

VIII Convocatoria Deporte Solidario e Inclusivo

“Programa de reactivación de enfermos de cáncer/familiares (mediante el medio acuático; práctica del tiro con arco; entrenamientos funcionales específicos; pilates/yoga) e integración de discapacitados intelectuales en medios acuáticos”

Programa de reactivación de enfermos de cáncer/familiares (Colaboración con la Asociación española de cáncer)

El proyecto a desarrollar está enfocado a la reactivación de los enfermos de cáncer y de sus familiares, incidiendo en aquellas personas que han finalizado un tratamiento de quimioterapia, radioterapia u otros enfocados a la cura de un cáncer. Se trata de que estas personas (y/o familiares) después de haber pasado por el trance de esta enfermedad puedan y se sientan capaces de volver a reintegrarse en la vida cotidiana mediante la práctica deportiva para un bienestar físico y mental acorde a sus necesidades.

Se realizará mediante las siguientes actividades:

- **Tiro con arco**: Se aplican los posibles beneficios que este deporte tiene en el miembro superior afectado tras la cirugía y la radioterapia. Prevención y mantenimiento del linfedema, una complicación común tras la intervención quirúrgica que afecta fundamentalmente al brazo, en forma de aumento de volumen.
- **Pilates y yoga**: enfocadas a la mejora de las condiciones físicas de una manera muy progresiva y la cual no genere un gran impacto físico tras las secuelas que pudiese dejar alguno de los tratamientos usados para la cura del cáncer.
- **Entrenamiento funcional**: mejora de las capacidades físicas necesarias para el desarrollo de una vida plena y con suficiente calidad que le permitan a los supervivientes la vuelta a la normalidad en sus actividades del día a día.
- **Actividades acuáticas**: estas actividades en el medio acuático se centran en la mejora de las cualidades más básicas y con una generación mucho menor del impacto producido, alterna ejercicios tanto globales como específicos y de una forma más lúdica en un medio ingravido.



Integración de discapacitados intelectuales (Síndrome de Down) en medios acuáticos

(Colaboración con la Down Coruña)

Somos conscientes de que las instalaciones acuáticas climatizadas son un bien escaso como instalación deportiva en nuestro municipio, y si a este factor le añadimos de que el colectivo de discapacitados intelectuales necesita de unas ayudas técnicas más individualizadas, hace la escasa viabilidad de que exista actividades acuáticas dedicadas especialmente a discapacitados intelectuales.

El medio acuático como elemento terapéutico de estimulación es bastante innovador y no suele estar contemplado en los esquemas habituales de la Atención Temprana. Sin embargo, su aplicación es necesaria, dadas las características específicas de las personas con Síndrome de Down, y está confirmada su importancia como forma coadyuvante de la Atención Temprana

Las personas con Síndrome de Down presentan entre sus peculiaridades específicas una hipotonía muscular y una laxitud ligamentosa que tiene su mejor tratamiento en el medio acuático como son las piscinas bien recreativas o de enseñanza .