



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

SENDERISMO INCLUSIVO: ACCESIBILIDAD AL MEDIO NATURAL EN CASTILLA Y LEÓN

David Fernández-Atienzar

Federación de Deporte Adaptado de Castilla y León –España
Email: david.fernandez@deporteadaptadocyl.org
Web: www.deporteadaptadocyl.org

Javier González-Lázaro

Universidad Europea Miguel de Cervantes, Valladolid.
Federación de Deportes de Montaña y Escalada de Castilla y León (España)
Email: jgonzalez@uemc.es

Higinio Francisco Arribas-Cubero

Universidad de Valladolid (España)
Federación de Deportes de Montaña y Escalada de Castilla y León (España)
Email: quico@mpc.uva.es

RESUMEN

Nuestra contribución pretende facilitar propuestas de senderismo accesible en diferentes contextos. Para ello presentaremos un modelo de desarrollo transferible a distintas realidades cuyo principal punto fuerte sea la sinergia creada entre entidades y agentes sociales. El plan se sustenta en cinco ejes de actuación complementarios: el espacio, el material, las actividades inclusivas, la formación y la divulgación. El reto a partir de este modelo es diseñar acciones con diferentes colectivos sociales que ahonden en procesos de formación centrados en la selección y adecuación del espacio de práctica, el uso del material adaptado y el diseño de prácticas acordes a los aprendizajes y experiencias a aportar, desarrollando un modelo de senderismo inclusivo contextualizado, transferible a otras realidades que cuyo principal punto fuerte sea la entre entidades: Administración, Universidades, federaciones deportivas y sus clubes, tejido asociativo de la discapacidad y ciudadanía.

PALABRAS CLAVE:

Inclusión; senderismo; accesibilidad; formación; joëlette; barra direccional.

INTRODUCCIÓN.

La actividad en el medio natural y más concretamente el senderismo, nos ofrece múltiples posibilidades en comparación con cualquier otro espacio y tarea motriz. Contemplado desde un enfoque inclusivo, además, nos va a ayudar a facilitar propuestas de accesibilidad centradas principalmente en el ámbito socioeducativo. En esta línea, Arribas (2015) nos esboza las claves para la 'construcción' de senderos inclusivos: educar en actitudes y valores sensibles a la diversidad; seleccionar tareas inclusivas; elegir el espacio adecuado; utilizar material adaptado e implicar a la comunidad, entre otras. Siempre refrendados por la convicción de que viviendo la diversidad como un aspecto enriquecedor, podremos avanzar hacia una sociedad más justa, responsable y madura.

Se trata, en definitiva, de abrir el Medio Natural en general y la montaña en particular a todos los colectivos y personas, partiendo de una planificación inclusiva y con un enfoque multidisciplinar que plantearemos a lo largo de este trabajo.

1. SINERGIAS EN BUSCA DE ACCESIBILIDAD AL MEDIO NATURAL.

Dentro del campo de la Actividad Física en el Medio Natural, cada vez nos encontramos con más experiencias que reivindican e incorporan la presencia de personas diversas en las actividades en la naturaleza en general y en el senderismo en particular (Olayo, 1999; Arribas, Fernández Atienzar y Vinagrero, 2008; Navarrete, 2009; Arribas, 2012; Torrebadella, 2013a y Torrebadella, 2013b), pero creemos que dar el salto hacia la inclusión no es partir únicamente de la idea "ven con nosotros" sino más bien de la de "vamos todos", contemplando que todos puedan participar en las actividades en la naturaleza que planteamos (Arribas, 2015).

El diseño de este modelo parte de las experiencias previas que vienen desarrollándose en este ámbito y que cada día están más presentes gracias a la mayor visibilidad de los colectivos en riesgo de exclusión y al aumento de la práctica de actividades en la naturaleza por parte de la población en general. Localizado en la Comunidad Autónoma de Castilla y León, desde la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo (FDMESCYL) y la Federación de Deporte Adaptado (FEDEACYL) junto con la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC) y la Universidad de Valladolid (UVA), se está desarrollando el modelo de senderismo inclusivo, basado en la sinergia entre distintos agentes sociales y que se centra en dar respuesta a las necesidades de accesibilidad al medio natural que las personas requieran. Un modelo en el que los aspectos formativos son esenciales para que se pueda implementar con total garantía de éxito. Dicho modelo se plantea en torno a cinco ejes de actuación: espacio, material, actividades, formación-sensibilización y divulgación-promoción.

2. UN MODELO DE SENDERISMO INCLUSIVO: CINCO EJES INTERCONECTADOS.

Desde hace más de diez años se vienen desarrollando diversas actuaciones encaminadas a la inclusión de personas con discapacidad en la práctica de los deportes de montaña desde diferentes entidades. Esto hace necesario un proceso de reflexión y de estructuración de las mismas, con el objeto de servir de punto de partida, de recogida de experiencias previas y como posible modelo integral de

intervención para llevarlo a la práctica de forma contextualizada. Somos conscientes del gran número de acciones que surgen cada día en todo el territorio nacional, lo que supone un gran avance en la inclusión de las personas con discapacidad.

Así, nuestro modelo de senderismo inclusivo gira en torno a cinco ejes fundamentales y complementarios entre sí que desarrollamos a continuación.

2.1. EL ESPACIO NATURAL

Nuestro terreno de juego es la naturaleza y más concretamente los senderos. Para ello, necesitaremos identificar los espacios que permitan la accesibilidad al medio natural de las personas con discapacidad, valorando qué requisitos han de reunir para facilitar distintas propuestas de senderismo inclusivo.

La primera vía pasa por la catalogación de aquellos senderos que recojan unas características básicas para la práctica de un senderismo para todos. La colaboración entre diferentes agentes como federaciones deportivas y el uso de sistemas de homologación de senderos ya existentes se tornan claves en este punto. En esta línea, desde el Área de Senderos de FDMESCYL se aboga por la introducción de nuevos parámetros que seleccionen los senderos para que puedan ser utilizados por las personas con discapacidad. La finalidad es ofrecer una serie de senderos susceptibles de ser disfrutados por todas las personas por sus características de accesibilidad.

En la segunda vía, que es complementaria con la primera, Predif¹, referente en materia de turismo accesible, establece la descripción específica del sendero como opción de elección, tratando de describir las características específicas del mismo y con la finalidad de que la persona disponga de información suficiente para poder elegir en función de sus propias necesidades (Martín y Ortega 2011). Su metodología de trabajo parte del análisis y evaluación del espacio desde un punto de vista lo más descriptivo posible y los catalogan en tres categorías: practicables (cuando, sin ajustarse a todos los requerimientos que lo consideren como adaptado, no impide su utilización de forma autónoma); practicable con apoyos (cuando se necesita la ayuda de otra persona para poder utilizarlo) y no accesible (cuando no cumple ninguno de los anteriores). Predif establece, en definitiva, dos objetivos fundamentales: a) que la persona con discapacidad cuente con la mayor cantidad de información posible para que sea ella quien valore; y b) intentar poner el menor número de etiquetas posible. Inciden, por tanto, en el carácter informativo y no en el normativo.

También cabe destacar en este punto la labor de las administraciones públicas por facilitar el acceso de las personas con discapacidad a los espacios naturales de cada Comunidad Autónoma. Concretamente, en Castilla y León, en la Ley 2/2013, de 15 de mayo, de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad, se contempla el desarrollo de “programas y actuaciones dirigidos a facilitar el acceso y disfrute de la naturaleza y la educación medioambiental, a las personas con discapacidad, mediante dispositivos y espacios adaptados al efecto”.

¹ PREDIF, Plataforma Representativa Estatal de Personas con Discapacidad Física, es una entidad sin ánimo de lucro de ámbito estatal, que representa y promueve acciones a favor personas con discapacidad física, en nuestro caso una referencia internacional en turismo accesible Más información <http://www.predif.org/>

Bien es cierto que las medidas realizadas van más encaminadas a la adaptación de equipamientos en espacios construidos como Casas del Parque, Miradores y Áreas Recreativas. No obstante, existen 21 senderos accesibles de corto recorrido, aptos para todo tipo de público. Como complemento a esta iniciativa y dentro del programa "Accesible por Naturaleza²", se ofertan a los distintos colectivos visitas guiadas a las casas del parque y sendas accesibles anejas, así como el desarrollo de actividades específicas y flexibles según necesidades de los participantes.

Por último, nos gustaría destacar la importancia de la unificación de criterios en lo que a la catalogación se refiere, ya que una disparidad en los mismos dificultaría mucho el acceso a los espacios naturales por parte de las personas con discapacidad.

2.2. EL MATERIAL UTILIZADO

Además del espacio, el material es determinante en el proceso de adecuación de nuestra propuesta. Siguiendo las premisas de Ruiz Sánchez (1994) éste ha de ser potenciador de la movilidad, informativo, manipulativo, motivador y protector. En el ámbito del senderismo existen materiales que nos ofrecen una significativa accesibilidad al medio natural para personas con discapacidad física, en pistas de montaña sin desniveles importantes. En función de las características de las personas que accedan a la actividad es posible la necesidad de uso de diferente material adaptado. Principalmente, nos centraremos en las sillas Jöelette y en las barras direccionales, dos elementos básicos para facilitar a las personas con discapacidad el acceso al medio natural.

La silla Jöelette es una silla adaptada con una sola rueda portada por dos personas que colaboran en el desplazamiento y en la que la persona con movilidad reducida va sentada en ella. Fue inventada por el guía de montaña francés Jöel Claudel, con el objetivo de salir de ruta con su sobrino Stéphane, persona con discapacidad física. La silla se perfeccionó hasta llegar a lo que hoy en día es. El senderismo con Joëlette supone una nueva forma de interacción de la persona con el entorno y se trata de una actividad compartida entre personas con y sin dificultad para andar. La Joëlette además es una herramienta muy interesante para ser utilizada por todos los colectivos como medio de descubrimiento del medio natural y en actividades de Educación Ambiental (Rodríguez Lorenzo, 2010).

La barra direccional es una barra cilíndrica de unos 3 metros en la que se colocan tres personas en fila sujetándola por el mismo lado. La persona que ocupa el primer puesto tiene que tener una visión completa, la persona que ocupa el segundo lugar puede ser ciego o tener resto de visión y la que ocupa el tercer y último lugar deber de tener resto de visión como mínimo. El objetivo es que el guía vaya marcando el camino a seguir, mientras que la persona que ocupa el último lugar da estabilidad al conjunto, con el fin de que la persona ciega pueda adaptarse a las irregularidades del terreno con cierta garantía de éxito. Las barras son desmontables para facilitar su transporte y la idea práctica originaria era la de ayudar a las personas con discapacidad visual a desplazarse por el medio natural. Fue ideada por el doctor Carrascosa, miembro del grupo de montaña de la Organización Nacional de Ciegos Españoles (ONCE) (Bueno Sequera, 2012).

² Más información del programa "Castilla y León Accesible por naturaleza":
[http://www.medioambiente.jcyl.es/web/jcyl/MedioAmbiente/es/Plantilla100/1284152322665/ / /](http://www.medioambiente.jcyl.es/web/jcyl/MedioAmbiente/es/Plantilla100/1284152322665/)

Las claves en este punto son, por un lado, contar con dicho material y, por otro, saber utilizarlo. Para ello, hay que salvar el escollo económico, ya que las sillas Jöelette son costosas, y el déficit de formación en su uso. Actualmente, existe un plan de equipamiento de material en Castilla y León, llevado a cabo por FDMESCYL y FEDEACYL, cuyo objetivo es el de dotar de material y formación a las personas interesadas en su uso.

Dando un paso más y encaminados al avance tecnológico, nos encontramos con herramientas tan interesantes como BlindExplorer³, creada por la startup Geko Navsat y apoyada por la ONCE, que consiste en un guiado sensorial a través de satélite destinado a personas con discapacidad visual. A través de una aplicación de móvil y con unos auriculares, la persona con discapacidad visual se irá guiando a través de sonidos que le van marcando el recorrido, previamente registrada la cartografía digital del mismo. Una herramienta aún experimental, pero que supondría un gran avance para el senderismo inclusivo y para la autonomía de las personas con discapacidad.

2.3. ACTIVIDADES INCLUSIVAS

Además de contar con el espacio y el material adecuado, es necesario el desarrollo de actividades de forma inclusiva, modelo de acción que supone plantearse la comunidad como escenario de nuestras actuaciones, por lo que es preciso tener en cuenta que la cualificación del entorno pasa porque la persona tenga oportunidades de estar presente en el mismo y que éste sea accesible e inclusivo en su totalidad (Luengo, 2010). Por ello, entendemos que la adaptación de las actividades a las características de las personas que las vayan a realizar, es fundamental para el óptimo desarrollo de las mismas.

El uso de una metodología adecuada es también un aspecto básico, incidiendo en la transmisión de la información, los conocimientos previos y la selección de experiencias motivantes, así como el derecho y deber de universalizar el acceso al aprendizaje (Puigdellivol, 2014). De este modo, las experiencias de ocio compartido en la montaña con un grupo de personas diversas puede convertirse en una experiencia única, pero todo esto no nos viene dado “per se”, sino que necesita de algunos requisitos a tener en cuenta que hemos comprobado en la práctica. Para ello, proponemos tener en cuenta, al menos, estas cuestiones (Arribas, 2005):

- *Crear las condiciones idóneas*, despertando en el grupo el deseo colectivo de salir a la montaña y gestionando de forma adecuada los recursos organizativos y didácticos que requiere la actividad planteada.
- *Centrarnos en el grupo*, realizando una “lectura detenida” de sus peculiaridades, planificando y diseñando las actividades al alcance de todos.
- *Profundizar en el “valor formativo” de la práctica*, revisando de forma crítica y contextualizada las posibilidades que nos brinda.
- *Abordar las potencialidades del montañismo* centrándonos en tres aspectos claves que nos acercan a esta práctica como actividad de ocio inclusivo

³ <http://gekonavsat.com/project/blind-explorer/>

(Arribas, 2012): 1) la transmisión de valores sociales y educativos, 2) el diseño de una actividad abierta y singular con amplias posibilidades de adaptación y 3) el fomento de la interacción social en un entorno favorecedor.

En el ámbito del montañismo inclusivo son ya varias las experiencias que podemos destacar y que han obtenido unos resultados altamente satisfactorios. Como ejemplo podemos ver como desde FDMESCYL y FEDEACYL-y desde los clubes pertenecientes a ellas (Pandetrave, Ojanco, Pradoluengo, Pronisa...) se vienen desarrollando diversas actividades en las que personas con y sin discapacidad participan de forma conjunta en diversas actividades.

Como un paso más a esta colaboración, en mayo de 2017, se celebró la primera competición oficial (I Campeonato de Castilla y León de Joëlette) organizada por las dos federaciones. Una prueba competitiva y reglada en la que participaron siete equipos de Castilla y León y un invitado de fuera, lo que supone una experiencia pionera en las carreras por montaña para deportistas con discapacidad en esta modalidad. Nuestro reto, a partir de ahora, es que se pueda participar con joëlette en algunas de las carreras por montaña habituales de nuestra comunidad.

Destacamos también por su carácter innovador e inclusivo la actividad "Naturalmente". Se trata de una iniciativa de Plena Inclusión Castilla y León junto con la Fundación Patrimonio Natural, que consiste en formar a personas con discapacidad intelectual como guías medioambientales, y que refuerza la idea de pasar de trabajar para las personas con discapacidad a comenzar a trabajar con las personas con discapacidad. En esta línea, la implicación de asociaciones locales de personas con discapacidad y personal de los espacios naturales pueden suponer la clave del éxito de muchas iniciativas inclusivas en la naturaleza.

2.4. FORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Este es para nosotros el eje principal del modelo planteado. En este sentido, nuestro marco de actuación pretende acercarse al concepto de Universo Educativo "conformado por el conjunto total de hechos y efectos educativos -formativos y/o instructivos- y, por extensión, el conjunto de instituciones, medios, ámbitos, situaciones, relaciones, procesos, agentes y factores que los generan" (Trilla, 1993:13), que nos advierte de la necesaria complementariedad entre medios y agentes socioeducativos. Desde este punto de vista, creemos que tanto desde las universidades en sus Grados de Maestro, Educación Social y CAFD, como en los ciclos formativos de deporte y educación física, así como con las personas y colectivos ciudadanos que quieran llevar a cabo actividades de senderismo inclusivo, es necesario contar con una formación completa y de calidad que gire en torno a los modelos inclusivos en general y a las experiencias en el medio natural en particular. En este sentido valoramos a docentes, educadores y otros agentes sociales como protagonistas para asentar una formación de calidad, generando propuestas que favorezcan la inclusión de todas las personas en las actividades planteadas, independientemente de sus capacidades. La naturaleza, además, nos va a permitir actuar de una forma pluridisciplinar y transversal.

Algunas de las acciones concretas a implementar serían:

- Formación de “guías de senderismo inclusivo” en cursos organizados por las Universidades y las federaciones. Experiencias que hemos ido desarrollando puntualmente estos últimos años y que queremos sistematizar por niveles en un futuro.
- Formación inicial de los futuros docentes y formación permanente de los maestros y profesores, aportando recursos y apoyo suficiente para dar respuesta a las necesidades de las personas con discapacidad en relación a la accesibilidad al medio natural, apostando por la inclusión del senderismo en las programaciones escolares para todos los estudiantes y con implicación de toda la comunidad educativa
- Apoyo y asesoramiento a clubes y entidades asociativas para el desarrollo de actividades inclusivas, basada en la formación en el préstamo de materiales, aspectos complementarios y necesarios para que la accesibilidad al medio de todos sus asociados se convierta en una realidad.
- Formación a familias y otros agentes sociales, tratando de facilitar y favorecer este tipo de actividades en el disfrute del ocio familiar, de grupos de iguales, etc.

Estas actividades formativas han de considerarse como un continuo interrelacionado, destacando la importancia de la voluntad colectiva para emprender juntos el camino, aprendiendo desde la diferencia, tan presente en nuestras aulas, nuestra sociedad y en el propio medio natural (Arribas, 2015).

2.5. DIVULGACIÓN Y PROMOCIÓN.

Finalmente, para conseguir que la sociedad promueva actividades inclusivas, que las vean como algo cotidiano y que las propias personas con discapacidad disfruten de las actividades físicas en la naturaleza, es necesario difundir y promocionar experiencias de senderismo inclusivo.

Como ejemplo de promoción, podemos citar la Guía de Accesibilidad de las Casas del Parque, que engloba el diagnóstico de los recursos accesibles de 23 Casas del Parque de Castilla y León. La información escrita va acompañada de imágenes, esquemas y planos donde se indica la existencia de las principales vías de acceso, recorridos, actividades y rutas del entorno accesible o practicable con la asistencia que ofrecen las casas. También se incluyen los recursos específicos existentes para personas con discapacidad.

Otra acción acometida en este sentido ha sido la realización desde el año 2014 de una demostración de la silla Joëlette en la Feria de Turismo de Interior (INTUR) en Valladolid y en la Feria Internacional de Turismo (FITUR 2017) en Madrid.

Por otra parte, la promoción se está enfocando hacia la proyección social de las actividades inclusivas realizadas, entre clubes, federaciones y centros formativos, en el seno de las instituciones y a través de la difusión en web, redes sociales, cursos de formación y encuentros de trabajo con otras entidades del estado español, con el fin último de visibilizar, y normalizar estas actividades entre la ciudadanía.

3. CONSIDERACIONES FINALES.

A modo de conclusión, podemos establecer que nuestro modelo se basa en varios aspectos fundamentales:

- Las experiencias previas y las prácticas actuales en torno al senderismo inclusivo hacen necesaria la aparición de unas líneas de actuación que guíen el camino a seguir.
- Es necesario identificar los espacios naturales susceptibles de ser inclusivos para acercarlos a las personas con discapacidad.
- Tenemos que contar con el material adecuado, para poder realizar las adaptaciones necesarias y salvar los posibles “obstáculos” que nos encontremos en el camino.
- La sinergia entre los diferentes protagonistas e instituciones implicadas es fundamental para el desarrollo de un senderismo inclusivo.
- Si existe un aspecto básico y principal en este modelo, es la formación. Se ha de formar a todos los agentes que forman parte de ello: personas con discapacidad, guías y acompañantes, docentes del ámbito del Medio Natural, etc.
- Por último, estableceríamos unas líneas de futuro que pasan por:
- Buscar mayor implicación de la administración y de instituciones públicas y privadas en busca de un medio natural accesible para todos.
- Posibilitar una mayor cantidad y calidad de recursos e infraestructuras, así como un mejor reparto por nuestra geografía, valorando la accesibilidad a la naturaleza, con actividades como el senderismo, como un derecho de todos.
- Estructurar procesos formativos más integrales y contextualizados en los distintos grados y estudios formativos relacionados con el medio natural y la actividad física, extendiéndose también al ámbito asociativo y ciudadano con propuestas específicas en cada uno de ellos.
- Valorar más la escuela, el instituto, los clubes y las empresas de turismo activo como espacios de iniciación en propuestas de senderismo.
- Sensibilizar a la población en general, a través de la promoción y difusión de buenas prácticas accesibles, para que vea que la discapacidad forma parte de la vida cotidiana y no debe suponer un obstáculo insalvable para disfrutar de un ocio saludable para todos en la naturaleza.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Arribas, H. (2015). Senderos Escolares Inclusivos. En Arribas, H y Fernández Atienzar, D. (Coord.) *Deporte Adaptado y Escuela inclusiva*, p. 93-108. Barcelona: Grao.

Arribas, H. (2012) El montañismo como práctica de ocio inclusivo. *Revista Pedagógica Adal*, 15 (25), 27-32.

Arribas, H. (2005). Actividad Física en el Medio Natural y colectivos emergentes: una propuesta desde la Educación no formal. En A. Miguel & N. Bores (Eds.), *El aula Naturaleza en la Educación Física escolar* (pp. 44-63). Palencia: Vem.

Arribas, H, Fernández-Atienzar, D., & Vinagrero, J.A. (2008). Caminar por la naturaleza: un planteamiento de ocio e inclusión. *Revista Tándem*, 27, 17-27.

Bueno Sequera, F. J. (2012). *Manual de guiado de ciegos en montaña. Técnicas de uso de la barra direccional y propuestas de formación para guías y montañeros ciegos*. Madrid, IBERSAF.

Ley 2/2013, de 15 de mayo, de Igualdad de Oportunidades para las Personas con Discapacidad.

Luengo, J. (2010). *Ocio para todas las personas y cada una*. Madrid: FEAPS.

Martín-Rodríguez, José Antonio y Ortega-Alonso, Elena. (Dir.). (2011). *Espacio y actividades en la naturaleza accesibles a todas las personas*. Madrid: PREDIF
Recuperado de [http://www.predif.org/sites/default/files/documents/Gu%C3%ADa%20Parques%20Naturales Baja.pdf](http://www.predif.org/sites/default/files/documents/Gu%C3%ADa%20Parques%20Naturales%20Baja.pdf) (Enero 2017).

Puigdellivol, I. (2014) La inclusión: aproximación conceptual. En Ríos, M., Sánchez, P. Carol, N. (2014) *La inclusión en la actividad física y deportiva*, p.5-19. Barcelona. Paidotribo.

Navarrete, J. (2009). Adaptación de senderos para personas con discapacidad: el derecho a la experiencia. *Boletín de Interpretación*, 21, 20-23.

Olayo, J.M. (1999) *El alumnado con discapacidad: una propuesta de integración I*. Madrid: MEC.

Rodríguez Lorenzo, J.A. (2010) (Coord.) *Guía de Rutas para Joëlette*. Tenerife: Ed Montaña para todos.

Ruiz Sánchez, P. (1994) La adecuación curricular individualizada. *Apunts*, 38, 41-50.

Torrebadella, X. (2013a). Hacia un modelo de actividades fisicodeportivas inclusivas en el medio natural. *EmásF*, 23, 1-15.

Torrebadella, X. (2013b). La joëlette: una original adaptación para el senderismo inclusivo. Revista EF deportes. *Revista Digital EF Deportes*, 184. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd184/la-joelette-para-el-senderismo-inclusivo.htm>

Trilla, J. (1993) *Otras educaciones*. Barcelona: Anthropos.