

El para powerlifting una realidad de transformación social en el departamento de Córdoba, Colombia

Para powerlifting, a reality of social transformation in the department of Córdoba, Colombia

Álvaro Javier Sánchez Maza¹, Carlos Ochoa Alean², Jesús Fernando Kerguelen Soto³, Juan Antonio Care Negrete⁴, Luis Gustavo Kerguelen Pacheco⁵ e Issac David Velásquez Montiel⁶

¹Universidad de Córdoba, alvarojaviersm@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0009-9766-0593>, Colombia

²Universidad de Córdoba, ochoalen26@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0003-1646-0829>, Colombia

³Universidad de Córdoba, jesuskerguelens@correo.unicordoba.edu.co, <https://orcid.org/0000-0002-7540-8102>, Colombia

⁴Universidad de Córdoba, antoniolch@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0008-1295-975X>, Colombia

⁵Universidad de Córdoba, kerguelenluis10@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0006-8235-5682>, Colombia

⁶Universidad de Córdoba, Isaadv01@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0002-1419-9922>, Colombia

Información del Artículo

Trazabilidad:

Recibido 18-07-2025

Revisado 19-07-2025

Aceptado 14-09-2025

Palabras Clave:

Powerlfting
Discapacidad Física
Historias De Vida
Inclusión social

Keywords:

Powerlifting
Physical Disability
Life Stories
Inclusion

RESUMEN

El para powerlifting es uno de los deporte paralímpico que más ha crecido en los últimos años, desde los procesos de entrenamiento hasta el deporte desde una realidad de transformación social, gracias a este sinnúmero de personas con discapacidad física que han tejido un escenario para su propio desarrollo social. El presente artículo resalta como a través de este deporte muchos jóvenes Cordobeses han transformado su calidad de vida pasaron de ser unos desconocido para ser referentes de vida. inicialmente se hace un análisis de los conceptos de discapacidad, discapacidad física powerlifting desde una perspectiva cualitativa, usando como técnica la historia de vida, como resultados se devela que los atletas ven en el deporte una oportunidad de vida, de salir adelante, así mismo consideran vital el papel del entrenador no solo dentro del deporte sino en su vida, que en su proyecto de vida está incluido como una de las opciones mejorar o ser mejor cada día en el deporte, finalmente se destaca que a diferencia de otros deportistas estos atletas manifiestan no tener ninguna barrera y esto se vio reflejado desde el arquetipo del guerrero el cual muestra que en medio de una dificultad siempre se sienten fuerte para derrotar cualquier tipo de adversidad enmarcado por salir adelante, en cuanto a las conclusiones se determina que el deporte siempre será una válvula de escape ante las adversidades que se convierte en un motivo para salir adelante que el deporte permite tener una visión diferente de la vida y que el entrenador es más que un prescriptor de sesión y se convierte en todo un asesor de vida.

ABSTRACT

Para powerlifting is one of the Paralympic sports that has grown the most in recent years, from the training processes to the sport from a reality of social transformation thanks to this countless people with physical disabilities who have woven a scenario for their own social development. This article highlights how through this sport many young people from Cordoba have transformed their quality of life, going from being unknown to becoming life references. Initially an analysis of the concepts of disability, physical disability powerlifting is made from a qualitative perspective, using life history as a technique, as results it is revealed that athletes see in sport an opportunity for life, to get ahead, they also consider the role of the coach vital not only within sport but in their life, that in their life project is included as one of the options to improve or be better every day in sport, finally it is highlighted that unlike other athletes these athletes claim to have no barriers and this was reflected from the archetype of the warrior which shows that in the midst of a difficulty they always feel strong to defeat any type of adversity framed by getting ahead, as for the conclusions it is determined that sport will always be an escape valve in the face of adversity that becomes a reason to get ahead that sport allows you to have a different vision of life and that the coach is more than a session prescriber and becomes a life advisor.

INTRODUCCIÓN

El deporte siempre se ha constituido como escenario propicio para fomentar el desarrollo social de cualquier ser humano, desde sus esferas sociales el deporte se consolida como un lenguaje universal que traspasa fronteras una regiones y fortalece la sensibilidad humana, el deporte desde su concepción social abordarlo desde el para deporte nos resulta valioso conocer como muchos jóvenes han pasado de ser en algunos casos el hazme reír de una comunidad , un barrio , la escuela o la familia a convertirse en todo un referente de vida.

Ahora bien, hablar específicamente de Para deporte se configura realmente como un escenario no solo para hablar de deporte como tal sino de esperanza de, fortaleza, de valentía y aun más de inclusión social, Garavito-Campillo & Fernando-Kerguelen (2021). gracias al deporte muchos han encontrado un camino de esperanza, se han llenado de valor usando su discapacidad como un trampolín para alcanzar sus sueños, el para deporte en su esencia deja de ser algo extraño para convertirse en un elemento cliché del cual todos quieren hablar.

En los últimos años y a pesar de que los medios de comunicación el para deporte es algo utópico este se ha podido difundir a traes de diferentes plataformas siendo esto un momento esperanzador para muchas personas con discapacidad que quizás habían perdido la esperanza de salir adelante.

Ahora bien, hablar de para powerlifting o pesas adaptadas o levantamiento de pesas para personas con discapacidad resulta muy interesante porque es un deporte de muchos retos para Ortiz et al. (2021) el para powerlifting .es el para deporte de fuerza por excelencia en el cual sus actores no solo se enfrentan a un rival sino a sus miedos y desafíos.

Cuando una persona adquiere una discapacidad aparecen además de la etapa de duelo aparecen muchas preguntas algunas sin respuestas otras con múltiples respuestas dentro de esas preguntan están que viene ahora que voy a hacer y es ahí donde aparece el deporte adaptado como una oportunidad y el powerlifting es uno del deporte más recomendado para la población con discapacidad física.

En el departamento de Córdoba según cifras de la liga deportiva de discapacidad física e12 deportistas practican este deporte de los cuales 9 de forma competitiva, con más predominio del sexo femenino es un deporte muy joven en el departamento, pero uno de los que más gloria le ha dado a la región representado básicamente en una deportista que está en la elite internacional a pesar de corta edad.

Esta modalidad deportiva inicio en la Universidad de Córdoba bajo la orientación del entrenador departamental de atletas convencionales el cual puso su profesión y experticia al servicio de este para deporte para darle el banderazo inicial al proceso, a pesar de lo difícil del inicio la región conquisto dos medallas de bronce en la primera salida en un evento nacional algo histórico para la región.

Hoy el proceso está mejor organizado liderado por un entrenador propio del sector de discapacidad y comprometido con los procesos, lo cual ha permitido que más deportistas lleguen al deporte y más atletas compitan y por ende más medalla.

Es de destacar que este deporte ha permitido que muchos jóvenes con discapacidad física empleen su tiempo libre y encuentren una alternativa de vida, sobre todo aquellos que adquieren la discapacidad y que en un principio encuentran un camino nublado Gómez et al. (2021) el powerlifting ha sido un detonante de superación para los que hoy están incursionando en esta modalidad En este artículo se busca reflejar las historias de vida de muchos jóvenes que han encontrado en el para powerlifting una oportunidad de vida para convertirse en un referente de vida.

Para sustentar este trabajo se realizó una búsqueda de artículos, documentos y trabajos que tengan relación con la temática en este caso se inicia con información relacionada al término de discapacidad.

La discapacidad se ha sido vista desde diversas ópticas en especial los postulados de entidades internacionales como la ONU, la OMS, se enmarca en la Valía de la persona que tiene la discapacidad en lo que algunos denominada sujetos de derechos en este sentido el concepto de discapacidad se analizan las concepciones y modelos los cuales han sido fundamentales para tener una visión integral del concepto en por ello al hablar de discapacidad Padilla-Muñoz (2010) lo define como una situación heterogénea que envuelve la interacción de una persona en sus dimensiones física o psíquica y los componentes de la sociedad en la que se desarrolla y vive.

En Colombia existe un marco jurídico amplio que sirve de base para la garantía de derecho lo malo de todo esto es que muchas de estas leyes para pasar del papel a la realidad se requieren de grandes acciones o

líderes que logren desentramar los procesos relacionados con la garantía de derecho, Aun existe muchas personas luchando por un sistema de salud óptimo que garantice la atención a esta población.

Con respecto al concepto de discapacidad física esta es una discapacidad que se relaciona con deficiencias que pueden ser de orden adquirido o de orden congénito y están relacionadas con ausencia de alguna parte del cuerpo, desordenes musculares o motrices discapacidad física de origen cerebral entre otros.

Es una discapacidad dominante que frente a la otras dado a la visibilidad funcional de la misma es decir que al ver una persona con ausencia de una parte del cuerpo o caminando con alguna deficiencia denota automáticamente que es una discapacidad visual a diferencia de otras que son netamente, esta población es una de las que se enfrenta barreras sobre todo de tipo contextual o arquitectónico en ese sentido Hernández et al. (2020) reconocen que aun esta población continúa experimentando barreras que dificultan su inclusión y participación en la sociedad. Los principales factores limitantes de la participación son aquellos de orden físico, político, personal y social.

Con respecto al para powerlifting la Word para powerlifting manifiesta que el Para Powerlifting se trata de una competencia realizada por para atletas con discapacidades físicas enmarcadas en ocho tipos propios de la discapacidad física; las personas tendrán entonces movilidad reducida con plena funcionalidad en el tren superior ya que el gesto técnico se desarrolla con ese segmento del cuerpo. Vale la pena mencionar que el Para Powerlifting es una de las disciplinas del programa de verano de los Juegos Paralímpicos que ha venido presentando el mayor crecimiento dentro de todos los para deportes pertenecientes al Comité Paralímpico Internacional,

Este deporte requiere de algunas adaptaciones que lo reconocen como un deporte adaptado dentro de los para deportes a diferencias de deportes como Boccia y Goalball que fueron creados exclusivamente este deporte es adaptado del levantamiento de pesas convencional, al igual que muchos deportes la participación de la Mujer es escasa dada la misma percepción e imaginarios negativos que se tiene del deporte lo que Ortiz et al. (2021). definen como la existencia de actitudes estereotipadas hacia la mujer, las cuales incluyen imágenes de pasividad y delicadeza, las cuales están deben desaparecer lo más pronto posible.

En cuanto a las historias de vida encontramos el trabajo denominado “El Deporte Inclusivo como Alternativa de Vida para los Jóvenes con Discapacidad” realizado por Garavito-Campillo & Fernando-Kerguelen (2021). El Deporte Inclusivo como Alternativa de Vida para los Jóvenes con Discapacidad. Revista Docentes 2.0, 12(1), 12-21. En esta investigación se reflexionó sobre las limitaciones físicas que han tenido algunos jóvenes., este trabajo tuvo como objetivo analizar cómo el deporte inclusivo fortalece las historias de vida de jóvenes con discapacidad en la región de Córdoba. La población estuvo representada por 14 jóvenes con discapacidad intelectual, auditiva y física, se eligió una muestra de 7 jóvenes que practican deporte adaptado. Luego, se realizó la observación directa y entrevista semiestructurada para la elaboración de los relatos de historias de vida. Por último, el análisis nos llegó a comprender que la práctica del deporte adaptado contribuye a mejorar la calidad de vida dándole sentido a lo que hacen, fortaleciéndose cada vez más como persona.

De igual forma se encuentra la investigación realizada por Payá & Moya denominada “*Historia de vida de un atleta tres veces paraolímpico, un largo y exitoso camino lleno de sombras*”: en ese trabajo El empleo de las historias de vida es método de estudio muy utilizado en sociología, El objetivo del presente trabajo es dar a conocer el proceso que ha seguido un deportista deficiente visual, desde que se inicia en el deporte hasta que se consolida como atleta que ha participado exitosamente en tres paraolimpiadas, Se utilizo como metodología el método de entrevista, así como documentos personales del sujeto de estudio. La persona escogida para realizar la investigación ha sido un especialista en salto de longitud y triple salto, de 31 años de edad, deficiente visual, Como resultados más significativos se pudo evidenciar que como consecuencia se obtuvo un relato que narra la trayectoria que ha seguido un deportista hasta convertirse en un atleta de máximo nivel así mismo se resalta que la importancia que tiene el entorno social, el apoyo institucional y económico para deportistas de élite con alguna discapacidad, así como la necesidad de la proliferación de este tipo de estudios que hagan reflexionar a la sociedad.

MATERIALES Y MÉTODOS

Objetivo

Analizar la historia de vida de una joven con discapacidad intelectual que ha encontrado en la natación adaptada un medio para superar barreras y alcanzar logros significativos.

Este estudio se aborda desde la técnica de investigación historias de vida. Las historias de vida hacen parte de la investigación cualitativa, según Cordero (2012) la historia de vida sigue una ruta estructural en la cual se utiliza de diferentes técnicas para llevar a cabo narrativas de vida, así mismo las historias de vida tienen, finalmente, la capacidad de expresar y formular lo vivido cotidiano de las estructuras sociales.

Población y Muestra

La población sujeta de estudio está representada por jóvenes con diagnóstico de discapacidad física, que hacen parte de la selección Córdoba de para powerlifting , la muestra se seleccionó mediante el criterio de la intencionalidad en ese sentido se procedió a escoger como grupo de interés a 9 jóvenes que practican este deporte .5 de rama masculina y de 4 de rama femenina.

Instrumento

Se empleo una encuesta sociodemográfica para recoger los datos relevantes y una entrevista semiestructurada para conocer a más a profundidad su experiencia de vida, se implementó el método biográfico, de historia de vida y se utilizó una entrevista semiestructurada como principal instrumento de recolección de datos. La guía de entrevista se diseñó abarcando cuatro dimensiones principales: discapacidad y educación, experiencias de exclusión e inclusión, trayectoria deportiva, y aspiraciones y visión de futuro. La entrevista incluyó 25 preguntas orientadoras, diseñadas para explorar en profundidad cada una de estas dimensiones. Estas preguntas abordaron temas como el diagnóstico de la discapacidad, experiencias educativas, vivencias de discriminación, logros deportivos, sueños y metas, entre otros aspectos relevantes de la vida de la participante.

Procedimiento de recogida y análisis de datos

Las estrategias de recolección de información que se utilizaron fueron la observación directa y la entrevista semiestructurada para la elaboración de los relatos de historias que han marcado el desarrollo de sus vidas y se realizó una triangulación de información de acuerdo con la teoría arrojando los siguientes resultados que se socializaran a continuación.

El análisis de los datos se realizó siguiendo un enfoque inductivo. Se identificaron temas y subtemas recurrentes en el relato de cada sujeto de estudio joven, prestando especial atención a las experiencias relacionadas con su discapacidad, su trayectoria deportiva.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Una vez aplicados los instrumentos se procedió con el análisis de los resultados, haciendo uso de la triangulación de información, se contrasta la teoría, lo observado, los datos que arrojaron las entrevistas. En este estudio se emplearon una encuesta sociodemográfica y una entrevista semiestructuradas permitiendo recoger la información necesaria de las historias de vida de los participantes los cuales estuvieron muy emocionados de compartir sus vivencias más significativa que han marcado su vida.

Inicialmente se muestran las características sociodemográficas de los participantes Sé evidenció que en la región son muy pocos los atletas en este deporte y justamente por la falta de interés de los atletas , la familia y algunos de las personas con discapacidad en el departamento aún se ven desde el retrovisor del modelo de prescindencia, en ese sentido se establecieron una establecieron unas características sociodemográficas tomadas de la encuesta aplicada a los sujetos , dichas características están organizadas en la tabla 1.

Características sociodemográficas

Tabla 1: características sociodemográficas

| Género | Edad | Estado Civil | Cuanto llevas en el deporte | Cuantas veces entrenas a la semana | Nivel Escolaridad |
|--------------------|-------------|--------------|------------------------------|--|--------------------------------|
| 44% sexo femenino | 8 – 37 años | 100% | Menos de 1 mes 11.1% | 75% 4 veces 18% 2 Veces 7% 5 veces | 3 44.4% Secundaria 33.3% |
| 56% sexo masculino | | | 1 a 3 meses 11.1% | | Primaria 11.1% |
| | | | 3 a 5 meses 33.3% | | Superior 11.1% |
| | | | 6 meses en adelante 44.4% | | No alcanzo a estudiar |

Con respecto a las características sociodemográficas se destaca que los participantes son 5 sexo masculino representado en 56% y 4 de sexo femenino representado en un 44% encontramos la edad de los sujetos objeto de estudio se ubica entre 8 y 37 años, con un promedio general de edad de 32 años la mayoría tiene

más de 6 meses en el deporte, algunos iniciaron en atletismo, voleibol sentado y posterior a eso se pasaron para para powerlifting.

En ese orden de idea se inicia con la narración de la entrevistado número uno (1), quien nació en Montería, Córdoba, es un atleta de 37 años de edad de sexo masculino soltero, es una persona muy alegre dinámica y enamorada de la vida, su discapacidad fue adquirida en esos oficios como loes la vida militar víctima de una mina antipersonal, la cual no solo le arrebató sus piernas sino la esperanza de seguir defendiendo la patria, hoy desde una condición de persona con discapacidad continua su vida demostrando que tiene mucho que dar, lleva más de 6 meses en el deporte el cual considera un envión importante para salir adelante y pasar la página de esta discapacidad.

Compite en la categoría de 80Kg, lleva más de 6 meses en el deporte y desde que el deporte llegó a su vida la vida le cambió, esto le ha permitido salir de su ciudad, competir y disfrutar de la vida, entrena de 3 a 5 veces a la semana, sueña con ser grande en el deporte y colgarse una medalla en los próximos juegos para nacionales, un reto para seguir escribiendo su nombre en la historia del para deporte Cordobés, agradece a su entrenador por su apoyo y dedicación para lo que está viviendo hoy, como todo ser humano tiene sueños y quiere ser un ejemplo para las nuevas generaciones de que los sueños no se pueden estacar por una dificultad al contrario los sueños siguen.

Esta historia de vida es inspiradora, resiliente y fiel ejemplo de que no podemos quedarnos sentado ante las adversidades que la vida continua en medio de un acontecimiento difícil, los sueños deben continuar siempre. En lo que Freire, P. (2019). Define como podemos hacer lo posibles para continuar siendo lo imposible

La segunda entrevistada corresponde a una joven alegre, cariñosa y apasionada por el deporte, es la deportista más representativa del para powerlifting Cordobés y quizás una de las más grandes referentes para el deporte a nivel general en Córdoba dado a los logros que ha tenidos a sus escasos 21 años ha logrado pon el listón y el nombre de la región en un sitio muy alto en materia de logros nacionales e internacionales, su discapacidad es congénita lleva en el deporte más de 6 meses y entrena de 3 a 5 días dado que estudia una carrera muy dura como lo es la Química, ha logrado encontrar la fórmula perfecta para ser grande en el deporte y poder rendir académicamente, compite en la categoría -45 Kg en al cual ha obtenido logros significativos como salir del país, representar los 3 colores de la Bandera de Colombia como también conquistar medallas a nivel nacional y lo más importante convertirse en un referente de vida para las nuevas generaciones, su estatura es pequeña pero su corazón es gigante aferrada a su caminador, esta joven recorre la vida dejando un legado con su sonrisa y su talento, reconoce que el deporte le regalo una mentalidad fuerte y le ha permitido mejorar su calidad de vida reconoce que la falta de implementación la desmotiva pero ha encontrado en su entrenador una luz de esperanza y motivación, este profe la motiva a salir adelante a no desfallecer en lo que quiere, ve en el deporte un desafío personal entrena con el deseo de subir las marcar pero más allá es dejar atrás los momentos difíciles que han marcado su vida a raíz de esta discapacidad.

Tener una discapacidad no es fácil desde muy niño se debe enfrentar a barreras las cuales a medidas que la persona crece se convierten en motivación para mostrar a esa sociedad que la vida sigue en medio de lo que sea, la vida está por encima de todo. Es una misión de la sociedad sensibilizarse para abatir las barreras que excluye para hacer nacer en el otro una motivación profunda (Molina, 2010).

La tercera historia nos remonta a la vida de una destacada jovencita, alegre que en su rostro refleja el sentimiento de salir adelante con tan solo 18 años y toda una vida vivida en medio de una discapacidad, recién llega al deporte apenas lleva de 3 a 5 meses y sus logros son significativos una medalla en un clasificatorio a juegos juveniles paranacionales le abren una luz de esperanza en un camino prometedor en el para powerlifting, reconoce que lleva muy poco tiempo pero que su motivación es inmensa como lo es el sentimiento que tiene hacia su familia y su entrenador el cual la ha motivado mucho en este camino, su entrenador se convirtió en un líder que la ha conducido a demostrarse a sí misma que los sueños sí se pueden lograr, quiere seguir adelante en el deporte dado que este le ha servido no solo para su rehabilitación sino para creer en sí mismo.

El deporte siempre será un detonante de esperanza en medio de la imposibilidad, muchos atletas se refugian en el como una válvula de escape ante la discriminación de la sociedad, ante la falta de oportunidades

La cuarta historia se enmarca en un joven de 25 años que presenta una discapacidad adquirida no alcanzo a estudiar, pero tiene mucho conocimiento experiencial que la mejor escuela le ha enseñado, la escuela de la vida, lleva 6 meses en el deporte y en él ha encontrado una forma diferente de ver la vida en medio de tanta adversidad producto de su discapacidad la vida le da una nueva oportunidad a través del deporte compite en la categoría 72 Kg, hasta ahora no ha tenido ningún logro, dado que apenas está empezando pero tiene mucha ambición de sueños en este deporte el cual le ha permitido mejorar su confianza en sí mismo y la disciplina entrena bajo las órdenes del profe pero de forma independiente, dado las distancia para llegar al sitio de reunión, el transporte es una de las barreras más difíciles para él, pero entrena de

forma juiciosa entendiendo que hay unos estigmas y barreras por tumbar no solo en el deporte sino en la vida.

Una de las dificultades más difíciles de derrotar para una persona con discapacidad es la barrera sobre todo de transporte cuando se tiene discapacidad física esta afecta no solo la movilidad sino la participación en el deporte un atleta que no puede asistir a los entrenamientos debido a la falta de transporte puede atrasarse en su proceso de formación deportiva.

La quinta historia de vida reflejada en este trabajo se enmarca en la vida de un joven de tan solo 9 años de edad que inicia en el deporte , su carisma , su alegría se irradia en todo el grupo es uno de los consentido por los grandes que lo ven como un luchador incansable , su familia lo apoya mucho según el entrenador es un metal en bruto que puede dar mucho de qué hablar en un futuro no muy lejano , porque con sus actitudes demuestra día a día que tiene deseo y motivación de ser grande en este deporte aunque su estatura sea pequeña , se proyecta a estar en la categoría de -42Kg , entrena de 3 a 5 días a la semana y aunque lleva pocos días entrenando parece todo un experto el deporte le ha dado autonomía y quiere conocer más de él, seguir entrenando para llegar a ser grande en la región y porque no el país.

Esta historia refleja que se puede empezar un proceso con niños en un deporte de alto rendimiento lógicamente respetando cada fase de su proceso de desarrollo, esto es un trabajo a largo plazo pero que puede ser muy beneficioso para el deporte cordobés.

La sexta historia se refleja en un joven de 18 años que compite en la categoría de -42 Kg , lleva de 3 a 5 meses entrenando el deporte le ha permitido tener más autonomía , entrena en el deporte porque tiene deseo de superación , sueña con competir a nivel nacional e internacional por ello está trabajando fuerte para que todos esos sueños se hagan realidad , reconoce en su entrenador que le ha dado una alta dosis de motivación para salir adelante aunque está empezando siente que puede dar mucho más , ya que cuando él se propone algo lo logra gracias a Dios.

La séptima historia se enmarca en un joven con 18 años con una discapacidad congénita llego al deporte con la convicción de salir adelante y pasar la página de la discapacidad que durante toda su vida lo ha acompañado y la cual le ha dado algunas experiencias negativas sobre todo enmarcada en las actitudes de la sociedad , compite en la categoría de -42 Kg y reconoce que puede dar más de lo que tiene que solo está empezando solo lleva menos de 5 meses entrenando y aunque no ha tenido logros sabe que algún día llegaran porque piensan en grande se siente más autónomo y motivado por eso confía en que pronto dará de qué hablar en el contexto del deporte , su entrenador lo motiva a diario y lo ha llevado por el camino de la disciplina pensando siempre en que puede dar más de lo que es solo si se lo propone.

El papel del entrenador siempre debe ser motivar a sus deportistas a dar más porque muchas veces el atleta requiere de esa envión emocional por parte del entrenador para levantar ese ánimo y esa motivación en pro de las conquistas.

La octava historia nos transporta una dulce historia de una niña que tiene tan solo 8 años pero que desde que llego al deporte enamora con su carisma , su talla no es muy grande pero su corazón es gigante dispuesta a entrenar y aprender con toda la motivación del caso , apenas recién empieza se proyecta según el entrenador a competir en la categoría -42 Kg , el deporte le ha permitido el fortalecimiento muscular y aunque su proceso de entrenamiento es diferenciado frente a los demás dado su desarrollo motriz ella se siente toda una atleta de alto rendimiento, cuenta con el apoyo familiar y el apoyo de toda la familia del parapowerlifting Cordobés , entrena de 2 a 3 días a la semana y a su sonrisa irradia al grupo que la reciben con mucho amor. Esto denota que existe un relevo generacional prometedor en este deporte en la región también se denota que se está rompiendo los estigmas de la participación de la mujer en el deporte.

Finalmente se destaca la historia de la entrevistada número 9 una joven de 18 años con una discapacidad adquirida, apenas con 6 meses de vigencia en el deporte y entrenando 3 a 5 días a la semana , reconoce que su vida cambio desde que decidió entrenar powerlifting , al principio con temores porque en muchos casos somos seres humanos y pensamos desde lo que el otro piensa de nosotros y no dejamos que fluyan nuestras experiencias que son las únicas que valen en estos casos , aún no ha conseguido ningún logro, pero está proyectada a competir en la categoría 65Kg, sueña con ser grande en el deporte, ser reconocida reconoce la labor de su entrenador que la ha apoyado y la ha direccionado por el camino del bien.

En esta historia se reconoce que a veces nos situamos desde el pensamiento de la sociedad, de esa sociedad que excluye y no nos enfocamos en nuestras vivencias que son las que nos pueden dar fe de lo que realmente somos.

De acuerdo con el análisis realizado en la entrevista surgieron 3 categorías Las cuales se describen a continuación:

Tabla 2: Categorías

| Ítem | Nombre | Relacion |
|--------------------|------------------------------------|---|
| Categoría 1 | Lo que me ha dado el Deporte | Beneficios que deja la práctica del deporte |
| Categoría 2 | Porque entreno este deporte | Razones por la cual me esfuerzo en este deporte |
| Categoría 3 | Barreras más comunes en el Deporte | Barreras y facilitadores en el deporte |
| Categoría 4 | Rol del entrenador en mi vida | La otra cara del deporte el entrenador |

Categoría 1 Lo que me ha dado el Deporte

El deporte en su esencia se convierte en un sinónimo de humildad y esperanza para muchas personas con discapacidad Milan et al (2024) esto porque en muchos casos el deporte es un aliciente para salir adelante, Arabia et al. (2023) el deporte se convierte en una válvula de escape ante lo que implica tener una discapacidad sobre todo cuando es adquirida, en ese sentido:

“Gracias al deporte me he sentido más autónomo, creo más en mí y me siento seguro de lo que hago” Sujeto 4

El deporte es una esperanza en medio de una dificultad, de una adversidad, el deporte devuelve el deseo de seguir adelante con la creencia de que la esperanza nos hace resilientes. en el futuro y seguir adelante sin renunciar a sus objetivos (Santos, 2013).

“Cuando empecé a entrenar tenía miedo de que no fuera a rendir o que se fueran a burlar más de mí, pero hoy realmente recojo mis palabras, han sido más las bendiciones que las dificultades”

Categoría 2 Porque entreno este deporte

Hablar del deporte como una oportunidad de vida es reconocer que has pasado por mucha adversidad y que llega el deporte a tu vida a devolverte la esperanza y ha logrado aumentar la autoestima. Asimismo, se ha convertido las dificultades en una oportunidad (Bermúdez, 2024).

“Antes de empezar en el para powerlifting yo me sentía triste desanimada, no quería salir a enfrentar el mundo, pero encontré en este deporte una oportunidad de sentirme valiosa empoderada y hoy entreno con muchas ganas de salir delante de salir y comerme el escenario Sujeto 2

Muchos jóvenes sus vidas se transforman al tener contacto con el deporte atrás quedan esas etapas de desesperanza y lo que hay en la actualidad es deseo de salir adelante y agradecimiento por una modalidad deportiva que te ha dado todo.

Categoría 3 Barreras más comunes en el Deporte

Entrenar un deporte y tener una discapacidad es enfrentarse a un sinnúmero de barreras desde el transporte, hasta la mirada tenue de la sociedad que excluye.

“Una de las barreras más comunes que enfrento es el transporte andar en silla de rueda no es fácil, un traslado por muy corto que sea sale costoso” Sujeto 4 .

En la ciudad aún se ve la discapacidad desde una postura del modelo de prescindencia, algunos servidores públicos o empleados de transporte público ven extraño que una persona con discapacidad toca trabajar fuerte para que la sociedad Cordobesa logre Cambiar esas ideas de la discapacidad enmarcadas desde el modelo de prescindencia (Soto, 2025).

Es importante destacar que el deporte logra ayudar a cambiar esas perspectivas cuando una persona con discapacidad se convierte en deportista y lo ven que representa a la región y gana medalla la perspectiva cambia.

“Al principio cuando iba al gimnasio a entrenar muchos se quedaban mirándome como algo extraño apenas competí y logre salir de la ciudad y representar a mi departamento cuando regrese todos querían tomarse foto conmigo” Sujeto 1

El deporte visto desde, lo social contribuye considerablemente a mejorar muchos aspectos en la vida de cualquier ser humano (Gómez et al., 2023).

Categoría 4 Rol del entrenador en mi vida

Ser entrenador de personas con discapacidad es transformar no solo la vida el atleta que se entrena sino también la propia vida porque la visión de la vida cambia, no es lo mismo entrenar a un atleta o una persona sin discapacidad que entrenar al que presenta dicha discapacidad, aunque la metodología sea lo misma los contextos son diferentes sobre todo en material del ser humano.

“Mi entrenador me ha motivado mucho, me ha llevado a una nueva vida, me ha hecho sentir valioso importante y me ha llevado a ser lo que hoy soy como deportista “

Sujeto 2

Para muchos entrenadores trabajar con atletas con discapacidad tiene un valor especial porque se nota los avances, las dificultades y los logros a flor de piel y esto se ve reflejado en los agradecimientos por parte de los atletas quienes ven en su entrenador más que un formador un apoyo de la vida y en su vida En este sentido, es crucial reconocer la importancia del apoyo de un entrenador (Fuentes et al., 2024).

“En mi profe he encontrado más que un entrenador un amigo dispuesto a motivarme ya a corregirme no solo en lo deportivo sino en mis errores como ser humano “

Sujeto 2

Es que ser entrenador no es solo planificar sesiones es también ayudar en el día a día para la construcción de un mejor ser humano Urgilés et al. (2019) definen que la profesión no ser solo un entrenador, sino de ser una persona con aptitudes y actitudes que permitan desarrollar y motivar a sus deportistas.

“En mi entrenador he encontrado una luz de esperanza y motivación, mi profe me motiva a salir adelante a no desfallecer en lo que quiero” Sujeto 2

CONCLUSIÓN

Dentro de las conclusiones más significativas encontramos que el total de la población es relativamente combinada entre jóvenes y niño lo que promete tener un relevo generación al importante, por otro lado, se destaca que hay buena participación de la mujer siendo esto muy valioso para equiparar la participación de la mujer en el deporte.

Se pudo determinar que a partir de este deporte muchos han podido encontrar muchos beneficios a nivel social, funcional y de motivación. Para muchos este deporte representa una oportunidad de mostrar sus habilidades, ser más autónomo, a mejorar su confianza, su mentalidad y su calidad de vida.

Otro de los resultados develados es que aún existen barreras en materia de transporte para las personas con discapacidad sobre todo usuarios de silla de rueda que se les dificulta asistir a los entrenamientos por no tener transporte.

Por otro lado, se evidencia que el rol del entrenador es muy importante para estos atletas que ven en el como referente no solo del deporte sino un referente de vida, dado que lo motiva y los ha conducido a dar lo mejor de sí en este deporte y en la vida.

Finalmente se destaca que muchos de estos jóvenes ven en este deporte una esperanza de salir adelante existe en ellos un hambre de gloria eso es bueno dado a que representa el compromiso de jóvenes no solo con su calidad de vida sino con los logros para la región.

REFERENCIAS

- Arabia, A., Kerguelen, J. F., & Sariago, R. C. (2023). El Blind Tennis: Una visión diferente de la vida. *GADE: Revista Científica*, 3(4), 343-355. <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/257>
- Bermúdez Bermúdez, Y. A. (2024). Resiliencia a través del deporte: Reparación y esperanza para las víctimas del conflicto armado colombiano. *Derecho global. Estudios sobre derecho y justicia*, 10(28), 305-325. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2448-51362024000300305&script=sci_arttext
- Fuentes, G. A., Urrea, P. N., Portilla, C. C. Á., Quintero, Y. A. M., & Rendón, R. D. D. (2024). Percepción de los formadores sobre la actitud de los padres en escuelas de formación deportiva. *Retos: nuevas*

- tendencias en educación física, deporte y recreación, (51), 881-887.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9170382>
- Freire, P. (2019). *Pedagogía de los sueños posibles: por qué docentes y alumnos necesitan reiventarse en cada momento de la historia*. Siglo xxi editores.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=0G3ADwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT21&dq=la+vida+continua+en+medio+de+un+acontecimiento+dif%C3%ADcil,+los+sue%C3%B1os+deben+continuar+siempre&ots=apipkP0gLK&sig=tL9T8F2rKa2UjDiGnPqC8ynmnis#v=onepage&q&f=false>
- Garavito-Campillo, E. T., & Fernando-Kerguelen, J. (2021). El Deporte Inclusivo como Alternativa de Vida para los Jóvenes con Discapacidad. *Revista Docentes 2.0*, 12(1), 12-21.
<https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/214>
- Gómez, D., Soto, J. F. K., Negrete, J. A. C., & Poblador, N. L. El Goalball, una herramienta para la inclusión social de jóvenes con discapacidad visual en el departamento de Córdoba. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, 25(2), 201-216.
<https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/16316>
- Gómez, D., Soto, J. F. K., Negrete, J. A. C., & Poblador, N. L. El Goalball, una herramienta para la inclusión social de jóvenes con discapacidad visual en el departamento de Córdoba. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, 25(2), 201-216.
<https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/16316>
- Milan, D., Soto, J. F. K., do Breviário, A. G., Lucena, J. B., da Silva, E. O., & da Silva Oliveira, E. M. CAPÍTULO 11 I EL DEPORTE UN MEDIO DE INCLUSIÓN SOCIAL EN PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN: EXPERIENCIA DE INCLUSIÓN SOCIAL DESDE EL DEPORTE. *EDUCAÇÃO ESPECIAL E INCLUSIVA: PERSPECTIVAS E REFLEXÕES CONTEMPORÂNEAS*, 169 https://www.researchgate.net/profile/Jesus-Kerguelen-2/publication/383412233_EDUCACAO_ESPECIAL_E_INCLUSIVA_PERSPECTIVAS_E_REFLEXOES_CONTEMPORANEAS_Vol_2_-ORGANIZADORES_CAPITULO_5_I_PERFIL_DE_LOS_DESPORTISTAS_USUARIOS_DE_SILLAS_DE_RUEDA_EN_EL_DEPARTAMENTO_DE_CORDOBA_COLOMBIA_Pa/links/66cbcb6c97265406eaa0a18/EDUCACAO-ESPECIAL-E-INCLUSIVA-PERSPECTIVAS-E-REFLEXOES-CONTEMPORANEAS-Vol-2-ORGANIZADORES-CAPITULO-5-I-PERFIL-DE-LOS-DESPORTISTAS-USUARIOS-DE-SILLAS-DE-RUEDA-EN-EL-DEPARTAMENTO-DE-CORDOBA-COLOMBIA-Pa.pdf#page=169
- Molina, A. (2010). Todos significa todos. *México: CONACULTA*.
<http://www.alasyraices.gob.mx/ebooks/TODOSSIGNIFICATODOS.pdf>
- Ortiz Cárdenas, J. P., Perdomo Vargas, I. R., Garzón Pastrana, G., & Vargas Reyes, J. D. (2021). Percepción de factores que inciden en la participación y competencia de mujeres atletas en Para Powerlifting. *Educación Física y Ciencia*, 23(3), 191-191.
https://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S2314-25612021000300191&script=sci_arttext
- Padilla-Muñoz, A. (2010). Discapacidad: contexto, concepto y modelos. *International law*, (16), 381-414.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692-81562010000100012&script=sci_arttext
- Santos, R. (2013). Levantarse y luchar: Cómo superar la adversidad con la resiliencia. *Conecta*.
https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=pffeFqt_JxEC&oi=fnd&pg=PT2&dq=El+deporte+es+una+esperanza+en+medio+de+una+dificultad,+de+una+adversidad,+el+deporte+devuelve+el+des+eo+de+seguir+adelante+&ots=1CEqeS7xV6&sig=dSg_tFBmWO1MfjhAcy3927krykw
- Serrano Ruíz, C. P., Ramírez Ramírez, C., Abril Miranda, J. P., Ramón Camargo, L. V., Guerra Urquijo, L. Y., & Clavijo González, N. (2013). Barreras contextuales para la participación de las personas con discapacidad física: Discapacidad y barreras contextuales. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 45(1), 41-51. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-08072013000100006&script=sci_arttext
- Soto, J. F. K., Simanca, J. M., Rumbo, Y. N., & Salgado, V. P. (2025). Un viaje a través del Autismo: El Caso de Nicolás. *GADE: Revista Científica*, 5(1), 283-300.
<https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/463>