

Universidad Miguel Hernández de Elche
Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche

Titulación de Periodismo

Trabajo Fin de Grado

Curso Académico 2020-2021



***El deporte adaptado de Alto Rendimiento con
Diversidad funcional***

Podcast:

“Deporte y resiliencia:

Todo el mundo tiene una historia”

Alumna: López Cortés, Noelia

Tutor: Olabe Sánchez, Miguel Fernando

ÍNDICE

0. Resumen/abstract.....	3
1.Introducción y justificación.....	5
2. Material y método de trabajo.....	6
2.1. Pasos seguidos.....	6
2.2. Cronograma.....	7
2.3 Método de trabajo.....	7
2.4. Presentación fuentes propias.....	8
2.5. Estructura y justificación.....	9
2.6. Estrategia de difusión.....	11
3. Contenido.....	14
3.1. Guion	14
3.2. Enlaces podcast.....	16
4. Interpretación derivada de la investigación.....	16
4.1 Futuras líneas de investigación.....	17
5. Bibliografía y fuentes documentales.....	18
6. Notas.....	20
ANEXO I: Anteproyecto.....	21
1. Temática, enfoque y justificación.....	21
2. Objetivos e hipótesis.....	21
3. Cronograma.....	23
4. Documentación.....	23
5. Selección, presentación y justificación de las fuentes.....	25
6. Presentación y curriculum autora.....	27
ANEXO II: Entrevistas.....	28
1. Carmen Giménez.....	28
2. Lionel Morales.....	28
3. Gabriel Teruel.....	29
4. Ricardo Ten.....	29
5. David Fernández.....	30
6. Toni Ponce.....	30
ANEXO III: Ilustraciones RRSS y plataformas digitales.....	31

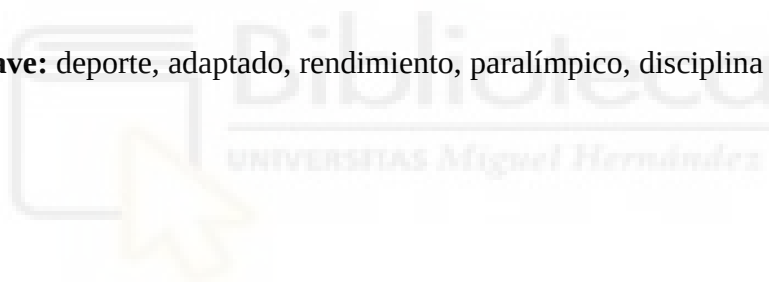
1. Resumen/abstract.

Seis deportistas nos descubren de primera mano cómo es el mundo del deporte adaptado con diversidad funcional. Carmen Giménez, atleta internacional; Ricardo Ten, nadador y ciclista paralímpico; Lionel Morales, triatleta paralímpico; Gabriel Teruel, deportista de slalom y tenis en silla; David Fernández, lanzador de peso internacional y Toni Ponce, nadador paralímpico cuentan en este reportaje cómo ha evolucionado su trayectoria deportiva desde sus inicios hasta la actualidad y cómo ha sido la evolución del deporte adaptado en España a partir de sus propias experiencias. Algunos de estos deportistas llevan más de veinte años vinculados al deporte adaptado, algunos de ellos en la élite desde hace décadas y han vivido cómo ha sido esta evolución de primera mano.

Nadie mejor que ellos para contar las barreras con las que se encuentran día a día para evolucionar dentro de sus diferentes disciplinas deportivas. En este podcast, los deportistas nos cuentan cómo conviven con la diversidad funcional, cómo descubrieron el deporte adaptado y cómo fueron sus inicios hasta llegar a lo más alto. También, se tratan temas como los estereotipos en relación al deporte adaptado ya que son muchos los que pululan sobre este mundo.

Los atletas también cuentan sus experiencias personales propias, cómo les afecta la diversidad funcional y cómo fueron sus recuperaciones donde destaca el papel del deporte. Además, durante el reportaje se trata el tema del material adaptado como las prótesis y las sillas adaptadas, siendo esta uno de los principales handicaps del deporte adaptado.

Palabras clave: deporte, adaptado, rendimiento, paralímpico, disciplina deportiva



Six athletes give us a first-hand look at the world of Adapted sports with a functional diversity perspective.

Carmen Giménez –international athlete–, Ricardo Ten –Paralympic swimmer and cyclist–, Lionel Morales –Paralympic triathlete–, Gabriel Teruel –wheelchair slalom and tennis athlete–, David Fernández –international shot putter–, and Toni Ponce –Paralympic swimmer– tell us in this interview how their sporting careers have evolved from their beginnings to the present and how Adapted sports in Spain have evolved from their own experiences.

Some of these athletes have been involved in Adapted sports for more than twenty years, some of them in the elite for decades, and they have first-hand experienced this evolution.

There is no one better than them to tell the barriers they find every day to evolve within their own sport disciplines. On this podcast, the athletes narrate how they live with functional diversity, how they discovered Adapted sports and how they started and evolved until they reached the top. Also, topics such as what people tend think about Adapted sports arose from these conversations, since it is common to find many stereotypes about this world.

The athletes also tell their own personal experiences, how functional diversity has affected them and how their recoveries were, where the role of sport stands out. In addition, during the interview the issue of the material needed for these kind of sports –such as prostheses and adapted chairs– is discussed, this being one of the main handicaps of Adapted sport.

Keywords: Sport, adapted, high performance

1. Introducción y justificación.

La base del proyecto reside en la investigación del deporte adaptado de alto rendimiento centrado en la diversidad funcional mediante la producción de un reportaje en formato podcast donde se analiza la situación del deporte adaptado de la mano de deportistas de alto rendimiento que ponen voz al reportaje.

La temática es seleccionada ya que en los últimos años el deporte adaptado ha evolucionado notablemente en todos sus niveles, desde amateur hasta paralímpico. El desconocimiento del mundo del deporte adaptado y de los grandes logros que están consiguiendo sus deportistas estos años es el motor del reportaje que tiene como finalidad dar voz a estos deportistas para que puedan contar cómo es el deporte adaptado desde dentro, cuáles son las carencias, con qué barreras se encuentran a la hora de comenzar o de progresar y su evolución y trayectoria como deportistas. Así, también pueden acercar el mundo del deporte adaptado a las personas que lo desconocen y dar visibilidad y reconocimiento al deporte adaptado.

En cuanto al enfoque, el reportaje pone el foco sobre las trayectorias deportivas de seis deportistas de diferentes disciplinas deportivas para analizar desde dentro cómo es el deporte adaptado, conocer sus carencias, sus recursos y las barreras con las que se encuentran los deportistas entre otros temas.

La finalidad última del reportaje es dar a conocer el deporte adaptado y poner en valor el trabajo de los deportistas a través de la visibilidad y el reconocimiento.

Esta investigación es relevante ya que la carencia de información sobre el deporte adaptado es notable. Es necesario conocer el deporte adaptado y también reconocerlo ya que puede ser muy útil para personas que se encuentran en la misma situación y no saben qué es el deporte adaptado y también para conseguir una sociedad más justa, más inclusiva y sin estereotipos.

2. Material y método de trabajo.

2.1 Pasos seguidos

El primer paso a la hora de comenzar la elaboración del reportaje es la documentación. Podemos decir que el deporte adaptado se divide en tres apartados: discapacidad física, visual e intelectual. Partiendo de esa base y para poder realizar un reportaje completo me inclino por poner el foco en la discapacidad física y además, de alto nivel. Así, el reportaje se centra sobre el deporte adaptado de alto rendimiento.

El siguiente paso es investigar las diferentes disciplinas deportivas adaptadas y analizar sus reglamentos. Además, según la lesión de cada persona, la adaptación se puede hacer de diferentes maneras, lo que supone un trabajo minucioso. En esta parte de la investigación, también comienza el seguimiento de diferentes deportistas, de sus historias y de sus logros deportivos a través de redes sociales como Instagram o Twitter y de noticias de diarios, radio y televisión.

Dentro del proceso de documentación, hay que puntualizar el análisis de los términos, ya que el término “discapacidad”, utiliza el prefijo “des” y la palabra “capacidad”, por lo que el significado literal es “no ser capaz”. Lo mismo pasa con el término “minusválido” que significa literalmente “menos válido”. Tras analizar varias opciones, la elección del término para hacer referencia a las personas con discapacidad física es “persona con diversidad funcional”. Esta decisión no se corresponde a la cuestión de si los otros términos son o no son correctos, sino a una cuestión ética personal.

Tras tener decidida la línea de investigación, el siguiente procedimiento es contactar con los deportistas para concertar entrevistas y poder hablar con ellos sobre su trayectoria deportiva, su experiencia, sus objetivos y su manera de vivir el deporte. También, en estas entrevistas se comenta desde un punto de vista más personal, por parte de los deportistas, los prejuicios del deporte adaptado, la difusión, el conomiento o la información que existe de las diferentes disciplinas adaptadas y de la evolución del deporte adaptado en España y en comparación también a otros países donde los deportistas han competido a nivel internacional. La forma de contactar es a través de redes sociales, principalmente Instagram y Twitter, a través de correo electrónico e incluso a través de las páginas webs de los deportistas o de sus gabinete de comunicación propios. En esta etapa del proyecto, se presentan problemas, principalmente por la disponibilidad de los deportistas, ya que tras el retraso de los Juegos Olímpicos de Tokyo 2020 por la crisis sanitaria de la Covid-19, los diferentes campeonatos y pruebas (tanto de ámbito nacional como internacional) se han retrasado a 2021, al igual que la cita olímpica. En estos meses, los deportistas están buscando la plaza para los Juegos Olímpicos o con su preparación y su puesta a punto de cara a los JJOO u otras competiciones nacionales e internacionales. A pesar de ello, muchos de estos deportistas estuvieron dispuestos desde el primer momento, ya que la mayoría consideraba que toda visibilidad para el deporte adaptado es poca e hicieron un hueco en sus agendas, (algunos un día antes de viajar a campeonatos muy importantes para ellos).

Una vez concertadas y terminadas todas las entrevistas, el siguiente paso es perfilar lo que sería la estructura del reportaje y ordenar la información. Una vez decidida y estructurada la información comienza el período de montaje y edición del podcast. Paralelamente a este proceso, también comienza la estrategia de difusión con la creación de perfiles en redes sociales y en plataformas digitales, (detalladas más tarde).

2.2. Cronograma.

	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
Definición tema y enfoque	x					
Documentación	x	x	x			
Entrevistas			x	x	x	
Montaje y edición				x	x	
Difusión						x
Entrega TFG						x

2.3. Método de trabajo.

En cuanto al método de trabajo, se trata de la realización de entrevistas a los atletas de alto rendimiento para conocer de primera mano su trayectoria deportiva, las barreras con las que se han encontrado durante toda su carrera y cómo han afrontado sus lesiones desde un punto de vista deportivo. En relación al material, las entrevistas anteriormente mencionadas son la materia prima para la realización del reportaje sobre el deporte adaptado de alto rendimiento.

2.4. Presentación fuentes propias.

Carmen Giménez:

Atleta profesional. Comenzó en el mundo del atletismo adaptado tras sufrir una lesión medular debido a un episodio de violencia de género que la dejó en silla de ruedas. Tras la pérdida de uno de sus hijos, Bruno, empezó a correr bajo el lema “Run for Bruno”. Actualmente compite a nivel internacional y es la creadora de la fundación “Run for you” que trata de ayudar a los deportistas que practican atletismo adaptado.

Carmen Giménez fue seleccionada para el reportaje ya que además de tener una historia particular, tiene una trayectoria deportiva muy interesante y el proyecto “Run for you” es único en España y con ello ha dado un paso más en el deporte adaptado, no solo practicándolo, sino creando esta fundación social para darle visibilidad y aportar material y conocimiento a las personas que se interesan por el atletismo adaptado.

Gabriel Teruel:

Atleta y tenista profesional. Comenzó en el mundo del deporte adaptado tras una accidente mientras practicaba esquí en 2019 que le provocó una lesión medular completa con 21 años. Gabriel es estudiante de TAFAD y actualmente compite a nivel nacional en Slalom y está comenzando a practicar tenis adaptado.

Gabriel Teruel fue seleccionado por sus diferentes prácticas deportivas. Cabe resaltar la practica de slalom, un deporte muy poco visto pero muy interesante para comenzar en el deporte adaptado. También, es un chico muy joven pero con mucha experiencia en el deporte dados sus estudios por lo que resulta una figura muy interesante.

Ricardo Ten:

Nadador y ciclista paralímpico. Ha participado en seis Juegos Olímpicos (desde Atenas 1996) y en unos meses se enfrentará a sus séptimos Juegos en Tokyo. En su palmarés figuran siete medallas olímpicas como nadador y 9 medallas mundiales como ciclista entre otros muchos títulos. También practica tenis de mesa de manera profesional. Sufrió un accidente eléctrico con 8 años por el que le amputaron parte de los dos miembros superiores y parte de la pierna izquierda.

Ricardo Ten fue seleccionado ya que es uno de los mejores deportistas paralímpicos de España. Lleva más de 20 años en la élite y siete Juegos Olímpicos. Además, en dos disciplinas deportivas. Su papel en el reportaje es crucial, ya que es una de las figuras con más trayectoria deportiva, con más experiencia y con un palmarés absolutamente brillante.

David Fernández:

Atleta profesional en la disciplina deportiva de lanzamiento de peso, aunque también practica halterofilia. Obstanta el récord de España en lanzamiento de peso y actualmente está luchando por llegar a los Juegos Paralímpicos de Tokyo. Tras sufrir un accidente de tráfico que le llevó a perder la parte inferior de la pierna izquierda con 25 años comenzó a practicar deporte.

David Fernández fue seleccionado ya que obstanta el récord de España en lanzamiento de peso y desde fuera resulta muy curioso el lanzamiento de peso y la halterofilia adaptado. Además, David es de esas personas que rompe todos los estereotipos y los límites y resulta fundamental su aportación en este ámbito.

Lionel Morales:

Paratriatleta. Séptimo en los Juegos Olímpicos de Río 2016, en total ha sido nueve veces campeón de España tanto en Duatlon como en Triatlon. También, fue subcampeón de España de Boxeo en 1991. Tras un accidente de moto, perdió la parte inferior de la pierna izquierda y comenzó a practicar triatlon. También practica surf adaptado e incluso ha hecho varios Ironman.

Lionel Morales fue seleccionado ya que es un atleta verdaderamente polifacético. Además del paratriatlon, (que ya de por sí son tres disciplinas deportivas diferentes; natación, ciclismo y atletismo), ha practicado boxeo, ha hecho Ironman y ahora se está iniciando en el mundo del surf adaptado. Es un atleta que ha practicado tantos deportes y de tantas maneras diferentes que es muy interesante poder escuchar cómo vive el deporte adaptado. Además, de su palmarés deportivo.

Toni Ponce:

Diploma olímpico en los JJOO de Río, multitud de medallas nacionales e internacionales (solo en el último Campeonato de Europa consiguió ocho medallas). Tiene el récord mundial en 50 braza, 100 braza y 200 brazas, también tiene el récord Europeo en 200m estilos y el récord de España en 400 y 800 libres, 50 , 100 y 200 espalda, 50,100 y 200 braza y 200 estilos. Sufre paraparesia espástica de nacimiento.

Toni Ponce fue seleccionado por su trayectoria deportiva. Además, es de esos nadadores únicos que todo lo que hace lo hace marcando un récord. También, la paraparesia bilateral que sufre aporta al reportaje otro punto de vista diferente ya que es de nacimiento y además es degenerativa, por lo que aporta otra experiencia más.

2.5. Estructura y justificación

Respecto a la **estructura** del reportaje, la información está organizada de la siguiente manera: (este apartado incluye también la justificación de la estructura)

1. Durante los primeros minutos del reportaje (concretamente 2 minutos 40 segundos), se escucha a los seis protagonistas del podcast explicar algunas de sus vivencias propias, que más tarde desarrollarán a lo largo del reportaje (concretamente a partir del minuto 3:20).

Esta introducción va destinada a llamar la atención de los oyentes para despertar su interés e invitarlos a escuchar el podcast en su totalidad. Además, los audios de voz que se pueden escuchar al principio han sido seleccionados cuidadosamente e intentan reflejar algunas de las experiencias más importantes para los deportistas perfilando así algunos rasgos de las historias que se desarrollan más tarde.

A partir del minuto 3.20, en lo que sería el tercer bloque, se van rescatando estas primeras citas para abrir el apartado correspondiente a cada deportista donde contarán sus vivencias y así facilitar la relación del oyente entre la introducción (primer bloque) y el desarrollo (a partir del tercer bloque). De esta manera, en una primera parte se abren las preguntas y a lo largo del reportaje se van resolviendo progresivamente.

2. En segundo lugar, hay una breve introducción de la periodista en la que presenta el tema del que se va a hablar. Este apartado comienza explicando el significado de la palabra “resiliencia” (escogiendo sus rasgos más característicos ligados al tema a tratar). Una vez desarrollado el término, se liga este a la figura mitológica del “Ave fénix”, ya que el término “resiliencia” ha estado siempre presente con la fábula del “Ave fénix” que resurge de sus propias cenizas.

Acto seguido, se trata la figura del neurólogo y psiquiatra Victor Frankl, que defendía que “una experiencia traumática siempre es negativa, sin embargo, lo que suceda a partir de ella, depende de cada persona”, relacionándolo con las experiencias que han vivido los protagonistas. Para finalizar, se escucha la frase “y es que, todo el mundo tiene una historia” para dar paso a contar las historias y las experiencias de los deportistas.

3. En tercer lugar, y como he explicado anteriormente, cada apartado de cada deportista se abre con la primera cita en la introducción del podcast. El orden es el siguiente: Ricardo Ten, Gabriel Teruel, Toni Ponce, David Fernández, Lionel Morales y Carmen Giménez. El orden es estratégico y ordenado por disciplinas deportivas para enganchar al lector. La duración de cada apartado para cada deportista es aproximadamente de entre 3 minutos y 4 minutos y medio.

3.1. Ricardo Ten: Este apartado se abre con Ricardo Ten hablando sobre los Juegos Olímpicos. Seguidamente hay una breve introducción a modo de presentación sobre el deportista. El nadador cuenta más tarde experiencias tanto en la natación como en el ciclismo y comenta algunos aspectos de su accidente. También habla de cómo vive los primeros meses y cuenta cuál ha sido la clave para él. Justo después, cuenta cómo descubrió el deporte adaptado y se escucha el sonido de un nadador en una piscina para contar su medalla en los JJOO de Pekin 2008.

El efecto sonoro del nadador en la piscina simboliza cómo después de descubrir la natación el deportista llega nadando los Juegos Olímpicos, con mucho esfuerzo y muchas horas de entrenamiento.

3.2. Gabriel Teruel: Comienza recuperando la primera cita donde explica cómo abre una campaña de crowfounding para conseguir una silla deportiva. Después, una breve introducción a modo de presentación del deportista. Retoma el tenista contando cómo se produce su accidente y cómo descubre y vive las diferentes disciplinas deportivas que practica. Además, también habla sobre cómo es su vuelta al deporte tras el accidente.

3.3. Toni Ponce: Rescata la primera cita de la introducción donde habla de sus primeros logros. Seguidamente, una introducción a modo de presentación del nadador. El deportista cuenta cómo se inicia en la natación por prescripción médica y cómo comienza a competir pero decide retirarse con 14 años. Después, cuenta cómo vuelve a la piscina muchos años después y cuenta cómo convive con la enfermedad. Para finalizar, habla de uno de los mejores momentos que ha vivido en la piscina.

3.4. David Fernández. Recupera la primera cita contando cómo vivió su primera medalla, la más importante para él. Seguidamente, una breve introducción a modo de presentación del atleta. Más tarde, cuenta cómo vivió la recuperación de su accidente y cómo descubre la halterofilia y el lanzamiento de peso y cómo se adentra en este deporte. Fernández, cierra contando cómo vivió los Juegos Olímpicos de Londres 2012 y cómo viven en esta ciudad el deporte paralímpico.

3.5. Lionel Morales: Recupera la primera cita en la que habla de su experiencia en la inauguración de los Juegos Olímpicos de Londres 2012. Seguidamente, una breve introducción a modo de presentación del paratriatleta. Después, Lionel comienza a contar cómo vivió el día en el que se puso por primera vez la prótesis y cómo fue su proceso de recuperación tras el accidente. Más tarde, relata como se inició en el paratriatlismo y cómo vivió una de sus primeras pruebas. Para finalizar, rescata el momento en el que se proclamó campeón de España en presencia de su hija, a la que le pudo dedicar la medalla.

3.6. Carmen Giménez: Rescata la primera cita en la que la deportista cuenta cómo y por qué comenzó en el mundo del atletismo. Seguidamente, una breve introducción a modo de presentación de la atleta. Carmen explica cómo comienza la iniciativa “Run for Bruno” y habla de su accidente. Después, relata la mayor barrera con la que se ha encontrado en el atletismo adaptado y acaba relatando cómo nace, para quién y por qué la iniciativa “Run for you”.

4. En este bloque podemos escuchar a algunos deportistas hablando sobre los estereotipos en relación al deporte adaptado, cuáles son y cómo los perciben ellos. En este apartado, Carmen Giménez habla sobre los estereotipos que percibe desde fuera del mundo del deporte adaptado y David Fernández cuenta cómo dentro del deporte a todos los niveles no existen estos estereotipos, haciendo así una comparación de dos ámbitos diferentes; por una parte la sociedad y por otra parte el mundo del deporte. Este bloque cierra con la voz de Toni Ponce, que hace una reflexión sobre este tema y afirma que la clave es la cultura y el conomiento.

5. El podcast finaliza tratando el tema de los límites donde cada deportista hace su propia reflexión sobre ellos y hablan sobre dónde están y para qué, incluso de si existen.

2.6. Estrategia de Difusión.

El reportaje se ha publicado en las plataformas digitales de iVoox, Anchor y Spotify. Ivoox tiene muchos usuarios y llega a bastante público, Anchor ofrece mucha difusión a través de plataformas diferentes (y además las estadísticas que ofrece esta plataforma son muy completas) y Spotify es actualmente el rey de las plataformas digitales, el más conocido y tanto el acceso como el uso es muy sencillo por lo que facilita el consumo de los usuarios.

En cuanto a la estrategia de difusión, unos días antes de lanzar el reportaje se puso en marcha la estrategia con la creación de una cuenta propia de Instagram para el reportaje (@deporteadaptadoyresiliencia) y otra cuenta de Twitter (@noelialppodcast). Ese mismo día se lanzó la portada del podcast (en ambas redes sociales) bajo el título “Deporte y resiliencia” y el nombre de la periodista. También, se empezó a compartir por redes para llegar a todo el público posible y así conseguir esos oyentes potenciales para intentar que el máximo número de personas supiese de la existencia del podcast antes de su lanzamiento y crear esa “curiosidad” que invita a escuchar el reportaje. Este proceso se ha llevado a cabo mediante publicaciones y mediante las historias de las que dispone Instagram y se ha creado Historias destacadas de cada deportista para ir siguiendo su trayectoria e ir agregando información. Además, esta presentación se ha hecho (dentro de lo posible) ligada a un evento noticioso; por ejemplo: David Fernández fue presentado el mismo día en el que cerró el Campeonato de Europa de Atletismo con un cuarto puesto. Toni Ponce fue presentado el día que cerró el Campeonato de España de Natación con cuatro medallas. Carmen Giménez fue presentada tras recibir una silla adaptada de atletismo para su club de atletismo adaptado (proyecto Run for you, propio de Carmen) y le estaban buscando un nombre en sus redes sociales.

48 horas más tarde, se lanza en redes la portada del primer capítulo del podcast bajo el título “Deporte y resiliencia: Todo el mundo tiene una historia” para contar que el pdocast ya está disponible. A su vez, otra publicación titulada “¿Dónde nos puedes escuchar?” para facilitar los enlaces y las plataformas de escucha disponible a los seguidores.

En los siguientes días, se ha procedido a la presentación de los deportistas que son los protagonistas del reportaje con unas ilustraciones creadas exclusivamente para redes (se pueden ver en el Anexo

III) para presentarlos y crear curiosidad y ganas de escuchar el podcast entre el público, para convertir a los oyentes potenciales en oyentes.

- Toda la difusión en cuentas propias del podcast, también ha sido compartida en todas mis redes sociales personales.

En cuanto a los datos, (procedentes de Anchor), en relación a los primeros tres días son los siguientes: El podcast ha sido reproducido 20 veces en los primeros días en Spotify y cinco en iVoox.



DEPORTE Y RESILIENCIA
Todo el mundo tiene una historia

Deporte y resiliencia: Todo el mundo tiene una historia
4 de junio • 29:17

Este episodio se ha **publicado** y se puede escuchar en cualquier lugar donde esté disponible su podcast.

Descubre el mundo del deporte adaptado de la mano de grandes deportistas. Charlamos con Toni Ponce, Carmen Giménez, Lionel Morales, Ricardo Ten, Gabriel Teruel y David Fernández. Ellos son el claro ejemplo de resiliencia, esfuerzo, superación y constancia.

20
Número total de jugadas



En cuanto al rendimiento del episodio, podemos verlo en el siguiente gráfico (obtenido de Anchor). El promedio de escucha es de aproximadamente 13 minutos, de lo que podemos interpretar que los oyentes lo escuchan en dos partes, o dos veces.

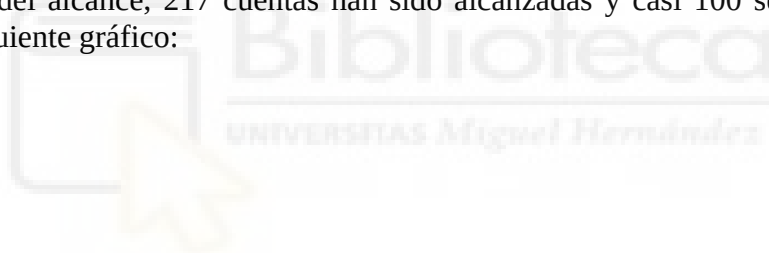


En cuanto a las redes sociales, comenzamos por Instagram:

1.271 impresiones y más de 300 visitas al perfil. 25 personas han accedido al sitio web. Estos datos son de los primeros días del lanzamiento, y superar la barrera de los mil indica que la tendencia es a la alza. Podemos observarlo en la siguiente imagen.

Impresiones	1.271
<hr/>	
Actividad del perfil vs. 24 may. - 30 may.	
Visitas al perfil	330
Toques en el sitio web	25

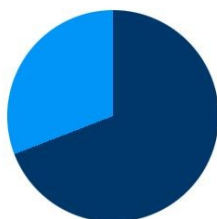
En cuanto al tema del alcance, 217 cuentas han sido alcanzadas y casi 100 seguidores. Podemos observarlo en el siguiente gráfico:



217
Cuentas alcanzadas

Seguidores y no seguidores

Según el alcance



67
● Seguidores

150
● No seguidores

En relación al tiempo de contenido, el alcance es el siguiente: las publicaciones han llegado a más de 400 cuentas y las historias a más de 90 cuentas, lo que considero un dato positivo teniendo en cuenta que estamos analizando las primeras horas de vida del proyecto.



En cuanto a Twitter; la primera publicación ya contó con más de 1.600 impresiones, casi 100 interacciones, 35 citas en el perfil, 11 retweers y 11 likes, entre otros. Adjunto estadísticas.



Impresiones Veces que personas vieron este Tweet en Twitter	1.626
Interacciones totales veces que la gente interactuó con este Tweet	96
Clics en el perfil cantidad de clics en su nombre, @usuario o fotografía de perfil	35
Abrir el detalle veces que la gente vio los detalles sobre este Tweet	31
Retweets veces que la gente retwitteó este Tweet	11
Me gusta veces que a personas les gustó este Tweet.	11
Interacciones con el contenido multimedia cantidad de clics en su contenido multimedia, incluidos videos, archivos Vine, archivos GIF e imágenes	8

3. Contenido del reportaje publicado.

3.1 GUION PODCAST:

	DESGLOSADO	ANOTACIONES TÉCNICAS	TIEMP. PIEZA	TIEMP. TOTAL
INICIO	- Audio R.Ten - Audio G. Teruel - Audio T. Ponce - Audio L.Morales - Audio C. Giménez	2" entre cada uno	+ 2.40	2.40
INTRO PERIODISTA *	“La resiliencia es la capacidad de casa persona para superar las circunstancias (...) y es que, todo el mundo tiene uns historia”	3" margen	+ 0.40	3.20
R. TEN *	- JJ.OO - INTRO - Ciclismo/Natación - Accidente - “Ni especial ni diferente” - Descubrir deporte adapt. - Pekin 2008	Transición efecto sonoro nadador en la piscina	+ 4.30	7.50
G. TERUEL *	- Crowfounding - INTRO - Accidente - Slalom/Tenis - Vuelta al deporte - Inicios deporte adapt.	Transición efecto sonoro tenis efecto sonoro pesas/gimnasio	+ 3.15	11.13
T. PONCE *	- Primeras medallas - INTRO - Comienzos natación - Deja natación - Vuelta al deporte - Parapalepsia - Medallas	Transición efecto sonoro nadador en la piscina	+ 3	13.50
D.FERNÁNDEZ *	- Primera medalla - INTRO -Accidente - Inicios deporte adapt. -Londres 2012	Efecto sonoro gimnasio/pesas	+ 3.17	17.20
L. MORALES *	- Río 2016 - INTRO - Prótesis -Inicios deporte adap. - Primer cto. - Cto España	Efecto sonoro nadador	+ 3.44	21.02

C. GIMÉNEZ *	- Bruno - INTRO -Run for Bruno - Barreras/silla adaptada - Run for you	+ INTRO2 periodista	+ 4.35	25.38
ESTEREOTIPO	- C. Giménez: estereotipos sociales - D. Fernández: mundo deportivo - T. Ponce: cultura	Margen 2”	+ 2	27.30
LÍMITES	- D. Fernández - C. Giménez - R. Ten - L. Morales - G. Teruel - T. Ponce		+ 1.37	29.20

NOTA: El guion se ha realizado tras estructurar toda la información y tras seleccionar el material y el contenido que se iba a utilizar.

NOTA : A continuación, las introducciones de la periodista a cada deportista:

*** Introducción periodista:**

“La resiliencia es la capacidad de una persona para superar las circunstancias. No es una capacidad innata, sino un aprendizaje, un proceso que consiste en integrar una pérdida, no en olvidarla. Este concepto está presente en el mundo desde la mitología. El ave fénix tiene la capacidad de resurgir de sus propias cenizas, de volver a volar alto.

Victor Frankl, neurólogo y psiquiatra, sobrevivió a los campos de concentración desde 1942 hasta 1945. Frankl, defendía que una experiencia traumática siempre es negativa, sin embargo, lo que suceda a partir de ella, depende de cada persona... y es que, todo el mundo tiene una historia.”

***1. INTRO. R. Ten:** “Él es Ricardo Ten, uno de los mejores deportistas paralímpicos del país. En unos meses se enfrenta a los que serán sus séptimos Juegos Paralímpicos. Desde Atlanta 96, lleva más de 20 años en la élite. Y no solo en una disciplina deportiva, sino en dos: natación y ciclismo.”

***2. INTRO. G. Teruel:** “Él es Gabriel Teruel. Abrió una campaña de donación para conseguir una silla deportiva. En menos de cuarenta y ocho horas, lo había conseguido. Actualmente, practica slalom y tenis en silla”.

***3. INTRO. T.Ponce:** “De récord en récord, así es como avanza el nadador Toni Ponce. Con apenas 14 años quiso dejar el deporte. Hace unos días volvió cargado de medallas del Cto. De Europa. La natación fue a buscarle después de años, no se quería perder a uno de los mejores nadadores del país.”

***4. INTRO. D. Fernández:** “Él es David Fernández. La halterofilia lo buscó. Él dice que el deporte se lo ha dado todo, y él también le ha dado muchas cosas, y todas buenas, al deporte. Actualmente, tiene el récord de España de lanzamiento de peso.”

***5. INTRO. L. Morales:** Paratriatlon, boxeo, surf... Lionel Morales ha hecho de todo, y sin perder la sonrisa. Diploma olímpico en los Juegos de Río. Ha luchado por llegar a Tokyo hasta el final, pero una decisión externa no lo ha hecho posible.. pero no será él el que deje de luchar.”

***6. INTRO. C.Giménez:** “Ella es Carmen Giménez, y su historia va ligada a la de su hijo Bruno, por el que empezó a correr. En su primer año, se proclamó campeona de España. Ella es esfuerzo, superación, y por supuesto, resiliencia.”

3.2. Enlaces Podcast :

Anchor: <https://anchor.fm/noelia-lpez>

Spotify: <https://open.spotify.com/show/6GMDgBiTvgj7apg4pIAVPI>

iVoox: <https://go.ivoox.com/rf/70961910>

En iVoox (en el mismo canal del enlace anterior) se encuentran los audios con las entrevistas completas.

4. Interpretación derivada de la investigación.

Una de las principales conclusiones que se pueden extraer del reportaje es la falta de conocimiento, información y difusión sobre el deporte adaptado. Tras la investigación, he descubierto muchísimos deportistas con unos palmarés brillantes, con unas trayectorias deportivas absolutamente impresionantes. Algunos de ellos, marcando récords de España, de Europa y del mundo, participando en muchísimos campeonatos importantes y haciendo marcas personales, a los que no se les dedica ni un minuto en los medios de comunicación.

La centralización del periodismo deportivo pone el foco en el fútbol y todos aquellos deportes que van un poco más allá quedan en un segundo o tercer plano; todo lo que no sea fútbol ya es deporte “minoritario”. Esto ya es un hecho muy preocupante, pero lo del deporte adaptado es otra historia. Esta relegado al último plano y no será por falta de méritos. Algún reportaje de pasada en algún medio nacional y listo.

Hace unas semanas, la delegación española de natación adaptada viajó al Campeonato de Europa en Madeira. Vinieron con 48 medallas en total. 48 medallas en una sola competición. Es un hecho realmente impactante. Pero más impactante es aún que nadie le dedicase ni un minuto. Quizá alguna radio local, algún medio más pequeño.

Solamente, por redes sociales se le ha dado repercusión y porque los propios deportistas y los equipos son los que tratan de dar esta difusión. Y esta es una de las principales conclusiones: la falta de difusión, de conocimiento del deporte adaptado. Cabe resaltar el papel de los patrocinadores que hay que puntualizar que cada día son más los que se suman y también las diferentes fundaciones que se suman al deporte adaptado.

Los estereotipos en relación al deporte adaptado también es algo que considero importante. Además de toda la documentación e investigación, los propios deportistas me explicaban sus experiencias y me contaban que había una gran diferencia entre el conjunto de la sociedad y los deportistas. Esa es la conclusión; los estereotipos vienen del desconocimiento, de la falta de información anteriormente mencionada, ya que todos los deportistas afirmaban que en sus núcleos deportivos, hay gente con y sin diversidad funcional y nunca se han sentido diferentes, ni han cargado con esos estereotipos. La respuesta es porque estos deportistas sí están informados, por lo que podemos extraer la conclusión de que la “culpa” de la imposición de estos estereotipos no es de la sociedad, sino de la falta de información.

Casi todos los deportistas que aparecen en el reportaje dedican parte de su tiempo libre a recorrer colegios, a dar charlas, y a aportar su conocimiento sobre el deporte adaptado (a través de diferentes fundaciones). Son ellos mismos los que luchan por romper estereotipos y por aportar la información y el conocimiento necesario.

Las barreras con las que se encuentran los deportistas es un punto clave del reportaje. La primera, la falta de conocimiento sobre las posibilidades que ofrece el deporte adaptado por lo que les cuesta acceder a él. De las propias experiencias de los deportistas, podemos ver cuáles son las barreras, por ejemplo, Toni Ponce competía con personas sin diversidad funcional porque no sabía de la existencia de la natación adaptada, (incluso llegó a dejar de nadar por esto). Gabriel Teruel, tuvo que abrir un crowdfunding para conseguir una silla deportiva porque asumir un coste de unos 8.000 euros no es algo sencillo. Carmen Giménez cuenta que se tiene que cruzar el mundo para que le hagan una silla adaptada que ni siquiera sabe si va a ser a su medida. Y gracias a Carmen, que pone su corazón y todo su empeño, hace unos días pudieron costear una silla adaptada de iniciación con su club de atletismo adaptado “Run for you” para poder facilitar material de iniciación a las personas que le llegan. Al final, son ellos mismos los que se encargan de eliminar barreras y de allanar el terreno para futuros deportistas.

Una de las cosas que también llama la atención, es que varios deportistas coinciden en lo grandioso de competir en Londres. Y esto no es casualidad. Todos los deportistas han viajado muchísimo y aproveché para preguntarles sobre cómo se vive el deporte adaptado en otros países. Todos coincidían en lo mismo: Reino Unido. La cultura del deporte paralímpico allí está mucho más extendida que en España. Mientras que aquí un campeonato de España de cualquier modalidad adaptada es gratis para los espectadores, en Reino Unido se llenan pabellones completos, incluso los niños hacen excursiones con los colegios para ver a los deportistas paralímpicos competir. Y así es cómo se eliminan los estereotipos de una sociedad, con la palabra clave, en palabras de Toni Ponce, “CULTURA”.

Una de las principales claves que tenía claro que había que transmitir es el propio título del capítulo “Todo el mundo tiene una historia”. A veces, desde fuera, solo vemos esos palmares absolutamente brillantes y nos quedamos con eso solamente, pero creo que es necesario mostrar que detrás de cada deportista siempre hay una historia, y ellos son mucho más que una medalla. Creo necesario contar que detrás de eso está la cultura del deporte, la cultura del esfuerzo, superación, constancia, tesón, resiliencia y voluntad; que existe un camino largo y muchas veces pesado con cientos de obstáculos y que igual que hay grandes momentos también existen los momentos más tristes, porque el deporte también es eso, momentos oscuros y momentos llenos de luz, que las cosas se ponen del revés, pero no por eso se pierde el equilibrio.

Otro de los puntos fuertes es dónde están los límites, y si es que existen. En el caso de la diversidad funcional hay un debate abierto sobre quién pone los límites: si los pone la sociedad o los pone uno mismo. Pues bien, aquí hay variedad de respuestas y no hay una verdad absoluta. Hay límites que los pone la sociedad, el ejemplo más claro son las barreras arquitectónicas, pero los límites están donde cada uno se los quiera poner, dentro de lo que está a tu alcance. Gabriel Teruel siempre dice que la silla se lleva en el culo, no en la mente; David Fernández dice que las marcas están para superarlas y Toni Ponce dice que quiere seguir buscando su límite, porque aún no lo ha encontrado y que los límites están para avanzar, no para retroceder, que esos hay que romperlos. Así pues, y siguiendo el reportaje, la conclusión es que cada deportista se pone sus propios límites.

Como futuras líneas de investigación:

El tema de los términos en ámbito lingüístico. Todos los términos que he encontrado para referirse a las personas con diversidad funcional pueden resultar ofensivos. “discapacidad” utiliza el prefijo “des” y la palabra “capacidad”; el término “minusválido” literalmente significa menos válido. Sí que existen otros términos como “personas con capacidades diferentes” pero realmente somos todos seres humanos y no creo que tengamos capacidades diferentes por estar en silla de ruedas o por la

amputación de una extremidad. Creo que este tema puede resultar muy interesante y también muy útil.

En lo referente al proyecto en sí, al podcast, se puede profundizar con la realización de diferentes capítulos sobre cómo se practican las diferentes disciplinas deportivas adaptadas más en profundidad y en diferentes niveles ya que al final el reportaje es sobre el deporte adaptado y trata de abordar diferentes disciplinas deportivas para ver el mundo paralímpico de la manera más completa y al más alto nivel.

5. Bibliografía y fuentes documentales.

- Frankl, Victor *“En busca del sentido”*

Debido a que he podido hablar y entrevistarme personalmente con todos los deportistas, no he tenido que citar a ningún autor ni deportista, únicamente el libro *“En busca del sentido”* de Victor Frankl, ya que en la primera introducción hay una cita procedente de este libro, (*“una experiencia traumática siempre es negativa, sin embargo, lo que suceda a partir de ella, depende de cada persona.”*)

Fuentes documentales consultadas:

A continuación, las fuentes documentales que han sido consultadas para la realización del reportaje a modo de documentación:

- Cocemfe: (<https://www.cocemfealbacete.com/>)
- Consejo Superior de Deportes: (<https://www.csd.gob.es/es>)
- Consejo Superior de Deportes, Deporte Inclusivo: (<https://www.csd.gob.es/es/promocion-del-deporte/deporte-inclusivo>)
- Comité Paralímpico Español: (<https://www.paralimpicos.es/>)
- Frankl Victor, *“En busca del sentido”*
- Federación Española Atletismo: (<https://www.rfea.es/>)
- FEDDF, Atletismo: (<http://www.feddf.es/deporte/3/atletismo.html>)
- FEDDF, Baloncesto en silla de ruedas: (<http://bsr.feddf.es/>)
- FEDDF, Natación: (<http://www.feddf.es/deporte/30/natacion.html>)
- FEDDF, Powerlifting: (<http://www.feddf.es/deporte/67/powerlifting.html>)
- FEDDF, Slalom: (<http://www.feddf.es/deporte/94/slalom.html>)
- Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física: (<http://www.feddf.es/index.php>)

- Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física, JJOO Tokyo 2020: (<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/>)
- Federación Española de Natación: (<https://rfen.es/es/>)
- Federación Española de Triatlón: (<https://triatlon.org/>)
- Federación Española Triatlón, Paratriatlón: (<https://triatlon.org/paratriatlón/>)
- Fundación ONCE, Ciclismo: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/ciclismo>)
- Fundación ONCE, Deportes Paralímpicos: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deportes-paralimpicos>)
- Fundación ONCE, Discapnet: (<https://www.discapnet.es/>)
- Fundación ONCE, Halterofilia: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/halterofilia>)
- Fundación ONCE, Natación: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/natacion>)
- Fundación ONCE, Slalom: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/slalom>)
- Fundación ONCE, Tenis: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/tenis>)
- Fundación ONCE, Triatlón, duatlón (paratriatlón y paraduatlón): (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/triatlon/paratriatlón>)
- Historia Deporte Paralímpico: (<https://www.paralimpicos.es/historia>)
- Juegos Paralímpicos Tokyo 2020, Baloncesto en silla de ruedas: (<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/wheelchair-basketball/>)
- Juegos Paralímpicos Tokyo 2020, Lanzamiento de peso: (<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/powerlifting/>)
- Juegos Paralímpicos Tokyo 2020, Triatlón: (<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/triathlon/>)
- Medina Juan, Prieto Raúl y Fernández-Río Javier, “La natación adaptada como medio de inclusión”
- Metasport: (<https://metasportclm.com/>)
- Normativa Tenis en silla de Ruedas: (<https://www.rfet.es/es/tenis-silla-normativa.html>)
- Paralímpicos; David Fernández: (<https://www.paralimpicos.es/atletas/fernandez-fernandez-david>)

- Paralímpicos; Lionel Morales: <https://www.paralimpicos.es/atletas/morales-gonzalez-lionel>
- Paralímpicos; Ricardo Ten: <https://www.paralimpicos.es/atletas/ten-argiles-ricardo>
- Paralímpicos; Toni Ponce: <https://www.paralimpicos.es/atletas/ponce-bertran-antoni>
- Paralympics JJOO, Tokyo 2020 Atletismo: (<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/athletics/>)
- Real Federación Española de Ciclismo, adaptado: (<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/adaptado>)
- Real Federación Española de Ciclismo, ciclismo para todos: (<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/ciclismo-para-todos>)
- Real Federación Española de Ciclismo, normativa: (<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/Legislacion-y-Normativa>)
- Real Federación Española de Tenis: (<https://www.rfet.es/es/tenis-silla-competiciones.html>)
- Ricardo Ten: <https://ricardoten.es/>
- Rivera Almudena, “Superhéroes de incógnito”
- Run for you: <https://runforyou.es/Colabora-con-nosotros-f99f7437299347a9ad819e72bdd5d781>
- Sanz David y Reina Raúl, “Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad”
- Slalom en silla de ruedas: (<https://www.efdeportes.com/efd179/el-slalom-en-silla-de-ruedas.html>)
- Tenis adaptado: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/tenis>)
- Tenis en Silla de Ruedas – Juegos Paralímpicos Tokyo 2020
<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/wheelchair-tennis/>
- Toni Ponce: <https://toniponce.weboficial.net/>
- World Paraswimming: (<https://www.paralympic.org/swimming>)

6. Notas.

1. Las entrevistas se han realizado de manera telemática (vía Skype).
2. El proyecto en formato podcast ha sido grabado y editado con el programa Audacity.
3. Las ilustraciones de las redes sociales y las plataformas digitales han sido creadas a partir de Canva.
4. El podcast no incluye música debido a las normas y pautas de las plataformas digitales en relación a los derechos de autor.
5. Usuario de Instagram @deporteadaptadoyresiliencia / Usuario de Twitter: noelialppodcast

ANEXO I : ANTEPROYECTO.

1. Temática, enfoque y justificación.

El reportaje nace a raíz del interés de dar a conocer el mundo de deporte adaptado de alto rendimiento, ya que es un tema que no tiene mucha visibilidad y un gran desconocido para muchas personas. Nace con la finalidad de dar a conocer la realidad del deporte adaptado para lograr una sociedad más inclusiva a través de la información y el conocimiento.

El tema principal del reportaje es el deporte adaptado de alto rendimiento. En cuanto al enfoque, el podcast pone el foco sobre grandes deportistas de alto rendimiento dentro del deporte adaptado para conocer de primera mano sus trayectorias deportivas, sus experiencias, las barreras con las que se encuentran (tanto deportivamente como socialmente) y tratar de romper los estereotipos o creencias acerca del deporte adaptado. La esencia del reportaje es esfuerzo, superación, constancia y resiliencia.

En cuanto a la justificación, este tema ha sido seleccionado ya que el deporte adaptado no tiene mucha visibilidad y es un mundo desconocido para muchas personas. Además, el deporte adaptado y paralímpico está creciendo mucho en los últimos años en nuestro país. Tenemos grandes deportistas con grandes trayectorias deportivas y el medallero no para de sumar durante estos años, aunque aún falta mucho camino por recorrer ya que estos deportistas no tienen la visibilidad ni el reconocimiento suficiente, al igual que la sociedad no tiene suficiente información sobre el deporte adaptado.

En cuanto al podcast, este lleva como título “Deporte y resiliencia”. El primer capítulo lleva el título de “Deporte y resiliencia: Todo el mundo tiene una historia” y se trata de un capítulo piloto que será el primero de una serie.

2. Objetivos e hipótesis.

El objetivo principal es descubrir el mundo del deporte adaptado en diferentes disciplinas deportivas, concretamente, atletismo, natación, triatlón, tenis, ciclismo...

· Objetivos específicos:

01. Analizar las diferentes disciplinas del deporte adaptado desde la experiencia de los atletas.
02. Exponer y analizar las barreras con las que se encuentran los deportistas dentro de este mundo.
03. Analizar los estereotipos en relación al deporte adaptado y cómo lo perciben los deportistas.
04. Humanizar a los deportistas.
05. Analizar los límites. En este caso, a partir de su propia experiencia, exponer quién pone los límites; si la sociedad o son autoimpuestos.

La hipótesis principal reside en el desconocimiento que rodea al mundo del deporte adaptado, a los estereotipos y las barreras a las que se enfrentan los deportistas.

· Hipótesis específicas:

01. Existen estereotipos en relación al deporte adaptado, ya que en muchas ocasiones se considera “más sencillo” estar en el más alto nivel solo por el hecho de ser deporte adaptado, cuando es igual de complicado (o más).

02. Existen barreras a las que se enfrentan estos deportistas ya sea para encontrar material adaptado deportivo, en relación a las becas deportivas, al acceso a información sobre el deporte adaptado, entre otras cosas.

03. Detrás de cada deportista hay una historia, mucho esfuerzo, superación y constancia. Es importante humanizar a los referentes contar sus experiencias, sus trayectorias, cómo viven ellos el deporte adaptado.

04. Analizar quién pone los límites. Hay límites que son autoimpuestos, pero hay otros que es la sociedad la que los impone. Intentar explicar, dentro de la experiencia de cada deportista, cómo perciben este concepto.

05. El deporte adaptado o paralímpico está invisibilizado. Tratar de abarcar este tema y cómo lo ven los deportistas. También tratar de ver la evolución del deporte adaptado en España, tanto la evolución propia como la de la accesibilidad y la información, en comparación con otros países que han visitado los deportistas.

3. Cronograma.

	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
Definición tema y enfoque	x					
Documentación	x	x				
Entrevistas			x	x	x	
Montaje y edición				x	x	
Difusión						x
Entrega TFG						x

4. Documentación.

- Cocemfe: (<https://www.cocemfealbacete.com/>)
- Consejo Superior de Deportes: (<https://www.csd.gob.es/es>)
- Consejo Superior de Deportes, Deporte Inclusivo:(<https://www.csd.gob.es/es/promocion-del-deporte/deporte-inclusivo>)
- Comité Paralímpico Español: (<https://www.paralimpicos.es/>)
- Frankl Victor, “*En busca del sentido*”
- Federación Española Atletismo: (<https://www.rfea.es/>)
- FEDDF, Atletismo: (<http://www.feddf.es/deporte/3/atletismo.html>)

- FEDDF, Baloncesto en silla de ruedas: (<http://bsr.feddf.es/>)
- FEDDF, Natación:(<http://www.feddf.es/deporte/30/natacion.html>)
- FEDDF, Powerlifting: (<http://www.feddf.es/deporte/67/powerlifting.html>)
- FEDDF, Slalom: (<http://www.feddf.es/deporte/94/slalom.html>)
- Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física: (<http://www.feddf.es/index.php>)
- Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física, JJOO Tokyo 2020: (<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/>)
- Federación Española de Natación: (<https://rfen.es/es/>)
- Federación Española de Triatlon: (<https://triatlon.org/>)
- Federación Española Triatlon, Paratriatlon: (<https://triatlon.org/paratriatlon/>)
- Fundación ONCE, Ciclismo: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/ciclismo>)
- Fundación ONCE, Deportes Paralímpicos: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deportes-paralimpicos>)
- Fundación ONCE, Discapnet: (<https://www.discapnet.es/>)
- Fundación ONCE, Halterofilia: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/halterofilia>)
- Fundación ONCE, Natación: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/natacion>)
- Fundación ONCE, Slalom: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/slalom>)
- Fundación ONCE, Tenis: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/tenis>)
- Fundación ONCE, Triatlon, duatlon (paratriatlon y paraduatlon):(<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/triatlon/paratriatlon>)
- Historia Deporte Paralímpico: (<https://www.paralimpicos.es/historia>)
- Juegos Paralímpicos Tokyo 2020, Baloncesto en silla de ruedas:(<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/wheelchair-basketball/>)
- Juegos Paralímpicos Tokyo 2020, Lanzamiento de peso
<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/powerlifting/>

- Juegos Paralímpicos Tokyo 2020, Triatlón:
(<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/triathlon/>)
- Medina Juan, Prieto Raúl y Fernández-Río Javier, “La natación adaptada como medio de inclusión”
- Metasport: (<https://metasportclm.com/>)
- Normativa Tenis en silla de Ruedas:(<https://www.rfet.es/es/tenis-silla-normativa.html>)
- Paralímpicos; David Fernández: <https://www.paralimpicos.es/atletas/fernandez-fernandez-david>
- Paralímpicos; Lionel Morales: <https://www.paralimpicos.es/atletas/morales-gonzalez-lionel>
- Paralímpicos; Ricardo Ten: <https://www.paralimpicos.es/atletas/ten-argiles-ricardo>
- Paralímpicos; Toni Ponce: <https://www.paralimpicos.es/atletas/ponce-bertran-antoni>
- Paralympics JJOO, Tokyo 2020 Atletismo:
(<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/athletics/>)
- Real Federación Española de Ciclismo, adaptado:
(<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/adaptado>)
- Real Federación Española de Ciclismo, ciclismo para todos:
(<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/ciclismo-para-todos>)
- Real Federación Española de Ciclismo, normativa:
(<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/Legislacion-y-Normativa>)
- Real Federación Española de Tenis: (<https://www.rfet.es/es/tenis-silla-competiciones.html>)
- Ricardo Ten: <https://ricardoten.es/>
- Rivera Almudena, “Superhéroes de incógnito”
- Run for you: <https://runforyou.es/Colabora-con-nosotros-f99f7437299347a9ad819e72bdd5d781>
- Sanz David y Reina Raúl, “Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad”
- Slalom en silla de ruedas:(<https://www.efdeportes.com/efd179/el-slalom-en-silla-de-ruedas.html>)
- Tenis adaptado: (<https://www.discapnet.es/areas-tematicas/deporte/deporte-adaptado/tenis>)
- Tenis en Silla de Ruedas – Juegos Paralímpicos Tokyo 2020
<https://olympics.com/tokyo-2020/en/paralympics/sports/wheelchair-tennis/>
- Toni Ponce: <https://toniponce.weboficial.net/>
- World Paraswimming: (<https://www.paralympic.org/swimming>)

5. Selección, presentación y justificación de las fuentes.

- Carmen Giménez:

Atleta profesional. Comenzó en el mundo del atletismo adaptado tras sufrir una lesión medular debido a un episodio de violencia de género que la dejó en silla de ruedas. Tras la pérdida de uno de sus hijos, Bruno, empezó a correr bajo el lema "Run for Bruno". Actualmente compite a nivel internacional y es la creadora de la fundación "Run for you" que trata de ayudar a los deportistas que practican atletismo adaptado.

Carmen Giménez fue seleccionada para el reportaje ya que además de tener una historia particular, tiene una trayectoria deportiva muy interesante y el proyecto "Run for you" es único en España y con ello ha dado un paso más en el deporte adaptado, no solo practicándolo, sino creando esta fundación social para darle visibilidad y aportar material y conocimiento a las personas que se interesan por el atletismo adaptado.

- Gabriel Teruel:

Atleta y tenista profesional. Comenzó en el mundo del deporte adaptado tras un accidente mientras practicaba esquí en 2019 que le provocó una lesión medular completa con 21 años. Gabriel es estudiante de TAFAD y actualmente compite a nivel nacional en Slalom y está comenzando a practicar tenis adaptado.

Gabriel Teruel fue seleccionado por sus diferentes prácticas deportivas. Cabe resaltar la práctica de slalom, un deporte muy poco visto pero muy interesante para comenzar en el deporte adaptado. También, es un chico muy joven pero con mucha experiencia en el deporte dados sus estudios por lo que resulta una figura muy interesante.

- Ricardo Ten:

Nadador y ciclista paralímpico. Ha participado en seis Juegos Olímpicos (desde Atenas 1996) y en unos meses se enfrentará a sus séptimos Juegos en Tokyo. En su palmarés figuran siete medallas olímpicas como nadador y 9 medallas mundiales como ciclista entre otros muchos títulos. También practica tenis de mesa de manera profesional. Sufrió un accidente eléctrico con 8 años por el que le amputaron parte de los dos miembros superiores y parte de la pierna izquierda.

Ricardo Ten fue seleccionado ya que es uno de los mejores deportistas paralímpicos de España. Lleva más de 20 años en la élite y siete Juegos Olímpicos. Además, en dos disciplinas deportivas. Su papel en el reportaje es crucial, ya que es una de las figuras con más trayectoria deportiva, con más experiencia y con un palmarés absolutamente brillante.

- David Fernández:

Atleta profesional en la disciplina deportiva de lanzamiento de peso, aunque también practica halterofilia. Obtiene el récord de España en lanzamiento de peso y actualmente está luchando por llegar a los Juegos Paralímpicos de Tokyo. Tras sufrir un accidente de tráfico que le llevó a perder la parte inferior de la pierna izquierda con 25 años comenzó a practicar deporte.

David Fernández fue seleccionado ya que obtiene el récord de España en lanzamiento de peso y desde fuera resulta muy curioso el lanzamiento de peso y la halterofilia adaptado. Además, David es

de esas personas que rompe todos los estereotipos y los límites y resulta fundamental su aportación en este ámbito.

- Lionel Morales:

Paratriatleta. Séptimo en los Juegos Olímpicos de Río 2016, en total ha sido nueve veces campeón de España tanto en Duatlon como en Triatlón. También, fue subcampeón de España de Boxeo en 1991. Tras un accidente de moto, perdió la parte inferior de la pierna izquierda y comenzó a practicar triatlón. También practica surf adaptado e incluso ha hecho varios Ironman.

Lionel Morales fue seleccionado ya que es un atleta verdaderamente polifacético. Además del paratriatlón, (que ya de por sí son tres disciplinas deportivas diferentes; natación, ciclismo y atletismo), ha practicado boxeo, ha hecho Ironman y ahora se está iniciando en el mundo del surf adaptado. Es un atleta que ha practicado tantos deportes y de tantas maneras diferentes que es muy interesante poder escuchar cómo vive el deporte adaptado. Además, de su palmarés deportivo.

- Toni Ponce:

Diploma olímpico en los JJOO de Río, multitud de medallas nacionales e internacionales (solo en el último Campeonato de Europa consiguió ocho medallas). Tiene el récord mundial en 50 braza, 100 braza y 200 brazas, también tiene el récord Europeo en 200m estilos y el récord de España en 400 y 800 libres, 50 , 100 y 200 espalda, 50,100 y 200 braza y 200 estilos. Sufre paraparesia esplática de nacimiento.

Toni Ponce fue seleccionado por su trayectoria deportiva. Además, es de esos nadadores únicos que todo lo que hace lo hace marcando un récord. También, la paraparesia bilateral que sufre aporta al reportaje otro punto de vista diferente ya que es de nacimiento y además es degenerativa, por lo que aporta otra experiencia más.

6. Presentación y currículum autora.

Soy Noelia López, estudiante de Periodismo en la Universidad Miguel Hernández de Elche. También estudié durante los años de universidad en la Università degli studi dell'Insubria en Milán, (Italia) y en la Universidad Carlos III de Madrid (dentro del programa ERASMUS y Sicue respectivamente).

En el plano laboral, he colaborado con diferentes medios de comunicación como el diario Información, La Tribuna de Albacete, La Cerca o Femenino Sport. También he hecho prácticas en Visión 6 Televisión, esRadio Albacete Castilla-La Mancha y TeleMadrid durante estos últimos 2 años.

También, he sido deportista durante los últimos 18 años en las disciplinas de Gimnasia Rítmica y Gimnasia Estética de Grupo, (durante muchos de ellos como deportista de alto rendimiento). Como técnico (entrenadora), he formado parte del equipo técnico de diferentes clubs: Club Chamara'86 de Gimnasia Rítmica, Club Esade de Fit Kid y Club Gimnasia Rítmica y Estética Chinchilla (club del que formo parte del equipo técnico actualmente y donde he desarrollado toda mi trayectoria deportiva).

El hecho de pertenecer a deportes “minoritarios” y la pasión que siento por ellos es lo que me ha impulsado siempre a querer dar visibilidad a estos deportes, y es la misma pasión que me llevó a

decirme por estudiar Periodismo y por adentrarme en el mundo del deporte adaptado de alto rendimiento con este proyecto.



NOELIA LÓPEZ
PERIODISTA

CONTACTO
665 361 167
noelialopezcor@gmail.com

DATOS DE INTERÉS
Curso "Comunicar en deporte hoy" - Universidad Villanueva y Universidad Externado (Colombia)
Inglés Nivel Medio
Italiano Nivel Alto
Entrenadora Gimnasia Rítmica

FORMACIÓN
GRADO PERIODISMO (2016-2020)
Universidad Carlos III, **Madrid** (2019-2020)
Università degli studi dell' Insubria, **Milán, Italia** (2018-2019)
Universidad Miguel Hernández, **Elche, Alicante** (2016-2018)
BACHILLERATO CIENCIAS SOCIALES (2014-2016)
Instituto Tomás Navarro Tomás, Albacete.

EXPERIENCIA LABORAL
esRadio Albacete - Castilla-La Mancha
JUNIO 2020-DICIEMBRE 2020
Cobertura de ruedas de prensa, redacción informativos, locución, colaboración en programas, elaboración de entrevistas, página web y RRSS...
TeleMadrid
NOVIEMBRE 2019-FEBRERO 2020
Equipo de Informativos Fin De Semana: redacción y montaje de piezas informativos, cobertura de ruedas de prensa...
Visión6 Televisión
JULIO 2019-SEPTIEMBRE 2019
Cobertura de ruedas de prensa, redacción informativos, montaje piezas, colaboración y presentación en programas, reportajes...
Programa "La Pecera" Radio UMH
OCTUBRE 2017-JUNIO 2018
Producción y presentación del programa, elaboración de contenidos (entrevistas, reportajes...), RRSS...

COLABORACIONES
La Cerca
La Tribuna
Información
Time Just
Femenino Sport

ANEXO II: ENTREVISTAS.

Carmen Giménez

1. ¿Has estado siempre ligada al deporte?
2. ¿Qué objetivos deportivos tienes en mente ahora mismo?
3. ¿Cómo afrontas la lesión tanto a nivel físico como psicológico?
4. ¿Pensaste que volverías a hacer deporte?
5. ¿Qué se te pasaba por la cabeza en esos momentos?
6. Sobre la figura del psicólogo deportivo, ¿qué te aporta?
7. ¿Cómo nace “Run for Bruno”?
8. ¿Cómo empiezas a practicar deporte después de la lesión?
9. ¿Con qué barreras te encuentras?
10. ¿Ha cambiado tu manera de percibir el deporte antes y después de la lesión?
11. ¿Qué sientes al practicar atletismo?
12. El primer año ya te proclamas campeona de España, ¿cómo lo vives?
13. ¿Cómo nace “Run for you”?
14. ¿Crees que hay estereotipos en relación al deporte adaptado? ¿y suficiente información?
15. ¿Crees en los límites? ¿Crees que los límites los pone uno mismo o la sociedad?

Lionel Morales

1. ¿Has estado siempre ligado al deporte?
2. ¿Cuándo empiezas a practicar deporte?
3. ¿Qué objetivos deportivos tienes actualmente?
4. Además de paratriatleta, también fuiste Subcampeón de España de Boxeo en 1991, ¿cómo fue esa experiencia? ¿has continuado con el boxeo después?
5. ¿Cómo empiezas en el mundo del triatlón?
6. ¿Con qué disciplina empiezas primero?
7. ¿Cómo vives tus primeros años en competición? ¿Y los primeros logros?
8. ¿Por qué eliges el triatlón?
9. Al ser tres disciplinas en una, son dos prótesis diferentes las que usas, ¿Cómo lo haces con el tema del tiempo? Además también practicas surf y has hecho Ironman. ¿Cómo fueron esas experiencias?
10. Séptimo en los Juegos Olímpicos de Río 2016. ¿Cómo lo viviste?
11. He estado leyendo mucho sobre la polémica con los programas oficiales y las categorías de cara a Tokyo, ¿cómo afrontas que tu categoría no vaya a estar presente en la cita olímpica?
12. ¿Cómo afrontas la lesión?
13. ¿Cómo recuerdas esos primeros meses de adaptación?
14. ¿Crees que hay estereotipos en relación al deporte adaptado?
15. ¿Crees que hay suficiente información, conocimiento y difusión?
16. ¿Crees en los límites? ¿los pone uno mismo o la sociedad?
17. A nivel personal, ¿cuál es el momento más bonito de tu carrera deportiva?
18. Desde tu punto de vista y tu experiencia ¿existen muchas diferencias entre otros países y España en el desarrollo del deporte adaptado?

Gabriel Teruel

1. ¿Has estado siempre ligado al deporte?
2. ¿Qué objetivos próximos tienes ahora mismo?
3. Al haber estudiado TAFAD, ¿te ha facilitado herramientas o conocimientos en relación al deporte adaptado?
4. ¿Cómo vives el deporte ahora? ¿Ha cambiado tu percepción?
5. ¿Cómo ha cambiado la manera de practicarlo?
6. ¿Con qué barreras te encuentras después de la lesión?
7. Sobre el tema de la silla y la creación del crowdfunding, ¿cómo se te ocurre la idea?
8. ¿Cómo se produce la lesión?
9. ¿Cómo la afrontas?
10. ¿Te ha ayudado la figura del psicólogo deportivo a la hora de volver al deporte?
11. ¿Cómo vuelves al deporte?
12. ¿Crees que hay estereotipos en el deporte adaptado?
13. ¿Crees que hay suficiente información sobre el deporte adaptado?
14. ¿Crees en los límites?

Ricardo Ten

1. ¿Has estado siempre ligado al deporte?
2. La mirada puesta en Tokyo, ¿cuál es tu próximo objetivo a corto plazo?
3. ¿Qué objetivos próximos tienes ahora mismo?
4. ¿Cómo empiezas a nadar?
5. ¿Por qué eliges la natación?
6. ¿Te planteabas entonces unos Juegos Olímpicos?
7. ¿Cómo vives tu primer ciclo olímpico?
8. ¿Qué significado tienen para ti tus primeras medallas?
9. ¿Cuál de todas es la más especial?
10. Tu palmarés deportivo es impresionante ¿qué sientes cuando ves todos esos logros?
11. Uno de los mejores momentos que hayas vivido dentro de la piscina
12. ¿Cuándo decides empezar con el ciclismo?
13. ¿Por qué ese cambio?
14. Campeón del mundo, ¿cómo vives esto? ¿lo esperabas?
15. Ahora mismo, ¿cuántas horas estás entrenando?
16. ¿Cómo es tu día a día de cara a la preparación de Tokyo?
17. ¿Cuándo se produce la lesión?
18. ¿Cómo la afrontas siendo un niño?
19. ¿Qué recuerdos tienes de esos meses de adaptación?
20. Entonces, ¿te podrías imaginar todo lo que has llegado a conseguir? ¿te imaginabas que serías uno de los mejores deportistas del país?
21. ¿Ha sido el deporte refugio?
22. ¿Has contado con la ayuda de psicólogos deportivos durante tu carrera deportiva?
23. ¿Crees que hay estereotipos sobre el deporte adaptado?
24. ¿Crees que hay suficiente información, difusión y conocimiento?
25. ¿Crees en los límites? ¿quién los pone, uno mismo o la sociedad?
26. Si tuvieses que elegir un momento de toda tu trayectoria, ¿con cuál te quedas?

David Fernández

1. ¿Has estado siempre ligado al deporte?
2. ¿Cuándo empiezas?
3. Mañana viajas a Polonia y te juegas la clasificación a los JJOO, ¿cómo estás?
4. ¿Cómo empiezas en el mundo del atletismo?
5. ¿Por qué lanzamiento de peso?
6. ¿Te planteabas la oportunidad de unos JJOO?
7. ¿Cómo vives los primeros logros?
8. ¿Cómo es tu día a día de entrenamiento en una olimpiada?
9. Objetivo Tokyo, ¿qué expectativas tienes para Polonia?
10. ¿Con qué momento de tu carrera te quedas?
11. ¿Cuándo se produce la lesión?
12. ¿Cómo la afrontas?
13. ¿Cómo recuerdas los primeros meses de adaptación?
14. ¿Te imaginabas entonces todo lo que has conseguido hoy?
15. ¿Crees que existen estereotipos en relación al deporte adaptado?
16. ¿Crees que hay suficiente información, conocimiento y difusión?
17. ¿Crees en los límites?
18. Has competido en muchos lugares diferentes del mundo, ¿hay diferencias entre otros países y España en el conocimiento o la difusión, o la manera de vivir el deporte adaptado?

Toni Ponce

- ¿Por qué eliges la natación?
- ¿Cuándo empiezas?
- Con 14 años decides dejar la natación en tu primera competición, ¿por qué?
- ¿Qué le dirías a aquel niño que se alejó de las piscinas?
- ¿Te imaginabas todo lo que has llegado a conseguir?
- Del último campeonato de Europa volviste con la maleta llena de medallas, ¿cómo lo viviste?
- ¿Con qué expectativas llegabas a esta cita?
- Imagino que los ocho metales suponen un chute de energía total de cara a Tokyo, ¿cómo lo afrontas?
- ¿Cómo es tu preparación de cara a los JJOO?
- ¿Cuántas horas sueles pasar dentro de la piscina?
- ¿Cómo viviste tus primeras medallas?
- 2017, primera vez campeón del Europa y con récord ¿cómo recuerdas ese momento?
- ¿Cómo afecta la paraparesia esplástica?
- ¿Crees que hay estereotipos en relación al deporte adaptado?
- ¿Crees que hay suficiente conocimiento e información?
- Tema patrocinadores, ¿Cómo han ido evolucionando los patrocinios?
- Has competido en muchísimos países, ¿hay diferencias entre los países? ¿está más desarrollado el deporte y la manera de vivirlo que en España?
- ¿Crees en los límites?

ANEXO III: ILUSTRACIONES REDES SOCIALES Y PLATAFORMAS DIGITALES.

En este anexo presento las diferentes creaciones destinadas a ilustrar el proyecto tanto en las redes sociales como en las plataformas digitales donde está disponible el podcast. Han sido creadas con la finalidad de ilustrar el proyecto y crear su propia identidad visual.



1. PORTADA PODCAST:

Este diseño está destinado como presentación del usuario en las diferentes plataformas digitales donde se puede escuchar el podcast. También, se ha destinado su uso a redes sociales, como Instagram y Twitter como primera publicación para lanzar el proyecto y crear interés en el público. En ella se puede leer el título del proyecto. Además, en ambas redes sociales es el icono de perfil.



2. PORTADA CAPÍTULO:

Esta ilustración es la portada del primer capítulo del podcast. Se puede leer el título y el subtítulo del proyecto. Este diseño ha sido utilizado como portada del primer capítulo en las plataformas digitales donde está disponible el podcast. También, ha sido publicado en las redes sociales del proyecto para darle visibilidad, concretamente, fue la segunda publicación donde se presentaba el podcast.

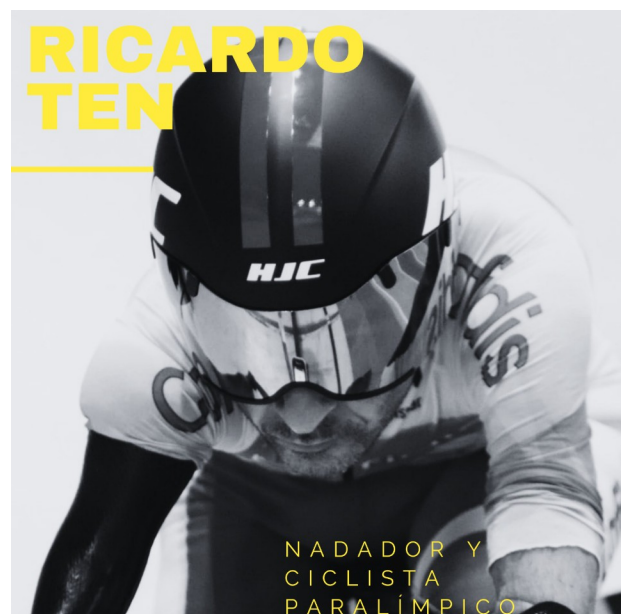


3. ¿DÓNDE ESCUCHARNOS?

Esta ilustración va destinada a anunciar donde está disponible el podcast y donde se puede escuchar. Se lanzó esta ilustración en redes sociales por diferentes vías (publicaciones, historias, tweets..) en diferentes redes sociales.

4. PRESENTACIONES DEPORTISTAS:

Las siguientes creaciones forman parte de una serie de seis en las que se presentan a los que serán los protagonistas del proyecto. Se utilizaron en redes sociales para perfilar un poco más el tema del podcast y que los oyentes potenciales se puedan interesar por las historias y así atraer público. Las siguientes imágenes se lanzaron en redes sociales acompañadas de un breve texto donde se explica quién es quién, trayectoria deportiva, palmarés...





DAVID FERNANDEZ

ATLETISMO
Y PARAPOWERLIFTING



GABRIEL TERUEL

TENIS Y
SLALOM
EN SILLA



LIONEL MORALES

TRIATLETA
PARALÍMPICO



TONI PONCE

NADADOR
PARALÍMPICO

