

# Revista imPARAbles

*Historias inspiradoras, deportistas que compiten con el corazón.*

Edición 1 – año 1 – enero 2020

## **Comité Paralímpico Colombiano**

Julio César Ávila Sarria  
Presidente

Verónica Velásquez Rodríguez  
Secretaria General

John Fredy Martínez Páez  
Primer Vicepresidente

Robinson Alexander Espitia Ramírez  
Segundo Vicepresidente

Cecilia Gómez Calderón  
Tercer Vicepresidente

Carlos A. Raigoza Meza  
Gerente General

## **Revista imPARAbles**

Luisa Ivone Restrepo C.  
Directora de Comunicaciones Comité Paralímpico Colombiano

Manuel Villamizar M.  
Periodista Comité Paralímpico Colombiano

## **Invitados Especiales**

Ernesto Lucena  
Ministro del Deporte

Andrew Parsons  
Presidente Comité Paralímpico Internacional

Sergio Díaz-Granados  
Director Ejecutivo BID por Colombia y Perú

Jose Cabo

Gerente Fundación Agitos

Hernán Golzycher  
IPC

María Angélica Bernal  
Deportista

Ana Cardoso  
Entrenadora

Moisés Fuentes  
Deportista

Carolina Toro  
Clasificadora

Natalia Calderón  
Metodóloga

Luz Élide Molina  
Periodista

Adriana Díaz  
Abogada

Orlando Reyes Cruz  
Antidopaje

## TABLA DE CONTENIDO

A LA SOMBRA DE UNA MEDALLA PARALÍMPICA .....	4
EL DEPORTE ES UNO SOLO .....	6
COLOMBIA EN LIMA .....	8
LIMA 2019, EN EL CORAZÓN DE SARA VARGAS .....	11
UN SUEÑO DORADO.....	14
ANA CARDOSO, LA MUJER QUE CLASIFICÓ EL EQUIPO MASCULINO DE BALONCESTO EN SILLA DE RUEDAS A TOKIO 2020 .....	16
LA PARA NATACIÓN Y SU SITIAL DE PRIVILEGIO EN EL PARALIMPISMO COLOMBIANO .....	18
EL PARA ATLETISMO COLOMBIANO, SINÓNIMO DE TRABAJO Y CRECIMIENTO .....	21
“CHEPE” CASTRO, LA FIGURA TRAS LOS TRIUNFOS DEL PARA CICLISMO COLOMBIANO .....	25
CRECIMIENTO, LIDERAZGO Y PROCESO DE LOS IMPARABLES EN COLOMBIA .....	27
JUEGOS MULTIDEPORTIVOS, UNA MIRADA DESDE LA METODOLOGÍA.....	31
LOS RETOS DEL NUEVO LÍDER DEL COMITÉ PARALÍMPICO DE LAS AMÉRICAS.....	33
COLOMBIA, EN LA RUTA A TOKIO 2020 .....	35
EL CUBRIMIENTO NOTICIOSO DE LOS JUEGOS PARALÍMPICOS DE TOKIO: UN RETO PARA LOS MEDIOS .....	37
EL DEPORTE, HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN .....	39

## A LA SOMBRA DE UNA MEDALLA PARALÍMPICA

Julio César Ávila Sarria  
Presidente Comité Paralímpico Colombiano

En los últimos años, el deporte colombiano viene en una curva ascendente, en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Londres 2012, en los que Colombia obtuvo 10 medallas en total, el deporte paralímpico dijo 'presente' con dos de plata.

Igualmente, en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Río 2016, Colombia le dio continuidad a su crecimiento en resultados, posicionándose como una de las potencias deportivas del continente, al obtener 25 medallas, de las cuales 17, dos de ellas de oro, llegaron gracias al deporte paralímpico. Esto marcó un hito en la historia deportiva de nuestro país, ya que se izó otra vez la bandera colombiana en unos Juegos Paralímpicos y nuestro himno sonó nuevamente en una premiación después de 36 años. El primer triunfo en un evento de esta magnitud, se dio en 1980.

Hubo reportajes en las primeras páginas de los periódicos colombianos, los noticieros abrieron sus espacios televisivos con la gran hazaña que Colombia logró en los Juegos Paralímpicos de Río 2016, en el transporte público los colombianos de a pie hablaban de los atletas paralímpicos. Y es que la huella que se dejó en suelo carioca fue inmensa; nuestros atletas fueron los protagonistas durante aquel histórico y recordado 2016.

Sin embargo, esta es solo una parte de la historia del deporte paralímpico. Detrás de las medallas y los resultados deportivos se encuentran, bajo la sombra, la esencia y el sentir de tantas vidas que el deporte paralímpico ha transformado para bien, de cómo se construye país gracias al legado que dejan unos Juegos Paralímpicos en la sociedad.

Y sí, es innegable que la vida cambia para algunas personas con discapacidad, para sus familias y su entorno, incluso para colombianos que, con admiración, cariño y orgullo hablan en la distancia del Movimiento Paralímpico Colombiano.

A pesar de que aún hay mucho trabajo por hacer, aquí en Colombia podemos decir con satisfacción que vamos por buen camino. Cada día tenemos más niños, jóvenes y adultos con discapacidad practicando deporte; muchas familias que antes tenían una persona con discapacidad, ahora tienen, orgullosamente, un atleta paralímpico de alto rendimiento que representa a nuestra hermosa patria por el mundo, y lo más lindo es, dejándola en lo más alto.

Historias de estos Para atletas tenemos por montón, y también tenemos historia de empresarios, comunicadores, docentes, abogados, dirigentes deportivos, todos sin discapacidad, a quienes el deporte paralímpico les ha cambiado la vida y les ha motivado a enfrentar las dificultades con otra actitud. Y no se trata de que nosotros

seamos héroes, se trata del ejemplo de capacidad y de resiliencia con la que contamos los colombianos con discapacidad; esta parte, para mí, es uno de los componentes más importantes que le aporta el paralimpismo a la sociedad de cualquier país.

El deporte adaptado y el deporte paralímpico son herramientas muy fuertes y potentes, para cambiar el paradigma que se tiene acerca de las personas con discapacidad. Nos queda mucho trabajo por hacer, muchas vidas que transformar, y como ciudadanos responsables, debemos crear más oportunidades para que cada vez más personas con y sin discapacidad, sientan que los derechos humanos no están solo en el papel, que el mundo debe estar disponible para todos, sin importar su condición social, su credo o su condición de vida.

Y si aprovechamos todas las ventajas que el paralimpismo le ofrece a la sociedad, nos toca prepararnos para que a futuro, los Juegos Olímpicos y Paralímpicos sean uno solo, como su nombre lo indica, con una sola tabla de resultados, donde se sumen las medallas olímpicas y paralímpicas para un país. Así tendremos una mayor conciencia deportiva, ya que el desarrollo, el crecimiento y la evolución deportiva de un país se medirían por los resultados de sus atletas, sin ninguna distinción o etiqueta, pues es una sola bandera, es un solo himno y lo más importante, todos somos representantes de un solo territorio.

París 2024 ya dio el primer paso para la unificación de los Juegos al presentar un solo logo tanto para los Juegos Olímpicos como para los Juegos Paralímpicos que se realizarán en esa ciudad. Y Colombia podría convertirse en un referente y dejar un legado invaluable al deporte si se unieran en un solo ranking las tablas de medallería de los Juegos Nacionales y los Paranaionales, al ser éstas las justas más importantes a nivel nacional. Nuestro país estaría marcando un precedente y se convertiría en un modelo a seguir.

Sin lugar a dudas, este avance será fundamental en el crecimiento del deporte colombiano y le dará al deporte paralímpico una mayor visibilidad, lo que nos permitirá llegar a más personas que le encontrarán un nuevo sentido a su vida gracias a la actividad física y que tendrán en el deporte la mejor manera de hacer sus sueños realidad.

## EL DEPORTE ES UNO SOLO

Ernesto Lucena Barrero  
Ministro del Deporte

Crecimiento y progreso son dos palabras que definen a la perfección el desarrollo de la estructura del deporte paralímpico colombiano. Así mismo hemos correspondido desde el Ministerio del Deporte, con apoyo incondicional para impulsar su consolidación. Trabajo en equipo que ha permitido alcanzar grandes logros.

Cada RETO ha sido una oportunidad para ratificar que si de algo sabe el sector es de capacidad. No en vano los más recientes resultados en los Juegos Parapanamericanos de Lima, en los que la representación nacional pasó de 90 medallas en Toronto a 133 en Perú. Números que hablan por sí solos del avance del deporte paralímpico, una alegría que se traduce en mayor responsabilidad para seguir por la misma senda.

Por eso he sido enfático en que el deporte es uno solo, sin distinción alguna. Cuestión de semántica simplemente. Al fin y al cabo, las alegrías para el país son iguales, a todos nos representa la misma bandera. Y desde el Gobierno Nacional no hemos ahorrado esfuerzos para que el Sistema Nacional del Deporte se fortalezca desde diferentes frentes: en el económico, por supuesto, pero también a través del acompañamiento de nuestro equipo multidisciplinario, siempre dispuesto a aportar con sus profesionales en medicina, psicología, nutrición, fisioterapia y en general, desde las ciencias aplicadas.

Han sido varios los logros que como equipo hemos podido materializar. El primero y más importante, el aumento del presupuesto para el Comité Paralímpico Colombiano, en el que pasamos de 2.500 millones de pesos a más de 4 mil millones, recursos que han sido fundamentales en la consecución de objetivos, pero, sobre todo, en la ampliación de la cobertura de los atletas, porque su bienestar ha sido prioridad. Y lo seguirá siendo.

También lo evidenciamos en el aumento de los deportistas que hacen parte de nuestro programa Atleta Excelencia, que pasó de 40 el año pasado a 72 al cierre de octubre de 2019. Ser el gobierno del deporte no solo es una premisa, es además la hoja de ruta que marca nuestro día a día. Y lo hacemos con la convicción de que son los atletas la mejor marca país que tenemos.

El 2019 ha representado el mejor año en la historia del deporte colombiano, también lleva el sello del paralimpismo. Razón suficiente de la inversión del Ministerio del Deporte en el sector por más de 14 mil millones de pesos, destinados para la preparación de los atletas en todos los eventos clasificatorios a los V Juegos Paranales, al igual que para las diferentes estrategias de desarrollo regional y

el pago de los incentivos por las medallas obtenidas en los eventos del ciclo paralímpico.

En materia legislativa dimos un gran paso. Gracias al apoyo del Gobierno Nacional, se logró que la Ley 582 del año 2000 fuera modificada por la Ley 1946 del 2019, en la que nos acogemos como sistema a la estructura internacional y pasamos de ser organizaciones exclusivamente hablando de discapacidad, a estar centrándonos en deporte conforme a los lineamientos globales, que actualmente se encuentran en periodo de tránsito y a más tardar el 1 de enero del 2021 se estima entrar al 100% en vigencia. Eso significa formalización del sector con miras a su proyección internacional. Seguimos siendo referentes.

Llega un año de nuevos desafíos, el más grande será sin duda la cita en Tokio, un RETO que afrontaremos con cuatro virtudes que conoce a la perfección el sistema paralímpico colombiano: resiliencia, empatía, trabajo en equipo y optimismo. Y será el tricolor nacional el mejor escudo para envolver de ilusión a todo un país que se siente orgulloso de ustedes.

## COLOMBIA EN LIMA

### *Estas son las cifras de la participación histórica de una delegación de soñadores*

Manuel Villamizar M.  
Periodista Comité Paralímpico Colombiano

El 2019 fue un año glorioso para el deporte paralímpico colombiano, el cual dio sus frutos en la VI edición de los Juegos Parapanamericanos de Lima, los que más boletas han vendido en la historia y hasta ahora, los mejores para una delegación colombiana.

47 oros, 36 platas y 50 bronces, para un total de 133 medallas que engalanan la participación de una delegación de **imPARABLES** con sabor colombiano. Con ésta, además, se impuso el récord de 191 atletas, la participación más numerosa del país en unos juegos multideportivos.

Además de las medallas, que fueron noticia en cada rincón de Colombia, estas justas dejaron datos que evidencian el crecimiento del deporte paralímpico en un año histórico.

- Colombia superó lo hecho en Toronto 2015, donde la delegación alcanzó noventa medallas, veinticuatro de oro, treinta y seis de plata y treinta de bronce.
- Los nacionales ocuparon la cuarta posición en el medallero general de la competencia. Delante de Colombia quedaron Brasil, Estados Unidos y México, en su orden.
- Para natación, para atletismo y para ciclismo fueron los deportes que más medallas aportaron.
- Con 191 atletas, el país compitió en dieciséis de las diecisiete disciplinas que compitieron en Lima. El único deporte en el que no tuvimos representación fue golbol.
- 136 hombres y 55 mujeres conformaron la delegación.
- 26 de los 32 departamentos de Colombia estuvieron representados en los Juegos
- Con tan solo 12 años, la bogotana Sara Vargas de para natación, fue la atleta más joven de todo el evento.
- Además, Sara Vargas fue elegida la mejor deportista paralímpica de América.
- Tiro paradesportivo debutó como deporte en Lima. Colombia dejó una huella con María Teresa Restrepo, la primera colombiana en ganar una medalla para esta disciplina.

### **Natación**

Los colombianos se destacaron en trece de los diecisiete deportes de los Juegos Parapanamericanos, liderados por para natación, disciplina que le aportó al



medallero veinticinco oros, once platas y veintiún bronce, para un total de cincuenta y siete medallas. En esta disciplina, Carlos Daniel Serrano, Nelson Crispín, María Paula Barrera, Sara Vargas, Daniel Giraldo y Miguel Ángel Rincón fueron quienes más triunfos lograron.

El para atletismo fue el segundo deporte más ganador, con treinta y cinco medallas. De ellas diez fueron de oro, once de plata y catorce de bronce. Mauricio Valencia, Dixon Hooker, Martha Hernández, Yanive Torres y Javier Rojas fueron algunos de los deportistas que deslumbraron al continente con sus actuaciones.

### **Paracycling**

La delegación colombiana participó en para ciclismo de pista y ruta, consiguiendo siete medallas en la primera modalidad y cinco en la ruta. Nos trajeron un total de doce medallas y posicionaron referentes como Alejandro Perea y Carolina Munevar en individuales y a Javier Serna y Marlon Pérez en tándem.

### **Para powerlifting**

El levantamiento de pesas, uno de los deportes insignia de Colombia, también aportó alegrías y medallas. Fueron siete para los colombianos, tres de oro, tres de plata y una de bronce, con Bertha Fernández, Jhon Freddy Castañeda, Fabio Torres y Álvaro Montenegro como los destacados.

### **Para tenis de mesa**

Por su parte, el para tenis de mesa fue uno de los deportes con los cuales Colombia participó por primera vez en los Parapanamericanos, compitiendo en seis días, primero en individuales y después en parejas. En esta disciplina también se logró el cometido con seis medallas de bronce, tres para cada modalidad, destacando a José David Vargas, Nelly Sánchez, Diego Jiménez y Manuela Guapi.

### **Boccia**

El lanzamiento de boccia fue otro de los deportes que se llevó todos los aplausos y Colombia también marcó la diferencia, siendo la segunda delegación con más medallas: Una de oro, tres de plata y una de bronce, para un total de cinco preseas por detrás del campeón Brasil que obtuvo siete. En este deporte se compitió en individuales y parejas, destacándose en ambas Duban Cely, Euclides Grisales y Carlos Tinjacá.

### **Taekwondo y Judo**

En los deportes de combate, para taekwondo y judo, Colombia logró un bronce con Yerly Martínez en el primero y plata con el judoka Juan Pablo Castellanos.

### **Tenis en silla de ruedas**

En tenis en silla de ruedas, la número 10 del mundo, María Angélica Bernal, hizo lo propio y conquistó la tierra inca con una medalla de oro que logró tras llegar invicta a una final vibrante. Además, María Angélica le regaló a Colombia la alegría de ser la primera clasificada con cupo directo a los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020.

Posteriormente aportó una medalla de plata para el país, en dobles, con su compañera Johana Martínez.

### **Tiro paradesportivo**

El Tiro paradesportivo debutó en unos Juegos Parapanamericanos y María Teresa Restrepo dejó escrito en la historia del deporte paralímpico, ser la primera colombiana en ganar una medalla en unas justas parapanamericanas, con un bronce.

### **Baloncesto en silla de ruedas**

Los deportes de conjunto también fueron protagonistas. El baloncesto en silla de ruedas logró una medalla de bronce tras un disputado encuentro ante Argentina. Con esta medalla, nuestro equipo ganó un cupo directo a la cita paralímpica de 2020, después de siete años.

### **Rugby en silla de ruedas**

El seleccionado de rugby en silla de ruedas consiguió también una medalla de bronce y un cupo al repechaje que entregará un pase a los Juegos Paralímpicos, después de disputar un vibrante encuentro ante Brasil.

Con estas 133 medallas, los imPARABLES se ganaron el respeto de Colombia y el continente, demostrando ser una familia unida, que trabajó en equipo para lograr los objetivos y que se metió en el top cuatro de las mejores delegaciones de América.

Sin duda alguna, en el 2020, el deporte paralímpico colombiano seguirá posicionándose y regalando alegrías para un país que goza con los triunfos deportivos, pues lleva en las venas la pasión y el sentir de una nación deportiva.

## LIMA 2019, EN EL CORAZÓN DE SARA VARGAS

Luisa Ivone Restrepo C.  
Directora de Comunicaciones  
Comité Paralímpico Colombiano

A los Juegos Parapanamericanos de Lima 2019 llegaron 191 deportistas colombianos llenos de ilusión y ganas de cumplir el sueño de obtener una medalla. Entre ellos se destacaba una pequeña de 1,27 metros, quien, con tan solo doce años, viajó a Perú dispuesta a ganar, sin saber que, además, haría historia.

Sara del Pilar Vargas Blanco nació en La Mesa, Cundinamarca, el 16 de noviembre de 2006 en el seno de una familia tradicional conformada por su padre Jhon, su mamá Leonor y su hermana Gabriela, quien, años después, sería la encargada de sembrar en Sara la pasión por la natación.

En el 2007 Sara fue diagnosticada con acondroplasia, un trastorno del crecimiento de los huesos, por el cual debe asistir a controles constantes con médicos de diferentes especialidades. Esta fue una de las razones por las que la familia Vargas Blanco decidió trasladarse a Soacha, municipio cercano a Bogotá.

Como Gabriela, su hermana, es nadadora convencional, Sara no dudó en asistir al complejo acuático de Bogotá cuando su actual entrenador, Stivens Ruiz, la invitó con el objetivo de evaluar sus condiciones físicas y deportivas: “sentía muchos nervios, pero fue muy genial porque era un sueño que se me hacía realidad, fue mi primera vez en el complejo acuático y la más bonita”.

Dos años después de este primer chapuzón, Sara llegó a los Juegos Parapanamericanos Lima 2019 a deslumbrar a muchos con su talento. Ella era la deportista más joven que llevó la delegación colombiana y empezó a dar de qué hablar siendo también la participante con menos edad de los Parapanamericanos.

Muchos esperaban con ansias su primera actuación y ella no decepcionó. El 25 de agosto Sara se lanzó a la piscina del Centro Acuático de Lima por primera vez para disputar los 400 metros libre S6, prueba en la que obtuvo el segundo lugar y con éste, su primera medalla de plata.

“Esa vez tenía un poquito de nervios porque no sabía cómo era la salida a la piscina, no sabía que me llamaban antes. Y estaba compitiendo con las mejores de América, entonces tenía muchos nervios. Pero fue estupendo, mucha gente me apoyó y quedé de segunda”.

Este fue sólo el comienzo de esta linda historia, porque después vendrían las medallas de oro en 50 metros mariposa S6, 100 metros espalda S6, 50 metros libre S6 y 100 metros libre S6, todas acompañadas de récords panamericanos y del

cariño y la admiración de la gente. Tanto en Perú como en Colombia se hablaba de “la nueva joya de la para natación colombiana”<sup>1</sup>.

“La medalla que más me gustó fue la de los 100 metros espalda, porque no pensé que fuera a ganar el oro, estábamos enfocados en otro estilo y me sorprendió mucho. También rompí récord de América. Esa fue mi mejor prueba, di lo mejor de mí”, cuenta la nadadora.

Fueron en total cuatro medallas de oro, una de plata y cuatros records panamericanos. Triunfos que llegaron acompañados de una nueva experiencia: cantar el himno de Colombia en el podio, mientras se iza la bandera. “No sé cómo describirlo. Me sentía wow, me sentía más poderosa y me motivaba para la siguiente competencia”, afirma.

Sara volvió a Colombia convertida en una figura de la para natación nacional, sin imaginar lo que llegaría más adelante. Una vez finalizaron los Juegos Parapanamericanos, el Comité Paralímpico de las Américas dio a conocer el listado de las deportistas nominadas a ser la Mejor Para atleta de Lima 2019 y Sara era una de ellas.

Deportistas como Omara Durand (Cuba), Tamara Leonelli (Chile) y Amalia Pérez (México) también compitieron por este título, que le sería otorgado a la deportista que más votos obtuviera. En los casi 8 días de votaciones, los colombianos aficionados al deporte paralímpico hicieron lo propio para lograr que Sara Vargas, además de ser la deportista revelación de las justas, fuera elegida como la mejor Para atleta mujer de los Juegos Parapanamericanos Lima 2019, un título que, sin duda, quedará para la historia.

Para Sara, “fue súper genial estar nominada. Puse a todo el mundo a votar, aunque fueron días muy difíciles porque la votación estaba muy cerrada. Me sentí muy feliz desde que me dijeron que era la ganadora, eso me motiva mucho más, va a marcar toda mi vida”.

Desde entonces, el país ha visto, leído y escuchado la historia de Sara en diferentes medios de comunicación, la llaman a felicitarla, le piden fotos cuando se la encuentran en la calle y le regalan palabras entusiastas para que continúe siendo la mejor.

Para lograrlo, además de sus entrenamientos diarios, Sara sigue de cerca los pasos de la para nadadora de Gran Bretaña Ellie Simmonds, quien, a los 13 años, se convirtió en la segunda deportista paralímpica más joven de la historia británica en ganar una medalla en unos Juegos Paralímpicos. Lo hizo en Beijing 2008.

“Aunque es mi rival, la admiro mucho porque desde muy pequeña empezó a ser campeona mundial. Me parece una súper estrella. Ella es mi ejemplo a seguir”,

---

<sup>1</sup> Tomado del periódico El Tiempo, 31 de agosto de 2019, <http://bit.ly/35pfVhr>

afirma Sara, tal vez sin imaginarse que ahora es ella el ejemplo a seguir de niños y niñas quienes, siendo deportistas o no, la ven como un referente, una niña fuerte y valiente que está cumpliendo sus sueños y que los motiva a seguir adelante.

Para ellos, Sara tiene un mensaje: “entrenen muy duro, no es fácil, pero sueñen siempre en grande, recuerden que en el entrenamiento se ganan las medallas y en la competencia se recogen”.

Este es sólo el comienzo de esta historia que Sara Vargas escribe día a día con pasión, esfuerzo y disciplina, y que, seguramente, en Tokio 2020 tendrá un nuevo capítulo para recordar por siempre.

<b>Competencia</b>	<b>Medalla</b>	<b>Marca</b>
400m libre S6	Plata	5:38.71
50m mariposa S6	Oro	40.48 (Récord Panamericano)
100m espalda S6	Oro	1:33.03 (Récord Panamericano)
50m libre S6	Oro	35.73 (Récord Panamericano)
100m libre S6	Oro	1:17.00 (Récord Panamericano)

## UN SUEÑO DORADO

### *Mi camino hacia la conquista del N° 1 del mundo en tenis en silla de ruedas*

María Angélica Bernal Villalobos

Tenista en silla de ruedas

Cuando se nace con una condición diferente en un mundo pensado para personas convencionales no es fácil asumir los retos que la vida nos pone. Comencé mi historia deportiva después de haber hecho, en mis primeros años de colegio, todo lo que quise hacer: bailé en el grupo de danzas, actué en obras de teatro, patiné, jugué baloncesto y competí al igual que mis compañeros en las clases. Fui creciendo y ahí aprendí que todo lo que quisiera hacer lo podría lograr y no cabía la disculpa de haber nacido con focomelia (ausencia de un miembro, en mi caso, inferior derecho).

Tal vez tenis era lo que menos había practicado, pero es el deporte que luego me conquistaría. Una tía entrenadora de este deporte, que me había visto jugar, me propuso que me metiera de lleno a jugar tenis en silla de ruedas y me preparara para competir.

Llevaba solo dos meses practicando y tuve la oportunidad de jugar el primer torneo en Buenos Aires, Argentina. Para sorpresa mía y de quienes comenzaban esa travesía conmigo, me coroné campeona del Junior Camp.

Ese triunfo no me conformó, fue la primera gota de la lluvia de medallas que quería ganar. Se convirtió para mí en algo adictivo, quería más y más. Comencé a entrenar con constancia, a ver videos, a leer sobre este deporte y querer ser cada día mejor.

En ese momento María Sharapova era número uno del mundo y se convirtió en mi ídolo.

Aunque desde entonces he tenido el objetivo de ser la número uno del mundo en silla de ruedas, tengo claro que es un proceso largo y que solo se conseguirá trabajando duro para lograrlo. He tenido momentos complicados, como cuando me lesioné del hombro o de la muñeca, o cuando los recursos económicos escasean para participar en torneos, aun así, sé que no debo quitar los ojos del objetivo. No ha sido nada fácil, pero me pregunto: ¿acaso es linda una rosa sin espinas?

En el 2011 fui a mis primeros Juegos Parapanamericanos, en Guadalajara, y obtuve la medalla de bronce. Sin rendirme asistí a mis segundos Parapanamericanos en Toronto 2015, donde gané la medalla de plata en dobles. Ahí, al verme tan cerca de la de oro y con el sin sabor de la derrota, reafirmé más que nunca que la tercera era la vencida. Redoblé mis esfuerzos, viajé fuera del país a cuantos torneos pude, sacrifiqué fines de semana con mis amigos, fiestas familiares, reuniones sociales, trasnoché para cumplir con mis obligaciones de la universidad y renuncié a todo

aquello que me quitara tiempo de mi entrenamiento y me desviara de lo que quería; día y noche pensaba en esa medalla de oro. Lima 2019 era lo único en lo que podía pensar, aplacé la universidad y me concentré de lleno en la obtención de esta medalla. Y lo logré.

Feliz de ser la primera medalla de oro en tenis para mi país y ser la primera clasificada por Colombia a los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020, me di cuenta de que esto no para acá. Como mi sueño es ser la número uno del mundo en tenis en silla de ruedas, esta medalla significa que estoy un paso más cerca: Durante el 2019 seguí compitiendo en torneos que me dieran puntos para el ranking y entré al Top 10 del ranking mundo.

Tokio 2020 es el objetivo inmediato, para el cual trabajaré como hasta ahora lo he hecho: con disciplina, constancia, valentía, hambre de triunfo y responsabilidad para dejar en alto el nombre de Colombia.

Cada paso, cada raquetazo, cada medalla tiene el sello del trabajo y de un gran equipo, sin el cual nada hubiera sido posible. Mencionar a cada uno es complicado porque no quiero dejar a nadie por fuera, sin embargo, quiero dar un agradecimiento especial a mis entrenadores, mis padres Nelly Villalobos y Miguel Ángel Bernal, mis abuelos Maria Elisa Herrera y Horacio Villalobos, a mi familia y a las instituciones distritales y nacionales que me han apoyado.

El sueño dorado sigue firme y no escatimaré esfuerzos para lograrlo.

## **ANA CARDOSO, LA MUJER QUE CLASIFICÓ EL EQUIPO MASCULINO DE BALONCESTO EN SILLA DE RUEDAS A TOKIO 2020**

Ana Cardoso  
Entrenadora Selección Colombia de Baloncesto

Mi nombre es Ana Cardoso, nací en São Paulo, Brasil, en 1972. Desde muy pequeña me ha apasionado el deporte y esa ha sido mi motivación para lograr grandes cosas. Me considero una mujer con carácter, disciplina y amor por lo que hace; esto me gusta transmitirlo en todo lo que hago.

En 2007 terminé mi carrera en Facultades Integradas de Santo André (FEFISA). Educación física es mi profesión y ha sido mi mayor reto, porque siempre he buscado capacitarme y profesionalizarme, porque considero que en este medio hay que buscar la excelencia en cada aspecto, tanto los jugadores como los profesionales envueltos en el proceso del alto rendimiento.

Venir a Colombia ha marcado mi carrera y mi vida; ha sido todo un proceso: Aprender el idioma, acostumbrarme a la cultura y poder combinar mis raíces y pensamientos con los de un país que, como Brasil, es alegre y soñador.

Cuando acepté ser la seleccionadora de los hombres de baloncesto en silla de ruedas lo hice porque quise que Colombia volviera a lo más alto del podio en este deporte, no solo en el país sino en el escenario mundial, porque vi en los jugadores potencial para fortalecernos y consolidarnos como una potencia de América del Sur, al nivel de Argentina y Brasil, nuestras referencias deportivas en el continente.

Al llegar encontré unos jugadores impresionantes, que me emocionaban con solo verlos, pero había que impregnarles algo más, cambiar su mentalidad, sus métodos de entrenamiento y preparación y, sobre todo, consolidar un proceso, basado en la disciplina táctica y la confianza en las cualidades de los deportistas.

Conocí un buen grupo cuando estábamos a diez días de comenzar una competencia, la Copa América 2017, y por eso hubo un momento en el que pensé que las cosas serían muy difíciles. Por fortuna, aún con el poco contacto que tuve con los atletas, logramos sinergia, confianza y respeto.

Recuerdo muy bien esa competición, quedamos en el séptimo lugar. La Copa nos dejó a todos la sensación de que se podía lograr un buen trabajo. El proceso era interesante porque muchos atletas tenían experiencia jugando en el exterior. Ahí me di cuenta de que la fórmula era guiar esa experticia y llevarla a los prospectos deportivos que jugaban en ligas locales, así se formaría una base que más tarde conseguiría triunfos importantes.



Ser mujer y dirigir a una selección masculina es algo hermoso en mi vida. Nunca lo pensé demasiado para hacerlo, consideré que lo importante no era el género sino lo que pudiera aportar, porque el conocimiento ya estaba. Afortunadamente, había trabajado en Italia y Letonia, en donde tuve la oportunidad de conocer jugadores de mucha experiencia de Canadá, Francia y Alemania, y sabía que este nuevo reto no iba a ser menor.

También sabía que el proceso no sería fácil. Tenía la presión de demostrar toda esta experiencia y la oportunidad llegaría en el Sudamericano de Perú. Ahí fue donde vi realmente de lo que éramos capaces; los encuentros fueron intensos y al final, quedamos de terceros, recortando la diferencia de puntos con respecto a Brasil y Argentina.

La estrategia a partir de ahí fue mucho más clara: ir paso a paso, buscando que los deportistas recobraran la confianza, disfrutaran cada juego y entrenaran con dedicación y amor.

En este punto comenzó el 2019. El reto era mucho más grande, teníamos por delante los Parapanamericanos de Lima y la obligación era con nosotros mismos. De aquí nació una gran emoción y un sentimiento de realización. Cada vez que lo recuerdo veo una película de lucha y sacrificio que se viene dando desde 2017, imagen que estará en mi memoria siempre.

Llegó el Bronce. Derrotar a Argentina y un cupo directo a Juegos Paralímpicos de Tokio, fue el resultado de un hermoso proceso que da sus frutos y nos pone a punto para competir en grande. El sábado 31 de agosto quedará marcado en nuestro proceso por siempre, con el gran logro de los jugadores, que dejaron todo en la cancha para vencer a Argentina, un gran rival que siempre pone las cosas difíciles para cualquier contrincante. Pero estos soñadores tenían ganas y sueños por cumplir, que al final nos dieron una alegría que significó mucho más que un metal.

Para mí es maravilloso poder fortalecer el rol de una mujer en el ámbito deportivo, más cuando se es parte de los triunfos de un grupo. En un continente como América del Sur es muy valioso cuando una mujer consigue todos estos logros, porque el triunfo de una es la victoria de todas. Poder romper los estigmas y estereotipos es lo más valioso, además de combinarlo con la pasión, el amor y el conocimiento, que ayudan a cambiar tu entorno y poder ser mejor dentro y fuera de la cancha.

En este grupo podrán ver una familia que trabaja para conseguir las victorias y se frustra cuando las cosas van mal, pero no porque no se puedan hacer sino porque hay ganas y trabajo para poner a gozar a un país. Después de siete años volvemos a estar en unos Juegos Paralímpicos, Tokio 2020; la competencia será dura y los resultados valdrán la pena, por eso quédense con nosotros que lo mejor está por llegar.

## **LA PARA NATACIÓN Y SU SITIAL DE PRIVILEGIO EN EL PARALIMPISMO COLOMBIANO**

Moisés Fuentes García  
Para nadador colombiano

Al hablar de parolimpismo en Colombia, debo referirme a uno de los deportes más completos en el desarrollo físico y mental del ser humano: La natación, como base fundamental de la rehabilitación físico-motriz y mental, ya que genera un espacio de libertad, sin las ataduras que genera la pérdida de alguna de las capacidades funcionales del ser humano. Así inicia mi carrera deportiva sobre el año 1995, cuando el parolimpismo en Colombia era mirado como un espacio de rehabilitación y un poco de recreación.

En aquel entonces, seguimos abriendo camino con el respaldo, apoyo y gestión de familiares y personas que por su vocación de servicio contribuyeron con el desarrollo a pulso de este sistema, ya que el respaldo institucional era escaso y solo hacía presencia por voluntad del gobernante de turno y de buenas relaciones humanas; tampoco los medios de comunicación intervenían en la visibilización de los resultados.

Es en el año 2000 cuando nace legalmente el Comité Paralímpico Colombiano y con éste, una institución cabeza visible del deporte adaptado. Es por ello que antes de continuar, debo reconocer el trabajo que durante muchos años han desarrollado personas e instituciones que se inclinaron por garantizar los derechos de las personas con alguna discapacidad y, específicamente en el caso de la natación, quienes en los años 70 y 80 aportaron a uno de los mejores resultados internacionales, alcanzado por Pedro Mejía, quien obtuvo importantes medallas en campeonatos mundiales y en los Juegos Paralímpicos de 1980.

Como evolución de la natación paralímpica en el siglo XXI, quiero resaltar la participación de Colombia en los Juegos Paralímpicos Sidney 2000 con dos nadadores: Marcos Omar Suárez Piragauta y yo; en esa oportunidad obtuve un diploma paralímpico al conseguir el séptimo puesto en los 100 metros pecho categoría SB4.

A pesar del buen resultado para Colombia, aún no había un reconocimiento estatal, por ende, la práctica deportiva y la participación en eventos nacionales e internacionales, en muchas ocasiones eran pagados por dirigentes deportivos, amigos, familiares e incluso, por los mismos deportistas, quienes a través de rifas y recolectas conseguían los recursos para participar.

Es el amor al deporte, el deseo de seguir avanzando en la construcción de una mejor calidad de vida y el reconocimiento social a través del deporte, lo que mantenía la llama viva de algunos deportistas, quienes, sin importar las condiciones,

seguíamos entrenando, porque un sentimiento de esperanza iluminaba el camino por el cual muchos campeones iban a pasar algún día.

En el año 2004 el Estado colombiano genera un espacio de apoyo directo a los deportistas desatcados mediante su programa Deportista Apoyado de Coldeportes Nacional, convirtiendo este soporte en la energía que alimentaba el sueño de muchos campeones en Colombia. Ese mismo año asistimos a los Juegos Paralímpicos de Atenas 2004, con la participación de tres nadadores, entre ellos, la primera mujer, Naiver Mercedes Ome. En esta paralimpiada mejoro el resultado anterior y obtengo el quinto lugar.

Es en los Juegos Paralímpicos Beijing 2008 donde Colombia hace historia y obtiene la primera medalla del siglo XXI, este resultado se convierte en la llave que abre las puertas del reconocimiento del Estado, el cual equipara las condiciones entre deportistas del sector olímpico y paralímpico, al igual que el reconocimiento social y de medios de comunicación, quienes por primera vez exaltan el deporte paralímpico como una expresión del gran potencial humano. La medalla de bronce lograda por mí, es tomada por el país como el reconocimiento al trabajo de muchas personas, quienes contribuyeron con sus acciones y gestiones a la consolidación de un sistema que significa la integración de un solo deporte, una sola bandera, un país para todos.

En el ciclo a los Juegos de Londres 2012, se mejoran los apoyos a deportistas, se incrementan los incentivos por medallas del ciclo olímpico y paralímpico, se garantizan las participaciones en eventos internacionales, al igual que el apoyo a entrenadores. El Estado asume una política del deporte y se convierte en la base fundamental del rendimiento y alto rendimiento, que posiciona a Colombia como un referente del deporte en el continente.

En los Juegos Paralímpicos de 2012 logro la segunda medalla para Colombia; en esta oportunidad el color cambia a plata, con una marca de 1:36,92. La bandera de Colombia sigue elevándose, al igual que el número de Para atletas que hacen parte del sistema paralímpico colombiano. Jóvenes deportistas llegan para hacer parte de la selección y uno de ellos es Nelson Crispín Corzo, quien por centésimas se queda por fuera del podio en estas justas.

Sin lugar dudas, es el ciclo a los Juegos Paralímpicos Río 2016 donde la natación paralímpica encuentra sus mejores cartas con dos jóvenes talla baja que se convierten en los gigantes de esta disciplina. Carlos Daniel Serrano Zárate, de solo 16 años, se consagra como campeón mundial y record absoluto de su categoría en los 100 metros pecho SB7 y en Río de Janeiro expone su talento y preparación física y mental, demostrando que es el más fuerte y obteniendo la medalla de oro, con record paralímpico, en los 100 metros pecho SB7. Además, también aporta una medalla de plata y otra de bronce al medallero general.

Nelson Crispín no se quedó atrás y con tres medallas de plata demostró por qué es uno de los mejores nadadores del mundo en evolución y proyección.

En esta oportunidad vuelvo a hacer parte del podio y obtengo mi tercera medalla consecutiva, esta vez de bronce. Con este resultado se consolida la natación como el deporte que más medallas le da a Colombia en el medallero general de esta Paralimpiada.

El reto continúa para un sistema y una disciplina deportiva que ya nos tiene acostumbrados a ganar, y desde ya la mirada está fija en Tokio 2020, sin lugar a dudas, uno de los eventos que genera más expectativas por lo que significa la perfección, profesionalismo y cultura, país que por su desarrollo social y crecimiento económico se convierte en potencia mundial.

Nuestro sistema paralímpico se proyecta con una visión de evolución y crecimiento al asumir el reto y responsabilidad de mejorar los resultados obtenidos en Rio 2016, tanto en cantidad como en calidad de resultados. Para ello cuenta con las cartas más relevantes: Carlos Daniel Serrano, quien ahora es más maduro física y mentalmente, ha demostrado en los últimos eventos que está preparado para ganar varias medallas de oro; Nelson Crispín en esta oportunidad se proyecta para estar en lo más alto del podio, tiene las condiciones para lograrlo y con un ajuste en el trabajo técnico, físico y mental es posible que más de una vez nos permita celebrar cantando nuestro himno de Colombia y ondeando el tricolor; y yo, que en esta sexta paralimpiada aspiro y trabajo para lograr el sueño dorado.

Nuevas cartas se unen a la baraja de campeones. Sara Vargas, una niña de solo 12 años que es la revelación de la para natación del continente americano; María Paula Barrera, joven que ha tenido muy buenos resultados en su proceso y hoy, a sus 18 años, está entre las mejores de América y quien, por sus resultados y proyección, aspira a hacer parte de la selección en una de las categorías más competitivas, S10. Otros deportistas son Leyder Lemus y Miguel Ángel Rincón, quienes con una buena evolución en su rendimiento pueden estar muy cerca del podio.

Escribo este artículo haciendo un reconocimiento de gratitud a quienes asumen la responsabilidad de formar campeones. Sí, a los entrenadores regionales y nacionales, quienes con su experiencia y conocimientos contribuyen positivamente al desarrollo de la natación paralímpica colombiana. William David Jiménez, quien ha aportado por más de 25 años al crecimiento de esta disciplina; Luis Carlos Calderón, quien por sus resultados está catalogado como uno de los mejores entrenadores del continente y quien en sus hombros carga con la responsabilidad y el honor de ser el entrenador de la selección Colombia que participará en Tokio 2020.

También quiero hacer un reconocimiento especial a todas las personas que, desde el área administrativa, directiva, medios de comunicación y empresas, se unen a este proyecto de posicionamiento y liderazgo del sistema paralímpico colombiano.

## EL PARA ATLETISMO COLOMBIANO, SINÓNIMO DE TRABAJO Y CRECIMIENTO

### *Entrevista con el seleccionador Freiman Arias*

Manuel Villamizar M.  
Periodista Comité Paralímpico Colombiano

Históricamente, el para atletismo ha sido uno de los deportes más practicados por Colombia en el movimiento paralímpico internacional, con presencia en Juegos Paralímpicos, Parapanamericanos, Paranales, Abiertos Nacionales e Internacionales, Campeonatos Mundiales, y un sinnúmero de eventos alrededor del mundo.

El para atletismo en el mundo es muy grande; cada país tiene más de un referente en cada modalidad y sus deportistas gozan de un gran reconocimiento. Es el caso, por ejemplo, de Omara Durand, de Cuba, la mujer más veloz del movimiento paralímpico o Petrucio Ferreira, de Brasil.

¿Colombia? Por supuesto está presente. Referentes, crecimiento e historia acompañan a la delegación colombiana de para atletas, con figuras como Martha Liliana Hernández, primera mujer colombiana en ganar una medalla paralímpica (Río 2016), o Mauricio Valencia, el deportista de lanzamiento de bala y jabalina que más medallas mundiales tiene en la historia (8 preseas ganadas). Además, este deporte, solo en competencias internacionales en 2019, le entregó 40 medallas al país, 35 durante los Juegos Parapanamericanos de Lima y 5 en el Campeonato Mundial de Para atletismo de Dubái.

Lo anterior ha sido fruto de todo un proceso, que a través de los años ha dado sus frutos, gracias al trabajo en conjunto de todos sus protagonistas. Entre ellos, el actual seleccionador Freiman Leonel Arias García, nacido en Cartago, Valle, en 1984, quien llegó al para atletismo en 2009, inició en lanzamientos en Indervalle y cuenta, desde su perspectiva, la evolución de este deporte.

**imPARABLES: Cuándo usted llegó al deporte, ¿cómo era el panorama del para atletismo?**

**Freiman Arias:** En mis inicios se evidenciaba que había procesos en desarrollo, poca participación y solo algunas pruebas eran las que tenían evolución. La organización de los eventos deportivos era por discapacidades, el deporte estaba en un proceso, pero todavía faltaba mucho en materia de formación técnica y planificación deportiva.

**imPARABLES: ¿Cómo ha sido la evolución del deporte desde ese momento?**

**FA:** La evolución ha sido notoria, ahora se cuenta con más para atletas, hay más juventud rodeando al deporte, hay crecimiento en las pruebas, en las proyecciones

y competencias a nivel nacional e internacional y sobre todo los atletas están mejor rodeados en cuanto al alto rendimiento.

**imPARAbles: ¿En qué habilidades se enfoca para la formación de un deportista?**

**FA:** Yo me enfoco en la fortaleza mental, adaptabilidad al manejo de altas cargas y al desarrollo de la fuerza máxima y especial. En eso se basan mis planes de entrenamiento y formación de los atletas.

**imPARAbles: ¿Qué momento considera que ha marcado la historia del para atletismo colombiano?**

**FA:** Considero que han sido dos los momentos que han marcado la historia: La primera medalla de oro para Colombia en campeonatos mundiales, en Qatar 2015, ganada por el corredor Dixon Hooker y, el segundo momento, el oro de lanzamiento de jabalina F34 de Mauricio Valencia en los Juegos Paralímpicos Río 2016, además de las cinco medallas de bronce y una de plata; ahí ya se empezaba a evidenciar el crecimiento.

**imPARAbles: ¿Cómo ve actualmente el para atletismo colombiano?**

**FA:** En este momento el para atletismo sigue evolucionando, solo que ahora estamos apuntándole al posicionamiento a nivel internacional, convertir a Colombia en una potencia mundial en este deporte.

**imPARAbles: ¿Cuáles fueron los factores determinantes para el éxito de los para atletas colombianos en Lima 2019?**

**FA:** Sin duda alguna, la organización y la planificación técnica, acompañadas del seguimiento hacia los rivales y el fortalecimiento de los procesos de preparación de nuestros para atletas. Creo que ese camino a seguir fue lo que determinó el éxito de la delegación en lo que fue un gran 2019.

**imPARAbles: ¿Cuál será el reto para Tokio 2020?**

**FA:** En Tokio buscaremos aumentar el número de medallas de oro. En los pasados Juegos Paralímpicos solo Mauricio Valencia fue ganador, así que en Tokio buscaremos regresar al país con muchísimas más; el proceso va por buen camino.

Incluso se espera que en Juegos Paralímpicos se obtenga el mayor número de medallas doradas en la historia de nuestras participaciones.

**imPARAbles: ¿Qué les diría a los colombianos para que se enamoren del deporte paralímpico en 2020?**

**FA:** Los colombianos deben enamorarse del deporte paralímpico porque es donde se demuestra resiliencia, esfuerzo, dedicación y entrega, que es con lo que nos sentimos identificados cuando un deportista obtiene un logro importante.

Con esto, el 2019 le dejó al para atletismo 40 metales en competencias internacionales. En los Juegos Parapanamericanos fue el segundo deporte que más

medallas aportó a la delegación con diez de oro, once de plata y catorce de bronce, para un total de 35 preseas.

En el Campeonato Mundial de Para Atletismo en Dubái 2019, la delegación se llevó tres medallas de oro, una de plata y una de bronce, siendo la participación con más medallas de oro en la historia de Colombia.

En 2020 el para atletismo buscará seguir en la curva ascendente y sorprender a todos los asistentes a los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020.

### Colombia en Mundiales de para atletismo

Año Atleta	2011			2013			2015			2017			2019		
	O	P	B	O	P	B	O	P	B	O	P	B	O	P	B
Cristian Torres									1						
Dixon Hooher							1				1	1	1		
Edwin Rodríguez			1												
Elkin Serna		1			1										
Erica Castaño											2			1	
Francy Esther Osorio Guía: Jhon Chavez															1
José Belizario									1			1			
Maritza Arango Guía: Jhonatan Sánchez															
Mauricio Valencia						1		2	1	1		1	1	1	1
Weiner Díaz												1			
William Sossa			1		1	1									
Yesenia Restrepo			1												
<b>Total</b>		<b>2</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

### Nueva Zelanda 2011

Oro: 0

Plata: 2

Bronce: 3

### Francia 2013

Oro: 0

Plata: 3

Bronce: 2

### Qatar 2015

Oro: 1

Plata: 3

Bronce: 3

**Londres 2017**

Oro: 1  
Plata: 4  
Bronce: 5

**Dubái 2019**

Oro: 3  
Plata: 1  
Bronce: 1

Total medallas de oro: 5  
Total medallas de plata: 13  
Total medallas de bronce: 14



## **“CHEPE” CASTRO, LA FIGURA TRAS LOS TRIUNFOS DEL PARA CICLISMO COLOMBIANO**

Luisa Ivone Restrepo C.  
Directora de Comunicaciones  
Comité Paralímpico Colombiano

El paracycling en Colombia tiene un protagonista que ha sido fundamental en su desarrollo, en su internacionalización y en los excelentes resultados que han tenido los deportistas nacionales alrededor del mundo. Se trata de José Gabriel Castro, mejor conocido como “Chepe” Castro. Hace aproximadamente 10 años aceptó el reto de dirigir el paracycling nacional y desde entonces, su objetivo ha sido llevar a los para ciclistas colombianos a otro nivel.

Hablamos con “Chepe” para conocer un poco más sobre él, su trayectoria y la pasión que lo motiva a trabajar día a día.

### **imPARAbles: ¿Cómo llegó al deporte paralímpico?**

**Chepe Castro:** Hace 10 años aproximadamente me dieron la oportunidad de dirigir el ciclismo paralímpico, empecé a trabajar con la Federación de Ciclismo, el Comité Paralímpico y Coldeportes. Desde ese momento hemos venido trabajando bastante bien. Hemos tenido muy buenos resultados.

### **imPARAbles: ¿Cuál fue su primer reto como entrenador paralímpico?**

**CC:** Me dieron la posibilidad de dirigir unos chicos en unas sordolimpiadas en Taipéi, China, en 2009.

Para las carreras creé unas paletas de colores, como un semáforo, que incluía el color blanco y cada color tenía una indicación como acelerar, parar o estar atento. Los ciclistas corrían por vueltas en un circuito y cada dos o tres vueltas había un embalaje; como no hay campana, la señal la da una luz amarilla, pero ese día estaba haciendo tanto sol que no se veía, así que me hice en una curva y con la bandera blanca les mostraba que era embalaje, y así logramos estar en el séptimo y el octavo lugar de una paralimpiada.

### **imPARAbles: ¿Qué lo motivó a iniciar con este trabajo y a permanecer aquí?**

**CC:** La principal motivación me la dio mi esposa, ella tuvo un cáncer y quedó en condición de discapacidad, entonces yo tenía que ver por ella y eso fue lo que me despertó el ánimo y las ganas de seguir trabajando con personas en situación de discapacidad. Y yo creo que es ella la que me está ayudando, porque realmente todo lo que estoy haciendo, lo hago por ella.

### **imPARAbles: ¿Cuál es la competencia que recuerda con más cariño?**

**CC:** La primera medalla de oro con Álvaro Galvis en el Mundial de Ruta de Dinamarca. Fue una medalla muy luchada y bien ganada, además, fue la que abrió

el camino. En ese entonces él era el personaje de mostrar del ciclismo paralímpico colombiano.

**imPARABLES: ¿Cuáles son los retos para Tokio 2020?**

**CC:** A nuestros primeros Juegos Paralímpicos en Londres 2012 fuimos sólo con tres para ciclistas porque la participación en eventos internacionales aún no era tan frecuente y los puntos logrados sólo nos daban para eso. Nos dimos a la tarea de hacer un cronograma de actividades a partir del 2015 y así fue como empezamos a trabajar y pudimos llevar seis deportistas a Río 2016, en donde obtuvimos tres medallas.

A Tokio queremos llevar entre ocho y nueve deportistas, porque hemos tenido más puntos, hemos hecho muy buenas presentaciones y hemos tenido más campeones del mundo. Eso nos da la posibilidad de sumar más puntos y, por ende, tener más cupos.

**imPARABLES: ¿Cuáles son las cualidades que debe tener un ciclista para ser campeón?**

**CC:** Las cualidades básicas que un deportista debe tener, como cualquier ser humano, son caminar correr y saltar, sin embargo, en la discapacidad es otro cuento. Y las cualidades físicas secundarias como la velocidad la agilidad, la fuerza, la potencia, el equilibrio, la coordinación, entre otras, tienen que ir reunidas, sin importar la condición que tenga, así le falte un dedo debe tener la mayor cantidad de estas habilidades para desarrollar la parte física como tal.

Además, debe tener las cualidades mentales, psicológicamente tiene que estar preparado para saber para dónde va y qué quiere. También tiene que ver con su vida diaria, ser una persona agradable, una persona de buenos principios, que estudie y se capacite, que conozca su propio cuerpo.

Todas esas cosas son las que debe tener un ciclista para ser campeón del mundo, y eso ya lo tenemos nosotros con deportistas como Carolina Munevar, Diego Germán Dueñas, Alejandro Perea y el mismo Javier Serna con su guía Marlon Pérez.

**imPARABLES: ¿Cuál es la clave para obtener buenos resultados en el ciclismo?**

**CC:** La clave es no cambiar su estilo de trabajo, porque donde uno cambia, pierde.

**imPARABLES: ¿Cuál es la frase que más les repite a sus deportistas?**

**CC:** Tengo varias, pero la más importante es sólo una palabra: éxito.

## **CRECIMIENTO, LIDERAZGO Y PROCESO DE LOS IMPARABLES EN COLOMBIA**

Manuel Villamizar M.  
Periodista Comité Paralímpico Colombiano

El desarrollo del movimiento paralímpico colombiano ha pasado por un gran proceso en el que se nota un trabajo y un esfuerzo cultivados desde mucho antes de las recientes competencias, en las que el número de medallas ha aumentado significativamente.

Cada vez, Colombia participa en más disciplinas y dice presente en más competencias alrededor del mundo. En 2020, el país buscará ratificar este buen proceso en los Juegos Paralímpicos de Tokio. Por eso queremos compartir un poco del recorrido que ha hecho el sistema, el cual nos demuestra un crecimiento progresivo.

### **Juegos Paralímpicos 2008, el inicio**

Año 2008, la delegación se enfrentaba a un importante reto: los Juegos Paralímpicos Beijing 2008. Esta edición suponía para el país enfrentarse a las potencias en las que el deporte paralímpico estaba fortaleciéndose y creciendo a gran ritmo. En esta oportunidad, con una delegación de 12 deportistas, Colombia ocupó el puesto 60 en el medallero con dos preseas, una de plata y una de bronce.

Más allá de las medallas, era el proceso el que se debía valorar, fortalecer el deporte paralímpico para después poder tener una revancha deportiva.

El Comité Paralímpico Colombiano siguió creciendo, aportando y apoyando. Se entendió que la presencia en diferentes departamentos era crucial en la proyección de más deportistas, además del apoyo y organización de eventos que son jurisdicción del IPC, como los de para atletismo, para natación, para powerlifting y tiro paradesportivo.

### **Tres años después, el trabajo se empezaba a notar**

La evolución seguía y los eventos más importantes del deporte paralímpico crecían a un nivel muy destacado. El siguiente reto era continental: Juegos Parapanamericanos Guadalajara 2011, más deportistas para observar y una nueva oportunidad para crecer.

Después de los Juegos Paralímpicos, que son cada cuatro años, los Parapanamericanos son la competencia más importante en la que un país sudamericano puede participar. Ésta se realiza también cada cuatro años.

En Guadalajara, Colombia no decepcionó. La delegación de 98 atletas se trajo 54

medallas, 18 de oro, 23 de plata y 13 de bronce. Se ubicó sexta en la tabla de medallería y dejó muy buenas sensaciones para el futuro.

El camino era ese y el pensamiento era contundente: Si Colombia podía plantar cara a las potencias del continente, había que dar el salto definitivo para poderlo hacer con los mejores del mundo. Después de cuatro años, esa revancha deportiva por fin iba a llegar.

### **Londres 2012, el nuevo asalto**

La capital de Inglaterra y el Reino Unido recibía a una delegación de 37 deportistas con ansías de triunfo. En esta oportunidad el país se ubicó en el puesto 61, también con dos preseas paralímpicas, esta vez, ambas de plata.

Los ánimos de la delegación no podían decaer. Había que seguir preparándose, entrenando y comenzar a hacer algo diferente. Mirar qué se estaba haciendo en otros países en materia deportiva y comenzar a comparar rivales fue fundamental en el proceso que más adelante iba a dar muchas alegrías. Todo esto acompañado de un gran trabajo psicológico que ayudó a que los atletas se empoderaran de su deporte.

### **Nuevamente Parapanamericanos**

El proyecto deportivo se sacudió, comenzó a trabajar mucho más y después de Londres, Colombia comenzó a despegar, pues estos juegos también fueron el impulso del movimiento paralímpico en el mundo. Ya era mucho más común, había más conocimiento, más competencias y por supuesto, más emoción.

Toronto, Canadá, recibía una nueva edición de Juegos Parapanamericanos y el país decía presente con 131 atletas; Colombia había dado el salto para arrasar en el continente.

La expectativa se convirtió en una realidad. 90 medallas para la delegación, un número que sorprendió a extraños, pero no a propios. Los resultados denotaban impulso y crecimiento, y esto tomó por sorpresa al continente. 24 preseas doradas, 36 plateadas y 30 bronce acumulaba Colombia, además del merecido quinto puesto en el medallero.

El país recogía los frutos del trabajo duro y conocía a una nueva generación histórica que actualmente es referente.

Con más competencias, más atletas y más participación en deportes, la revancha paralímpica se anticipaba, se comentaba y emocionaba.

### **Río 2016, el salto definitivo**

El calor y alegría de Río de Janeiro recibió en 2016 a 39 imPARABLES que iban por

todo. Solo con esa cifra ya se veía el crecimiento. Realizando la comparación de Beijing 2008 a Rio 2016, se observa que la participación de deportistas aumentó en un 354%. Es decir, Colombia pasó de competir con 11 a 39 deportistas en 12 años de desarrollo deportivo. Este era el momento.

La delegación consiguió su máximo histórico en presentaciones paralímpicas: 14 medallas, consiguiendo por primera vez en la historia dos medallas de oro y aumentando a cinco las platas y a siete los bronce.

De estar en el puesto 60 en paralímpicos anteriores, Colombia pasó a estar entre los 36 mejores del mundo y entre los cinco primeros de América.

### **Lima 2019, el impulso a un arduo proceso que continúa**

El resultado de los Parapanamericanos de Lima 2019 fue el gas que necesitaba Colombia para poder continuar. 191 atletas, la representación más grande del país en unos juegos multideportivos, llegaron con fuerza a Perú para demostrar porqué eran favoritos.

Las 133 preseas conseguidas representan la mejor presentación hasta el momento y, además, la satisfacción de ser top cuatro de América. Los 47 oros, 36 platas y 50 bronce fueron la cosecha del trabajo de una familia unida, la gran familia Comité Paralímpico Colombiano.

### **Conclusiones de un trabajo en conjunto**

La competencia seguirá siendo fuerte y el país apelará a los procesos que se vienen desarrollando de la mejor manera durante estos doce años de crecimiento. El fruto del proceso se ha evidenciado en el desarrollo en regiones como Valle del Cauca, Santander, Bogotá, Antioquia y Cundinamarca, que, en su orden, son las de más crecimiento.

En este proceso también se han fortalecido los entrenadores y expertos, pues se cuenta con más capacitaciones y acceso al deporte paralímpico. Esto, acompañado del afianzamiento de las ligas y clubes alrededor del país.

Desde 2008 que se hace este recuento, los atletas han tenido la oportunidad de participar en más eventos internacionales y nacionales, lo cual ha permitido su crecimiento y desarrollo en cada deporte, logrando el fortalecimiento de cada uno de ellos. Hasta el momento, la para natación es el deporte de más evolución, seguido del paracycling, el para atletismo y el para powerlifting, disciplinas en las que contamos con varios referentes que hacen temblar a sus contrincantes alrededor del mundo.

Las alianzas estratégicas y el trabajo en conjunto con el Ministerio del Deporte y la Fundación Agitos, han permitido que este crecimiento sea en pro del deporte paralímpico, permitiéndoles a más jóvenes identificar sus habilidades y entrar al

sistema. (Lea también en este número “El Deporte es uno Solo”, de Ernesto Lucena, Ministro del Deporte, y “De la Inclusión Social al Éxito Paralímpico”, de Jose Cabo, Gerente de la Fundación Agitos).

### Tokio 2020 y la apuesta a una participación histórica

Todos los esfuerzos anteriores seguirán dando sus frutos en los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020. Se apunta a que Colombia gane más medallas y tenga una participación histórica, de la mano de esta generación de imPARAbles que se merecen todo el reconocimiento.

Escalar posiciones también es un objetivo. Además, lograr la participación en ocho deportes, dos más que en Río 2016.

2020 es el año del deporte paralímpico colombiano que, sin lugar a duda, está dando de qué hablar, logrando cada día más fanáticos y sacando muchas sonrisas de los colombianos. Todo gracias a unos imparables que trabajan incansablemente y cada día dan un testimonio de resiliencia, pasión y compromiso.

**#imPARAblesEnTokio** será la frase que hará saber al mundo que la delegación colombiana está para grandes cosas, por eso ¡Vamos por todo!

### Colombia en Juegos paralímpicos

JUEGOS PARALIMPICOS	BEIJING 2008	LONDRES 2012	RIO 2016
Atletas Participantes	12	37	39
<b>Medallas</b>			
Oro	0	0	2
Plata	1	2	5
Bronce	1	0	7
<b>TOTAL</b>	2	2	14
18			

### Colombia en Juegos Parapanamericanos y Paralímpicos

Evento	Año	Sede	Oros	Plata	Bronce	T	
Parapanamericano	2011	Guadalajara	18	23	13	54	
Parapanamericano	2015	Toronto	24	36	30	90	
Juegos Paralímpicos	2012	Londres		2		2	
Juegos Paralímpicos	2016	Rio	2	5	10	17	
Total			136	161	129	426	

## **JUEGOS MULTIDEPORTIVOS, UNA MIRADA DESDE LA METODOLOGÍA**

Natalia Calderón Moreno  
Metodóloga Comité Paralímpico Colombiano

Los deportistas son la razón de ser de cada ente deportivo, ya sea a nivel local, regional o nacional, pero detrás de ellos hay diferentes actores que ayudan a que sus logros sean posibles. Es el caso de, por ejemplo, los entrenadores, el equipo de ciencias aplicadas al deporte, como fisioterapeuta, médico del deporte, nutricionista, psicólogo deportivo, biomecánico, entre otros, y el metodólogo deportivo. Hoy quiero enfocarme en el rol de este último, ya que muchas veces no se tiene claridad sobre quién es, qué funciones cumple o qué le aporta a los deportistas.

El metodólogo deportivo es aquel profesional encargado de los aspectos técnico-metodológicos del deporte a su cargo. Debe ser un profesional del deporte o carreras afines, con la experiencia, el dominio y el conocimiento a profundidad de los mismos a nivel técnico, táctico y normativo, ya sean deportes tiempo y marca, de pelota, de raqueta o de arte y precisión. Debe tener, además, el manejo de diferentes habilidades comunicativas, administrativas y sociales, fundamentales para tener un profesional integral.

El metodólogo deportivo es el encargado de analizar los planes de entrenamiento elaborados por los entrenadores, haciendo el respectivo diagnóstico y aportando sugerencias, para posteriormente realizar el seguimiento y control de éstos, con el fin de que se cumplan a cabalidad, llegando al objetivo fijado inicialmente.

Los planes de entrenamiento son la base de todo el trabajo de un metodólogo deportivo, pues en ellos se establecen los diferentes momentos por los que el deportista debe pasar para lograr su propósito.

Una vez se tiene el plan establecido, es importante realizar un diagnóstico previo del deportista. Para ello se realizan diferentes controles y chequeos de forma multidisciplinar. En ellos participan todos los profesionales del equipo de ciencias aplicadas al deporte para hacer un análisis completo del estado del deportista a nivel físico y psicológico. Posteriormente se hace un seguimiento periódico de cada deportista según necesidad, realizando controles y valoraciones, lo cual permite una atención oportuna ante posibles lesiones y contribuye a mejorar aún más el plan inicial.

Es importante resaltar que la comunicación del metodólogo con los entrenadores y deportistas es fundamental para el buen desarrollo de su labor. Por ello se realizan visitas periódicas a los entrenamientos y actividades programadas, con el fin de tener un panorama más específico de cada deportista y la oportunidad de realizar un trabajo conjunto con el entrenador, en el cual se crean estrategias y se ejecutan los ajustes que sean necesarios. En este aspecto también se tienen en cuenta todos

los requerimientos y solicitudes de los deportistas para el cumplimiento de los objetivos, como implementación deportiva, ayudas ergogénicas, suplementos nutricionales, entre otros.

Otro campo de acción del metodólogo es el acompañamiento a competencias, que es donde se evalúa la efectividad de lo planeado. Previo a estos eventos deportivos, el metodólogo es el encargado de la elaboración y el análisis de los pronósticos de participación de cada deportista en los mismos, ya sean de tipo clasificatorio, preparatorio o fundamental. Para ello se apoya en el desempeño de cada deportista y sus posibles rivales en competencia, así como sus marcas y curva de rendimiento. Esto permite generar las estrategias que se aplicarán en cada participación. Por ello es importante tener concentraciones enfocadas en el desempeño de los deportistas, logrando realizar los cambios necesarios antes de la competencia.

Durante el evento deportivo, el metodólogo se encarga del continuo análisis de los atletas y sus rivales. Además, es la persona idónea para tener el control de la delegación participante, pues es el encargado de tener el contacto directo con los organizadores del evento; tendrá claros todos los aspectos básicos para el buen desempeño de los deportistas, tales como horarios, fechas, lugares, procedimientos para presentar solicitudes y demás aspectos técnicos y administrativos relacionados con la participación en el evento.

Posterior a cada evento nacional o internacional, se realiza un análisis técnico y metodológico de la participación de los deportistas y de sus resultados. Se hace una evaluación rigurosa de cada atleta en la cual se analizan las razones por las cuales se cumplieron o no los objetivos propuestos y el desempeño en competencia. Finalmente se hace la planeación de su siguiente, teniendo en cuenta la experiencia anterior. Así mismo, se hace una evaluación a los entrenadores y demás personas de la delegación.

Por otra parte, el metodólogo debe, además, velar por el desarrollo de su deporte a nivel nacional, para lo cual debe realizar un programa de masificación, capacitando a los diferentes actores del deporte como entrenadores, dirigentes y deportistas de las regiones. Así mismo, debe ejecutar el seguimiento y control a los atletas juveniles con miras a su participación a corto, mediano y largo plazo, teniendo una reserva deportiva sólida y fortaleciendo su desempeño.

Finalmente, el metodólogo deportivo del Comité Paralímpico Colombiano es el enlace entre los entes locales, departamentales y las federaciones internacionales de cada deporte, según corresponda, teniendo comunicación constante con los mismos. Se debe tener en cuenta que, Para Natación, Para Atletismo, Tiro Paradeportivo y Para Powerlifting, son de gobernanza del Comité Paralímpico Internacional.



## LOS RETOS DEL NUEVO LÍDER DEL COMITÉ PARALÍMPICO DE LAS AMÉRICAS

Luisa Ivone Restrepo C.  
Directora de Comunicaciones  
Comité Paralímpico Colombiano

El 21 de agosto de 2019, en el marco de los Juegos Parapanamericanos de Lima, representantes de los comités paralímpicos de todo el continente se reunieron para llevar a cabo la Asamblea del Comité Paralímpico de las Américas (APC) y elegir a la persona que comandaría la organización a partir de ese momento.

Julio César Ávila, actual presidente del Comité Paralímpico Colombiano, se postuló junto con las dirigentes Julie Dussliere de Estados Unidos y Lucha Villar de Perú. Ganó tras obtener la mayoría de votos luego de cuatro rondas, en las que siempre estuvo muy parejo con Dussliere.

Hablamos con él para conocer sus motivaciones y sus retos en este cargo que ejercerá hasta el 2021.

**imPARAbles: ¿Que lo motivó a postularse como presidente del comité paralímpico de las américas?**

**Julio César Ávila:** Pienso que la vida está llena de oportunidades y tú decides si las tomas o simplemente las dejas pasar, y es así como un día se me acercaron varios presidentes de la región colocado mi nombre sobre la mesa para que asumiera las riendas del deporte paralímpico americano.

El argumento es el crecimiento del deporte paralímpico en Colombia, es notable que es mi mejor carta de presentación, adicionalmente, el apoyo a diferentes procesos de capacitación que desde Colombia se entrega a otros países.

Como todo nuevo reto, crea ansiedad y desde luego incertidumbre antes de asumirlo, pero además de las relaciones políticas que se tiene en la región, el componente central es trabajar fuertemente por los atletas con discapacidad del continente americano.

Desde el APC puedo trabajar por la esencia del deporte paralímpico, que es transformar vidas, poder construir sociedad, cambiar paradigmas sin preocuparte por las medallas, es un trabajo muy diferente y con un gran impacto en la población americana.

**imPARAbles: ¿Cómo vivió el momento de la elección en lima?**

**JCA:** Estoy convencido de que lo que me sucede siempre me conviene, si las cosas son para mí, hagan lo que hagan los demás por cambiarlo, eso está escrito y así sucedió.

Estaba tranquilo, confiado en que se había hecho un buen trabajo político y de relaciones, y que podíamos obtener el resultado. Claramente no pensé que estados unidos estuviera tan fuerte en la región, pero así se dieron las cosas.

Fue tensionaste empezar a presidir la asamblea luego de la elección, sin estar preparado con el orden del día, traté de hacerlo lo mejor posible. Luego llegaron todos los compromisos dentro de los Juegos Parapanamericanos, una nueva experiencia que asumí con responsabilidad y con cariño. El afecto de los presidentes de los países y el de los peruanos, me dieron la fortaleza y la convicción de que había tomado una buena decisión.

**imPARAbles: ¿Cuáles son sus retos para este periodo en la presidencia del APC?**

**JCA:** Son muchos los retos, el más grande e importante es asumir la independencia de nuestra región en el Comité Paralímpico Internacional; esta se debe realizar con una buena estructura dentro del APC.

Se deben fortalecer los procesos de clasificación en la región. Debemos tener más eventos deportivos en el territorio y así podremos tener más crecimiento y desarrollo, por que los costos de participación serían más bajos.

Tenemos que trabajar por debilitar la barrera lingüística que tenemos. Fortalecer los comités paralímpicos nacionales (NPC) más pequeños de la región e igualmente, propender por que más países de esta zona tengan su propio NPC.

Debemos fortalecer los procesos de representación de atletas en los NPCs, así como la participación de las mujeres en la región y la realización de eventos multideportivos.

**imPARAbles: ¿Qué opina del panorama actual del sistema paralímpico en América?**

**JCA:** A pesar de que no somos independientes del IPC, somos muy fuertes en NPCs y como región. Tenemos un buen convenio con Panam Sports y esto posibilita que al momento de independizarnos no iniciemos desde cero.

**imPARAbles: ¿Qué legado le gustaría dejar como presidente?**

**JCA:** Quisiera dejar un Comité Paralímpico más fuerte, con una buena estructura y una total independencia del Comité Paralímpico Internacional. Un comité trabajando unido, sin sub regiones y con menos barreras lingüísticas. Unos NPCs más fuertes, con procesos sólidos de clasificación y de detección de talentos, fortalecidos administrativa y financieramente.

## COLOMBIA, EN LA RUTA A TOKIO 2020

Carlos A. Raigoza M.  
Gerente General  
Comité Paralímpico Colombiano

Para que una delegación llegue a competir a unos Juegos Paralímpicos, la preparación previa no es sólo deportiva, sino también logística y organizativa. Y es precisamente para esto que existe la figura de Jefe de Misión, quien es la persona encargada de hacer el enlace entre los deportistas que viajan al evento multideportivo y la organización, en este caso, los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020.

Una de las funciones principales del Jefe de Misión es conocer en detalle los pormenores requeridos para el viaje, debe solucionar dudas e inquietudes relacionadas con la estadía de la delegación en el lugar de los Juegos y trabajar en pro de los beneficios de ellos, para que el viaje y el desarrollo del evento sean un éxito.

Luego de haber vivido una experiencia como la de los Juegos Parapanamericanos de Lima 2019, los desafíos para el Jefe de Misión de Colombia en Tokio 2020 son, en especial, pulir pequeños detalles para que la delegación logre tener una estadía placentera y cubrir todas las necesidades que puedan suscitarse durante este viaje.

A diferencia de Lima, Tokio será un reto mayor por ser un país con un idioma y una cultura diferentes. Esto debe ser transmitido a cada uno de los miembros de la delegación de la mejor manera, para que aprendan del intercambio, disfruten la experiencia y sientan en su corazón lo que representa ser parte de una delegación colombiana en unos Juegos Paralímpicos. Estos son detalles que desde ya se están trabajando.

En septiembre de 2019, tuve la oportunidad de participar en el Congreso de Jefes de Misión que se realizó en Tokio con el objetivo de poner en común aspectos relevantes de la organización de los Juegos. Allí los asistentes conocimos los pormenores de los avances de las obras y constatamos que son unos escenarios fabulosos, con una infraestructura óptima y que cumplen con las necesidades puntuales para nuestros atletas paralímpicos. Tuvimos la oportunidad de hacer un acercamiento a la organización y a delegados de otros países, así empezamos a sentir el ambiente de Juegos desde ya.

La posibilidad de compartir con cerca de 100 representantes de distintos países da diferentes perspectivas de un mismo evento, lo que permite desarrollar experiencia, ganar tiempo y crecer en muchos aspectos que al final, se convertirán en vivencias positivas para lo más importante, el bienestar de la delegación.

Durante este evento se desarrollaron, uno a uno, los puntos incluidos en el Manual de Jefes de Misión, entregado por la organización meses antes con el objetivo de resolver las dudas existentes al respecto. Se habló en detalle de temas como el alojamiento, la cultura, el clima, la infraestructura, el calendario deportivo, entre otros similares.

### **Tokio ya vive los Juegos**

La ciudad se está preparando para los Juegos Olímpicos y Paralímpicos desde el momento en el que fue elegida como sede y ha estado haciéndolo de muy buena manera. De hecho, en este momento los escenarios están prácticamente listos, esperando la puesta a punto; además, se han tomado el tiempo de conocer cada uno de los países asistentes. Están trabajando fuertemente a nivel local para hacer una gran convocatoria para la asistencia del público a las diferentes competencias. La ciudad albergará una experiencia fabulosa para los atletas y para todos los asistentes, será algo increíble.

Tokio, además de destacarse por su avance tecnológico, cuenta con una población muy cálida y amable, con todas las ganas de dejar una huella positiva en el mundo. Se prepara incluso en aspectos para el cuidado medioambiental, y en aspectos deportivos que van más allá de las competencias, como la formación de la población para el conocimiento de los Juegos y los diferentes deportes que se podrán apreciar.

Esta será una experiencia que los atletas, los visitantes y el público llevarán en su corazón por siempre. Estos Juegos dejarán en la retina de todos lo más maravilloso de la cultura de Japón y su gente. Nuestro reto con ellos será construir un legado tan importante, que marque la historia de los Juegos Paralímpicos y las vidas de quienes haremos parte de éstos.

## **EL CUBRIMIENTO NOTICIOSO DE LOS JUEGOS PARALÍMPICOS DE TOKIO: UN RETO PARA LOS MEDIOS**

Luz Élide Molina  
Periodista periódico El Colombiano

El deporte paralímpico se ha ganado a pulso un espacio en los medios de comunicación. Parece una frase de cajón, pero no lo es; es una realidad, pues gracias a los importantes y constantes triunfos de los colombianos en diferentes escenarios del mundo, los deportistas han logrado espacio y reconocimiento.

A esas historias de superación y ejemplo de los atletas en condición de discapacidad, se han sumado títulos nacionales, suramericanos, panamericanos, centroamericanos, mundiales y paralímpicos que los exaltan como deportistas de élite, que dejan todo en la competencia para demostrar que ninguna adversidad puede con ellos.

Deportistas como Elkin Serna, Maritza Arango, Mauricio Valencia, Carlos Daniel Serrano, Moisés Fuentes, Nelson Crispín, Luis Fernando Lucumí, Wéinner Díaz, Diego Dueñas, Néstor Javier Ayala y Yesenia Restrepo, entre muchos otros, han logrado marcas, récords, medallas y reconocimientos en disciplinas como la natación, atletismo y ciclismo, que han dejado en alto el nombre del país en el mundo.

No es un secreto que, además de superar las dificultades propias que ocasionan sus respectivas limitaciones físicas, dada su condición de deportistas no convencionales, los atletas o quienes deciden el estilo de vida del alto rendimiento, deben dar peleas alternas a las inherentes a su deporte.

Es por eso que, además de entrenar fuerte, los atletas han tenido que dar otras luchas relacionadas con el reconocimiento a su trabajo, respeto por sus logros y la atención que merecen porque son plusmarquistas mundiales, como pasa con Mauricio Valencia, quien en los lanzamientos es el amo y señor.

Los deportistas han dado una batalla titánica, pues además de demostrar que tienen condiciones y resultados igual de importantes y brillantes que los convencionales, han tenido que llenarse de paciencia mientras los medios los reconocen y aprenden sobre sus logros.

Todo esto hace que el reto para los medios sea mayor, ya que los periodistas han tenido que aprender sobre la terminología y las características de las diferentes disciplinas del ciclo paralímpico, algo elemental y necesario para poder hablar con conocimiento sobre el tema.

En ese aspecto aún falta mucho, y es un proceso que debería partir desde el Comité Paralímpico: Formar a los comunicadores, para que además de exaltar esas

historias de superación que tienen los deportistas, comprendan el alcance de lo que nadadores, ciclistas, atletas, pesistas y quienes compiten en los deportes de conjunto, han logrado en sus actuaciones.

Paso a paso, poco a poco, los medios de comunicación han abierto sus páginas, sus programas, sus publicaciones especiales y todos los escenarios para que los deportistas en condición de discapacidad se proyecten y le cuenten al mundo, a los ciudadanos, sus logros, sus luchas y sus alegrías.

Aún hay mucho camino por recorrer en los medios y mucho que aprender del deporte no convencional, pero seguro con la tenacidad y el amor propio que siguen demostrando cada día los deportistas nacionales, se seguirán abriendo muchos espacios para dar a conocer sus hazañas deportivas.

En EL COLOMBIANO se abrió en 2018 un espacio en el que las atletas Maritza Arango y Yesenia Restrepo pudieron plasmar en una edición especial, todo lo que el deporte no convencional necesitaba decir y publicar, un gran reto para las medallistas paralímpicas quienes se convirtieron en directoras por un día de una edición que, con el paso de los días y los grandes logros que alcanzan los deportistas colombianos, se volverá más recurrente en los medios, pues sus registros y marcas así lo ameritan.

## EL DEPORTE, HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN

Sergio Díaz-Granados  
Director Ejecutivo BID por Colombia y Perú

Más allá de las distintas categorías del deporte paralímpico y de las medallas que cada una de ellas genera, lo que demuestran las competencias es que las barreras son puestas por la sociedad y que cuando son removidas, todos los participantes alcanzan su mayor potencial. En ese momento la discapacidad no existe.

¿Cómo hacer para que ese sencillo pero poderoso mensaje que transmiten los paralímpicos escale a todos los ámbitos de la sociedad? Es eso, a propósito, lo que busca corregir las Naciones Unidas, desde 2008, con la Convención de Derechos de Personas con Discapacidad: remover las barreras que impidan el goce y satisfacción de derechos.

Este propósito es, además, un desafío global de gran proporción. Según la OMS una de cada ocho personas tiene alguna discapacidad y para el Banco Interamericano de Desarrollo, BID, los datos consolidados arrojan que la prevalencia de la población con discapacidad está en alrededor del 12% de la región de América Latina y el Caribe.

Excluir, consciente o inconscientemente a la población con discapacidad, además de un despropósito, es un sacrificio de la diversidad y una pérdida de capacidad de crecimiento para la región. No es sostenible ni admisible que, entrando ya casi a la tercera década del siglo XXI, estemos todavía en modo reflexión o, peor, en modo desconocimiento con respecto a las personas con discapacidad.

El BID lleva 60 años trabajando por mejorar las condiciones de vida de los latinoamericanos y caribeños, y en esa búsqueda y realización constante de la misión para la que fue creado el Banco, ha adelantado cerca de 40 operaciones en los países de la región y con ellas se ha hecho cada vez más presente en la transformación de ésta.

En particular, desde 1990 el BID ha adelantado distintas operaciones relacionadas con facilitar el goce de derechos a las personas con discapacidad. Igualmente, el Banco ha desarrollado productos de conocimiento para sustentar mejores políticas públicas y fortalecimiento institucional en la región.

Pero fue en 2015, con ocasión de los Juegos Paralímpicos Río 2016, los primeros en jugarse en la región, que nos formulamos junto con Comité Paralímpico Internacional unas preguntas: ¿qué le pueden dejar estos juegos a la región? ¿cuál puede ser su legado? ¿cómo una institución que busca mejorar vidas puede usar esta gran ola de los juegos?

Fue así como avanzamos en la construcción del proyecto “**En sus marcas, listos... inclusión**” para expandir en la región el acceso a la práctica del deporte paralímpico y, por esta vía, propender por mejores políticas de inclusión social y económica en beneficio de toda la sociedad.

Este proyecto concluyó con buenos resultados. Cerca de 300 líderes locales accedieron a formación y 400 atletas de 10 comunidades vulnerables asistieron a programas de entrenamiento en deporte paralímpico. Muchas personas se beneficiaron con él y, también, nuevas estrellas pudieron llegar y participar por primera vez en unos Juegos Parapanamericanos.

Estos buenos logros ahora se expandirán, gracias a la generosidad de los fondos japoneses en el BID y la Fundación *Agitos*, con nuevos recursos por \$1.3 millones de dólares, que permitirán cubrir más países de la región donde ya se han identificado cerca de 16 comunidades vulnerables. Así esperamos ver más atletas convertidos en ejemplos de liderazgo en sus países.

Este camino que inició su recorrido en Río 2016 y llegó a Lima 2019, tendrá más estaciones en el año 2020. Barranquilla, donde celebraremos nuestra próxima Asamblea, será el escenario para la discusión y presentación de nuevos y ambiciosos programas para remover barreras a las personas con discapacidad y el fomento del deporte paralímpico como herramienta de inclusión.

Y en Tokio, cuando se celebren los Juegos Paralímpicos 2020, esperamos poder compartir con otras instituciones para el desarrollo la experiencia conjunta del BID y el IPC, que ha permitido demostrar que el deporte paralímpico, más allá de competencias y medallas, es un catalizador de profundos cambios en la sociedad.

Así, con una audiencia cada vez mayor, generada tanto por los juegos como por los grandes cambios tecnológicos, se abre la oportunidad de una conciencia colectiva que entienda que la discapacidad está en las barreras, visibles e invisibles, existentes en la sociedad y no en un específico y creciente grupo de personas.



## **DIEZ RAZONES PARA ENAMORARTE DEL DEPORTE PARALÍMPICO COLOMBIANO EN 2020**

Manuel Villamizar M.  
Periodista Comité Paralímpico Colombiano

Colombia es un país que vibra con los triunfos deportivos de sus representantes en el mundo, y así como sus habitantes se emocionan al ver la zurda prodigiosa de James Rodríguez o las carreras de Mariana Pajón, se han sumado a una generación de imPARABLES que ha dejado sin aliento a todo el continente.

Cada vez es más común escuchar a las personas hablar sobre las grandes actuaciones de Carlos Daniel Serrano, Nelson Crispín o Sara Vargas, nadadores paralímpicos, o de la tenista en silla de ruedas María Angélica Bernal y las competencias del para surfista Freddy Marimón. Por esto, aquí hay diez razones para enamorarse del deporte paralímpico en este 2020, que llega cargado de muchas más emociones deportivas:

### **1. Ejemplo de superación**

El deporte paralímpico es sinónimo de valentía, coraje y pasión, de no detenerse ante las adversidades y de romper las barreras físicas, mentales y así poder salir adelante gracias la actividad física.

### **2. Estás justo a tiempo**

Es el momento de los imPARABLES. El 2019 fue un año histórico para los deportistas y en 2020 se buscará ratificar el gran momento que está viviendo la delegación, después de grandes actuaciones y 133 preseas continentales obtenidas en los Juegos Parapanamericanos de Lima. Quedó demostrado que el deporte paralímpico colombiano va 'in crescendo'.

### **3. Deportes y modalidades para todos los gustos**

Las disciplinas adaptadas son una variedad de color y emociones. Hay deportes de conjunto, como baloncesto y rugby en silla de ruedas, también individuales como para atletismo y para natación, puedes volverte un aficionado de las carreras de para ciclismo o un seguidor de quienes nos representan en boccia, lo difícil será enamorarse de solo una disciplina.

### **4. Historias para 'erizarse'**

Los deportistas que tienen alguna discapacidad llevan consigo un proceso de evolución en el que no solo han tenido que vencer las dificultades físicas sino también las mentales, pasar de una situación adversa a convertirse en campeones, a lograr cambiar percepciones y romper paradigmas, dando muestra de que cuando se quiere salir adelante, no hay obstáculo que lo impida.

### **5. Romper estereotipos y cambiar percepciones**

Es el momento perfecto para dejar percepciones erróneas, un deportista paralímpico NO es sinónimo de lástima ni de expresiones como “pobrecito/a”, todo lo contrario, es una persona que, como cualquier otro deportista, tiene sueños y metas, y que ve en el deporte la manera de salir adelante, que se sacrifica por conseguir los logros que obtiene y que trabaja arduamente para mantenerse en la élite.

### **6. Misma bandera, mismo sentimiento**

El deporte colombiano es uno solo, es el mismo himno el que suena cuando se gana una medalla de oro y la misma bandera que se queda en lo más alto al estar en una premiación, la misma letra que se canta a todo pulmón y el mismo sentimiento de grandeza que hace que se erice cada célula de nuestro cuerpo.

Ver competir a un deportista paralímpico también nos llena de orgullo y alegría porque el deporte es eso, sentimientos, pasión y unión.

### **7. Para cada deporte hay un referente**

El deporte paralímpico cuenta con importantes figuras que hacen temblar a los contrincantes cuando se anuncia su nombre antes de cada competencia. Y cada deporte se cuenta con uno o más deportistas que se destacan en los rankings del mundo, como Diego Dueñas, el número uno del mundo en la pista del para cycling categoría C4 o Carolina Munévar, ciclista que ocupa el segundo lugar en pista y el cuarto en ruta categoría C2.

María Angélica Bernal es la número diez del mundo en tenis en silla de ruedas; Euclides Grisales, número tres del mundo en boccia; mientras que Fabio Torres se destaca por ser el número dos del mundo en pesas. Como ellos, hay muchos deportistas destacados que bien podría ser, cada uno de ellos, una razón para enamorarte del deporte adaptado colombiano.

### **8. El pensamiento de un ganador**

Muchas veces, la vida pone obstáculos que pueden parecer insuperables, y es ahí donde debe salir tu mejor versión, no ahogarte en los problemas y salir adelante. ¿Difícil? seguramente, pero la recompensa será más grande. Precisamente esto nos demuestran aquellas personas que son capaces de superarse a sí mismos, construyendo sus sueños y logrando salir adelante, el ejemplo lo tienes aquí mismo.

### **9. Alto rendimiento en su máxima expresión**

Erróneamente, se cree que los deportes paralímpicos no son de alto rendimiento, lo cual es un error. Los para atletas deben llevar una vida basada en la disciplina, entrenamiento y tesón, sabiendo que cualquier actividad fuera de la planificación deportiva los puede sacar de la élite, sí, tal como cualquier otro deportista que desea triunfar.

El entrenamiento y formación son características que debe tener un deportista de alto rendimiento, pues para lograr sus triunfos debe prepararse, exigirse al

máximo para cosechar los frutos de su esfuerzo. Esta es la base de cualquier deportista y el caso del deporte paralímpico no es excepción.

Detrás de cada medalla está el fruto del trabajo, esfuerzo y dedicación, eso no se negocia y no se puede subestimar.

**10. El desconocimiento puede hacer que te pierdas de grandes emociones**

Muchas veces, perdemos experiencias por miedo o desconocimiento, por no atrevernos a probar lo nuevo y no salir de la zona de confort. No es que sea poco atractivo, es que no has descubierto el poder del deporte paralímpico.

Emociónate con las competencias de los nadadores, vibra con las carreras de los ciclistas, goza al escuchar el exigente choque de las sillas de ruedas en un partido de baloncesto o rugby, asómbrate con los futbolistas que no necesitan la vista para “clavar” un balón en el ángulo.

Sin duda alguna, este 2020 será grandioso para un deporte que es la muestra de que cuando se quiere, no hay nada que pueda detenernos. Apoyemos a una delegación llena de sueños, metas y objetivos, a unos dignos representantes que buscan enaltecer el nombre de Colombia en el mundo y demostrar por qué se les llama imPARABLES, ¿te vas a quedar por fuera?

## ASÍ FUNCIONARÁ LA NUEVA LEY DEL DEPORTE PARALÍMPICO EN COLOMBIA

Adriana Díaz  
Abogada

Con alegría, la comunidad deportiva nacional e internacional ha recibido la aprobación por parte del Congreso de la República de la ley 1946 de 2019 y su posterior sanción presidencial, con lo cual el país se armoniza con la normatividad internacional vigente para deporte adaptado.

La Ley 1946 del 04 de enero de 2019, que modificó la Ley 582 de 2000 y dictó otras disposiciones en materia de deporte para personas en condición de discapacidad, tuvo como objetivo actualizar en su totalidad la normatividad existente, sincronizándola con las instrucciones que el Comité Paralímpico Internacional (IPC) ha impartido a todos los Comités Paralímpicos Nacionales (CPN), las cuales serán obligatorias a partir del año 2021.

La Ley 582 de 2000, en su artículo tercero dispuso que *“La jerarquía, composición y funcionamiento de los diferentes organismos que conformen el sector deportivo asociado de las personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales, su reglamentación y funciones, serán organizadas por discapacidades”*.

El IPC ha dispuesto que los Comités Paralímpicos Nacionales deben estar integrados por federaciones constituidas **por deporte**. Como orientación al respecto, estableció que éstas pueden ser: 1, federaciones deportivas convencionales que integren el deporte para personas con discapacidad. 2, federaciones de deporte para personas con discapacidad. Y 3, federaciones deportivas de deportes exclusivos para personas con discapacidad. Lo anterior, contrariaba la estructura colombiana y modifica los organismos del sector deportivo asociado de las personas con o en situación de discapacidad en Colombia.

De esta manera, se gesta por virtud del Movimiento Paralímpico Internacional un cambio de estructura de los deportes en el Programa Paralímpico. Colombia debía ajustar su normatividad a las modificaciones mencionadas y transformar su estructura, lo cual exigía la presentación del proyecto de ley, toda vez que, en caso de no adoptarlo, podría verse expuesta a una eventual desafiliación por parte del IPC. Esto conllevaría efectos negativos en contra del deporte Paralímpico Colombiano y afectaría el magnífico crecimiento, tal como lo demuestran los resultados obtenidos en el cierre del Ciclo Paralímpico de Río 2016 y los actuales logros (133 medallas en los pasados juegos Parapanamericanos Lima 2019) que posicionan a Colombia y lo enrutaron en su participación en Tokio 2020.

Es importante destacar los siguientes aspectos que refuerzan los beneficios de la Ley:

1. No genera impacto fiscal, ya que no implica gastos adicionales con cargo a los recursos de la Nación, toda vez que su alcance se limita a la organización del Movimiento Paralímpico y concretamente al Comité Paralímpico Colombiano y los organismos que a él pertenecen.
2. No afecta el proyecto del Ministerio del Deporte, toda vez que su articulado fue extraído del proyecto que con acierto lideró la entidad, destacando que su clausulado surgió de las ideas y discusiones que en torno al tema se propusieron en las diversas mesas de trabajo y escenarios de discusión que se han efectuado.
3. Ha tenido un amplio proceso participativo mediante mesas de trabajo y sesiones departamentales lideradas por el Ministerio del Deporte, que se efectuaron por todo el país.
4. Adicionalmente, se socializó mediante sendas reuniones presenciales organizadas por el Comité Paralímpico Colombiano con todas las Federaciones de discapacidad existentes, las cuales la han difundido con las ligas afiliadas.
5. Cumple con los lineamientos del Comité Paralímpico Internacional, ajustando nuestro sistema antes de la fecha programada para su obligatoriedad.

Aunado a lo anterior, en el marco de la nueva Ley se incluye la regulación de la Federación Colombiana de Sordos, la cual, acogiendo una tendencia internacional, adquiere autonomía y representación nacional e internacional de acuerdo a los lineamientos que fije el Comité Internacional de Deportes para Sordos.

Debe destacarse que se incluyen de manera expresa funciones de dicha Federación, a fin de definir de manera clara el alcance funcional de la misma, dentro del Sistema Nacional del Deporte.

## ACADEMIA PARALÍMPICA, UNA NECESIDAD DEL DEPORTE ADAPTADO EN COLOMBIA

Verónica Velásquez Rodríguez  
Secretaria General  
Comité Paralímpico Colombiano

El deporte paralímpico, como cualquier otro deporte, necesita ser estudiado y comprendido. Es aquí donde la Academia Paralímpica llega para suplir una necesidad, promoviendo el parolimpismo y ayudando a las personas a capacitarse y entender las exigencias del deporte adaptado a nivel nacional e internacional.

Junto a Julio César Ávila, Luz Cristina López y Stivens Ruíz, apoyados por el profesor Héctor Peralta, se fundó un proyecto que tiene como objetivo impulsar y expandir el deporte adaptado en Colombia, país que disfruta con alegría de los triunfos deportivos nacionales y los de nuestros **imPARABLES** no son la excepción.

Con la Academia comenzó un proceso muy bonito, que fue cimentando sus bases poco a poco. Hoy en día podemos decir que hemos hecho cosas muy buenas para llevar a cada rincón del país el conocimiento y el ejemplo de la tenacidad de los deportistas. Esa siempre fue la idea, que las instituciones y las personas se comenzaran a interesar y a ser cada vez más visibles.

Desde el estudio se busca desarrollar acciones académicas que sirvan para la formación y capacitación de los agentes paralímpicos colombianos y que, al mismo tiempo, permita fomentar el desarrollo científico que contribuya al fortalecimiento del movimiento paralímpico en Colombia.

### **Pensar, desarrollar, ejecutar**

Cuando se crea un proyecto, es necesario pensarlo, imaginar la dirección hacia la que se quiere ir. Después, comenzar a desarrollarlo y que sea viable su ejecución. Afortunadamente el proceso ha dado sus frutos; en el 2019 realizamos el Congreso Colombiano de Paradeporte en asocio con la Universidad de Antioquia, también diplomados con la Universidad Andina y un congreso, en alianza con el Centro de Rehabilitación Inclusiva. Cada vez las instituciones se interesan más y vamos por buen camino.

Precisamente, también logramos la inclusión de la cátedra paralímpica en la Universidad Sergio Arboleda. Esta es una de las grandes entidades preocupadas y apostándole al deporte paralímpico colombiano, logrando que, desde la Academia, crezcamos todos.

Como todo proyecto la visión y proyección debe ser ambiciosa, por eso en 2020 queremos concretar el establecimiento de la malla de capacitación para los

clasificadores funcionales nacionales, permitiéndoles acceder a los términos, categorías y desafíos del deporte.

También queremos desarrollar el curso para dirigentes deportivos, para entrenadores y clasificadores. Queremos unirnos con las academias de América para la creación de un evento que sea de la talla de un continente. También tenemos un convenio con la Universidad Nacional Abierta y a Distancia y la academia de idiomas Natural English, que desarrollaremos durante el año, todo en pro del deporte paralímpico colombiano, cerrando las brechas de la educación y el deporte.

### **Es el momento de atreverse**

El Comité Paralímpico Colombiano busca enriquecer el deporte con la creación de estos espacios, en los que los colombianos pueden dejar el miedo y conocer más de las disciplinas adaptadas en nuestro país, las cuales van en crecimiento. Esperamos que llegue el día en el que todos los ciudadanos las reconozcan y disfruten.

La Academia Paralímpica es de vital importancia, ya que con ésta se fortalecen los procesos de clasificación de los deportistas, facilitamos que en las regiones se puedan descubrir nuevos talentos y que la gente reconozca e identifique una proyección deportiva que sea apta para la práctica de una disciplina adaptada. De igual manera, que los colombianos reconozcan el deporte y también aporten al crecimiento del sistema paralímpico.

Este es un proceso en el que debemos ir paso a paso, los resultados harán que Colombia siga posicionando el paralimpismo en América y que más adelante sea un referente en el mundo.

Queremos que desde la Academia Paralímpica reciban una cordial bienvenida a un proceso maravilloso de conocimiento, entendimiento y redescubrimiento del deporte, en el que todo lo relacionado con nuestros **imPARABLES** los cautivará desde el día uno, hasta el final del proceso. El riesgo es que cuando comiencen a expandir su conocimiento, no van a querer detenerse.

¡Bienvenidos!

## 30 AÑOS DEL COMITÉ PARALÍMPICO INTERNACIONAL

*En este primer número de imPARABLES, hemos querido hacer eco del mensaje del Presidente del Comité Paralímpico Internacional, al conmemorar los 30 años del IPC.*

*Andrew Parsons es un periodista y administrador deportivo brasileño, de 42 años. Es el tercer presidente del Comité Paralímpico Internacional, cargo que ocupa desde septiembre de 2017.*

Estimados amigos Paralímpicos,

Es difícil creer que el IPC celebró su 30° aniversario el domingo 22 de septiembre de 2019 teniendo en cuenta lo grandes que son hoy la organización y el Movimiento Paralímpico.

Desde que el IPC se formó en Dusseldorf, Alemania, se ha conseguido un progreso considerable, testimonio del enorme esfuerzo realizado por muchas, muchas personas. Esto incluye a los miembros y personal del IPC, voluntarios, clasificadores, el COI, socios comerciales y de medios y, por supuesto, mis predecesores, el Dr. Bob Steadward y Sir Philip Craven.

Para conmemorar nuestro 30° aniversario, lanzamos un cortometraje especial con Caz Walton OBE de Gran Bretaña, quien participó de seis Juegos Paralímpicos, y el atleta francés dos veces Paralímpico Jean-Baptiste Alaize. La película detalla cuán lejos ha llegado el Movimiento Paralímpico desde 1989.

Los aniversarios suelen ser ocasiones para mirar los logros conseguidos, pero a medida que el IPC ingresa en su cuarta década, preferiría mirar hacia adelante y prestar atención a las palabras de Caz Walton en la película cuando dice: "Cuando miren qué tan lejos hemos llegado en los últimos 30 años, imaginen a dónde podemos llegar todavía".

"Imaginen a dónde podemos ir después" fue el tema de la Conferencia y Asamblea General del IPC de octubre en Bonn, donde buscamos compartir las mejores prácticas, discutir la revisión de la gobernanza del IPC en curso y tomar decisiones políticas claves que impactarán en el futuro del IPC y del Movimiento Paralímpico.

Desde nuestra formación, las áreas prioritarias claves del IPC han sido el crecimiento de los Juegos Paralímpicos y el desarrollo del Movimiento. Estas seguirán siendo áreas prioritarias en el futuro cercano. Sin embargo, con la publicación de nuestro nuevo plan estratégico a principios de este año se ha identificado una tercera área de enfoque.



Todo nuestro trabajo tiene un profundo impacto transformador en la sociedad y es vital que hagamos más de esto para impulsar la agenda de derechos humanos y empoderar a los billones de personas con discapacidad del mundo.

En las próximas semanas, meses y años verán que el IPC realiza más esfuerzos para exhibir cómo construye un mundo más inclusivo a través del Para deporte mediante el avance de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y los Objetivos y Metas de Desarrollo Sostenible.

Juntos confío en que podemos cambiar el estigma en torno a la discapacidad al involucrar a un público mayor y destacar cómo celebramos la diversidad y transformamos actitudes globales sobre la discapacidad.

El IPC puede haber logrado mucho en 30 años, mucho más de lo que esperábamos. Pero tengo un gran convencimiento de que los próximos 30 años serán aún más especiales y transformadores. Sinceramente, creo que cambiaremos el mundo a través del Para deporte.

Andrew Parsons  
Presidente del IPC

## LIMA 2019, UN PUNTO DE INFLEXIÓN

Hernán Goldzycher

Coordinador Editorial y de Relaciones Públicas del IPC

Como comunicadores tenemos la fabulosa y sumamente gratificante tarea de dar a conocer las asombrosas historias y los logros de los Para atletas. Es una enorme responsabilidad que aceptamos gustosos. Sabemos que al exhibir sus extraordinarias habilidades estamos, al mismo tiempo, contribuyendo a la construcción de un mundo más inclusivo.

Con esa idea en mente y un compromiso muy alto es que trabajamos en cada uno de los eventos, en especial en los más grandes, tales como los Juegos Parapanamericanos Lima 2019.

Todavía estamos encantados y conmovidos con la experiencia vivida. Lima 2019 alcanzó niveles de promoción sin precedentes. Con el tiempo, estos Juegos serán recordados como un antes y un después para el Movimiento Paralímpico en América.

Ningún evento ha dado un paso tan importante en pos de la inclusión real de las personas con discapacidad a la sociedad peruana como Lima 2019. Más de 170.000 espectadores asistieron a las sedes, récord absoluto para unos Juegos Parapanamericanos y ¡el doble de Toronto 2015!

Tomando como referencia un informe de análisis realizado por el Comité Organizador hacia la última semana de los Juegos, algunos números impactan.

Casi un 90% de los limeños había escuchado sobre los Juegos Parapanamericanos, más de la mitad conocía el nombre de al menos un Para atleta peruano, siete sobre 10 consideraba que superarían o alcanzarían el nivel de los Juegos Panamericanos y un 97% pensaba que los Parapan permitirían generar mayores oportunidades para las personas con discapacidad.

Para ello fue fundamental la realización de una fuerte campaña de marketing digital, promoción en las calles y a través de los medios de comunicación masiva, el éxito de los Juegos Panamericanos y exhibiciones de Para deporte en la ciudad. ¿El resultado? Récord de cantidad de medios cubriendo unos Juegos Parapanamericanos, millones de interacciones a través de las redes sociales y una masiva asistencia a las sedes.

Algunos Para atletas y los mismos Parapan fueron tendencia principal en Twitter en Perú durante varios días de la competencia. Estamos convencidos de que la extensa y fantástica transmisión de los Juegos generará un cambio en las actitudes y percepciones en torno a la discapacidad.

Quizás ese sea el legado principal de los Juegos, más allá de lo infraestructural. Por supuesto, somos conscientes de que aún hay mucho trabajo por hacer para continuar elevando el perfil de los Para atletas y Para deportes. Mientras tanto, anhelamos empezar a trabajar codo a codo con Santiago 2023 y profundizar este proceso de cambio.

Después de Lima 2019, nada será igual.

## DE LA INCLUSIÓN SOCIAL AL ÉXITO PARALÍMPICO, CON EL APOYO DE LA FUNDACIÓN AGITOS

Jose Cabo  
Gerente Fundación Agitos

He estado presente en los últimos dos Juegos Paralímpicos y Panamericanos, y un buen número de competiciones internacionales, en donde he visto el progreso del movimiento paralímpico en Colombia. Sin embargo, quiero empezar este artículo alejado de los focos y los grandes estadios, porque en el día a día de los escenarios es donde he sido testigo del impacto del trabajo del Comité Paralímpico Colombiano y la Fundación Agitos, promoviendo una sociedad más inclusiva desde la base.

Eran las tres de la tarde de un día soleado y húmedo en Buenaventura, nada alentador para practicar deporte. Sin embargo, este es un elemento vertebrador de la sociedad bonaverense, lo cual nos queda claro a la entrada de la pista atlética municipal. Decenas, quizá cientos de personas ocupan la pista, los alrededores y el irregular gramado del estadio municipal. Yadira Moreno, campeona nacional de los 400 metros vallas, cruza por la pista en una de sus interminables series de velocidad. Junto a ella, decenas de atletas con biotipo a lo Usain Bolt o Shelly Ann-Fraser Price.

Junto a esa decena de atletas, hay un número no inferior de para atletas con esa misma pinta de velocistas y de talento puro. No hay distinción, todos los entrenadores colaboran entre ellos, algunos son contratados por el municipio de Buenaventura, otros son metodólogos de Indervalle o el Comité Paralímpico Colombiano que nos acompañan en la visita. Dan indicaciones a los atletas y les reclaman el mismo nivel de esfuerzo y sacrificio independientemente de su capacidad. Entre ellos está Julián Acosta, joven de 14 años con parálisis cerebral, identificado en el proyecto de la Fundación Agitos y el Comité Paralímpico Colombiano, financiado por el Banco Interamericano de Desarrollo. Julián se destaca por sus ganas de aprender y mejorar su técnica. “Va a ser velocista, y de los buenos”, comenta el profe Alonso Mina, “con 14 años sus tiempos no están al alcance de ningún atleta de su edad”, agrega.

Tres meses más tarde, en una pista con focos, espectadores y periodistas en Lima 2019, Julián sonríe de oreja a oreja, “no bajé mi tiempo, pero estoy contento, nunca me imaginé poder representar a Colombia en unos Juegos Parapanamericanos, y menos con 14 años. Quiero volver y servir de inspiración a muchos otros jóvenes de mi ciudad para que encuentren en el deporte una opción de vida que les sirva para participar en la sociedad y salir de sus casas”.

Para mí, este es simplemente un ejemplo de muchos. El para deporte se ha convertido en Colombia en una ola que atrae el apoyo de administraciones de distinto signo político tanto a nivel local y departamental como a nivel nacional. No apoyar el deporte paralímpico tiene un costo político. El paralimpismo hace sonar,

más que en el deporte convencional, los himnos del departamento y Colombia en Nacionales, Mundiales, Juegos Paralímpicos y Parapanamericanos. Además de eso, promueve la inclusión social de personas con discapacidad, desde una pista atlética de Buenaventura o Mocoa, hasta un escenario de Bogotá, donde los chicos del Rugby en Silla de Ruedas, flamantes medallistas de bronce en Lima 2019, se desplazan en Transmilenio sorteando las barreras del entorno al tiempo que derriban barreras mentales en la sociedad.

Los resultados obtenidos por Colombia recientemente han colocado en la cabecera de El Tiempo y El Espectador a Mauricio Valencia, Carlos Daniel Serrano o Sara Vargas, quienes, junto con el espectacular aumento en el número de medallas paralímpicas, de dos en Londres 2012 a 17 en Rio 2016, han atraído el interés del gran público y más recientemente la inversión privada, aún escasa, pero con tendencia al alza. Una encuesta de Nielsen, publicada en 2016, colocaba a Colombia como el país del mundo con mayor interés sobre los Juegos Paralímpicos, con un porcentaje de personas “extremadamente interesadas” o “muy interesadas” del 27 por ciento, superando al Reino Unido, Rusia y España, los inmediatos perseguidores, y muy por encima de Brasil o Japón, países anfitriones de los pasados y futuros Juegos Olímpicos y Paralímpicos.

Detrás de este éxito, Colombia ha hecho muchas cosas positivas para fortalecer el sistema nacional del deporte, principalmente colocar a los para atletas en el centro del sistema y modernizar la gobernanza paralímpica a través de una reforma de ley del deporte que adecua el Movimiento Paralímpico Colombiano a los estándares internacionales exigidos por el Comité Paralímpico Internacional (*Lea también en este número “Así funcionará la nueva Ley del deporte paralímpico en Colombia”*). Al mismo tiempo, la descentralización del sistema permite a diversas entidades fomentar el desarrollo paralímpico. Con el Ministerio del Deporte y el CPC a la cabeza, los Inter departamentales y municipales son una pieza clave para ello. Aunque aún no son todas las regiones, cada vez son más las que quieren tener una representación digna en los Juegos Para nacionales, para lo cual dedican recursos económicos y humanos, con el fin de aumentar la práctica deportiva de personas con discapacidad.

Al mismo tiempo el área técnica del CPC ha sabido instalar capacidad en las regiones, generar una estrategia para identificar el talento en diferentes partes del territorio nacional y estructurar una ruta desde la base al alto rendimiento, apoyada por la Fundación Agitos desde 2013.

Los Juegos Escolares Supérate han incluido el para deporte y son hoy el primer eslabón de la cadena. La escuela es una institución clave para comenzar a promover el Paralimpismo. Es un semillero fundamental para las regiones y el sistema nacional, pero también es el mejor lugar para promover los valores paralímpicos y la inclusión. Por ello, desde la Fundación, hemos puesto a disposición del CPC nuestro programa educativo *ÍmPOSSIBLE (Yo soy POSIBLE)* que difunde los valores del Movimiento Paralímpico a estudiantes con y sin

discapacidad de 6 a 18 años en todo el mundo, para promover inclusión desde la infancia en los líderes del mañana.

Pero el trabajo del CPC junto a la Fundación no se limita a Colombia. Desde Agitos trabajamos impulsando proyectos de 181 comités paralímpicos nacionales y más de 20 federaciones internacionales y organizaciones deportivas para personas con discapacidad. Nuestro mandato nos coloca ante el reto de apoyar a un gran número de organizaciones miembro del IPC con enormes desafíos y con unos recursos limitados. Por ello tratamos de establecer marcos de cooperación con CPN que nos ayudan a desarrollar el deporte no sólo dentro de sus fronteras, sino fuera de ellas. Colombia se benefició enormemente del generoso apoyo ofrecido por Brasil hasta los Juegos de Río 2016, recibiendo a expertos en deporte paralímpico brasileños al servicio de la región, con una idea muy clara, para desarrollar un sistema paralímpico fuerte a nivel nacional, la región debe fortalecerse al mismo tiempo.

El CPC ha tomado el testigo de Brasil y ahora busca apoyar con su fortaleza técnica y organizacional los países del entorno, como Ecuador, El Salvador, Perú o Puerto Rico entre otros. Esto, con la financiación de Agitos, nos ayuda a ofrecer oportunidades a para atletas para que desarrollen todo su potencial, de tal manera que la representación internacional de la familia paralímpica americana aumente. Y aún más importante, para que nuestros para atletas continúen siendo los mejores embajadores, impactando en sus comunidades, convirtiéndose en agentes activos promotores de derechos y dando normalidad a la participación de las personas con discapacidad en roles protagónicos de la sociedad. Para que haya muchas réplicas de Julián Acosta, María Paula Barrera y Luis Herazo en Colombia, Alejandra Aybar en República Dominicana, Jesús Castillo en Perú, Camila Hasse en Costa Rica o Herbert Aceituno en El Salvador y tantos otros por los que trabajamos día a día desde la Fundación Agitos.

## **PREPÁRATE PARA DISFRUTAR LOS PRÓXIMOS JUEGOS PARALÍMPICOS**

Luisa Ivone Restrepo C.  
Directora de Comunicaciones  
Comité Paralímpico Colombiano

En agosto de 2020 tendremos la oportunidad de vivir unos nuevos Juegos Paralímpicos y los Para atletas colombianos se están preparando para hacer de éstos, los mejores en la historia para el país. Queremos que tú también hagas parte de esta fiesta deportiva y disfrutes con nosotros las competencias.

Por eso, te invitamos a que conozcas algunos aspectos relevantes que debes conocer para disfrutar de los Juegos Paralímpicos Tokio 2020.

### **¿Qué es deporte adaptado?**

Cuando se habla de deporte adaptado se hace referencia a aquellos deportes convencionales que han modificado una de sus características para ajustarse a las necesidades de las personas con alguna discapacidad en particular.

Las reformas pueden estar en el reglamento, los elementos requeridos para su práctica o el espacio de competencia.

También hay otros casos en los que se ha creado una nueva modalidad deportiva dirigida a un grupo de personas con discapacidad como es el caso de la Boccia, practicado por personas en silla de ruedas que tienen parálisis cerebral, lesión cerebral o discapacidad física severa; o el Golbol, el cual, fue creado para personas con discapacidad visual.

### **¿Qué es el Movimiento Paralímpico?**

El Movimiento Paralímpico se puede definir como el conjunto de deportistas y estructuras que apoyan la práctica y la masificación del deporte paralímpico alrededor del mundo, se encargan de la realización de competencias de manera regular y organizada, y cuya máxima aspiración es lograr la participación en unos Juegos Paralímpicos.

Éste es un puente entre el deporte y el reconocimiento social para contribuir al desarrollo de una sociedad más equitativa, respetuosa y con condiciones de igualdad para todos.

Dentro de las discapacidades que integran el sistema paralímpico se encuentran la discapacidad visual, la discapacidad física, la parálisis cerebral y la discapacidad intelectual.

### **¿Qué valores representan al Movimiento Paralímpico?**

El Movimiento Paralímpico se centra en los deportistas, sus talentos y sus logros, para que actúen como modelos de expresión de su visión y sus aspiraciones. De este propósito surge un grupo de valores que lo representa: coraje, determinación, inspiración e igualdad.

### **¿Por qué se le llama paralímpico?**

La palabra Paralímpico tiene su raíz en el prefijo "para", que en griego significa "proximidad" y hace referencia a que los Juegos Paralímpicos se realizan en una fecha cercana a los Juegos Olímpicos.

### **¿Qué son los Juegos Paralímpicos?**

Para entender los Juegos Paralímpicos es necesario remontarse al año 1948, cuando Sir Ludwig Guttmann, médico del hospital de Stoke Mandeville, Inglaterra, como parte de la rehabilitación de los soldados heridos durante la Segunda Guerra Mundial, organizó una competencia de tiro con arco. En 1952 el evento se convirtió en una competición internacional y desde los Juegos de Roma 1960, se celebran en la misma ciudad que recibe a los Juegos Olímpicos.

Desde los Juegos Paralímpicos de Seúl 1988, las justas se han celebrado poco después de los Juegos Olímpicos, utilizando los mismos lugares y escenarios.

### **¿Cuándo se realizarán los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020?**

En el año 2020 los Juegos Paralímpicos se realizarán en Tokio, Japón, entre el 26 de agosto y el 6 de septiembre.

### **¿Qué deportes participarán en Tokio 2020?**

Los aficionados al deporte paralímpico podrán disfrutar de las mejores competencias de para arquería, para atletismo, para bádminton, boccia, piragüismo, remo, paracycling, paraecuestre, fútbol 5, golbol, judo, para powerlifting, tiro para deportivo, voleibol sentado, para natación, para tenis de mesa, para taekwondo, para triatlón, baloncesto en silla de ruedas, esgrima en silla de ruedas, rugby en silla de ruedas y tenis en silla de ruedas.

### **¿Qué significa el logo de los Juegos Paralímpicos?**

En el logo oficial de los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020, predomina un patrón a cuadros, el cual es conocido en Japón como "*ichimatsu moyo*". Éste, sumado al azul índigo, refleja la elegancia y sofisticación que representa este país.

Está compuesto por tres variedades de formas rectangulares, que representan diferentes países, culturas y formas de pensar, e incorpora el mensaje de "unidad en la diversidad". También expresa que los Juegos Olímpicos y Paralímpicos buscan promover la diversidad como una plataforma para conectar el mundo.

### **¿Cómo se llama la mascota de los juegos y qué representa?**

La mascota de los Juegos Paralímpicos ha sido llamada Someity, nombre que proviene de "Someiyoshino", un tipo popular de flor de cerezo, y la frase "tan



poderoso". Someity puede mostrar una enorme fuerza mental y física, y representa atletas paralímpicos que superan obstáculos y redefinen los límites.

Tiene sensores táctiles a los lados de su cabeza que le ayudan a obtener poderes telepáticos, vuela usando su capa con patrón de Ichimatsu e incluso puede mover objetos sin tocarlos. Someity tiene una presencia tranquila y silenciosa, está guiada por una gran fuerza interior y sus súper poderes representan la dureza y la determinación de los atletas paralímpicos

### **¿Qué hacer para apoyar a los deportistas colombianos?**

Durante los primeros meses del 2020 se estará dando a conocer la lista de los deportistas que representarán a Colombia en los Juegos Paralímpicos y las redes sociales del Comité Paralímpico Colombiano están abiertas para recibir tus mensajes de apoyo. Encuétranos en Facebook, Twitter e Instagram, menciónanos o utiliza el hashtag #imPARABlesEnTokio para alentar a nuestros deportistas a llegar más lejos.

En agosto, ponte la camiseta amarilla, sigue los triunfos de nuestros de los Para atletas colombianos y disfruta de esta experiencia que cada cuatro años llega para inspirarnos, entusiasrnos y poner nuestro *espíritu en movimiento*<sup>2</sup>.

---

<sup>2</sup> Lema de los Juegos Paralímpicos

## CLASIFICACIÓN FUNCIONAL, EL RETO CONSTANTE DEL MOVIMIENTO PARALÍMPICO

Carolina Toro Acosta  
Coordinadora de Clasificación Funcional  
Comité Paralímpico Colombiano

La clasificación funcional es un sistema propio del deporte paralímpico, que nace de la necesidad de evaluar el impacto de la discapacidad en el rendimiento deportivo. Esta evaluación debe ser propia de cada deporte, pues cada uno requiere de actividades diferentes, por lo que el impacto de la discapacidad varía de un deportista al otro.

Básicamente el sistema de clasificación en el deporte paralímpico define cuáles atletas son elegibles para competir en un deporte y los agrupa teniendo en cuenta su grado de funcionalidad. Esto con el fin de que las competencias se den en términos de igualdad y sean las capacidades del deportista y la excelencia deportiva las que determinen el resultado en las diferentes competiciones, y que sean los atletas con las mejores condiciones antropométricas, fisiológicas y psicológicas quienes consigan los más altos logros deportivos.

Dentro del proceso de clasificación se deben considerar tres preguntas que se responden a través del proceso de evaluación del atleta. La primera de ellas: *¿Tiene el atleta una discapacidad elegible para este deporte?*

El movimiento Paralímpico ofrece oportunidades deportivas para atletas con discapacidad física, visual y/o intelectual que tengan al menos una de las siguientes discapacidades, denominadas discapacidades elegibles. Son diez en total: Deterioro de la fuerza muscular, deterioro en el rango de movimiento pasivo, deficiencia de alguna extremidad, diferencia de longitud en miembros inferiores, baja estatura, hipertonia (exceso de tono muscular que impide el movimiento fluido), ataxia (dificultad de coordinación de los movimientos), atetosis (trastorno que causa movimientos involuntarios, lentos y ondulatorios principalmente en las extremidades y la cabeza), discapacidad visual y discapacidad intelectual.

Es importante aclarar que la presencia de una discapacidad no asegura que el atleta sea elegible para competir en un deporte paralímpico, ya que las reglas de clasificación de cada deporte establecen cuál es el grado de afectación de una discapacidad para que un atleta sea considerado elegible. Estos criterios se conocen como Criterios Mínimos de discapacidad y son definidos por medio de investigaciones científicas que evalúan el impacto de la discapacidad en las diferentes actividades deportivas. De aquí se explica la segunda pregunta: *¿La discapacidad elegible del atleta reúne el criterio mínimo de discapacidad del deporte?*

Finalizando el proceso de clasificación se le asigna al atleta una clase deportiva, dando respuesta a la tercera pregunta *¿Qué clase deportiva describe con mayor precisión la restricción en la actividad del atleta?*

La clase deportiva agrupa atletas con una afectación similar en la actividad para la competencia específica para que puedan competir equitativamente. Una clase deportiva no necesariamente agrupa atletas con la misma discapacidad, puede ocurrir que, si diferentes discapacidades causan una dificultad similar en la actividad, los atletas con estas discapacidades pueden competir juntos. Después de que el panel de clasificación defina la clase deportiva que más se ajusta a las características de un atleta, a esta clase se le asignará un estatus que puede ser: confirmado, en revisión o con fecha fija de revisión, según la naturaleza de la discapacidad que se esté evaluando.

El proceso de clasificación funcional es determinante en el deporte para personas con discapacidad, pues es el punto de inicio de la participación y el desarrollo deportivo del atleta. Este proceso ha avanzado de la mano del deporte paralímpico, ya que en sus inicios era un procedimiento netamente médico y estaba basado en una estructura similar a la de rehabilitación hospitalaria. La constante evolución y el desarrollo del deporte para personas con discapacidad han obligado a que este sistema esté en constante cambio y abra las puertas a aportes desde diferentes campos de acción como lo son las ciencias del deporte, biomecánica, medicina deportiva, fisioterapia entre otros.

En Colombia la clasificación funcional también ha tenido un desarrollo importante y con el paso del tiempo ha tomado más fuerza, haciendo que cada vez más profesionales y expertos en el deporte se involucren. Así que la invitación es a conocer acerca de los procesos de clasificación en los diferentes deportes y que todos los protagonistas del deporte paralímpico colombiano se familiaricen, conozcan del tema y desde su campo de acción hagan aportes para fortalecer estos procesos a nivel nacional.

## LA LUCHA ANTIDOPAJE

Orlando Reyes Cruz  
Ministerio del Deporte  
Organización Nacional Antidopaje

Desde que en el deporte se detectó el uso de sustancias con el objetivo de mejorar el rendimiento deportivo, empezó una guerra sin cuartel entre quienes abogan por los comportamientos éticos en el deporte y quienes siguen el clásico principio de “el fin justifica los medios” aplicado al deporte.

Las normas deportivas vienen a servir de sustento para acoger una muy especial normatividad que se dirige hacia la lucha contra aquellos comportamientos que no respetan los valores que tradicionalmente se asocian a la práctica de los deportes.

Las Federaciones Internacionales y el Comité Olímpico Internacional inician un reto de corte prohibitivo sobre lo que consideraron un peligro para la igualdad en el deporte. Un principio fundamental de la práctica deportiva es tratar de garantizar la igualdad de condiciones en el “terreno de juego”, cosa que se identifica fácilmente en las normas técnicas que se aplican en las diferentes disciplinas. Aunque en las oportunidades de acceso a la tecnología muchas veces haya diferencias claras, en el terreno existe la libertad de poder participar en condiciones iguales y tratan de darse las condiciones para ello.

Sin embargo, en el caso del uso de sustancias que son prohibidas en el deporte, primero por las Federaciones Internacionales y luego por la Agencia Mundial Antidopaje, el problema no tiene una solución tan fácil como escribir una norma técnica; de hecho, no tiene solución. Siempre existirán personas que busquen hacer trampa y tratar de conseguir sus resultados de manera ilícita.

Es por ello que los controles se erigieron como el arma fundamental para poder detectar a los tramposos e iniciarles procesos que puedan llevar a su sanción. No aplica aquí el precepto del derecho penal en el que el castigo represivo debe ser la última herramienta, debido a que, en el campo deportivo, un atleta que utilice la trampa ya es, de entrada, un “peligro” para el resto de la comunidad deportiva, al no poder garantizarse la estabilidad en igualdades. Esto es, debe existir siempre una sanción, respetando por supuesto, los derechos del deportista, pero aplicando la responsabilidad objetiva.

El problema va más allá del deportista, cuando se ven involucradas -en la mayoría de los casos lo están- personas que asesoran al deportista en el uso de las sustancias, métodos y otras veces se los proporcionan o aplican. Por otro lado, es de más difícil detección y por supuesto de control o erradicación, cuando los otros involucrados son instituciones o partes del Estado de un país.

El Código Mundial Antidopaje fue introducido por primera vez en el 2003 por la Agencia Mundial Antidopaje (WADA-AMA) y de éste se derivan los estándares internacionales que lo hacen operativo. Ha sufrido varios procesos de revisión, en los cuales se han acogido las sugerencias de las partes interesadas, produciendo versiones 2009, 2015 y recientemente 2021.

El último proceso de revisión terminó recientemente en la Conferencia Mundial Antidopaje en Polonia donde se produjeron los cambios que se hacen necesarios para actualizar procedimientos y normas con el fin de armonizarlos entre los signatarios del Código. Al término de la Conferencia se produjo la declaración de Katowice que básicamente llama la atención sobre:

- Cooperación entre las partes a fin de mejorar la capacidad antidopaje.
- Proteger los atletas limpios y promover los valores del deporte.
- Que las ONADs (Organizaciones Nacionales Antidopaje) y ORADs (Organizaciones Regionales Antidopaje) deben cumplir con el Código.
- Insta a los Gobiernos a cumplir con la Convención Internacional de la UNESCO contra el dopaje en el deporte, a facilitar el intercambio de información entre las autoridades competentes de un país en la lucha antidopaje y a proporcionar los recursos necesarios a las ONADs.
- Finalmente alienta a los atletas, al personal de apoyo a los atletas, a otras personas, a organismos y organizaciones, a continuar desempeñando un papel activo en el desarrollo de políticas y programas antidopaje; respetar las normas antidopaje, promover públicamente y activamente los valores del deporte limpio y revelar cualquier conocimiento que tengan de las prácticas de dopaje.

Los objetivos finales de la lucha antidopaje son la protección de los deportistas que juegan limpio, la preservación del estado de salud de los atletas y la sanción de quienes infrinjan las normas antidopaje consignadas en el Código.

Más que un conjunto de normas que deben cumplirse, debe prevalecer el espíritu del deporte como los valores asociados a él. La utilización de la trampa como recurso que se estila en una sociedad debe ser, por tanto, enfrentada con educación y prevención en todos sus niveles. Una educación basada en valores, pero reforzada con los buenos ejemplos en todo el tejido social, es el recurso más eficaz en esta lucha.