

# DETECCIÓN DE TALENTO PARALÍMPICO EN NATACIÓN



¿TIENES UN NADADOR CON  
POTENCIAL EN TU CLUB?

Algunos deportistas pueden tener una discapacidad no diagnosticada o no haber explorado la opción del deporte paralímpico.

*¡ATENTO A ESTAS SEÑALES EN  
ENTRENAMIENTOS Y COMPETICIONES!*

# DISCAPACIDAD FÍSICA, PARÁLISIS CEREBRAL Y DAÑO CEREBRAL ADQUIRIDO



- **Diferencias visibles en fuerza o movilidad** entre los distintos segmentos corporales o articulaciones, o ausencia de algunos de estos.
- **Falta de tono o volumen muscular** en una o varias extremidades (por ejemplo, una pierna más “delgada” que la otra).
- **Diferencia en la longitud** de las piernas o los brazos.
- Alteraciones del **tono muscular** (rigidez) o **descoordinación** excesiva en fatiga.
- Problemas de **equilibrio, coordinación, afasia o movimientos involuntarios**.
- **Recuperación más lenta** entre las sesiones de entrenamiento y/o competición en comparación del resto de compañeros.

## DISCAPACIDAD VISUAL



- Uso de **gafas con alta graduación o lentillas**.
- **Dificultad para ver** el cronómetro de pared, la pizarra de entrenamientos o las indicaciones gestuales del entrenador.
- Al utilizar **pantallas** (móviles, tablets...), las **acerca a sus ojos** de forma significativa.
- **Problemas de orientación / percepción espacial**, tanto en la calle durante el nado como en la piscina (localizar material, calcular distancias a la pared en virajes y llegadas).
- **Sensibilidad a la luz y deslumbramientos**, especialmente en piscinas muy luminosas o al aire libre.

## DISCAPACIDAD INTELECTUAL



- **Problemas en los estudios** educativos.
- **Dificultad para relacionarse** con los compañeros.
- **Falta de concentración** o dificultad en el aprendizaje.
- **Imposibilidad** de mantener un **ritmo adecuado** y “lógico” en competiciones.
- Necesidad de **repetición frecuente** para aprender nuevas técnicas.
- **Resistencia a los cambios** de rutina o a la introducción de nuevos ejercicios.

Si detectas alguno de estos indicios, rellena el siguiente formulario:



Más información y contacto:

**DEPORTES@PARALIMPICOS.ES**