

Esquí sin barreras

Las personas con discapacidad también pueden disfrutar de los deportes de nieve

Cuando se observa en una pista a un esquiador sentado, realizando giros sobre un único esquí con una técnica que para sí quisieran la gran mayoría de los esquiadores de la estación, o cuando es una pareja la que deja en la nieve dos marcas perfectamente paralelas y anunciadas por el lazarillo que guía a su compañero ciego, se ha de admitir que el deporte puede igualar, en cierto modo, a las personas. O mejor, que sólo las distingue por su capacidad de esforzarse, algo que nada tiene que ver con las limitaciones mo-

toras, sensoriales o intelectuales. La práctica del esquí alpino adaptado y normalizado, tiene su origen en los años posteriores a la Segunda Guerra Mundial: se modernizaron las técnicas de rehabilitación y se crearon o adaptaron modalidades deportivas para los veteranos de la contienda.

Otros conflictos, como la guerra de Vietnam, no hicieron sino corroborar la necesidad de procurarse prácticas deportivas que proporcionaran sensación de libertad cuando las lesiones obliga-

ban a realizar la vida sobre una silla de ruedas o a necesitar de un guía para desplazarse. Y deslizarse por la nieve disfrutando del contacto con la naturaleza, la velocidad y el entorno, lo consigue. El esquí ha dado a personas con minusvalías la oportunidad de participar en una actividad común y plural, y de valerse de los beneficios de integración y superación que ofrece. No importa ser invidente total o parcial, padecer una lesión medular alta o severa, o tener disminuidas las capacidades intelectuales. El esquí no está limitado: se adapta a las necesidades.

CADA MODALIDAD DEL ESQUÍ ADAPTADO EXIGE QUE LA FUERZA DEL DEPORTISTA PROVENGA DE UNA PARTE DEL CUERPO DISTINTA



Algunas modalidades

EL MONOSKI

Desarrollado para personas que esquián en posición de sentado, requiere de fuerza en la parte superior del cuerpo, además de equilibrio y movilidad de tronco. El esquiador o la esquiadora se colocan en un asiento moldeado sujeto a un soporte que va unido a un esquí. Un cerrojo, a modo de fijación, ajusta el soporte a la tabla. Para el equilibrio y los giros, los esquiadores se ayudan de dos establos, de bastones adaptados con unos esquís pequeños montados en los extremos. El monoski está diseñado para poder subir solo al telesilla, lo que proporciona la oportunidad de un esquí independiente. Un esquiador en monoski puede conseguir un nivel muy alto de esquí y esquiarse en pistas de alta dificultad, incluso negras.

EL BISKI

El biski fue desarrollado para personas que esquián sentadas y tienen escasa movilidad y fuerza en la parte superior del cuerpo. El esquiador se sienta en un asiento de fibra de vidrio con dos esquís debajo, que funcionan de base, más ancha y con mejor equilibrio que un monoski. Con el biski se puede esquiarse de forma independiente ayudado de dos establos para el equilibrio y los giros. Los esquiadores principiantes y aquellos que necesitan más ayuda pueden utilizar una barra para las manos y unas cintas con las que el monitor les sujeta.

LAS 3 HUELLAS

Este tipo de esquí está indicado para personas con amputación de un miembro inferior, polio o hemiplejía.

Las personas que esquián sobre tres huellas llevan un esquí normal y dos establos largos, con los que logran tres puntos de apoyo con la nieve. Estos esquiadores progresan muy deprisa.

LAS 4 HUELLAS

Los esquiadores de cuatro huellas usan dos esquís y dos establos. Proporcionan al esquiador estabilidad y le permiten girar. Dos esquís y dos establos aseguran cuatro puntos de apoyo en la nieve. En ocasiones se ayudan de unos sujetadores que conectan las puntas de los esquís para evitar que se crucen o permitir un mejor equilibrio. Casi todas las personas que andan con bastones pueden esquiarse con cuatro huellas.

ESQUIAR SIN VER

El esquí alpino para ciegos tal vez sea la modalidad más conocida, pero no por ello la menos llamativa. Es difícil que alguien se deje convencer para lanzarse cuesta abajo y ganando velocidad, sin ver. Por eso éste es un deporte en equipo en el que se necesita un guía vidente para poder deslizarse por las pistas. Para ello se requiere lograr un buen nivel de esquí y muchas horas de entrenamiento. Las personas con resto visual suficiente, las que no son completamente ciegas, siguen al guía visualmente. El esquiador ha de seguirle de forma precisa, intentando pisar la traza de sus esquís. El guía puede hacerle gestos muy claros para darle información o ayudarse con la voz. En el caso de los esquiadores totalmente ciegos, la velocidad es menor porque se guían únicamente por el sonido, el de la voz del guía amplificada por un altavoz que lleva en la espalda. ◀

UN EJEMPLO NO AISLADO

Aunque no es necesario que las estaciones de esquí estén adaptadas a los usuarios con discapacidad más allá de lo que marca la ley, el hecho de que las pistas, monitores, personal y señalizaciones tengan en cuenta a este colectivo demuestra una sensibilidad loable y buenas prácticas empresariales.

Un ejemplo, aunque cada día hay más, es la estación catalana de La Molina. Desde hace más de dos lustros procuran mejorar las instalaciones para hacer posible el acceso a todo el mundo, sobre todo en aquello que tiene que ver con el aprendizaje, porque una vez se sabe esquiarse no importa tanto en qué condiciones o con qué capacidades se haga. Por ello, desde el pasado año, se ha abierto una pista diseñada por y para personas con discapacidad. Con ella se pretende facilitar la iniciación, por lo que dispone de un telesilla especial (tipo cinta transportadora), de una caseta de atención para el esquiador y sus acompañantes a pie de pista, y de plazas de aparcamiento exclusivas. Además, se han destinado recursos para la formación específica de personal de remotes, así como creado, en la misma estación de esquí, un centro de formación de técnicos de deportes adaptados al medio natural. También las estaciones que conforman el Aramón de Aragón se han unido a la atención de este colectivo. Para ello, cuentan con sillas de ruedas en las cafeterías intermedias que posibilita el acceso desde la nieve, tanto a los servicios como a la cafetería, y la gran mayoría de los remotes mecánicos pueden ser utilizados por los usuarios con alguna discapacidad. Además, es política de empresa preparar al personal para a los esquiadores con discapacidad el uso de los remotes mecánicos y el resto de zonas de las estaciones.

