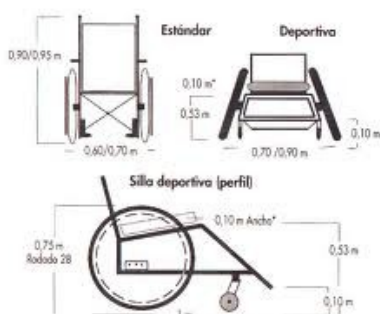


## Esports

### El bàsquet adaptat

De mica en mica, anem fent la societat més fàcil per aquells que tenen alguna discapacitat mental o muscular, una prova en són els jocs paralímpics en els quals hi participa aquesta gent.

Nosaltres hem volgut destacar el bàsquet, un joc molt comú que també pot ser molt pràctic i divertit en cas de patir alguna discapacitat. Hi ha dues modalitats per practicar l'esport: el bàsquet en cadira de rodes i el practicat per discapacitats intel·lectuals.



Hem buscat informació sobre el bàsquet en cadira de rodes ja que és el més tradicional. S'hi juga en cadira de rodes, això si tens una discapacitat física a les cames que impedeix córrer, saltar i pivotar com un jugador a peu.

Hi participen cinc jugadors, a aquests jugadors se'ls hi assigna una puntuació (del 1.0 i 4.5) segons la seva capacitat física. No es permet passar dels 14 punts entre els jugadors que estan jugant, això assegura a cada jugador que tindrà un paper essencial per jugar dins de l'equip. La classificació funcional d'un jugador no es basa en el diagnòstic dels jugadors sinó en els moviments del tronc i la seva estabilitat.

A part de la cadira de rodes amb què juguen i la forma de puntuació que tenen, no existeix cap altra adaptació, la cistella és exactament igual a la del bàsquet olímpic i és a la mateixa altura, la pilota és igual i la línia del triple és a la mateixa distància.

El bàsquet en cadira de rodes, és un esport que participa als jocs paralímpics des de la seva creació l'any 1960 celebrats a Roma.

### Institut Guttmann

A Catalunya tenim l'institut Guttmann, un hospital per al tractament de les persones amb lesió medul·lar, dany cerebral adquirit o una altra gran discapacitat d'origen neurològic, que promou l'esport adaptat, a més a més, contenen amb un club esportiu.

Defensen que l'esport està totalment integrat al procés de rehabilitació de les persones amb discapacitat ja que el grau d'autonomia que aconseguen, l'autoestima i la capacitat de relacionar-se afavoreixen una millor integració social. El doctor Sir Ludwig Guttmann assegura que: *"La finalitat més noble de l'esport per a les persones amb discapacitat és ajudar-les a restaurar la connexió amb el món que les envolta"*

Malgrat les limitacions que pot provocar un accident en el qual perds capacitats, l'Hospital Guttmann ofereix el programa *hospisport*, un programa d'iniciació a l'esport adaptat per a persones amb mobilitat reduïda. *Hospisport* ofereix l'oportunitat de continuar fent esport a les mateixes instal·lacions i amb els mateixos monitors, una vegada al pacient li han donat l'alta hospitalària. I si la persona té interès i habilitats pot entrenar-se per competicions federades.

És un esport que requereix una gran fortalesa i resistència.

