



## MODELO DE INTEGRACIÓN: PARATRIATLÓN

D<sup>a</sup> Marisol Casado

Presidenta de la Federación Internacional de Triatlón

[Marisol.casado@triathlon.org](mailto:Marisol.casado@triathlon.org) / [Alfredo.sanchez@triathlon.org](mailto:Alfredo.sanchez@triathlon.org)

El 16 de julio de 2010 la ITU presentó ante el Comité Paralímpico Internacional (IPC) su documento de Candidatura y el día 10 de diciembre de 2010 en Guangzhou, China, el Comité Ejecutivo del (IPC) aceptó incluir dos nuevos deportes en los para Juegos Paralímpicos de Rio 2016: Piragüismo y Triatlón.

Entendemos que la mayor fortaleza de nuestro proyecto ha sido y es nuestro modelo de integración.

Es todavía muy prematuro hablar de planes concretos cuando todavía no hemos cerrado con el IPC el formato final del Paratriatlón en el programa de los Juegos Paralímpicos.

Consideramos paratriatletas a los triatletas con limitaciones físicas o en la visión, compiten sobre la distancia Sprint 750 m de natación, 20 Km de ciclismo y 5 km de carrera a pie en competiciones de nivel local, nacional e internacional, que se celebran paralelamente a las de Triatlón, de forma que los triatletas con limitaciones en su movilidad o visión comparten espacio con los que no las tienen.

El primer Campeonato del Mundo de Paratriatlón se celebró en Cleveland (USA) en 1996, las posteriores competiciones Perth (AUS) 1997, Lausanne (SUI) 1998, Montreal (CAN) 1999, Perth (AUS) 2000, Edmonton (CAN) 2001, Cancún (MEX) 2002, Queenstown (NZL) 2003, Madeira (POR) 2004, Honolulu (USA) 2005, Lausanne (SUI) 2006, Hamburg (GER) 2007, Vacouver (CAN) 2008, Gold Coast (AUS) 2009, Budapest (HUN) 2010, Beijing (CHI) 2011.

Dentro de nuestra organización aplicamos los siguientes principios para el Paratriatlón que se plasman en:

- El sistema de competición asegurará una representación mundial de acuerdo con la naturaleza de los juegos.
- Los paratriatletas son auténticos deportistas de elite.
- El Paratriatlón se celebra en una atmósfera vibrante en cada uno de los segmentos y se crea una ambiente de motivación colectiva que es muy atractiva para los espectadores y la prensa.
- Se crea una oportunidad única para la experiencia personal y la reflexión que actúa como acelerador para la mejora, que resalta la perseverancia de la humanidad a través de la práctica deportiva.
- Se asegura un programa estable y saludable que además permita una evaluación continua. "Suficientemente estable para ser perdurable y suficientemente dinámico para cubrir las necesidades presentes y futuras".

El Paratriatlón ofrece una oportunidad única para los atletas con cualquier tipo de limitación para que compitan al máximo nivel en este deporte moderno y excitante. Se practica muy cerca de la naturaleza y es muy sencillo de entender por espectadores y prensa. El Paratriatlón es accesible, viable, sostenible y muy equilibrado en todos los aspectos imaginables, incorporando tres de los deportes más importantes en la historia de los Juegos Paralímpicos.

Nos orgullece poder decir que el Triatlón es uno de los pocos o el único deporte en el que atletas con y sin limitaciones compiten juntos, en carreras de cualquier nivel de la ITU que desde el año 1996 ha tenido incluido Paratriatlón dentro de su estructura organizativa. A la vista de nuestro crecimiento en los últimos años confiamos en que el Paratriatlón tenga un fuerte desarrollo dentro del Movimiento Paralímpico. Entendemos que el Paratriatlón tiene el potencial para ser el deporte de mayor crecimiento en el Movimiento Paralímpico, en este proceso estamos haciendo algo que va más allá de la expansión del “paradeporte”, esperamos ser capaces de crear modelos de expresión deportiva que sirvan a todo el mundo.

El buen gobierno, el juego limpio y el respeto mutuo son parte integrante del ADN de la ITU, hemos extendido los principios de la igualdad de oportunidades, reconocimiento y recompensa para elevar la motivación y experiencias de cambio para todos los que compiten en nuestro deporte.

En este proyecto hemos contado con el apoyo de las 130 federaciones nacionales integradas en la ITU, de las cuales 37 tienen competiciones nacionales y 11 más tienen paratriatletas pero no competiciones nacionales.

En cuanto a los reglamentos, son actualizados anualmente, con las propuestas del Comité Técnico aceptadas por el Comité Ejecutivo, incluyendo todos los aspectos del Paratriatlón.

En el siguiente cuadro se puede observar el espectacular crecimiento del Paratriatlón:

<b>Año</b>	<b>Atletas</b>	<b>Naciones</b>
2004	17	4
2005	30	8
2006	49	9
2007	62	13
2008	62	13
2009	77	15
2010	155	18

Las categorías del Paratriatlón son:

- TRI1 Silla de ruedas → Paraplejía, tetraplejía, poliomielitis, doble amputación de piernas. Deben usar bicicleta de mano y silla de ruedas durante la carrera a pie.
- TRI 2 Gran limitación en las piernas → Amputados por encima de la rodilla. Debe competir en bicicleta y usar prótesis o bastones para la carrera a pie.

- TRI 3 Los otros → Esclerosis múltiple, distrofia muscular, parálisis cerebral, dobles amputados en las piernas o parálisis en múltiples extremidades. Deben usar la bicicleta. Las sillas de ruedas no están autorizadas.
- TRI 4 Limitación en los brazos → Parálisis, amputados por encima y debajo del codo o limitación en ambos. Debe utilizar la bicicleta.
- TRI 5 Pequeña limitación en la piernas → Amputados bajo la rodilla. Debe utilizar la bicicleta y las sillas de ruedas no están autorizadas.
- TRI 6 Invidentes → Hasta 20/200 con la mayor corrección. Compite usando un tándem conducido por un guía del mismo sexo que el paratriatleta.

Para que una competición sea equitativa para los diferentes paratriatletas, la clasificación debe asegurar que la competición no favorezca al atleta con menor grado de minusvalía, sino que el ganador sea el mejor preparado o el que tenga mejores habilidades.

Para poder competir hay que tener al menos un 15% de minusvalía. Es difícil medir las limitaciones variables y subjetivas, como puede ser el dolor, la ausencia o disfunción de órganos y las evoluciones. El no ajustarse a las condiciones de clasificación no es impedimento para el que triatleta no participe en su deporte, ya que se le acepta en las competiciones de grupos de edad que se celebran al tiempo. Declarar a alguien como inelegible no significa que no tenga limitaciones, que no se discute, sino que esa minusvalía no se ajusta a ninguna de las que contempla nuestro sistema de clasificación (por ejemplo la sordera).

La ITU ha adoptado recientemente el sistema de perfiles ideado por la Dra. Christine Meaden que se ha usado en el Reino Unido durante 20 años y desde el año 2000 en todo el mundo en la equitación paralímpica. El sistema ha sido validado y ha demostrado su fiabilidad. El sistema de perfiles usa la limitación más que el diagnóstico, la minusvalía o funcionalidad para agrupar a los competidores de manera justa.

La limitación se mide utilizando tres escalas: potencia, rango del movimiento o coordinación. El usar una u otra depende del diagnóstico y considerando que escala da una mayor precisión en la medida de la limitación. Así, para una limitación de tipo neurológico, la coordinación es la más apropiada, pero para limitaciones de tipo musculo esquelético (plexo branquial o lesiones en la médula espinal) la fuerza es la más adecuada, y para amputaciones, la amplitud de movimiento. Las tres escalas valoran entre el 0 y el 5 y así pueden ser comparadas. El resultado es un conjunto de 6 números que nos ofrece una puntuación que se compara con el estándar del perfil. El valor máximo es 80 para extremidades inferiores y 60 para el tronco.

El proceso puede durar hasta 45 minutos, ya que el atleta debe responder a un número de preguntas y realizar una serie de movimientos. La observación en competición confirma lo concluido en la clasificación. Si en competición se ven diferencias sobre lo observado en el examen, el atleta es vuelto a llamar y clasificar. En general los clasificadores de paratriatlón son profesionales de la salud con conocimiento en el deporte.

Las competiciones del Paratriatlón del 2011 se desarrollarán durante las Series del Campeonato del Mundo de Triatlón (Sydney, Yokohama, Madrid, Kitzbuhel, Hamburgo, Londres y la Grand Final de Beijing) además de en todos los Campeonatos del Mundo de otras modalidades y Campeonatos Continentales. Esta conjunción asegura que la gran familia del Triatlón está presente en la mejor competición de Paratriatlón del año. Ese fin de semana es un gran festival triatlético que reúne a un número de triatletas entre 2000 y 5000 de más de 60 países de todo el mundo. Esta sinergia es enormemente beneficiosa y ofrece unas grandes oportunidades de divulgación de nuestros objetivos y principios entre toda la comunidad triatlética.

Para adecuarse a las necesidades de los paratriatletas la ITU ha realizado adaptaciones en las siguientes áreas: clasificación, reunión técnica, inscripción y acreditación, diseño del circuito de natación, salida y llegada de natación, dimensión y diseño de las transiciones, diseño de los circuitos ciclista y de carrera a pie.

En estos cuatro años el programa de desarrollo deportivo de la ITU dirigido a entrenadores, oficiales y atletas se ampliará para incluir el paratriatlón en todos los niveles de desarrollo en donde sea adecuado para su crecimiento y desarrollo en todo el mundo. En este programa se incluye la formación y certificación de clasificadores.

La ITU contempla la formación y el desarrollo como enlace imprescindible en la planificación y aplicación de los planes estratégicos para progreso del paratriatleta a largo plazo. El Departamento de Desarrollo Deportivo ha planificado celebrar cursos de entrenadores de nivel 1, 2 y 3 en las cinco regiones con una periodicidad anual. El curso de nivel 3 de entrenadores, es un curso que incluye formación específica en el deporte para la preparación, planificación y evaluación de un paratriatleta de alto rendimiento. Los entrenadores que quieran recibir este curso, deben ser técnicos reconocidos por su federación nacional, contar con la certificación ITU nivel 2 y estar entrenando paratriatletas de alto rendimiento. El curso consta de 50 horas teóricas y 80 horas de prácticas que se realizan posteriormente.

Para desarrollar su programa de formación la ITU ha implantado los siguientes programas:

- Certificación de Entrenadores de Paratriatlón (IPCT), este curso ha sido creado por la ITU para cubrir las necesidades específicas de los entrenadores de Paratriatlón, y consiste en seis horas adicionales para aquellos entrenadores que ya poseen el nivel 1 o 2.
- Certificación de Clasificadores. Es un programa de formación diseñado por pasos y niveles que marca la progresión de los clasificadores desde el nivel 1 (nacional) hasta el 3 (internacional) en el cual se consigue la capacitación necesaria para ser clasificador en las principales competiciones internacionales.

En 2010 se ha iniciado el control antidopaje a los paratriatletas. La ITU ha organizado en 2010 una serie de Seminarios Antidopaje dirigidos a paratriatletas, que tuvieron lugar en durante el Campeonato de Europa de Athlone, Series del Campeonato del Mundo de Hamburgo y Londres y el

Triathlon de New York, todos ellos en julio, y otro en septiembre en Budapest coincidiendo con la Gran Final del Campeonato del Mundo. Estos seminarios tenían carácter obligatorio para los paratriatletas participantes que pueden ser sometidos a control en cualquier momento, y así entender sus derechos y responsabilidades a lo hora de afrontar un control.

La ITU trabaja con la Asociación de Organizaciones Nacionales Antidopaje en su programa de controles fuera de competición. En 2011 ese plan incluirá a los paratriatletas. La ITU trabaja junto con los NADOs y la AMA para implantar el Pasaporte Biológico en 2011.

## PRENSA Y COMUNICACIÓN

En nuestra Web [www.triathlon.org](http://www.triathlon.org) nuestras noticias están publicadas tanto en inglés como en español. La sección de paratriatlón es [www.triathlon.org/paratriathlon](http://www.triathlon.org/paratriathlon). La web es actualizada diariamente y con frecuencia incluye artículos y entrevistas con los paratriatletas, además de historias, videos, y fotos de los eventos más importante.

La ITU tiene una importante presencia en medios, tanto digitales como tradiciones, además de en las redes sociales Facebook y Twitter, y Youtube.

La ITU elabora una guía de medios enfocada a la prensa internacional, en la que está incluido el paratriatlón. Además de un folleto de paratriatlón para ser distribuido entre la prensa y que se puede descargar desde la web.

La ITU quiere adoptar un sistema de clasificación basado en la evidencia, que debe asociar claramente la discapacidad con la limitación a la actividad, implantar pruebas de laboratorio, ensayos clínicos y test de campo.