

TRABAJO FIN DE GRADO

LA INFLUENCIA DEL OCIO EN LA
CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS
CON DISCAPACIDAD Y SU RELACIÓN
CON EL TRABAJO SOCIAL

Autora: María Mesa Pérez

Directora: Celsa Cáceres Rodríguez

Asignatura: Trabajo de Fin de Grado

4º Grado de Trabajo Social

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Curso académico: 2013/2014

Fecha de presentación: 24 de Julio de 2014

Índice

Introducción.....	3
1. Finalidad y motivos	5
2. Marco teórico.....	8
2.1. Calidad de vida.....	8
2.2. Discapacidad	10
2.3. Calidad de vida en las personas con discapacidad	13
2.4. Ocio y Tiempo Libre	14
2.4.1. Ocio y Tiempo Libre en las personas con discapacidad.....	16
2.4.2. La discapacidad y el ocio en cifras	19
2.4.3. Legislación sobre ocio y discapacidad.....	21
2.5. Accesibilidad.....	22
2.5.1. Accesibilidad en las personas con discapacidad.....	23
2.5.2. Obstáculos en el ámbito del ocio	24
2.5.3. Barreras referidas al ocio y a las personas con discapacidad.....	26
2.6. Trabajo Social Comunitario	28
2.6.1. Funciones en el Trabajo Social Comunitario.....	29
2.6.2. Rol del trabajador social con las personas con discapacidad.....	31
2.6.3. El Trabajo Social en el ámbito del ocio	32
2.7. Programas de ocio	33
3. Objetivos.....	35
4. Método.....	36
5. Resultados.....	40
6. Conclusiones y propuestas.....	47
7. Referencias bibliográficas	55

Introducción

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el 69% de las personas con discapacidad, en el año 2013, manifestaban sentirse insatisfechas con la realización de las actividades relacionadas con el ocio y el tiempo libre, siendo la causa principal, la multitud de barreras que están presentes en la sociedad y que le impiden el desarrollo de las mismas.

El trabajo se llevó a cabo con la intención de investigar la influencia que tiene la realización de las actividades de ocio en las personas con discapacidad, y la labor que puede realizar un/a trabajador/a social en este ámbito. También, se estudia acerca de si el ocio mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad y de qué forma lo hace.

Se trata de una investigación descriptiva, elaborando una revisión bibliográfica sobre el tema que se estudia y seleccionando las fuentes más importantes para posteriormente plasmarlas en dicho estudio. Para ello se utilizaron técnicas como el análisis del contenido y la triangulación.

Con este trabajo, se ha podido comprobar que, hoy en día, la participación de las personas con discapacidad en las diferentes actividades de ocio es escasa, debido a que existen diversos obstáculos y barreras que se lo impiden. Por este motivo podemos apreciar que no se ha avanzado mucho con respecto a este tema en la sociedad actual, ya que echando la vista atrás, hemos comprobado que la insatisfacción hace, aproximadamente unos 11 años, era la misma. Uno de los problemas más importantes es que la sociedad no ha aceptado e incorporado a las personas con discapacidad como agentes activos en la población, por lo que este colectivo se siente discriminado y excluido en una sociedad de la que deberían formar parte, como bien afirma la legislación.

El informe se divide en varios apartados, desglosando en cada uno de ellos los aspectos que se tratan en este trabajo de fin de grado. En primer lugar, se realiza una justificación para conocer la causa y el interés por el que se realiza este proyecto de investigación.

En segundo lugar, se explicita el marco teórico, en el cual se explican todos y cada uno de los puntos de los que trata este trabajo, realizándolo desde lo más simple a lo más

complejo. Seguidamente, se establecen los objetivos con los que se va a trabajar, desarrollando objetivos generales y específicos de una manera concreta para entender bien el contenido de los mismos. Posterior a los objetivos, se encuentra el desarrollo del método, es decir, la forma en la que se ha llevado a cabo el trabajo y las técnicas que se han empleado para realizarlo.

Para finalizar, se presentan los principales resultados, empleando la técnica de la triangulación, la cual se ha utilizado para analizar la opinión de los diferentes autores con respecto a este tema y para comprender lo esencial de nuestro trabajo. Seguido de esto, se relatan las conclusiones y las propuestas, así como, algunas recomendaciones que se pueden llevar a cabo, en el futuro, para mejorar esta situación de acceso al ocio de las personas con discapacidad.

1. Finalidad y motivos

La principal razón es que consideramos, de vital importancia, el ocio de las personas con discapacidad y los beneficios que puede llegar a obtener este colectivo en su calidad de vida.

Las primeras investigaciones sobre esta cuestión, nos han ayudado a comprender que el ocio en las personas con discapacidad, es un tema poco trabajado en comparación con otras cuestiones a las que la sociedad da más importancia. A continuación, se detallan algunas de las indagaciones que se han considerado más importantes para el desarrollo de nuestro trabajo.

Estudios como el realizado por Gorbeña, González y Lázaro (1997 en Lázaro, 2008) afirman que el derecho al ocio de las personas con discapacidad, pese a ser una conquista reconocida en las más importantes declaraciones de las organizaciones internacionales, no es una realidad de la que todas las personas con discapacidad disfrutan y acceden como el resto de ciudadanos.

Entre las posibles explicaciones sobre la dificultad en el acceso al ocio de las personas con discapacidad, se podría destacar la escasez e inadecuados servicios de ocio para este colectivo, a pesar de que estas actividades se constituyan como indicadores de la calidad de vida, pues son un medio para que la persona consiga diversión y amistades, y desarrolle habilidades y competencias (Badía, 2006).

Las personas con discapacidad son titulares de derechos y deberes, entre los que se encuentra el derecho al ocio, igual que el resto de la ciudadanía y, como tales, reclaman la plena equiparación de oportunidades y de acceso a los recursos disponibles en la sociedad (Alides, 2005).

Por este motivo, deben ser las propias personas con discapacidad, las que decidan sobre su propio ocio. Y para que esto pueda cumplirse en la práctica, es necesario que estas personas puedan disponer de la oportunidad de acceder a la misma oferta de ocio que el resto de la población. Para ello será necesario acometer la eliminación de las barreras que todavía existen en los contextos de ocio y el uso de tiempo libre. Estas barreras, pueden estar presentes en cines y teatros, hoteles, restaurantes, turismo, eventos e

instalaciones deportivas, albergues, museos, bares y discotecas, playas, entre otras (Alides, 2005).

Uno de los inconvenientes para que dicha eliminación se lleve a cabo, es que la sociedad, en general, tarda tiempo en asumir e interiorizar los cambios, por lo que, ante la relevancia que hoy día tiene el ocio, aquella ha asumido su papel pero no plantea una oferta en la que cabe toda la ciudadanía (Madariaga, s.f.).

Según Alides (2005), hasta ahora los programas y servicios de ocio para personas con discapacidad han estado ligados a la labor desarrollada por asociaciones, fundaciones y otras organizaciones que trabajan a favor de la discapacidad, pero esto debería cambiar y permitir que este colectivo pueda acceder, como primera opción, a los programas y servicios de ocio que se prestan en la comunidad y en las industrias relacionadas con este ámbito.

En definitiva, se puede decir que la falta de actividades de ocio y tiempo libre para las personas con discapacidad y la exclusión por parte de la sociedad ha sido uno de los motivos que nos ha llevado a desarrollar este trabajo, ya que consideramos que es un tema al que se le debería dar mayor importancia, pues el ocio puede llegar a favorecer una plena participación en la sociedad, puede facilitar que las personas con discapacidad logren formar parte de ella sin ningún tipo de discriminación y al mismo tiempo que pudieran disfrutar de la oferta de ocio, de la misma forma, que las personas sin discapacidad, intentando, poco a poco, eliminar las barreras a las que se enfrentan.

Otra de las razones por las que hemos decidido investigar sobre este tema es, porque a pesar de toda la literatura que hay escrita, acerca de la importancia del disfrute del ocio y tiempo libre por las personas con discapacidad, nos parece inconcebible que, hoy en día, sigan tan atrasados en esta temática y este colectivo no tenga la posibilidad de participar en las actividades de ocio como el resto de la población. Pensamos que existen bastantes autores que escriben sobre este tema como Setién (2000), Alides (2005), Verdugo (2006), Madariaga (2013), etc., pero que lo imprescindible es que dicha literatura se lleve a la práctica y se propongan la realización de más proyectos que vayan destinados a la participación plena y activa de este colectivo en el ámbito del ocio y del tiempo libre.

También decir que, nos parece importante profundizar en las barreras a las que deben hacer frente las personas con discapacidad en este ámbito, y conocer los aspectos que se deben llevar a cabo para eliminarlas, pues así se podría promover la calidad de vida y el bienestar de este colectivo. Sería necesario obtener un cambio de conciencia, por parte de la sociedad, y ayudar a las personas con discapacidad a suplir esas dificultades, para que poco a poco se consiga la igualdad.

Otro de los aspectos que se pretende analizar, es la figura que podría desempeñar un/a trabajador/a social en este ámbito y conocer las funciones que desarrollarían para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad en las actividades de ocio y tiempo libre, ya que no existe literatura alguna que relacione el Trabajo Social con el ocio de las personas con discapacidad. Consideramos que los profesionales del Trabajo Social podrían realizar una gran labor y ofrecer la información, los apoyos y las ayudas necesarias tanto a este colectivo como a sus familias, para conseguir una plena igualdad y una mejor calidad de vida para estas personas.

Por último mencionar que, además de a las personas con discapacidad, este trabajo puede llegar a interesar también a instituciones o asociaciones, para que obtengan una base teórica sobre los aspectos más importantes del ocio, la calidad de vida y la discapacidad y así poder desarrollar iniciativas que favorezcan la inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad.

2. Marco teórico

Para comenzar este apartado es fundamental indagar sobre los aspectos básicos con los que se va a trabajar en nuestro trabajo de fin de grado. Para ello se abordarán términos como la calidad de vida, la discapacidad, el ocio, la accesibilidad, las barreras y el Trabajo Social Comunitario, añadiendo, además, datos estadísticos relacionados con el ámbito del ocio y la discapacidad en lo referido a nuestro país y la manera en que este colectivo percibe las actividades de ocio y tiempo libre.

Además de abordar estos conceptos, se pondrán en relación algunos aspectos para comprobar que el ocio mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad, ya que esta influye de forma positiva en el individuo fomentando su autonomía, su participación, su bienestar personal y social, etc. Para ello, se utilizarán las ideas de diversos autores y los resultados de numerosas encuestas que se han llevado a cabo con respecto a este tema.

La información se presenta desde los aspectos más simples a los más complejos, intentando enfatizar en aquellas ideas que resultan más interesantes para el desarrollo de nuestro trabajo.

2.1. Calidad de vida

Según Schalock y Parmenter (2000 en Martínez, 2012, p. 53) “la calidad de vida incorpora aquellas áreas que enriquecen la vida del individuo, como la inclusión en la vida social, el ocio y las actividades en comunidad que se basen en los valores, creencias, necesidades e intereses de los individuos”.

Este término puede considerarse como una extensión del concepto de normalización, pues la calidad de vida no sólo tiene en cuenta el ámbito laboral y educativo, sino que también aborda diversas actividades sociales, relaciones interpersonales, de ocio, etc. (Martínez, 2012).

La calidad de vida (CV) cuenta con componentes tanto objetivos como subjetivos, mejorándose con un sentido de pertenencia, con recursos y con autodeterminación (Verdugo, 2006). Cuando se habla de CV se hace referencia a un estado deseado de bienestar personal, influenciado por factores personales y ambientales, que tiene

propiedades éticas, universales y se encuentra ligada a la cultura (Schalock y Verdugo, 2008 en Martínez, 2012).

Este término se manifiesta a través de distintas áreas de la vida, como por ejemplo en salud, familia, vivienda, trabajo, ocio, educación, aspectos económicos, medio social, etc. Se centra en el logro de los resultados y se muestra en la sociedad, pero tiene mayor repercusión en la vida de las personas (Setién, 2000).

Según Setién (2000), la CV podría concretarse en términos de necesidad, preferencias y recursos. Cuando se habla en términos de necesidad, se concluye que los grupos cuyas necesidades están satisfechas, tanto en las necesidades básicas como en las afectivas y las de autorrealización, gozarán de un alto nivel de calidad de vida. En términos de preferencias, metas o valores, se sugiere que la calidad de vida es elevada cuando se consigue lo que se desea, a lo que se aspira o aquello que es importante. Y por último, en términos de recursos, los que tengan capacidad y poder de organizar y dirigir su vida, disfrutarán de un alto nivel de calidad de vida, porque cuentan con adecuados recursos educativos, familiares, económicos, físicos, etc.

Verdugo y Schalock (2001 en Verdugo, 2006), afirman que la calidad de vida se encuentra relacionada con ocho necesidades fundamentales que representan el núcleo de las dimensiones de vida de cada uno. Estas dimensiones se operativizan a través de indicadores de calidad, los cuales son definidos como percepciones, conductas o condiciones específicas de dichas dimensiones, que reflejan el bienestar de una persona.

Tabla 1. Dimensiones de la calidad de vida.

Dimensiones	Indicadores
Bienestar emocional	Alegría, autoconcepto, ausencia de estrés.
Relaciones interpersonales	Interacciones, relaciones de amistad, apoyos.
Bienestar material	Estado financiero, empleo, vivienda.
Desarrollo personal	Educación, competencia personal, realización.
Bienestar físico	Atención sanitaria, estado de salud, actividades de la vida diaria, ocio.
Autodeterminación	Autonomía, control personal, metas y valores personales, elecciones.
Inclusión social	Integración y participación en la comunidad, roles comunitarios, apoyos sociales.
Derechos	Legales, humanos (dignidad y respeto).

Fuente: Schalock y Verdugo (2002 en Martínez, 2012).

Para medir las ocho dimensiones de la calidad de vida, se puede utilizar el formulario de la Escala GENCAT de Calidad de Vida. Este está compuesto por una serie de afirmaciones relativas a la CV de la persona que se está evaluando. Cada dimensión cuenta con una serie de ítems, y la persona deberá elegir de las cuatro opciones, la que mejor se adecue a su vida. Las opciones están referidas a si realiza la actividad siempre o casi siempre, frecuentemente, algunas veces y nunca o casi nunca. Con respecto a los indicadores de ocio y tiempo libre, cada dimensión cuenta con afirmaciones que pueden estar relacionadas con este ámbito. Estas pueden ser, en el *bienestar emocional*, la motivación a la hora de realizar algún tipo de actividad; en las *relaciones interpersonales*, si realiza actividades que le gustan con otras personas; en el *bienestar material*, si el lugar donde vive está adaptado sus necesidades; en el *desarrollo personal*, si tiene acceso a nuevas tecnologías (internet, teléfono móvil, etc.); en el *bienestar físico*, si dispone de ayudas técnicas si las necesita; en la *autodeterminación*, si elige cómo pasar su tiempo libre; en la *inclusión social*, si utiliza entornos comunitarios (piscinas públicas, cines, teatros, museos, bibliotecas, etc.), si existen barreras físicas, culturales o sociales que dificultan su inclusión, si carece de los apoyos necesarios para participar activamente en la vida de su comunidad o si es rechazado o discriminado por los demás; y en *derechos* si en su entorno es tratado con respeto o si dispone de información sobre sus derechos fundamentales como ciudadano (Arias, Gómez, Schalock y Verdugo, 2008).

En definitiva, la calidad de vida la podemos considerar como un aspecto de nuestras vidas que representa la situación ideal en la que un ser humano se sentiría realizado según los patrones establecidos en la sociedad. Es decir, cuando una persona muestra un alto nivel de calidad de vida, quiere decir que ha conseguido las metas y los objetivos que se había propuesto, además de que puede mostrar un elevado bienestar consigo mismo y con el entorno que le rodea. Los indicadores de las dimensiones de la calidad de vida, muestran distintos aspectos positivos que deberían incorporarse en la vida de todos y cada uno de los individuos, como puede ser la educación, la autonomía personal, la integración y participación en la comunidad, el ocio, etc.

2.2.Discapacidad

La Organización Mundial de la Salud (OMS), propone que el concepto de discapacidad y su evolución parten de dos clasificaciones internacionales. La Clasificación

Internacional de Deficiencias, Discapacidades y Minusvalías (CIDDDM) de 1980 y la Clasificación Internacional del Funcionamiento, las Discapacidades y la Salud (CIF) de 2001, que constituye la segunda versión de la CIDDDM, cuyo contenido significa importantes avances en la visión residual de la discapacidad, considerándola un proceso multidimensional (Cáceres, 2004).

Por un lado, según la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF) “la discapacidad se puede ver como un término genérico que abarca deficiencias, limitaciones de la actividad y restricciones a la participación e indica los aspectos negativos de la interacción entre un individuo (con una “condición de salud”) y sus factores contextuales (factores ambientales y personales)” (OMS, 2001, p.206).

Por otro lado, la OMS (2001 en Cáceres, 2004, p. 75) aborda el concepto de discapacidad como “toda restricción o ausencia (debido a una deficiencia) de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para cualquier ser humano. Se caracteriza por insuficiencias o excesos en el desempeño y comportamiento en una actividad rutinaria, que pueden ser temporales o permanentes, reversibles o irreversibles y progresivos o regresivos”.

Las personas con discapacidad necesitan crecer y madurar, y para ello es imprescindible preguntarles, contar con su opinión, acompañarles, respetarles y permitirles que participen (Madariaga, s.f.). Según De Lorenzo (2007), los términos más convenientes para referirse a las personas que experimentan algún grado de limitación funcional son, personas con discapacidad o personas con diversidad funcional, quedando excluidos conceptos como minusválido, retrasado, discapacitado, sordomudo, etc.

Para poder explicar y entender la discapacidad se han establecido una serie de modelos conceptuales. Por un lado el modelo médico, que considera la discapacidad como un problema de la persona originado por una enfermedad, que necesita de cuidados médicos individualizados por profesionales, que ayuden a conseguir la cura o una mejor adaptación de la persona y un cambio en su conducta. Por otro lado, el modelo social de la discapacidad, el cual considera el fenómeno como un problema de origen social y como un tema centrado en la integración de las personas. En este modelo, la atención de las personas con discapacidad requiere de una intervención social y de una

responsabilidad, por parte de la sociedad, para realizar las modificaciones ambientales necesarias para la participación plena de este colectivo. De ahí, que se considere que el problema es ideológico o de actitud, y su superación necesite de la introducción de cambios sociales, lo que en el ámbito político constituye una cuestión de derechos humanos (Cáceres, 2004).

Además de abordar el concepto de discapacidad, también se pueden encontrar otros aspectos interesantes a tener en cuenta como que las personas con discapacidad son vulnerables a la exclusión social, por distintos factores, como la carencia de los bienes imprescindibles para ejercer plenamente sus derechos de ciudadano. Existe una relación bidireccional entre discapacidad y exclusión social.

El concepto de exclusión según Seyfied (1996 en Lázaro, 2008), apunta a todos los procesos sociales, activos y pasivos, que se ejercen sobre algunos grupos de población, entre los que está las personas con discapacidad, y que tienen como resultado el aislamiento social y el fortalecimiento de la discapacidad.

La situación social de las personas con discapacidad debe entenderse en el marco de reconocimiento de un conjunto de derechos y oportunidades relacionadas directamente con una concepción moderna de la ciudadanía social, donde se intenta dar respuesta a la idea de todos iguales desde las diferencias y en las diferencias, y donde esté presente la imagen de la equidad social, todos con derechos y oportunidades (Lázaro, 2008).

Afortunadamente, en las últimas décadas se ha visto y se está viendo un cambio de actitud, por parte de la sociedad, con respecto a la forma de percibir y tratar a las personas con discapacidad. Pero a pesar de este cambio, es necesario seguir trabajando y luchando sobre este tema para conseguir la plena igualdad de este colectivo y hacerles partícipes en todas las cuestiones sociales.

Como conclusión, decir que la discapacidad cuenta con una serie de limitaciones que hace que las personas con diversidad funcional no puedan realizar determinadas actividades en igualdad de condiciones que el resto de la sociedad. Pero ello no significa que deban ser excluidas, pues son ciudadanos igual que el resto y como tales tienen el derecho de participar de una forma activa en nuestra sociedad. A pesar de ello, la discapacidad llega a considerarse, un factor de exclusión, porque dicha participación no se ha llevado a cabo y por lo tanto en multitud de ocasiones no tienen la facilidad de

acceder a distintas actividades, de igual forma que las personas sin discapacidad. Además, en la sociedad no se ha logrado una sensibilización plena sobre la importancia y la necesidad de incorporar a este colectivo como ciudadano de derecho.

2.3.Calidad de vida en las personas con discapacidad

El concepto de calidad de vida hace que veamos y pensemos de manera distinta sobre las personas con discapacidad, pues se producen cambios a nivel social para mejorar su bienestar y reducir su exclusión social. También, puede considerarse como una combinación de las condiciones de vida y la satisfacción personal (Martínez, 2012).

Los diversos avances realizados con las personas con discapacidad, son numerosos pero no suficientes para lograr una mejora en su calidad de vida. Por ejemplo, se tiene una excelente legislación, pero no se lleva a la práctica todo lo que se establece en la normativa, y es por ello que este colectivo continúa siendo el más desprotegido con respecto al resto de ciudadanos, por lo que hoy en día las personas con discapacidad siguen siendo objetos de discriminación, exclusión y marginación (Manya, s.f.).

Otra dificultad que continúa presente y que afecta, directamente, a las personas con discapacidad, es el hecho de no ser aceptadas plenamente como participantes activos de la sociedad, con todos los derechos, privilegios y servicios. Este colectivo manifiesta que el trato discriminatorio que reciben por parte de las personas sin discapacidad, es el mayor obstáculo al que tienen que hacer frente en su integración. Muchas de estas actitudes están basadas en los prejuicios, los cuales constituyen la peor carga para las personas con discapacidad y les impide que se les reconozca por igual en la sociedad (Manya, s.f.).

En definitiva, si relacionamos la calidad de vida con las personas con discapacidad, se puede afirmar que este colectivo no muestra un sentimiento de bienestar ni de satisfacción en los diferentes ámbitos de su vida, debido a la multitud de limitaciones que tienen a su alrededor. Sobre todo, la falta de comprensión por parte del resto de la sociedad que no los termina de incluir como agentes activos en la ciudadanía. Para lograr un cambio, habría que empezar a modificar la percepción que tiene el resto de la población, para después ir eliminando poco a poco las barreras a las que deben hacer frente. Y para conseguir esto, se deberá trabajar desde el esfuerzo y la participación

conjunta de todos los miembros de la sociedad, incluyendo a instituciones públicas y privadas, a colegios, profesionales, familias, etc.

2.4.Ocio y Tiempo Libre

La Real Academia Española (2014), define el ocio como el tiempo libre de una persona, la cesación del trabajo, inacción o total omisión de la actividad. Para entender el concepto de ocio es importante diferenciarlo de otros términos como el de tiempo libre y tiempo liberado.

Por un lado, el tiempo libre corresponde a los momentos sin obligaciones formales, como pueden ser las actividades laborales, de formación, centros ocupacionales, etc. En este se suelen realizar actividades que son obligatorias, como las tareas domésticas o compras de primera necesidad. Por otro lado, el tiempo liberado, es la parcela de tiempo en la que las personas no tienen que desarrollar ninguna actividad de forma obligatoria y, por el contrario, tienen total decisión sobre lo que desean realizar. En este tiempo es en el que se desarrolla el ocio, caracterizado por efectuar actividades de forma voluntaria y satisfactoria (Tejeda, 2013).

Desde una perspectiva multidimensional, el ocio forma parte de una de las dimensiones de la calidad de vida, concretamente de la dimensión del bienestar físico (Verdugo, 2006). Este se da cuando una persona elige de manera voluntaria hacer alguna actividad que puede ser visible o mental, y cuya realización le produce una sensación de bienestar, alegría, relajación, contento o satisfacción (Setién, 2000).

Todas y cada una de las características relacionadas con el incremento de la insatisfacción, del estrés, del aburrimiento, de la falta de actividad física, de la falta de creatividad o de la alienación en el día a día de las personas, podrían verse aliviadas con la realización de conductas de ocio, ofertadas en la comunidad (Madariaga, s.f.).

El ocio y tiempo libre son una parte esencial dentro de la vida cotidiana de cada individuo, ya que todos tenemos el derecho y la necesidad de disfrutar de actividades relacionadas con el ocio que nos agraden y que nosotros elijamos. El disfrute de un ocio pleno y activo, contribuye a una mayor integración dentro de la sociedad.

El ocio, al constituir un fenómeno social complejo, puede ser desglosado en varias dimensiones, las cuales van a permitir establecer la relación que existe entre el ocio y la calidad de vida. Cuenca (1995 en Setién, 2000), menciona cinco dimensiones de ocio, las cuales se expondrán a continuación:

- *Lúdica*: se trata de una manifestación del ocio que provoca descanso y diversión. Se representa como una forma de evadirse de los problemas de la realidad, regenera y distrae a la persona.
- *Ambiental-Ecológico*: se deriva de las acciones y sensaciones que giran en torno al encuentro con la naturaleza y con el medio ambiente saludable.
- *Creativa*: permite aprender algo y formarse. Las acciones ociosas, provocan desarrollo personal, ya que mediante acciones voluntarias y gratificantes, las personas mejoran en algún aspecto, sea cultural, estético o dando sentido y autorrealización. Se trata pues de un ocio formativo, reflexivo y cultural.
- *Festiva*: es la faceta del ocio alegre y gozoso. La fiesta constituye la expresión más emblemática de esta dimensión del ocio como vivencia extraordinaria, pública y común a los que la comparten.
- *Solidaria*: representa la cara altruista y social del ocio. Las acciones ociosas que potencian la apertura a los demás, la participación, la comunicación o la interacción, son ejemplos de esta faceta del ocio.

El papel asignado al ocio ha evolucionado en la última década, y actualmente, en la mayoría de los casos, supone un ámbito de vital importancia considerado fundamental para posibilitar el acceso y disfrute de la persona a experiencias de ocio cotidianas o extraordinarias. A parte de esto, se considera como un área fundamental en la calidad de vida tanto a nivel comunitario como personal, pues está ligado a la satisfacción y a las emociones. Las experiencias en actividades de ocio son diversas, por lo que la sociedad debería promover una gran variedad de oportunidades y vivencias (Madariaga y Rubio, 2013).

Para que una actividad se considere propiamente de ocio, tiene que cumplir tres condiciones. En primer lugar, deber ser de libre elección y voluntariedad, se parte del principio de que la persona tiene libertad para decidir que quiere hacer y tiene variedad de opciones para elegir. En segundo lugar, se debe establecer una vivencia placentera y de satisfacción, hay que tener en cuenta que no existe una actividad que sea considerada

de ocio por todo el mundo. Por último, debe ser deseable por uno mismo y con carácter final, es decir, no se tiene que tener en cuenta lo que se produce posteriormente (Sierra, s.f.).

En definitiva, el concepto de ocio, se puede considerar como un aspecto fundamental para mejorar la calidad de vida, pues permite que las personas puedan disfrutar y participar de las diversas actividades, ofertadas por la población, en su tiempo libre, lo cual podría llegar a beneficiar su bienestar y obtener altos niveles de satisfacción. Además, uno de los beneficios que nos puede llegar a proporcionar el ocio es que fomenta la participación activa de las personas y favorece las relaciones interpersonales.

Creemos, que hay que participar y formar parte de actividades de ocio para obtener una vida más plena, activa y satisfactoria, pues puede llegar a favorecer el desarrollo de todos los individuos.

2.4.1. Ocio y Tiempo Libre en las personas con discapacidad

Según Sierra (s.f., p. 2) “el ocio es un derecho humano fundamental que favorece el desarrollo de las personas y del que nadie debiera ser privado por razones de discapacidad, género, orientación sexual, edad, etnia, o cualquier circunstancia personal o social. También es un medio esencial para lograr el bienestar emocional, el desarrollo de relaciones interpersonales significativas y fomentar la inclusión en el propio entorno. Es, en definitiva, un factor clave para la mejora de la calidad de vida”.

El tiempo libre, es necesario, pero hay que aprender a utilizarlo, a llenarlo de contenido para disfrutar de un ocio de calidad. Así, la utilización del ocio y tiempo libre por las personas con discapacidad va a ser indicador del grado de integración en la sociedad. Se puede decir que comienzan el largo proceso de la integración social en la medida que utilicen los recursos comunitarios, establezcan redes sociales fuera de la familia, realicen actividades adecuadas a su edad, etc. (Sierra, s.f.).

Tres son los principios básicos a la hora de prestar apoyos de ocio a las personas con discapacidad:

- Normalización, entendida como poner al alcance de las personas con discapacidad las formas y las condiciones de vida cotidianas lo más parecidas posible a las circunstancias y modos de vida de los ciudadanos de su comunidad.

- Orientación individual, pensada como la organización de un sistema de apoyos adecuado a cada persona para que pueda participar de manera activa y plena en el ocio comunitario, potenciando y desarrollando sus habilidades.
- Inclusión social, concebida como una actitud que parte de que la diversidad, la convivencia y el aprendizaje de todas las personas que forman una comunidad, es la mejor manera de beneficiar a todas y cada una de ellas (Guirao y Vega, 2012).

El binomio de ocio y discapacidad es una realidad, aun hoy día, llena de luces y sombras. Por un lado, se ha avanzado en el marco normativo, en la elaboración de planes de acción, ha aumentado el papel activo del colectivo en la reivindicación del derecho al ocio, se realizan estudios sobre el tema, se ha consolidado el conocimiento del ocio en cada tipo de discapacidad, se considera relevante el ocio como área vital de la persona con discapacidad y ha aumentado la difusión del tema en publicaciones del sector de la discapacidad. Pero, en cambio, por otro lado, las dificultades de acceso al ocio de este colectivo siguen presentes, ya que hay problemas en la financiación de los programas, sigue vigente un enfoque sectorial y parcial de la atención al ocio de las personas con discapacidad, y deben consolidarse más los equipos de investigación, la divulgación de resultados y el trabajo en red (Madariaga, s.f.).

El estilo personal de ocio es la forma que cada persona tiene de utilizar su tiempo de ocio y cambia a lo largo de la vida de cada individuo. Las personas con discapacidad para ejercer su derecho al ocio, necesitan que se lleven a la práctica las leyes y normativas que existen destinadas a ello, necesitan ser escuchadas, tener poder de decisión, que se les preste apoyo y que existan medidas de acción positiva en la sociedad (Guirao y Vega, 2012).

Según Sierra (s.f.), se han elaborado diversos programas de Educación para el Ocio. Estos son programas puntuales, que no están enmarcados en el tiempo libre y que pueden llevarse a cabo desde distintos servicios (laborales, educativos, residenciales, de ocio, etc.). Cuentan con un componente formativo, ya que se trata de aprender las habilidades necesarias para llevar a cabo actividades de ocio, por ejemplo, leer la cartelera, utilizar el transporte, etc. Hay que recordar, que en el contexto de ocio, las actividades se realizan únicamente por placer, aunque, se consigan beneficios y mejoras personales.

Existen dos modelos de actividades de ocio: la oferta comunitaria y programas específicos para personas con discapacidad. Únicamente cuando las necesidades de apoyo que requiera la persona o las características de la actividad (barreras arquitectónicas, desplazamiento, etc.) le impidan participar de manera integrada, se le incluirá en un programa de ocio específico, que nunca deberá olvidar su objeto de plataforma para la integración y deberá, en consecuencia, utilizar los recursos comunitarios, ofertar actividades normalizadas, etc. (Sierra, s.f.).

A la hora de emplear su tiempo de ocio, las actividades culturales y el turismo constituyen dos de los mayores intereses de la mayoría de la población. Las demandas de ocio de las personas con discapacidad son las correspondientes a su edad y condición social, pero se ven frecuentemente truncadas por las dificultades impuestas por el entorno (Alonso, 2002).

En la gran mayoría de los casos, desde las numerosas entidades se afirma que, el ocio mejora la calidad de vida y contribuye al pleno desarrollo integral de la persona. Esta afirmación se sustenta en que, el ocio aumenta la autoestima y mejora el estado de ánimo, fomenta el desarrollo de habilidades personales y el sentimiento de pertenencia a una comunidad, promueve la independencia de la persona, posibilita relaciones interpersonales, proporciona el uso y disfrute de servicios comunitarios, etc. (Madariaga, 2011).

En definitiva, este colectivo de personas con discapacidad, es considerado vulnerable con respecto a las actividades de ocio y tiempo libre, pues en la sociedad de hoy en día las personas con diversidad funcional no tienen la misma posibilidad de participar en el ocio como las personas sin discapacidad, debido a la multitud de barreras y a la falta de accesibilidad en muchas actividades que van dirigidas al ocio, lo que hace que estas personas no consigan una integración y una plena participación en la comunidad.

Es necesario integrar a las personas con discapacidad en este tipo de actividades, ya que, aparte de tener el mismo derecho que el resto de la población, el ocio mejora la calidad de vida y contribuye al desarrollo integral de las personas con discapacidad, además de que puede llegar a favorecer su autonomía.

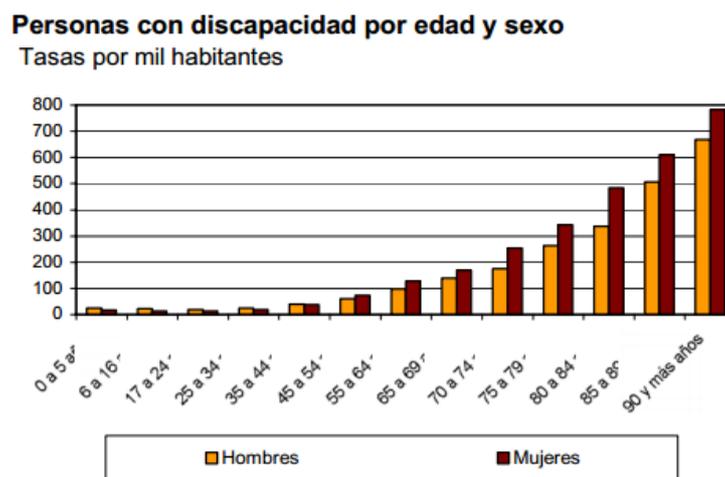
2.4.2. La discapacidad y el ocio en cifras

En cuanto a la dimensión de esta realidad, se calcula que más de mil millones de personas, es decir, un 15% de la población mundial, están aquejadas por la discapacidad en alguna forma. Tienen dificultades importantes para funcionar entre 110 millones (2,2%) y 190 millones (3,8%) personas mayores de 15 años. Pero eso no es todo, pues las tasas de discapacidad están aumentando debido en parte al envejecimiento de la población y al aumento de la prevalencia de enfermedades crónicas (OMS, 2011).

Las cifras referidas a la Unión Europea, según el Parlamento Europeo (2001), dicen que uno de cada diez ciudadanos europeos presentan algún tipo de discapacidad, es decir, aproximadamente 38 millones de personas han de hacer frente a diario a obstáculos que impiden su plena participación en la sociedad de la que son miembros.

En la sociedad española, según la Encuesta de Autonomía personal y situaciones de Dependencia (EDAD), realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INE), en el año 2008, el número de personas con discapacidad asciende a 3,8 millones, lo que supone un 8,5% de la población. Por sexo, más de 2,30 millones de mujeres afirman tener una discapacidad, frente a 1,55 millones de hombres (INE, 2008).

Gráfico 1. Personas con discapacidad por edad y sexo.



Fuente: INE (2008).

Según la EDAD, si realizamos una diferenciación por tipo de discapacidad, en España, hay aproximadamente, un total de 2,5 millones de personas con discapacidad física, 1

millón con discapacidad visual, 1 millón de personas con discapacidad auditiva y 300.000 mil con discapacidad intelectual (INE, 2008).

Haciendo referencia a las Comunidades Autónomas, Canarias presenta un 7,13%, la cual ocuparía la cuarta Comunidad con menos porcentaje de personas con discapacidad (INE, 2008).

Un estudio realizado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) a la población española, demuestra que, un 50% de los encuestados están de acuerdo con que las personas con discapacidad tienen difícil el acceso a los establecimientos de ocio y tiempo libre (hoteles, restaurantes, lugares donde ver o hacer deporte, cines, teatros, museos, etc.) y que un 30% afirman que el acceso a estos establecimiento es, incluso, muy difícil (CIS, 2003).

Según la encuesta EDAD 2008, con respecto a las sensaciones de discriminación que experimentan las personas con discapacidad podemos decir que, un 17,96% de las personas entrevistadas precisan haberse sentido discriminadas para participar en actividades culturales, de ocio y diversión, un 25,74% en la participación social y un 40,70% se siente discriminada con respecto a las relaciones sociales que se experimentan con los demás (INE, 2008).

También, es importante destacar que, según la Encuesta de Integración Social y Salud, realizada por el INE, entre las distintas situaciones de la vida diaria donde la población con discapacidad ve limitada su participación, destaca, entre otras, las actividades de ocio o culturales con un 69%, debido a las numerosas barreras y dificultades que existen en la sociedad, y que afectan al disfrute de las actividades de ocio por parte de este colectivo (INE, 2013).

Si consideramos que la Comunidad Autónoma de Canarias, cuenta con un 7,13% de personas con discapacidad, podemos decir que un 4,92% de estas personas, ven limitada su participación en las diferentes actividades de ocio y tiempo libre.

En conclusión, una vez observados los datos estadísticos de las distintas encuestas realizadas, estos nos muestran que existe un porcentaje elevado de personas con discapacidad que se sienten excluidas por diversos motivos, sobre todo, se encuentran insatisfechas con lo relacionado a las actividades de ocio, pues consideran que no

pueden acceder a las mismas como el resto de la población. Al igual que en el ámbito nacional, ocurre en la Comunidad Autónoma de Canarias, pues muchas personas se sienten discriminadas para participar en actividades culturales, de ocio y diversión, en la participación social y con respecto a las relaciones sociales que se experimentan con los demás.

2.4.3. Legislación sobre ocio y discapacidad

Es imprescindible mencionar algunas, de las principales, legislaciones que reconocen los derechos de las personas con discapacidad. Entre ellas, podemos destacar:

La convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad del 13 de diciembre de 2006. En su artículo 30 sobre participación en la vida cultural, actividades recreativas, esparcimiento y deporte, establece que:

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de las personas con discapacidad a participar, en igualdad de condiciones que los demás, en la vida cultural y adoptarán todas las medidas pertinentes para asegurar que las personas con discapacidad:
 - a) Tengan acceso a material cultural en formatos accesibles;
 - b) Tengan acceso a programas de televisión, películas, teatro y otras actividades culturales en formatos accesibles;
 - c) Tengan acceso a lugares en donde se ofrezcan representaciones o servicios culturales tales como teatros, museos, cines, bibliotecas y servicios turísticos y, en la medida de lo posible, tengan acceso a monumentos y lugares de importancia cultural nacional.

La Constitución Española de 1978, en su artículo 43.3, establece que “los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. Asimismo, facilitarán la adecuada utilización del ocio”.

El Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, recoge en su artículo 50.1 que “las personas con discapacidad y sus familias tienen derecho a los servicios sociales de apoyo familiar, de prevención de deficiencias y de intensificación de discapacidades, de promoción de la autonomía

personal, de información y orientación, de atención domiciliaria, de residencias, de apoyo en su entorno, servicios residenciales, de actividades culturales, deportivas, ocupación del ocio y del tiempo libre”.

En su artículo 51.8 refiere que “las actividades deportivas, culturales, de ocio y tiempo libre se desarrollarán siempre que sea posible, de acuerdo con el principio de accesibilidad universal en las instalaciones y con los medios ordinarios puestos al servicio de la ciudadanía. Sólo cuando la especificidad y la necesidad de apoyos lo requieran, podrá establecerse, de forma subsidiaria o complementaria, servicios y actividades específicas”.

También, el Real Decreto Legislativo 1/2013, en su artículo 57.1 manifiesta que “los poderes públicos garantizarán la prevención, los cuidados médicos y psicológicos, los apoyos adecuados, la educación, la orientación, la inclusión social y laboral, el acceso a la cultura y al ocio, la garantía de unos derechos económicos, sociales y de protección jurídica mínimos y la Seguridad Social”.

Por último, decir que en la Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad de las Personas con Discapacidad, destacan los principios de Normalización y Accesibilidad Universal. De esos principios se derivan cuestiones importantes para el ocio, como el acceso a los mismos lugares, ámbitos, bienes y servicios que están a disposición de cualquier otra persona, la estrategia de “diseño para todos” y la valoración de los apoyos específicos destinados a compensar las desventajas o especiales dificultades que tienen las personas con discapacidad para su participación plena en cualquier ámbito.

2.5. Accesibilidad

De acuerdo a la normativa de accesibilidad, esta se constituye como un elemento clave para poder disfrutar del ocio y tiempo libre. Las personas con discapacidad, día a día, tienen que luchar para que se cumplan todas las normas de accesibilidad y poder eliminar y suprimir esas barreras a las que tienen que hacer frente en muchos aspectos de su vida, incluyendo en el ámbito del ocio.

El concepto Europeo de Accesibilidad (1996 en Alonso, 2002), determina que la accesibilidad es una característica básica del entorno construido. Es la condición que

posibilita el llegar, entrar, salir y utilizar las casas, las tiendas, los teatros, los parques y lugares de trabajo. La accesibilidad permite a las personas participar en las actividades sociales y económicas para las que se ha concebido el entorno construido.

“Una de las claves para la inclusión es la accesibilidad estructural, condición necesaria aunque no suficiente para que todas las personas puedan participar. Hasta el mejor proyecto de ocio inclusivo se ve resentido si, a pesar de una buena planificación y gestión no se dan las condiciones de accesibilidad requeridas. Por tanto, es necesario articular las condiciones de diseño universal para que todos los lugares de ocio sean accesibles” (Madariaga, 2013, p. 10).

Es importante tener en cuenta que, sin la accesibilidad no se obtiene una formación adecuada, sin formación no se logra un empleo que proporcione una remuneración que permita la autonomía, sin esta última no se alcanza la normalización, y sin esa, no es posible disfrutar del ocio y tiempo libre como cualquier otra persona (De Asís, 2007).

2.5.1. Accesibilidad en las personas con discapacidad

Los logros en materia de acceso para las personas con discapacidad inciden de manera positiva en distintos ámbitos, como por ejemplo, la calidad de vida profesional. A pesar de ello, uno de los temas pendientes que todavía sigue preocupando, con respecto a las personas con discapacidad, es la posibilidad de acceso a los establecimientos de ocio. De hecho, cuando se les pregunta por las actividades que realizarían si se eliminasen todas las barreras, afirman que sería la de ir al cine o al teatro, actividades que las personas sin discapacidad realizan a diario sin ningún tipo de dificultad (IMSERSO, 2003).

La no discriminación, acción positiva y accesibilidad universal constituyen la trama sobre la que se ha dispuesto un conjunto de disposiciones que persiguen, con nuevos medios, un objetivo ya conocido: garantizar y reconocer el derecho de las personas con discapacidad a la igualdad de oportunidades en todos los ámbitos de la vida política, económica, cultural y social (De Asís, 2007).

Según De Asís (2007), se puede entender la accesibilidad como la cualidad de un medio que permite su utilización social o individual en igualdad, con seguridad y de forma

autónoma por todas las personas, con independencia de sus posibles deficiencias en sus funciones sensoriales, intelectuales o en sus estructuras corporales.

Según Alides (2005) existen numerosos ámbitos del ocio, a los que hay que prestar atención a la hora de la accesibilidad. Entre ellos se pueden destacar:

- El ámbito de la cultura: deben contemplarse los requisitos de los usuarios con discapacidad en el acceso al patrimonio.
- El ámbito del turismo: se deben garantizar las condiciones de accesibilidad global de las infraestructuras y entornos turísticos.
- El ámbito del deporte: es conveniente mejorar las condiciones de accesibilidad plena de las infraestructuras deportivas.
- El ámbito de la recreación: conviene asegurar la accesibilidad en el diseño de espacios, de ordenación del territorio, de planificación urbanística, en la edificación de viviendas, etc.

Matizar que una de las propuestas que se pueden llevar a cabo para mejorar la accesibilidad en los espacios de ocio podría ser, el cumplir la normativa de accesibilidad, consultar a técnicos especializados en diseños de espacios de ocio, y en todo caso al colectivo de personas con discapacidad (CERMI, 2011).

En definitiva, la accesibilidad se trata de una característica imprescindible para que las personas con discapacidad puedan acceder a distintos lugares, ya que si esto no se fomenta nunca se llegará a desarrollar una sociedad inclusiva. Además, es imprescindible que se ponga en marcha el diseño universal para que todas las actividades de ocio sean accesibles y para que se lleve a cabo el cumplimiento de la normativa vigente.

2.5.2. Obstáculos en el ámbito del ocio

Entre las posibles explicaciones sobre las dificultades en el acceso al ocio de las personas con discapacidad, se podría destacar la escasez e inadecuados servicios de ocio para este colectivo, a pesar de que estas actividades se constituyan como indicadores de la calidad de vida, pues son un medio importante para que la persona consiga diversión, amistades, y desarrolle habilidades y competencias (Badía, 2006). Actualmente, la

oferta de ocio excluye a las personas con discapacidad porque no cumplen las condiciones necesarias para la libre y plena participación (Madariaga, s.f.).

Se continúa trabajando en estas dificultades para trazar un acercamiento al mundo de la discapacidad, respondiendo a determinadas necesidades generales y específicas, realizando una labor de intermediación entre el desarrollo del ámbito del ocio como fenómeno social y personal y el ámbito de la discapacidad. Para que esto sea efectivo, será necesario, elaborar planteamientos, herramientas y estrategias que posibiliten una participación y equiparación de oportunidades en el ocio por parte de las personas con discapacidad (Madariaga y Rubio, 2013).

Con respecto a los establecimientos vinculados al ocio y turismo (cines, teatros, hoteles, bares y restaurantes), las personas con discapacidad afirman que estos edificios se encuentran entre los peores valorados en cuanto a su accesibilidad. Es decir, no sólo son poco accesibles, sino que su inaccesibilidad es más problemática que la de otros edificios de gran relevancia (hospitales, centros de asistencia, edificios educativos, etc.). Esto muestra la gran insatisfacción que los colectivos de personas con discapacidad tienen con respecto a sus posibilidades de ocio y turismo, y cómo estas se ven reducidas por la inaccesibilidad en el acceso a estos establecimientos (Alonso, 2002).

Además, la falta de una atención adecuada está vinculada con la accesibilidad, especialmente cuando se trata de espacios en los que el número de obstáculos es elevado. Son escasos los espacios residenciales que cumplen unos mínimos de accesibilidad y casi inexistentes los que pueden recibir a un usuario con discapacidad física o sensorial en igualdad de condiciones que el resto (Alonso, 2002).

Pero no todo es así, pues en la actualidad la televisión, el teléfono móvil y el uso de internet han abierto nuevas posibilidades de comunicación, de ocio y formación en un mundo cada vez más global. Hay que decir que, muchas pautas de comportamiento de las personas con discapacidad en relación a las nuevas tecnologías de información y comunicación, en términos generales, se aproximan a las de la población general. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), han posibilitado el intercambio de información entre distintos individuos, contribuyendo a eliminar barreras y distancias físicas. Es necesario eliminar la discriminación, para que las personas con discapacidad puedan beneficiarse, adecuadamente, de todas las ventajas

que ofrecen las nuevas tecnologías. Esto, se puede decir, que es en gran parte, un trabajo del que debe responsabilizarse toda la sociedad (Gutiérrez y Martorell, 2011).

En conclusión, los obstáculos siguen presentes en nuestra sociedad y no se ha avanzado mucho con respecto a este tema. Aunque, hay que destacar que, desde las distintas asociaciones y colectivos se trabaja para potenciar el acercamiento de las personas con discapacidad y así intentar ir eliminando barreras, poco a poco, para lograr una plena participación. Además, un aspecto importante es que, el acceso a las nuevas tecnologías ha generado un gran acercamiento, posibilitando que las personas con discapacidad puedan participar de las mismas.

2.5.3. Barreras referidas al ocio y a las personas con discapacidad

Las personas con discapacidad, a la hora de disfrutar de su tiempo de ocio encuentran multitud de dificultades. Estas dificultades aparecen en forma de barreras personales, tanto en la comunicación para expresarse o hacerse entender, como en su actitud al sentirse incapaces para realizar ciertas actividades. Otras de las barreras con las que se encuentran son las arquitectónicas, obstáculos físicos que limitan la libertad de movimiento a las personas en la accesibilidad y el desplazamiento. También barreras sociales debido al trato que reciben por parte de la sociedad, que en algunos casos pueden ser discriminatorio o excluyente, como puede ocurrir al tratarles como enfermos y no como personas, y barreras familiares, como la sobreprotección (Guirao y Vega, 2012).

Los efectos de dichas barreras pueden llegar incluso a la exclusión social, a la estigmatización y a agravios psicológicos para las personas afectadas. La incapacidad de la sociedad para eliminar las barreras de movilidad, de comunicación y de comprensión es característica de la atención desigual que reciben las personas con capacidades reducidas. A la inversa, cada barrera al acceso que cae nos acerca un poco más a la consecución de una sociedad justa (IMSERSO, 2003).

Deben ser las propias personas con discapacidad, las que decidan sobre su propio ocio. Para que esto pueda cumplirse en la práctica, es necesario que estas personas puedan disponer de la oportunidad de acceder a la misma oferta de ocio que el resto de la población y para ello será necesario llevar a cabo la eliminación de las barreras que todavía existen en los contextos de ocio y el uso del tiempo libre. Estas barreras, pueden

estar presentes en cines y teatros, hoteles, restaurantes, turismo, eventos e instalaciones deportivas, albergues, museos, bares y discotecas, parques, playas, entre otras (Alides, 2005).

El estudio recogido en el libro verde de accesibilidad en España, muestra el grado de conocimiento que las barreras suponen sobre la vida de los encuestados. Los resultados demuestran que un 41% de las personas, una vez que se eliminasen las barreras, harían las mismas cosas que han realizado hasta ahora, pero también desempeñarían otras nuevas (vinculadas al ocio y a las relaciones personales) que en la actualidad no pueden hacer, nuevas actividades que ahora están vetadas a causa de las barreras existentes. Este grupo de personas con discapacidad reconocen que las circunstancias actuales condicionan su libertad de acción y elección (Alonso, 2002).

A continuación, se detallan algunas de las barreras que pueden afectar al ámbito del ocio y tiempo libre, según el tipo de discapacidad.

Tabla 2. Barreras que afectan a las personas con discapacidad en el ocio y tiempo libre.

Tipo de discapacidad	Barreras
Discapacidad física	<ul style="list-style-type: none"> - Presencia de rampas y escalones en establecimientos de ocio (bares, discotecas, instalaciones deportivas, teatros, cines, etc.). - Establecimientos que no están al nivel de la altura de la silla de ruedas. - Baños inadaptados.
Discapacidad auditiva	<ul style="list-style-type: none"> - Falta de subtítulos con códigos de colores. - Necesidad de intérpretes en lengua de signos en distintos ámbitos de la vida de una persona. - No contar con bucles de inducción magnética.
Discapacidad visual	<ul style="list-style-type: none"> - No tener adaptado el material escrito y documentación a modo braille. - No contar con una señalización accesible. - Falta de audiodescripción en establecimientos de ocio.
Discapacidad intelectual	<ul style="list-style-type: none"> - Escasez de señalética en los establecimientos de ocio. - No realizar explicaciones claras y concisas. - No contar con los apoyos necesarios.

Fuente: PREDIF (2011).

En definitiva, las barreras son un aspecto que nos encontramos día a día en nuestra sociedad, y que afecta a muchas personas con discapacidad. Hay que tener en cuenta que este colectivo debe decidir sobre las actividades de ocio que desean realizar y que deben ser ellas las que elijan lo que quieren hacer. Esto no puede ser posible, si las barreras continúan presentes, ya que cuentan con un reducido abanico de posibilidades que pueden desarrollar. Existen muchas barreras, que son poco visibles, sobre todo por la falta de sensibilización que muestra la sociedad con las personas con discapacidad.

2.6.Trabajo Social Comunitario

El Trabajo Social Comunitario tiene como finalidad principal afrontar los desafíos que para la inclusión social demandan una respuesta colectiva a la ciudadanía.

“La enunciación de comunidad que se emplea generalmente para el Trabajo Social Comunitario está formada por cuatro elementos: el espacio territorial que ocupa la comunidad, los habitantes que se encuentran en él, las necesidades que perciben y los recursos con los que cuentan” (Hernández, 2009, p. 19).

El Trabajo Social Comunitario se ha designado con diferentes expresiones, pero, salvo ciertas matizaciones, todos hacen referencia al proceso que se realiza para la consecución del bienestar social de la población, con la participación directa y activa de ésta en el análisis, concienciación y resolución de los problemas que afectan a la comunidad, partiendo por tanto de la propia comunidad y de la utilización, potenciación o creación de los recursos de la misma (Lillo y Roselló, 2004).

Este concepto, nos capacita para afrontar desafíos que no pueden ser resueltos de otra manera, y además, mejora nuestra experiencia de vida, enriquece nuestra identidad personal y nos prepara para vivir en todas las dimensiones de una vida social, constituida por comunidades de interés y de afecto (Fernández y López, 2008).

Quienes ejercen el Trabajo Social, cuando intervienen desde la óptica del Trabajo Social Comunitario, tienen como objetivo capacitar a las personas para la participación y la interacción en una comunidad de intereses vinculados al concepto de ciudadanía. Estos intereses son los que se derivan del propio substrato ético de la democracia y del Estado de Bienestar. Tienen una relación esencial con las políticas de inclusión social, la lucha

contra la exclusión y la búsqueda de unas mejores condiciones estructurales para poder ejercer derechos como ciudadanos (Fernández y López, 2008).

El Trabajo Social Comunitario, presenta un doble objetivo, que determina su metodología como disciplina científica. Por un lado, capacita a cada persona para la interacción en una comunidad, desarrollando las habilidades necesarias para poder realizarse como ciudadanos. Por otro lado, organiza comunidades específicas para abordar problemas colectivos, para defender intereses y lograr metas que no pueden ser alcanzadas de forma individual, porque responden a la dimensión estructural de la vida social.

Según Barbero y Cortés (2005) los profesionales deben averiguar cuáles son las necesidades y puntos fuertes del contexto social pertinente, hablar con la gente y fomentar entre ellos lo necesario para paliar sus necesidades. A partir de ahí formar grupos y comisiones, entre ellos, elaborando una lista de objetivos, clasificándolos y establecer una jerarquía de cual se quiere alcanzar primero y porqué. Al establecerse nuevos lazos entre la gente del contexto social pueden darse problemas en las relaciones de manera que la labor del profesional será enseñarles a comunicarse y mediar. Una vez estén los puntos, éste solo deberá despedirse y concluir.

En conclusión, el Trabajo Social Comunitario, trabaja en la sociedad fomentando la inclusión y la participación activa, de todos los individuos. Uno de sus principales objetivos es luchar para que todos participen y pueda llegar a establecerse la igualdad, además de que pretende capacitar a las personas para que interaccionen en la comunidad. Todo esto tiene como fin, la consecución del bienestar social de la población y del aumento de su calidad de vida.

2.6.1. Funciones en el Trabajo Social Comunitario

Quienes intervienen desde el Trabajo Social, desempeñan su actividad profesional, general o especializada, en múltiples y diversos ámbitos de actuación, y ante situaciones de necesidad social, de riesgo o problemáticas sociales, cuyo espacio está definido por el objeto específico y funciones propias de la profesión de Trabajo Social (ANECA, 2005).

Uno de los ámbitos sobre los que actúan, son los servicios sociales comunitarios, en los cuales los profesionales del Trabajo Social tienen una serie de competencias, entre las que destaca la capacidad para trabajar y valorar de manera conjunta con personas, familias, grupos, organizaciones y comunidades sus necesidades y circunstancias, y la competencia de apoyar a las personas para que sean capaces de manifestar las necesidades, puntos de vista y circunstancias (ANECA, 2005).

Según el libro blanco del título de Grado en Trabajo Social, los objetivos que deberían desempeñar los servicios sociales comunitarios son:

- “Promoción y desarrollo pleno de los individuos, grupos y comunidades, potenciando las vías de participación para la toma de conciencia, la búsqueda de recursos y la solución de los problemas, dando prioridad a aquellas necesidades sociales más urgentes.
- Fomento de asociacionismo en materia de servicios sociales, como cauce eficiente para el impulso del voluntariado social.
- Establecimiento de vías de coordinación entre organismos y profesionales que actúen, dentro de su ámbito territorial, en el Trabajo Social” (ANECA, 2005 p.158).

Una vez desarrollados los objetivos, se establecen las funciones de los profesionales que participan en este ámbito. Dichas funciones se dividen en tres:

- “Información, valoración, orientación y asesoramiento al ciudadano que comprenderá: la información a los ciudadanos sobre sus derechos y los recursos sociales existentes en los servicios sociales; y la detección y análisis de los problemas de los distintos sectores de la población, con objeto de conseguir una mejor planificación de los servicios sociales.
- De cooperación social, que tendrá como cometido la promoción y potenciación de la vida comunitaria, impulsando el asociacionismo.
- De ayuda a domicilio, dirigido a la prestación de una serie de atenciones de carácter doméstico, social y de apoyo personal a individuos o familias, facilitándoles la autonomía en su medio habitual. De convivencia y reinserción social, que tendrá como función la búsqueda de alternativas al internamiento en instituciones de las personas que se encuentran en especiales condiciones de

marginación, procurando la incorporación de todos los ciudadanos a la vida comunitaria” (ANECA, 2005 p.159).

2.6.2. Rol del trabajador social con las personas con discapacidad

Cuando el profesional del Trabajo Social realiza su primer contacto con la persona, comienza la intervención social, en un contexto de escucha activa y acompañamiento. Este proceso se entiende como una acción que requiere de una relación profesional continuada, valorando su situación personal, familiar o del entorno y detectando las posibles necesidades, con el objetivo de que se obtengan buenos niveles de calidad de vida y bienestar social (De Lorenzo, 2007).

Entre las funciones de un/a trabajador/a social, se encuentra la de ayudar a las personas con discapacidad a mejorar sus posibilidades de éxito en la consecución de sus objetivos. El respeto a la autonomía y a la autodeterminación son imprescindibles para responder a los modelos actuales desde donde se aborda la discapacidad (De Lorenzo, 2007).

Según Martínez (1996 en De Lorenzo, 2007), las ideas que deben marcar nuestro interés en el conocimiento de esta materia son:

- Las dificultades que presentan las personas con discapacidad obedecen a multitud de causas, por lo que las respuestas que se dan deben ser siempre individualizadas.
- Se deberá de evitar la discriminación, estableciendo medidas de acción positiva y realizando una atención social, inspirada en los principios de normalización, igualdad de oportunidades y plena participación en la sociedad.
- La igualdad de oportunidades implica la adopción de políticas integrales, lo que convierte a la discapacidad en un tema transversal y no exclusivo de servicios sociales especializados.
- Los profesionales pueden ser agentes de promoción, pero también pueden incurrir en el paternalismo generador de dependencia.

Según De Lorenzo (2007 p. 378), “la información, orientación y asesoramiento de los trabajadores sociales pueden ayudar a las personas a reconocer y compartir los desafíos emocionales que surgen de las diferentes situaciones y experiencias”.

Es necesario crear un espacio donde la persona se pueda expresar abierta y libremente sobre cómo se siente, sus emociones, miedos, sus preocupaciones, sus sentimientos de inseguridad y de vulnerabilidad, para que pueda reducirse la preocupación y la ansiedad permitiendo obtener un aumento en la sensación de control y de normalidad (De Lorenzo, 2007).

En definitiva, desde el Trabajo Social, se puede ayudar a las personas con discapacidad a satisfacer sus necesidades y a resolver sus problemas, desde una atención especializada para llegar a fomentar su participación activa en la sociedad y de esta manera aumentar su bienestar y calidad de vida, procurando que se lleve a cabo, en todo momento, una integración normalizada en la sociedad.

2.6.3. El Trabajo Social en el ámbito del ocio

En el ámbito del ocio y tiempo libre, la intervención desde el área de Trabajo Social, se puede llevar a cabo con el fin de contribuir a solventar los problemas sociales que están dificultando una incorporación normalizada a los recursos de ocio, así como, conocer y contactar con dichos recursos a fin de facilitar el acceso y poder garantizar un adecuado seguimiento. Además, se debe coordinar y planificar las actividades de reinserción social y laboral, familiar y de ocio (De Asís, 2007).

Desde la Cartera de Servicios Sociales del movimiento FEAPS orientada hacia personas con discapacidad intelectual, se han establecido una serie de objetivos que se pueden llevar a cabo desde la disciplina del Trabajo Social para resolver las dificultades a las que se deben enfrentar en el ámbito del ocio. A pesar de estar dirigidos a este colectivo específico, se considera que estos objetivos pueden ir orientados también hacia el resto de personas con discapacidad, pues cada uno de ellos ayuda a mejorar la situación de integración en las actividades de ocio. Entre ellos se pueden destacar:

- Ofrecer a la persona con discapacidad los recursos y apoyos necesarios para que puedan ejercitar su derecho a un ocio individual y compartido en igualdad de condiciones que el resto de la comunidad.
- Orientar el servicio de ocio en función de las necesidades, intereses y demandas de las personas con discapacidad.
- Favorecer mecanismos de coordinación entre familias, profesionales y entidades para que se generen y adecuen los entornos.

- Informar y orientar a la persona con discapacidad hacia la oferta de ocio comunitaria más adecuada a sus gustos, intereses y necesidades personales.
- Asesorar y formar a profesionales y entidades susceptibles de integrar en su oferta a personas con discapacidad.
- Sensibilizar a la comunidad sobre ocio e inclusión social del colectivo con discapacidad.
- Ofertar actividades de ocio normalizadas en espacios y lugares públicos.
- Favorecer las relaciones interpersonales y de amistad.
- Implicar a personas voluntarias en la organización del servicio y en la atención directa.
- Estimular la autodirección y autogestión, para posibilitar un ejercicio autónomo del ocio, según las capacidades de cada persona.
- Mediar entre los organismos públicos y las personas con discapacidad, para facilitar su acceso a la oferta pública de actividades de ocio (FEAPS, 2004).

En conclusión, con respecto al ocio de las personas con discapacidad, quienes ejercen el Trabajo Social pueden aportar multitud de experiencias en dicho ámbito y ofrecer la información, orientación, asesoramiento y los apoyos adecuados para que puedan disfrutar plenamente de las actividades que desean realizar. Además, pueden colaborar en el desarrollo de programas y actuaciones destinadas a este colectivo y así fomentar la accesibilidad de estas personas a las numerosas actividades de ocio que se ofertan en la sociedad.

2.7. Programas de ocio

Los programas de ocio tienen como objetivo promover las experiencias y dar respuestas a las necesidades de descanso, diversión y cuidado de la forma física de las personas con discapacidad, favoreciendo su desarrollo personal y su integración social a través de actividades lúdicas, culturales y deportivas (ANFAS, s.f.).

La literatura a menudo avanza con respecto a los temas relacionados con la integración social y la calidad de vida como resultados positivos de los programas de ocio, los cuales pueden llegar a permitir la interacción entre las personas con discapacidad y las personas sin discapacidad. Para el colectivo de personas con discapacidad, participar en estos programas resultaría beneficioso ya que podrían fomentar sus relaciones sociales

con el resto de la población, promover su salud física y psicológica, facilitar el desarrollo de habilidades y mejorar la percepción de pertenencia a la comunidad (Mahon, Mactavish, Bockstael, O'Dell y Siegenthaler, 2000).

Existen programas de ocio que cuentan con diversas actividades que atienden a grupos según la edad y a los intereses de cada colectivo. Pero a pesar de la existencia de estas actividades, si es verdad, que un elevado porcentaje de personas con discapacidad no las realizan debido a las barreras y a la falta de accesibilidad que presenta la sociedad en la que vivimos, ya que si esto se solucionara podría haber un gran avance y este colectivo beneficiarse y realizar actividades de la misma manera que las personas sin discapacidad.

Por todo ello, se debe luchar para que este colectivo pueda acceder, de manera igualitaria, a las actividades de ocio y tiempo libre, ofertadas en la sociedad, ya que esta integración puede hacer que aumente tanto el bienestar como la calidad de vida de la persona.

Por último decir que, los profesionales pueden ayudar en este tema, teniendo en cuenta que, a la hora de planificar e implementar una actividad destinada a las personas con discapacidad, deben ser sensibles y tener en cuenta una serie de cuestiones que, de no ser bien abordadas, pueden obstaculizar la práctica de una actividad de ocio y tiempo libre. Algunas de las más significativas pueden ser, las persistentes barreras arquitectónicas, la falta de implicación por parte de los organismos públicos, la oferta de actividades de ocio que dependerán del valor y compromiso que muestren los ayuntamientos y comunidades autónomas, etc. (Echevarría, 2012).

3. Objetivos

O.G.1. Descubrir la influencia del ocio en la calidad de vida de las personas con discapacidad.

O.E.1.1. Definir los términos de ocio, calidad de vida y discapacidad.

O.E.1.2. Conocer las barreras a las que se enfrentan las personas con discapacidad en el ámbito del ocio.

O.E.1.3 Identificar los beneficios que tiene el ocio en la calidad de vida de las personas con discapacidad.

O.E.1.4. Reconocer la oferta de programas de ocio existentes en las distintas asociaciones a favor de las personas con discapacidad.

O.G.2. Determinar la intervención que se puede llevar a cabo desde el Trabajo Social Comunitario en lo relacionado con el ocio y la discapacidad.

O.E.2.1. Definir el Trabajo Social Comunitario y sus principales objetivos.

O.E.2.2. Describir las funciones que se pueden desempeñar en este ámbito.

O.E.2.3. Investigar el papel que desarrollan los profesionales del Trabajo Social en los programas de ocio de las distintas asociaciones.

4. Método

Hemos realizado un estudio descriptivo, concretamente un trabajo documental basado en una revisión teórica, que se completó con una exploración básica de la realidad mediante el reconocimiento de la oferta de las principales organizaciones de personas con discapacidad. Se eligió este tipo de investigación, porque nos ayudó a entender una situación real mediante la documentación de diversas fuentes de información, lo que nos permitió indagar en el tema que se estudió, que en este caso fue cómo el ocio puede influir en la calidad de vida de las personas con discapacidad y el papel que pueden desarrollar quienes ejercen el Trabajo Social.

El procedimiento que se llevó a cabo se basó en cuatro etapas, las cuales son:

- La etapa de reducción en la que se seleccionaron los datos más importantes y se redujeron mediante procesos de codificación.
- La etapa de descripción, en la cual la información que se codificó se estableció en matrices, figuras, esquemas, tablas, gráficas, etc.
- La etapa de comparación, en la que se contrastaron los datos de distintas fuentes y se buscaron la relación que existía entre ellos.
- La etapa de interpretación, en la que se intentó dar significado a la información y encontrar sentido a los resultados (García y Martínez, 2012).

Para una realización más efectiva, se dividieron estas etapas en tres fases, las cuales se pueden clasificar en fase inicial, fase de desarrollo o fase de campo y una última fase denominada, fase de cierre. Todas estas fases se realizaron en los meses comprendidos entre Diciembre y Julio.

Para acercarnos al tema de estudio, fue imprescindible comenzar con la realización de una revisión bibliográfica, para conocer la literatura que existía respecto al tema que se investigó. En esta misma revisión, se seleccionaron las fuentes que se consideraron interesantes para el desarrollo de nuestro informe.

La revisión bibliográfica, se realizó a través de la herramienta del Punto Q de la Universidad de La Laguna y se utilizaron las bases de datos, ISBN, Dialnet, Rebiun y Academic Search Complete (EBSCO), empleando diferentes términos de búsqueda, con el fin de profundizar en el tema y evitar la pérdida de información que podría ser

relevante. Los términos empleados fueron los siguientes: “calidad de vida”, “ocio”, “discapacidad”, “accesibilidad”, “Trabajo Social”, “experiencias”, “investigaciones” y “barreras”.

Algunos de estos conceptos se ampliaron realizando una búsqueda de los mismos pero en inglés, “quality of life”, “leisure” y “disability”.

Es importante mencionar que para estas búsquedas se han utilizado los operadores booleanos tanto en español como en inglés, “Y”, “O”, “NO” y “AND”, “NOT”, “OR”.

Se limitó la búsqueda de los documentos publicados entre 1990 y 2014. Los resultados de la búsqueda indicaron que en las diferentes bases de datos que se escogieron hay un total de 668 referencias sobre el tema. Tras el control de duplicados en las distintas bases de datos y tras la realización de una primera lectura, se seleccionaron un total de 104 artículos, los cuales estaban relacionados con el ocio, la calidad de vida y la discapacidad. Finalmente, al elaborar una segunda revisión observando los resúmenes y los índices de cada uno de los textos se eligieron 39 documentos que se incluyen en el análisis.

Los documentos encontrados, nombrados anteriormente, hacen referencia a la búsqueda realizada en español. Con respecto a la documentación en inglés, se ha buscado en la base de datos de Academic Search Complete (EBSCO). En este caso se ha reducido la búsqueda, centrándonos únicamente en los documentos encontrados entre 2000 y 2014, para que sean lo más actuales posible. Han aparecido un total de 22 documentos relacionados con los términos empleados, de los cuales en una primera lectura sólo se han seleccionado 9, una vez leídos todos y cada uno de los títulos y los abstracts, y en una segunda revisión se ha decidido escoger 1 sólo artículo, ya que era el que más relación tenía con nuestro informe, pues estábamos buscando documentos en los que aparecieran los términos en inglés de calidad de vida, ocio y discapacidad.

Además de la revisión bibliográfica, para recabar la información necesaria, hemos realizado entrevistas telefónicas a las distintas asociaciones de personas con discapacidad para conocer la oferta de programas y/o servicios de ocio con los que cuentan y para averiguar el papel que desempeña los profesionales del Trabajo Social en cada una de ellas, se contactó con alguna de estas entidades mediante correo electrónico

y se analizaron las distintas páginas webs de cada una de estas asociaciones para que toda la información fuera lo más completa posible.

Se seleccionaron las entidades que, tanto a nivel nacional como de la Comunidad Autónoma de Canarias, se consideraban más significativas para conocer la labor que se desempeña con las personas con discapacidad en el ámbito del ocio y tiempo libre. Estas fueron FEAPS (Federación de Organizaciones a favor de Personas con Discapacidad Intelectual), PREDIF (Plataforma Representativa Estatal de Discapacitados físicos), CNSE (Confederación Estatal de Personas Sordas), ONCE (Organización Nacional de Ciegos Españoles), PROBOSCO, Coordinadora de Minusválidos Físicos de Canarias, FASICAN (Federación de Asociaciones de Personas Sordas de las Islas Canarias), ONCE Canarias y SIMPROMI (Sociedad Insular para la promoción de Personas con Discapacidad).

Una vez realizada la búsqueda de información y la selección de fuentes, se pasó a abordar la técnica de análisis del contenido de las fuentes. Se eligió esta técnica, porque se establece como un instrumento de respuesta a esa curiosidad por descubrir la estructura interna de la información, bien en su composición, en su forma de organización, estructura o en su dinámica. Además, centra su búsqueda en los vocablos u otros símbolos que configuran el contenido de las comunicaciones (López, 2009).

Con toda la información recogida, se desarrollaron los objetivos con los que se iba a trabajar en este estudio, realizando tanto objetivos generales como específicos, y posterior a ello se llevó a cabo la elaboración del marco teórico con toda la documentación seleccionada de libros, revistas, artículos de internet, artículos de periódico, etc.

Una vez concretada la información en el marco teórico, la siguiente actividad fue la realización de los resultados mediante la triangulación de los datos e informaciones, que se habían encontrado sobre el ocio y las personas con discapacidad, a través de las entrevistas telefónicas y el análisis de páginas web. Se utilizó esta técnica, porque se consideraba la más apropiada para realizar un trabajo lo más concreto posible y lo más adaptado a nuestras necesidades.

Según Cea (1998 en Perelló, 2009, p. 51) “la triangulación de datos es el método más habitual en la práctica de la investigación social y consiste en la utilización de varias y

variadas fuentes de información sobre un mismo objeto de conocimiento, con el propósito de contrastar la información recabada”.

Para finalizar se elaboraron las conclusiones, en las que se destacaron los aspectos que se han considerado más importantes a lo largo de todo el informe poniéndolos en relación con los objetivos que se pretendían conseguir y la opinión personal sobre la realización del mismo. A medida que se iban desarrollando las conclusiones, se fueron concretando algunas propuestas y recomendaciones de los elementos que necesitan seguir siendo investigados y de las nuevas líneas de acción que pueden establecerse, desde la investigación.

5. Resultados

Para comenzar el análisis de los resultados, se realizó una comparación para conocer cómo ha evolucionado la percepción sobre el uso del ocio de las personas con discapacidad, en los 11 últimos años.

Tabla 3. Comparación de la situación de los resultados de las investigaciones sobre el ocio en las personas con discapacidad.

Alonso (2002)	CIS (2003)	EDAD (2008)	Encuesta de Integración Social y Salud INE (2013)
<ul style="list-style-type: none"> - Un 41% de personas con discapacidad, afirman que una vez que se eliminasen las barreras, harían nuevas actividades que actualmente no pueden hacer. - De las actividades nuevas que realizarían destacan las vinculadas al ocio (cine, teatro, viajar, pasear) y a las relaciones personales. - Los establecimientos de ocio y turismo se encuentran los peores valorados en cuanto a su accesibilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sobre el acceso a establecimientos de ocio (hoteles, restaurantes, eventos e instalaciones deportivas, cines, teatros, museos, etc.), aproximadamente un 50% de los entrevistados aseguran que es difícil acceder y un 30% aproximadamente que es muy difícil. 	<ul style="list-style-type: none"> - Un 17,96% de las personas con discapacidad, precisan haberse sentido discriminadas para participar en actividades culturales, de ocio y diversión. - Un 25,74% en la participación social. - Un 40,70% se siente discriminada con respecto a las relaciones sociales que se experimentan con los demás. 	<ul style="list-style-type: none"> - Entre las situaciones de la vida diaria donde la población con discapacidad ve limitada su participación, destaca las actividades de ocio y culturales con un 69% debido a las numerosas barreras y dificultades.

Como se puede comprobar en la tabla, prácticamente, no se manifiesta ningún cambio significativo con respecto a los últimos años, pues las personas con discapacidad continúan estando insatisfechas con las actividades de ocio y tiempo libre como son ir al cine, al teatro, a museos, a eventos deportivos, etc. Toda esta insatisfacción está relacionada con la presencia de barreras y obstáculos en la sociedad, que hace que las

personas con discapacidad no puedan ejercer su derecho de acceso al ocio. Además la falta de información y sensibilización de la población, tampoco facilita el acceso a los mismos, por lo que este colectivo presenta dificultades, a la hora de fomentar sus relaciones sociales con el resto de la comunidad y de aumentar sus niveles de calidad de vida y bienestar.

También, manifiestan que si se eliminasen las barreras, desarrollarían muchas de las actividades que ahora no pueden realizar debido a la presencia de obstáculos en la sociedad. Pero hay que tener en cuenta que de esta discriminación no sólo son conscientes las personas con discapacidad, sino que las personas sin discapacidad también reconocen que el acceso a distintas instalaciones referidas al ocio es difícil o, en algunas ocasiones, muy difícil. A pesar de tener esa conciencia sobre las dificultades de acceso, no se llevan a cabo las medidas necesarias para solucionarlo.

En definitiva, lo que viene a mostrar esta tabla es que se han llevado a cabo muchos proyectos, iniciativas, actividades relacionadas con el ocio y tiempo libre, pero las personas con discapacidad continúan estando insatisfechas porque no se han logrado los objetivos que este colectivo espera, entre los que se encuentra la integración plena, como participantes activos en lo relacionado al ocio y tiempo libre.

Con respecto al objetivo específico 4 del objetivo general 1, el cual se basa en reconocer la oferta de programas de ocio existentes en las distintas asociaciones a favor de las personas con discapacidad, se desarrolla un esquema en el que se hace referencia a las principales entidades que, a nivel nacional y autonómico, trabajan por y para las personas con discapacidad. De cada una de estas asociaciones se pretende averiguar los programas o servicios de ocio que se llevan a cabo en las mismas.

Tabla 4. Asociaciones de personas con discapacidad y programas/servicios de ocio.

Entidad	Definición de programa de ocio	Programa/servicio de ocio.
A nivel nacional		
FEAPS (Federación de Organizaciones a favor de Personas con Discapacidad Intelectual)	Tienen como objetivo proporcionar y promover recursos y apoyos para que las personas con discapacidad intelectual puedan disfrutar de su ocio en la comunidad.	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades culturales (realización de teatros, talleres de fotografía) y turismo. - Deporte lúdico y actividades recreativas.
PREDIF (Plataforma Representativa Estatal de Discapacitados físicos)	Desarrolla programas, que se centran en las necesidades de las personas con discapacidad a la hora de viajar, en las actividades de ocio, etc.	<ul style="list-style-type: none"> - Proyecto “articultura para todos” (visitas a museos). - Realización de obras de teatros y programa de vacaciones.
CNSE (Confederación Estatal de Personas Sordas)	No cuenta con programas de ocio, los delega en otras entidades como, por ejemplo, en FASICAN.	
ONCE (Organización Nacional de Ciegos Españoles)	Desarrolla diferentes iniciativas, como la audiodescripción, (servicio de apoyo a la comunicación y se puede aplicar en cines, teatros, etc.).	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de talleres de artesanía, teatro, canto, etc. - Actividades deportivas y senderismo. - Actividades ecológicas. - Excursiones y viajes.
A nivel autonómico		
PROBOSCO	Se lucha para hacer valer el derecho de las personas con discapacidad intelectual a participar en la comunidad, facilitando la inclusión a través del ocio.	<ul style="list-style-type: none"> - Ocio nocturno. - Actividades deportivas (montar a caballo, senderismo, vela, etc.). - Actividades recreativas y culturales.
Coordinadora de Minusválidos Físicos de Canarias	Cuenta con un proyecto de ocio destinado a las personas con discapacidad física en el que realizan salidas y talleres a los recursos de ocio adaptados para este colectivo.	<ul style="list-style-type: none"> - Salidas: culturales, medioambientales, formativas, museos, playa, senderismo, etc. - Talleres: informática, inglés, piscina, etc.
FASICAN (Federación de Asociaciones de Personas Sordas de las Islas Canarias)	Tiene como objetivo potenciar el desarrollo personal y social de todos los miembros de la familia mediante el disfrute compartido de las actividades de ocio y tiempo libre.	<ul style="list-style-type: none"> - Dentro del programa de atención a la familia desarrollan actividades de ocio y tiempo libre relacionadas con senderismo, culturales, etc.
ONCE Canarias	Presta servicios a personas con discapacidad visual, como, el servicio de apoyo para la promoción cultural, recreativa, deportiva, etc.	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de talleres y formación en nuevas tecnologías. - Actividades deportivas, senderismo.
SIMPROMI (Sociedad Insular para la Promoción de Personas con Discapacidad)	Promueve la práctica de ocio desde una perspectiva integradora, fomentando acciones que permitan el disfrute del tiempo libre.	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades deportivas, acuáticas. - Rutas y senderos. - Avistamiento de cetáceos. - Excursiones a la playa.

Con toda la información recogida de las entrevistas telefónicas y del análisis de las páginas web, podemos corroborar que, las asociaciones que trabajan a favor de las personas con discapacidad, desarrollan programas y servicios que van destinados a la realización de actividades de ocio y tiempo libre, ya que cada una de estas entidades, considera este ámbito como fundamental para el desarrollo pleno de la persona con discapacidad en la sociedad.

Estas asociaciones tienen el objetivo de promover la participación en la comunidad, buscando la normalización y la integración en las numerosas actividades que ya se encuentran presentes en nuestra sociedad. Pero, como podemos ver en el esquema, esto no ocurre así, ya que debido a la presencia de barreras y obstáculos que, aún hoy día existen, las asociaciones se ven obligadas a desarrollar actividades de ocio y tiempo libre, específicas para cada colectivo de discapacidad.

Hemos elaborado una comparación a nivel nacional y autonómico, para ver si existen diferencias con respecto al ocio de las personas con diversidad funcional, pero hemos comprobado que todas las asociaciones persiguen el mismo fin, el cual es integrar a las personas con discapacidad en las diversas actividades de ocio, además de promover una mayor sensibilización en la sociedad para que acepten a este colectivo.

Muchos de los programas y servicios de ocio que prestan las diferentes asociaciones van dirigidas al ámbito:

- Deportivo: deporte practicado en el tiempo libre de forma habitual y que busca el disfrute personal.
- Cultural: actividades que favorecen la expresión artística y creativa, actividades plásticas, escénicas, hobbies y aficiones y audiovisuales.
- Turismo: viajes y estancias en lugares distintos al de entorno habitual, principalmente en épocas vacacionales y de fin de semana.
- Recreación: se prestan apoyos para potenciar relaciones de amistad, independientemente de la actividad de ocio que se realice.

En conclusión, la realización de estas actividades no se limitan sólo a conseguir la eliminación de barreras físicas y de la comunicación, sino que también tienen por finalidad lograr que los entornos y servicios de ocio y tiempo libre puedan ser disfrutados en igualdad de condiciones y por cualquier persona con o sin discapacidad.

En relación al objetivo específico 3 del objetivo general 2, que consistía en investigar el papel que desarrollan los profesionales del Trabajo Social en los programas de ocio de las distintas asociaciones, se establece una tabla en la cual se pretende conocer las funciones que desempeña estos profesionales en las distintas entidades que, tanto a nivel nacional como autonómico, trabajan a favor de las personas con discapacidad.

Tabla 5. Asociaciones de personas con discapacidad y funciones que desempeña el/la trabajador/a social.

Entidad	Funciones del/la trabajador/a social
A nivel nacional	
FEAPS	Se encarga de gestionar todas las actividades de ocio, es decir, de la búsqueda de ofertas de ocio, de subvenciones o ayudas para la realización de las mismas, etc.
PREDIF	No participa en la realización de las actividades y proyectos de ocio y tiempo libre, pues desde la entidad se considera que no es necesaria su participación.
ONCE	Realiza informes sociales para derivar a los usuarios a los programas de ocio e informa y orienta sobre la oferta de ocio y tiempo libre.
A nivel autonómico	
PROBOSCO	Recoge las demandas de los usuarios, gestiona y busca actividades de ocio, deriva a los usuarios a los profesionales encargados de este ámbito.
Coordinadora de Minusválidos Físicos de Canarias	Supervisa las actividades de ocio, indaga en la demanda de los usuarios, mantiene reuniones de equipo, realiza el seguimiento y evaluación con respecto al ocio.
FASICAN	Desarrolla actividades de apoyo en el diseño, se encarga de la elaboración, organización, realización y/o evaluación de actividades culturales, de ocio y tiempo libre.
ONCE Canarias	Se encarga de derivar a los usuarios a las actividades de ocio y tiempo libre.
SIMPROMI	No cuenta con trabajadores sociales para el desarrollo de las actividades de ocio y tiempo libre.

Con toda la información recogida de las entrevistas telefónicas, podemos decir que, en todas y cada una de las entidades se encuentra un trabajador o trabajadora social, pero

no todos/as participan en la elaboración y desarrollo de este tipo de programas. Las funciones, de quienes ejercen el Trabajo Social, van destinadas a la gestión de los programas, a la supervisión de los mismos, a la derivación de los usuarios a todas estas actividades, a conocer las demandas que se presentan en torno a las actividades que desean desempeñar, etc.

A pesar de que en algunas de estas entidades, como en PREDIF o SIMPROMI, no se cuenta con la participación directa de los profesionales del Trabajo Social en los programas de ocio, en el resto sí, desempeñando funciones que apoyan a estos programas y a las personas con discapacidad, para que se lleven a cabo. En estos casos, sería conveniente que se desarrollase una coordinación con otros profesionales que estén formados en este ámbito, y así se pueda llevar a cabo un trabajo interdisciplinar.

Concretamente desde FASICAN, se manifiesta que la participación de la trabajadora social en la organización de las actividades de ocio y tiempo libre se puede dar a distintos niveles:

Por un lado, en el momento del diseño de un proyecto, el cual puede contener el desarrollo de un programa de actividades de ocio y tiempo libre. Una vez realizado el diseño, vendría la presentación del proyecto y documentación adjunta con el consiguiente seguimiento del proceso de la presentación de la solicitud hasta su aprobación por el organismo o entidad pertinente.

Una vez que la solicitud de la subvención es aprobada, se llevarían a cabo tareas tendentes a la organización y/o colaboración en el desarrollo de la actividad, como el diseño de material de difusión, el contacto con los recursos adecuados (humanos, de infraestructura, etc.) para la organización de la actividad, la difusión de la misma, etc.

La colaboración, dependiendo del tipo de actividad, se puede desarrollar con el comité organizador encargado de la actividad (compuesto por profesionales y voluntarios) o puede darse entre profesionales de diferentes áreas. En el momento del desarrollo de la actividad, la trabajadora social puede participar como personal de apoyo y tras la ejecución de la actividad, llevar a cabo las tareas necesarias de cara a la justificación del proyecto para el cual se solicitó la subvención (elaboración de la memoria técnica y de la memoria económica).

Por otro lado, la participación de la trabajadora social en la organización de una actividad de ocio y tiempo libre puede ser más breve, ya que puede ser de apoyo a otros profesionales, colaborando en la organización de una actividad de ocio y tiempo libre concreta. En este caso, podría participar en tareas tendentes a la difusión de la actividad, gestión de recursos de cara a la organización previa, como personal de apoyo en el desarrollo de la misma, etc.

En definitiva, quienes intervienen desde el Trabajo Social pueden aportar una serie de conocimientos que puede ayudar a facilitar el desarrollo y la gestión de estos proyectos y así hacer que dichos programas y servicios de ocio se lleven a cabo de una manera efectiva para que las personas con discapacidad lo puedan disfrutar y con ello mejorar su calidad de vida y sus relaciones sociales.

6. Conclusiones y propuestas

La calidad de vida la podemos considerar como un aspecto que incorpora diferentes áreas que favorecen la vida de las personas. Cuando una persona muestra un alto nivel de calidad de vida, quiere decir que ha conseguido los objetivos y las metas que se había propuesto y que presenta altos niveles de satisfacción con su bienestar. Las personas con discapacidad no tienen esa posibilidad de gozar de altos niveles de calidad de vida, debido a la multitud de obstáculos que se presentan a su alrededor y es por ello que la discapacidad se determina como un factor de exclusión, al no poder acceder a la sociedad en igualdad de condiciones.

Otro de los motivos por los que se considera un factor de exclusión, es por la falta de comprensión por parte de la ciudadanía, ya que no facilita el acceso a las personas con discapacidad debido a la escasa conciencia social que tienen con respecto a este colectivo.

Adentrándonos en el ámbito del ocio, este se considera un aspecto fundamental para mejorar la calidad de vida de las personas con y sin discapacidad, ya que permite que los individuos puedan disfrutar y participar de las diversas actividades, puedan mejorar su estado de ánimo, su autoestima, promover la independencia, fomentar el desarrollo de habilidades personales, etc. La realización de todas estas actividades puede conseguir mejorar la salud física, psíquica y social.

La oferta de ocio para las personas con discapacidad se encuentra, actualmente, estancada, pues el acceso a estas actividades no es el mismo para este colectivo que para otros. Por este motivo, se debe trabajar para fomentar este tipo de actividades dirigidas a las personas con discapacidad y así poder llegar a mejorar, también, su calidad de vida y a contribuir a fomentar su desarrollo integral y su autonomía.

Los datos estadísticos, confirman lo establecido en la literatura, ya que un elevado porcentaje de personas con discapacidad se sienten excluidas e insatisfechas con la oferta de actividades de ocio y tiempo libre. Esto ocurre tanto, a nivel nacional como autonómico, ya que en Canarias, también existe un elevado porcentaje de personas con diversidad funcional que se sienten discriminadas para participar en actividades culturales, de ocio y diversión, así como en la participación social y en las relaciones sociales que experimentan con los demás.

Además, para conseguir una igualdad plena, se deben desarrollar numerosas normativas que vayan destinadas a las personas con discapacidad y al ocio y tiempo libre, y que se lleven a la práctica, ya que hoy en día, existen muchas leyes a favor de los derechos de las personas con discapacidad o a favor del acceso a las actividades de ocio en igualdad de condiciones, pero no terminan de adentrarse en la sociedad, pues si esto se pudiera llevar a cabo, habría un avance relativamente importante en todo lo relacionado al ocio y a la discapacidad.

Otro de los aspectos fundamentales de este trabajo, ha sido la accesibilidad. Esta se trata de una característica imprescindible para que las personas con discapacidad puedan acceder a distintos lugares. Además, se debe promover el diseño universal para que todas las actividades de ocio sean de fácil acceso y se lleve a cabo el cumplimiento de las normativas.

Al no existir una plena accesibilidad, los obstáculos y barreras siguen presentes en la comunidad, y muchos de ellos no se logran eliminar por la falta de sensibilización de los individuos hacia las personas con discapacidad. A pesar de ello, poco a poco y desde distintas asociaciones se está trabajando para potenciar el acercamiento de este colectivo, pues deben ser las propias personas con discapacidad las que decidan sobre las actividades que desean desempeñar. Se está avanzando, pero todavía queda un gran camino por recorrer para conseguir una plena igualdad.

Las barreras continúan, pero en la sociedad existen acciones destinadas a intentar solventar este problema. Entre ellas podemos destacar, los programas de ocio o las iniciativas propuestas por distintas asociaciones que trabajan con las personas con discapacidad. Por un lado, los programas de ocio pretenden promover las experiencias y dar respuestas a las necesidades de este colectivo, favoreciendo su desarrollo personal y su integración social a través de distintas actividades lúdicas, culturales y deportivas. Por otro lado, las asociaciones han llevado a cabo una serie de programas y medidas con las que pretenden eliminar las barreras y fomentar la accesibilidad. En este caso, nos hemos centrado en asociaciones a nivel nacional como CNSE, ONCE, FEAPS o PREDIF y en asociaciones de la Comunidad Autónoma de Canarias como SIMPROMI, FASICAN, ONCE Tenerife, PROBOSCO y la Coordinadora de Minusválidos Físicos de Canarias.

Otro de los objetivos que se pretendía conseguir con la realización de este proyecto, era analizar la función que podrían desempeñar los profesionales del Trabajo Social en el ámbito del ocio.

Desde el Trabajo Social Comunitario, se podría promover la integración de las personas con discapacidad, ya que se trabaja en la comunidad fomentando la inclusión y la participación activa de todos los individuos en la sociedad. Tiene como objetivo luchar para que todos participen y capacitar a las personas para que interaccionen en la comunidad, con el fin de conseguir el bienestar social de la población y aumentar los niveles de calidad de vida.

Los/as trabajadores/as sociales pueden ayudar a suplir las necesidades y a resolver los problemas de las personas con discapacidad, desde una atención especializada. Estos deben participar también en el ámbito del ocio, ya que pueden aportar multitud de experiencias y ofrecer la información, orientación, asesoramiento y apoyos adecuados para que puedan disfrutar plenamente de las actividades que desean realizar. También, pueden participar en el desarrollo y la gestión de programas y actuaciones de ocio destinadas a este colectivo y así fomentar la accesibilidad de estas personas a las numerosas actividades que se ofertan en la sociedad, pudiendo contribuir a promover una eliminación de barreras.

Además, como afirma el Real Decreto 1/2013, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, en su artículo 50.1, los profesionales del Trabajo Social, tienen el deber de ofrecer, a las personas con discapacidad y a sus familias, el apoyo a las actividades culturales, deportivas, y a la ocupación del ocio y tiempo libre, pudiendo llegar a fomentarse una participación activa por parte de este colectivo.

Una de las propuestas que se podría llevar a cabo desde el Trabajo Social, sería fomentar la participación de estos profesionales en el ámbito del ocio y tiempo libre. Esto se podría comenzar a promover desde las asociaciones que trabajan para integrar a las personas con discapacidad, pues son los/as trabajadores/as sociales, de estas entidades, los que intervienen de forma directa con este colectivo y son los que conocen las verdaderas necesidades y demandas del mismo, por lo que podrían ayudarles a ocupar su tiempo libre, informándoles y orientándoles sobre las diferentes actividades ofertadas en su comunidad. Todo ello, siempre contando con la opinión de las propias

personas con discapacidad y en coordinación con otros profesionales que, también, trabajen a favor de este colectivo y en este ámbito en concreto.

Con este trabajo de fin de grado pretendemos avanzar un poco más en lo relacionado al ocio y discapacidad, intentando que las personas con discapacidad consigan su integración, sean consideradas como uno más y puedan participar en todo lo que nuestra comunidad nos ofrece. Para ello, se deberá adquirir un compromiso por parte de los actores sociales, ya que esto no puede mejorarse, si no cambia el comportamiento cívico de los ciudadanos y si no se interioriza que hay muchas personas que se pueden ver perjudicadas por esta situación.

Para conseguir esto, se podría comenzar a promover una sensibilización desde el ámbito educativo, es decir, que en los colegios se enseñe a los alumnos a tratar de forma adecuada a las personas con discapacidad y hacer a este colectivo participe de todas las actividades que se desarrollen para integrar a los alumnos con necesidades especiales en las actividades de ocio que realice el resto de sus compañeros, ya que si se les enseña desde pequeños, no habría dificultades en lo que se refiere a las barreras sociales y de la comunicación. Uno de los programas que se podría llevar a cabo en el ámbito educativo, sería enseñar a los alumnos a relacionarse con una persona con discapacidad física, visual, auditiva o intelectual. Un ejemplo de ello sería enseñar que, a una persona con discapacidad auditiva no hay que gritarle, que a una persona con discapacidad visual hay que agarrarla con cuidado y de una determinada forma para que no sienta miedo, también que es imprescindible preguntar a la persona si necesita ayuda o no, etc.

La posibilidad de utilizar de forma autónoma el tiempo libre, podría ser la máxima expresión de una sociedad plenamente inclusiva, pero es evidente que todavía queda un largo camino por recorrer para conseguirlo, no sólo por las dificultades arquitectónicas, sino también por las de la comunicación o por las sociales.

Hay que lograr que se pueda disfrutar del ocio de la forma más autónoma, gratificante y placentera posible. Si se llegara a respetar y conseguir este espacio de ocio, las personas con discapacidad consolidarían sus relaciones interpersonales y disfrutarían de las actividades, ya que podrían ejercer su derecho de libre elección y desarrollar acciones, de mayor medida, en el ámbito personal y social.

Para ello, se deberían abordar nuevas líneas de investigación en las que se promueva que sean las propias personas con discapacidad las promotoras de su cambio, pero eso sí, contando siempre con la ayuda de los profesionales, para que les asesoren y ayuden, pudiendo las mismas personas con discapacidad decidir sobre lo que quieren hacer y que puedan elaborar propuestas que beneficien y mejoren su situación actual con respecto a las actividades de ocio y tiempo libre.

Con esta propuesta, lo que se pretende es que la persona pueda mejorar su calidad de vida y su bienestar y pueda sentir que forma parte de la comunidad de una manera activa e integrada, ya que las personas con diversidad funcional cuentan con las capacidades para trabajar en aquello que se propongan y la sociedad debe estar preparada para aceptarles tal y como son. Esto podría conllevar a una situación de normalización y a un gran avance con respecto al ocio de las personas con discapacidad.

Por este motivo, hay que sensibilizar a la población sobre los derechos, necesidades y posibilidades de las personas con discapacidad y convencer a las diferentes partes implicadas para que realicen esfuerzos que puedan facilitar y promover los intercambios de información y experiencia, ya que esto es importante para avanzar hacia una mejora en la calidad de vida de las personas con discapacidad y de sus familias.

Como hemos podido comprobar a lo largo de todo el informe, uno de los principales inconvenientes, relacionados con el ocio y la discapacidad, es que la sociedad no muestra una sensibilización sobre este tema. Por ello, se podrían llevar a cabo propuestas orientadas a la realización de programas que vayan destinados a promover la percepción de todos los ciudadanos, mediante la realización de talleres y cursos, en los que participen de forma conjunta, tanto las personas con discapacidad como las personas sin discapacidad. También, se pueden desarrollar talleres en los que las personas sin discapacidad se pongan en el papel de este colectivo, el cual se encuentra en exclusión social, utilizando sillas de ruedas, vendas en los ojos o tapones para los oídos, para que observen las dificultades que encuentran las personas con discapacidad cada vez que se enfrentan al exterior y la impotencia que sienten cuando ven que no pueden realizar determinadas actividades, porque hay una serie de obstáculos que se lo impiden y que en numerosas ocasiones son muy sencillos de eliminar.

Estas actividades propuestas, se deben desarrollar con toda la población, pero en especial con los políticos, arquitectos y empresarios, que son los que se encargan de

elaborar, gestionar y conceder las subvenciones para el desarrollo y elaboración de programas, los que llevan a cabo la construcción de nuevos edificios y los que deben dar empleo a las personas con discapacidad para que formen parte de la sociedad y se integren de la mejor manera posible. Si se cuenta con estos profesionales para realizar las actividades, nombradas anteriormente, se podría promover un cambio en la conciencia de los mismos y repercutiría de forma positiva en las personas con discapacidad, ya que estos profesionales podrían desarrollar iniciativas que favorecieran la participación activa de este colectivo y así se podría mejorar el acceso a las diversas actividades que se llevan a cabo en la comunidad, en nuestro caso, a las actividades relacionadas con el ocio y tiempo libre.

Con relación a la accesibilidad, a modo de ejemplo, decir que desde la ciudad de Santa Cruz de Tenerife, se han comenzado a realizar una serie de acciones, entre las que se encuentran, la retirada de todas las señales municipales en las que aún figuraba la palabra “minusválido”, sustituyéndolas por la de “discapacidad” o “personas con discapacidad”. También, se ha comenzado a retirar contenedores de las aceras, que impedían el paso a las personas con discapacidad. Otra acción que se ha llevado a cabo, es retirar todas las papeleras que están pegadas a la pared, ya que eso supone un obstáculo para una persona con discapacidad visual, que se guía por la pared para avanzar. Son acciones que se realizan de forma sencilla y sin que implique un alto coste con grandes impactos en la vida cotidiana de las personas con discapacidad, pero muchas veces no se llevan a cabo por la falta de conocimiento en este tema, o porque no se está acostumbrado a pensar en este colectivo.

Concretamente, en el ámbito de ocio y tiempo libre, se pueden establecer una serie de recomendaciones, diferenciadas por tipo de discapacidad, para conseguir mejorar la accesibilidad de este colectivo en estas actividades:

Tabla 6. Recomendaciones para mejorar el acceso a los establecimiento de ocio por parte de las personas con discapacidad.

<p style="text-align: center;">Discapacidad física</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar espacios adecuados para la circulación con la silla de ruedas, eliminando escalones y bordillos. - Facilitar el acceso a las infraestructuras y equipamientos de ocio. - Transporte público adaptado 	<p style="text-align: center;">Discapacidad auditiva</p> <ul style="list-style-type: none"> - Subtitulados: en directo y en diferido. - Signoguías, sistema de localización de interiores y bucles de inducción magnética. - Conocimiento de la Lengua de Signos.
<p style="text-align: center;">Discapacidad visual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formación (visitas guiadas, talleres, descripción de cuadros, etc.). - Audioguías con contenido accesible y audiodescripción. - Documentación en braille y señalización accesible 	<p style="text-align: center;">Discapacidad intelectual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emitir oraciones claras y concisas. - No hay que tratar a la persona de forma infantil, sino acorde a su edad. - La señalética del establecimiento debe tener pictogramas sencillos y fácilmente identificables.

Se deben procurar los cambios necesarios para que los servicios de ocio sigan avanzando hacia un ocio centrado en la persona; se debe trabajar con las personas con discapacidad para que mejoren su capacidad de autodeterminación, que sepan que pueden, que deben elegir y conocer los recursos existentes; trabajar con las familias para evitar la sobreprotección e informar, sensibilizar y formar a éstas; seguir trabajando con el entorno, sensibilizando y hacer ver al resto de la sociedad que no se estará completa mientras se niegue el acceso y participación a las personas con discapacidad.

Seguir promoviendo el ocio inclusivo, desde el convencimiento de que es una de las mejores vías para que cada persona con o sin discapacidad sea parte de una sociedad más justa y solidaria.

Para concluir, podemos decir que este trabajo fin de grado, ha sido gratificante, ya que nos ha proporcionado una variedad de conocimientos e ideas sobre un ámbito considerado de vital importancia, como es la discapacidad y la inclusión en las actividades de ocio. Además, hemos tenido la oportunidad de acercarnos, un poco, a la realidad de las personas con discapacidad ya que la literatura nos ha aportado muchos datos que hasta ahora, eran totalmente desconocidos. Asimismo, hemos podido conocer e indagar sobre el papel que desarrollan las asociaciones que trabajan a favor de las

personas con discapacidad, pues creemos que realizan una gran labor con este colectivo, no sólo en el ámbito del ocio y tiempo libre, sino en muchos otros aspectos.

También decir que, gracias a la literatura hemos podido comprobar la importancia del Trabajo Social en este ámbito, ya que como se ha dicho anteriormente, puede aportar una serie de conocimientos e ideas que beneficien, no sólo a las personas con discapacidad, sino también al resto de profesionales con los que se trabaje en el ámbito del ocio.

Por último, mencionar que este informe nos ha ayudado a comprender la necesidad de seguir trabajando en este tema para conseguir que las personas con discapacidad estén incluidas en la sociedad y realicen las actividades de ocio y tiempo libre con el resto de individuos sin discapacidad. Todo esto nos ha aportado distintas experiencias que esperamos poner en práctica en nuestro futuro profesional.

7. Referencias bibliográficas

Alides (2005). *¡Pregúntame sobre accesibilidad y ayudas técnicas!*. Madrid: IMSERSO. Recuperado el 13 de enero de 2014 de <http://imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/preguntame.pdf>

Alonso, F. (2002). *Libro verde. La accesibilidad en España. Diagnóstico y bases para un plan integral de supresión de barreras*. Barcelona: IMSERSO.

ANECA (2005). Libro blanco. Título de Grado en Trabajo Social. Madrid: Dinarte. Recuperado el 12 de mayo de 2014 de http://www.aneca.es/var/media/150376/libroblanco_trbjsocial_def.pdf

ANFAS (s.f.). *Ocio y Cultura*. Recuperado el 8 de mayo de 2014 de <http://www.anfasnavarra.org/personas-con-discapacidad-intelectual/ocio>

Arias, B., Gómez, L., Schalock, R. y Verdugo, M.A. (2008). *ESCALA GENCAT. Formulario de la Escala GENCAT de Calidad de Vida*. Barcelona: INDICA. Recuperado el 12 de mayo de 2014 de <http://inico.usal.es/documentos/EscalaGencatFormularioCAST.pdf>

Badía, M. (2006). Calidad de vida en el ocio de las personas con discapacidad. En Verdugo, M.A. (2006). *Cómo mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad*. (365-377). Salamanca: Amarú.

Barbero, J. y Cortés, F. (2005). *Trabajo Comunitario, organización y desarrollo social*. Madrid: Alianza.

BOE (1978). *Constitución Española de 1978*. Recuperado el 14 de marzo de 2014 de <http://www.boe.es/buscar/pdf/1978/BOE-A-1978-31229-consolidado.pdf>

BOE (2008). *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Recuperado el 14 de marzo de 2014 de <https://www.boe.es/boe/dias/2008/04/21/pdfs/A20648-20659.pdf>

Cáceres, C. (2004). Sobre el concepto de discapacidad. Una revisión de las propuestas de la OMS. *Revista Electrónica de Audiología*, 2 (3), 74-77. Recuperado el 24 de enero de 2014 de <http://www.auditio.com/revista/pdf/vol2/3/020304.pdf>

CERMI (2011). *Estrategia de acción pública en materia de cultura inclusiva*. Madrid: Cinca.

CIS (2003). *Distribuciones marginales*. Recuperado el 21 de mayo de 2014 de http://www.cis.es/cis/export/sites/default/-Archivos/Marginales/2480_2499/2483/ES2483.pdf

Confederación Estatal de Personas Sordas (2013). Recuperado el 8 de junio de 2014 de <http://www.cnse.es/>

Coordinadora de personas con discapacidad física de canarias (2011). Recuperado el 3 de junio de 2014 de <http://www.coordicanarias.com/>

De Asís, F. (2007). *Programa de Integración Social a través del ocio*. Recuperado el 15 de enero de 2014 de <http://www.madrid.es/UnidadesDescentralizadas/Salud/Publicaciones%20Propias%20Madrid%20salud/Publicaciones%20Propias%20ISP%20e%20IA/Folletos%20IA/Documentos%20tecnicos/ProgramaIntegracionS.pdf>

De Lorenzo, R. (2007). *Discapacidad, sistemas de protección y Trabajo Social*. Madrid: Alianza.

Echevarría, B. (2012). Tiempo libre, deporte, discapacidad y exclusión social: un enfoque desde la Educación Social. *Revista de Educación Social*, 14, 1-5. Recuperado el 8 de mayo de 2014 de http://www.eduso.net/res/pdf/14/tldis_res_14.pdf

FASICAN (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2014 de <http://www.fasican.org/index.php/trabajador-a-social>

FEAPS (2004). *Cartera de Servicios Sociales del movimiento FEAPS*. Recuperado el 24 de enero de 2014 de <http://www.fademga.org/dmdocuments/CARTEIRA%20SERVIZOS%20FEAPS.pdf>

FEAPS (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2014 de <http://www.feaps.org/>

Fernández, T. y López, A. (2008). *Trabajo Social Comunitario: afrontando juntos los desafíos del siglo XXI*. Madrid: Alianza.

García, M. P. y Martínez, P. (2012). *Guía práctica para la realización del trabajo fin de grado y trabajo fin de máster*. Murcia: Universidad de Murcia.

Guirao, I. y Vega, B. (2009). Modelo de servicio de ocio inclusivo. *Siglo Cero*, 40 (3), 45-62.

Gutiérrez, P. y Martorell, A. (2011). *Las personas con discapacidad intelectual ante las TIC*. Recuperado el 12 de mayo de 2014 de <http://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=36&articulo=36-2011-21>

Hernández, J. (2009). *Trabajo Social Comunitario en la sociedad individualizada*. Valencia: Nau Llibres.

IMERSO (2003). *I Plan de Accesibilidad 2004-2012*. Madrid: ARTEGRAF.

INE (2008). Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y situaciones de dependencia. Recuperado el 12 de marzo de 2014 de <http://www.ine.es/prensa/np524.pdf>

INE (2013). *Encuesta de Integración Social y Salud*. Recuperado el 12 de enero de 2014 de <http://www.ine.es/prensa/np817.pdf>

Lázaro, Y. (2008). El derecho al ocio de las personas con discapacidad en la normativa autonómica española. *Dialnet*, 2, 167-212.

Ley nº 289, Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad. Boletín Oficial del Estado, España, 4 de diciembre de 2003. Recuperado el 23 de abril de 2014 de <http://www.boe.es/boe/dias/2003/12/03/pdfs/A43187-43195.pdf>

Lillo, N. y Roselló, E. (2004). *Manual para el Trabajo Social Comunitario*. Madrid: Narcea.

López, F. (2009). El análisis de contenido como método de investigación. *Revista de Educación*, 4, 167-179. Recuperado el 19 de enero de 2014 de <http://uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/xxi/article/viewFile/610/932>

Madariaga, A. (2011). Los servicios de ocio de las Asociaciones de discapacidad. Análisis de la realidad y propuesta de recorrido hacia la inclusión. *Cuadernos de Estudios de Ocio*, 13. Recuperado el 2 de febrero de 2014 de <http://dialnet.unirioja.es/download/libro/500492.pdf>

Madariaga, A. (s.f.). *Ocio y discapacidad: el reto de la inclusión*. Bilbao: Universidad de Deusto.

Madariaga, A., y Rubio, I. (2013). *La inclusión en ocio de las personas con discapacidad: Una línea de trabajo en el marco de la política social*. Recuperado el 8 de enero de 2014 de <http://www3.uah.es/congresoreps2013/Paneles/panel4/sesion3/aurora.madariaga@deusto.es/TCAurora.pdf>

Mahon, M., Mactavish, J., Bockstael, E., O'Dell, I. y Siegenthaler, K. (2000). Social integration, Leisure and Individuals with Intellectual Disability. *Parks & Recreation*, 35 (4), 25.

Manya, A. (s.f.). Discapacidad y calidad de vida. Recuperado el 3 de febrero de 2014 de http://revistaliberabit.com/es/wp-content/uploads/2013/revistas/liberabit09/angel_manya_aspilcueta.pdf

Martínez, M. (2012). *Factores contextuales y calidad de vida en las actividades de ocio de los jóvenes y adultos con discapacidad del desarrollo*. (Tesis doctoral inédita). Facultad de Psicología. Universidad de Salamanca.

OMS (2001). *Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud*. Madrid: IMSERSO. Recuperado el 9 de abril de 2014 de http://www.conadis.salud.gob.mx/descargas/pdf/CIF_OMS_abreviada.pdf

OMS (2011). *Informe mundial sobre la discapacidad*. Recuperado el 15 de marzo de 2014 de http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/es/

ONCE (s.f.). Recuperado el 27 de mayo de 2014 de <http://www.once.es/new>

Perelló, S. (2009). *Metodología de la investigación social*. Madrid: Dykinson.

PREDIF (2011). Recuperado el 3 de junio de 2014 de <http://www.predif.org/>

PROBOSCO (2013). Recuperado el 18 de junio de 2014 de <http://www.probosco.es/8.html>

Real academia española (2014). *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 19 de marzo de 2014 de <http://lema.rae.es/drae/?val=ocio>

Real Decreto nº 289, Rea Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba en Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión. Boletín Oficial del Estado, España, 3 de diciembre de 2013. Recuperado el 9 de abril de 2014 de <http://www.boe.es/boe/dias/2013/12/03/pdfs/BOE-A-2013-12632.pdf>

Setién, M.L. (2000). Ocio, calidad de vida y discapacidad. *Documentos de Estudios de Ocio*, 9.

Sierra, F. (s.f.). El tiempo libre en las personas con discapacidad. Recuperado el 13 de febrero de 2014 de <http://eala.files.wordpress.com/2011/01/ocio-y-discapacidad.pdf>

SIMPROMI (2014). Recuperado el 27 de mayo de 2014 de <http://www.sinpromi.es>

Tejeda, V. (2013). *Ocio, tiempo libre y discapacidad. Sistematización de una experiencia*. Logroño: Universidad de Rioja. Recuperado el 15 de enero de 2014 de http://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE000260.pdf

Verdugo, M. A. (2006). *Cómo mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad. Instrumentos y estrategias de evaluación*. Salamanca: Amarú.