PREMIOS
SOCIEDAD INCLUSIVA

Deporte para todas las personas: asesoramiento, acompañamiento y préstamo de material para la iniciación deportiva



La Fundación Enki lleva desde 2021 desarrollando un programa integral para facilitar el acceso al deporte a personas con discapacidad en A Coruña. El programa tiene tres ejes: asesoramiento y acompañamiento personalizado, sesiones de iniciación deportiva inclusivas —en las que participan conjuntamente personas con y sin discapacidad— y un banco de préstamo de material adaptado gratuito, con handbikes, carros de running, joelettes o tándem, entre otros. Esto permite que cualquier persona pueda probar el deporte sin necesidad de asumir el elevado coste del equipamiento especializado. Desde que existen registros, el programa ha realizado 64 iniciaciones deportivas y 213 préstamos de material, y cuenta actualmente con 40 deportistas federados en running y 9 con licencia de ciclismo.

El programa llega también a quienes tienen más dificultades para acceder por su cuenta: el equipo de Enki visita de forma periódica centros de educación especial, fundaciones y entidades sociales para acercar el deporte a personas que, de otro modo, no llegarían a participar. Además, imparte charlas formativas en centros de formación profesional y colabora con ayuntamientos como A Coruña, Carballo o A Laracha en ferias y eventos deportivos. La iniciativa ha sido reconocida en varias ocasiones, entre otros con el Premio Galicia Saludable de la Xunta de Galicia en 2023 y el Premio a la mejor entidad en promoción del deporte inclusivo de la Diputación de A Coruña ese mismo año.

DATOS DE LA INICIATIVA

Nombre completo de la práctica inclusiva:

Deporte para todas las personas: asesoramiento, acompañamiento y préstamo de material para la iniciación deportiva

Nombre de la persona física o jurídica que la realiza:

Fundación Enki

Enlace con informacion sobre la misma publicada en una web o redes sociales:

https://www.enkiproyecto.com/movimiento/

Categoria a la que se presenta:

Accesibilidad y vida independiente

Resumen de los méritos de la candidatura:

Deporte para todos: Asesoramiento, Iniciación Deportiva y Banco de Préstamo de Material es un programa que destaca por su firme compromiso con la inclusión, la igualdad de oportunidades y la promoción de hábitos de vida saludables entre las personas con discapacidad. Su objetivo principal es facilitar el acceso a la práctica deportiva a quienes se encuentran en situación de desigualdad de oportunidades, ofreciendo actividades adaptadas a las necesidades concretas de cada persona y favoreciendo el ejercicio efectivo del derecho a la participación plena.

La Iniciación Deportiva constituye un pilar fundamental del programa, al promover el acercamiento al deporte en un entorno accesible, seguro y formativo. A través de este enfoque, se prioriza el empoderamiento personal como vía para alcanzar la mayor autonomía posible.

Por su parte, el Banco de Préstamo de Material contribuye a eliminar barreras económicas mediante la puesta a disposición de equipamiento específico. De este modo, se facilita la continuidad en la práctica deportiva y se garantiza que ninguna persona quede excluida por falta de recursos.

Descripcion de la candidatura:

El número de personas con discapacidad continúa en aumento, sin embargo, en muchas ocasiones no se considera el deporte como una primera necesidad en su proceso de formación y desarrollo. No obstante, la actividad física es una fuerza impulsora de la inclusión de las personas con discapacidad en la comunidad.Durante el trabajo diario que realiza la Fundación, se identificó que el desconocimiento y las dificultades de acceso al material deportivo adaptado, así como el asesoramiento específico ha constituido una de las principales causas por al que las personas con discapacidad no se inician en el deporte adaptado, a pesar de las evidentes mejoras que su práctica supone tanto en su desarrollo motriz como social. Los principales problemas que encuentran en su acceso el deporte son:
- Escasa formación de profesionales en la atención a la diversidad
- Elevado coste del material deportivo adaptado
- Carencia de actividades de iniciación deportivas inclusivas
- Falta de instalaciones deportivas adaptadas que prioricen la atención a la discapacidad
Apenas el 28,3% de las personas con discapacidad realiza algún tipo de ejercicio físico, sin embargo, la actividad deportiva figura como la primera opción en la lista de actividades a las que desearían dedicar su tiempo libre. La participación conjunta, en un contexto donde se incluyan personas con y sin discapacidad, mejora la autoestima, la aceptación social y las actitudes de ambos grupos, y favorece el conocimiento tanto de la discapacidad como de las modalidades deportivas que pueden ser practicadas. Por tanto, la experiencia de practicar deporte de manera conjunta es la base para construir y cambiar creencias, así como para reducir la discriminación y los prejuicios.
El programa de Deporte que desarrolla la FUNDACIÓN ENKI, puesto en marcha en 2021, se configura como un servicio integral de asesoramiento y acompañamiento para facilitar el acceso al deporte de las personas con discapacidad. Más allá de la organización de entrenamientos planificados, el programa incluye un banco de préstamo de material deportivo adaptado, actividades deportivas programadas de carácter inclusivo y acciones formativas dirigidas a profesionales y agentes comunitarios. Este enfoque global permite no solo la iniciación en la práctica deportiva, sino también la eliminación de barreras técnicas, materiales y formativas que dificultan la participación, promoviendo un acceso más equitativo, seguro y sostenible al deporte.
Por un lado, la existencia de entrenamiento adaptado a sus necesidades favorece el acercamiento al deporte, con los beneficios que este supone para el desarrollo de la autonomía personal. Por otro, la iniciativa propuesta permitirá disponer de material deportivo adaptado que dado su elevado coste no es de fácil acceso. De esta manera las persona que se acerquen a participar de las actividades de entrenamiento tendrán la posibilidad de probar carros de running, handbikes, joelettes, etc.
Una de las características más significativas de esta iniciativa es su carácter conjunto: la iniciación deportiva se ofrece a todo tipo de público, de manera que muchos deportistas sin discapacidad que se acercan a la entidad acaban participando como voluntarios que colaboran con deportistas con discapacidad en sus entrenamientos.
Actividades:
- Quedadas ENKI: 1 vez al mes, en fin de semana. Duración: entre 3-4 horas. Ámbito provincial. Participan conjuntamente personas con y sin discapacidad. Al menos 1 de las quedadas se desarrollará en zona de alta dispersión poblacional.
- Entrenamientos en las Pistas de ELVIÑA (UDC): martes y jueves de 11:00 a 12:30 h - Entrenamientos Termaria: lunes, martes, miércoles y jueves de 10:00 a 12:30 h (entrenamiento en el gimnasio y en la piscina con personas con discapacidad). Este servicio tiene como objetivo principal fomentar la participación autónoma de las personas en la práctica deportiva, asegurando que puedan desenvolverse con seguridad y confianza. Para ello, se realiza una planificación adecuada de la actividad teniendo en cuenta el entorno y los recursos disponibles, se identifican y resuelven de forma conjunta las posibles barreras que dificultan el desarrollo del servicio, y se trabajan las adaptaciones necesarias junto con su correcto uso y mantenimiento.
- Acercamiento deportivo la entidades y asociaciones: de manera recurrente y programada, 1 vez al mes, nos acercamos a las entidades para que las personas prueben nuestro material para que posteriormente, todos aquellos que quieran, podan incorporarse nos nuestros entrenamientos o disfrutar del préstamo de material deportivo adaptado
- Charlas deportivas formativas a centros de formación profesional: 2 veces al mes durante lo curso escolar. Duración 3h cada una.
Los recursos necesarios para el funcionamiento del programa son:
- Equipo multidisciplinar formado por una Educadora Físico Deportiva responsable de la organización y coordinación de la

actividad, así como de la planificación de los entrenamientos, trabajando con el asesoramiento de una Terapeuta Ocupacional. Este equipo tiene soporte desde el equipo de oficina (Gerencia y Gestión Administrativa), así como del grupo de voluntariado asignado a cada actividad.
- Material deportivo adaptado: handbikes, carros de running, caderas de atletismo, tándem, triciclos,...así como material diverso para la realización de las adaptaciones (correas, bridas, ...).
- Otros materiales deportivos y tecnológicos (ordenador, rodillo, reloj, cronómetro, ...)
ENKI trabaja en colaboración con otras entidades sociales, ofertando el servicio de iniciación deportiva y banco de préstamo de material deportivo adaptado, de manera totalmente gratuita. Realiza acercamientos deportivos a entidades sociales de forma periódica, con el fin de hacer llegar la oportunidad de iniciarse en la práctica deportiva a aquellas personas que a priori no llegarían a nosotros por diversas situaciones (institucionalización, no creen que el deporte sea para ellos)

Impacto social de la candidatura:

Cada vez más personas con discapacidad se ponen en contacto con nuestra entidad con el objetivo de iniciarse en la práctica de algún deporte. Está comprobado que la actividad deportiva mejora, no solo las condiciones físicas de las personas que lo practican, sino que tiene beneficios a nivel social y lúdico. En el caso caso de las personas con discapacidad la posibilidad de practicar deporte no solo mejora sus condiciones físicas si no que se convierte en un instrumento que favorece la inclusión en la comunidad. Desde ENKI se organizan actividades en las que participan conjuntamente personas con y sin discapacidad, lo cual favorece el conocimiento entre ambos grupos, contribuye a modificar creencias, reduce la discriminación, y además mejora la autoestima, la aceptación social y las actitudes.

Participación:

Desde que tenemos registros, se han realizado 64 iniciaciones deportivas y 213 préstamos de material deportivo adaptado. El objetivo del programa de iniciación deportiva es que las personas con discapacidad incorporen la práctica deportiva a sus rutinas. La Fundación apoya y fomenta que los deportistas empiecen a participar en competiciones de carácter popular y federado. Actualmente ENKI cuenta con 40 deportistas federados en running, 9 con licencia de ciclismo (7 con discapacidad) y 1 en deporte adaptado. Actualmente la entidad está en un proceso de mejora de registros que permita analizar el número de personas beneficiarias de cada actuación.

Marco temporal:

01/01/2026 a 31/12/2026

Accesibilidad:

Los vehículos deportivos adaptados necesitan frecuentemente realizar un ajuste a las necesidades e intereses de la persona usuaria. Los productos de apoyo y las adaptaciones funcionales son un medio para que las personas con discapacidad puedan participar e involucrarse en una actividad deportiva de su elección, permitiendo la adaptación del material deportivo a sus características y situación individual. El asesoramiento es un elemento clave para poder llevar a cabo este ajuste.

Trabajo en red:

La entidad fomenta la participación voluntaria, visitando centros de formación como la Facultad de Educación Física en la UDC (con la que colabora) y el Máster de Profesorado en EF, Terapia Ocupacional, ciclos TSEAS y TCAFDMN, entre otras.
También a través de los clubes deportivos (sobre todo del ámbito del running) de la zona para que se animen a participar y echar una mano a todas aquellas personas usuarias que lo precisan.
Buscamos que más personas participen en las actividades visitando centros de educación especial y fundaciones con gente con discapacidad para lograr que más personas se sumen a nuestros entrenamientos y utilicen nuestro material adaptado de manera recurrente.
Muchas personas precisan adaptaciones para poder realizar actividad física, por lo cual asesoramos y realizamos las adaptaciones necesarias en un trabajo multidisciplinar entre terapeuta y educadora físico-deportiva para que el acceso al deporte sea el más eficaz, eficiente y seguro para las personas.
Participamos en diferentes actividades para fomentar la inclusión a través de la actividad física y el deporte colaborando en actividades organizadas por diferentes ayuntamientos como A Laracha, Carballo o A Coruña. Colaboramos también con varios ayuntamientos en ferias y eventos deportivos instalando un stand informativo con vehículos adaptados, dando a conocer las opciones de deporte adaptado.

Transversalidad:

La transversalidad del programa se refleja en su capacidad para integrar ámbitos educativos, sociales, deportivos y comunitarios en una misma línea de actuación. No se limita únicamente a la práctica física, sino que conecta la actividad deportiva con la formación en valores, la inclusión social, la igualdad de oportunidades y la sensibilización hacia la diversidad. El programa implica a centros educativos, familias, profesionales del deporte, entidades sociales y administraciones, generando una red colaborativa que refuerza su impacto y sostenibilidad. Asimismo, promueve la coordinación entre distintas áreas (educación, servicios sociales y deporte) favoreciendo una intervención integral centrada en la persona. De este modo, la iniciativa trasciende el ámbito estrictamente deportivo para convertirse en una herramienta de transformación social, fomentando la participación activa, la cohesión comunitaria y la construcción de entornos más accesibles e inclusivos.

Innovación:

El trabajo realizado desde el inicio de este programa y el aumento en el número de solicitudes por parte de personas con discapacidad para participar indican que cubre una necesidad que hasta la puesta en marcha del mismo no existía. Los entrenamientos ENKI dan a las personas con discapacidad a oportunidad de iniciarse en la práctica de un deporte con todos los beneficios que conlleva a nivel de mejora física. Pero además es un vehículo de inclusión, mejorando tanto el desarrollo físico como el intelectual, emocional y social.
ENKI utiliza sus recursos tanto de material adaptado, como el laboratorio I+D, facilitando el material necesario que dado su elevado coste no resulta de fácil acceso para la mayoría de la población.

Transferibilidad:

Es transferible a otros territorios porque se basa en una metodología estructurada, modular y escalable, que combina detección de necesidades, acompañamiento técnico, cesión de material, programación de actividades y activación comunitaria mediante alianzas y voluntariado. A continuación, se detalla el proceso replicable:
El programa es fácilmente replicable en otros territorios porque sigue un proceso estructurado y adaptable a diferentes contextos. En primer lugar, se realiza una detección de necesidades y barreras existentes en la comunidad (falta de material, desconocimiento, escasa oferta inclusiva, dificultades de acceso). A partir de ahí, se diseña una oferta básica compuesta por iniciación deportiva, entrenamientos planificados y banco de préstamo de material adaptado. Se conforma un equipo mínimo (coordinación deportiva y asesoramiento técnico en adaptación funcional) y se establece una red de colaboración con ayuntamientos, clubes deportivos, centros educativos y entidades sociales. Las personas acceden mediante una sesión inicial de valoración donde se identifican intereses, necesidades y ajustes necesarios del material, garantizando seguridad y adecuación individual. El programa se apoya en registros sencillos de participación y préstamo, lo que permite evaluar resultados y mejorar continuamente. Este modelo puede adaptarse tanto a entornos urbanos como rurales, ajustando la frecuencia de actividades, los recursos disponibles y las alianzas comunitarias, manteniendo siempre como eje el acceso gratuito, el acompañamiento técnico y la participación inclusiva.

Evaluación:

La iniciativa incorpora un sistema de evaluación continua basado en la recogida de información cuantitativa y cualitativa. Por un lado, se registran datos objetivos como número de iniciaciones deportivas, préstamos de material, asistencia a entrenamientos y continuidad en la práctica deportiva. Por otro lado, se realiza una valoración cualitativa a través de encuestas de satisfacción dirigidas a las personas participantes, donde se recogen percepciones sobre accesibilidad, utilidad del material, acompañamiento técnico y grado de inclusión percibida. Asimismo, el equipo profesional lleva a cabo observación directa durante las actividades, lo que permite detectar barreras, necesidades de ajuste y oportunidades de mejora. Esta combinación de registros, encuestas y observación facilita la adaptación continua del programa y la toma de decisiones orientadas a mejorar la calidad del servicio y el impacto inclusivo.

Trayectoria:

2016. Premio de Integración Social Mediante el Deporte, otorgado por la Diputación de A Coruña
2016. Premio Solidario ONCE GALICIA
2017. Premio de Integración Social Mediante el Deporte, otorgado por la Diputación de A Coruña
2019. Premio al Deporte Solidario, otorgado por el Concello de A Coruña
2019. Reconocimiento por la labor de promoción del Deporte del concello de Arteixo
2023. Premio Galicia Saludable por el fomento de la actividad física y hábitos de vida activa, otorgado por la Xunta de Galicia y Deporte Galego
2023. Premio a la mejor entidad en la promoción del deporte inclusivo y la eliminación de barreras para las personas con discapacidad, otorgado por la Diputación de A Coruña
2023. XVI Premios a la Gestión Deportiva de la Asociación Galega de Xestión Deportiva- AGAXEDE

Más info:

https://www.enkiproyecto.com/movimiento/

FOTOGRAFÍAS



