MUJERES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y DEPORTE INCLUSIVO: BARRERAS DE PARTICIPACIÓN Y POTENCIAL DEL MODELO MIXED ABILITY

AARÓN MARTÍNEZ LAFUENTE 1; LUCÍA FERNÁNDEZ ALBA 2; JOSE ANTONIO LLOSA FERNÁNDEZ 3; HÉCTOR LASHERAS DÍEZ 4

[1]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)
[2]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)
[3]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)
[4]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)

29 y 30 de octubre de 2026, Universidad de Oviedo

CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN

2. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

3. RESULTADOS

4. DISCUSIÓN

5. CONCLUSIONES

INTRODUCCIÓN: DEPORTE, GÉNERO Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL

PARTICIPACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA

- Salud
- Bienestar
- Inclusión social
- Calidad de vida

(Diz et al., 2024; Gallotta et al., 2024)

DESIGUALDADES DE GÉNERO

- Menor participación de las mujeres con DI
- Barreras específicas de género, sociales y contextuales

(Westrop et al., 2019; Ascondo et al., 2023)

MODELO MIXED ABILITY

- Participación conjunta de personas con y sin discapacidad
- Enfoque inclusivo y comunitario

(Corazza & Dyer, 2017; Dyer & Sandford, 2023)

NECESIDAD DE INVESTIGACIÓN

- Escasa evidencia sobre las experiencias de las mujeres con DI
- Importancia de una perspectiva interseccional de género y discapacidad

OBJETIVO Y METODOLOGÍA

OBJETIVO

Analizar las **barreras** que condicionan la **participación físico-deportiva** de las **mujeres** con **discapacidad intelectual** y explorar el potencial del modelo **Mixed Ability**.

METODOLOGÍA

DISEÑO

Revisión bibliográfica narrativa

FUENTES DE INFORMACIÓN

- Web of Science
- Scopus
- PubMed
- Dialnet

CRITERIOS DE SELECCIÓN

- 2017 – 2026
- Español e inglés
- Estudios sobre mujeres con DI
- Participación físico-deportiva
- Modelo Mixed Ability

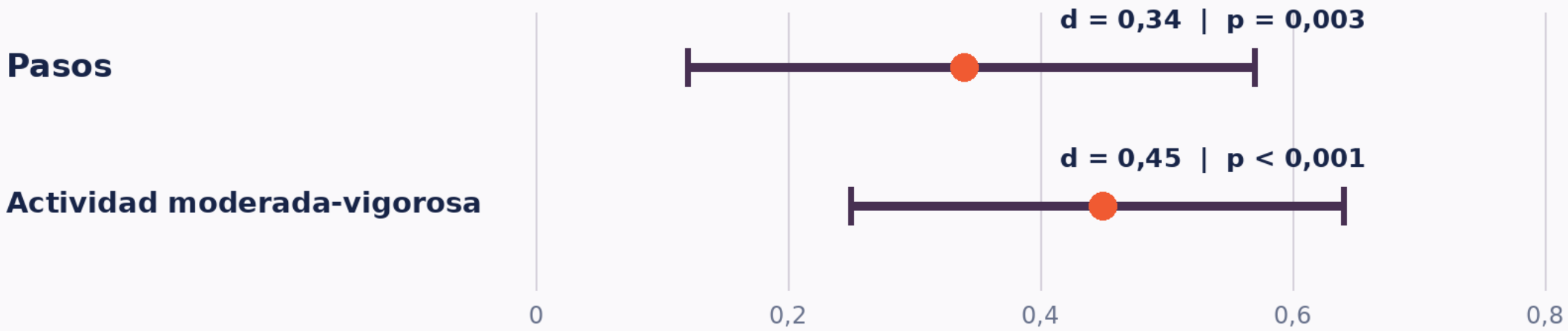
PROCESO DE SELECCIÓN

Registros identificados **322** → Estudios seleccionados **19** → Análisis cualitativo

RESULTADOS I: DESIGUALDADES Y BARRERAS

DIFERENCIAS DE GÉNERO EN ACTIVIDAD FÍSICA

Tamaño del efecto (d) e intervalo de confianza del 95 %



Efectos positivos: mayor actividad física en hombres con DI.

OTROS HALLAZGOS RELEVANTES

- Barreras de acceso y apoyos del entorno: factores relevantes para la participación.
- No se hallaron diferencias de género consistentes en conducta sedentaria.

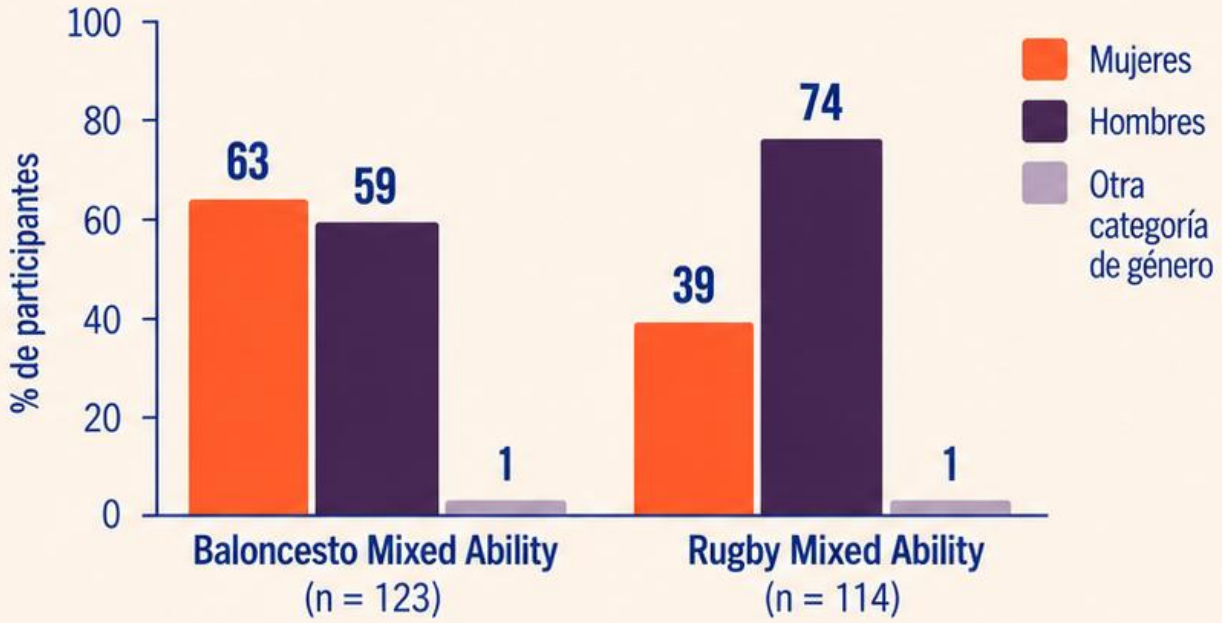
Fuente de la gráfica: elaboración propia a partir de Westrop et al. (2019).

RESULTADOS II: MODELO MIXED ABILITY

PARTICIPACIÓN SEGÚN MODALIDAD DEPORTIVA

Distribución por género en los estudios sobre Mixed Ability

(Elipe-Lorenzo et al., 2026a)



EXPERIENCIAS Y ASOCIACIONES DESCRITAS

Principales hallazgos en la literatura sobre Mixed Ability

PARTICIPACIÓN INCLUSIVA

Interacción con y sin discapacidad

Entornos deportivos no segregados

RELACIONES SOCIALES

Nuevas amistades

Mayor cohesión

DESARROLLO PERSONAL

Más confianza

Mayor autonomía

OPORTUNIDADES COMUNITARIAS

Mayor visibilidad

Cambio de actitudes

EL MODELO MIXED ABILITY:

Favorece la **participación conjunta**

Se asocia a **experiencias positivas**

Contribuye a la **inclusión social**

(Corazza & Dyer, 2017; Dyer & Sandford, 2023; Elipe-Lorenzo et al., 2025)

DISCUSIÓN: PRINCIPALES HALLAZGOS

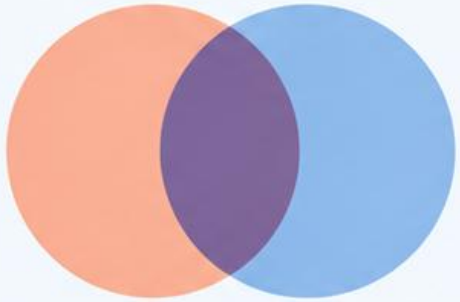
DESIGUALDAD DE GÉNERO
en la actividad física



Las mujeres con DI son **menos activas físicamente** que los hombres.

(Westrop et al., 2019)

POTENCIAL INCLUSIVO
del modelo Mixed Ability



Favorece la **participación conjunta**, las **relaciones sociales** y la **pertenencia**.

(Corazza & Dyer, 2017; Elipe-Lorenzo et al., 2025)

VACÍO DE CONOCIMIENTO
sobre la perspectiva de género



Escasa evidencia específica sobre mujeres con DI en programas Mixed Ability.

(Dyer & Sandford, 2023; Elipe-Lorenzo et al., 2025)

La evidencia muestra **desigualdades de género** en la actividad física de personas con DI y un **potencial inclusivo** del modelo Mixed Ability, aunque no se ha demostrado su impacto en la reducción de dichas desigualdades.

LIMITACIONES

HETEROGENEIDAD DE LAS MUESTRAS

Diferencias en perfiles de discapacidad, participantes, modalidades deportivas y contextos de intervención.

DISEÑOS DE INVESTIGACIÓN

Predominan estudios cualitativos y observacionales, sin evidencia causal sobre los efectos del Mixed Ability.

PERSPECTIVA DE GÉNERO INSUFICIENTE

Pocos estudios analizan específicamente las experiencias de las mujeres con discapacidad intelectual.

LIMITACIONES DE LA REVISIÓN

Síntesis narrativa, búsqueda delimitada a 2017–2026 y sin evaluación formal del riesgo de sesgo.

CONCLUSIONES

POTENCIAL DEL MIXED ABILITY

Participación conjunta

Relaciones sociales

Sentido de pertenencia

LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN

Perspectiva de género

Impacto en desigualdades

Diseños más robustos

BIBLIOGRAFÍA

- Ascondo, J., Martín-López, A., Iturricastillo, A., Granados, C., Garate, I., Romaratezabala, E., Martínez-Aldama, I., Romero, S., & Yanci, J. (2023). Analysis of the barriers and motives for practicing physical activity and sport for people with a disability: Differences according to gender and type of disability. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(2), 1320. https://doi.org/10.3390/ijerph20021320

- Corazza, M., & Dyer, J. (2017). A new model for inclusive sports? An evaluation of participants' experiences of Mixed Ability Rugby. *Social Inclusion, 5*(2), 130–140. https://doi.org/10.17645/si.v5i2.908

- Diz, S., Jacinto, M., Costa, A. M., Monteiro, D., Matos, R., & Antunes, R. (2024). Physical activity, quality of live and well-being in individuals with intellectual and developmental disability. *Healthcare, 12*(6), 654. https://doi.org/10.3390/healthcare12060654

- Dyer, J., & Sandford, R. (2023). 'Just another outing in a boat': Findings from the evaluation of the Mixed Ability Sport Development Programme. *Disabilities, 3*(3), 335–351. https://doi.org/10.3390/disabilities3030022

- Elipe-Lorenzo, P., Verdugo, M. Á., Diez-Fernández, P., Ruibal-Lista, B., & López-García, S. (2025). "Give me the opportunity": Mixed ability sports and quality of life in people with intellectual disabilities. *Sports, 13*(7), 208. https://doi.org/10.3390/sports13070208

- Elipe-Lorenzo, P., da-Silva, C., Diez-Fernández, P., Ruibal-Lista, B., Saavedra-García, M., & López-García, S. (2026a). From rugby to basketball: A comparative analysis on the implementation of mixed ability. *Frontiers in Sports and Active Living, 8,* 1769269. https://doi.org/10.3389/fspor.2026.1769269

- Elipe-Lorenzo, P., Resende, R., Diez-Fernández, P., Gonzalo, Ó., Ruibal-Lista, B., Coca, A., da-Silva, C., & López-García, S. (2026b). "I'm not a volunteer; I'm an equal player": The social factor of quality of life in mixed ability basketball players. *Frontiers in Sports and Active Living, 8*, 1770991. https://doi.org/10.3389/fspor.2026.1770991

- Gallotta, M. C., Franciosi, E., Giorgi, M., Guidetti, L., Cerbara, E., Pes, G., Silvestri, F., & Curzi, D. (2024). Benefits of inclusive sport training on fitness and health of athletes with and without intellectual disability. *Scientific Reports, 14*, 21203. https://doi.org/10.1038/s41598-024-69334-2

- Michalsen, H., Henriksen, A., Hartvigtsen, G., Olsen, M. I., Pedersen, E. R., Søndenaa, E., Jahnsen, R. B., & Anke, A. (2024). Barriers to physical activity participation for adults with intellectual disability: A cross-sectional study. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 37*(4), e13242. https://doi.org/10.1111/jar.13242

BIBLIOGRAFÍA

- Romero, S., Madariaga, A., Leizea, X., & Jauregizar, J. (2025). Exploring motivations, benefits and barriers for women with disabilities in sport practices. Physical Culture and Sport. *Studies and Research, 110*(1), 24–32. https://doi.org/10.2478/pcssr-2025-0021

- Westrop, S. C., Melville, C. A., Muirhead, F., & McGarty, A. M. (2019). Gender differences in physical activity and sedentary behaviour in adults with intellectual disabilities: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 32*(6), 1359–1374. https://doi.org/10.1111/jar.12648

MUJERES CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y DEPORTE INCLUSIVO: BARRERAS DE PARTICIPACIÓN Y POTENCIAL DEL MODELO MIXED ABILITY

AARÓN MARTÍNEZ LAFUENTE 1; LUCÍA FERNÁNDEZ ALBA 2; JOSE ANTONIO LLOSA FERNÁNDEZ 3; HÉCTOR LASHERAS DÍEZ 4

[1]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)
[2]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)
[3]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)
[4]Facultad Padre Ossó (centro adscrito a la Universidad de Oviedo)

29 y 30 de octubre de 2026, Universidad de Oviedo