

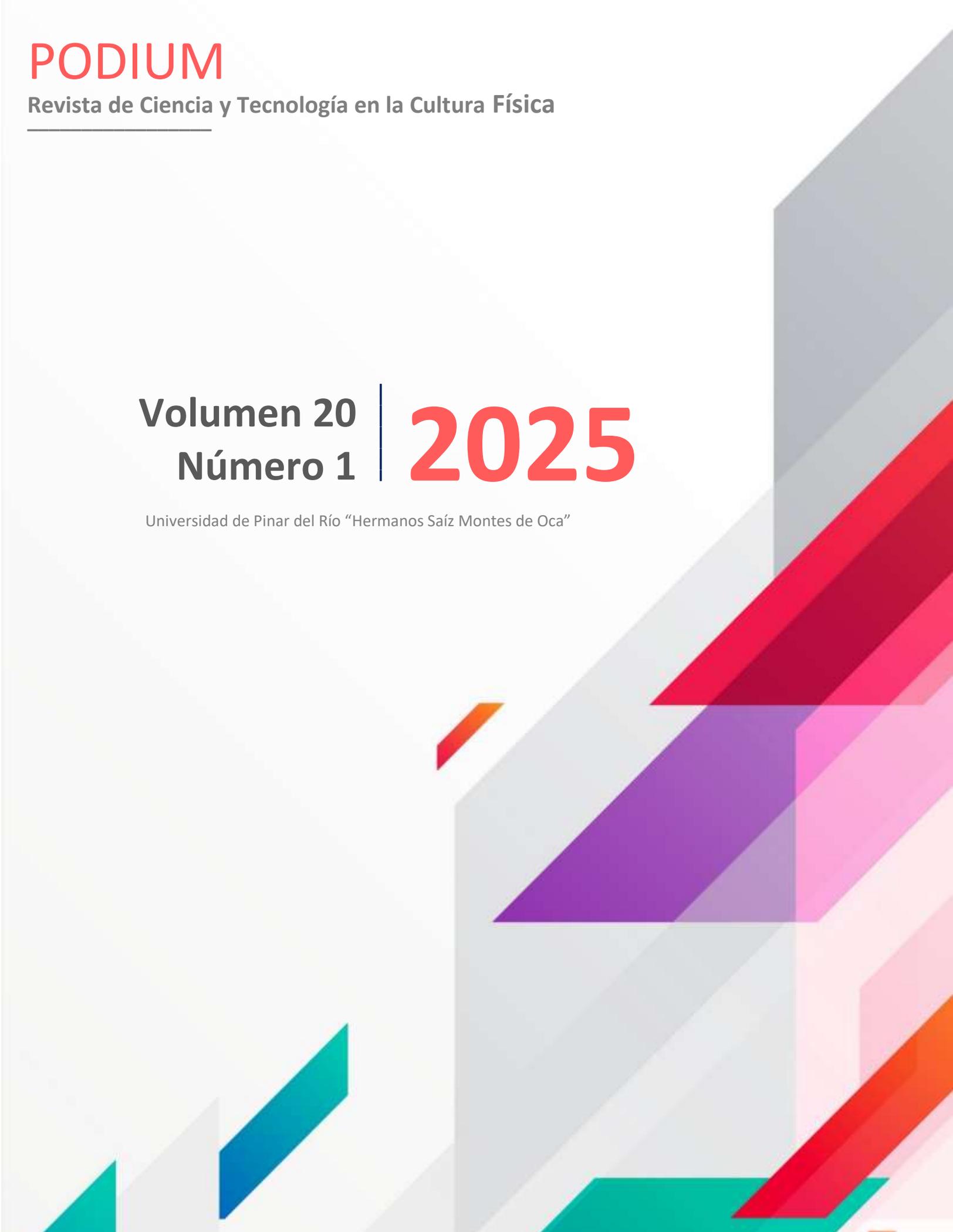
PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Volumen 20
Número 1

2025

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"



Artículo original

Estrategia de motivación para la práctica deportiva de los atletas de la federación de discapacidad física de Ecuador

Motivation strategy for the practice of sports of the athletes of the physical disability federation of Ecuador

Estratégia de motivação para a prática esportiva dos atletas da federação de deficiência física do Equador

Milton Fernando Rosero Duque^{1*}  , Jorge Luis Mateo Sánchez^{1*} 

^{1*}Universidad Central del Ecuador

Autor para la correspondencia: mfrosero@uce.edu.ec

Recibido: 18/09/2023

Aprobado: 29/01/2025

RESUMEN

Este estudio se enmarca en el ámbito de los motivos para la práctica de actividades físico-deportivas de personas con discapacidad física. La investigación se fundamenta teóricamente en las teorías de la motivación, la discapacidad, la discapacidad física y la práctica de actividades físico-deportiva, el deporte para todos, adaptaciones y requerimientos para las personas con discapacidad, estrategias de motivación para personas con discapacidad física y factores de éxito. El objetivo estuvo dirigido a diseñar una



estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador. Se utilizó un diseño no experimental de tipo transversal, para la recopilación y análisis de los datos se emplearon métodos y técnicas del nivel teórico, empírico y matemático estadístico como la inducción - deducción, análisis - síntesis, sistémico-estructural-funcional y como métodos empíricos la encuesta, la revisión documental apoyados por el criterio de expertos, el análisis de frecuencias, el análisis factoriales, así como otros estudios descriptivos y de fiabilidad. El aporte principal está dado en una estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador, validada teóricamente por el método criterios de expertos que aportó resultados que demuestran su pertinencia y posibilidades de aplicación práctica.

Palabras clave: estrategia, motivos, práctica deportiva, deportistas, discapacidad física

ABSTRACT

This study is framed within the scope of the motives for the practice of physical-sports activities of people with physical disabilities. The research is theoretically based on the theories of motivation, disability, physical disability and the practice of physical-sporting activities, sport for all, adaptations and requirements for people with disabilities, motivational disability, motivation strategies for people with physical disability and success factors. The objective was aimed at designing a strategy of motivation strategy for the sports practice of the athletes of the Federation of Physical Disability of Ecuador. A non-experimental, cross-sectional design was used for data collection and analysis. Theoretical, empirical and mathematical-statistical methods and techniques were used for data collection and analysis, such as induction - deduction, analysis - synthesis, systemic-structural-functional, systemic structural and as empirical methods the survey, documentary review supported by expert criteria, frequency analysis, factor analysis, as well as other descriptive and reliability studies. The main contribution is given in a strategy motivation strategy for the sports practice of the athletes of the of the Federation of Physical Disability of Ecuador, theoretically validated by the method of expert criteria, which



provided results that demonstrate its relevance. The main contribution is given by a motivational strategy for the sports practice of athletes of the Federation of Physical practical application.

Key words: strategy, reasons, sports practice, athletes, physical disability

RESUMO

Este estudo insere-se no âmbito dos motivos da prática de atividades físico-esportivas de pessoas com deficiência física. A pesquisa fundamenta-se teoricamente nas teorias da motivação, deficiência, deficiência física e prática de atividades físico-esportivas, esporte para todos, adaptações e exigências para pessoas com deficiência, estratégias de motivação para pessoas com deficiência física e fatores de sucesso. O objetivo foi desenhar uma estratégia de motivação para a prática esportiva dos atletas da Federação de Deficiência Física do Equador. Foi utilizado um delineamento transversal não experimental, para a coleta e análise dos dados foram utilizados métodos e técnicas de nível teórico, empírico e estatístico matemático como indução - dedução, análise - síntese, sistêmico-estrutural-funcional e como métodos empíricos o levantamento, revisão documental apoiada em critérios de especialistas, análise de frequência, análise fatorial, além de outros estudos descritivos e de confiabilidade. A principal contribuição está dada em uma estratégia de motivação para a prática esportiva dos atletas da Federação de Deficiência Física do Equador, validada teoricamente pelo método de critérios especialistas que forneceu resultados que demonstram sua relevância e possibilidades de aplicação prática.

Palavras-chave: estratégia, motivos, prática esportiva, atletas, deficiência física

INTRODUCCIÓN

Al abordar el tema de la actividad física y el deporte, es fundamental aclarar que estos conceptos no son sinónimos, a pesar de que a menudo se utilizan de manera intercambiable en el lenguaje cotidiano. Ambos están intrínsecamente relacionados con la salud y el



bienestar, pero poseen significados distintos. Esta distinción resalta la importancia de la actividad física y el deporte como componentes esenciales de la vida humana, ya que son cruciales para mantener una buena salud, lo que contribuye a alcanzar niveles físicos y emocionales equilibrados.

Es importante destacar que la actividad física, cuando se realiza de manera regular, es accesible para todas las personas, independientemente de su edad o género. En particular, para los adultos, esta práctica es vital, ya que ayuda a prevenir el envejecimiento prematuro y la atrofia orgánica, además de facilitar un mejor control de enfermedades crónicas, problemas cardiovasculares, así como del estrés y la ansiedad.

La actividad física se puede clasificar en varias dimensiones: terapéutica, educativa y deportiva. Cada una de estas dimensiones subraya la relevancia de la actividad física en la vida diaria y su impacto en el desarrollo humano. La dimensión terapéutica se centra en la recuperación y el alivio de traumas y dolores; la educativa promueve la conciencia sobre la salud y fomenta la práctica de actividad física; y la deportiva se orienta hacia la disciplina y la búsqueda de superación, ya sea en un contexto recreativo o competitivo.

Por otro lado, la discapacidad es una condición que afecta a un grupo de personas debido a causas prenatales, al momento del nacimiento o durante su desarrollo. A lo largo del tiempo, el concepto de discapacidad ha evolucionado, caracterizado por un enfoque de caridad que se centraba en el asistencialismo, la compasión y la ayuda hacia las personas con discapacidad (Camargo et al., 2023).

Los beneficios del deporte para las personas con discapacidad han sido objeto de numerosos estudios. La práctica deportiva actúa como un catalizador en la reestructuración de identidades, la cual transforma la percepción de la discapacidad física y fomenta el empoderamiento, así como la resistencia frente a actitudes que refuerzan a la discapacidad (Ale de la Rosa et al., 2021). Además, el deporte se presenta como una herramienta fundamental que contribuye al desarrollo social y a la adopción de estilos de vida saludables en este grupo (Kizar et al., 2021).



La actividad física adaptada, comúnmente conocida como "deporte adaptado", se refiere a aquellas disciplinas que se ajustan a las necesidades de personas con discapacidades sensoriales, motrices e intelectuales (Hernández et al., 2021). En los últimos años, ha crecido notablemente la popularidad de los deportes competitivos para deportistas con discapacidad, siendo los Juegos Paralímpicos el evento más destacado a nivel mundial en este ámbito (Bogado y Villalba, 2023).

Muchos estudios en el campo del deporte han puesto énfasis en el análisis de conductas relacionadas con estados subjetivos positivos, así como en el impacto significativo que variables como el afecto positivo y el optimismo tienen sobre el bienestar físico y emocional (Vieira et al., 2021). La motivación, entendida como un proceso activo e intencional hacia una meta, involucra la interacción de factores personales y ambientales que influyen en la selección, intensidad y persistencia de un individuo. En el contexto deportivo, la motivación afecta directamente la calidad del rendimiento del atleta (Freire da Silva et al., 2019).

Como un factor personal, la motivación ejerce un papel crucial en la participación, el desempeño y la continuidad en el deporte. Se convierte en un componente esencial que promueve la respuesta a diversos estímulos relacionados con la práctica deportiva (Zambrano e Hincapié, 2022).

La motivación para la actividad físico-deportiva es un proceso que abarca aspectos psicológicos que impulsan a las personas a participar en actividades deportivas, ya sea por razones personales o por la necesidad de adaptarse a su entorno. Por ello, es fundamental analizar dos aspectos clave: la motivación extrínseca y la motivación intrínseca. Se ha sugerido que la experiencia deportiva, independientemente de la condición de discapacidad, influye positivamente en el rendimiento deportivo (Hernández et al., 2021).

Un estudio realizado por Gallego y Salinas (2019) con ocho personas que presentan diversas condiciones de discapacidad física y/o mental, reveló la relación entre el deporte y la resiliencia, en la que se destaca el amor por el deporte y su impacto en la vida de los individuos desde una perspectiva competitiva. Esto implica que la práctica deportiva no solo tiene repercusiones en el desarrollo físico y de habilidades, sino que también fomenta



capacidades y competencias para el trabajo en equipo. En este contexto, la dimensión humana se convierte en un aspecto esencial de la vida cotidiana de las personas con discapacidad.

Las adaptaciones deportivas para que las personas con discapacidad física puedan participar son diversas y deben considerar el tipo específico de discapacidad, así como las habilidades y preferencias del deportista. Es decir, las adaptaciones deben basarse en las capacidades individuales y en los intereses deportivos de cada persona. Todo esto forma parte de los requerimientos y, sobre todo, de las estrategias de motivación dirigidas a las personas con discapacidad física, donde las familias y, especialmente, los profesionales capacitados juegan un papel crucial al motivar y guiar a los deportistas durante cada sesión de entrenamiento. Sin embargo, el deseo y la disposición del deportista son igualmente determinantes.

Es importante recordar que algunas personas nacen con discapacidad, mientras que otras la adquieren a lo largo de su vida. En este sentido, la estructura de la práctica de actividades físico-deportivas para personas con discapacidad se convierte en un elemento integral que involucra a la sociedad en su conjunto, así como a las políticas públicas. Todo esto contribuye a que las personas con discapacidad experimenten satisfacción al participar en estas actividades.

Los fundamentos expuestos constituyen la base de la presente investigación, cuyo objetivo es diseñar una estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para el desarrollo de la investigación se empleó un diseño no experimental de tipo transversal. De una población de 151 deportistas, de siete tipos de discapacidades físicas: Monoplejía, Paraplejía, Tetraplejía, Hemiplejía, Espina bífida, Distrofia muscular y Parálisis cerebral, pertenecientes a la Federación Ecuatoriana de Discapacidad Física se escogió



mediante un muestreo aleatorio simple una muestra de 142 sujetos con edades entre 18 y 67 años, de ellos el 82.4% hombres y el 17.6% mujeres.

La investigación se desarrolló en tres etapas: fundamentación teórica- metodológica, elaboración de la estrategia de motivación y la validación teórica de la propuesta a partir del criterio de expertos.

En la primera etapa se realiza una sistematización teórica a partir de la recopilación fuentes bibliográficas de repositorios universitarios y bases de datos como Scielo, Elsevier, Dialnet, Lantindex, mediante el empleo de buscadores científicos como Google académico. En el procesamiento y análisis se emplean los procesos lógicos de pensamiento: inducción deducción, análisis-síntesis, abstracción y generalización, lo que permitió el posicionamiento teórico metodológico sobre las estrategias de motivación para favorecer la práctica deportiva de los deportistas con Discapacidad Física.

En la segunda etapa, se describe la estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador. Para la determinación de su estructura, componentes y relaciones se emplea el método sistémico estructural funcional, para el diagnóstico se emplearon métodos como la encuesta y análisis documental, mientras que los métodos matemáticos - estadísticos utilizados fueron el análisis de frecuencias, análisis factoriales, descriptivos, análisis de fiabilidad. La encuesta consistió en un cuestionario estandarizado para determinar los motivos de la práctica de actividades físico deportivas de los deportistas con discapacidad física, empleando el Inventario de Motivos para la Práctica Deportiva (IMPD) elaborado por Gill et al. (1983), el mismo consta de ocho indicadores (Liberación de energía o satisfacción personal, Motivación de estatus o autorrealización, Forma física, Práctica en grupo, Desarrollo de habilidades, Búsqueda de esparcimiento, Factores sociales y Diversión) que reflejan ocho motivos por los que las personas participan en una actividad deportiva.

En la tercera etapa se describe la validación teórica de la propuesta a partir del método criterio de expertos, definiéndose mediante un muestreo no probabilístico una muestra de 15 expertos. Para evaluar la pertinencia de la propuesta se empleó una encuesta



estructurada, utilizando las categorías: muy pertinente, bastante pertinente, pertinente, poco pertinente y no pertinente, sus resultados fueron procesados utilizando la distribución empírica de frecuencia.

RESULTADOS & DISCUSIÓN

Estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador

Fundamentos teóricos de la estrategia:

La motivación es un elemento fundamental para el rendimiento deportivo, especialmente para los deportistas con discapacidad, quienes enfrentan desafíos adicionales en su camino. Las estrategias de motivación se enfocan en cómo podemos ayudar a estas personas a sentirse más impulsadas, tanto desde su interior (motivación intrínseca) como a través de factores externos (motivación extrínseca). Al crear un entorno que atienda sus necesidades psicológicas y emocionales, se busca fomentar un mayor compromiso y mejorar su rendimiento en las actividades que realizan.

Una estrategia de motivación se concibe como un conjunto de técnicas y métodos diseñados para estimular y mantener el interés, la dedicación y el esfuerzo de individuos o grupos en la consecución de metas específicas. Esto implica considerar los aspectos psicológicos, emocionales y sociales que influyen en la motivación. Según Ryan y Deci (2017), "las estrategias de motivación son intervenciones planificadas que buscan aumentar la motivación intrínseca y extrínseca de los individuos, facilitando su compromiso y rendimiento en actividades específicas, a través de la creación de un entorno que satisfaga sus necesidades psicológicas y emocionales" (p. 45).

Por lo tanto, implementar estrategias que fortalezcan estas redes de apoyo no solo es recomendable, sino que puede ser una vía efectiva para mejorar la experiencia deportiva de los atletas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador. Fomentar un ambiente de



apoyo y motivación puede contribuir significativamente al bienestar y al rendimiento de estos deportistas.

Estructuración de la estrategia de motivación:

La estrategia se estructura en cuatro etapas: diagnóstico, diseño, implementación y evaluación.

Etapa I: Diagnóstico

Objetivo: Diagnosticar los motivos para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador.

Instrumentos: Inventario de Motivos para la Práctica Deportiva (IMPD).

Resultados: A continuación, se resume el análisis de los resultados obtenidos con la aplicación del IMPD.

Análisis de frecuencias

La distribución de frecuencias correspondiente a las respuestas al IMPD arrojó que para el 88.7% de los sujetos es un motivo muy importante practicar deporte para mejorar las propias habilidades y aprender nuevas habilidades. Querer mejorar el nivel es muy importante para el 87.3% de los sujetos. El espíritu de equipo es un motivo muy importante para el 81% de los participantes. Permanecer en equipo es muy importante para el 76.1 % de los sujetos. Hacer deporte en grupo es un motivo muy importante para el 77.5% de los participantes. Les gusta divertirse es un motivo muy importante para el 92% de los sujetos. El gusto por las emociones es un motivo muy importante para el 90.8% de los participantes. Otro tanto se observa que les gustan la acción en la práctica y los considera un motivo muy importante para el 80.3% de los sujetos. El querer hacer nuevos amigos es un motivo muy importante para el 89.4% de los participantes. Un 69.7% de los sujetos considera un motivo muy importante el querer estar con sus amigos.



Mientras que, el gusto por los desafíos como motivo para la práctica es un motivo muy importante para 82.4%. El gusto por la competición es un motivo muy bien marcado para el 71.8% de los sujetos. Así también, para un 53.5% de los participantes, el gusto por las recompensas es un motivo muy importante. Al 62.7% de los sujetos les gusta ganar y consideran un motivo muy importante. El gusto por ser importantes es un motivo significativo para el 56.3% de los participantes. Al 55.3% les parece, algo importante el querer ser importantes y populares como motivo para la práctica. El querer alcanzar estatus es un motivo algo importante para el 48.6% de los individuos.

Se observa que le gusta hacer aquello en lo cual se destacan como motivo para la práctica, que es motivo muy importante para el 88%. Tener algo que hacer es un motivo muy esencial para el 87.3% de los individuos. El gusto por salir de casa es un motivo muy justificado para el 76.1% de los participantes. Un grupo de participantes tiene gusto por marcado, que es un motivo muy importante para el 65.5%. El querer relajarse es un motivo muy importante para el 62% de los sujetos. El 84.5% de los participantes considera muy importante el querer gastar energía como motivo para la práctica.

El querer mantenerse en forma es un motivo muy importante para el 95.8% de los sujetos.

Se observa que el gusto por hacer ejercicio es un motivo muy importante, para el 92.3% de los participantes. Estar físicamente bien es un motivo muy importante para el 94.4% de sujetos. Otro tanto se observa que tiene gusto por los entrenadores e instructores como motivo para la práctica, que es muy importante, para el 59.9%. El gusto por utilizar el equipo es un motivo muy importante para el 56.3% de los participantes. El 44.4% manifiesta que es un motivo algo importante realizar la práctica para satisfacer a los padres o amigos.

Análisis descriptivos

Los resultados de los análisis descriptivos para las respuestas al IMPD muestran que los valores de asimetría y curtosis oscilan en rangos que no permiten atribuir una distribución normal a las respuestas. El valor medio más elevado corresponde al elemento 17 (quiero ser importante y popular).



Análisis descriptivos para las variables latentes

Los valores de asimetría y de curtosis superan en varios casos el valor ± 1.92 lo que no permite atribuir una distribución normal de las variables.

Análisis factoriales

El valor de la medida de adecuación muestral, $KMO = .80$, es adecuado y la prueba de esfericidad de Bartlett es estadísticamente significativa ($\chi^2 = 2579.69$; g.l. = 435; $p = .00$).

Se obtienen 7 factores que en su conjunto explican el 69.01% de la varianza.

En el primer factor, que da cuenta del 15.02% de la varianza, presentan las mayores cargas factoriales los ítems 13, 14, 15, 16, 17 y 18, con enunciados tales como "me gusta la competición", "me gusta ganar" o "quiero alcanzar un estatus". Por eso se denomina a este factor "Autorrealización".

Los ítems 7, 8, 9, 12, 19 y 21 presentan las mayores saturaciones en el segundo factor. Éste explica el 11.27% de la varianza y agrupa enunciados como "me gusta divertirme", "me gusta la acción" o "me gusta salir de casa". Se le denomina "Diversión".

En el tercer factor, que justifica el 10.96% de la varianza, tienen las mayores saturaciones los ítems 23, 28, 29 y 30 con expresiones como "quiero relajarme", "me gustan los entrenadores y los instructores" o "es por satisfacer a mis padres o amigos". Se le llama "Satisfacción".

Los ítems 20, 24, 25, 26 y 27 con expresiones como "me gusta tener algo que hacer", "quiero gastar energía" o "quiero estar físicamente bien", presentan las mayores cargas factoriales en el cuarto factor, que da cuenta del 10.32% de la varianza y que se le denomina "Forma física".

En el quinto factor, que explica el 9.43% de la varianza, saturan los ítems 4, 5 y 6 con enunciados como "me gusta el espíritu de equipo" o "me gusta el deporte en grupo". Se le llama, por ello, "Práctica en grupo".



Los ítems 1, 2, y 3 con expresiones tales como "quiero mejorar mis habilidades" o "quiero mejorar mi nivel, presentan las mayores cargas factoriales en el quinto factor, que da cuenta del 9.43% de la varianza y que se denomina "Desarrollo de habilidades".

Finalmente, en el séptimo factor que explica el 5.04% de la varianza, tienen las mayores saturaciones los ítems 10 y 11 con enunciados como "me gusta hacer nuevos amigos" o "quiero estar con mis amigos", por lo que se le llama "Factor social".

Análisis de fiabilidad

El coeficiente de fiabilidad es $\alpha = .90$ y la eliminación de algún ítem no mejora ese valor. El índice de discriminación promedio es .47. En el análisis de fiabilidad para Autorrealización se obtiene que el coeficiente de consistencia interna para este factor es .89 y el índice de discriminación promedio es .68. El análisis de fiabilidad para Diversión muestra que el índice de fiabilidad es $\alpha = .77$ y el índice de discriminación promedio es .54. El análisis de fiabilidad de Satisfacción aporta que el coeficiente de fiabilidad es .81 y el índice de discriminación promedio es .64. En el análisis de fiabilidad para la Forma física el índice de consistencia interna es $\alpha = .75$ y el índice de discriminación promedio es 0.56. Los resultados del análisis de fiabilidad para Práctica en grupo indican que el coeficiente de fiabilidad es .86 y el índice de discriminación promedio es .73. En el análisis de fiabilidad para el Desarrollo de habilidades el alfa de Cronbach es .81 y el índice de discriminación promedio es .66. El análisis de fiabilidad para el Factor social aporta que el coeficiente de consistencia interna es .72 y el índice de discriminación promedio es .59.

Los resultados del IMPD evidencian la necesidad de fomentar la motivación para la práctica deportiva entre los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador a través de un conjunto de actividades. Este aspecto será abordado en la próxima etapa de la investigación.

Etapa II: Planificación



Objetivo: Planificar actividades que favorezcan la motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador.

Actividades: A continuación, se presentan las actividades planificadas para favorecer la motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador.

1. Establecimiento de metas personales y colectivas.

- Talleres de establecimiento de metas: organizar talleres donde los deportistas aprendan a establecer metas SMART (específicas, medibles, alcanzables, relevantes y con un tiempo definido). Esto les permitirá tener un enfoque claro y motivador.
- Metas colectivas: fomentar la creación de metas grupales que promuevan el trabajo en equipo y la cohesión entre los deportistas, como participar en competencias locales o nacionales.

2. Creación de un ambiente inclusivo y de apoyo.

- Entrenadores capacitados: asegurar que los entrenadores estén capacitados en técnicas de motivación y en la comprensión de las necesidades específicas de los deportistas con discapacidad.
- Grupos de apoyo: formar grupos de apoyo donde los deportistas puedan compartir experiencias, desafíos y logros, creando un sentido de comunidad y pertenencia.

3. Reconocimiento y celebración de logros.

- Eventos de reconocimiento: organizar ceremonias o eventos donde se reconozcan los logros individuales y grupales, independientemente de su magnitud, para fomentar la autoestima y el sentido de logro.
- Premios y certificados: ofrecer premios, medallas o certificados de participación que celebren el esfuerzo y la dedicación de los deportistas.

4. Charlas motivacionales y testimonios.



- Invitar a deportistas exitosos: organizar charlas con deportistas que han tenido éxito en sus disciplinas, compartiendo sus historias y experiencias para inspirar a los demás.
- Testimonios de superación: crear un espacio para que los deportistas compartan sus propias historias de superación y motivación, fomentando un ambiente de apoyo mutuo.

5. Programas de entrenamiento diversificados.

- Variedad de actividades: ofrecer una variedad de deportes y actividades físicas que se adapten a las diferentes capacidades y preferencias de los deportistas. Esto puede incluir deportes como baloncesto en silla de ruedas, natación adaptada, atletismo, y danza inclusiva.
- Entrenamientos adaptados: asegurar que los entrenamientos sean personalizados y adaptados a las necesidades individuales, promoviendo la inclusión y la participación activa. Esto puede incluir el uso de equipamiento especializado y técnicas de entrenamiento que se ajusten a las capacidades de cada deportista.

6. Fomento de la participación familiar y comunitaria.

- Involucrar a las familias: organizar eventos donde las familias de los deportistas puedan participar, creando un ambiente de apoyo y motivación. Esto puede incluir días de puertas abiertas, competencias familiares o talleres de sensibilización.
- Colaboración con la comunidad: establecer alianzas con organizaciones locales, escuelas y empresas para promover eventos deportivos y actividades que incluyan a los deportistas con discapacidad, aumentando la visibilidad y el apoyo comunitario.

7. Uso de tecnología y redes sociales.

- Plataformas de comunicación: crear grupos en redes sociales o plataformas de mensajería donde los deportistas puedan compartir sus logros, motivarse mutuamente y mantenerse informados sobre actividades y eventos.



- Aplicaciones de seguimiento: utilizar aplicaciones que permitan a los deportistas registrar su progreso, establecer metas y recibir retroalimentación, lo que puede aumentar su compromiso y motivación.

8. Promoción de la salud mental y el bienestar.

- Talleres de bienestar emocional: organizar talleres sobre manejo del estrés, resiliencia y técnicas de relajación. Esto ayudará a los deportistas a manejar la presión y a mantener una mentalidad positiva.
- Acceso a profesionales de la salud mental: facilitar el acceso a psicólogos o consejeros que puedan ofrecer apoyo emocional y estrategias para mejorar la salud mental de los deportistas.

9. Desarrollo de liderazgo y responsabilidad.

- Programas de liderazgo: implementar programas que fomenten el desarrollo de habilidades de liderazgo entre los deportistas, los cuales permiten asumir roles de responsabilidad dentro de sus equipos o grupos.
- Mentoría entre deportistas: establecer un sistema de mentoría donde deportistas más experimentados guíen a los nuevos y promueven un ambiente de apoyo y aprendizaje.

10. Organización de eventos y competencias.

- Competiciones locales y nacionales: organizar y promover competencias que permitan a los deportistas mostrar sus habilidades y logros que crean un sentido de orgullo y pertenencia.
- Días de deporte inclusivo: realizar eventos deportivos abiertos a la comunidad, donde se invite a personas con y sin discapacidad a participar, mientras se promueve la inclusión y la visibilidad del deporte adaptado.

11. Fomento de la identidad y orgullo deportivo.



- Uniformes y material promocional: proporcionar uniformes y material promocional que representen a la Federación, los cuales fomentan un sentido de identidad y orgullo entre los deportistas.
- Campañas de sensibilización: realizar campañas que destaquen los logros de los deportistas con discapacidad, tanto en medios de comunicación como en redes sociales, para inspirar a otros y aumentar la visibilidad del deporte adaptado.

Etapa III: Implementación

Objetivo: Implementar las actividades planificadas.

Acciones a desarrollar en la etapa:

- Formar un equipo de trabajo dentro de la federación que se encargue de la planificación y ejecución de las actividades propuestas.
- Establecer un cronograma que contemple las diferentes actividades a lo largo del año, asegurando que haya un equilibrio entre entrenamientos, eventos y actividades de motivación.
- Buscar financiamiento y patrocinadores que apoyen la realización de eventos y talleres, así como la adquisición de material deportivo y promocional.

Etapa IV: Evaluación

Objetivo: Valorar el desarrollo de la motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador.

Acciones a desarrollar en la etapa:

- Monitoreo regular: realizar un seguimiento continuo de la participación y satisfacción de los deportistas con las actividades implementadas.
- Encuestas de satisfacción: realizar encuestas periódicas para evaluar la satisfacción de los deportistas con las actividades y el ambiente de entrenamiento. Esto permitirá realizar ajustes y mejoras continuas.



- Sesiones de retroalimentación: organizar sesiones regulares donde los deportistas puedan expresar sus opiniones y sugerencias sobre el programa, fomentando un sentido de pertenencia y participación activa en la toma de decisiones.
- Ajustes necesarios: estar abiertos a realizar ajustes en la estrategia según la retroalimentación recibida y los resultados observados.
- Informe anual: elaborar un informe anual que resuma los logros, desafíos y aprendizajes, y que sirva como base para la planificación del próximo año. Este informe puede incluir estadísticas sobre la participación, testimonios de deportistas y recomendaciones para futuras actividades.

Sostenibilidad de la Estrategia.

- Capacitación continua: asegurar que los entrenadores y el personal involucrado en la federación reciban capacitación continua en motivación, inclusión y técnicas de entrenamiento adaptadas.
- Fomento de la cultura deportiva: promover una cultura que valore el deporte adaptado y la inclusión en la comunidad, lo que puede ayudar a atraer más participantes y apoyo.

La implementación de esta estrategia de motivación tiene el potencial de transformar la experiencia deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador. Al centrarse en la inclusión, el apoyo emocional, el reconocimiento y el desarrollo personal, se espera que los deportistas no solo mejoren su rendimiento, sino que también encuentren un sentido de pertenencia y orgullo en su participación. Con un enfoque colaborativo y un compromiso constante, esta estrategia puede contribuir a crear un entorno donde todos los deportistas se sientan valorados y motivados para alcanzar sus metas.

Validación teórica de la propuesta:

La aplicación del método de criterio de expertos permitió evaluar las etapas de la estrategia de motivación, basándose en el coeficiente de competencia de los expertos, quienes realizaron aportaciones significativas para su perfeccionamiento. Este método se



implementó siguiendo la metodología propuesta por Cruz (2018), que inicia con la selección de expertos en función de su Coeficiente de Competencia.

Los resultados de esta metodología facilitaron la identificación de expertos potenciales en el tema, quienes fueron evaluados utilizando la siguiente escala valorativa: un coeficiente de competencia (k) superior a 0.8 indica alta competencia, entre 0.5 y 0.8 indica competencia media, y un coeficiente igual o inferior a 0.5 indica baja competencia.

Para la selección de expertos, se consideraron los siguientes criterios de inclusión:

- Experiencia laboral con deportistas con discapacidad física.
- Participación en proyectos gubernamentales o fundaciones relacionadas con el deporte adaptado.
- Experiencia en investigaciones sobre la práctica deportiva adaptada, específicamente en relación con deportistas con discapacidad física.

De un total de 32 expertos potenciales seleccionados para la valoración de la estrategia de motivación, se eligieron 16 que presentaron un Coeficiente de Competencia igual o superior a 0.8 (alta). Estos 16 expertos evaluaron las etapas de la estrategia utilizando la siguiente escala: 5 (Muy pertinente), 4 (Bastante pertinente), 3 (Pertinente), 2 (Poco pertinente) y 1 (No pertinente). Sus aportaciones, tras la primera ronda, permitieron perfeccionar los ejercicios y acciones propuestos.

Corregidos los señalamientos iniciales, se procedió a efectuar la segunda ronda para la evaluación de la propuesta definitiva de la estrategia de motivación. La evaluación de los expertos sobre cada una de las etapas se presenta en la tabla 1.



Tabla 1. Valoración de los expertos sobre las etapas de la estrategia.

Juicios de valor: C1: Muy pertinente, C2: Bastante pertinente, C3: Pertinente, C4: Poco pertinente, C5: No pertinente							
Tabla de frecuencias absolutas:							
No	Etapas	C1	C2	C3	C4	C5	Total
1	Diagnóstico	4	9	1	3	0	16
2	Planificación	3	9	1	3	0	16
3	Implementación	2	8	3	2	1	16
4	Evaluación	3	8	2	2	1	16

El análisis de los resultados presentados en la tabla 1 muestran que:

- El 81,25% de los expertos considera que la etapa de Diagnóstico es muy pertinente o bastante pertinente, mientras que solo el 18,75% la evalúa como poco pertinente.
- En cuanto a la segunda etapa, Planificación, el 75% de los expertos la califica como muy pertinente o bastante pertinente, y solo el 18,75% la considera poco pertinente. Esto demuestra la relevancia de las actividades propuestas en la estrategia.
- Al evaluar la etapa de Implementación, el 62,5% de los expertos la clasifica entre muy pertinente y pertinente, mientras que solo el 18,75% la considera poco pertinente o no pertinente.
- Respecto a la cuarta etapa, Evaluación, el 68,75% de los expertos la considera muy pertinente o bastante pertinente, mientras que el 18,75% la evalúa como poco pertinente o no pertinente.

En el procedimiento llevado a cabo para determinar el nivel de concordancia entre los expertos respecto a las etapas que conforman la estrategia de motivación, se observó que todas las etapas fueron evaluadas como muy pertinentes o bastante pertinentes, con valores que oscilan entre -0,93 y 0,77. Estos resultados evidencian la pertinencia general de la estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador, así como su viabilidad para la aplicación práctica.



Al analizar los motivos para la práctica de actividades físico-deportivas de las personas con discapacidad física, a tenor de los resultados obtenidos, se puede concluir que esos motivos para casi la totalidad de los participantes son divertirse, las emociones, hacer nuevos amigos, mantenerse en forma, por hacer ejercicio y para estar físicamente bien.

Para más de las tres cuartas partes de los sujetos los motivos son mejorar las propias habilidades, aprender nuevas habilidades, mejorar el propio nivel, el espíritu de equipo, el gusto por la acción, el gusto por los desafíos, hacer aquello en lo cual destaca, tener algo que hacer, por salir de casa y querer gastar energía. Para casi las tres cuartas partes de los sujetos el motivo para la práctica es permanecer en equipo, hacer deporte en grupo y por la competición. Para más de la mitad de los sujetos, los motivos son estar con los amigos, ganar, ser importante, por los viajes y para relajarse. Y para la mitad de los sujetos, los motivos más importantes para la práctica son el gusto por las recompensas, ser importante y popular, alcanzar estatus, por los entrenadores e instructores y por utilizar el equipo.

Al determinar el estado actual de los motivos de la práctica físico-deportivas de las personas con discapacidad, se observan elevadas puntuaciones medias en las variables relativas a la satisfacción con los resultados deportivos, lo que viene a indicar altos niveles de satisfacción. Otro tanto ocurre con la importancia asignada a los diferentes motivos, destaca, no obstante que ser importante y popular tiene una importancia moderada.

Las variables latentes derivadas son; Autorrealización, Diversión, Satisfacción, Forma física, Práctica en grupo, Desarrollo de habilidades y Factor social. Estas dimensiones no coinciden con la Gill et al. (1983) ni con la obtenida por López (2008).

Es importante hacer referencia al estudio realizado por Zambrano e Hincapié (2022), en base al cuestionario de satisfacción con los resultados deportivos CSRD con el objetivo de lograr identificar los motivos de la práctica deportiva en jugadores de tenis en silla de ruedas y global. Para hacer un análisis parcial, el estudio señala que el 100% de los deportistas, valoraron como muy importante los ítems "me gusta ganar", "quiero estar en forma", "me gusta hacer ejercicio", "me gusta la acción", "me gusta la competición", "me gusta practicar deporte", "quiero estar físicamente bien" y "quiero alcanzar estatus-elite". Mientras que en



nuestra investigación en los mismos ítems la media supera el 80%. Lo que hace notar que existe una relación entre las respuestas obtenidas con respecto a este estudio, es importante considerar que el estudio antes mencionado se derivan cuatro factores ya que el objetivo de este está enfocado en la motivación. Similar es el caso del estudio de Romera et al. (2021), mientras que en el nuestro se derivan siete factores ya que el tema está enfocado en los motivos para la práctica deportiva y la satisfacción, por lo que no todo coincide con lo planteado por Gill et al. (1983) ni con los resultados obtenidos en el estudio sobre las orientaciones de metas de logro de López (2008).

No obstante, esos factores presentan adecuados índices de consistencia interna. Sería conveniente de cara al futuro realizar un análisis factorial confirmatorio para contrastar el modelo propuesto por los autores del instrumento y valorar si con las dimensiones obtenidas se alcanzan adecuados índices de ajuste del modelo obtenido en el análisis factorial exploratorio. Para futuros trabajos se podría, empleando análisis de vías, indagar más sobre la compleja red de relaciones que se observan entre la importancia concedida a los motivos para la práctica de actividad físico-deportiva y el nivel de satisfacción con los resultados del deporte.

La sistematización de los fundamentos teóricos y metodológicos sobre el tema permitió demostrar la importancia y necesidad de las estrategias de motivación para favorecer la práctica deportiva de los deportistas con Discapacidad Física. La estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador elaborada consta de cuatro etapas: diagnóstico, planificación, implementación y evaluación; las que aportan la información requerida para su funcionalidad y operatividad por los entrenadores y profesores deportivos.

La aplicación del método criterio de expertos, empleado para la validación teórica de la pertinencia de la propuesta, aportó resultados que demuestran la pertinencia y posibilidades de aplicación práctica de estrategia de motivación para la práctica deportiva de los deportistas de la Federación de Discapacidad Física de Ecuador, pues todas las etapas



de la estrategia fueron evaluadas como muy pertinentes o bastante pertinentes por los expertos al obtenerse valores entre $-0,93$ d" $0,77$.

En otras investigaciones a realizar, en el futuro de igual manera, podría ampliarse la muestra, tomando en consideración a todas las personas con discapacidad física que practican actividad físico-deportiva, y no, como es el caso, considerando solo aquellas personas con discapacidad que pertenecen a la federación. Como limitación se puede considerar la técnica de autoinforme empleada porque las respuestas de los sujetos se pueden haber visto afectadas por el sesgo de la deseabilidad social. Los sujetos en lugar de responder lo que realmente piensan contestan en función de lo que es socialmente deseable.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ale de la Rosa, Y., Guillen Pereira, L., Herrera Camacho, A., Rodríguez Torres, Á., Gutiérrez Cruz, M., & Estece Fajardo, I. (2021). Desarrollo de competencias profesionales en personas con discapacidad para la praxis del Entrenamiento Deportivo: una visión desde el caso Andrés. *Retos*, 39(39), 576584.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78859>
- Bogado, D. J., & Villalba, F. J. (2023). Factores de impacto positivo sobre el bienestar subjetivo al realizar un deporte competitivo en deportistas con discapacidad física en Argentina. *Revista Española De Educación Física Y Deportes*, 437(3), 116.
<https://doi.org/10.55166/reefd.v437i3.1101>
- Camargo Rojas, D. A., Delgado Castrillon, J. V., García Cabrera, V., García Cabrera, V., Estupiñan Gonzalez, L. M., Medina Garzón, P. M., Muñoz-Hinrichsen, F., & Torres Paz, L. E. (2023). Estado del arte de la investigación en discapacidad y actividad física en Sudamérica Una Revisión Narrativa (State of the art of research on disability and physical activity in South America A Narrative Review). *Retos*, 48, 945968.
<https://doi.org/10.47197/retos.v48.95286>



- Cruz, M. (2018). Un estudio sobre la implementación del método Delphi en publicaciones de ciencias médicas indexadas en Scopus. *Educación Médica Superior*, 32(3). <http://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1408/687>
- Freire da Silva, F., Almeida Da Silva, J., de Souza Duim, G. A., Andrade do Nascimento, J. R., & Ferreira de Araújo, P. (2019). Orientação motivacional de atletas usuários de cadeira de rodas. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 17(2), 1319. doi: 10.36453/2318-5104.2019.v17.n2.p13
- Gallego, M. y Salinas, N. (2019). El deporte como mecanismo de resiliencia para deportistas en situación de discapacidad. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 11(1), 117-135
- García, A., Pérez, B., & Torres, C. (2022). La motivación intrínseca en el deporte adaptado. *Revista de Psicología del Deporte*, 45, 40-50.
- Gill, D. L., Gross, J. B. y Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14
- Hernández, R., Quiñonez, J. A., Arenas, J., Urrea, A. M., Barbosa-Granados, S., & Loaiza, H. H. A. (2021). Características Psicológicas en Deportistas con Discapacidad Física [Psychological Characteristics in athletes with physical disability]. *Retos*, 40(40), 351358. doi: 10.47197/RETOS.V1I40.83079
- Kizar, O., Demir, G. T., & Genç, H. (2021). Análisis del efecto de los tipos de discapacidad de los atletas nacionales y amateurs con discapacidad en la motivación para participar en el deporte [Examination of the effect of national and amateur disabled athletes' disability types on sports participation motivation]. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 6(12). <https://www.oapub.org/edu/index.php/ejep/article/view/3655>
- López, M. (2008). *Un modelo casual de las orientaciones de meta en el ámbito deportivo: deportes individuales y en equipo* [Tesis Doctoral, Universidad de Alicante].



Romera, E. M., Torralba, M. Ángel, Braz, M., & Rubio, M. J. (2021). La motivación en el deporte adaptado. *Psychology, Society & Education*, 6(1), 27-40.
<https://doi.org/10.21071/psy.e.v6i1.13781>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness [Teoría de la autodeterminación: Necesidades psicológicas básicas en la motivación, el desarrollo y el bienestar]*. Guilford Press.

Vieira, Y., Colere, J., & Lange De Souza, D. (2021). Facilitadores e barreiras para a prática esportiva por parte de atletas com comprometimentos no Brasil. *Retos*, 41, 812822.
<https://doi.org/10.47197/retos.v41i0.85497>

Zambrano, M. A. e Hincapié, O. L. (2022). Facilitadores en el deporte paralímpico: motivos de práctica deportiva en jugadores con discapacidad física y visual. *Retos*, 44, 27-33.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8104619>

Conflictos de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.

