

Valoración de la condición física en la discapacidad intelectual

Autora: **Ana María Bofill Ródenas**
Facultad de Medicina.
Universitat de Barcelona

Directoras: **Dr. Joan San Molina**
Facultad de Medicina.
Universitat de Barcelona

Excelente Cum Laude

Palabras clave: *Discapacidad Intelectual, Condición Física, Salud, Pruebas de campo adaptadas.*

El objetivo del presente trabajo es adaptar y validar las adaptaciones en un conjunto seleccionado de pruebas estandarizadas de campo para la valoración de diferentes manifestaciones de la condición física relacionada con la salud en poblaciones que presentan Discapacidad Intelectual.

La muestra definitiva del estudio la forman 46 individuos, 31 hombres y 15 mujeres. 15 presentaban Discapacidad Intelectual Síndrome de Down (SD), 16 Discapacidad Intelectual no Síndrome de Down (noSD) y 15 no presentaban Discapacidad Intelectual (PG). Todos ellos practicaban algún tipo de actividad física o deportiva.

Las pruebas administradas fueron: Velocidad 20m; Dinamometría manual a 0 y 30°; Dinamometría de Piernas a 120 y 90° con y sin apoyo en la pared; Course Navette y 20m Shuttle Run.

Las adaptaciones realizadas han demostrado su adecuación para la población SD y no SD, aunque se evidencia

que estas poblaciones precisan no sólo de un proceso de familiarización con los test administrados sino de un verdadero aprendizaje de las pruebas.

Los resultados obtenidos indican que:

- Existen diferencias significativas entre poblaciones, estas se encuentran entre las poblaciones SD y PG y entre las poblaciones no SD y PG.
- La prueba de velocidad realizada aunque fiable no es válida en poblaciones con Discapacidad Intelectual.
- Se puede medir la fuerza isométrica mediante dinamometría manual administrada indistintamente a 30 y a 0 grados. Esta valoración de la fuerza local se presenta como un índice general de condición física.
- El ángulo de flexión de piernas en la dinamometría para la medición interfiere en los resultados obtenidos. Además ésta mejora en su administración, ejecución y resultados cuando se realiza con apoyo en

la pared independientemente del ángulo de flexión.

- La medición de la fuerza de piernas con el dinamómetro en la población con Discapacidad Intelectual (SD y no SD) debe realizarse en un ángulo de 90° y con apoyo en la pared.
- No se puede hacer un uso indistinto de las pruebas para la evaluación de la capacidad aeróbica Course Navette y 20m Shuttle Run.

A pesar de la dificultad de reclutar personas con Discapacidad Intelectual para la realización de estudios científicos son necesarios futuros trabajos con un número mayor de participantes, ya que aunque se han obtenido valores de referencia sería interesante la obtención de datos normalizados, a ello contribuiría la realización de procedimientos de evaluación sencillos y de fácil administración, que se incluyeran en las exploraciones habituales para la prescripción de ejercicio físico en estas poblaciones.