



El rol de las actividades recreativas inclusivas en el bienestar emocional de jóvenes con múltiples discapacidades

The role of inclusive recreational activities in the emotional well-being of young people with multiple disabilities

O papel das atividades lúdicas inclusivas no bem-estar emocional dos jovens com multideficiência

Ruth Obdulia Baidal-Tircio ^I

rbaidalt@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0007-9420-8249>

Cruz Abigail Culque-Nuñez ^{II}

cculquen@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0001-2091-0963>

Correspondencia: rbaidalt@unemi.edu.ec

Ciencias de la Educación

Artículo de Investigación

* **Recibido:** 02 de febrero de 2025 * **Aceptado:** 17 de febrero de 2025 * **Publicado:** 25 de marzo de 2025

- I. Magíster en Psicología Educativa mención Educación Especial, Psicólogo Educativo y Orientador Vocacional, Docente Investigador de la Universidad Estatal de Milagro, Milagro, Ecuador.
- II. Magister en Educación Básica, Máster Universitario en Educación Inclusiva e Intercultural, Ingeniera Comercial, Docente Investigador de la Universidad Estatal de Milagro, Milagro, Ecuador.

Resumen

En este estudio se evalúa el efecto que generan las actividades recreativas inclusivas en el bienestar emocional del joven con discapacidades múltiples. Estas actividades son extraordinarias para ayudar a la integración social, al desarrollo de la autoestima y la calidad de vida de estos jóvenes. Sin embargo, a pesar de los esfuerzos a nivel de inclusión, hay grandes obstáculos como la falta de programas accesibles, poca infraestructura y profesional que incluye educación y capacitación a los médicos. Para este problema, se realizó búsqueda bibliográfica en inglés y español de documentos dentro de los últimos cinco años. Se hizo un examen sobre el uso de la actividad de recreación inclusiva y el impacto sobre la salud emocional de los participantes. Los resultados mostraron que el participar en estas actividades enriquecía la vida social y disminuía el estado emocional negativo asociado al sentimiento de soledad. También se subrayó que estas actividades deben ser dirigidas de acuerdo al requerimiento particular.

Palabras clave: Actividades recreativas; actividades inclusivas; bienestar emocional; múltiples discapacidades.

Abstract

This study evaluates the impact of inclusive recreational activities on the emotional well-being of young people with multiple disabilities. These activities are extraordinary in supporting social integration, developing self-esteem, and improving quality of life for these young people. However, despite efforts at inclusion, significant obstacles remain, such as a lack of accessible programs, limited infrastructure, and limited professional development, including education and training for physicians. To address this issue, a literature search was conducted in English and Spanish for documents from the past five years. An examination was made of the use of inclusive recreational activities and their impact on the emotional health of participants. The results showed that participating in these activities enriched social life and reduced the negative emotional state associated with feelings of loneliness. It was also emphasized that these activities should be tailored to individual needs.

Keywords: Recreational activities; inclusive activities; emotional well-being; multiple disabilities.

Resumo

Este estudo avalia o impacto das atividades lúdicas inclusivas no bem-estar emocional de jovens com deficiências múltiplas. Estas atividades são extraordinárias para ajudar estes jovens a desenvolver a integração social, a autoestima e a qualidade de vida. No entanto, apesar dos esforços de inclusão, existem obstáculos significativos, como a falta de programas acessíveis e de infraestruturas e desenvolvimento profissional limitados, incluindo educação e formação para os médicos. Para este problema, foi realizada uma pesquisa bibliográfica em inglês e espanhol de documentos dos últimos cinco anos. Foi realizado um exame sobre a utilização de atividades lúdicas inclusivas e o impacto na saúde emocional dos participantes. Os resultados mostraram que a participação nestas atividades enriqueceu a vida social e reduziu o estado emocional negativo associado aos sentimentos de solidão. Foi também salientado que estas atividades devem ser direcionadas de acordo com a necessidade específica.

Palavras-chave: Atividades lúdicas; atividades inclusivas; bem-estar emocional; deficiências múltiplas.

Introducción

En la actualidad existen varias personas que sufren de discapacidades múltiples en los cuales enfrenta diversos desafíos que afectan su vida cotidiana y el bienestar emocional, entre los principales problemas que enfrentan es la exclusión social, falta de acceso a actividades recreativas, siendo las barreras significativas para su desarrollo personal y social (Gallegos et al., 2024). Las actividades recreativas son cruciales en la vida de cada individuo porque mejoran el estado de ánimo, facilitan la interacción social y ayudan a desarrollar una autoimagen positiva (Ballester et al., 2022). No obstante, en muchos casos, las actividades recreativas no están orientadas a garantizar la plena participación de los adolescentes con diferentes tipos de discapacidades, esto puede resultar en apego y sentimientos de baja autoestima (Candela Borja & Benavides Bailón, 2020). En consecuencia, es vital evaluar el impacto de la integración de jóvenes con discapacidad en las actividades recreativas en relación con su salud emocional, con el fin de formular estrategias de integración y desarrollo apropiadas (Caizapanta, 2021).

A pesar que existen avances en la inclusión social de las personas que sufren discapacidad aún hay limitaciones en el acceso a actividades recreativas diseñadas a satisfacer las necesidad de los mismos; ya que las actividades recreativas no solo proporcionan entretenimiento sino que cumplen

un papel clave en la construcción del bienestar emocional e integración social; por otra parte los jóvenes que tienen múltiples discapacidades no cuentan con muchos espacios ni con programas diseñados para su plena participación (Banco Interamericano de Desarrollo, 2021).

Las actividades recreativas son una alternativa para usarlas en tiempo libre, sin compromiso, se hace individual o colectivamente, lo que crea alegría y permite que su mente y cuerpo tomen cosas saludables y productivas (Prado, 2023, p. 119). Las actividades de tipo físicas y recreativas son recomendadas por sus beneficios al organismo desde el punto de vista físico, psicológico y social (Véliz Ortega & Mateo Sánchez, 2022). La inclusión reconoce la diversidad de las personas, los pueblos y nacionalidades a las diferencias individuales y colectivas como una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad, a través de la activa participación e interacción en las dimensiones familiar, social, educativa, laboral, en general en todos los procesos sociales, culturales y en las comunidades (Clavijo & Bautista, 2020).

La discapacidad es una condición donde ciertas personas presentan alguna deficiencia físicas, sensoriales, intelectuales o mentales duraderas, y ello limita con frecuencia su participación e inclusión social (Delgado et al., 2024). Aún no existe consenso sobre cómo llamar a las personas que experimentan algún grado de limitación funcional, las expresiones más comúnmente aceptadas son discapacitado y discapacidad.

El bienestar está vinculado con una amplia gama de indicadores físicos, emocionales y sociales que refieren a la salud física y mental de las personas. El estudio del bienestar en la infancia y adolescencia es un campo que continúa requiriendo desarrollo y aportaciones de la investigación, puesto que ésta se ha enfocado en la adultez, así como en contextos distintos (López Pereyra et al., 2021). Por otra parte, Bagnato (2019) define al bienestar emocional es una de las dimensiones que componen el constructo calidad de vida (CDV), ya sea de la persona individualmente considerada o cuando se analiza la calidad de vida familiar.

Este estudio de investigación es importante porque ayuda a comprender cómo las actividades de ocio pueden utilizarse para mejorar la calidad de vida de los jóvenes con múltiples discapacidades. La inclusión en las actividades de ocio no solo es un derecho, sino también un medio efectivo para construir la autoestima, la independencia y las habilidades sociales de estos jóvenes, el objetivo general de la investigación es analizar mediante revisión bibliográfica, el impacto de las actividades recreativas inclusivas en el bienestar emocional de jóvenes con múltiples discapacidades.

Las discapacidades o retos múltiples corresponden a aquellas personas que, además de presentar una dificultad inicial, como una parálisis cerebral, presentan otras discapacidades y necesitan apoyos generalizados (Arias & Muñoz, 2019). Según Romero (2019) menciona que la Discapacidad Múltiple o el Multidéficit es la presencia de dos o más discapacidades físicas, sensoriales, y / o intelectuales. La persona, requiere, por tanto, apoyos en diferentes áreas de las habilidades adaptativas y en la mayoría de las áreas del desarrollo. La persona con discapacidad múltiple y/o con sordoceguera, al igual que todo ciudadano, tienen derecho a participar y ser educado en contextos naturales escolares, a recibir educación de calidad y a obtener los mismos beneficios como cualquier estudiante (Romero et al., 2020).

Metodología

Se realizó una revisión bibliográfica que incluyó publicaciones en inglés y español centradas en el rol de las actividades recreativas inclusivas en el bienestar emocional de jóvenes con múltiples discapacidades. Las palabras claves usadas para la búsqueda fueron: “Actividades recreativas”, “Actividades recreativas inclusivas”, “Bienestar emocional”, “Múltiples discapacidades”. La revisión se realizó mediante búsquedas de la literatura en motores académicos: Elsevier, Springer Link, Google Académico, Scopus.

Los documentos académicos incluyeron artículos científicos, libros, tesis, sobre el tema en estudio. Asimismo, se incluyeron referencias adicionales identificadas durante la revisión de los documentos seleccionados para la bibliografía de la revisión. Cabe mencionar que los documentos seleccionados fueron publicados a partir del 2019. De los 259 documentos revisados, 91% de las publicaciones fueron publicadas en los últimos 5 años.

Gráfico N° 1 Criterios de inclusión y exclusión en la revisión bibliográfica

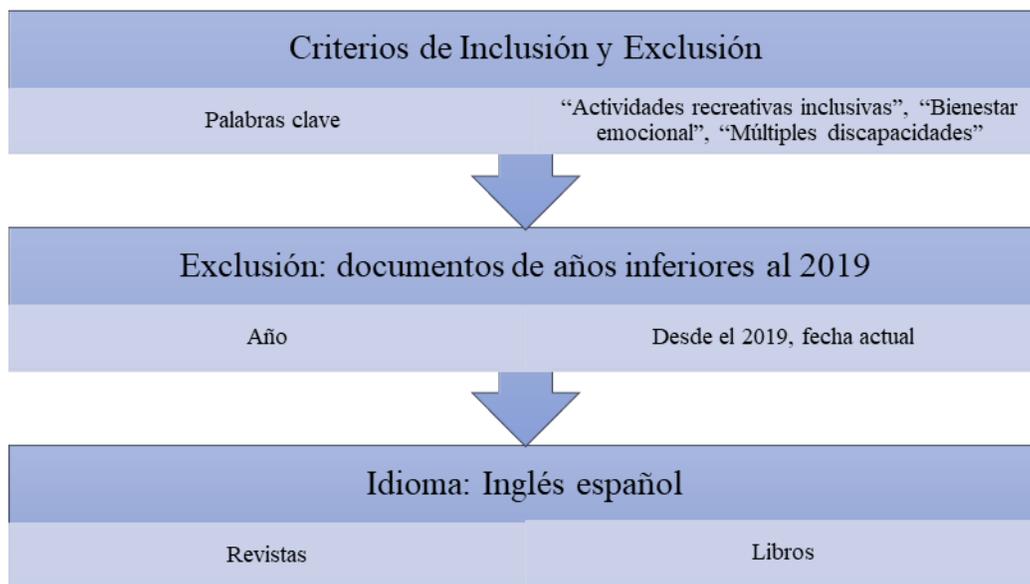
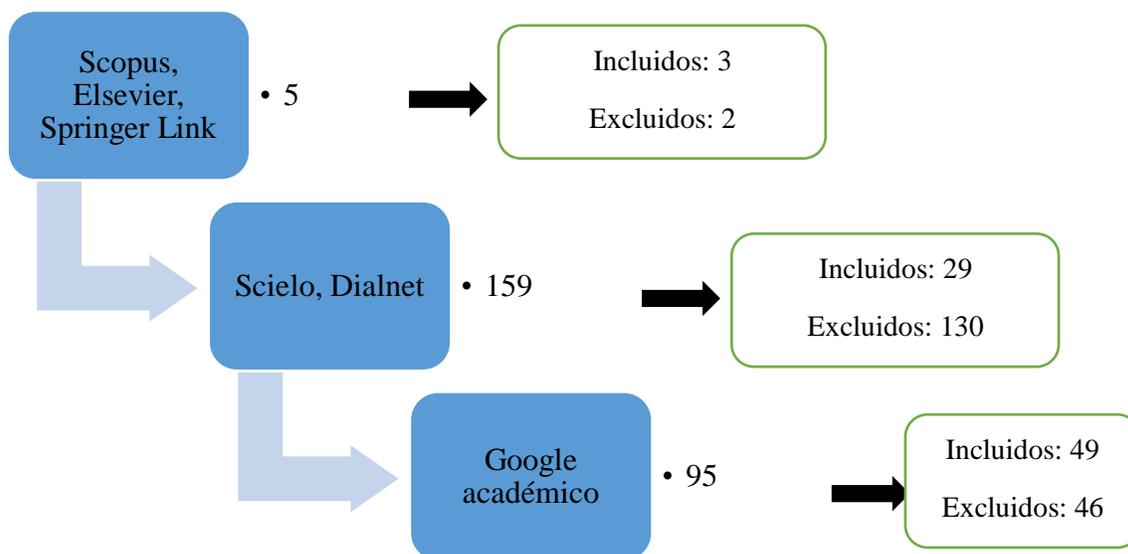


Gráfico N° 2 Número de documentos revisados



Resultados

Según UNICEF (2022), sostiene que las personas con discapacidad incluyen a aquellas que presentan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo; que al interactuar con diversas barreras, estas pueden impedir su participación plena y efectiva en la sociedad en igualdad de condiciones con las demás.

Por otra parte, Vélez Miranda et al. (2020) definen la palabra inclusión como no es insertar personas dentro de estructuras existentes sino transformar los sistemas para que incluyan a todos; cuando existen barreras, las comunidades inclusivas transforman la manera en que están organizadas para ocuparse de las necesidades de todos los niños, niñas y adolescentes.

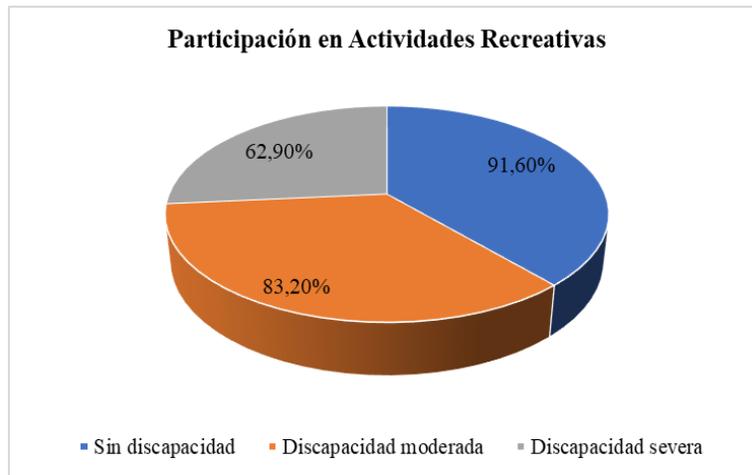
La inclusión reconoce la diversidad de las personas, los pueblos y nacionalidades a las diferencias individuales y colectivas como una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad, a través de la activa participación e interacción en las dimensiones familiar, social, educativa, laboral, en general en todos los procesos sociales, culturales y en las comunidades (Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural Registro Oficial, 2021, p. 434).

La educación inclusiva en Ecuador tiene como objetivo desarrollar recursos humanos con sensibilidad democrática y fomentar un espíritu crítico y cooperativo. El aprendizaje es de naturaleza inclusiva, crítica e interdisciplinaria, por lo que los profesores se convierten en un recurso importante, al apoyar y guiar a los estudiantes y considerar las motivaciones y necesidades de los mismos (Delgado & Espinoza, 2024).

Las actividades recreativas inclusivas tienen un gran impacto en el bienestar emocional de los adolescentes con múltiples discapacidades. Estas actividades ayudan no solo en la inclusión social y la participación activa, sino también en el desarrollo general de un individuo. La interacción social, el deporte y los juegos recreativos permiten interacciones grupales y relaciones comunitarias. Esto mejora y facilita el bienestar emocional y la autoestima de los jóvenes con discapacidades, lo cual es vital (Baidal & Ortiz, 2024).

Las actividades recreativas inclusivas pueden ser personalizadas para cada individuo, garantizando que todos participen de manera óptima. Con que, un juego de captura, es además entretenido pues ayuda al desarrollo motor y cognitivo de los niños. Además, estas actividades pueden servir como terapia porque permiten afrontar miedos y ansiedades y, por lo tanto, benefician la salud emocional y mental de los participantes (Viera & Venegas, 2024).

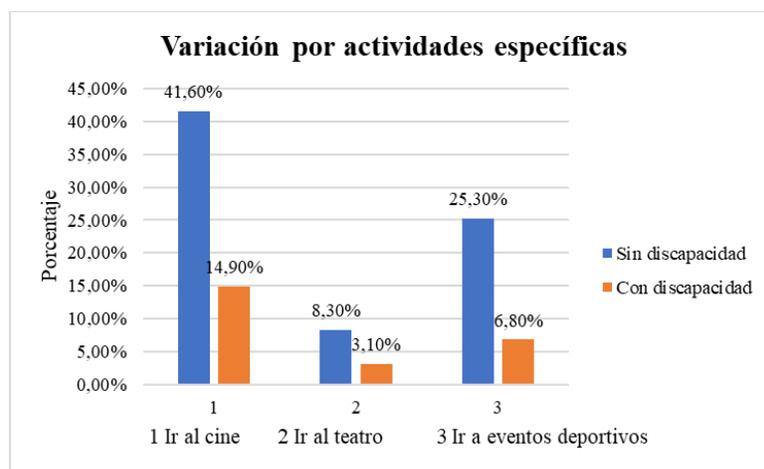
Gráfico N° 3 Participación de grupos de trabajo en actividades recreativas



Elaborado por: Autoras

Orosco et al. (2025), indica que, en su investigación sobre discapacidad en el área de educación física, realizaron seis grupos de trabajo de los cuales el 91,6% de los integrantes de cada grupo no presentaba discapacidad; del porcentaje restante se obtuvo el porcentaje de las personas con discapacidad moderada y discapacidad severa, es así que el 83,2% de los integrantes presentaron discapacidad moderada mientras que el 62,9% discapacidad severa.

Gráfico N° 4 Variación de porcentajes por actividades específicas

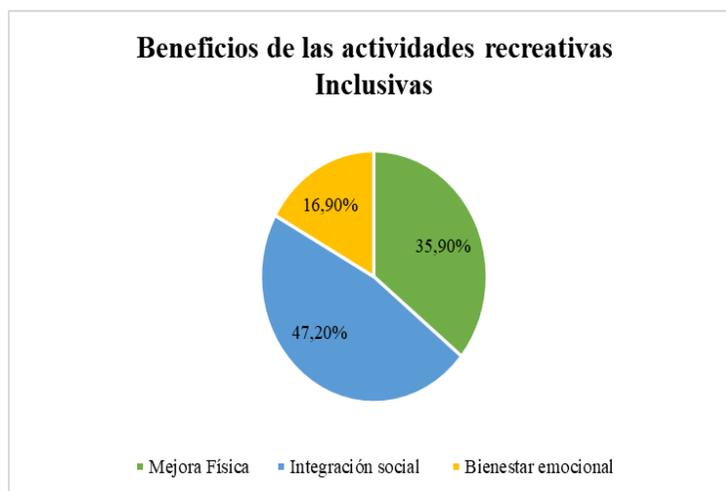


Elaborado por: Autoras

De las tres actividades representadas gráficamente en la ilustración 4; el 14,9% de la población que asiste al cine presenta discapacidad, mientras que el 41,60% de las personas que acuden al cine no presentan discapacidad por lo que existe un porcentaje menor de personas con discapacidad; por otra parte, el 3,1% que acude al teatro tiene discapacidad mientras y el 8,3% no presenta discapacidad, finalmente el 6,8% de los que asisten a eventos deportivos presentan algún tipo de discapacidad y el 25.3% no presentan ninguna discapacidad.

Se determina que el 75,2% de la población que asiste a diferentes actividades que realizan en la vida cotidiana no presentan ningún tipo de discapacidad, sin embargo, el 24,8% de la población en investigación sí presenta discapacidad, las cuales han generado dificultad en su diario vivir ya que les ha causado problemas de socializar, discriminación, comunicación con la población en la que se rodean.

Gráfico N° 5 *Beneficios de las actividades recreativas inclusivas*



Elaborado por: Autoras

El 47,2% mencionó que los beneficios que obtienen con actividades recreativas inclusivas son de integración social, el 35,9% son físicas y el 16,9% de las actividades recreativas ayudan en la parte emocional de las personas que tienen presencia de discapacidad.

Discusión

Según los datos recopilados durante la investigación se determinó que existe en menor porcentaje las personas que sufren de alguna discapacidad, las cuales se ha desarrollado diversos programas

de inclusión para que puedan llevar una vida digna y que disfruten de los beneficios que ofrece una educación inclusiva, del mismo modo que la sociedad misma brinde la confianza y estabilidad para todos por igual, sin discriminación alguna.

Por tal motivo se dice que la educación inclusiva, en términos de práctica social, engloba un conjunto de valores y principios, estrategias y vivencias orientadas a la democratización de la educación y a una actualización constante, mediante la elaboración de propuestas educativas que permitan al alumnado el derecho de acceder, de involucramiento y aprendizaje bajo condiciones equitativas (Orosco et al., 2024).

Corbella & Araújo (2019) describen a la inclusión como el proceso de integración de individuos con discapacidad a través de las actividades recreativas como aquel que: (a) brinda posibilidades para vivir la participación y el disfrute en ambientes parecidos a los de sus pares no discapacitados, (b) promueve el desarrollo de habilidades y confianza, (c) promueve la elección y la participación en las actividades de la comunidad o sociedad, y (d) promueve el crecimiento de la autoestima y la dignidad.

Por otra parte, Foro Educativo (2007), añaden que la inclusión en la educación se refiere al principio que otorga a niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos el derecho a una educación de alta calidad, que tenga en cuenta y respete nuestras distintas habilidades y requerimientos educativos, tradiciones, etnia, lengua, discapacidad, edad, entre otros.

De la misma manera Gómez et al. (2024), definen a la educación inclusiva como el procedimiento para incrementar la implicación de todos los alumnos en los centros educativos, sin importar sus circunstancias personales, sociales o culturales. Esta definición resalta el compromiso de incorporar a todos sin excepción, subrayando la importancia de modificar los sistemas educativos para satisfacer la diversidad de los aprendices.

Ruiz (2019) menciona que las actividades diarias la mayoría fueron asistidas, los objetos tienen que estar al alcance y que no sean pesados para que no dificulten los movimientos, al igual que la vestimenta debe ser adecuada de preferencia que no tenga mangas largas; además las personas que presentan discapacidades deben mantener buenos vínculos con los familiares cercanos; por otra parte, durante su investigación los participantes presentaron un porcentaje mayor de tipo física, seguido de lo intelectual. Asimismo, afirmo que las personas con algún tipo de discapacidad es recomendable que realicen con frecuencia actividades recreativas, con su familia y compañeros ya que les permite tener un autoestima alto y mejor relaciones sociales.

Las actividades recreativas inclusivas mejoran enormemente la salud emocional de los jóvenes con múltiples discapacidades. Estas actividades permiten que los jóvenes se integren socialmente, lo que aumenta su autoestima, autoconfianza y sentido de pertenencia. Además, dado que estos jóvenes están incluidos en actividades que anteriormente pueden haber estado más allá de su alcance, pueden desestresarse y disfrutar de actividades recreativas que permiten la expresión emocional y la vinculación social con sus pares. La participación en tales actividades recreativas también mejora el desarrollo de habilidades emocionales como la empatía, el autocontrol y la autorregulación emocional (Chaud & Quiñonez, 2019).

En relación con las diferencias en los beneficios percibidos según los tipos de discapacidades, hay algunas evidencias de que los jóvenes con discapacidades más severas o incluso múltiples pueden obtener mayores beneficios emocionales de las actividades recreativas inclusivas. Esto podría deberse al hecho de que, como individuos altamente restringidos social y físicamente, estas actividades de apoyo inclusivas les brindan oportunidades de participación que son social y emocionalmente beneficiosas. Sin embargo, los beneficios pueden diferir dependiendo de la naturaleza de la discapacidad, el tipo de asistencia brindada y el contexto en el que se llevan a cabo estas actividades (Marca, 2021).

Entre las actividades recreativas que son más efectivas en el agrandamiento social y emocional se encuentran aquellas que se centran en la interacción social y la expresión creativa, como la música, los deportes y las artes teatrales. Estas actividades permiten a los jóvenes con múltiples discapacidades participar activamente sin ser marginados. El coro y las bellas artes, como forma, son especialmente buenos para la integración emocional y social, ya que permiten a los niños y jóvenes no hablantes comunicarse independientemente de sus discapacidades. Al mismo tiempo, los deportes adaptados también proporcionan inclusión física y psicológica al mejorar las habilidades motoras y la autoestima; por lo tanto, fortaleciendo el bienestar emocional (Romero, 2021).

Los hallazgos obtenidos en relación con la influencia de actividades recreativas inclusivas en el bienestar emocional de los adolescentes con discapacidad múltiple, son incorporables a programas de inclusión educativa y recreativa mediante la apropiación de matrices de inclusión que propicien la interacción activa de los alumnos sin distinción de su nivel. En el contexto educativo, tales estrategias comprenden la elaboración de actividades de esparcimiento no formal como deportes, pintura, dramatización o el uso de otras formas de tecnología que permiten la asistencia de alumnos

con diferentes posibilidades. Estas actividades deben ser dirigidas por especialistas en inclusión y respondido a las necesidades particulares de cada uno de los jóvenes, permitiendo a todos a participar en un ambiente inclusivo. Igualmente, las administraciones educativas deben fomentar la sensibilización a los profesores, colegas y familias con el objetivo de apoyar y comprender el contexto emocional y social que intentan alcanzar.

Para estos propósitos, garantizar la adecuación de los espacios, equipos y materiales resulta fundamental para mejorar la accesibilidad a estas actividades. Esto puede incluir ofrecer accesibilidad a nivel de infraestructura, emplear herramientas adaptativas en el deporte o las artes, así como capacitar de forma continua a los facilitadores en el uso de técnicas inclusivas. No obstante, la delimitación del tamaño de la muestra, la existencia de fuentes de información sobre discapacidad múltiple y la falta de consideración de la diversidad de enfoques en la revisión bibliográfica podrían haber sesgado los resultados. El ámbito de la inclusión y bienestar emocional en jóvenes con discapacidad múltiple es un campo, por así decirlo, abierto o en construcción, por lo que es necesario abordar aspectos como la efectividad de la propuesta para distintos tipos de discapacidad y la no identificación de otras barreras que impiden el involucramiento pleno en estas actividades.

Conclusiones

- Las actividades recreativas inclusivas son un motor importante en la salud emocional de los jóvenes con discapacidad múltiple, ya que construyen su autoconfianza y autoestima. Estas actividades contribuyen a su integración social y les proporcionan la oportunidad de adquirir habilidades sociales y emocionales que les permiten mejorar su calidad de vida.
- Pese a los logros que se han hecho en el aspecto de inclusión, aún persisten grandes retos que limitan el acceso de jóvenes con discapacidad a actividades recreativas. La ausencia de una infraestructura apropiada, la falta de recursos y la poca capacitación de algunos profesionales en técnicas inclusivas les niega la posibilidad de participar activamente. Además, se ha mostrado que la adaptación de las actividades recreativas a las particularidades de cada joven es fundamental para su éxito.
- El otro pilar trabajado es el de la educación o la sensibilización entorno al factor inclusión. La capacitación de maestros, padres y otros especialistas en integración puede favorecer en

gran medida la organización y ejecución de actividades recreativas inclusivas y permanentes. De este modo, también se fortalece la responsabilidad social de brindar mejor equidad y abrir mayores oportunidades para los jóvenes con discapacidad a participar en el contexto que los rodea.

- Es crucial diseñar e implementar actividades de ocio que cumplan con los requisitos específicos de los jóvenes con discapacidades múltiples. Estos programas deben tener en cuenta no solo las limitaciones físicas y cognitivas, sino también las preferencias individuales de los participantes para garantizar una participación y disfrute completos.
- Además, también se recomienda la formación continua de profesores, terapeutas y facilitadores en estrategias de inclusión. La formación en metodologías adaptativas y herramientas especializadas permitirá aprovechar mejor estas actividades y asegurar que todos los adolescentes participen en igualdad de condiciones.
- Para hacer que los espacios y posibilidades de ocio sean más accesibles, es necesario invertir en cambios estructurales y en el uso de tecnología de apoyo que facilite la participación de los jóvenes con discapacidades. Esto incluye eliminar barreras arquitectónicas, desarrollar equipos accesibles y crear entornos estimulantes y seguros para la recreación.

Referencias

1. Arias, C., & Muñoz, M. (2019). Calidad de vida y sobrecarga en cuidadores de escolares con discapacidad intelectual. *Interdisciplinaria*, 36(1), 257–272. <https://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v36n1/v36n1a17.pdf>
2. Bagnato, M. J. (2019). El bienestar emocional en madres de hijos con diagnóstico de TEA. *Revista de Psicología*, 18(1), 46–60. <https://doi.org/10.24215/2422572xe027>
3. Baidal, R., & Ortiz, D. (2024). El apoyo emocional y psicológico para padres de niños con discapacidad: estrategias para el bienestar familiar. 5(11), 195–208.
4. Ballester, O., Bños, R., & Navarro, M. (2022). Actividad física, naturaleza y bienestar mental: una revisión sistemática. 22. <http://revistas.um.es/cpd>
5. Banco Interamericano de Desarrollo. (2021). Las ciudades como espacios de oportunidades para todos Como construir espacios publicos para personas con discapacidad ninos y mayores. Catalogación En La Fuente Proporcionada Por La Biblioteca Felipe Herrera Del

- Banco Interamericano de Desarrollo.
<https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Las-ciudades-como-espacios-de-oportunidades-para-todos-Como-construir-espacios-publicos-para-personas-con-discapacidad-ninos-y-mayores.pdf>
6. Caizapanta, A. X. (2021). Actividad física y recreativa como medio terapéutico en personas con discapacidad. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/24029/1/UCE-FCDAPD-CTO-CAIZAPANTA ALEXANDER.pdf>
 7. Candela Borja, Y. M., & Benavides Bailón, J. (2020). Actividades lúdicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de básica superior. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuso)*. <https://www.redalyc.org/pdf/6731/673171026008.pdf>
 8. Chaud, V., & Quiñonez, P. (2019). Calidad de Vida de personas con discapacidad múltiple en la ciudad de Los Ángeles, Chile. <https://repositorio.udec.cl/server/api/core/bitstreams/c09ccfdb-34c2-48a4-9595-a77a5190aaa8/content>
 9. Clavijo, R., & Bautista, M. (2020). La educación inclusiva . Análisis y reflexiones en la educación superior ecuatoriana. 09(Agenda 2030), 2030. <https://doi.org/10.5944/reec.27.2016.15044.GALLEGOS>
 10. Corbella, M., & Araújo, E. (2019). El ocio en las personas con discapacidad intelectual: participación y calidad de vida a través de las actividades de ocio. INICO, Universidad de Salamanca.
 11. Delgado, Y., & Espinoza, C. (2024). Actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual, en la clase de Educación Física. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1678/2631>
 12. Delgado, Y., Espinoza, C., & Rojas, G. (2024). Actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual, en la clase de Educación Física. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1678/2617>
 13. Foro Educativo. (2007). La inclusión en la educación. Como hacerla realidad. Lima-Perú, 1–60.
 14. Gallegos, M., Paredes, P., Gallego, M., & Duchi, A. (2024). Estudiantes con discapacidad múltiple. In *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*.

- [https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/27464/4/Estudiantes con discapacidad múltiple.pdf](https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/27464/4/Estudiantes%20con%20discapacidad%20m%C3%BAltiple.pdf)
15. Gómez, L., Chuquitarco, S., Yagual, M., Chavesta, M., & Parra, M. (2024). Educación inclusiva y diversidad.
 16. Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural Registro Oficial. (2021). Ley Orgánica Reformatoria a la Ley Orgánica de Educación Intercultural. In Registro Oficial Órgano de la República del Ecuador (p. 434). <https://www.unicef.org/cuba/media/826/file/iguald-inclusion-deporte-folleto.pdf>
 17. López Pereyra, M., Armenta Hurtarte, C., Gómez Vega, M. del P., & Puerto Díaz, O. (2021). Bienestar Emocional En Las Niñas Y Los Niños. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(2), 53–70. <https://doi.org/10.48102/riieb.2021.1.2.14>
 18. Marca, M. (2021). Situación educativa de población con discapacidad múltiple estudio de caso: discapacidad y motriz. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/20099/1/UPS-CT009028.pdf>
 19. Orosco, C., Reinoso, L., & Rojas, G. (2025). Programa de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación física. 1, 388–402.
 20. Orosco, C. V., Reinoso, L., & Rojas, G. (2024). Programa de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física. Digital Publisher CEIT, 1.
 21. Prado, R. (2023). Las Actividades Recreativas Y El Uso Del Tiempo Libre De Los Adolescentes: Revisión Sistemática. *GADE: Revista Científica*, 119.
 22. Romero, K. (2019). La observación científica como estrategia pedagógica para la enseñanza y el aprendizaje de la biodiversidad Colombiana con estudiantes con discapacidad múltiple (visual e intelectual) del aula de apoyo pedagógico de la IED República de China. 1–142.
 23. Romero, N. J. (2021). Situación Educativa De Personas Con Discapacidad Múltiple. Estudio De Caso: Discapacidad Intelectual Profunda Y Discapacidad Física Profunda. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/20099/1/UPS-CT009028.pdf>
 24. Romero, S., Ferioli, G., Fava, A., Nassif, M. E., & Cipollone, M. (2020). Prácticas educativas facilitadoras de aprendizajes de niños con discapacidad múltiple y sordoceguera.

- Anuario Digital De Investigación Educativa, 3, 194–207.
<https://revistas.bibdigital.uccor.edu.ar/index.php/adiv/article/view/4206>
25. Ruiz, G. (2019). Situación Socio Educativa De La Población Con Discapacidad Múltiple: Estudio De Caso Por Accidente Cerebro Vascular.
26. UNICEF. (2022). Igualdad, inclusión y deversidad a través del deporte. Unicef, 1–17.
<https://www.unicef.org/cuba/media/826/file/iguald-inclusion-deporte-folleto.pdf>
27. Vélez-Miranda, M. J., San Andrés Laz, E. M., & Pazmiño-Campuzano, M. F. (2020). Inclusión y su importancia en las instituciones educativas desde los mecanismos de integración del alumnado. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 5(9), 5.
<https://doi.org/10.35381/R.K.V5I9.554>
28. Véliz Ortega, R. H., & Mateo Sánchez, J. L. (2022). Actividades recreativas para motivar el aprendizaje de los niños con síndrome de Down. Podium (Pinar Río), 17(2), 559.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522022000200557
29. Viera, V., & Venegas, C. (2024). La equiniterapia como herramienta terapéutica e inclusiva: Beneficios psicofísicos y socioemocionales en personas con discapacidad. 12(1), 2013.

© 2025 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).