Ejercicio, Actividad Física y Deporte para la Comunidad Sorda

Yeison David Ríos Benítez

Héctor Andrés Hernández

Breve Historia de la Liga Deportiva de Sordos de Risaralda

La Liga Deportiva de Sordos de Risaralda "LIDESOR" nace el 9 de septiembre de 2005 con el propósito de fortalecer el deporte para personas en situación de discapacidad auditiva en el departamento de Risaralda.

En sus inicios, la sede tuvo lugar en el municipio de Dosquebradas, posteriormente fue trasladada a la ciudad capital del departamento, bajo la dirección de su primer presidente el señor Fernando Trejos, LIDESOR obtuvo su primera participación en unos juegos paranacionales en el año 2008 y con esta, su primera medalla en unas justas deportivas.

En el año 2011 se integró al proceso deportivo el señor Héctor Hernández y con la llegada del entonces estudiante de deportes; LIDESOR fortaleció sus procesos administrativos y deportivos, Héctor pasó a ser parte de la nueva junta administrativa de la Liga proponiendo el plan de desarrollo (2011-2014), el cual estructuró de una mejor manera la organización al interior de esta.

Con un segundo plan de desarrollo liderado por la practicante Cindy Díaz (2014-2018), la Liga poco a poco abrió las puertas a otras alternativas como actividad física y ejercicio, propiciando espacios de esparcimiento y sana convivencia para la comunidad sorda del departamento, durante los años posteriores, la organización siguió participando de las siguientes justas paranacionales, obteniendo mejores resultados en medallería y con esto, la oportunidad de que jóvenes con discapacidad auditiva accedan becados a la universidad, por otra parte, LIDESOR viene liderando y propiciando espacios para el sano esparcimiento de la comunidad, tales como festivales deportivos, campamentos, conciertos en lengua de señas, eventos de modelaje, caminatas, paseos, rodadas y la construcción de un club de la salud.

En la actualidad, LIDESOR cuenta con procesos deportivos en las modalidades de futsal masculino, tenis de mesa, natación y atletismo, brinda a la comunidad sorda del departamento

espacios para la práctica de ejercicio físico a través del club de la salud y genera espacios de esparcimiento para la comunidad por medio de paseos, caminatas, conciertos y otras actividades.

Una Alternativa de Vida para la Comunidad Sorda

La Liga Deportiva de Sordos de Risaralda nace de la necesidad inminente de programas que permitan el acceso de personas con discapacidad auditiva a un derecho fundamental, como lo es la práctica del deporte y la actividad física, así como lo expresa la Constitución Política colombiana en su Artículo 52 “Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre” (Constitución Política de Colombia, 1991)

En 2005 los señores Fernando Duque y Cesar Palacios conforman la Liga Deportiva de Sordos de Risaralda, con el fin de fortalecer los procesos deportivos en el departamento, Trejos es elegido presidente de la Liga desde su inicio hasta el año 2011, durante su mandato la Liga participa por primera vez en unos juegos paranacionales en 2008 en la ciudad de Cali, obteniendo la primera medalla para el departamento por parte de una persona con discapacidad auditiva: Víctor Paul Nieto en la modalidad de tenis de mesa masculino.

Tras la renuncia de Trejos, un nuevo órgano administrativo en cabeza de una persona sorda, continuó con este proceso deportivo, al cual le fueron agregando paulatinamente más alternativas de práctica y actividad física por medio de la incursión de algunos practicantes profesionales que aportaron su conocimiento y ampliaron la oferta de alternativas para que toda la comunidad sorda de Risaralda pudiera gozar de este derecho.

La Liga realizó un plan de acción entre los años 2011-2014 llamado “Lidesor vive el cambio”, donde se empezó a crear una estructura sólida desde algunos aspectos importantes, no solo en lo administrativo, sino también en lo deportivo. Nunca antes vista en la Liga.

Los objetivos planteados en ese momento fueron:

- Promover el deporte para la población sorda.
- Capacitar a los entrenadores.
- Financiar las prácticas deportivas.
- Garantizar el acceso a la información y comunicación de los miembros de la Liga.
- Promocionar las diferentes modalidades deportivas.
- Aprovechamiento del tiempo libre.

- Incrementar el nivel de rendimiento competitivo.
- Financiar asistencia a eventos nacionales y departamentales.

Actividad Participativa de LIDESOR

2011 - Prejuegos clasificatorios en la ciudad de Manizales y participación en los III Juegos Paranacionales en la ciudad de Cúcuta 2012.





2012 - Se realizó un convenio con la Universidad Tecnológica de Pereira para continuar con el proceso de prácticas profesionales donde se logró contar con dos practicantes profesionales: Juan David Henao y Karen Lorena Rodríguez quienes fueron los encargados de realizar el primer festival deportivo LIDESOR.





2014 - Se realizó por segunda ocasión el Festival Lidesor con la participación de la practicante profesional Cindy del Castillo, en el cual se contó con la participación de más de 150 personas sordas.







2014 - Se asistió a los Prejuegos clasificatorios en la ciudad de Bogotá en el cual se obtuvo la clasificación a Juegos Paranacionales en las disciplinas de natación y tenis de mesa.





Además, en el **2014** se estructuró el nuevo plan de desarrollo LIDESOR (2014-2018) *"El futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños"* realizado por la practicante profesional Cindy Díaz del Castillo para los próximos 4 años, con el cual se buscó gestionar recursos económicos e implementos deportivos a través de proyectos presentados ante los entes municipal y departamental del deporte, entre otros asuntos.

2015 - Se participó con éxito en los 2dos prejuegos clasificatorios realizados en la ciudad de Barranquilla, la Liga Deportiva de Sordos de Risaralda no solo se enfoca en el entrenamiento deportivo, también realiza actividades para recolectar fondos e integrar a toda la comunidad, de esta forma logró desarrollar con éxito el primer campamento denominado "LIDESOR A LA PASTORA". En el cual participaron 30 personas sordas y el primer festival de tenis de mesa.






El año **2015** finaliza con éxito en la participación de **IV Juegos Paranacionales** donde los deportistas sordos obtuvieron 3 medallas de bronce en la modalidad de tenis de mesa.





2016 - Con el apoyo de los practicantes profesionales Jeison Giraldo y Yeison David Ríos, se llevaron a cabo actividades importantes para fortalecer la Liga: caminata al Valle del Cocora, campeonato de fútbol sala y conformación del Club de la Salud Lidesor. Con la participación en el Interligas realizado en la ciudad de Medellín se finalizó el año.






2017 - Se participó en el Open de tenis de mesa en la ciudad de Pasto y se realizó una rodada al Lago Calima con la comunidad sorda.






2018 - Se participó en el campeonato cosechando valores, logrando el primer puesto, y participó en los segundos Prejuegos clasificatorios a Juegos Paranacionales 2019 en la ciudad de Tunja.





2019- La participación en los V Juegos Paranacionales en el año fue muy buena para la Liga deportiva de sordos de Risaralda, logrando por primera vez, ganar 3 medallas de bronce en la disciplina de tenis de mesa y una medalla de bronce en los 50 mts espalda con el deportista Juan Camilo Restrepo.





Conclusiones

Con el trasegar de los años LIDESOR ha brindado a la población sorda del departamento de Risaralda la oportunidad de tener espacios de esparcimiento sano a través del deporte, el ejercicio y la actividad física, siendo hasta el día de hoy un espacio para compartir, crecer, aprender y conocer.

En nuestros entrenamientos no solo se vive la vida sana desde el aspecto físico ya que este también es un espacio común para que las personas en situación de discapacidad auditiva se conozcan, compartan sus experiencias de vida, el diario vivir, propongan sus ideas, fortalezcan sus conocimientos e interactúen entre sí.

Con nuestras salidas, paseos y eventos, fortalecemos la interacción entre miembros de la comunidad oyente y las personas en situación de discapacidad auditiva, a su vez brindamos a la comunidad sorda la posibilidad de conocer diferentes lugares representativos del país a bajo costo, patrocinados parcial o totalmente a través de las actividades realizadas por la liga con anterioridad.

Por su parte los deportistas de alto rendimiento pertenecientes a la liga, cuentan con un

apoyo económico por parte del ente gubernamental del departamento gracias a un programa llamado deportista apoyado.

En la actualidad el deportista Juan Camilo Restrepo, se encuentra becado en la universidad tecnológica de Pereira cursando 7mo semestre en la carrera Etnoeducación.

El balance en la participación en justas nacionales es bastante positivo ya que, a diferencia de otros departamentos, Risaralda envía una delegación muy pequeña, alrededor de 17 deportistas por justa, en donde 12 son integrantes del equipo de futsal, logrando siempre medallas en las 3 modalidades deportivas donde se participa

El proceso tanto deportivo como de programas que oferten la posibilidad de realizar actividad física con las personas sordas debe garantizar la constancia y la regularidad en cuanto a tiempos de ejecución, lugar, metodología y personas a cargo, ya que se ha visualizado al interior de la liga que cuando existe una mínima modificación que implique un cambio en alguno de los aspectos anteriormente mencionados las personas sordas participantes inician la deserción de la actividad, generando una ausencia masiva en cuestión de poco tiempo.

Ejercicio, actividad física y deporte para la comunidad sorda 7

Es fundamental que la persona encargada de dirigir las actividades entienda que el rol a desempeñar no es solo el de entrenador, este acompañamiento integral a los deportistas garantiza el éxito deportivo y la asistencia constante a las actividades realizadas, en algunos casos el canal de comunicación en competencia es entrenador – intérprete – deportista, esto no solo genera una ruptura en la información del momento, también genera una barrera entre el entrenador y sus deportistas, por ello Lidesor ha mostrado un gran resultado en su desempeño deportivo, partiendo de la interacción formador-deportista, con la particularidad de que ambos formadores aprendieron lengua de señas, generando una comunicación

directa.

Nota del autor

Yeison Ríos, profesional en ciencias del deporte y la recreación, Universidad Tecnológica de Pereira
Héctor Hernández, profesional en ciencias del deporte y la recreación, Universidad Tecnológica de Pereira

Cualquier mensaje con respecto a este artículo debe ser enviado al correo de la entidad deportiva: liderisa@hotmail.com

Referencias

Constitución Política de Colombia. (1991). Asamblea Nacional Constituyente.