ha recibido nuevos participantes, sino que también ha logrado mantener la vinculación de algunas familias durante varios años, lo cual puede interpretarse como un indicador favorable de continuidad y permanencia.

En general, esta categoría muestra que el programa de natación es valorado por los padres y acudientes como un espacio que contribuye al desarrollo físico, la motivación, el aprendizaje y la participación de los jóvenes, los resultados muestran que la mayoría ingresó sin experiencias deportivas previas, lo que resalta el papel del programa como una oportunidad significativa de inclusión deportiva y recreativa.

Categoría: Interacción Social

En relación con la categoría de interacción social, los resultados muestran que el programa ha favorecido de manera significativa la capacidad de los jóvenes para relacionarse con otras personas, según las respuestas de los padres de familia y acudientes, todos los encuestados manifestaron haber observado cambios positivos en la forma como sus hijos interactúan con otros jóvenes, lo que evidencia que la participación en el programa ha contribuido al fortalecimiento de sus habilidades sociales, muchos de los participantes, que anteriormente podían presentar dificultades para integrarse, comunicarse o compartir con otras personas, comenzaron a mostrar mayor disposición para participar en espacios grupales, establecer vínculos y desenvolverse con más confianza dentro del entorno deportivo.

De acuerdo con las percepciones recogidas, 8 de los 9 acudientes señalaron que sus hijos han logrado establecer relaciones de amistad o confianza con otros participantes del programa, sin embargo, se presentó una excepción en uno de los casos, en el cual el acudiente indicó que el joven tiende a ser más reservado o apático, aspecto que asocia principalmente con su personalidad, aun así, esta misma respuesta permite observar que, aunque el proceso de socialización puede darse de manera diferente en cada participante, también se reconocen avances en la interacción y en la relación con el entorno; esto se refleja en la respuesta del acudiente cuando expresó: “Su relación es muy apática, pero lo extraña mucho y le encanta la forma como practica y entrena el profesor”, esta percepción muestra que, incluso en los casos donde la integración social no se presenta de forma tan evidente, el programa genera vínculos significativos con los entrenadores y con el espacio de práctica.

Asimismo, las respuestas permiten evidenciar que la relación con los entrenadores es uno de los aspectos más valorados por las familias, ya que todos los acudientes describieron esta relación de manera positiva, los padres resaltaron elementos como el respeto, la

confianza, la paciencia, el acompañamiento y la buena comunicación, lo cual favorece que los jóvenes se sientan seguros dentro del programa, esta relación cercana con los entrenadores no solo facilita el aprendizaje de la natación, sino que también contribuye al desarrollo social y emocional de los participantes, al brindarles un ambiente donde se sienten reconocidos, acompañados y motivados.

Algunos cuidadores expresaron que sus hijos ahora se muestran más seguros al interactuar en otros espacios sociales, debido a que la confianza personal se ha fortalecido durante el proceso deportivo, esto se evidencia en una de las respuestas, donde se señala que el participante “ha mejorado notablemente en la autoconfianza”, esta visión deja comprender que los aprendizajes obtenidos en el entorno deportivo van más allá del espacio acuático, pues no se limitan solo a la práctica de la natación, sino que también se reflejan en la manera como los jóvenes se relacionan, participan y se sienten parte de un grupo.

En resumen, los resultados de esta categoría evidencian que el programa de natación no solo contribuye al desarrollo físico de los jóvenes, sino también al fortalecimiento de habilidades sociales y emocionales necesarias para su inclusión en la vida cotidiana, la interacción con compañeros, la relación positiva con los entrenadores y el ambiente de respeto que se genera dentro del programa han permitido que los participantes fortalezcan su confianza, su sentido de pertenencia y su capacidad para compartir con otras personas.

Categoría: Desarrollo Personal Y Educativo

Los resultados muestran que la participación en el programa ha influido de manera positiva en la autonomía y el desarrollo personal de los jóvenes, entre los temas más mencionados en esta categoría está el aumento del sentido de responsabilidad frente a tareas cotidianas, mostrando interés por organizar sus implementos, cumplir horarios y asumir compromisos relacionados con los entrenamientos, esto se observa en una de las respuestas, donde un acudiente expresa: “(...) ya alista su implemento y está puntual en sus entrenamientos”, conducta que puede interpretarse como una señal de crecimiento personal y fortalecimiento progresivo de la independencia.

De igual manera, los acudientes manifestaron que el programa ha generado cambios favorables en la actitud de los jóvenes frente al aprendizaje y la participación en nuevas

actividades, de esta forma, todos los encuestados indicaron haber observado avances positivos en la disposición de sus hijos para aprender, participar o enfrentarse a nuevas experiencias, esto permite reconocer que el programa de natación no solo funciona como un espacio deportivo, sino también como un escenario formativo en el que los jóvenes desarrollan confianza, motivación y mayor apertura hacia procesos de aprendizaje.

En cuanto a la disciplina, la responsabilidad y el cumplimiento de normas, las respuestas muestran una tendencia mayoritariamente positiva, aunque no completamente, ya que solo 7 de los 9 acudientes manifestaron haber observado avances en estos aspectos, especialmente en relación con la asistencia a los entrenamientos, el cumplimiento de indicaciones y la adquisición de hábitos asociados a la práctica deportiva, sin embargo, 1 de los 9 encuestados señaló no haber notado cambios en este aspecto, y otro indicó que algunas responsabilidades todavía dependen del acompañamiento del cuidador, esto evidencia que, aunque el programa ha favorecido procesos de disciplina y responsabilidad en la mayoría de los casos, dichos avances se presentan de manera gradual y pueden variar según las características de cada participante.

Categoría: Desarrollo Psicomotor

En esta categoría, las respuestas recolectadas evidencian avances importantes en las habilidades físicas y motrices de los jóvenes desde su ingreso al programa, de acuerdo con la percepción de los padres de familia y acudientes, 8 de los 9 encuestados manifestaron haber observado mejoras relacionadas con el equilibrio, la coordinación o el control corporal, lo cual permite reconocer que la práctica de la natación ha contribuido de manera positiva al desarrollo psicomotor de la mayoría de los participantes, aunque 1 de los 9 acudientes señaló no haber notado cambios en este aspecto, la tendencia general muestra que el programa ha sido percibido como un espacio favorable para el fortalecimiento de las capacidades motrices.

Asimismo, el medio acuático aparece en las respuestas como un entorno que facilita el movimiento y permite que los jóvenes desarrollen mayor seguridad sobre sus propias capacidades físicas, así, todos los acudientes indicaron que sus hijos se sienten más seguros al realizar actividades físicas o deportivas, lo que evidencia un avance importante en la confianza corporal y en la disposición para participar en ejercicios que implican movimiento,

esfuerzo y coordinación, esta seguridad no solo se relaciona con el desempeño dentro del agua, sino también con la manera en que los jóvenes asumen otras actividades físicas en su vida cotidiana.

Adicionalmente, los cuidadores señalaron que los participantes han logrado mejorar su resistencia física y su capacidad de movimiento, en esta pregunta, todos los acudientes manifestaron haber observado cambios positivos, lo que permite afirmar que existe una percepción común sobre los beneficios del programa en el fortalecimiento físico de los jóvenes, las familias reconocen que la práctica constante de la natación ha favorecido una mayor disposición hacia el ejercicio, así como una mejor ejecución de movimientos tanto dentro como fuera del agua.

Categoría: Calidad Del Programa Deportivo

La percepción general de los padres de familia y acudientes frente al funcionamiento del programa fue ampliamente positiva, en esta categoría, todos los encuestados valoraron favorablemente el trabajo de los entrenadores, destacando su paciencia, disposición, respeto y capacidad para trabajar con jóvenes con discapacidad intelectual, las familias reconocen que los instructores generan ambientes de confianza y motivación, lo cual facilita la participación de los jóvenes y favorece su proceso de aprendizaje dentro del programa de natación.

De igual manera, los acudientes resaltaron el trato humano y respetuoso de los entrenadores, así como la forma en que orientan las actividades de acuerdo con las capacidades y necesidades de cada participante, esto evidencia que el programa no se limita únicamente a la enseñanza técnica de la natación, sino que también integra un acompañamiento cercano, comprensivo y adaptado a las condiciones individuales de los jóvenes, esto se refleja en algunas expresiones recolectadas en la encuesta, como cuando un acudiente manifestó: “Muy buena, no tengo queja, ha sido un profesor que comprende y lo conoce”; mientras que otro señaló: “Muy bien, es respetuoso y se dirige bien”.

Asimismo, todos los acudientes consideraron que los entrenadores tienen paciencia y aplican estrategias adecuadas para trabajar con los participantes, además también indicaron que las actividades están adaptadas a las capacidades de los jóvenes, lo que permite reconocer

que el programa responde, en gran medida, al principio de individualización dentro del entrenamiento deportivo, es decir, las actividades no se desarrollan de manera uniforme para todos, sino que buscan ajustarse a las posibilidades, ritmos y necesidades de cada participante, favoreciendo así un proceso más inclusivo y significativo.

Categoría: Inclusión

Los resultados mostraron que las familias perciben el programa como un espacio inclusivo, en el cual los jóvenes son tratados con respeto y pueden participar sin sentirse excluidos por su condición, en esta categoría, todos los padres de familia o acudientes expresaron que sus hijos reciben un trato respetuoso y sin discriminación dentro del programa, lo que evidencia una valoración positiva frente al ambiente humano y social que se genera en este escenario deportivo, para los cuidadores, este trato favorece que los jóvenes se sientan aceptados, reconocidos y seguros durante su participación.

De igual manera, las respuestas evidencian que el programa promueve la participación de los jóvenes independientemente de sus capacidades, en este aspecto, 8 de los 9 acudientes consideraron que el programa favorece la participación de todos, mientras que en un caso la respuesta no fue suficientemente clara, además, todos los encuestados mostraron que sus hijos han logrado sentirse parte del grupo, lo cual permite comprender que la inclusión no se limita únicamente a la asistencia al programa, sino que también implica la posibilidad de integrarse, compartir con otros y participar de manera significativa en las dinámicas deportivas y sociales.

Los padres y acudientes consideraron que el programa contribuye al fortalecimiento del sentido de pertenencia, la autoestima y la confianza de los jóvenes, al ofrecerles un espacio donde sus capacidades son reconocidas y valoradas, así, la inclusión es entendida como una experiencia que permite a los participantes sentirse activos dentro del grupo, establecer vínculos y desenvolverse en un ambiente de respeto.

Categoría: Barreras

A pesar de los aspectos positivos identificados, los cuidadores también mostraron

algunas dificultades que pueden afectar la continuidad y participación de los jóvenes en el programa, en esta categoría, 5 de los 9 padres de familia o acudientes manifestaron no haber tenido dificultades para asistir o continuar en el programa, mientras que 4 de los 9 sí reportaron algún tipo de barrera, esto muestra que, aunque la mayoría no percibe obstáculos significativos, existe un grupo importante de familias para quienes la asistencia constante implica esfuerzos adicionales.

Entre las barreras mencionadas se encuentran principalmente aspectos relacionados con el transporte, los horarios, la distancia, el estado de salud de algunos participantes y las condiciones de las instalaciones deportivas, de manera particular, 3 de los 9 acudientes señalaron barreras claras asociadas al transporte, horarios o infraestructura, mientras que 1 de los 9 hizo referencia a dificultades ocasionales, estos resultados permiten reconocer que la participación en el programa no depende únicamente del interés de las familias o de los jóvenes, sino también de condiciones externas que pueden facilitar o limitar su permanencia.

Algunos padres manifestaron que todavía existen problemas relacionados con la disponibilidad de recursos y el fortalecimiento de las condiciones físicas del programa, aunque reconocen el compromiso de los entrenadores y valoran positivamente su trabajo, consideran necesario que las instituciones continúen mejorando aspectos como las piscinas, los espacios de práctica, los implementos y la organización de las actividades. En este sentido, 6 de los 9 acudientes señalaron que existen aspectos por mejorar, mientras que 2 de los 9 indicaron que no consideran necesario hacer cambios o no saben qué podría mejorarse, y 1 de los 9 no aportó información suficiente sobre este punto.

Estas dificultades evidencian que la inclusión no depende únicamente de la voluntad de los participantes, las familias o los entrenadores, sino también del respaldo institucional y comunitario, para garantizar procesos de inclusión más accesibles y sostenibles, es necesario fortalecer las condiciones logísticas, materiales y organizativas del programa.

Categoría: Facilitadores Y Mejoras

Los cuidadores identificaron como principales facilitadores el acompañamiento de los entrenadores, el ambiente de respeto dentro del programa, la motivación de los jóvenes hacia

las actividades acuáticas y la organización de algunos espacios de entrenamiento, de esta forma, 7 de los 9 padres de familia o acudientes señalaron algún aspecto que ha facilitado la participación de sus hijos, mientras que 2 de los 9 no identificaron facilitadores o no aportaron información suficiente, entre los elementos mencionados se encuentran los horarios, los días de entrenamiento, la comprensión del entrenador, el acompañamiento recibido, la práctica de la natación y la participación en competencias.

Según las familias, la actitud comprensiva, cercana y respetuosa de los instructores ha sido clave para que los jóvenes se mantengan vinculados al proceso deportivo y logren adaptarse progresivamente al entorno acuático, este acompañamiento permite que los participantes se sientan seguros, motivados y reconocidos dentro del programa, lo cual favorece su permanencia y su disposición para continuar asistiendo a los entrenamientos, de esta manera, el rol de los entrenadores aparece como uno de los factores más importantes para facilitar la inclusión y el desarrollo de los jóvenes.

En cuanto a las recomendaciones para mejorar el programa, 6 de los 9 acudientes propusieron cambios o ajustes, mientras que 3 de los 9 no recomendaron cambios o no supieron qué sugerir, entre las recomendaciones más frecuentes se encontraron mejoras de las piscinas, las instalaciones y el lugar de práctica, aspectos mencionados por 4 de los 9 acudientes, también se identificaron sugerencias relacionadas con la necesidad de contar con más competencias, implementos y apoyos para fortalecer el proceso deportivo e inclusivo.

Asimismo, todos los acudientes coincidieron en la importancia de ampliar este tipo de iniciativas dentro del municipio, considerando que los programas deportivos inclusivos representan oportunidades fundamentales para el desarrollo integral de los jóvenes con discapacidad intelectual, esto muestra que las familias reconocen el valor social, deportivo y formativo del programa, no solo por los beneficios físicos que aporta, sino también por su contribución a la participación social, la autonomía, la confianza y la calidad de vida de los participantes.

En términos generales, las familias consideran que el programa constituye una experiencia significativa para los jóvenes y sus cuidadores, aunque se identifican aspectos por mejorar, especialmente en infraestructura, recursos e implementación de más espacios

deportivos, los acudientes valoran el programa como una oportunidad importante de inclusión, aprendizaje y bienestar, esto es una fuerte evidencia de que fortalecer este tipo de iniciativas permitiría ampliar el impacto positivo que ya perciben las familias y garantizar mejores condiciones para la participación de los jóvenes en el deporte y en la vida.

Discusión

La presente investigación permitió comprender que el programa de natación y actividades acuáticas del Instituto de Deportes de La Mesa constituye un espacio significativo de inclusión para jóvenes con discapacidad intelectual y sus familias, a partir de las percepciones de los padres de familia y acudientes, se evidenció que la participación en el programa va más allá del componente deportivo, ya que favorece procesos relacionados con el desarrollo psicomotor, la interacción social, la autonomía personal, el bienestar emocional y el sentido de pertenencia; estos resultados respaldan la idea de que el deporte inclusivo puede convertirse en una herramienta de transformación social, especialmente en contextos donde la población se ha enfrentado a barreras de acceso, participación y reconocimiento.

Uno de los resultados más relevantes fue la mejora en la interacción social y en la seguridad personal de los jóvenes, en este aspecto, todos los padres de familia y acudientes manifestaron haber observado cambios positivos en la forma como sus hijos se relacionan con otras personas, mostrando mayor disposición para compartir con otros jóvenes, interactuar dentro del grupo y participar en espacios colectivos, además, ocho de los nueve acudientes señalaron que sus hijos han logrado establecer vínculos de amistad o confianza con otros participantes, lo cual evidencia que el programa no solo favorece la práctica deportiva, sino también la construcción de relaciones sociales significativas, lo observado en este estudio coincide con lo reportado por Rodríguez et al. (2022), quienes, mediante entrevistas a familias de jóvenes con discapacidad vinculados a procesos deportivos, identificaron avances en habilidades sociales y emocionales, así como la aparición de nuevas amistades y oportunidades de interacción, de igual manera, los autores señalan que acciones cotidianas asociadas a la participación, como asistir a entrenamientos o movilizarse hacia los escenarios deportivos, fortalecen el sentido de pertenencia y la motivación para continuar en los programas, aspectos que también se reflejan en los resultados de esta investigación.

De esta forma, las familias percibieron cambios positivos en la autoestima y la confianza de los participantes, todos los acudientes indicaron que sus hijos muestran mayor seguridad al interactuar con otras personas, lo que permite comprender que el programa ha contribuido al fortalecimiento de la autoconfianza y de la disposición para participar en

diferentes espacios, estos resultados están relacionados con lo planteado por García y López (2012), quienes sostienen que la natación adaptada favorece procesos de autoconfianza, aceptación corporal y superación de temores, así, el medio acuático puede convertirse en un entorno protector donde los jóvenes exploran sus capacidades con menor temor al error, fortaleciendo no solo su desempeño físico, sino también su seguridad personal.

Otro impacto importante estuvo relacionado con el desarrollo personal y la autonomía, los padres identificaron cambios en aspectos cotidianos como la organización de implementos, el cumplimiento de horarios, la responsabilidad frente a compromisos adquiridos y el interés constante por asistir a las clases, en esta categoría, todos los padres de familia manifestaron que el programa ha contribuido al fortalecimiento de la independencia o autonomía de los jóvenes, aunque los avances relacionados con disciplina, responsabilidad y cumplimiento de normas no se presentaron de manera uniforme en todos los casos, pues solo siete de los nueve acudientes señalaron cambios positivos en estos aspectos, estos resultados permiten comprender que el deporte inclusivo no es solo el aprendizaje técnico de una disciplina, sino que también favorece la adquisición de hábitos, rutinas y conductas funcionales transferibles a otros contextos como el hogar o la institución educativa; esto se confirma desde la perspectiva de Cioni y Sgandurra (2013), quienes indican que el desarrollo psicomotor involucra dimensiones físicas, cognitivas y emocionales, por lo que experiencias sistemáticas de participación pueden impactar de manera integral la vida diaria de los jóvenes.

Respecto al componente psicomotor, los cuidadores señalaron mejoras en equilibrio, coordinación, control corporal, seguridad motriz y disposición hacia la actividad física, en este sentido, ocho de los nueve acudientes manifestaron haber observado avances en equilibrio, coordinación o control corporal, mientras que los nueve señalaron mayor seguridad en actividades físicas o deportivas y mejoras en la resistencia física o capacidad de movimiento, estas percepciones coinciden con García y López (2012) quienes afirman que el medio acuático facilita movimientos que en tierra pueden resultar más complejos, favoreciendo la coordinación y la confianza corporal, de igual forma, Ogonowska-Slodownik et al. (2024) reportaron que las intervenciones acuáticas en población con discapacidad generan beneficios en habilidades motoras, equilibrio y desempeño funcional; en el caso de

este estudio, los avances no fueron valorados solo desde el rendimiento físico, sino también desde su impacto en la autonomía, la seguridad corporal y la capacidad de desenvolverse con mayor confianza en la vida cotidiana.

Los resultados también resaltan el papel fundamental de los entrenadores dentro del proceso inclusivo, las familias valoraron positivamente la paciencia, empatía, trato respetuoso y capacidad de adaptación metodológica de los instructores, en este caso, todos los acudientes calificaron positivamente el trabajo de los entrenadores, consideraron que aplican estrategias adecuadas y señalaron que las actividades se adaptan a las capacidades de los participantes, para los cuidadores, estas características generan un ambiente de confianza que facilita la permanencia, la motivación y la participación de los jóvenes, hechos que coinciden con Rojas y Cárdenas (2016), quienes señalan que la inclusión deportiva requiere metodologías flexibles y relaciones pedagógicas basadas en el reconocimiento de la diversidad; de esta forma la figura del entrenador supera la enseñanza técnica y se convierte en mediadora de experiencias positivas de participación social, aprendizaje y reconocimiento.

Las respuestas de los participantes también permitieron comprender que la inclusión no fue entendida únicamente como acceso al programa, sino como la posibilidad real de sentirse parte activa de un grupo, ya que todos los acudientes manifestaron que sus hijos son tratados con respeto y sin discriminación, y también señalaron que el programa les permite sentirse parte del grupo, estos hallazgos coinciden con Chuaqui et al. (2016) quienes plantean que la inclusión social implica generar condiciones para la participación y el reconocimiento dentro de la comunidad, de la misma forma, Aguilera (2016) sostiene que el deporte inclusivo fortalece la convivencia y favorece relaciones más equitativas entre personas con diferentes capacidades, por tanto, los resultados muestran que el programa de natación es percibido como un escenario donde los jóvenes pueden participar, ser reconocidos y construir sentido de pertenencia.

A pesar de la valoración positiva del programa, también se identificaron barreras que pueden limitar la continuidad de la participación, en este aspecto, cinco de los nueve acudientes señalaron no haber tenido dificultades para asistir o continuar en el programa, mientras que cuatro sí reportaron algún tipo de barrera, entre las principales dificultades señaladas se encuentran los problemas de transporte, los horarios, la distancia, el estado de

salud de algunos participantes, la infraestructura y la disponibilidad de recursos, es importante resaltar que para varias familias asistir regularmente a los entrenamientos implica esfuerzos económicos, logísticos y familiares adicionales, estos hallazgos coinciden con Botero et al. (2025) quienes afirman que muchas de las barreras que enfrentan las personas con discapacidad no dependen exclusivamente de su condición individual, sino de limitaciones presentes en el entorno físico, institucional y social, esto demuestra que la inclusión requiere no solo voluntad pedagógica, sino también respaldo de las instituciones y condiciones materiales sostenibles.

Asimismo, se evidenció que el acompañamiento familiar cumple un rol determinante en la permanencia y motivación de los jóvenes, los padres y cuidadores no solo gestionan transporte, tiempos y asistencia, sino que también brindan apoyo emocional y refuerzan la participación de sus hijos en el proceso deportivo, esto está relacionado con García y López (2012) quienes destacan que la familia actúa como mediadora clave entre las personas con discapacidad y los espacios de participación social, educativa y deportiva; escuchar sus percepciones permitió obtener una comprensión más amplia del impacto real del programa en la vida cotidiana, especialmente porque son los acudientes son quienes observan los cambios que van más allá del espacio acuático y se reflejan en el hogar, en la interacción social y en la motivación de los jóvenes.

En general, los hallazgos permiten reflexionar sobre el valor del deporte social-comunitario como estrategia de inclusión, según el Ministerio del Deporte (2025), este enfoque promueve la convivencia, la participación y el fortalecimiento del tejido social, en el caso del Instituto de Deportes de La Mesa, el programa de natación ha logrado consolidarse como un espacio donde las familias sienten que sus hijos son reconocidos desde sus capacidades y no únicamente desde sus limitaciones, además, todos los encuestados coincidieron en la importancia de que existan más programas deportivos inclusivos en el municipio, lo que demuestra la necesidad de ampliar y fortalecer este tipo de iniciativas para favorecer la participación de las personas con discapacidad intelectual en escenarios deportivos, recreativos y comunitarios.

Como limitación del estudio, es importante señalar que, aunque el instrumento de recolección de información estuvo conformado por preguntas abiertas orientadas a conocer

las percepciones y experiencias de los padres y cuidadores, en algunas ocasiones las respuestas fueron breves y cerradas, limitándose a expresiones como “sí” o “no”, sin ampliar de manera suficiente la información, esta situación redujo la posibilidad de profundizar en ciertos aspectos relacionados con la experiencia familiar, la percepción del programa y los cambios observados en los jóvenes, sin embargo, dichas respuestas fueron consideradas dentro del análisis, ya que reflejan una posición directa de los participantes frente a los aspectos consultados. Esta limitación permite reconocer la necesidad de que futuras investigaciones complementen este tipo de instrumentos con entrevistas, grupos focales u otras estrategias que favorezcan una mayor ampliación de las respuestas y una comprensión más profunda de las experiencias de las familias.

Finalmente, esta investigación confirma que la inclusión real no depende solo de normas o discursos institucionales, sino de experiencias concretas construidas en la cotidianidad, desde la mirada de los padres de familia y acudientes, el programa representa mucho más que una actividad recreativa: constituye un escenario donde los jóvenes se sienten seguros, acompañados, valorados y capaces, por ello, fortalecer este tipo de iniciativas significa avanzar hacia comunidades más equitativas, sensibles a la diversidad y comprometidas con la participación plena de todas las personas.

Conclusiones

El estudio permitió analizar la percepción de los cuidadores sobre los procesos de inclusión en el programa de natación y actividades acuáticas dirigido a jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual del Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca, a través de encuestas cualitativas con preguntas abiertas, se escuchó la opinión de padres de familia y acudientes, lo que permitió comprender cómo las familias valoran la experiencia de los jóvenes dentro del entorno deportivo y qué impacto perciben en los ámbitos deportivo, social y educativo, escuchar sus experiencias permitió acercarse a una realidad que va más allá de la práctica física, evidenciando el valor humano, formativo y social que tiene el programa para quienes hacen parte de él.

En relación con la aplicación de las encuestas a padres de familia y cuidadores, se logró recopilar información significativa sobre las experiencias vividas por las familias dentro del programa, las respuestas permitieron identificar percepciones sobre la calidad del acompañamiento, la accesibilidad de las actividades, la relación con los entrenadores y las dinámicas de inclusión que se generan en el espacio acuático, los participantes expresaron sus opiniones desde experiencias reales y cotidianas, aportando una visión cercana sobre las necesidades, fortalezas y dificultades presentes en el proceso de participación de los jóvenes.

Respecto al análisis de las percepciones relacionadas con inclusión e interacción social, los resultados mostraron que los jóvenes han fortalecido habilidades para relacionarse con otras personas, participar en actividades grupales y sentirse parte activa de un entorno donde son tenidos en cuenta, los padres de familia y acudientes manifestaron que sus hijos muestran mayor seguridad para interactuar y desenvolverse en diferentes contextos sociales, además de establecer vínculos de confianza con compañeros y entrenadores, estas experiencias reflejan que el deporte inclusivo puede convertirse en una oportunidad para disminuir barreras sociales, fortalecer la convivencia y promover el sentido de pertenencia dentro de la comunidad.

Con respecto al objetivo relacionado con identificar los aportes del programa en el desarrollo personal y psicomotor, las familias reconocieron avances importantes en aspectos como coordinación, equilibrio, resistencia física, autonomía y confianza corporal, más allá de los cambios físicos, los cuidadores percibieron transformaciones emocionales relacionadas

con la autoestima, la motivación, la seguridad personal y la disposición para participar en nuevas actividades, para varios padres, el programa se convirtió en un espacio donde sus hijos pueden sentirse capaces, independientes, acompañados y reconocidos por sus logros.

La investigación también permitió reconocer las fortalezas y limitaciones presentes dentro del programa., entre los aspectos más valorados por las familias se encuentran el acompañamiento de los entrenadores, el trato respetuoso, la paciencia, el ambiente de confianza y la disposición para trabajar desde las necesidades individuales de cada joven, de igual forma, se identificaron algunas barreras relacionadas con el transporte, los horarios, los recursos disponibles y la infraestructura, situaciones que pueden afectar la continuidad y accesibilidad de las actividades, esto muestra la necesidad de continuar fortaleciendo los procesos institucionales para garantizar espacios deportivos cada vez más seguros, accesibles y adecuados para la práctica deportiva inclusiva.

De forma general, el estudio permitió comprender que el programa de natación y actividades acuáticas representa un escenario importante para la inclusión social de jóvenes con discapacidad intelectual en el municipio de La Mesa, para muchas familias, el impacto del programa no se limita al aprendizaje deportivo, sino que también influye en la manera en que los jóvenes se relacionan consigo mismos, con sus compañeros, con los entrenadores y con su entorno familiar y social, el espacio acuático se transforma así en un entorno donde pueden sentirse acompañados, valorados y parte activa de una comunidad.

También se vio que los procesos de inclusión no se desarrollan de la misma manera en todos los casos, ya que un cuidador manifestó mayores dificultades debido al tiempo de permanencia en el proceso, la distancia entre su lugar de residencia y la ciudad, así como la interferencia de citas médicas del deportista, esta situación permite reconocer que, aunque la percepción general del programa es positiva, existen condiciones particulares que pueden limitar la asistencia, la continuidad y la posibilidad de observar cambios significativos en algunos participantes, es por esto que es importante considerar las realidades familiares, territoriales y de salud que inciden en la participación de los jóvenes.

Este ejercicio de investigación deja en evidencia la importancia de seguir promoviendo programas deportivos inclusivos dentro de los contextos comunitarios, reconociendo que el deporte puede convertirse en una herramienta de participación, bienestar

y transformación social, las experiencias compartidas por padres de familia y cuidadores muestran que cuando existen espacios contruidos desde el respeto, la empatía, la adaptación y la inclusión, los jóvenes con discapacidad intelectual encuentran mayores oportunidades para desarrollar sus capacidades, fortalecer su autonomía y mejorar su calidad de vida.

Referencias

- Aguilera, J. Á. C. (2016). Un nuevo paradigma para un futuro más saludable y con valores. Deporte Inclusivo, Actividad Física Inclusiva y Educación Física Inclusiva. *Revista de Educación Inclusiva*, 9(2).
- Amorim, N., Marques, A., & Santos, S. (2024). Beyond the classroom: Investigating the relationship between psychomotor development and academic achievement in 4–12-year-olds. *Children*, 11(8), 973.
- Botero, G. R. C., Zúñiga, S., León, C. A., & Agudelo, J. E. B. (2025). Ajustes razonables para la Inclusión social y productiva de las personas con discapacidad en Colombia: Avances y desafíos en su implementación. *Prisma Social: Revista de Investigación social*, (50), 189-219.
- Botha, J., Connelly, H. K., Haydricks, M. R., & Johannes Malema, M. (2025). The Impact of Aquatic Programme Activities on the Quality of Life for People with Disabilities in the Western Cape, South Africa. *The Open Public Health Journal*, 18(1).
- Broadbent, S., Coetzee, S., Calder, A., & Beavers, R. (2025). Physical function and psychosocial outcomes after a 6-month self-paced aquatic exercise program for individuals with myalgic encephalomyelitis/chronic fatigue syndrome. *European Journal of Applied Physiology*, 125(9), 2515-2528.
- Chuaqui, J., Mally, D., & Parraguez, R. (2016). El concepto de inclusión social. *Revista de Ciencias Sociales*, (69).
- Cioni, G., & Sgandurra, G. (2013). Normal psychomotor development. *Handbook of clinical neurology*, 111, 3-15.
- Constitución Política de Colombia [Const] Art. 13. 7 julio de 1991 (Colombia)

Constitución Política de Colombia [Const] Art. 47. 7 julio de 1991 (Colombia)

Corning, S. E., Ketcham, C. J., & Hall, E. E. (2020). Striking down barriers: Parents' perspectives of youth sport programs for their children with disabilities. *Advances in Physical Education*, 10(4), 459-475.

Faraji, S., Najafabadi, M. G., Zandi, H. G., & Shaw, I. (2023). Effect of aquatic therapy on motor skill and executive function in children with autism spectrum disorder. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 45(2), 17-27.

Ferro, J. F. G., Vera, R. E. F., Iribar, G. P., & Caraballo, G. D. L. C. M. (2025). Estrategia didáctica para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve en la práctica de natación. *Ciencia y Educación*, 6(8), 6-22.

García, D. M., & López, I. G. (2012). Inclusión social de personas con discapacidad física a través de la natación de alto rendimiento. *Apunts. Educació Física i Esports*, 4(110), 26-35.

Girón, H. B., Navarro-Obeid, J., González, C. Á., Mercado, R. C., Domínguez, W. P., & Toscano, K. M. (2025). A systematic review of the impact of psychomotor development on learning processes in preschool and elementary school children: Una revisión sistemática sobre el impacto del desarrollo psicomotor en los procesos de aprendizaje en niños de preescolar y básica primaria. *Gaceta Médica de Caracas*, 133(Supl. 1), 286-298.

Huang, S. (2025). Blue health among children, adolescents, and youth psychological well-being: a systematic review of swimming and aquatic therapy for mental health. *Frontiers in Psychology*, 16, 1732568.

Kojovic, N., Ben Hadid, L., Franchini, M., & Schaer, M. (2019). Sensory processing issues and their association with social difficulties in children with autism spectrum disorders. *Journal of Clinical Medicine*, 8(10), 1508.

Ley 1618 de 2013. Por medio de la cual se garantiza el ejercicio pleno de los derechos de las personas con discapacidad en Colombia. 27 de febrero de 2013. D.O No 48717.

Ley 2216 de 2022. Por medio de la cual se fortalece la participación e inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad colombiana. 23 de junio de 2022.D.O. 51234

Ministerio del Deporte (2025, 04 de agosto). Deporte social comunitario.

<https://www.mindeporte.gov.co/mindeporte/quienes-somos/dependencias/direccion-fomento-y-desarrollo/deporte-social-comunitario>

Misener, L., & Darcy, S. (2014). Managing disability sport: From athletes with disabilities to inclusive organisational perspectives. *Sport Management Review*, 17(1), 1-7.

Muñoz-Hinrichsen, F. I., Camargo-Rojas, D. A., Grassi-Roig, M., Torres-Paz, L. E., Pérez-Tejero, J., Martínez-Aros, A., & Herrera-Miranda, F. (2024). Facilitadores y barreras para la inclusión de estudiantes con discapacidad en Educación Física en Colombia, Chile, España y Perú. *Apunts. Educació Física i Esports*, 4(158), 34-43.

Núñez, P. D. P., & Portela-Pino, I. (2024). Deporte como vehículo de desarrollo e inclusión social desde la perspectiva de los gestores. *Revista de Investigación en Educación*, 22(1), 6-24.

Ogonowska-Slodownik, A., Jakobowicz, O., Alexander, L., Marinho-Buzelli, A. R., Devion, C., & Morgulec-Adamowicz, N. (2024). Aquatic therapy in children and adolescents with disabilities: a scoping review. *Children*, 11(11), 1404.

Naciones Unidas. (2006). Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. Educación (art. 24), 445(470), 68-72.

Organización Panamericana de la Salud. (2025) Informe mundial sobre la equidad en materia de salud para las personas con discapacidad. Washington, D.C. Disponible en: <https://doi.org/10.37774/9789275330234>.

- Pan, H. (2025). A Study on the Effects of Specialized Swimming Training on Muscular Fitness and Explosive Power in College Students. *Journal of Modern Education and Culture*, 2(11).
- Resolución 8430 de 1993 [Ministerio de Salud Nacional]. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para las investigaciones en salud. 4 de octubre de 1993.
- Rodriguez, J., Lanser, A., Jacobs, H. E., Smith, A., & Ganguly, S. (2022). When the normative is formative: Parents' perceptions of the impacts of inclusive sports programs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10889.
- Rojas, D. A. C., & Cárdenas, C. V. F. (2016). La inclusión deportiva en Colombia: Una mirada desde los actores. Estudio de caso. *Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 6(2), 143-165.
- Sánchez, I., Moreno, J., & Puentes, M. (2024). Deporte adaptado y comunidad: construyendo espacios de participación y bienestar en Colombia. *Revista Estudios Psicológicos*, 4(4), 7-18.
- Schalock, R. L., Brown, I., Brown, R., Cummins, R. A., Felce, D., Matikka, L & Parmenter, T. (2002). Conceptualization, measurement, and application of quality of life for persons with intellectual disabilities: Report of an international panel of experts. *Mental Retardation*, 40(6), 457-470.
- Shields, N., & Synnot, A. (2016). Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: a qualitative study. *BMC Pediatrics*, 16(1), 9.
- Schmidt, E., Hoffman, J., Mulé, C., & Briesch, A. (2024). Adapting a preschool physical activity intervention to be inclusive of children on the autism spectrum. *International Journal of Disability, Development and Education*, 71(7), 1133-1151.

- Theeboom, M., Schaillée, H., Roose, R., Willems, S., Bradt, L., & Lauwerier, E. (Eds.). (2021). *Community sport and social inclusion: Enhancing strategies for promoting personal development, health and social cohesion*. Routledge.
- Ulrich, D. A., Lloyd, M. C., Tiernan, C. W., Looper, J. E., & Angulo-Barroso, R. M. (2008). Effects of intensity of treadmill training on developmental outcomes and stepping in infants with Down syndrome: a randomized trial. *Physical Therapy*, 88(1), 114-122.
- UNESCO. (2020). Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo 2020: Inclusión y educación: Todos y todas sin excepción. París, UNESCO.
- World Health Organization. (2002). Towards a common language for functioning, disability, and health: ICF. *The international classification of functioning, disability and health*.
- World Health Organization. (2013) How to use the ICF: A practical manual for using the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Exposure draft for comment. Geneva: WHO
- Yu, Y., Xia, L., Yan, H., & Lu, Y. (2024). Effects of 8 weeks parent-accompanied swimming on physical capacity and intelligence in preschool children. *Frontiers in Public Health*, 12, 1410707.
- Yun, J., & Beamer, J. (2018). Promoting physical activity in adapted physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(4), 7-13.

Anexos

Anexo No. 1 Consentimiento Informado

Consentimiento informado para participación en investigación

Título del proyecto: Percepción de cuidadores sobre el programa de natación y actividades acuáticas para jóvenes de 15 a 17 años con discapacidad intelectual en el Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca.

Investigadores: Johan Nicolás Muñoz Rivera; Javier Andrés Orrego Orrego; César Álvarez Díaz; Jeiver Otálvaro Zapata.

Institución: Universidad Pedagógica Nacional-Licenciatura en Deporte.

1. Invitación a participar

Usted está siendo invitado(a) a participar en un estudio académico que busca comprender la percepción de padres y cuidadores sobre el programa de natación y actividades acuáticas dirigido a jóvenes con discapacidad cognitiva en el Instituto de Deportes de La Mesa, Cundinamarca. Antes de decidir si desea participar, es importante que lea cuidadosamente la siguiente información. Si tiene alguna duda, podrá realizar las preguntas necesarias a los investigadores.

2. Objetivo de la investigación

Describir y analizar las percepciones de padres y cuidadores sobre el programa de natación y actividades acuáticas, así como su impacto en los procesos de inclusión social, educativa y deportiva de jóvenes entre 15 y 17 años con discapacidad cognitiva.

3. Procedimiento

Si usted acepta participar en este estudio, se le realizará una encuesta cualitativa con preguntas abiertas relacionada con su experiencia como padre o cuidador dentro del programa. El diligenciamiento de la encuesta tendrá una duración aproximada de 15 a 30 minutos y

abordará temas como su experiencia acompañando a su hijo o hija, su percepción sobre el programa de natación y las dinámicas de inclusión dentro del espacio deportivo. Con su autorización, la encuesta podrá ser conservada y analizada únicamente con fines de análisis académico.

4.Riesgos o molestias

Este estudio se considera de riesgo mínimo, ya que únicamente implica responder preguntas relacionadas con su experiencia personal. Si en algún momento se siente incómodo(a), puede decidir no responder alguna pregunta o retirarse de la investigación sin ningunas consecuencias

5.Beneficios

Aunque no existe un beneficio económico directo por participar, su opinión permitirá comprender mejor las experiencias de las familias, fortalecer programas deportivos inclusivos y aportar a la mejora de estrategias pedagógicas dentro del deporte social comunitario.

6.Confidencialidad

Toda la información recolectada será tratada de manera confidencial y utilizada únicamente con fines académicos. Los nombres de los participantes no aparecerán en los resultados del estudio y la información será utilizada exclusivamente para la elaboración del trabajo de grado.

7.Participación voluntaria

La participación en esta investigación es totalmente voluntaria. Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento sin que esto genere algún tipo de consecuencia.

8.Datos de contacto

Si tiene preguntas o desea más información sobre esta investigación, puede comunicarse con

el investigador principal: _____ Correo electrónico:

Teléfono:

9. Declaración de consentimiento

Yo, _____, declaro que he leído o se me ha explicado la información anterior sobre el estudio. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y todas han sido respondidas satisfactoriamente. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombre del participante:

Firma:

Fecha: /__ /__ /__

Firma del investigador:

Anexo No. 2 Encuesta No 1

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

Pregunta

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 8 años

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Activación, motivación, disciplina y crear buenos hábitos

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: Positiva

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Excelente

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Si, mayor interacción

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?

Respuesta: Si

2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?

Respuesta: Si

4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Respuesta: Si

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?

Respuesta: Si

2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Regular

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Muy interactiva

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: Ninguno hasta el momento

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: No

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la

participación de los jóvenes?

Respuesta: Si, mayor frecuencia en los entrenamientos

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Los horarios

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Mayor implementos, más competencias

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si es muy importante

Anexo No. 3 Encuesta No 2**Categoría 1: Experiencia general en el programa**

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 1 año

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Rehabilitación

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: -

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Buena

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Si

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?

Respuesta: Si

2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?

Respuesta: Si

4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Respuesta: Si

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?

Respuesta: Si

2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Excelente

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Buena

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si

Categoría 7: Barreras

Objetivo: identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: Ninguna

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: No

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: No

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Ninguna

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Ninguna

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si

Anexo No. 4 Encuesta No 3**Categoría 1: Experiencia general en el programa**

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 1 año

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Aprendizaje

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Natación

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: -

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Bien

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: -

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?

Respuesta: Si

2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?

Respuesta: No

4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Respuesta: Si

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?

Respuesta: No

2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: -

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Buena actitud

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Bien

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

Pregunta

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Claro

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: Si

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: Si

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la

participación de los jóvenes?

Respuesta: -

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Bueno

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Ninguna

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si

Anexo No. 5 Encuesta No 4

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 4 años

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Para ayudar en sus destrezas motoras y de socialización

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: Motivación

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Totalmente, es más receptivo y tolerante

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si, es cercano a varios

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Cordial, de respeto y afecto

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Si, ha generado mucha autoconfianza

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si, ha mejorado notablemente en la autoconfianza

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?

Respuesta: Si, ha ido siendo más receptivo y tolerante

2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?

Respuesta: 100% Si

3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?

Respuesta: Totalmente, Si

4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Respuesta: Si

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?

Respuesta: Ha mejorado en movilidad y coordinación

2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Totalmente, 100%

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: -

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Es una manera clara y entendible

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Totalmente

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: La distancia y disponibilidad de tiempo

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: Con transporte y horarios

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: Si

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: La comprensión por parte del entrenador

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Que siempre la piscina esté en condiciones

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si

Anexo No. 6 Encuesta No 5

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 1 año

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Mejorar la condición, aprender y quitar miedos

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: Muy buena hasta el punto en que hoy ya entra a la piscina sin miedo

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si, ya está tomando más confianza

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Ha sido muy ajeno de hacer amistad, pero con todos él es igual.

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Su relación es muy apática pero lo extraña mucho y le encanta la forma como le practica y entrena el profesor

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Si, ha mejorado no notablemente por su forma de ser, pero lo está haciendo

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si, la confianza ha mejorado

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?

Respuesta: Si, enfocarse, cuando le gusta un deporte entrega todo de él

2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?

Respuesta: Si, por lo menos ya se entusiasma al llegar y extraña sus horas de natación cuando no puede asistir

3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?

Respuesta: Si, ya alista su implemento y está puntual en sus entrenamientos

4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Respuesta: Si, 100% ama el deporte y lo realiza mucho mejor

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?

Respuesta: Si

2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si, bastante

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Está más confiado, se siente más seguro y valorado por defenderse en el agua, estoy muy feliz como mamá

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Muy buena no tengo queja ha sido un profesor que comprende y lo conoce

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si el profe es un buen instructor y una persona muy entregada a esta labor

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si claro y muy acertado

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: La coordinación y la forma de llevar el entrenamiento

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: De pronto es el estado de salud de mi hijo no más

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: El transporte no hay problema, las instalaciones son malas apesar de esto el instructor hace mucho

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: Si

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: -

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Tener mejores instalaciones más que todo aspectos físicos de la piscina en general

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si claro, bolos, voleibol, pintura, música, danza, más arte

Anexo No. 7 Encuesta No 6

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 1 año

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Recuperación

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Atletismo, baloncesto

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: Siempre ayuda

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si, avanzando

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Buena

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Buena

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si, más seguridad y confianza

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?
Respuesta: Si, ha soltado, lo dejan solo
2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?
Respuesta: Si, más confianza
3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?
Respuesta: Le toca a uno
4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?
Respuesta: Claro, mucho animo

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?
Respuesta: Si
2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?
Respuesta: Si más seguridad
3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Mucha mejora

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Bueno

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si, ha tenido amistades

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: Si

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: No, todo bien

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: Si

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Acompañamiento

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Mas competencias

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si es muy importante

Anexo No. 8 Encuesta No 7

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 2 meses

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Porque le gusta la natación

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: -

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Bien, le gusta más ha avanzado en la clase

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Bien, no ha tenido problemas con eso

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Si, es muy bueno y los distrae mucho

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si, ella con eso no tiene problema

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?
Respuesta: Poco a poco ha ido avanzando y aprendiendo más
2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?
Respuesta: Si, puede ser
3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?
Respuesta: Si
4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?
Respuesta: Si, claro porque es algo que le gusta y que quiere

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?
Respuesta: Si
2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?
Respuesta: Si, mucho
3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si, claro arto

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Pues también tenía

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Muy bien es respetuoso y se dirige bien

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si claro

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa

Respuesta: Si claro

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: -

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si claro

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: No ninguno

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: No, todo está bien

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: No pues no sé

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Los horarios y los días

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: No la verdad no se

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si puede ser sería bueno

Anexo No. 9 Encuesta No 8

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 7 años

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Por terapia y ahora por deporte

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: -

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Muy bueno

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Un poco

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si, le ha cogido gusto

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?
Respuesta: Si
2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?
Respuesta: Si
3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?
Respuesta: Si
4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?
Respuesta: Si, mucho

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?
Respuesta: Si
2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?
Respuesta: Si
3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Muy buenas

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Bueno

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Bueno

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa?

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: Ninguna

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: Pocas veces

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: Si, mejoras de las piscinas

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Natación

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿ qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Mejoras de natación piscinas

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si

Anexo No. 10 Encuesta No 9

Categoría 1: Experiencia general en el programa

Objetivo: Conocer el contexto y la relación de la familia con el programa.

1. ¿Hace cuánto tiempo su hijo/a participa en el programa de natación del instituto de Deportes de La Mesa?

Respuesta: 3 años y medio

2. ¿Por qué motivo decidieron inscribirlo/a en este programa?

Respuesta: Para explorar más en este deporte

3. Antes de ingresar al programa, ¿su hijo/a había participado en otras actividades deportivas o recreativas? ¿Cuáles?

Respuesta: Ninguna

4. ¿Cómo fue la experiencia inicial de su hijo la al comenzar en el programa de natación?

Respuesta: -

Categoría 2: Interacción social

Objetivo: Evaluar cambios en la socialización y relaciones interpersonales.

1. Desde que su hijo/a participa en el programa, ha notado cambios en la forma en que se relaciona con otros jóvenes?

Respuesta: Si

2. ¿Su hijo/a ha logrado establecer amistad o confianza con otros participantes del programa?

Respuesta: Si

3. ¿Cómo describiría la relación de su hijo/a con los entrenadores o instructores?

Respuesta: Buena

4. ¿Considera que el programa ha favorecido la integración de su hijo/a con otros jóvenes, tanto con discapacidad como sin discapacidad?

Respuesta: Si

5. ¿Ha notado cambios en la seguridad o confianza de su hijo/a al interactuar con otras personas?

Respuesta: Si

Categoría 3: Desarrollo personal y educativo

Objetivo: Analizar cambios en autonomía, responsabilidad y aprendizaje

1. ¿Ha observado cambios en la actitud de su hijo/a frente al aprendizaje o la realización de nuevas actividades?

Respuesta: Si

2. ¿El programa ha contribuido a que su hijo/a sea más independiente o autónomo en algunas actividades?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la disciplina, responsabilidad o cumplimiento de normas desde que participa en el programa?

Respuesta: Si

4. ¿Cree que la participación en el programa ha influido en la motivación o estado de ánimo de su hijo/a?

Respuesta: Si

Categoría 4: Desarrollo psicomotor

Objetivo: Identificar mejoras físicas o motoras

1. ¿Ha observado mejoras en el equilibrio, coordinación o control corporal de su hijo/a desde que comenzó a practicar natación?

Respuesta: Si

2. ¿Considera que su hijo/a se siente más seguro/a al realizar actividades físicas o deportivas?

Respuesta: Si

3. ¿Ha notado cambios en la resistencia física o en la capacidad para realizar movimientos dentro o fuera del agua?

Respuesta: Si

4. En comparación con antes de ingresar al programa, ¿cómo describiría actualmente las habilidades físicas de su hijo/a?

Respuesta: Con mejor físico y responsabilidad

Categoría 5: Calidad del programa deportivo

Objetivo: Evaluar la percepción de los padres sobre el funcionamiento del programa

1. ¿Cómo calificaría la forma en que los entrenadores trabajan con los jóvenes dentro del programa?

Respuesta: Muy buena

2. ¿Considera que los entrenadores tienen paciencia y estrategias adecuadas para trabajar con discapacidad cognitiva?

Respuesta: Si

3. ¿Cree que las actividades que se realizan en el programa están adaptadas a las capacidades de los participantes?

Respuesta: Si

4. ¿Qué aspectos del programa considera que funcionan bien?

Respuesta: -

Categoría 6: Inclusión

Objetivo: Evaluar si el programa realmente genera inclusión

1. ¿Siente que su hijo/a es tratado con respeto y sin discriminación dentro del programa

Respuesta: Si

2. ¿Cree que el programa promueve la participación de todos los jóvenes, independientemente de capacidades?

Respuesta: Si

3. ¿Considera que el programa permite que su hijo/a se sienta parte del grupo?

Respuesta: Si

Categoría 7: Barreras

Objetivo: Identificar dificultades en el proceso

1. ¿Qué dificultades han tenido como familia para que su hijo/a pueda asistir o continuar en el programa?

Respuesta: Ninguna

2. ¿Ha encontrado barreras relacionadas con transporte, horarios o acceso a las instalaciones?

Respuesta: No

3. ¿Cree que existen aspectos del programa que podrían mejorar para facilitar la participación de los jóvenes?

Respuesta: Si

Categoría 8: Facilitadores y mejoras

Objetivo: Identificar aspectos positivos y oportunidades de mejora

1. ¿Qué aspectos del programa han facilitado la participación de su hijo/a?

Respuesta: Asistir a diferentes competencias

2. Desde su experiencia como padre/madre o cuidador, ¿qué cambios recomendaría para mejorar el programa?

Respuesta: Se facilite el lugar

3. ¿Considera importante que existan más programas deportivos inclusivos como este en el municipio?

Respuesta: Si