



Comité  
Paralímpico  
Español

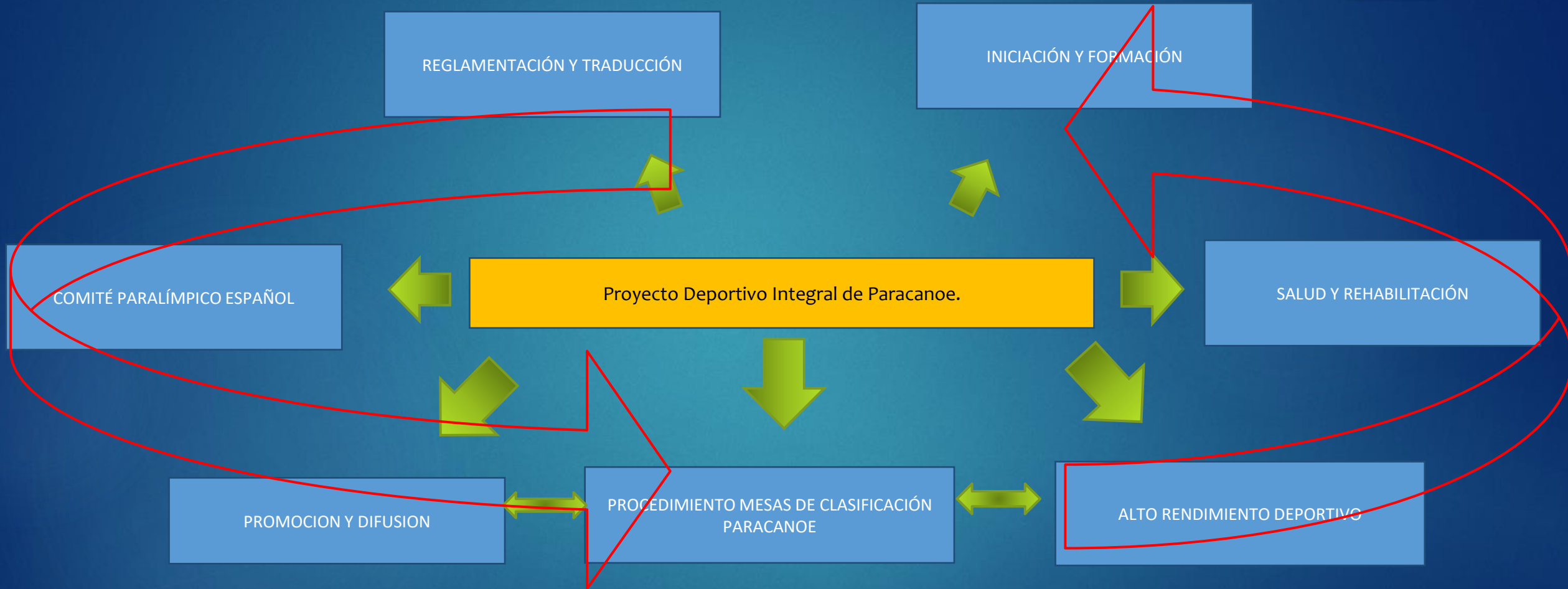


# A Realidade da Paracanoagem em Espanha

ISMAEL UALI

DIRECTOR TÉCNICO PARACANOAGEM - RFEP

# Programas de desenvolvimento na RFEP



# Público Alvo: grupos de classificação

40 atletas ICF Kayak & Va'a: L1 – L2 – L3

\*39 atletas KS: L1 – L2 – L3. Categoría a nivel nacional.\*

Total atletas participantes em competições a nivel nacional: 79.

A participação ao nivel regional supera os números apresentados.

O número praticantes com objetivos de saúde/recreação é superior.

Kayak Hombre	Kayak Mujer	Va'a Hombre	Va'a Mujer
KL3-KS3	KL3-KS3	VL3-VS3	VL3-VS3
KL2-KS2	KL2-KS2	VL2-VS2	VL2-VS2
KL1-KS1	KL1-KS1	VL1-VS1	VL1-VS1

Comienzo en 2020.

# Procedimentos de classificação:

## Primeira parte

### Processo padronizado de classificação da ICF

- Classificação membros inferiores (MI)
- Classificação Tronco
- Classificação na água

**NUEVO ICF PARACANOE**  
**CARTA DE EVALUACIÓN FUNCIONAL DE PIERNAS EN KAYAK**

Número Identificación del Atleta: \_\_\_\_\_ Federación: \_\_\_\_\_

RECORDATORIO: Solo las puntuaciones de fuerza muscular (sombreadas en naranja) se utilizarán para el Párrafo de Clasificación. Puntuación 0-2. Si un atleta anda 2 o 3 la fuerza muscular que marcó anteriormente 1 o 2 (ROM) (punto de movilidad) que de movilidad pasivo solo se analizará en el caso de puntuaciones 0 o 1 de fuerza.

Evaluación Funcional	Fuerza muscular específica (ROM) Escala (0-2)		Ratio de Movilidad (ROM) Pasivo	
	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	IZQUIERDA
<b>MIEMBROS INFERIORES</b>				
<b>CADERA</b>				
Flexión 75° - 110°				
Extensión 110° - 75°				
<b>RODILLA</b>				
Flexión 0° - 55°				
Extensión 55° - 0°				
<b>TOBILLO</b>				
Flexión plantar 0° - 40°				
Flexión Dorsal 40° - 0°				
<b>Presión de piernas</b>				
<b>TOTALES MÁS BAJOS</b>	/14	/14	/12	/12
<b>DIFERENCIA</b>				

Número total de puntos marcados = /28

¿Cumple el atleta con el criterio mínimo de elegibilidad? (pérdida de 4 puntos en una extremidad)

Si NO, el atleta será clasificado como No elegible (NE)

SI NO

En que cluster estaría enmarcado el atleta (marcar solo una casilla)	Cluster 1 (0-2 puntos)	Cluster 2 (3-17 puntos)	Cluster 3 (18-24 puntos)

NOTA: Este número de cluster necesita ser añadido a las puntuaciones cluster del tronco.

Con estas evaluaciones y la Observación en agua, se dará a los atletas la puntuación general.

**NUEVO ICF PARACANOE**  
**CARTA DE EVALUACIÓN FUNCIONAL DEL TRONCO EN KAYAK**

Número Identificación del Atleta: \_\_\_\_\_ Federación: \_\_\_\_\_

RECORDATORIO: Solo las puntuaciones de fuerza muscular (sombreadas en naranja) se utilizarán para el Párrafo de Clasificación. Puntuación 0-2. Si un atleta anda 2 o 3 la fuerza muscular que marcó anteriormente 1 o 2 (ROM) (punto de movilidad) que de movilidad pasivo solo se analizará en el caso de puntuaciones 0 o 1 de fuerza.

Manual de test muscular	
Test	Puntuación (0-2)
Flexión del tronco	
Rotación del tronco a la derecha	
Rotación del tronco a la izquierda	
Flexión lateral a la derecha del tronco	
Flexión lateral a la izquierda del tronco	
Extensión lumbar	
Extensión de Tronco y cadera	

Funcionalidad del tronco	
Test	Puntuación (0-2)
Estático	
vertical sentido (los brazos cruzados)	
vertical sentido (hombros flexionados)	
vertical sentido (hombros extendidos)	
vertical sentido (hombro derecho en abducción)	
vertical sentido (hombro izquierdo en abducción)	
Dinámico	
Flexión activa del tronco	
Extensión activa del tronco	
Rotación activa del tronco a la derecha	
Rotación activa del tronco a la izquierda	
Flexión lateral derecha activa del tronco	
Flexión lateral izquierda activa del tronco	

Respuesta a...	
Test	Puntuación (0-2)
Perturbación a la resistencia a la flexión	
La resistencia a la extensión	
La resistencia a la rotación derecha	
La resistencia a la rotación izquierda	
La resistencia de la flexión lateral derecha	
La resistencia de la flexión lateral izquierda	
Contra resistencia del Tronco hacia la flexión	
Contra resistencia del Tronco hacia la extensión	
Contra resistencia del Tronco hacia la rotación derecha	
Contra resistencia del Tronco hacia la rotación izquierda	

Total Score = /84

**NUEVO ICF PARACANOE**  
**CARTA DE EVALUACIÓN TÉCNICA EN AGUA**

Número Identificación del Atleta: \_\_\_\_\_ K1

OBSERVACION EN AGUA

Se observa paleando desde la parte trasera	SI	NO
Se observa paleando desde la parte delantera	SI	NO
Se observa paleando de derecha a izquierda y viceversa.	SI	NO
Se observa realizando una salida	SI	NO

La intensidad debiera ser de esfuerzo del 50% al 100%

Adaptaciones en la embarcación	Foto	Video
Adaptaciones con el palista en la embarcación	Foto	
Adaptación en la pala	Foto	
Palista sosteniendo la pala	Foto	
Palista nuevo		Palista experimentado

En que cluster estaría el deportista (marque con una x)

Cluster 1 (0-16 puntos)	Cluster 2 (17-68 puntos)	Cluster 3 (69-84 puntos)

**NUEVO ICF PARACANOE**  
**CARTA DE EVALUACIÓN TÉCNICA EN AGUA**

Número Identificación del Atleta: \_\_\_\_\_ K1

OBSERVACION EN AGUA

Se observa paleando desde la parte trasera	SI	NO
Se observa paleando desde la parte delantera	SI	NO
Se observa paleando de derecha a izquierda y viceversa.	SI	NO
Se observa realizando una salida	SI	NO

La intensidad debiera ser de esfuerzo del 50% al 100%

Adaptaciones en la embarcación	Foto	Video
Adaptaciones con el palista en la embarcación	Foto	
Adaptación en la pala	Foto	
Palista sosteniendo la pala	Foto	
Palista nuevo		Palista experimentado

En que cluster estaría enmarcado el atleta (marcar solo una casilla)

Cluster 1 (0-2 puntos)	Cluster 2 (3-17 puntos)	Cluster 3 (18-24 puntos)

Movimiento de la pierna derecha	0	1	2	
Paleta o rasgo movimiento (impulsión por encima o por debajo de la rodilla con pedales o lesión de rodilla igual a función de la pierna o equivalente)	Movimiento parcial (impulsión por encima de la rodilla con pedales, lesión de rodilla igual a función de la pierna o equivalente)	Completo movimiento de piernas (impulsión por debajo de la rodilla usando pedales)		
Movimiento de la pierna izquierda	0	1	2	
Paleta o rasgo movimiento (impulsión por encima o por debajo de la rodilla con pedales o lesión de rodilla igual a función de la pierna o equivalente)	Movimiento parcial (impulsión por encima de la rodilla con pedales, lesión de rodilla igual a función de la pierna o equivalente)	Completo movimiento de piernas (impulsión por debajo de la rodilla usando pedales)		
Ángulo de piernas	Alto	Normal	Piso	
Pies / Pies contactan con el reposapiés	SI	NO	Pasivo	Activo

Equilibrio	0	1	2
Mal control del equilibrio. (Buscar: necesita correa, asiento alto)	Control parcial del equilibrio. (Necesita un reposapiés pequeño, usa correa en la cadera o a piernas)	Buen control del equilibrio. (No necesita correa y usa un asiento normal)	
Postura del tronco	0	1	2
Hacia atrás o en forma de C	Recto	Hacia delante (Bps)	
Rotación del tronco	0	1	2
No rotación	Rotación parcial	Con rotación	
Flexión lateral del tronco	0	1	2
Amplio lado, con cabezales	Un lado	No hay flexión lateral	
Rango de movimiento de la palista	Corto	Normal	Largo
			Simétrico
Profundidad de la palista	Profundo	Superficial	Ancho
Velocidad de Palista	Lento	Regular	Rápido
			Capaz de variar la velocidad
Sincronización de la palista	Básica	Regular	Buena
Puntos Totales			
En que cluster estaría enmarcado el palista, marcar con un círculo	Cluster 1 0-3 puntos	Cluster 2 4-8 puntos	Cluster 3 9-12 puntos

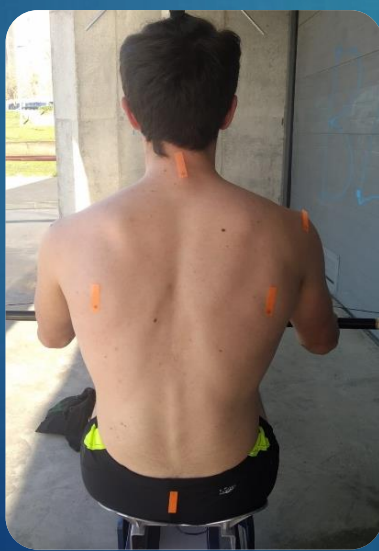
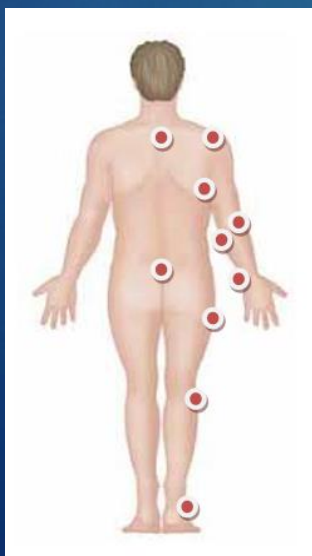
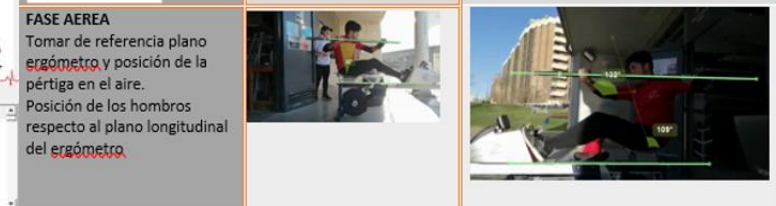
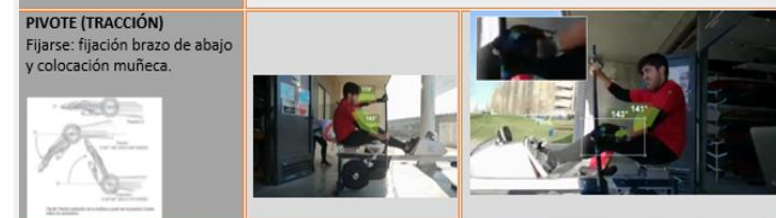
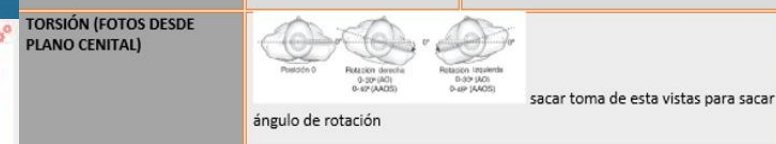
Firma del Técnico Clasificador

Fecha

# Procedimentos de classificação:

## Segunda parte

- ▶ Classificação cinemática e dinâmica da pagaia.
- ▶ Protocolo progressivo de 4min
  - Análise de goniometria dinâmica
  - Análise da frequência cardíaca
  - Análise da potência de pagaia.



# Alto Rendimento

- ▶ Concentração permanente em Sevilha.
- ▶ Concentrações temporárias: 12 locais possíveis.
- ▶ Colaboração Portugal - Espanhã
- ▶ Competições nacionais e seletivas.
- ▶ Competições internacionais.



# Objetivo convencional

## Convencional

- ▶ Resultados
- ▶ Competição
- ▶ Jogos Paralímpicos

## Áreas de trabalho:

Educação

Saúde

Reabilitação

Relaxamento

Lazer

Competitiva



# As diferentes orientações das Atividades Físicas Adaptadas (Ruiz, 2007)

ORIENTACIONES DE LAS AFA's				
	EDUCACIÓN	RECREACIÓN	COMPETICIÓN	TERAPIA
<b>OTRAS DENOMINACIONES</b>	Formación	Ocio Práctica de T.L.	Deporte de élite, De rendimiento	Salud Reeducación
<b>FINALIDADES</b>	Favorecer desarrollo integral	Entretener, divertir, catarsis	Desarrollo Cap. Motrices comparando resultados	Estado de salud Recuperación o mantenimiento de funciones
<b>CONTEXTO ENTORNO</b>	Escuela	Club, Asociación, Entidad deportiva pública o privada	Club deportivo SAD Federación	Clínica, hospital, centro de salud, entidad deportiva pública o privada
<b>PROFESIONALES</b>	Maestros en EF, Licenciados AF	Monitores, Animadores Licenciados AF	Monitores, Entrenadores, Licenciados AF	Fisioterapeutas, Monitores, Licenciados AF
<b>PRACTICANTES</b>	Alumnos	Clientes, usuarios, participantes	Altetas, deportistas	Pacientes, clientes
<b>CONCEPCIÓN CORPORAL</b>	Holística	Hedonista	Mecanicista	Funcional

# Programas de difusão e utilização das fontes de informação disponíveis.

Ámbito estatal	Ámbito federativo- <u>Asociativo</u>	En el ámbito <u>autonómico y</u> <u>municipal</u>	<u>ámbito educativo</u>	<u>ámbito Sanitario</u>
Plan Integral de Promoción del Deporte y de la Actividad Física	Federaciones nacionales.	Consejerías	Colegios Juegos Escolares* <small>contempla categorías adaptadas</small>	Centros de Salud
Congresos	Federaciones Territoriales	Delegaciones	Institutos	Centros de rehabilitación
Instituto Nacional de Estadística	Asociaciones	Ayuntamientos,  Patronatos  Fundaciones	Universidades	Hospitales

# Necessidades?

## COOPERAÇÃO PARA CRIAR:

- ▶ Base científica consistente.
- ▶ Desenvolvimento de planos e programas de execução.
- ▶ Técnicos - com formação e ética adequada aos procedimentos
- ▶ Material - Importância ÷?
- ▶ **Plano de dissiminação**



- ÁMBITO ESTATAL
- ÁMBITO ASSOCIATIVO
- ÁMBITO AUTÔNOMO
- ÁMBITO MUNICIPAL
- ÁMBITO EDUCATIVO
- ÁMBITO SANITÁRIO

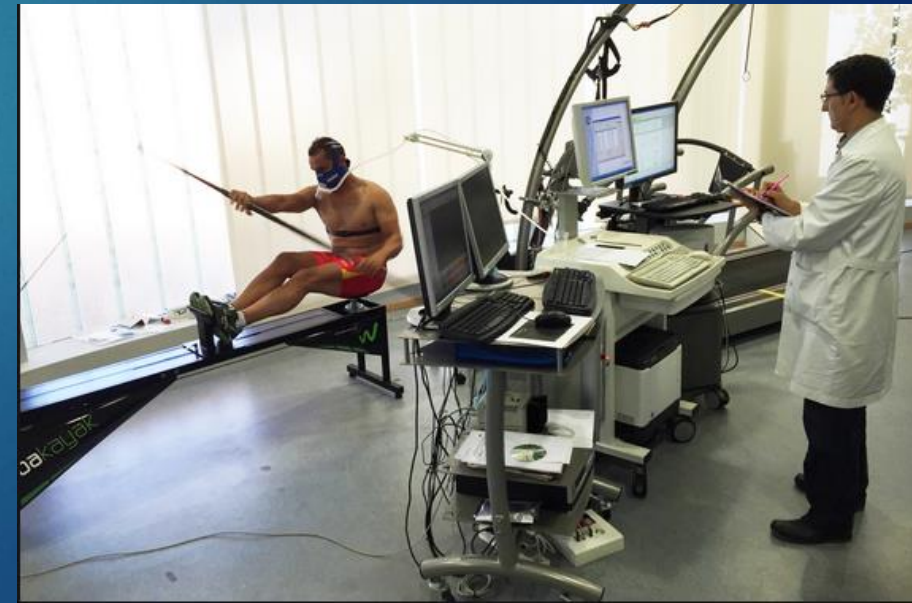
# Paracanoe challenge - ergometer

- ▶ **Atividade de dissiminação:** atletas e praticantes (resultados comparativos)
- ▶ Objetivos de uso material para:
  - ▶ Treino dos atletas.
  - ▶ Desenvolvimento de Protocolos para competições, que visando base científica.
  - ▶ Implementação de programas de saúde e reabilitação. **Demonstrados.**
  - ▶ Captação de novos praticantes.
  - ▶ Cedência e intercâmbio de material em hospitais e associações.



## PARACANOE ERGOMETER CHALLENGE

*Race 500m on an ergometer and  
compare yourself with para-athletes of  
all over the world!*



# Níveis de treino

## ► Reabilitação/ Manutenção

2–5 horas/ semana

20-50min/dia

## ► Melhoria de Saúde - Adaptações

7–10 horas/ semana

1h10-1h40min/ dia

## ► Manutenção –Assistência autónomo - Nacional

12–16 horas/ semana

2h–2h40min/ Dia

## ► Competitivo nacional

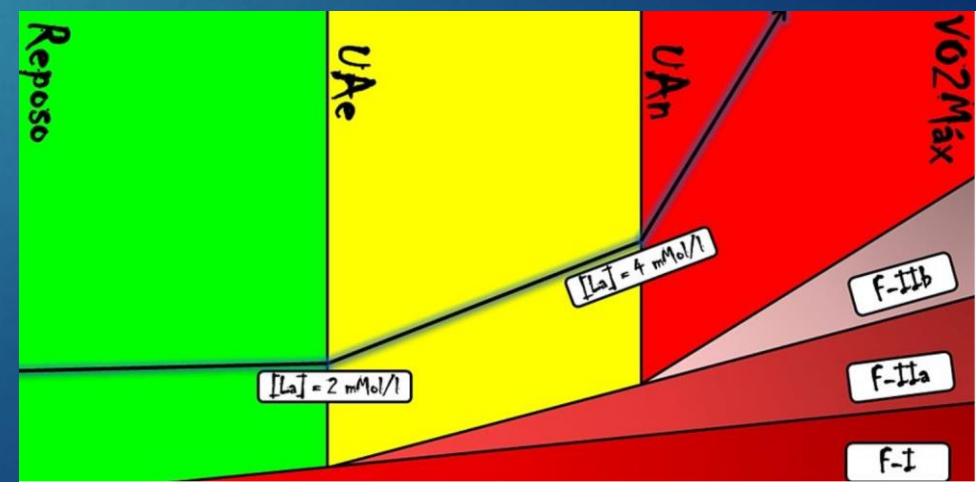
18–22 horas/ semana

3h–3h40/ dia

## ► Competitivo internacional

24-28 horas/ semana

4h–4h40min/ dia



# Tipologia de treinos

Atividades:

## Geral

- Handbike, Remo
- Máquinas estáticas cíclicas
- Outros desportos
- Gínásio
  - Auto-cargas.
  - Peso livre sem superar a intensidade de auto-carga.
  - Peso percentual da força requerida.

**Específico:** Kayak/Va'a



# Fatores sensíveis de desenvolvimento



- Resistência
- Velocidade
- Força
- Mobilidade e equilíbrio
- Flexibilidade
- Coordenação



# Aspectos psicológicos

- Constância
- Perseverança
- Vontade
- Determinação

Chaves para a automatização da técnica e melhoria das qualidades físicas



# Competições espanholas, com Paracanoagem integrada:

- ▶ *Campeonato de España de Fondo 5000 m*
- ▶ *Copa 1000 m*
- ▶ *Copa 500 y 200 m*
- ▶ *Cto. España de Sprint*
- ▶ *Copas de España de Maratón*
- ▶ *Campeonato de España de Maratón*
- ▶ *Campeonatos de Ríos*
- ▶ *Campeonatos nacionales*
- ▶ *Pruebas autonómicas*

## **Artículo 22.- Piragüismo Adaptado.**

Está indicado para toda persona con discapacidad que tenga la habilidad de participar en pruebas de piragüismo, utilizando embarcaciones reglamentarias o especialmente adaptadas.

## **REGLAMENTO GENERAL Y TÉCNICO DE COMPETICIONES**

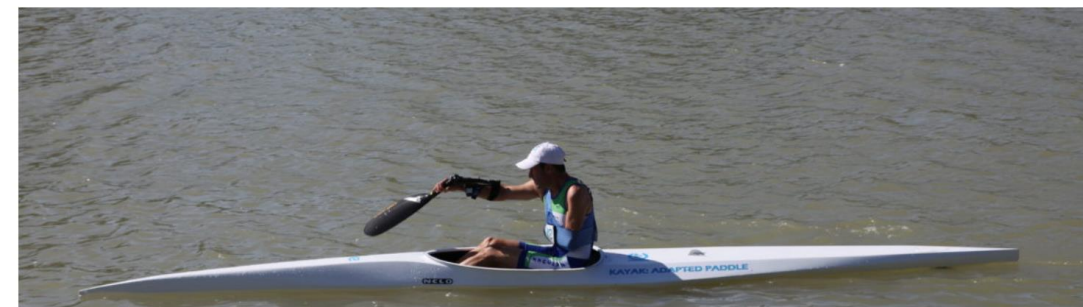
**Aprobado en Comisión Directiva de CSD en Junio de 2010**

# Outros eventos/competições



Inicio > Sin categoría > REGATA OPEN PARACANOE ZARAGOZA 2019

7.09.2019 | Sin categoría

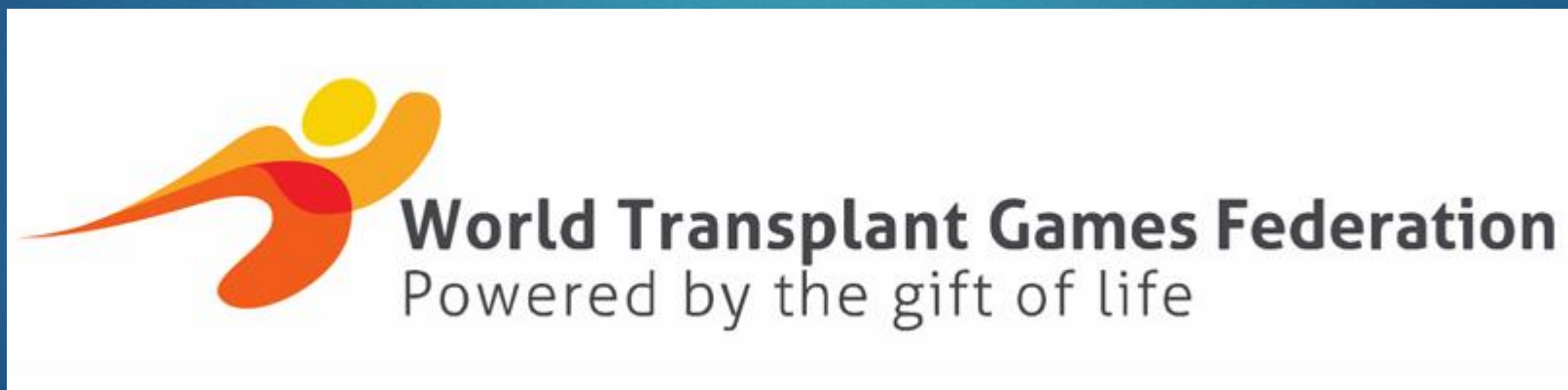


This promotional banner is for a kayaking event. The top section features the text "8º RAPHEL ADAPTADO" in large blue letters and "1º TROFEO ADRIÁN MARTÍNEZ" in large blue letters. Below this, in smaller text, is "21 septiembre 2019 - Aranjuez". The central part of the banner is a collage of three images: a close-up of a smiling man in a green and white kayak suit, a man in a green and white kayak suit holding a paddle, and a man in a green and white kayak suit paddling a red kayak. The hashtag "#paddle4Mito" is visible. At the bottom, there is a row of logos for the organizing and collaborating entities: the Ayuntamiento de Madrid, the Federación Madrileña de Piragüismo, the Legado María Devolota, Ana Carolina Díez Mahou Fundación, and AEPPI.



An advertisement for the "II JUEGOS PARAINCLUSIVOS" held in September 2019 in the Comunidad de Madrid. The central image shows a woman and a man in kayaking gear, with the woman standing and the man in a wheelchair, both holding paddles. The text "II JUEGOS PARAINCLUSIVOS" is at the top, followed by "09/2019" and the "Comunidad de Madrid" logo. At the bottom, there are two small text blocks: "MARÍA CORBESA MUÑOZ" (Campeona de España en C1- 5000 m y C1- 500 m, sexta en la Copa del Mundo en C1-5000 m) and "ADRIÁN MARTÍNEZ TORRE" (Campeón de España de maratón como hombre discapacitado, y campeón de España de sprint hombre discapacitado 1- 200 m). The logo of the Ayuntamiento de Las Rozas is at the bottom right.

Tentativa de colaboração/parceria com:



# Evolução de participantes nos Campeonatos nacionais de regatas em linha:

Categoría	Campeonato	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Senior	Copa de España 1000	9	8	14	16	19	35	
	Copa de España 500	11	18	12	11	29	23	
	Campeonato de España	10	14	13	12	33	29	
	Campeonato de España de Fondo						23	43**
Infantil y Cadete	Campeonato Jóvenes Promesas						8	

# Destinatários da primeira *triagem*:

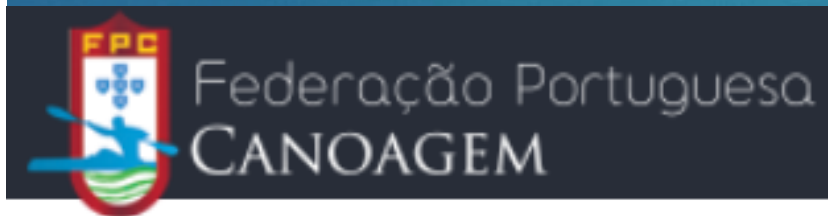
Pessoas com...

- ▶ ... *certificado de incapacidade*
- ▶ ... *problemas de articulares nos membros inferiores*
- ▶ ... *Atrofias musculares no trem superior. (nomeadamente ombro)*
- ▶ .... *problemas de equilíbrio*
- ▶ .... *problemas de lateralização*
- ▶ .... *com objetivos de promoção da saúde*

# Categorias Nacionais

Categorías ICF e a nivel nacional:

- ▶ **França:** Paracanoë (motor, sensorial, mental, psíquica,...)
- ▶ **Portugal:** KS1 (Intelectual)
- ▶ **Itália:** B1, B2 y B3 (visual). DIR (intelectual e relacionadas)
- ▶ **Brasil:** KLT1 e KLT2. (Single tourist kayak) (Double Tourist kayak) *(Clasificados 118 atletas)*
- ▶ **Austrália:** Física e Intelectual. (Special Olympics)



# Colaboração internacional de vários grupos de técnicos

Argentina



Brasil



Canada



Chile



España



Francia



Guyana Francesa



Haiti



Miembros Paracanoe ICF



México



Panamá



Perú



Portugal



Uruguay



USA



Venezuela



# O passo seguinte...

- ▶ **Unificação/estandardização de critérios** para incluir o maior número de pessoas, reservando-lhes espaço nas nossas **estruturas federativas** (quer em termos de saúde/reabilitação, recreação/lazer, assim como nas pratica regular/competição em qualquer nível).
- ▶ Programas específicos estruturados, bem definidos e orientados
- ▶ Procura de parcerias e colaboração com:
  - ▶ Universidades
  - ▶ Hospitales e centros de reabilitação
  - ▶ Associações internacionais

## CATEGORÍAS NACIONALES

A las categorías ICF y se añaden a nivel nacional:

- ▶ **Francia:** Paracanoe (motor, sensorial, mental, psíquica,...)
- ▶ **Portugal:** KS (Intelectual)
- ▶ **Italia:** B1, B2 y B3 (visual). DIR (intelectual y relacionadas)
- ▶ **Brasil:** KLT1 y KLT2. (Single tourist kayak) (Double Tourist kayak) (Clasificados 118 polistas)
- ▶ **Australia:** Física e Intelectual. (Special Olympics)
- ▶ **España:** KS1, KS2, KS3 (Todas las discapacidades)

