

I Open de Carreras de Orientación Inclusivo



Bernat Franquesa
Socio de Asepau
Director de Touch Graphics Europe



Carmen Martínez Villanueva
Especialista en Deporte Adaptado

El pasado día 5 de diciembre se celebró en la localidad de Alhama de Murcia la primera carrera de orientación accesible para personas con discapacidad visual en la historia de este deporte en España. Si bien hay experiencias similares en Estados Unidos y en Suecia, nunca antes se había hecho una actividad de estas características en nuestra geografía.

El deporte de orientación

Las carreras de orientación deportiva es una actividad con origen en los países escandinavos, que consiste en recorrer un itinerario predefinido pasando por unos puntos de control, con ayuda de un mapa y una brújula. Los participantes reciben un mapa confeccionado específicamente para este deporte, cuya simbología es universal.

Actualmente existen cerca de 20.000 federados que se organizan en unos 200 clubes repartidos por toda la geografía.

Los recorridos están compuestos por una salida, una llegada y los controles. Estos elementos del recorrido se encuentran en el terreno de forma visible, representados por un prisma de color naranja y blanco. Los controles son cada uno de los lugares por donde los participantes deben pasar, y están indicados en el mapa de cada participante. Se trata de un deporte que combina la capacidad física, con aspectos técnicos relativos a la navegación terrestre, y que incluye lectura de mapa, análisis del desnivel, elección de ruta, etc.

En España, la orientación es un deporte minoritario, aunque ha ido creciendo continuamente desde sus inicios en los años 80. Actualmente existen cerca de 20.000 federados que se organizan en unos 200 clubes repartidos por toda la geografía.

Costa Cálida

Una de las pruebas más destacadas del panorama nacional, con 33 años de historia, es el Trofeo Costa Cálida, que cada año cuenta con una media de participación de unos 1.300 corredores, entre los que destaca un alto número de atletas extranjeros, que aprovechan el clima del sur peninsular para practicar su deporte favorito.

Este año, por primera vez, en el trofeo Costa Cálida se incluyó el primer I Open de Orientación Inclusiva, y que contó con la participación de deportistas con muy diversos tipos y grados de discapacidad, entre ellos, la discapacidad visual, la discapacidad intelectual, la movilidad reducida y trastornos del desarrollo.

Open Inclusivo

Dado que el punto de partida era lograr una plena accesibilidad, con independencia de las necesidades de apoyo específico que el participante pudiera presentar, se establecieron determinadas intervenciones de carácter metodológico que permitiera a los deportistas, con y sin experiencia, acercarse a esta práctica de una manera segura y con la mayor autonomía personal.

En las categorías de participación no se establecieron distinciones en el trazado, ya que todos los controles eran accesibles a cualquier corredor. Y tal y como es habitual en este deporte, los recorridos tenían un mayor o menor nivel de dificultad en función de: (1) su longitud; (2) de la capacidad de lectura del mapa; y, (3) de la capacidad de elección de ruta. Dada la diversidad funcional de los participantes, se planteaba una necesidad de adaptación metodológica en los dos últimos apartados, para los que se desarrollaron las adaptaciones necesarias en el mapa.



Participantes en una carrera de orientación. Fuente: Producción propia del autor



Orientación. Fuente: Producción propia del autor

La carrera para personas con discapacidad visual

Con el fin de hacer la carrera accesible a personas con discapacidad visual, se planteó el estudio de las siguientes cuestiones asociadas:

- Medio inestable
- Localización espacial
- Lectura del mapa y elección de ruta
- Desplazamiento autónomo
- Relocalización del deportista

El mapa

Para solventar la lectura del mapa y la elección de ruta, se optó por producir un mapa en relieve de la zona de competición, en este caso perteneciente al casco urbano de Alhama de Murcia.

El diseño visual del mapa se corresponde a un mapa de orientación. Utiliza la simbología propia estandarizada para este tipo de modalidad deportiva (según las normas de la IOF International Orienteering Federation). El mapa contaba con un recorrido de 8 controles y 1,1 kilómetros de distancia, que es una longitud habitual en el deporte de Orientación para deportistas principiantes.

El diseño y la producción del mapa táctil fue a cargo de la empresa Touch Graphics Europe, que hizo uso de técnicas de termoconformado. El mapa resultante se presentó en un formato A4 a escala 1:2000.

La principal particularidad, para su lectura por personas con baja visión, es que para el título y otros textos se optó por una tipografía accesible a un tamaño de 28pt en negro sobre el fondo blanco del mapa para garantizar el contraste. La indicación de Norte y la escala gráfica siguen esos mismos criterios.

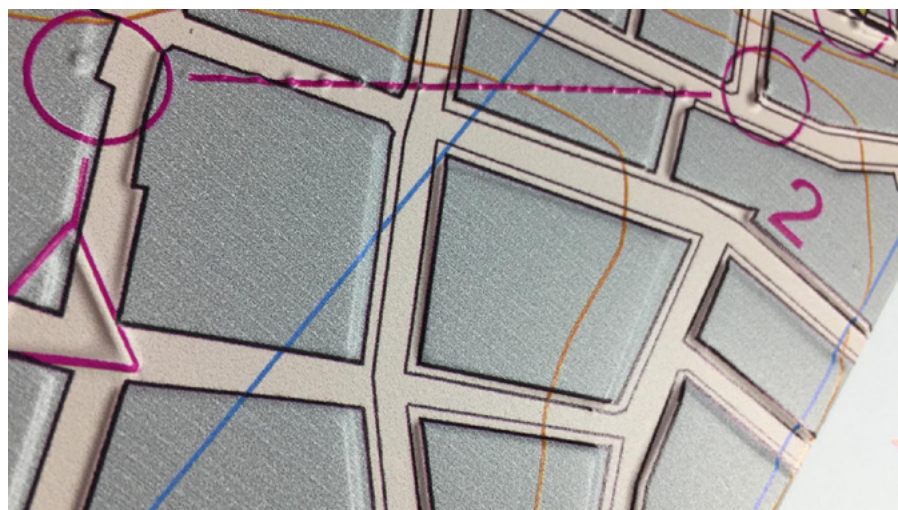
En cuanto al relieve, para personas ciegas, el mapa muestra las edificaciones, y escrito en braille aparecen títulos y otros textos, así como la transcripción de los logotipos y créditos del mapa, la orientación norte y la escala gráfica.



El mapa (visual). Fuente: Producción propia del autor



El mapa (relieve). Fuente: Producción propia del autor



Detalle del mapa en relieve. Fuente: Producción propia del autor

Siguiendo las especificaciones de la simbología, en lo que se refiere al trazado de la carrera, el mapa presenta:

- El triángulo indicador de la salida, y el doble círculo que marca la meta;
- Los controles en braille por el número de orden, eliminando el círculo del mapa a vista, para no saturar la información táctil;
- La línea que une los controles en el mapa visual, simbolizada con una línea de puntos en relieve con un grosor y separación distintos, para que no se confundan con el braille;
- En todos estos elementos se ha variado la elevación para garantizar la lectura táctil incluso en sus intersecciones y superposiciones.

El mapa resultante superpone la información táctil y visual de manera que se asegura la mayor inclusividad siendo apto para personas ciegas, con baja visión o videntes. Para facilitar su lectura táctil se fijó el mapa a un soporte metálico que le confería la rigidez necesaria, y se utilizó un imán como indicador para la localización del corredor en cada momento.

Desarrollo del evento y otras adaptaciones implementadas

En esta primera experiencia participaron un total de 60 corredores, 16 de ellos con alguna discapacidad asociada. Entre ellos 3 personas con ceguera total y 1 persona con baja visión.

Dada la inexperiencia de los deportistas y con el fin de garantizar su seguridad durante el recorrido, los deportistas fueron acompañados por otro corredor, que le advertía de los obstáculos que ellos no pudieran percibir (rampas, escalones, bordillos, ramas, salientes, etc.) y, en caso necesario, les reubicaba en el terreno.



Desarrollo de la competición. Fuente: Producción propia del autor

La localización de los controles y el marcado se hace accesible gracias al uso de la tarjeta electrónica SI-CARD de tipo AIR, que detecta el paso del corredor a una distancia de 0.5 metros y acompaña un estímulo sonoro de confirmación.

Conclusiones

Esta primera experiencia resultó altamente positiva, tanto para los participantes, como para sus acompañantes, que tuvieron la oportunidad de conocer de primera mano una nueva forma de practicar Orientación, dando así un paso adelante en el acceso de participantes con discapacidad a nuevas modalidades en espacio natural y entornos urbanos.

Un primer paso en el que aún nos queda mucho por descubrir y aprender, y que abre los ojos a la futura incorporación de soportes informáticos que faciliten una mayor autonomía en el recorrido.