



# **DEPORTE ACTIVO E INCLUSIVO PARA PERSONAS CON AUTISMO**

# Deporte Activo e Inclusivo para Personas con Autismo

## ENTIDAD SOLICITANTE.

La Asociación de Familias de Personas con Autismo de Las Palmas (APNALP) puede presumir ya de una dilatada experiencia de más de 40 años en la atención a las personas con Trastorno del Espectro del Autismo (TEA), y en la orientación y el asesoramiento a las familias de las personas afectadas por este trastorno del neurodesarrollo. Actualmente, la entidad cuenta con algunos servicios como un centro de atención diurna, actividades de respiro familiar, una sala terapia ocupacional desde el enfoque de integración sensorial, formación, orientación familiar, detección e impresión diagnóstica, campamento de verano,...

Teniendo en cuenta que la propia formación de la entidad está compuesta por familiares de personas con TEA podemos afirmar que conocemos, de primera mano, las necesidades de las personas afectadas y de las propias familias.

Los rasgos que caracterizan a las personas con TEA son los siguientes:

a) Déficits persistentes en comunicación social e interacción social a lo largo de múltiples contextos (déficits en reciprocidad socio-emocional; déficits en conductas comunicativas no verbales usadas en la interacción social; déficits para desarrollar, mantener y comprender relaciones).

b) Patrones repetitivos y restringidos de conductas, actividades e intereses (movimientos motores, uso de objetos o habla estereotipados o repetitivos; insistencia en la igualdad, adherencia inflexible a rutinas; intereses altamente restringidos, obsesivos que son anormales por su intensidad o foco; hiper o hipo reactividad sensorial o interés inusual en aspectos sensoriales del entorno).

Como podemos imaginar, estos síntomas causan alteraciones clínicamente significativas a nivel social, ocupacional o en otras áreas importantes del funcionamiento actual. Además, no debemos olvidar que todas estas características suelen ir asociadas a una discapacidad intelectual que hace mucho más complejo el cuadro y que limita, altera e incapacita en gran medida el funcionamiento diario de las personas afectadas y sus familias.



APNALP es una entidad sin ánimo de lucro de ámbito insular, que cuenta actualmente con 98 socios, y cuyos fines estatutarios son:

1.- Desarrollar acciones que contribuyan a la mejora de la calidad de vida de las personas con Trastorno del Espectro del Autismo (TEA), sus familias y otras redes de apoyo.

2.- Promover el bien común de las personas que estén bajo la patria potestad o tutela de asociados.

## DATOS GENERALES DEL PROYECTO.

---

\* Importe solicitado: 7.826 €

\* Concepto del gasto: gastos de personal y actividades deportivas.

\* Período de ejecución: del 25 de abril al 30 de diciembre de 2022.

\* Técnico responsable: María Afonso Suárez (coordinadora de servicios de APNALP) / 685 744 984 / [apnalp@apnalp.org](mailto:apnalp@apnalp.org)

\* Zona de actuación: la ciudad de Las Palmas de Gran Canaria

## FUNDAMENTACIÓN.

---

Los Trastornos del Espectro del Autismo (TEA) siguen siendo un trastorno del neurodesarrollo bastante desconocido que está acompañado de una escasa visibilidad y de una gran cantidad de mitos que no favorecen a la imagen del trastorno ni a la inclusión de las personas que lo padecen. Actualmente, la prevalencia de los TEA es 1/88, lo que quiere decir que en nuestros colegios habrá un alto porcentaje de niños con estas características. "Están en su mundo", "son niños solitarios", "no les gustan que los toquen", "no pueden demostrar sus sentimientos", "no saben comunicarse", "son agresivos", etc. Todas estas frases acompañan a las personas con TEA a lo largo de toda su vida, impidiendo un mayor entendimiento del trastorno y complicando las relaciones

entre iguales, los tratamientos eficaces, y favoreciendo un estigma que se perpetúa en el tiempo.



Las personas con TEA, al igual que el resto, tienen unos puntos fuertes que es importante que el resto de personas conozcan para potenciarlas y favorecer su autoestima. También, como el resto de personas, poseen puntos débiles que es fundamental que también se acepten para así conseguir comprenderlas y respetarlas.

Por este motivo, pretendemos fomentar la participación y realización de actividades deportivas que mejoren directamente la calidad de vida de las personas con TEA, tanto por las mejoras físicas, como por las mejores psíquicas y emocionales que están también directamente relacionadas a la práctica periódica del deporte.



No debemos olvidar nunca que las diferencias son lo habitual, que todos seamos diferentes es la realidad; las pretensiones de igualdad no pueden ser nuestro objetivo porque no es verdad: **TODOS SOMOS DIFERENTES**, y asumir esta premisa es lo que conseguirá una sociedad equitativa, en la que cada persona contará con apoyos específicos e individualizados.

Los beneficiarios directos del presente programa son personas (niños y jóvenes) con autismo y necesidades de apoyo muy significativas que además tienen una discapacidad intelectual asociada al propio trastorno. Eso supone que el grado de afectación de los beneficiarios es bastante alto, requiriendo por ello de una atención bastante individualizada y cualificada.

3

El número de beneficiarios directos ascenderá, aproximadamente, a 25, teniendo en cuenta que se organizarán agrupamientos según edades cronológicas e intereses deportivos.

Como beneficiarios indirectos podemos señalar tanto a las familias de los beneficiarios como al resto de participantes y profesionales que compartan la actividad deportiva. En el primer caso, las familias son las que podrán observar y vivenciar las mejoras que la práctica deportiva provoca en los usuarios (mejoras en el sueño, concienciación de su cuerpo y cuidado del mismo, mejora en las destrezas motoras, canalización del placer por el movimiento, aumento generalizado del movimiento coordinado, mejora de la función cardiovascular, control del sobrepeso, reducción de la ansiedad, etc.) a corto y medio plazo.

En el segundo lugar, el resto de participantes sin discapacidad que realicen las actividades inclusivas conocerán a personas con TEA, desmitificarán el trastorno, comprenderán, respetarán, y aceptarán las diferencias, se adaptarán a las necesidades y apoyos que los otros presentan (empatía y generosidad), y, en general, fomentarán un conocimiento y aceptación de las personas con TEA.



## **OBJETIVOS GENERALES y ESPECÍFICOS.**

### Objetivos generales

- 1.- Realizar de actividades deportivas para personas con TEA.
- 2.- Concienciar y visibilizar el trastorno.

### Objetivos específicos

- 1.1.- Contactar con empresas deportivas.
- 1.2.- Elaborar programa de actividades deportivas.
- 1.3.- Participar en actividades deportivas variadas (surf, escalada, senderismo, running, natación, pilates, buceo, etc.).
- 1.4.- Fomentar el bienestar físico, psíquico y emocional de los beneficiarios.
- 2.1.- Participar en actividades deportivas inclusivas y en contactos naturales y funcionales.

### Objetivos operativos

- 1.1.1.- Contactar con, al menos, 5 empresas deportivas diferentes.
- 1.2.1.- Proponer más de 5 actividades deportivas.
- 1.3.1.- Realizar, como mínimo, 10 actividades deportivas inclusivas.
- 1.4.1.- Mejorar 3 habilidades, capacidades o hábitos en cada usuario (sueño, cuidado del cuerpo, destrezas motoras, movimiento coordinado, función cardiovascular, reducción del sobrepeso y la ansiedad,...).
- 2.1.1.- Participar en, al menos, 5 modalidades deportivas diferentes.
- 2.1.2.- Contar con, al menos, 4 beneficiarios en cada actividad deportiva.

### **METODOLOGÍA.**

El presente proyecto se llevará a cabo del 25 de abril al 25 de junio, y del 1 de septiembre al 17 de diciembre, los viernes, de 16.00 a 20.30 y los sábados de 10.00 a 14.00 h. Y del 23 al 30 de diciembre, de lunes a viernes de 09.00 a 14.30 h. En esas jornadas se acompañará a los beneficiarios a la realización de la actividad deportiva programada para ese día. La primera acción que se realizará será la anticipación, a través de apoyos visuales (fotos, dibujos, pictogramas, agendas, historias sociales,...) de la actividad deportiva en cuestión y del resto de actividades que se van a desarrollar (por ejemplo, ducha/tentempié/paseo...), de manera que los beneficiarios sepan con toda claridad qué van a hacer durante esas horas que están ejecutando el proyecto.



Los apoyos que se ofrezcan estarán en función de las habilidades de cada usuario en el desarrollo de las diferentes prácticas deportivas, pero en todo momento se fomentará la autodeterminación, la comunicación, y la motivación.

Desde APNALP se trabaja desde un enfoque de PCP (Planificación Centrada en la Persona) para lo cual se realizará un encuentro inicial con las familias de los usuarios en la que se recogerán las preferencias y motivaciones deportivas para la adecuada planificación y programación de las actividades.

## CRONOGRAMA.

La duración de cada actividad será de 4 horas aproximadamente y se contará con un máximo de 5 personas con TEA en cada una de ellas.

FECHAS	USUARIOS	ACTIVIDAD DEPORTIVA
29 – 30 abril	4 – 5 usuarios	Surf, senderismo, running, yoga, escalada, gimnasio, pádel surf, natación, vela, buceo, caballos, piscina, etc.
6 – 7 mayo		
13 – 14 mayo		
20 – 21 mayo		
27 – 28 mayo		
3 – 4 junio		
10 – 11 junio		
17 – 18 junio		
25 junio		
2 – 3 septiembre		
9 – 10 septiembre		
16 – 17 septiembre		
23 – 24 septiembre		
30 – 1 octubre		
7 – 8 octubre		
14 – 15 octubre		
21 – 22 octubre		
28 – 29 octubre		
4 – 5 noviembre		
11 – 12 noviembre		
18 – 19 noviembre		
25 – 26 noviembre		
2 – 3 diciembre		
9 – 10 diciembre		
16 – 17 diciembre		
26 – 30 diciembre		



## ACTIVIDADES.

Las actividades que se desean implementar con la puesta en marcha del presente programa son los siguientes:



ACTIVIDAD	Profesionales que intervienen		Fecha inicio	Fecha final
	Nº	Categoría profesional		
Contacto con empresas de actividades deportivas	1	Coordinadora de servicios	25/04/2022	15/11/2022
Entrevistas con familias	1	Coordinadora de servicios	25/04/2022	01/06/2022
Actividades deportivas	2	Monitoras	25/04/2022	31/12/2022
Elaboración de cuestionario de evaluación	1	Coordinadora de servicios	01/11/2022	30/11/2022
Aplicación de cuestionario de evaluación	1	Coordinadora de servicios	15/12/2022	30/12/2022

## RECURSOS HUMANOS y MATERIALES.

Recursos personales: este gasto será imputado completamente al presente programa y constará de 2 monitoras de atención directa. También desarrollará una parte del programa la coordinadora de servicios por lo que se aplicará el % correspondiente de horas imputado al programa .

Categoría profesional	Titulación requerida	Nº profesionales	Funciones	Datos del contrato de trabajo			Imputado al proyecto	
				Nº meses	Nº h/sem	Nueva contratación	Nº h/sem	Período
Monitora	Integrador social o similar	2	Atención directa a personas con TEA	12	35	No	8	del 01/05 al 30/06 y del 01/09 al 30/12
Coordinadora de servicios	Maestra de educación especial	1	Programación de actividades, contacto con empresas, coordinación con las familias	12	40		3	

Recursos materiales: la entidad cuenta con una furgoneta (Renault Traffic) que podrá ser usada puntualmente para algunos traslados de los usuarios. Entendemos que todos los recursos materiales que se requieran para el desarrollo del programa estarán a disposición en las diferentes empresas deportivas con las que se contratarán los servicios.



## PRESUPUESTO.

Las partidas presupuestarias de este proyecto se concentran, principalmente, en los costes de personal cualificado que se encargue de supervisar, apoyar y ayudar a los beneficiarios del proyecto a lo largo de todo el desarrollo de las actividades.

De esta manera, la partida presupuestaria de personal es la que a continuación se describe:

Categoría profesional	Nº Profesionales	Periodo contratación (meses)	JORNADA LABORAL		COSTE BRUTO/MES		TOTAL GASTOS PERSONAL
			Nº horas/sem contrato laboral	% Imputado al proyecto	Remuneración (sueldo+SS trabajador+IRPF)	Seguridad Social (empresa)	
Monitora	2	6	8	11,4 %	627 €	201 €	4.968 €
Coordinadora de servicios	1	6	3	7,8 %	261 €	82 €	2.058 €
<b>TOTAL</b>							<b>7.026 €</b>

Por otra parte, también se solicitará una partida presupuestaria de 800,00 € para la contratación de las actividades deportivas ya que, aunque las familias, realizarán una aportación puntual, no pueden hacerse cargo en su totalidad de esa partida presupuestaria.

De esta manera, el **COSTE TOTAL** del proyecto asciende a **7.826,00 €**.



## EVALUACIÓN.

Se diseñará y se entregará un cuestionario de evaluación a cada uno de los participantes después de cada actividad realizada. Esto nos permitirá ir mejorando y adaptando las actividades deportivas a lo largo de todo el desarrollo del proyecto.

Al final del mismo, también se trasladará otro cuestionario sobre aspectos generales del programa (organización, adecuación, atención, etc.).

## DIFUSIÓN y PROMOCIÓN.

---

Las acciones de difusión serán las siguientes:

- Promoción en redes sociales (Facebook), realizando entradas periódicas con fotos de los beneficiarios realizando actividades deportivas.
- Promoción en web de la entidad ([www.apnalp.org](http://www.apnalp.org)), incluyendo el logotipo de Sagulpa entre las empresas colaboradoras de la entidad.
- Inclusión del logo de Sagulpa en todos los documentos elaborados para el proyecto.
- Mención en la memoria anual de actividades de la entidad que es remitida, al finalizar el año, a todos los organismos públicos y privados.

Las Palmas de Gran Canaria, a 28 de abril de 2022.

