
DEPOR



EL FÚTBOL

AUTORÍA DE INÉS CARRASCOSA, JOSÉ PERE

RTI V OS



ADAPTADO

JÓN Y JESÚS SIMÓN - IMAGEN DE ARCHIVO



IMAGEN DE LA FUNDACIÓN REAL BETIS BALOMPIÉ

JUGADORES DEL REAL BETIS GENUINE, ONCE Y FÚTBOL PARA AMPUTADOS EN LA PREVIA DEL PARTIDO CONTRA EL FC BARCELONA



IMAGEN DE LA FUNDACIÓN REAL BETIS BALOMPIÉ

El Real Betis Balompié es un equipo reconocido por su *status* en el fútbol español, y también por su compromiso con causas sociales. En la jornada 15 de La Liga EA SPORTS, el conjunto verdiblanco recibió en La Cartuja al FC Barcelona. El partido de la jornada iba a ser seguido por millones de aficionados y la entidad sevillana hizo gala de sus secciones de fútbol adaptado. La iniciativa corresponde a la Semana de la Discapacidad, cuya celebración comienza el día 3 de diciembre. El objetivo en esta fecha es visibilizar las necesidades de las personas discapacitadas. Esta temporada el Betis cumple nueve años conmemorando dicha causa, y lo hizo de diferentes maneras. Los jugadores del conjunto heliopolitano saltaron al césped acompañados por niños con discapacidad. Además, se presentaron las plantillas del Real Betis Genuine, ONCE y la de fútbol para amputados en la previa del partido. Cabe mencionar otras iniciativas como la del espectáculo (también en la previa) de la Compañía de Flamenco Inclusivo José Galán, la representación de los dorsales de los jugadores mediante pictogramas, o el siempre activo programa 'Te acompañamos a tu asiento', en el que facilitan el acceso al estadio de personas con discapacidad o dificultades de movilidad.

El fútbol es el lenguaje universal que se juega con los pies y se siente con el corazón. Históricamente ha sido un espejo de la sociedad. Refleja sus pasiones, desigualdades y capacidad de transformación. Durante décadas, la imagen del deporte rey estuvo monopolizada por un único colectivo: hombres en sus plenas facultades de desempeñar la actividad. Sin embargo, con el paso del tiempo y los cambios sociales, otra realidad se ha ido forjando en el panorama futbolístico. Su público no solo crece en cantidad, sino en diversidad. El auge del fútbol femenino en estos últimos años es una prueba evidente. Las futbolistas comparten espacio en el terreno mediático con las caras más reconocidas del ámbito masculino, además de superar constantemente marcas de audiencia. Pero hay un grupo social que necesita igualmente la visibilidad del resto de la población: las personas con discapacidad. En consecuencia, apareció el fútbol adaptado, un conjunto de modalidades preparadas para que diferentes tipos de discapacidad sean compatibles con la práctica de mencionado deporte. Bajo la máxima del compromiso con la inclusión y la igualdad de condiciones.

Referirse al fútbol adaptado no es hablar de versiones "menores" del fútbol tradicional, sino de disciplinas con identidad propia y un alto nivel competitivo y humano. En cuanto al amplio abanico de posibilidades, los futbolistas ciegos se orientan por el sonido del balón y la comunicación constante. Los jugadores con parálisis cerebral desafían el equilibrio en cada zancada. Las personas con amputaciones dominan el balón con sus muletas. Igualmente, los deportistas con discapacidad intelectual están perfectamente capacitados para jugar al fútbol. Cada una de estas modalidades nace de una necesidad concreta, pero todas comparten un mismo objetivo: garantizar una práctica digna y demostrar que la pasión por

el fútbol no se ve limitada por la discapacidad.

En los últimos años, el fútbol adaptado ha ganado visibilidad. Todo se ha conseguido gracias al apoyo de federaciones, asociaciones y, sobre todo, de los propios deportistas adaptados, quienes reclaman las necesidades pertinentes. Competiciones relevantes en el mundo del deporte, como los Juegos Paralímpicos, han permitido mostrar al aficionado un juego donde la estrategia, la colectividad y la resiliencia cobran un protagonismo destacado. Estos factores son aplicables al fútbol que se suele consumir. Los límites que imponen cada una de las discapacidades afectan a la práctica del juego, pero los valores del deporte permanecen intactos: respeto al rival, compañerismo, juego limpio, disciplina, competitividad, superación, etc.

A pesar del auge en términos de visibilidad, la cobertura en este apartado del deporte es insuficiente si se compara con la que goza, por ejemplo, el fútbol convencional. De este modo, el reportaje se adentra en las distintas modalidades de fútbol adaptado. Explora sus reglas, funcionamiento y las realidades sociales que lo rodean. Más allá de lo deportivo, el fútbol adaptado cumple una función clave en la autoestima y la integración de las personas con discapacidad. Para muchos jugadores, el deporte es un espacio donde no son definidos por sus limitaciones, sino que son reconocidos por sus habilidades. El entrenamiento se convierte en rutina, el vestuario en familia y el partido en oportunidad para demostrar que el talento no entiende de barreras. El fútbol adaptado transforma la mirada de una sociedad que tiene retos pendientes en cuanto a inclusión se refiere. Reconocer estas modalidades, difundir sus historias y valorar a sus protagonistas es un acto de justicia deportiva y social. Porque cuando el balón rueda, lo único que prevalece son las ganas de jugar.

PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL

REGLAMENTO

El fútbol 5 para personas con discapacidad visual o ceguera es una modalidad en la que participan aquellas personas conocidas como B1 o ciegos totales. Hay que diferenciarlo de la modalidad que practican los ciegos B2 o B3, ya que estos practican fútbol sala y apenas necesitan adaptaciones para competir. Ambos deportes están regulados por la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC).

En cuanto al reglamento, cada conjunto estará compuesto por 4 jugadores de campo (todos ciegos) y un portero que no cuenta con discapacidad. El terreno de juego se encuentra rodeado por una valla o muro que impide que la pelota salga fuera de manera continua. No hay tampoco fuera de juego, por lo que el partido apenas se interrumpe. La duración de los partidos consta de dos partes de 25 minutos cada una además de un descanso de diez minutos.

Como puede haber ciertos jugadores que todavía poseen algún resto visual, todos deberán llevar parches y antifaces que cubran por completo los ojos.

Una de las mayores características de este deporte es la pelota con la que se

juega. Se trata de un balón sonoro para que los jugadores sepan en todo momento donde se está ubicando, por lo que el público deberá permanecer en silencio durante todo el partido para facilitar a los jugadores. Además, todos los jugadores tienen la obligación de gritar "¡Voy!" cuando vayan a por la pelota para evitar golpes y a la vez orientar al rival.

Cada equipo cuenta con tres guías diferentes. En primer lugar, el portero sirve como guía para la zona baja del campo, dando órdenes y orientando a los jugadores que se encuentren cerca de su propia portería. Por otro lado, el entrenador se ocupa de guiar a los jugadores que se encuentren próximos al medio del campo, tratando de organizar al equipo y las jugadas. Por último, un guía se sitúa detrás de la portería donde debe anotar el equipo para guiar a los jugadores en el último tercio del campo. Por ejemplo, en un lanzamiento de penalti, el jugador coloca el balón con ayuda del árbitro y el guía coloca al jugador, para después dirigirse a portería y hacer sonar los palos para que el jugador ubique la misma.



IMÁGENES DE ARCHIVO
CENTRO LUIS BRAILLE, DONDE ENTRENA EL REAL BETIS ONCE



IMAGEN DE GETTY IMAGES
Atenas 2004 incluyó al fútbol 5 como modalidad paralímpica por primera vez. Participaron un total de seis selecciones: Brasil (oro), Argentina (plata), Grecia, España, Francia y Corea del Sur.



IMÁGENES DE ARCHIVO
JAVI, RAFA Y JOSÉ: JUGADORES DEL REAL BETIS ONCE

DATOS HISTÓRICOS

La modalidad de fútbol 5 para personas con discapacidad visual comenzó de manera casi involuntaria en Brasil y España, alrededor de la época de 1930. Nace de la mano de estudiantes ciegos que jugaban al fútbol en el tiempo del recreo.

Ya desde el inicio utilizaban elementos sonoros como pelota para orientarse (latas, botellas de plástico, etc), hasta que a finales de los 70 el profesor Joao Ferreira inventaría la pelota de cuero con cascabeles dentro. Esta sería oficialmente adoptada en los años 80.

En el año 1984 tuvo lugar en Brasil el primer campeonato internacional de fútbol para ciegos que se llamó Copa Brasil de Futebol de 5. En el participarían las selecciones de Brasil, Argentina, España y Colombia. La convivencia y unificación de estos países pioneros llevó a realizar reglas y desarrollos conjuntos: España aportó el vallado lateral, Brasil la pelota con sonido en el interior y Argentina las gafas y parches oculares.

En el año 1995 la Federación Internacional de Fútbol para Ciegos creó el Subcomité de Fútbol Sala con el fin de adecuar y profesionalizar las reglas de la modalidad. Para ello encargaron al hispano argentino Carlos Alberto Campos, quien era el director técnico de la

Federación Española de Deportes para Ciegos, como presidente. Con el apoyo de la ONCE y la unión con representantes de Portugal, Inglaterra, Italia, Francia, Grecia, Brasil y Argentina se consolidaron y definieron las Reglas del Fútbol a Ciegas.

Hoy en día, la modalidad cuenta con dos grandes torneos de una relevancia muy importante. Por un lado los Juegos Paralímpicos, dominados por Brasil con 5 oros y seguidos por Argentina con 2 platas y 2 bronce. España cuenta con 2 bronce (Atenas 2004 y Londres 2012). Por otro lado, encontramos el Campeonato Mundial, donde también es Brasil la selección dominante con 5 campeonatos seguido por Argentina con 3 campeonatos. España cuenta con 2 subcampeonatos (Río de Janeiro 2002 y Hereford 2010) y tres terceros puestos (Campinas 1998, Jerez de la Frontera 2000 y Tokio 2014).

Además, en 2023 tuvo lugar el primer Campeonato Mundial Femenino, que acabaría con la victoria de Argentina, el subcampeonato de Japón y el tercer lugar de Suecia.

La Federación Española de Deportes para Minusválidos en 1968 fue lo que permitió que en menos de diez años, seis deportistas con ceguera de nuestro país participaran en los V Juegos Olímpicos

para Minusválidos desarrollados en 1976 en Toronto (Canadá) consiguiendo medalla de plata en la modalidad de atletismo.

Es en la ley 10/90 del 15 de octubre cuando desaparece la Federación Española de Deportes para Minusválidos y la progresiva constitución de cinco federaciones diferenciadas según la tipología de la discapacidad de las personas que practican deporte: intelectual, física, parálisis cerebral y daño cerebral adquirido, auditiva y visual. La ONCE en este marco ayuda a la creación de la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC) que es reconocida por el Consejo Superior de Deportes e inscrita en el Registro de Entidades Deportivas el 27 de julio del 1993.



IMAGEN DEL REAL BETIS BALOMPIÉ
El Real Betis ONCE es el actual campeón de la liga Fútbol 5.

PERSONAS CON AMPUTACIONES

REGLAMENTO

El fútbol para amputados se trata de una modalidad de fútbol regulada por la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física. Está diseñada específicamente para aquellas personas con discapacidad física, concretamente los que cuentan con alguna amputación en miembros superiores o inferiores.

Su origen se remonta a 1982 en Seattle, Estados Unidos, donde al principio lo practicaban como forma de mantenerse activo en verano los esquiadores con discapacidad. Posteriormente, se creó la World Amputee Football Federation (WAFF), quien aprobaría en 2005 el documento "Laws and Rules Governing Amputee Football Play and Players". Estas reglas describen en 15 artículos los cumplimientos necesarios para practicar esta modalidad, donde lo más destacado se relaciona con la reducción del campo, la duración de los partidos o las características de los jugadores.

El partido es un 7 vs 7 con portero incluido. Los jugadores de campo deben tener amputado un miembro inferior, mientras que los porteros deben tener amputado un miembro superior. El

campo tiene unas medidas que oscilan entre 60m x 30m hasta 70m x 55m, donde se juegan dos partes de 25 minutos con un descanso de 10 minutos. Los jugadores utilizan muletas, las cuales les servirán como medida para desplazarse y son consideradas extensiones de los brazos, por lo que si se toca intencionadamente la pelota con las muletas será objeto de falta. Solo se puede apoyar un pie en el suelo y será con el que se golpee al balón. No hay fuera de juego y los saques de banda se realizan desde abajo y con el pie. En cuanto a los porteros, deben permanecer en el área de portería en todo momento o por el contrario será expulsado, cambiando así a un jugador de campo por el portero suplente.

Dentro de los tipos de jugadores encontramos a los amputados y *les autres*. Los amputados son aquellos a los que les falta algún miembro inferior como mínimo por debajo del tobillo o algún miembro superior como mínimo por debajo de la muñeca. "Les autres" son aquellos que no tienen ninguna amputación pero poseen algún miembro cuya función no es significativa (solo se per-

miten contar con 3 *autres* en el campo por equipo).



IMAGEN DE JEAN BIZIMANA

La FIFA ha llegado a un acuerdo con la Federación Mundial de Fútbol para Amputados para colaborar los próximos años en una serie de proyectos e iniciativas que fomenten el progresivo crecimiento y desarrollo de la modalidad en todo el mundo. Esto se enmarca en los objetivos estratégicos para el fútbol mundial: 2023-2027 de la FIFA y está vinculada con el compromiso de su presidente, Gianni Infantino, para apoyar a los futbolistas con amputaciones.



JUGADORES DEL REAL BETIS SELECCIONADOS Y LA SELECCIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL PARA AMPUTADOS, GANADORES DE LA LIGA DE NACIONES B 2025

DATOS HISTÓRICOS

El deporte nace de la mano del estadounidense Don Bennett en 1982. Bennett había perdido la pierna en un accidente y mientras veía a su hijo jugar al baloncesto en el patio de su casa la pelota se escapó y rodó hacia él. Bennett, con muletas y sin su prótesis, se puso de pie y consiguió devolverle el balón con una patada. Fue así como consiguió inspirarse para desarrollar las distintas bases del fútbol para amputados.

En el año 2017 el fútbol para amputados pasó a estar reconocido en los estatutos españoles y pasó a ser una más de las distintas disciplinas que hay. Desde entonces, la Selección Española ha disputado grandes torneos internacionales como el Campeonato de Europa de Turquía, que acabaría con un cuarto puesto y la Copa del Mundo de México de 2019 donde lograrían el octavo puesto.

La última copa del mundo tuvo lugar en Estambul en el año 2022, donde Turquía acabaría consagrándose como campeona del mundo por primera vez. El podio lo acabaron completando en segundo lugar la selección de Angola y en tercer lugar la selección de Uzbekistán. Sin embargo, Rusia con 5 oros, 5 platas y 1 bronce es la selección más laureada de esta modalidad. Brasil le sigue los pasos con 3 oros, 2 platas y 3 bronces.



IMAGEN DE FIFA

En el año 2023 tuvo lugar un acontecimiento tan histórico como merecido. El jugador polaco Marcin Oleksy ganó el Premio Puskas de la FIFA al mejor gol de la temporada 2022 en la ceremonia del Premio The Best FIFA de 2022. Oleksy consiguió imponerse a jugadores mundialmente reconocidos como el brasileño Richarlison o el francés Payet.

PERSONAS CON PARÁLISIS CEREBRAL

REGLAMENTO

El Fútbol 7 es un deporte practicado por deportistas con Parálisis Cerebral y Daño Cerebral Adquirido. Se disputa tanto en campos de césped natural como artificial. Las normas que rigen la competición son las de la Federación Internacional de Fútbol (FIFA) con las adaptaciones que introduce la Federación Internacional de Fútbol para Personas con Parálisis Cerebral (CP-Football). Los deportistas que practican Fútbol 7 son deportistas ambulantes y su clasificación tiene lugar desde la clase FT1 para deportistas con mayor limitación funcional, hasta la clase FT3 para deportistas con menor limitación funcional.

El reglamento está basado en un partido 7 vs 7 en un terreno de juego más acortado que el original (70m x 50m) y donde no hay fueras de juego. Solo existe un área, no hay área pequeña y la portería mide 5m x 2m. La duración del partido se corresponde a 2 tiempos de 30 minutos cada uno con un descanso de 10 minutos. Cada equipo puede realizar 3 cambios, aunque deben asegurarse de tener en el campo en todo momento como máximo un FT3 y como mínimo un FT1. En los saques de banda está permitido sacar desde abajo pero con las manos y el balón deberá tocar el suelo antes de llegar al jugador.

Este deporte trata de generar igualdad de oportunidades para todas las personas, puesto que la práctica deportiva y la actividad física resultan fundamentales para mejorar aspectos como la psicomotricidad y la realización personal.



IMAGEN DEL GABINETE DE Prensa DE LA FEDPC

JUGADORES DE LA SELCCIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL PARA PERSONAS CON PARÁLISIS CEREBRAL

DATOS HISTÓRICOS

El fútbol 7 para personas con parálisis cerebral se desarrolló gracias a la creación de la CPISRA (Cerebral Palsy International Sports and Recreation Association) en 1978, quien dotó a la modalidad de reglamentos propios, sistemas de clasificación funcional y competiciones oficiales.

En 1982 tuvo lugar en Edimburgo (Escocia) el primer Campeonato del Mundo de Fútbol 7 CP, dando lugar a un avance significativo e histórico para la modalidad. Gracias a ello, dos años más tarde y debido a la visibilidad que había alcanzado, se incluyó en los Juegos Paralímpicos de 1984 en Nueva York. Desde entonces el Fútbol 7 CP logró permanecer en el programa paralímpico por más de tres décadas.

En 2015 se produjo un cambio importante en la estructura de la modalidad, pasando la gestión internacional de la CPISRA a una recién creada IFCPF (International Federation of Cerebral Palsy Football). El objetivo era profesionalizar la disciplina y modernizar las competiciones. Fue así como se consiguió expandir hasta Asia, América Latina y África.

Sin embargo, la modalidad sufrió un revés cuando la excluyeron de los Juegos Paralímpicos de Tokio 2020 argumentando criterios de universalidad y participación global. Pero aunque esto significó la salida del escaparate paralímpico, la IFCPF siguió impulsando los campeonatos del mundo independien-

tes, las ligas regionales y los programas juveniles, con el fin de seguir expandiéndose y que no caiga en el olvido.



IMAGEN DE SPORTSFILE

En la gala de los Premios del Año de la UEFA, la federación otorgaba un cheque con un valor de un millón de francos suizos (poco más de un millón de euros) a una asociación u organización comprometida con causas sociales. En 2007 le fue otorgado a CPISRA



IMAGEN DE ACN

La Federació Esportiva Catalana de Paralítics Cerebrals (FEPCPC) creó en 2018 el primer equipo de fútbol femenino del Estado para jugadoras con parálisis cerebral.

PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

REGLAMENTO

En cuanto al reglamento de fútbol sala para personas con discapacidad intelectual, está regulado por FEDDI. Los equipos deben presentarse con un mínimo de 5 jugadores y un máximo de 8 por partido. Si un equipo se queda con menos de 3 jugadores en cancha, el partido se suspende y se da por perdido. En caso de incomparecencia injustificada o retraso superior a 10 minutos sobre la hora oficial de inicio, el partido se da por perdido (con resultado 3-0 favorable al equipo presente). Si un jugador es expulsado, la sanción suele consistir en un partido de suspensión. Si durante la competición hay un problema no previsto, se recurre al reglamento general de la federación correspondiente. Es decir, al reglamento habitual de fútbol sala, salvo adaptaciones.

Hay ciertas adaptaciones específicas para facilitar la participación de personas con discapacidad intelectual. Los partidos pueden disputarse a dos tiempos de 20 minutos con reloj corrido. No siempre se pita la cesión de balón. Es decir, no se penaliza la cesión intencional al portero). El saque de centro no tiene que ser hacia adelante por necesidad y los saques de banda pueden ser realizados tanto con el pie, y sobre la línea, como con las manos. Se contempla cerrar el acta del partido (darlo por finalizado) si la diferencia en el marcador alcanza los ocho goles.

FEDDI abarca muchas modalidades pero algunas de las más relevantes y con normativa propia dentro de la federación son el atletismo (pistas, saltos, lanzamientos, cross), la natación (competiciones de piscina con clasificación por categorías), el baloncesto (adaptaciones y categorías específicas: 5X5 y 3X3, el fútbol sala (programas y selecciones que compiten en campeonatos VIRTUS), la petanca, el pádel, la equitación (doma clásica), campo a través, etc. (FEDDI organiza campeonatos de España en muchas disciplinas).

Las personas que participan son aquellos deportistas que poseen discapacidad intelectual. Deben estar registrados y con licencia en FEDDI. Hay distintas categorías según edad y nivel. Hay clubes y federaciones territoriales que compiten y organizan las selecciones autonómicas. Por último, también participan técnicos, árbitros y delegados formados e inscritos en FEDDI.



IMAGEN DE FUNDACIÓN MCF
FUTBOLISTAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL DEL MÁLAGA



IMAGEN DE LA FEDDI

La Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual fue fundada en 1995 y es la entidad española encargada de organizar, regular y promover la práctica deportiva entre personas con discapacidad intelectual. Impulsando competiciones nacionales e internacionales y dirigiendo a las selecciones españolas en estas categorías.

PERSONAS CON DISCAPACIDAD AUDITIVA

REGLAMENTO

Los participantes son personas sordas de distintas edades con la condición auditiva que solicitan los requisitos de la federación para competir. Los clubes y las federaciones agrupan a los deportistas y organizan competiciones territoriales. También entran técnicos, árbitros y personal de apoyo formados para trabajar con atletas sordos.

El fútbol para personas con discapacidad auditiva está controlado, a nivel nacional por la FEDS y a escala internacional por la ICSD.

Su base es el fútbol tradicional de 11 vs 11 o fútbol sala 5 vs 5 pero incorpora adaptaciones que garantizan la igualdad y seguridad de los jugadores. Entre ellas está la sustitución de señales sonoras por señales visuales. Hay un banderín de color levantado en sustitución del silbato, y un panel luminoso en el campo. El inicio del partido, pausas e interrupciones se marcan mediante señales manuales ampliadas. Lo cual favorece su visibilidad.

Las tarjetas se muestran de forma muy clara y elevada. Los árbitros muestran gestos específicos para indicar cambios, faltas, ventaja, etc. Los capitanes suelen reunirse con los árbitros para consensuar un código visual.

En este deporte, los jugadores y jugadoras para poder participar deben ser personas sordas o con pérdida auditiva igual o superior a 55 dB en el mejor oído.

Deben además estar federados en clubes de personas sordas. No están permitidos los audífonos ni implantes cocleares para asegurar igualdad en el juego.



IMAGEN DE LA FEDS

La selección española femenina de fútbol sala para sordos se proclamó campeona del Mundial de Italia 2025 de forma milagrosa. A pocos meses del torneo, el gasto en material para la estancia en el mismo era inasumible. De este modo, el equipo inició una colecta pública en Gofundme para alcanzar los 30.000€ que necesitaban (hospedaje, equipaciones, vuelos, materiales, etc.). Finalmente, se recaudó el dinero para que pudieran poner rumbo al país transalpino, donde levantarían el título después de ganar a Brasil, en la final, por 6-5.



IMAGEN DE LA FEDS

FEDS es la Federación Española de Deportes para Sordos y es la encargada de organizar, promover y regular la práctica deportiva entre personas sordas en España y gestionar la participación española en competiciones internacionales como los Deaflympics. Fue creada en 1993 y es una de las cinco organizaciones de deportes para personas con discapacidad dentro del Comité Paralímpico Español. Hay una larga lista de modalidades que esta federación recoge. Algunas son atletismo, natación, fútbol y fútbol sala, baloncesto, esquí o snowboard entre otros.

PERSONAS EN SILLA DE RUEDAS ELÉCTRICA

REGLAMENTO

Esta versión del fútbol está adaptada a personas con discapacidad física severa o movilidad reducida, que utilizan sillas de ruedas motorizadas en lugar de caminar.

Las reglas se basan en las del fútbol tradicional, pero con adaptaciones para jugar en silla eléctrica sobre un campo cerrado (normalmente una pista de gimnasio/cancha de baloncesto).

Las personas aptas para participar en esta modalidad son aquellas que poseen una discapacidad motriz severa que usan silla de ruedas eléctrica como medio de movilidad. Esto incluye desde personas con parálisis, lesiones medulares, enfermedades neuromusculares, etc. No hay límites de género ni edad (muchas de las ligas son de género mixto). Los jugadores usan su silla motorizada equipada con una protección delante de la silla llamada foot-guard que permite golpear o empujar el balón.

Las reglas principales son compartidas con el fútbol tradicional pero existen ciertas adaptaciones para que este deporte sea seguro y funcional con sillas eléctricas.

El juego se desarrolla en una pista cubierta. Cada equipo tiene 4 jugadores en pista incluyendo al portero. Las plantillas suelen ser de 8 jugadores para poder hacer sustituciones. El balón tiene unas dimensiones mayores que el fútbol convencional. Mide alrededor de

33 cm de diámetro, permitiendo así que se mantenga en el suelo y controlarlo. Los partidos se componen de 40 minutos divididos en dos mitades de 20 minutos cada una. La portería suele estar compuesta por dos postes verticales situados a 6 metros de distancia en lugar de las porterías tradicionales. No hay saques de banda sino que cuando el balón sale del campo, se reanuda con un "kick-in" (tiro con la silla). Los fuera de juego se sustituyen por el "two-on-one rule", es decir, sólo puede haber un jugador y un adversario dentro del radio de 3 metros alrededor del balón, si hay dos compañeros más un oponente dentro de esa zona, se sanciona con tiro libre indirecto. En el área defensiva (portería), sólo puede haber como máximo dos defensores al mismo tiempo.

Es un deporte de bajo contacto físico ya que los jugadores deben usar la parte frontal protegida para golpear el balón, otras embestidas intencionadas con otras partes de la silla están prohibidas. El organismo que regula a nivel internacional es la FIPFA (Fédération Internationale de Powerchair Football Association); a nivel europeo la EPFA; y en España la ACPFE.

La primera Copa Mundial de Fútbol se celebró en Tokio en octubre de 2007. La final se celebró el 13 de octubre entre Estados Unidos y Francia saliendo victoriosos los estadounidenses.



IMAGEN DE UNAI BEROIZ

El fútbol en silla motorizada se jugó por primera vez en Francia en la década de 1970 y poco después se fue extendiendo por el resto de Europa. En 2005, varios representantes de nueve países se reunieron en Coimbra y en 2006 en Atalanta para formar la Federación Internacional de Asociaciones de Fútbol silla eléctrica (FIPFA).

PERSONAS EN SILLA DE RUEDAS MANUAL

A-BALL

El A-Ball puede ser practicado por personas en silla de ruedas o con movilidad reducida. El portero no puede utilizar las manos, salvo: en saques aéreos de banda o esquina, en balones elevados que superen el eje de las ruedas o en balones muertos procedentes de errores del rival. Además, solo puede usar el carro para detener disparos o interceptar pases dentro del área. Coger la pelota después del pase de un compañero de equipo, será castigado con penalti y tarjeta amarilla.

En defensa, solo el portero puede permanecer en el área en jugada normal; en acciones a balón parado se permite un defensor más. Nunca pueden defender más de tres jugadores. Del contrario, será sancionado con penalti.

En ataque, no se puede retener el balón más de cinco segundos dentro del área sin lanzar a puerta.

La conducción permite hasta cuatro impulsos con el balón en las pinzas, con un máximo de cinco segundos de retención en parado.

En saques de banda, esquina y faltas, los defensores guardarán dos metros de distancia. El penalti se lanza desde diez metros y, a partir de la quinta falta por período, se ejecuta un uno contra uno.

Por último, el partido consta de dos partes de veinte minutos y un tiempo muerto por parte. El resto de normas se rigen por el reglamento del fútbol sala.



IMAGEN DE LA ASOCIACIÓN FUTBOLISTAS VCF

El Valencia CF de A-ball es el actual campeón de La Liga 'Fútbol para tod@s'. La entidad ché es pionera en esta modalidad, pues creó en 2019 la primera Escuela de Fútbol en Silla de Ruedas junto a la Asociación de Futbolistas.



IMAGEN DE JAIME GARCÍA

Raúl San Miguel impulsó la creación de la modalidad en el año 1998, a consecuencia de la paraplejía que un amigo adquirió.

FUTMAN

Se juega con dos equipos compuestos con cuatro jugadores más el portero, en una cancha de fútbol sala. Los equipos son mixtos y de cualquier edad, no siendo necesario tener una discapacidad para practicarlo, salvo en competición oficial, aunque sí hay que utilizar la silla de ruedas.

El futman es el propio aparato utilizado para practicar la modalidad con un peso comprendido entre los 400-450 gramos. Tiene forma de pie con laterales cóncavos y permite realizar gestos técnicos similares a los del fútbol. Son necesarios dos por persona.

Los soportes permiten practicar el deporte de forma segura y cómoda cuando el futman no es utilizado. Estos están colocados a los laterales de la silla. Son necesarios igualmente dos de ellos. La guía es un aparato en forma de media luna que se coloca delante de la silla y permite desplazar, controlar y conducir el balón.

Los protectores (que son necesarios dos) son artículos deportivos similares a los utilizados en otros deportes para proteger las extremidades superiores. Para complementar la seguridad de los deportistas la silla tiene las ruedas inclinadas hacia dentro, de modo que en caso de choque el brazo quede resguardado. La pelota tiene una medida entre 650 a 700 milímetros y un peso entre 260 y 280 gramos.

Nació en Moguer en 1994 y por motivos laborales su familia se trasladó a Sanlúcar la Mayor. El amor por el fútbol le acompañó desde pequeño. Creció practicando el deporte que amaba, pero fue precisamente jugándolo cuando un infortunio cambiaría su vida. “A los 15 años me dieron un codazo en el ojo derecho y lo perdí”. Juan ya padecía de nacimiento aniridia (ausencia del iris) pero no le supuso ningún obstáculo en lo que a visión se refiere. Para mayor contratiempo, el ojo izquierdo comenzó a arrastrar dificultades derivadas de la pérdida del derecho. La situación solo hacía empeorar, hasta que en diciembre de 2021, sus posibilidades de visión quedaron reducidas a, únicamente, percibir luz.

Asegura que ese giro de guión fue difícil de digerir: “Fue como nacer de nuevo, pasé meses muy complicados”. Sin embargo, mostró una actitud ejemplar para afrontar la situación: “Yo siempre he sido una persona muy positiva y me han gustado los retos. Eso me hizo más fuerte”. Muestra además su fe cristiana asegurando que “cuando Dios hace algo, es por algo bueno está por venir”.

“QUEDARME CIEGO FUE COMO NACER DE NUEVO. DE UN DÍA PARA OTRO PASÉ DE VER A GUIARME POR LO QUE ESCUCHABA Y TOCABA”

El tener problemas de visión no iba a ser un impedimento para seguir siendo futbolista. A los 18 años, antes de perder la vista por completo, ingresó a la modalidad de fútbol sala para discapacitados visuales de nivel B2 en la ONCE. Con el paso del tiempo, su condición empeoró y tuvo que ascender al nivel B1: “En el año 2019 empecé a tener una gran dificultad para ver el balón, entonces Jorge Prieto (entrenador de fútbol sala y fútbol 5) me recomendó cambiar de nivel”. En este nuevo apartado volvió a disfrutar jugando al balompié. Fue una decisión de la que, a día de hoy, siente una gran satisfacción.

El fútbol 5 exige una concentración total. El sentido del oído y la capacidad de orientación y posicionamiento, son fundamentales para desenvolverse correctamente sobre el césped. Estos requerimientos son aplicables al fútbol que se suele consumir y practicar, aunque en este caso, los ojos están tapados por una máscara. En relación a esto, las principales complejidades que Juan se encontró en sus inicios de esta modalidad fueron la orientación y la adaptación. Hace hincapié en esta última y agradece a Jorge Prieto los consejos impartidos: “En los primeros entrenamientos, me echaba el balón en largo, como hice siempre, y no estaba preparado para recuperarlo. He tenido la suerte de estar con un gran entrenador

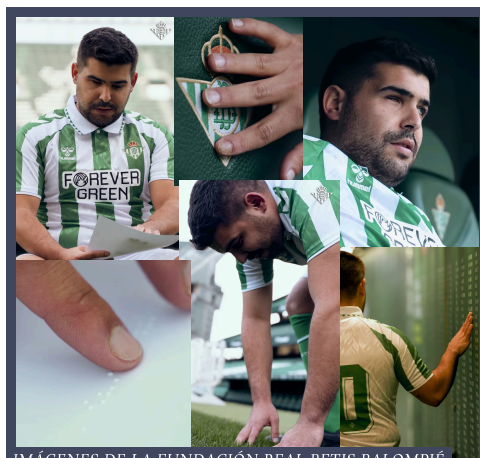
JUAN JOSÉ

“NUNCA ME HE F

que me ha enseñado muchísimo”. Una de las frases que más recuerda del mister fue: “antes de correr tienes que andar”. Gracias a enseñanzas como esa, ha conseguido forjar una reconocida carrera.

Es jugador del Real Betis y ha sido convocado con la selección española. Dos sueños cumplidos. Uno por vestir la camiseta de su país en un campeonato de Europa y otro internacional. Y por supuesto, jugar para el equipo del que es aficionado. “Es verdad que de niño era madridista porque mi padre me lo inculcó, pero el Betis me iba llamando la atención y la primera vez que entré en el Benito Villamarín me enamoré por completo”. Uno de los momentos más importantes de su trayectoria lo vivió con el conjunto verdiblanco el pasado 2024, cuando se alzó con el Campeonato de España. “El equipo pasó por malos momentos en esa temporada. Perdimos muchos partidos, pero a base de entrenar pudimos mejorar lo suficiente para alcanzar el objetivo. Fue algo increíble”.

Este verano de 2025 los sevillanos ganaron la liga de fútbol 5, una hazaña que responde al compromiso de la entidad con esta modalidad. Juan, o ‘Pancho’ como también se le llama, es un pilar fundamental del equipo. Porta el brazalete de capitán y es uno de los futbolistas más experimentados junto a Javier Serrano, también convocado con la selección española. Las características que más destaca de él como jugador son su compromiso defensivo, la facilidad de cara a gol y el movimiento por el terreno de juego.



IMÁGENES DE LA FUNDACIÓN REAL BETIS BALOMPIÉ

LA FUNDACIÓN DEL REAL BETIS BALOMPIÉ PRESENTÓ A SU SECCIÓN DE FÚTBOL 5, DE LA MANO DE ONCE, CON UN VÍDEO EN EL QUE ‘PANCHE’ FUE EL PROTAGONISTA. APARECE EN DISTINTOS PLANOS PALPANDO LA ESENCIA DEL ESTADIO BENITO VILLAMARÍN



‘PANCHO’: PUESTO LÍMITES”



Lucir la elástica verdiblanca no es solo un orgullo como aficionado, sino como deportista adaptado. Proyectos como ‘Voy!’ suponen una oportunidad para visibilizar el deporte adaptado por parte de un “grande” de España como es el Real Betis. “Después del codazo, pensé que nunca llegaría a jugar en un equipo así. Que el Betis haya depositado confianza en mí, mis compañeros y la modalidad es un sueño hecho realidad”.

Sin embargo, piensa que a nivel general hay aspectos a mejorar. La visibilidad es uno de ellos. Reclama el acercamiento de esta modalidad a aquellas personas que tengan discapacidad visual: “Somos siempre los mismos y salen muy pocos jugadores nuevos. Llegará el momento en el que nos tengamos que retirar, entonces hay que darle más visibilidad y animar a los chavales jóvenes a que hagan deporte a pesar de las dificultades que tenga cada uno”. Otro objetivo es el de acabar con la mala fama que tiene el fútbol 5. En un partido se produce mucho contacto físico (choques, empujones, agarrones, etc.), un factor que disgusta a potenciales practicantes. “Hay lesiones como las hay en el fútbol normal. Si se chocan ellos que ven, nosotros también nos chocamos. Pero no es tan peligroso como piensan”, recalca. Un deseo que tiene para la modalidad es el de “una mayor profesionalización”: que equipos profesionales apuesten por el fútbol adaptado. Tal y como ha hecho el Real Betis. “Nos daría mucha más visibilidad y llamaría la atención de los jóvenes”. Ejemplifica de nuevo con la iniciativa de su club, que le otorgó la oportunidad de lanzar un penalti, en el descanso del Betis-Barça, con 64.000 personas en las gradas de La Cartuja. Todo un escape para acercar esta práctica al público futbolero.

“ME GUSTARÍA QUE TODOS LOS CLUBES PROFESIONALES APOSTARAN POR EL FÚTBOL ADAPTADO. NOS DARÍA MUCHA MÁS VISIBILIDAD”

En el apartado personal, Juan atraviesa un momento dulce. Hace escasos meses fue padre por tercera vez con su mujer Sonia, a quien conoció en 2016. Asegura que están siendo momentos de mucho

cansancio y sacrificio con dos hijas pequeñas y otra recién nacida. Aunque por encima de todo, da gracias a Dios por el positivo transcurso de los acontecimientos.

Tener una compañera de vida, una vivienda, ser padre de familia, deportista, etc. Son aspiraciones que gran parte de la población tiene. Pero, ¿es la sociedad consciente de que las personas con discapacidad pueden lograrlo? Juan comparte su reflexión sobre esta cuestión: “Hay muchísima gente que no trata con personas con discapacidad, eso hace que no tenga conocimiento de cómo vivimos. Yo nunca me he puesto límites, siempre he hecho lo he querido y no me he dejado proteger en exceso por mis padres”.

“NUNCA ME HE PUESTO LÍMITES. SIEMPRE HE HECHO LO QUE HE QUERIDO Y TRATO DE VIVIR UNA VIDA LO MÁS CORRIENTE POSIBLE”



IMAGEN CEDIDA POR JUAN JOSÉ GARRIDO PANCHO

UN CONSEJO PARA AQUELLOS QUE HAYAN PERDIDO LA VISIÓN:

“TIENEN QUE SER VALIENTES Y ENFRENTAR LA SITUACIÓN CON POSITIVIDAD. HACER DEPORTE ME AYUDÓ A ABRIR LA MENTE Y A SALIR DE ESE MALESTAR QUE SENTÍ AL PRINCIPIO

Su carácter le ha hecho fuerte y lo ha conducido a llevar una vida normal. “A mis amigos a veces se les olvida que no puedo ver. Eso se debe a lo normalizada que tengo, y expongo, mi discapacidad. Hay mucha gente con discapacidad que únicamente quiere dar pena y pienso que nos perjudica a los demás”, añade.

A sus 31 años, ‘Pancho’ se encuentra en una etapa muy feliz de su vida. Representa un ejemplo de valentía, ya que a pesar de perder la vista cuando era adolescente, supo recomponerse y adaptarse a su nueva situación. Su discapacidad visual no le exime de estar sobrecapacitado para vivir. Humanidad, coraje y beticismo. Este es Juan José Garrido Pancho.