

**SOCIEDAD ARGENTINA DE PEDIATRIA**

**2º Congreso de Discapacidad en Pediatría**

**CABA - 27, 28 y 29 de setiembre de 2012 -**

**Tren Pediátrico:**

**Iniciación Deportiva en  
niños con discapacidades**

*Dra. Daniela Pacheco Agrelo*

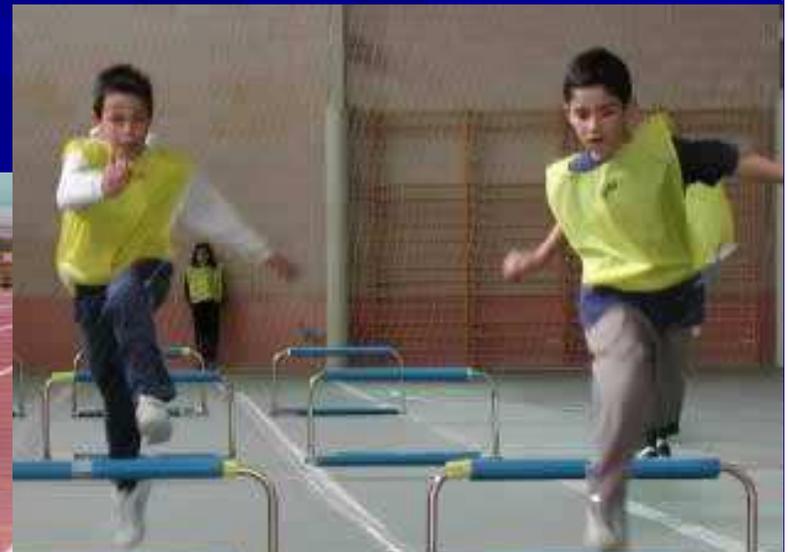
*Médica Pediatra – Especialista en Medicina del Deporte*

*Universidad Nacional de La Plata*



# INICIACION DEPORTIVA

*Dra. Daniela Pacheco Agrelo - UNLP*



# CONCEPTOS

**Actividad Física:** Movimiento corporal – Gasto energético (+MB)

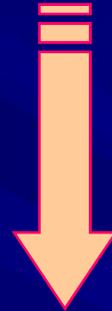
**Ejercicio:** Movimiento corporal reiterado–seriado–secuenciado

**Entrenamiento:** Actividad física sistemática – planificada – con objetivos: Aumento de Capacidades y Mayor Rendimiento

**Deporte:** Actividad Física + Ludus + Agonística + Reglas

# INICIACION DEPORTIVA

## CONCEPTO



**PERIODO DE LA VIDA EN EL QUE EL NIÑO COMIENZA A APRENDER DE FORMA ESPECIFICA LA PRACTICA DE UNO O VARIOS DEPORTES**

# FASES SENSIBLES

## CONCEPTO DEPORTIVO



**PERIODOS MUY FAVORABLE PARA EL DESARROLLO DE UNA CAPACIDAD MOTORA MEDIANTE EL ENTRENAMIENTO**

## CONCEPTO FISIOLÓGICO



**PERIODOS DEL DESARROLLO DURANTE LOS CUALES LOS INDIVIDUOS REACCIONAN DE MODO MAS INTENSO Y ADECUADO QUE EN OTROS PERIODOS ANTE DETERMINADOS ESTIMULOS EXTERNOS**

# FASES SENSIBLES

## IMPORTANCIA



**EL ORGANISMO ES ESPECIALMENTE RECEPTIVO A LOS ESTIMULOS DURANTE PERIODOS LIMITADOS EN EL TIEMPO**

**ES INUTIL Y NOCIVO ADELANTAR LOS ESTIMULOS**

**ES DECIR CUANDO POSEE Y DOMINA LOS PRERREQUISITOS PARA ESE APRENDIZAJE Y TIENE LA CAPACIDAD DE REORGANIZARLOS**

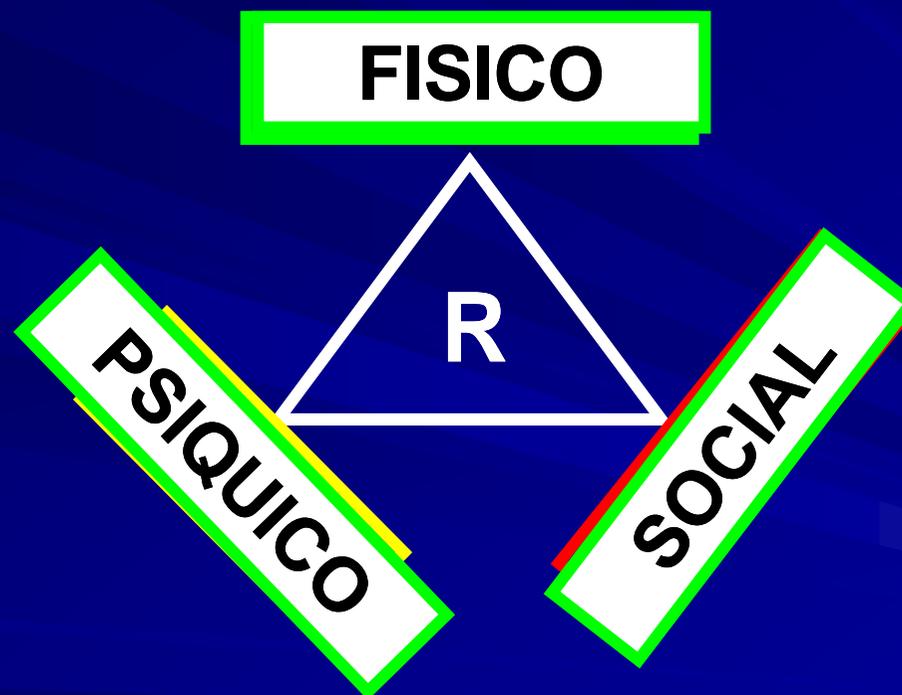
**ES INCONVENIENTE POSTERGARLOS**

**SI EN EL MOMENTO PRECISO DEL DESARROLLO DEL NINO NO INTERVIENEN ESTIMULOS PARTICULARES, SE PODUCE UN DEFICIT MAS O MENOS IMPORTANTE PARA ESA CAPACIDAD POTENCIAL**

# FASES SENSIBLES

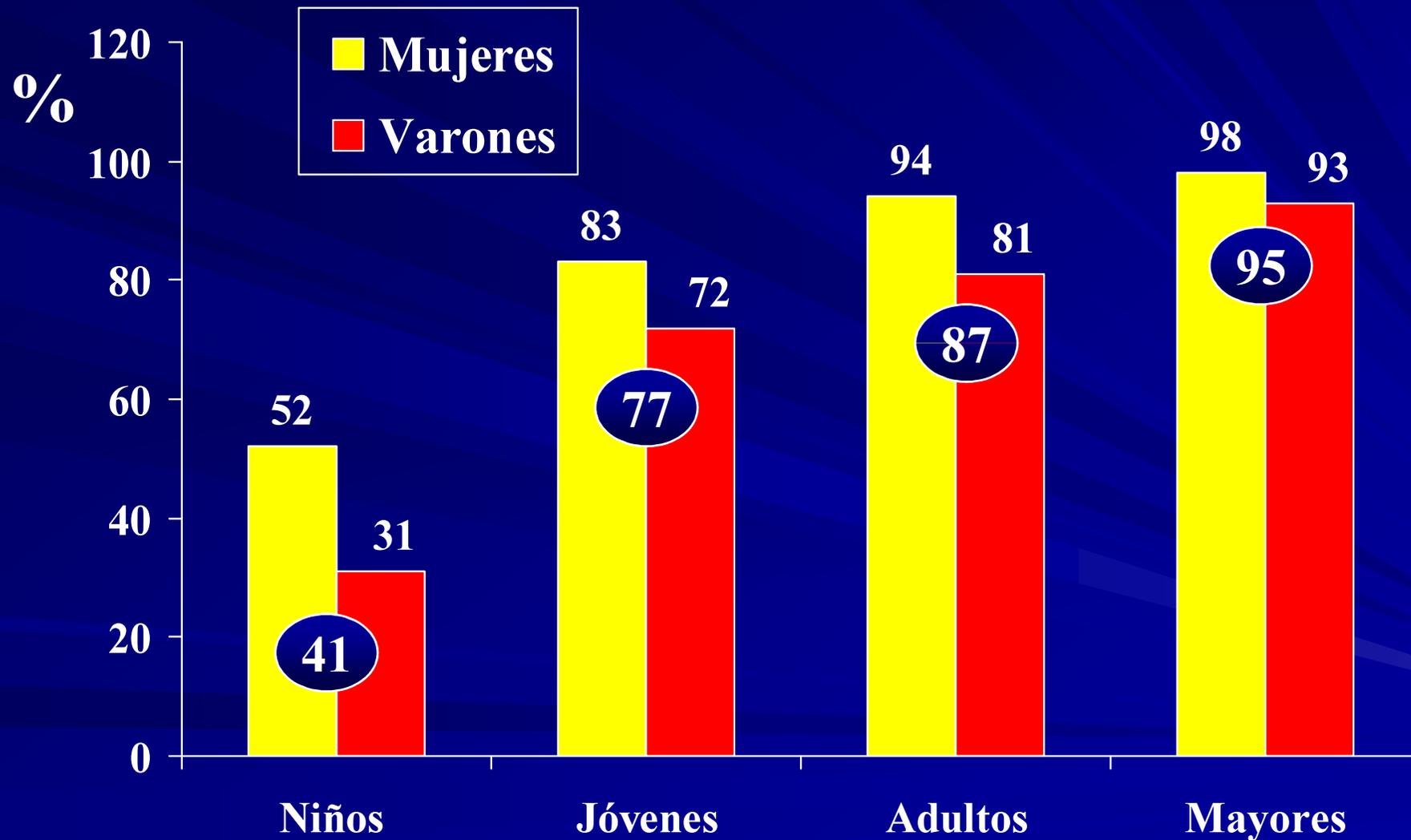
Fases sensibles										
Edad	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Resistencia										
						FUTBOL, BASQUET ATLETISMO				
Fuerza										
						LUCHA, JUDO, REMO				
Velocidad										
					VOLEY, TENIS, ATLETISMO					
Flexibilidad										
		DESTREZA, DANZA, GIMNASIA ART								

DEPORTE - - - -> SALUD



# PREVALENCIA DEL SEDENTARISMO

Según EDAD Y SEXO - Argentina 2005



# Iniciación Deportiva

**Qué ?**

“Lo que mas agrada” - satisfacción

Respetar motivaciones e intereses propios

Orientación General:

Niño polideportivo

Deportes Individuales

+

Deportes Colectivos



Desarrollo

Capacidades Físicas



Desarrollo Cap. Físicas

Sociabilización

# Iniciación Deportiva

## Para Qué ?

**Contribuir a la Formación Integral de la Persona**

**Dominio del cuerpo con relación al espacio, a los objetos, en relación con otros**

**Desarrollar la capacidad de tomar decisiones**

**Favorecer autonomía – independencia –**

**Seguridad - Confianza**

**Crear Hábitos de Vida Saludables**

# Iniciación Deportiva

**Por Qué ?**

## BENEFICIOS

### Físicos

Salud  
Movilidad - Postura  
Apariencia Física  
Funciones Sensoriales  
Sueño y descanso  
Disminución de fatiga  
malestares y dolores

### Psíquicos

Imagen corporal  
Autoestima  
Seguridad  
Confianza  
Concentración  
Aprendizaje

### Sociales

Socialización  
Integración  
Cooperación  
Solidaridad  
Autonomía  
Independencia

# Iniciación Deportiva

## Cómo ?

**P**lacentera, **P**ersonal, **P**rogresiva, **P**eriodica,  
**P**ausada (Alimentación y Descanso)

## Cuándo ?

Oportunamente – Fases Sensibles

## Dónde ?

A elección del niño, cuanto menos  
estructurado y “adultismo” = mejor

# NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

## Orientación General para las Act. Físicas y Deportivas

### ETAPA

**Niño**  
(hasta 6-8 años)

**Puber**  
(9 -12)

**Postpuber**  
(13-15)

### ESTIMULACION Y DESARROLLO

**Habilidades Motrices  
Básicas**

**Habilidades Motrices  
Específicas**

**Capacidades Físicas  
Básicas**

### ACTIVIDAD

**Juegos / Juegos  
predeportivos**

**Iniciación deportiva  
Niño polideportivo**

**Deportes Especialización  
Inicio  
entrenamiento multilateral**

# NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

## Orientación General para las Act. Físicas y Deportivas

### ETAPA

### DESARROLLO

### ACTIVIDAD

**Adolescente**  
(15 - 18)

**Capacidades Físicas  
Específicas**

**Deporte especialización  
Inicio en  
Rendimiento Deportivo**

**Joven**  
( + de 18 )

**Capacidades Físicas  
Específicas**

**Alto Rendimiento  
Deportivo**

# **DEPORTES en PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

## **TIPOS DE DEPORTES**

**1 - DEPORTES CONVENCIONALES**

**2 - DEPORTES CONVENCIONALES ADAPTADOS**

**3 - DEPORTES ESPECÍFICOS**

# DEPORTES CONVENCIONALES ADAPTADOS



**ATLETISMO**



**TENIS**



**FUTBOL**



**NATAACION**



**BASQUET**

# DEPORTES CONVENCIONALES ADAPTADOS



**TENIS de MESA**



**GIMNASIA**



**CICLISMO**



# DEPORTES ESPECIFICOS



**GOALBALL**



**BOCHA**

# ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad

## ATLETISMO

Personas con Discapacidad:

- Física
- Psíquica
- Sensorial



# ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad

## NATACION

Personas con Discapacidad:

- Física
- Psíquica
- Visual



# ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad

## BASQUET

Personas en silla de ruedas  
Personas con Discapacidad Psíquica



# ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad

## CICLISMO

Personas con Discapacidad Sensorial



# ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad

## GOALBALL

Personas con Discapacidad Visual



# **ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad**

## **TENIS DE MESA**

**Personas con Discapacidad Psíquica**

**Personas amputadas y en silla de ruedas**



# ACTIVIDADES DEPORTIVAS de mayor desarrollo según tipo de discapacidad

## TENIS

Personas en silla de ruedas

Personas con Discapacidad Psíquica



## VOLEIBOL SENTADO

Personas amputadas



# INICIACION DEPORTIVA

## CONCLUSIONES



ESTIMULAR ADECUADAMENTE  
EN EL MOMENTO OPORTUNO



INICIACION DEPORTIVA SALUDABLE



FORMACION DE HABITOS

PROMOCION DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE











**TRIATLETA PLATENSE**  
**PROFESOR DE EDUCACION FISICA - UNLP**

*Dra. Daniela Pacheco Agrelo - UNLP*

# INICIACION DEPORTIVA en Niños con Discapacidades

## Rol del pediatra

### **Recomendar:**

- AF desde el nacimiento
- Incremento de las AVD

### **Indicar y Prescribir:**

- AF y deportiva acorde a los intereses y necesidades del niño

### **Prevenir:**

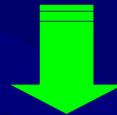
- Factores de Riesgo: sedentarismo, obesidad, enf crónicas, etc.

### **Promover:**

- Hábitos activos en familia

# **INICIACION DEPORTIVA en Niños con Discapacidades Rol del pediatra**

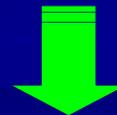
**PRACTICA DEPORTIVA**



**formación integral de la persona**

**Deporte - herramienta**

**Desarrollo de habilidades para la vida**



**MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA  
DEL NIÑO CON DISCAPACIDAD y SU FAMILIA**



**MUCHAS GRACIAS**

*Dra. Daniela Pacheco Agrelo*

e-mail: [pacheco@cesalp.com.ar](mailto:pacheco@cesalp.com.ar)