



**Universidad  
Europea** CANARIAS

---

*La terapia de aventura en la  
discapacidad intelectual: Una  
intervención inclusiva y adaptada*

---

Trabajo fin de Máster

**Autores:** Yeray T. Santiago Díaz y Helena Rodríguez Garrido

**Tutor:** Moisés Bermúdez Hernández

1 de abril de 2025

### Resumen

Este Trabajo presenta una propuesta de intervención basada en la terapia de aventura para personas adultas con discapacidad intelectual de leve a moderada, en un entorno natural como complemento a las terapias tradicionales desarrolladas en los centros o en las aulas. La intervención se llevará a cabo en el campamento “El Garañón”, con un grupo de 6 a 10 participantes, seleccionados mediante pruebas estandarizadas (Toni-4, ABAS-II, Vineland-III, entre otras) que garantizarán la adecuación de la intervención a la capacidad de los participantes.

La metodología combina actividades al aire libre adaptadas, como son: senderismo, tirolesa, talleres y juegos cooperativos, orientadas al desarrollo de la autoestima, las habilidades sociales, autonomía y la conexión con la naturaleza. La evaluación se realizará en línea base y post-intervención, utilizando las escalas ABAS-II e INICO-FEAPS, junto con observaciones cualitativas y autoevaluaciones de los participantes y monitores.

Los resultados esperados incluyen una mejora en la funcionalidad adaptativa y en la calidad de vida percibida. La discusión destaca el valor de la terapia de aventura como herramienta inclusiva, especialmente eficaz cuando se adapta con SAACs y técnicas basales. Esta modalidad favorece un modelo de intervención experiencial, accesible y profundamente humanizado e integrador.

**Palabras clave:** aprendizaje experiencial, autonomía, bienestar emocional, discapacidad intelectual, entornos naturales, terapia de aventuras.

#### Campus de la Orotava

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

### **Abstract**

This Master's Thesis presents an intervention proposal based on adventure therapy for adults with mild to moderate intellectual disabilities, implemented in a natural environment as a complement to traditional therapies typically carried out in centers or classrooms. The intervention will take place at the "El Garañón" camp, involving a group of 6 to 10 participants selected through standardized assessments (such as TONI-4, ABAS-II, and Vineland-III) to ensure the suitability of the intervention to the participants' capacities.

The methodology integrates adapted outdoor activities, such as hiking, zip-lining, workshops, and cooperative games, designed to promote self-esteem, social skills, autonomy, and a deeper connection with nature. Evaluation will occur at baseline and post-intervention using the ABAS-II and INICO-FEAPS scales, complemented by qualitative observations and self-assessments from both participants and facilitators.

Expected outcomes include improvements in adaptive functioning and perceived quality of life. The discussion highlights the value of adventure therapy as an inclusive tool, particularly effective when combined with AAC systems and basal stimulation techniques. This modality fosters an experiential, accessible, and deeply humanized and integrative model of intervention.

**Keywords:** adventure therapy, autonomy, emotional well-being, experiential learning, intellectual disability, natural environments.

## Introducción

El término discapacidad intelectual (DI), ha evolucionado en su definición en las últimas décadas, dando paso a un avance en su comprensión y favoreciendo la promoción de una sociedad más inclusiva con las personas que presentan esta condición. El mayor cambio, se ha producido en su conceptualización dejando atrás, términos con un significado muy despectivo y marginal, en muchos casos, llegados a ser usados de forma coloquial como insultos. Actualmente, esto es rechazado, ya que hay una mayor conciencia y sensibilidad hacia esta población, trabajándose en igualdad y aceptación social (Schalock, 2007).

Antaño, el uso de esta nomenclatura, reflejaba un patrón de enfoque en las limitaciones cognitivas de estas personas, y se categorizaban en base a su cociente intelectual (CI), esto era una visión demasiado reduccionista de esta población. Se ha dado un gran paso a una visión más holística del ser humano en los últimos años, y en el caso que nos compete, se consideran no solo las habilidades intelectuales, sino también las adaptativas, teniendo en cuenta además la repercusión del entorno y el requerimiento de apoyos individualizados (Schalock, 2013).

La definición que tiene vigente La Organización Mundial de la Salud, expone el déficit intelectual como una situación en la que el desarrollo funcionamiento intelectual es inferior a lo esperado, y se sitúa de forma significativa por debajo de la media, sumándose, una disminución considerable en el funcionamiento de áreas tan importantes como la comunicación, las actividades básicas de la vida diaria y las relaciones sociales.

También, nos encontramos con la definición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, en su quinta edición (DSM-5), indica que la discapacidad intelectual se produce durante el desarrollo biológico de la persona, y sus características definitorias son déficit en el funcionamiento intelectual y adaptativo, que se reflejan también, en las áreas conceptual, social y conductual (American Psychiatric Association, 2013)

A pesar que ambas definiciones, identifican déficit en el funcionamiento intelectual y adaptativo, difieren en que el primero, acentúa la comunicación y las habilidades para realizar las actividades básicas de la vida diaria, y el segundo, por su parte, se refiere a las áreas conductuales, cognitivas y social de una manera más amplia que la definición de la OMS.

Se destaca en estas definiciones la importancia de realizar una evaluación conjunta de las capacidades cognitivas, de las habilidades prácticas, así como sociales. Se redefine la

### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Discapacidad Intelectual como una situación multicausal en la que se ven afectados varios aspectos de la vida de estas personas.

El impacto positivo que produce el contacto con la naturaleza en el bienestar de las personas ha sido un tema de creciente interés en la investigación, basado en la teoría de la biofilia, que describe la tendencia innata del ser humano a sentirse conectado con el entorno natural (Kellert & Wilson, 1993). Para explicar la relación entre la naturaleza y la salud mental, han surgido diversos enfoques teóricos, los cuales nos han ayudado a comprender mejor los mecanismos a través de los cuales, los entornos naturales pueden influir en el estado psicológico y emocional de las personas.

Entre estos marcos teóricos, destaca por un lado, la *teoría de la restauración de la atención*, la cual plantea que los entornos naturales favorecen la recuperación de los recursos atencionales, los cuales están sobrecargados por los contextos urbanos, reduciendo la fatiga mental y mejorando la concentración (Kaplan, 1989), por otro lado, se encuentra la *teoría de la reducción del estrés*, que sostiene que la exposición a la naturaleza genera respuestas fisiológicas que contribuyen a disminuir los niveles de estrés, promoviendo la relajación y el bienestar emocional (Ulrich, 1991).

A estos enfoques, se les suma el *concepto de afinidad emocional hacia la naturaleza*, que enfatiza la importancia que tienen las emociones, en la relación entre los seres humanos y la naturaleza (Kals, 1999). Teniendo en cuenta esta perspectiva, la conexión afectiva con el entorno natural contribuye a mejorar la salud mental y además puede fomentar comportamientos ambientalmente responsables (Kals, 2012). Estos planteamientos están acordes con las intervenciones que incorporan la atención plena y la relajación en espacios naturales como parte del tratamiento para mejorar el bienestar psicológico. Además, se ha obtenido evidencia empírica que respalda los efectos positivos que tiene la exposición a entornos naturales para reducir el estrés, especialmente en poblaciones clínicas que enfrentan problemas emocionales y psicológicos (Ward, 2012).

Estos avances teóricos y empíricos refuerzan la idea de que las intervenciones basadas en la naturaleza pueden desempeñar un papel crucial en la promoción del bienestar y en el tratamiento de diversas condiciones de salud mental, abriendo nuevas posibilidades para su aplicación en entornos clínicos y terapéuticos.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

A partir de lo expuesto, las terapias al aire libre o también llamadas “outdoor therapies”, así como actividades de aventura (todos términos equivalentes), han surgido como un tipo de actividad novedosa, al potenciar el desarrollo holístico de las personas con discapacidad intelectual. La base fundamental de este tipo de intervención consiste en asumir que la interacción con la naturaleza y la realización de actividades de tipo físico en entornos naturales pueden mejorar el bienestar emocional, las habilidades sociales e incluso la autonomía de los mismos. Las actividades de aventura, que se proponen en este tipo de terapias tales como caminatas, escaladas o dinámicas grupales, nos facilitan un lugar donde desarrollar un aprendizaje experiencial, en el cual, los usuarios realizan retos adaptados a sus capacidades (Ruiz de Cortázar, 2021). Con lo que podemos conseguir a través de ello, una mejora de la autoconfianza, coordinación, entrenamiento en planificación y toma de decisiones.

Aunque todavía, falta más investigación sobre la instauración de estas terapias con personas que presentan Discapacidad Intelectual, debido a su reciente aparición, La Asociación Americana de Psicología (APA), reconoce la eficacia de este tipo de intervenciones en entornos naturales con diferentes poblaciones. Los estudios que se han realizado, indican beneficios significativos, puesto que al realizarse al aire libre ofrecen mayor número de oportunidades para el aumento de la actividad motora, reducción de comportamientos estereotipados, y a una mejora cualitativa y cuantitativamente de las relaciones sociales. (Faber Taylor, 2009).

Otro de los beneficios con los que cuentan las terapias de aventura, son la flexibilidad y adaptabilidad de las actividades tradicionales del aula a los entornos naturales, que además las pueden enriquecer, sobre todo, cuando sean del tipo sensorial al introducir el ambiente natural en las dinámicas, potenciando los sentidos de manera más productiva que en un entorno cerrado y artificial. (Kellert, 2005). Y también, permiten ser adaptadas a las capacidades y necesidades que precise cada usuario.

Un factor importante a tener en cuenta para la correcta ejecución de este tipo de intervención, es que deben ser diseñadas y supervisadas por profesionales especializados, ya que tienen que ser capaces de evaluar las capacidades y limitaciones de cada usuario, para de esta manera poder realizar un diseño de actividades lo más seguras posibles, efectivas, y poder propiciar un entorno de trabajo en el que se refleje la inclusividad, permitiendo alcanzar el mayor beneficio en la consecución de los objetivos planteados. Que los profesionales que conformen el equipo de trabajo estén especializados, es necesario porque la

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

terapia de aventura, se encuentra dentro de las terapias experienciales, y recibe aportaciones de diferentes corrientes psicológicas como las cognitivo-conductual, constructivista, existencial y sistémico (Davis-Berman, 2008; Gass, 2020; Rose, 2012), y dentro de estas líneas de trabajo están presentes Teorías del aprendizaje social como la teoría del Modelado de Bandura (Bandura, 1977; 1982), Teoría del locus de control (Rotter, 1954), Autoestima (Bandura, 1990), Motivación hacia la eficacia o motivación causativa (White, 1960), Autorrealización. (Maslow, 1954, 1962), Teoría del Self de Rogers (1973), Teorías transpersonales (Tart, 1999), Teoría general de sistemas (Von Bertalanffy, 1950). Lo que evidencia su plasticidad, pudiendo ser utilizada por marcos y enfoques teóricos diferentes en función del marco teórico, de el terapeuta, lo que hace necesario la especialización del mismo, para asegurar la validez y fiabilidad de la intervención, apoyada en los diferentes marcos teóricos.

Todo esto contribuye a la individualidad de las intervenciones, que sean seguras, y además se ajusten a los objetivos planteados en la intervención para cada usuario. Con esto conseguimos también, el empoderamiento de nuestra población diana

La siguiente tabla (tabla 1), presenta una comparación entre las características que poseen las terapias de aventuras, junto a las que tienen otras intervenciones terapéuticas de tipo cognitivo-conductuales, que se han realizado de forma habitual en centros especializados que atienden a personas con discapacidad Intelectual.

**Tabla 1***Comparación entre las características de la terapia de aventura y otras intervenciones*

<b>Características</b>	<b>Terapias de aventura</b>	<b>Otras intervenciones terapéuticas</b>
<b>Entorno de realización</b>	Entorno en la naturaleza no necesariamente familiar para el usuario.	Entornos clínicos o educativos habituales como son los centros, las aulas o consultas.
<b>Grado de participación del usuario</b>	Activa debido a la implicación para el desarrollo de las actividades físicas y el logro de los retos acordados y adaptados a cada caso.	Puede variar entre más activa o pasiva, dependiendo del tipo de actividad que se proponga en la terapia.
<b>Enfoque terapéutico</b>	Está basado en la acción y en la experiencia directa con la naturaleza y la interacción social	Puede dirigirse más a actividades centradas en la reflexión, conversaciones, o actividades estructuradas.
<b>Tamaño de los grupos de trabajo</b>	Grupos pequeños para garantizar la seguridad, favorecer la cohesión y las relaciones sociales entre los participantes.	Es más variable, se pueden hacer las terapias de manera individual, hasta grupos más grandes donde realizar tareas grupales.
<b>Tipo de relación terapéutica entre los profesionales y los participantes</b>	Se crea un vínculo de cercanía con el profesional, ya que este participa de forma activa en las actividades.	La relación que se establece está más definida estructuralmente, y la interacción que se produce en las sesiones depende del tipo de actividad que se realice.
<b>Capacidad de adaptación de las actividades</b>	Son flexibles, y están diseñadas a partir de las fortalezas y necesidades de los pacientes.	También presenta flexibilidad y adaptabilidad, pero dependiendo de la actividad pueden ser más estructuradas y menos personalizables.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Resumiendo, gracias a la evolución del concepto de discapacidad intelectual, se han conseguido instaurar nuevas líneas de trabajo, que ofrecen integración y humanización de las mismas. El incluir actividades al aire libre proporciona una oportunidad para complementar y reforzar las intervenciones tradicionales. A pesar de los beneficios que se intuyen a priori, debe seguir siendo investigada y realizarse una difusión de buenas prácticas para que se pueda consolidar su metodología y poder ser garantía de eficacia y seguridad.

El estudio de varios metaanálisis (Bowen, 2013; Gillis y cols., 2016; Bettmann, 2016; Fleixcher, 2017), indican que estos programas de terapia contribuyen a la mejora de cambios a corto plazo en aspectos como son: el conductual, el emocional y el interpersonal, además permite que se mantenga también a largo plazo. No obstante, señalan la necesidad de realizar más estudios con diferentes poblaciones para confirmar los resultados obtenidos.

En las investigaciones llevadas a cabo por estos investigadores, se ha concluido que presenta los siguientes beneficios:

Aumento de la autoestima, al lograr la consecución de retos en la naturaleza, se potencia la confianza en sí mismos.

Obtención de habilidades de afrontamiento, ya que este tipo de actividades al aire libre, que suponen la superación de retos, trae consigo la adquisición de estrategias para resolver situaciones que generan estrés o ansiedad.

Consecución de mayores habilidades asertivas, puesto que tienen que realizar actividades de forma conjunta, potencia que se establezcan relaciones sociales, además, sean de tipo colaborativo, y no de rivalidad.

Formación basada en la experiencia, los aprendizajes adquiridos son a partir de experiencias directas en la naturaleza, lo que aporta significado al aprendizaje y hace que este sea más duradero en el tiempo.

En España, todavía no es una metodología muy conocida, se ha iniciado hace 4 años con las aportaciones de la Asociación "Experienta", cuya filosofía, es el cuidado y la educación de las personas en contacto con la naturaleza con un equipo formado por profesionales del ámbito sanitario y social.

Sin embargo, esta terapia se ha aplicado más en países anglosajones, como EEUU, Canadá, Australia, Gran Bretaña y Nueva Zelanda. Donde presentan un recorrido profesional de 60 años de experiencia e investigación. Actualmente, en países como Bélgica, Alemania y Países Escandinavos está tomando más relevancia este tipo de terapia desde hace 15 años. En

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

esta línea, se destacan las aportaciones de Gass, Gillis y Russell (2020), las cuales, han sido fundamentales para la consolidación teórica y práctica de la terapia de aventura, para dar reconocimiento a ésta, como una modalidad terapéutica eficaz y validada, así como reconocida a nivel internacional. Estos autores definen la terapia de aventura como el uso prescriptivo de las experiencias de aventura, las cuales deben estar siempre estructuradas y guiadas por profesionales de la salud mental, además, se llevarán a cabo en contextos naturales y que implican al cliente a nivel cognitivo, afectivo y conductual. Esta intervención no solo se basa en la acción, sino también en el acompañamiento terapéutico por profesionales de la salud mental, favoreciendo una transformación en los usuarios, así como conseguir la sostenibilidad en el tiempo. A lo largo de las últimas décadas, sus investigaciones han demostrado que este enfoque genera efectos positivos tanto inmediatos como a largo plazo, especialmente cuando las intervenciones se realizan con usuarios con dificultades emocionales, conductuales o de adaptación social. Entre sus principales beneficios destacan la mejora del autoconcepto, la promoción de la autorregulación emocional y la creación de habilidades interpersonales. Además, el modelo propuesto integra el entorno natural como catalizador del cambio terapéutico (Gass, 2020).

Para concluir, consideramos que las terapias de aventura, pueden ser una apuesta integradora que suma los beneficios psicológicos, sociales y físicos del contacto con el entorno natural. Lo cual, contribuye al bienestar integral de las personas que presentan discapacidad intelectual leve o moderada, además de promover su inclusión y autonomía, aspectos que son claves para poder disfrutar de una vida plena y satisfactoria.

### **Destinatarios**

La población de nuestra intervención son personas de edad comprendida entre 18 y 35 años, que presentan discapacidad intelectual leve o moderada. Como criterios de inclusión será necesario comprobar que la discapacidad intelectual de nuestros usuarios sea leve o moderada, esto se hará mediante la aplicación del Test de Inteligencia No Verbal (TONI-4) se trata de una prueba estandarizada diseñada para evaluar la inteligencia general sin depender del lenguaje verbal. Está especialmente indicada para personas con dificultades en la comunicación, ya que presenta tareas abstractas basadas en patrones, analogías y razonamiento lógico, que deben resolverse mediante gestos (Brown, 2010).

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Además, los participantes deben presentar capacidad para desplazarse de manera independiente por terrenos irregulares, lo cual se evaluará mediante la Escala de Barthel, exigiéndose una puntuación igual o superior a 90. Así mismo, se requiere la habilidad para realizar movimientos coordinados básicos, necesarios para la realización de actividades como: agarrar objetos, lanzar, sujetar, lo cual será valorado mediante la Escala de Funcionalidad Motora de la Clasificación Internacional de Funcionamiento, la Discapacidad y la Salud (CIF), esta es una herramienta diseñada para evaluar el desempeño funcional de una persona en relación con sus capacidades motoras en las actividades cotidianas de la vida diaria (OMS, 2001), exigiéndose un nivel de afectación leve o moderado en la manipulación de objetos y en la motricidad fina.

En cuanto a la comprensión verbal, se incluirán aquellas personas que puedan entender y ejecutar órdenes sencillas, de forma independiente o con poca ayuda, y que puedan comunicarse verbalmente o a través de sistemas alternativos y aumentativos de comunicación (SAAC) este criterio se comprobará con la Escala de Compresión de Órdenes del Test de Boston (Goodglass, 2005).

Asimismo, se seleccionarán las personas que sean capaces de establecer relaciones sociales sin presentar reacciones como rechazo, ansiedad o agresividad. Esto se comprobará a través de la Escala de Comportamiento Adaptativo Vineland-3 (Sparrow et al. 2016). Los participantes deben obtener una puntuación que refleje un nivel aceptable de interacción social y que no presenten dificultades severas en este ámbito. Finalmente, deben ser capaces de tolerar, con estabilidad emocional, los entornos naturales sin que desencadenen respuestas de miedo, fobias o crisis de ansiedad incapacitantes. Además, con la capacidad para realizar ejercicio físico de tipo leve o moderado, sin que le suponga un riesgo para su salud.

Como criterios de exclusión, para la participación en esta terapia, se descartará a aquellas personas que presenten una movilidad reducida o severa, esto es, que en la Escala de Barthel presenten una puntuación por debajo de 90. Igualmente, no se incluyen a los individuos que tengan déficit motores severos, que no les permita manipular objetos de manera coordinada y adecuada. Esto se evidenciará con la Escala de Funcionalidad Motora (CIF), en la que se refleje una afectación severa en movimientos básicos.

También quedarán excluidos los usuarios que, en la Escala de Compresión del Test de Boston, obtengan puntuaciones muy bajas que reflejen dificultad para la comprensión de órdenes sencillas, así como todos aquellos que sean incapaces de comunicarse. Se excluirán,

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

todos aquellos que tengan un rechazo severo a la interacción social evidenciado a través de la aplicación de la Escala de Comportamiento Adaptativo Vineland-3 (Sparrow et al. 2016), y que muestren reacciones de agresividad, autolesiones, y dificultad grave para el control emocional. Por otro lado, todas aquellas personas que presenten en la Escala Emocional de Hamilton (HAM-A), una puntuación superior o igual a 25, tampoco se incluirán, porque presentan riesgo de generar malestar durante la intervención por niveles de ansiedad, ya sean provocados por el espacio al aire libre, por la realización de actividad física o por fobias específicas. Se usará con cautela haciendo una valoración semiológica y cualitativa porque no se encuentra especialmente validada en discapacidad.

Por último, aplicaremos como criterio de exclusión la dificultad de adaptación a nuevos entornos, para medir este ítem usaremos la Escala de Adaptabilidad Conductual (ABAS-II), excluyéndose de la actividad a todos aquellos que obtengan puntuaciones que indiquen rigidez extrema en los cambios de entorno.

Con el uso de estos criterios se garantiza la seguridad y bienestar de los usuarios de la terapia, eliminando posibles riesgos emocionales o físicos que se pudieran presentar durante la terapia de aventura. Con el uso de las escalas funcionales, se garantiza la selección objetiva de cada participante en la actividad.

## **Objetivos**

### **Objetivo General:**

Fomentar la salud física, mental y emocional de los participantes mediante la terapia de aventura, promoviendo la integración de todos los miembros del grupo y favoreciendo el desarrollo de la autoestima, la autonomía y la conexión con la naturaleza, a través de actividades grupales adaptadas a sus necesidades y características individuales.

### ***Objetivos Específicos:***

Favorecer la integración grupal y fortalecer el vínculo afectivo con el entorno natural.

Desarrollar habilidades sociales a través de la interacción y cooperación en actividades grupales.

Estimular el crecimiento intelectual, físico y emocional de los participantes.

Promover la expresión emocional y el fortalecimiento de la autoestima.

### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Consolidar aprendizajes significativos y experiencias positivas en un contexto terapéutico vivencial.

A través de estos objetivos se pretende formar un ambiente terapéutico capaz de potenciar el desarrollo personal como colectivo, siempre teniendo en cuenta las adaptaciones que precisan nuestros usuarios, debido a la discapacidad intelectual y a las dificultades físicas asociadas que presentan.

## **Metodología**

### **Descripción de la intervención de terapia de aventura**

#### ***Participantes***

El grupo de trabajo estará formado por un número de usuarios que varíen entre 6-10 miembros que presenten discapacidad intelectual leve o moderada, con capacidad para deambulación independiente o con la menor ayuda posible, con capacidad de realizar movimiento coordinados básicos de motricidad fina, necesarios para las actividades planteadas, serán capaces de entender y realizar órdenes sencillas o con la mínima ayuda, puedan comunicarse de forma efectiva, tanto verbal como adaptada, por ejemplo, pictogramas, puedan establecer relaciones sociales y se adapten a entornos novedosos sin presentar ansiedad o miedo. Todo esto, se valorará de forma objetiva a través de las escalas señaladas con anterioridad. Se excluyen, a todos los individuos que no cumplan estos criterios.

#### ***Lugar Donde se Desarrollará: Campamento “El Garañón”***

Este campamento se encuentra en un entorno natural en la isla de Gran Canaria, en el municipio de Tejeda. Actualmente, es gestionado por la empresa Vivac Aventura S.L., sus instalaciones se encuentran preparadas para recibir grupos, y consta de cabañas de madera, cocina, comedor, zona de aseo, salas polivalentes, canchas para realizar diferentes actividades deportivas, zona de piscina y espacios para la realización de actividades al aire libre (Apéndice A). Todas ellas integradas en el paisaje, con las normas de seguridad y adaptaciones que exige la normativa del Cabildo Insular de Gran Canaria (Apéndice B y Apéndice C)

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

***Número de participantes***

El grupo estará formado por un mínimo de 6 y un máximo de 10 usuarios, que presenten discapacidad intelectual de leve a moderado. Para poder asegurar una adecuada atención individual e interacción social.

Con este número de usuarios se consigue brindar el apoyo necesario para la realización de las actividades requeridas. Ya que contaremos con un psicólogo especialista en actividades de aventura, y dos monitores con experiencia en realizar actividades adaptadas para personas con discapacidad intelectual.

***Modo de captación de los participantes***

Los participantes se captarán con la ayuda de instituciones locales que trabajen con personas que presentan discapacidad intelectual leve o moderada, por ejemplo, asociaciones y centros educativos para personas con discapacidad. A través del envío de invitaciones, realizando reuniones informativas en aquellos centros que acepten la invitación y, se muestren interesados en recibir más información. En estas reuniones se expondrán los objetivos y beneficios de las terapias de aventura.

***Evaluación previa de los participantes***

Para establecer una línea de base que sirva como punto de partida en la evaluación de los participantes, resulta fundamental emplear instrumentos que permitan medir los cambios producidos en sus habilidades adaptativas y en su calidad de vida. El Sistema de Evaluación de la Conducta Adaptativa (ABAS-II) ha sido seleccionado para valorar el grado de autonomía en las actividades de la vida cotidiana. Esta escala permite analizar diversas dimensiones del comportamiento adaptativo, tales como la comunicación, la autonomía personal, la interacción social y el uso de recursos comunitarios (Harrison, 2003). Su aplicación se llevará a cabo en dos momentos: antes y después de la intervención, lo que permitirá realizar una comparación objetiva de los progresos alcanzados por los participantes.

Sin embargo, dado que el impacto de la terapia de aventura trasciende el desarrollo de habilidades funcionales e influye también en aspectos subjetivos del bienestar de los participantes, se considera pertinente complementar esta evaluación con un instrumento específico para valorar la calidad de vida en personas con discapacidad intelectual. En este sentido, la Escala INICO-FEAPS de Calidad de Vida (Verdugo, 2013) resulta especialmente adecuada, ya que evalúa dimensiones esenciales como el bienestar emocional, la

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

autodeterminación, las relaciones interpersonales y la inclusión social. Su aplicación en la fase post-intervención permitirá obtener una visión más completa del efecto de la terapia, no solo en términos de funcionalidad práctica, sino también en lo referente al bienestar subjetivo y la participación comunitaria. La combinación del ABAS-II y la INICO-FEAPS proporcionará así una valoración integral de los resultados obtenidos. En la tabla 2 se muestra la relación de pruebas a aplicar en fase de pre-intervención.

Asimismo, antes de proceder con la aplicación de las pruebas de evaluación pre-intervención, se solicitará la lectura y firma del consentimiento informado por parte de los participantes o, en su caso, de sus tutores legales. Este documento garantizará que han recibido una explicación clara y adaptada sobre los objetivos, beneficios y posibles riesgos de la intervención, así como su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas (ver Apéndice D)

**Tabla 2**

*Pruebas Utilizadas en la Fase de Preintervención*

<b>Momento de Evaluación</b>	<b>Prueba Utilizada</b>	<b>Función Principal</b>
Preintervención (Línea base)	<b>TONI-4 (Test of Nonverbal Intelligence - 4ª Ed.)</b>	Evaluar el nivel de discapacidad intelectual sin interferencia del lenguaje verbal.
Preintervención (Línea base)	<b>Escala de Barthel</b>	Determinar el nivel de autonomía física para seleccionar participantes aptos para las actividades al aire libre.
Preintervención (Línea base)	<b>Escala de Funcionalidad Motora CIF</b>	Evaluar la capacidad motora fina y manipulación de objetos, necesario para las actividades propuestas.
Preintervención (Línea base)	<b>Escala de Comprensión del Test de Boston</b>	Comprobar comprensión verbal y capacidad para seguir instrucciones.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Preintervención (Línea base)	<b>Escala Vineland-3</b>	Valorar la capacidad de interacción social y adaptación a entornos grupales.
Preintervención (Línea base)	<b>Escala de Hamilton (HAM-A)</b>	Detectar niveles de ansiedad significativos que puedan interferir en la intervención.
Preintervención (Línea base)	<b>ABAS-II (Sistema de Evaluación de Conducta Adaptativa)</b>	Medir habilidades adaptativas en diferentes ámbitos de la vida cotidiana (comunicación, autonomía, habilidades sociales).
Preintervención (Línea base)	<b>INICO-FEAPS de Calidad de Vida</b>	Evaluar dimensiones subjetivas como bienestar emocional, inclusión y las relaciones personales.

Las escalas ABAS-II, Escala de Barthel, Vineland-3 y HAM-A son instrumentos heteroinformados, ya que su aplicación no se realiza directamente al participante, sino que requieren ser cumplimentadas por personas del entorno cercano, como familiares, tutores legales o cuidadores habituales. Estos informantes proporcionan una visión complementaria y necesaria sobre el funcionamiento cotidiano de los usuarios, permitiendo obtener datos más completos en relación con su autonomía, adaptación social, nivel de ansiedad o desempeño en actividades básicas de la vida diaria. Por ello, estas pruebas serán administradas a dichas figuras de referencia, siguiendo siempre criterios éticos y de confidencialidad. Esta metodología refuerza la validez de la fase preintervención, al contemplar no solo la perspectiva del profesional evaluador, sino también la percepción directa de quienes conviven diariamente con los participantes. Para optimizar la realización de las mismas con familiares cuidadores y tutores, han sido programadas para ser realizadas el mismo día de preintervención (ver tabla 3)

### ***Temporalización de las sesiones de la intervención***

La intervención propuesta se realizará en cinco días y contará con sesiones diarias de evaluación e intervención siendo el cronograma que se detalla en la siguiente tabla (tabla 3).

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Tabla 3***Cronograma*

<b>Fase</b>	<b>Día</b>	<b>Actividad / Evaluación</b>	<b>Objetivo</b>
<b>Preintervención</b>	Día 1	Aplicación del TONI-4	Evaluar discapacidad intelectual
<b>Preintervención</b>	Día 2	Escala de Funcionalidad Motora CIF y Test de Comprensión de Boston	Medir motricidad fina y comprensión de órdenes.
<b>Preintervención</b>	Día 3	Escala Vineland-3, Escala de Hamilton (HAM-A), ABAS-II, Escala de Barthel y escala INICO-FEAPS	Evaluar competencia social, ansiedad, habilidades adaptativas iniciales, nivel de autonomía física y percepción de calidad de vida.
<b>Intervención</b>	Día 4 (Mañana)	Sesión de acogida y visita guiada al campamento	Familiarización con el entorno, reducción de ansiedad, primera interacción grupal.
<b>Intervención</b>	Día 4 (Tarde)	Taller de manualidades al aire libre	Estimular creatividad, coordinación y cohesión grupal.
<b>Intervención</b>	Día 5 (Mañana)	Circuito de cuerdas adaptado	Fomentar confianza y coordinación mediante retos físicos en grupo.
<b>Intervención</b>	Día 5 (Tarde)	Senderismo y observación de flora/fauna	Conexión con la naturaleza, expresión emocional y atención plena.
<b>Intervención</b>	Día 6 (Mañana)	Tirolina adaptada	Superación de miedos, fomento de la autoeficacia y autoestima.
<b>Intervención</b>	Día 6 (Tarde)	Relatos en la hoguera	Promover comunicación emocional, empatía y cohesión.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

<b>Intervención</b>	Día 7 (Mañana)	Deporte adaptado (baloncesto, fútbol, circuito de obstáculos)	Ejercicio físico adaptado, trabajo en equipo, respeto y diversión.
<b>Intervención</b>	Día 7 (Tarde)	Fiesta de finalización y entrega de diplomas	Cierre simbólico, reconocimiento de logros individuales y grupales.
<b>Intervención</b>	Día 8 (Mañana)	Debate en grupo + Actividad "El Árbol de los logros"	Consolidación de aprendizajes y expresión emocional.
<b>Intervención</b>	Día 8 (Tarde)	Fiesta y tiempo libre grupal	Celebración final, integración y disfrute grupal.
<b>Postintervención</b>	Día 9	Retest del ABAS-II y escala INICO-FEAPS	Evaluar progreso adaptativo y percepción de calidad de vida.
<b>Postintervención</b>	Día 10	Cuestionarios de satisfacción, autoevaluación y observaciones del equipo	Recoger feedback cualitativo y cuantitativo para valoración integral del programa.

Cada uno de los días que componen la intervención, contempla la realización de una actividad matutina y otra vespertina con una duración aproximada de tres horas cada una de ellas.

### ***Material e Instrumentos Requeridos***

Pictogramas sobre flora y fauna.

Señalización de actividades.

Mapas del campamento y entorno

Material para realizar las manualidades: hojas, piedras, pinturas no tóxicas,

pegamento) Equipos de seguridad para las actividades de aventura: cascos, arneses.

### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Equipamiento para realizar actividades deportivas adaptadas: pelotas de goma ligeras, cuerdas y conos. (ver Apéndice E y Apéndice F)

### ***Evaluación post-intervención de los participantes***

Una vez finalizada la intervención, se administrarán nuevamente los instrumentos INICO-FEAPS de Calidad de Vida y ABAS-II, teniendo en cuenta como se hizo en la fase de preintervención, al tratarse de escalas heteroinformadas, se programarán para ser realizadas el mismo día (ver tabla 3), igualmente se aplicarán otros cuestionarios (ver tabla 4) con el objetivo de comparar los resultados obtenidos en la fase post-intervención con los de la evaluación inicial. Esta comparación permitirá valorar el impacto de la intervención, identificando posibles mejoras en la autonomía de los participantes, así como en aspectos como la comunicación funcional, la capacidad para pedir ayuda, la organización del espacio personal, entre otros.

Asimismo, se analizarán las áreas que hayan mostrado un mayor o menor progreso, prestando especial atención a aquellas relacionadas con las actividades básicas de la vida diaria, como serían la higiene y el autocuidado. Esta información resultará clave para ajustar y optimizar futuras intervenciones.

Por otro lado, los resultados permitirán evaluar si se ha producido una transferencia de habilidades, es decir, si las capacidades adquiridas durante el campamento se mantienen en el tiempo y se aplican en otros contextos cotidianos. En conjunto, la comparación pre y post proporcionará evidencia valiosa para justificar la eficacia de la intervención, fundamentar su continuidad y orientar posibles mejoras en el diseño del programa.

**Tabla 4**

#### *Pruebas Utilizadas en la Fase Postintervención*

<b>Momento de Evaluación</b>	<b>Prueba Utilizada</b>	<b>Función Principal</b>
Postintervención	<b>ABAS-II</b>	Comparar cambios en habilidades adaptativas antes y después de la intervención.

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Postintervención	<b>INICO-FEAPS de Calidad de Vida</b>	Evaluar dimensiones subjetivas como bienestar emocional, inclusión y las relaciones personales.
Postintervención	<b>Cuestionarios de satisfacción</b>	Obtener valoración directa de los participantes sobre la experiencia, actividades y beneficios percibidos.
Postintervención	<b>Cuestionarios de autoevaluación</b>	Estimular la reflexión sobre el aprendizaje, participación y aspectos a mejorar.
Postintervención	<b>Observaciones estructuradas (monitores y psicólogo)</b>	Registrar datos cualitativos sobre el comportamiento, participación, relaciones y adaptabilidad durante las actividades.

### ***Instrumentos de Evaluación de la Intervención***

Tras cada sesión de la intervención, se administrarán cuestionarios de satisfacción y autoevaluación adaptados a las características de los participantes. La elección de estos instrumentos responde a su facilidad de aplicación y a su capacidad para recoger información tanto cualitativa como cuantitativa.

Los cuestionarios de satisfacción permitirán valorar distintos aspectos de la experiencia vivida, tales como la organización, los contenidos, el desarrollo de las actividades y los beneficios percibidos. Esta información será clave para comprender el grado de aceptación y el impacto subjetivo de cada sesión.

Por otro lado, los cuestionarios de autoevaluación fomentarán la reflexión sobre los aprendizajes adquiridos, promoverán la autorregulación y contribuirán al desarrollo de habilidades metacognitivas en los participantes (Panadero, 2017). De esta manera, se favorece una evaluación participativa, implicando activamente a los usuarios en el proceso de valoración (véase Apéndice J).

El uso conjunto de estos instrumentos permitirá realizar una evaluación holística de la intervención, y mediante la triangulación de los datos recogidos se contribuirá a mejorar la validez y confiabilidad de los resultados obtenidos (Creswell & Plano Clark, 2017).

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

## **Directrices para la Implementación y Evaluación del Trabajo**

### **Primer Día: Introducción y Adaptación:**

#### ***Objetivo General:***

Establecer familiarización con el entorno natural, propiciar la integración grupal entre los participantes.

**Objetivos Específicos:** Disminuir los niveles de ansiedad provocados por la nueva situación, a través de una visita guiada por el campamento, incrementar la comunicación y el conocimiento entre los usuarios del entorno natural donde se va a desarrollar la terapia de aventura.

#### ***Actividad Matutina: Sesión de Acogimiento y Descubrimiento del Campamento***

Se comenzará la sesión en el salón multiusos del campamento, después del desayuno y aseo, en la que los usuarios se presentaran de forma individual, usando tarjetas con pictogramas que indiquen sus gustos y/o intereses, para de este modo facilitar la comunicación y el entendimiento entre todos. Se comenzará por los miembros que presenten más interés en realizar la actividad, y luego se irá dando la palabra a las personas que se muestren más retraídas, respetando en todo momento, su estado emocional, y dejándoles que expresen solamente aquello que necesiten comunicar o lo que ellos creen que es necesario, dado que es el primer contacto entre los miembros, se tendrá en cuenta los tiempos que precisen cada uno. Se dará a lo largo de toda la sesión apoyo emocional a todos los que lo necesiten. Además, se reforzará de forma positiva el esfuerzo realizado, y también se validarán los gustos y preferencias de cada uno.

Luego, se hará una visita guiada por el campamento, con la ayuda del personal del centro, en la que se incluirá las cabañas, el comedor, las canchas polideportivas y las zonas naturales aledañas, se explicará el uso de cada una de ellas, y se las conectará con las actividades que realizaremos a lo largo de la terapia de aventuras, para que los usuarios sepan dónde iremos para realizar las tareas propuestas durante el campamento. La finalidad de esta actividad será familiarizarlos con el entorno para disminuir la ansiedad y mejorar la integración del grupo. También, para integrarlos dentro del grupo, se les irá preguntando qué les parece las estancias, cuál les gusta más, que actividad tienen más interés por realizar, etc.

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 6). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

***Materiales Necesarios:***

Tarjetas con pictogramas individualizados

Mapas del campamento adaptados con señalización clara.

***Personal Necesario:***

Un psicólogo especializado en terapias de aventuras

Monitores con experiencia en discapacidad intelectual

***Medidas de Seguridad y Adaptaciones:***

Se asegurarán rutas de exploración que sean aptas para personas con movilidad reducida Se harán descansos para evitar fatiga.

Se emplearán técnicas de comunicación aumentativa para aquellos usuarios que presenten problemas en la comunicación verbal.

**Actividad Vespertina: Taller de Manualidades al Aire Libre**

Se buscará una zona dentro del campamento que sea sombreada, donde haya árboles o pinos canarios para que los usuarios recojan materiales como hojas, piedras y ramas, siempre bajo supervisión del equipo técnico, para poder garantizar la seguridad de los mismos. Con los materiales recogidos se crearán diferentes creaciones artísticas como por ejemplo pintar piedras con dibujos de mandalas (ver descripción completa Apéndice K), para potenciar su motricidad fina y creatividad. Los monitores, ayudarán en esta actividad de forma individualizada, adaptándola a las capacidades de cada miembro del grupo. Al final de la actividad, se recogerán todas las manualidades realizadas y se guardarán, para exponerlas el último día del campamento, como reconocimiento del trabajo realizado.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 7). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

***Materiales Necesarios:***

Hojas, piedras y ramas.

Pinturas no tóxicas y pinceles.

Pegamento apto para la actividad.

Delantales o camisetas viejas como protectores para la ropa.

***Personal Requerido:***

Psicólogo especializado en actividades de aventura.

Monitores que apoyen en la realización de la actividad

***Medidas de Seguridad y Adaptaciones:***

Vigilar el proceso de recogida de material para el taller, evitar accidentes, pinchazos, cortes, etc.

Comprobar que las pinturas y el pegamento sean aptos para la actividad y no sean tóxicos para los usuarios.

Seleccionar las herramientas (pinceles) asegurando que puedan ser utilizados por todos los miembros del taller.

**Segundo día: Trabajo Grupal y Relaciones Sociales**

***Objetivo General:***

Establecer relaciones de cooperación y potenciar las relaciones entre los usuarios.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Objetivos Específicos:** Aumentar la confianza entre los participantes mediante actividades grupales. Incrementar la comunicación fluida y espontánea entre los miembros del grupo, así como la solución de problemas.

***Actividad Matutina: Circuito de Cuerdas Adaptado***

Utilizando cuerdas del campamento, se organizará un circuito que estará compuesto por cuerdas tensadas a baja altura, caminar sobre puentes colgantes, así como solucionar problemas que se presentaran en equipo. Estas actividades están creadas para aumentar la confianza entre los miembros del grupo, aumentar la coordinación músculo esquelética, y potenciar situaciones de comunicación espontánea entre los participantes. Se realizarán estas actividades utilizando medidas de seguridad, del tipo cascos, arneses, y con monitores que sean capaces de atender a las dificultades físicas que puedan presentarse, así como a las emocionales.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 8). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

***Materiales necesarios:***

Cuerdas y estructuras seguras para las actividades.

Arneses y cascos adaptados a las necesidades de los usuarios.

Señalización correcta de la actividad.

***Personal Requerido:***

Personas con experiencia en actividades de aventura adaptadas.

Personal de apoyo instruido en apoyo emocional y físico

Psicólogo especializado en terapias de aventuras.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Medidas de seguridad y adaptaciones:**

Valorar la capacidad física de cada miembro antes de realizar la actividad para adaptársela de forma individual.

Ofertar otra actividad a aquellas personas que no sean capaces de realizar la propuesta por el equipo.

Proporción de monitores ajustada al nivel de los usuarios para evitar situaciones peligrosas.

**Actividad Vespertina: Senderismo**

Se hará una excursión de senderismo en grupo con los monitores, por los caminos adaptados del entorno del campamento, donde se descubrirá la flora y fauna del lugar, durante la caminata, de alentará la atención mantenida, también se les pedirá que intenten describir los paisajes, y cómo se sienten durante la actividad, potenciando la unión con el entorno natural y regulación de sus emociones (ver Apéndice L). Como material de apoyo se utilizarán pictogramas para facilitar la comprensión.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 9). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

**Materiales necesarios:**

Mochilas pequeñas con poco peso.

Botellas pequeñas de agua.

Pictogramas sobre flora y fauna.

Ropa y calzado adecuado para la actividad.

**Personal requerido:**

Psicólogo especializado en terapia de aventuras

Guías para senderismo adaptado.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Monitores con formación en flora y fauna local.

***Medidas de seguridad y adaptaciones:***

Identificar caminos accesibles y de dificultad pequeña.

Apoyo instrumental (bastones)

Programar periodos de descanso durante el recorrido.

**Tercer Día: Autodesarrollo Físico y Emocional.**

***Objetivo General:*** Aumentar la confianza en sí mismos y la mejorar la expresión emocional.

***Objetivos Específicos:*** Ayudar en superar miedos, aumentar la autoestima a través de la superación de actividades adaptadas. Potenciar la comunicación de sentimientos y vivencias personales en el grupo.

***Actividad Matutina: Tirolina***

Se reunirá a todo el grupo en la sala multiusos para informarles de la actividad que se va a realizar durante la mañana, tirolina adaptada. Para disminuir la ansiedad, se utilizarán apoyos visuales y se comprobará que cada persona, haya entendido cómo se desarrollará, y no sienta miedo. No es una actividad obligatoria, se dejará que cada miembro decida si desea realizarla o no. En caso de negación se dará alternativa a la actividad, por ejemplo, con funciones de supervisión de la tarea.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 10). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

***Material Necesario:***

Material de seguridad homologado (arneses, cascos, sistemas de anclaje adaptados)

Señalización del lugar de inicio y finalización del recorrido de la tirolina.

Indicaciones visuales de apoyo para la realización de la actividad.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Personal requerido:**

Psicólogo especializado en actividades de aventura.

Monitores con experiencia en la actividad de la tirolina adaptada, y con formación en seguridad.

**Medidas de seguridad y adaptaciones:**

Valoración previa de la capacidad física y emocional de cada usuario, para realizar la actividad de forma personalizada.

Dar alternativas a aquellos participantes que no quieran realizar la tarea, tales como animar al resto de compañeros, u observarla.

Comprobar que el equipo esté adaptado y no sea incómodo.

Ratio monitor/ usuarios adecuados para garantizar la seguridad.

**Actividad Vespertina: Relatos alrededor de la hoguera.**

En la tarde se realizará una actividad orientada a la narración en grupo, en la zona de la hoguera. Se invitará a los usuarios, a que cuenten historias o experiencias al resto de los miembros del grupo, mejorando de esta forma la comunicación emocional y la empatía entre todos. Se emplearán los apoyos necesarios para facilitar la comunicación entre todos los miembros, del tipo visual, se permitirán también, sistemas de comunicación alternativos para quien lo precise. Los profesionales aseguraran un ambiente respetuoso y de escucha, donde todas las personas puedan sentirse valoradas y comprendidas.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 11). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

**Materiales necesarios:**

Hoguera segura o recreada, dependiendo de la normativa y condiciones climáticas.

Mantas y asientos adaptados.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Pictogramas para favorecer la comunicación.

**Personal requerido:**

Psicólogo especializado en terapia grupales y en expresión emocional.

Monitores que tengan formación y experiencia en actividades de narración y lenguaje adaptado.

**Medidas de seguridad y adaptaciones:**

Comprobar que la zona de la hoguera es accesible para todas las personas del grupo.

Supervisión de la actividad asegurando un entorno seguro y cómodo.

Realizar modificaciones necesarias durante el desarrollo de la tarea, según se precisen para mantener atención y comodidad de los participantes.

Ofrecer alternativas a la expresión verbal, como dibujos o música.

**Cuarto día: Vínculo y finalización.**

**Objetivos Generales:**

Reforzar las relaciones grupales, afianzar los conocimientos adquiridos durante la terapia de aventura.

**Objetivos Específicos:** Impulsar los ejercicios físicos adaptados, aumentando la participación de todos, fortalecer la autoestima dando sentido a los logros conseguidos de manera individual y en conjunto, a través de una fiesta de finalización.

**Actividad Matutina: Deporte adaptado**

En las canchas del campamento se harán diferentes deportes adaptados que garanticen que todos los miembros del grupo sean capaces de hacer alguno, teniendo en cuenta sus capacidades y estado físico. Para poder realizarlo se dividirá al grupo principal en pequeños grupos (máximo de 3 personas), para hacer los deportes adaptados. Estos deportes serán:

Baloncesto, será una actividad adaptada por lo que usaremos los aros a menor altura y se facilitarán pelotas de goma ligeras, además se ayudará para conseguir encestar.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Fútbol, al igual que la anterior también es adaptada, debido a esto también se emplearán balones de goma ligero y el espacio para jugar será menor para evitar ejercicio excesivo y consecuentemente fatiga.

Circuito de obstáculos, se hará con conos y cuerdas a pequeña altura, su objetivo será trabajar la coordinación y el equilibrio.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 12). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

***Materiales Necesarios:***

Pelotas/balones de espuma ligeros.

Canastas de baloncestos regulables.

Conos y cuerdas.

Distintivos para diferenciar a los grupos.

***Personal requerido:***

Psicólogo especializado en actividades de aventura.

Monitores formados y con experiencia en actividades deportivas adaptadas.

***Medidas de seguridad y adaptaciones:***

Conocer antes del inicio de las actividades las capacidades físicas de cada participante, para adaptarle el desarrollo de la actividad deportiva.

Comprobar que las canchas estén en buen estado y no contengan obstáculos que puedan poner en peligro a los participantes.

Identificar las diferentes actividades con señales visuales que ayuden a su comprensión.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

***Actividad Vespertina: Finalización y entrega de Diplomas***

En la sala polivalente del campamento se hará una fiesta donde se entregarán diplomas a todos los miembros del grupo, reconociendo su esfuerzo, trabajo y participación en la terapia de aventura.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 13). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

**Quinto día: Incorporación de Conocimientos y Partida.*****Objetivo General:***

Fortalecer las vivencias experimentadas durante la terapia de aventura, alentando el pensamiento tanto individual como colectivo, ayudando a realizar una despedida positiva que mantenga las relaciones creadas durante estos días.

**Objetivos Específicos:** Favorecer la expresión y comunicación de los sentimientos y conocimientos conseguidos durante el campamento. Mejorar la autoestima y dar sentido de pertenencia grupal. Realizar un cierre adecuado que ayude al regreso de las rutinas de los miembros de grupo.

***Actividad Matutina: Debate en Grupo y Realización de la Actividad “El Árbol de los Logros”***

Se realizará en sala polivalente del campamento, en ella se sentará en círculo a los miembros del grupo y se les pedirá que comuniquen los conocimientos nuevos que han aprendido, lo que más les ha gustado o cuál ha sido la actividad con la que han disfrutado más. Para ayudarles en la realización de esta actividad, se colocará un árbol dibujado con ramas sin hojas en un mural, y se les hará entrega de hojas de papel en forma y color de hojas de árbol para que escriban sus experiencias positivas (el árbol de los logros), se les prestará toda la ayuda que requieran, luego se pegará cada hoja escrita en el árbol del póster. Con el fin de crear un árbol cargado de experiencias positivas (ver Apéndice H y Apéndice I).

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 14). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

***Material Necesario:***

Póster de árbol grande en ramas.

Hojas de papel en forma y color de hojas de árbol.

Lápices, rotuladores, pegamento y pictogramas.

Acomodación adaptada para sentarse en círculo.

***Personal Requerido***

Psicólogo con experiencia en terapia de aventuras.

Monitores con formación en comunicación aumentativa y adaptativa.

***Medidas de Seguridad y Adaptaciones***

Conseguir un ambiente relajado y tranquilo sin distracciones ni interrupciones que puedan afectar al desarrollo de la actividad.

Ayudar a los miembros del grupo a expresarse adecuadamente y siguiendo los objetivos de la actividad, haciendo uso de medios de comunicación alternativos si fuera necesario.

Respetar todas las opiniones expresadas, así como darle a cada participante el tiempo que requiera para realizar la actividad.

***Actividad Vespertina: Fiesta y Tiempo Libre Grupal.***

Para concluir, se realizará una fiesta para celebrar el fin de la terapia de aventura, en el comedor del campamento, donde se expondrán los trabajos realizados por los usuarios, fotos, y/o cualquier otro objeto que haya sido significativo durante el campamento para el grupo. También, se pondrá música adaptada a los componentes del grupo, teniendo en cuenta sus preferencias y sensibilidades sensoriales. Se propondrá actividades como baile o juegos de

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

mesa adaptados. Luego se ofrecerá una merienda especial, siguiendo las adaptaciones de los miembros del taller.

Al finalizar la actividad programada se realizará el diario de emociones según el método RULER (Ver Apéndice G), posteriormente se administrará el cuestionario de satisfacción de la actividad (ver Apéndice J, tabla 5) y el cuestionario de autoevaluación de la actividad (ver Apéndice J, tabla 15). A los profesionales que han participado en la realización de la actividad cumplimentarán el cuestionario de observaciones para monitores y psicólogos (ver Apéndice J, tabla 16).

### ***Materiales necesarios***

Equipo de música y estilos musicales adaptados.

Juegos de mesa adaptados.

Manualidades realizadas por el grupo para decoración.

Merienda adaptada y variada.

### ***Personal Requerido:***

Psicólogo con experiencia en actividades de aventura.

Personal de apoyo para atender necesidades de los usuarios durante la fiesta.

Cocinero y Pinche de cocina para preparar la merienda.

Socorrista en caso que se utilice la piscina.

### ***Medidas de Seguridad y Adaptaciones:***

Vigilar la fiesta para garantizar la seguridad y bienestar del grupo.

Evitar sobreestimulación con el volumen de la música o el empleo de luces.

Habilitar un espacio relajado para los usuarios que lo necesiten.

Adaptación de los juegos y actividades para que todos los miembros los puedan realizar.

Reforzar las relaciones sociales que se han creado durante el campamento.

El diseño de estas actividades de aventuras propuestas para esta intervención, se ha basado en principios de experiencia experimental y terapias al aire libre. Autores como Gass,

### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Gillis y Russell (2020), indican que este tipo de intervención mejora tanto el bienestar físico, como el social, así como también el emocional, de los participantes a través del contacto directo con la naturaleza, como así se refleja en su libro "Adventure Therapy: Theory, Research, and Practice".

Así la actividad de senderismo, es una técnica que promueve la atención plena o el mindfulness, produciendo una disminución del estrés y de la ansiedad (Faber Taylor y Kuo, 2009). Conjuntamente, un ejercicio físico de tipo moderado mejora la coordinación y la resistencia física.

El circuito de cuerdas y tirolinas, se encuentra fundamentado en la teoría de la autoeficacia de Bandura (1997), estas actividades promueven una mejora de la autoestima y de la percepción de sí mismos, ya que plantean retos que deben superarse. Y tanto la superación de los miedos que puedan presentar, como el apoyo grupal, refuerzan la autoconfianza de los participantes como la cohesión del grupo.

Referente a las manualidades con materiales encontrados en el entorno, siguiendo la línea de Kellert (2005), nos indica que el contacto con este tipo de objetos mejora los sentidos y da significado al aprendizaje.

Por otra parte, la actividad de los relatos alrededor de la hoguera, es una técnica de tipo narrativo que estimula la introspección y la comunicación emocional en el grupo. Lo cual, se encuentra en relación con Goleman y los principios de la inteligencia emocional (1995), con esta tarea propicia la empatía y la formación de lazos afectivos entre los integrantes.

Finalmente, el deporte adaptado mejora la coordinación motora, la resistencia y las relaciones sociales, ya que son en grupos, con lo que mejoramos el respeto y potenciamos la cooperación.

Todas las actividades planteadas, se desarrollan en dos fases, una primera de acción o experiencial, en la que los participantes se enfrentan a una tarea que les supone un reto del que obtendrán un aprendizaje mediante su realización. Y una fase de procesamiento, en la que cada uno de los miembros reflexionará sobre la actividad realizada, lo que les permitirá extrapolar este nuevo aprendizaje a otras áreas de su vida. (Fernee et al., 2017).

Es importante que en la realización de este tipo de terapias este presente un psicólogo familiarizado con ellas debido a las situaciones que se pueden presentar durante la realización

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

de la misma, miedo, ansiedad, problemas de tipo cognitivo, conductual, emocional, o de relaciones dentro del grupo. Es necesaria la figura del psicólogo, ya que se trata de un profesional formado para poder controlar y solucionar estos inconvenientes que pueden afectar al correcto desarrollo de la intervención basada en terapia de aventuras, ya que tiene la capacidad para adaptar las actividades a las capacidades de cada usuario, porque es capaz de evaluarlo, generando un entorno seguro y de superación. Es la figura de la intervención capaz de evaluar a través de los test explicados anteriormente, como por ejemplo el ABAS-II a los miembros del grupo, identificando sus fortalezas, así como sus áreas de mejora, realizando adaptaciones a las actividades, y al finalizar la terapia, puede volver a evaluarlos para ver cuál ha sido el impacto de la intervención, porque tiene los conocimientos necesarios para el análisis de los datos obtenidos. En momentos de miedo o ansiedad, puede explicar y realizar junto con las personas afectadas técnicas de relajación y de reestructuración cognitiva, para potenciar el afrontamiento positivo de los retos. Además, al ser dinámicas de grupo favorece la comunicación asertiva, así como la resolución de conflictos, la escucha activa, etc.

En resumen, la figura del psicólogo es clave en esta intervención porque tiene los conocimientos y las capacidades para que las tareas sean seguras, accesibles y eficaces. Su competencia en el conocimiento de los procesos psicológicos, así como su capacidad para adaptar las actividades en base a esto justifica su presencia en este tipo de terapias.

### **Normas Éticas para la Intervención en Terapia de Aventura con Personas con Discapacidad Intelectual**

#### **Principio de Respeto y Dignidad**

El respeto a la autonomía y a la dignidad de cada participante, constituye la base de cualquier intervención terapéutica. En el contexto de la terapia de aventura, este principio implica reconocer y valorar las capacidades individuales de los usuarios, sin menospreciar sus limitaciones. Es esencial fomentar un ambiente de aceptación y comprensión, evitando cualquier forma de estigmatización o discriminación. El profesional debe mostrarse empático y considerado, promoviendo la autoestima de los participantes mediante la validación de sus logros, independientemente de su magnitud.

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

### **Seguridad y Bienestar**

La seguridad física y emocional de los participantes debe garantizarse en todo momento. Para ello, es fundamental emplear equipos homologados y mantener un entorno controlado durante las actividades. El equipo profesional debe contar con formación específica en primeros auxilios y estar preparado para actuar ante cualquier imprevisto. Además, se debe prestar atención al bienestar emocional, identificando signos de ansiedad, miedo o incomodidad, y ajustando la intervención para asegurar que la experiencia sea positiva y enriquecedora.

### **Consentimiento Informado**

Antes de iniciar cualquier actividad, es imprescindible obtener el consentimiento informado de los participantes o sus tutores legales. Este proceso debe incluir una explicación clara y comprensible de los objetivos, riesgos y beneficios de la intervención, utilizando un lenguaje adaptado a las capacidades cognitivas de los participantes. La participación debe ser voluntaria, y se debe respetar en todo momento el derecho de los participantes a retirarse y no participar si así lo desean.

### **Confidencialidad y Privacidad**

El manejo de la información personal de los participantes debe realizarse con la máxima confidencialidad. Esto incluye tanto los datos recogidos durante las evaluaciones como las observaciones realizadas durante las actividades. La privacidad de los participantes debe ser respetada en todo momento, evitando divulgar información sensible sin el consentimiento expreso de los implicados. Cualquier uso de los datos recogidos debe limitarse a fines terapéuticos y evaluativos.

### **Competencia Profesional**

Los profesionales involucrados en la intervención deben contar con la formación y experiencia necesarias para trabajar con personas con discapacidad intelectual. Esto incluye conocimientos en terapia de aventura, atención a la diversidad, gestión emocional y resolución de conflictos. La formación continua es esencial para garantizar que los profesionales estén al día en las mejores prácticas y puedan ofrecer una intervención de calidad. Además, deben ser

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

capaces de trabajar en equipo, coordinando sus acciones para garantizar la coherencia y eficacia del programa.

### **Adaptación y Accesibilidad**

Todas las actividades deben diseñarse teniendo en cuenta las capacidades físicas, cognitivas y emocionales de los participantes. Es fundamental ofrecer diferentes niveles de dificultad, permitiendo que cada persona participe según sus posibilidades. Asimismo, el entorno natural donde se desarrollan las actividades debe ser accesible, eliminando cualquier barrera arquitectónica que pueda dificultar la participación. El uso de ayudas técnicas, como soportes visuales o dispositivos de movilidad, debe garantizarse cuando sea necesario.

### **Beneficio y No Maleficencia**

La intervención debe orientarse a obtener los mayores beneficios para los participantes, promoviendo su bienestar físico, emocional y social. Por este motivo, es necesario realizar una evaluación continua del impacto de las actividades, asegurando que estas contribuyen al desarrollo personal de los participantes sin causarles daño. Es crucial evitar situaciones que puedan generar frustración, miedo o estrés, ajustando las actividades a las capacidades y necesidades de cada persona.

### **Promoción de la Autonomía y la Autoestima**

La terapia de aventura ofrece una oportunidad única para fomentar la autonomía personal y fortalecer la autoestima de los participantes. Esto se consigue mediante actividades que implican asumir retos y superar obstáculos, siempre dentro de un marco seguro y adaptado. Los profesionales deben alentar a los participantes a tomar decisiones y asumir responsabilidades, respetando sus tiempos y procesos individuales. Cada logro, por pequeño que sea, debe reconocerse y celebrarse como un paso hacia el desarrollo personal.

### **Evaluación Continua y Mejora**

La evaluación es un componente esencial de cualquier intervención terapéutica. En el caso de la terapia de aventura, esta evaluación debe realizarse en tres fases: antes, durante y después de la intervención. La evaluación inicial permite identificar las capacidades y necesidades de cada participante, mientras que la evaluación continua asegura que las

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

actividades se desarrollen de manera adecuada. Al finalizar la intervención, una evaluación final permite medir los progresos alcanzados y detectar áreas de mejora. El feedback de los participantes, sus familias y el equipo profesional resulta fundamental para garantizar la calidad y eficacia del programa.

### **Responsabilidad y Transparencia**

Los profesionales implicados en la intervención deben actuar con integridad y transparencia en todas sus acciones. Esto implica mantener una comunicación clara y honesta con los participantes y sus familias, explicando los objetivos, métodos y resultados de la intervención. Además, deben asumir la responsabilidad de sus acciones y decisiones, garantizando que estas se alinean con los principios éticos de la profesión. La transparencia también incluye la disposición a reconocer y corregir posibles errores, buscando siempre el bienestar de los participantes.

## Conclusiones

La propuesta de intervención basada en la terapia de aventura representa una innovación significativa en el abordaje de la discapacidad intelectual, al integrar, por un lado, un enfoque experiencial centrado en la actividad vivencial, y por otro, al contextualizar dicha experiencia en un entorno natural. Si bien la terapia de aventura ha demostrado ser eficaz en otras poblaciones (Gass, 2020), su aplicación en personas con discapacidad intelectual leve o moderada sigue siendo limitada. Por ello, esta propuesta constituye una aportación valiosa y novedosa, al abrir una vía alternativa a los métodos tradicionales de intervención.

Esta modalidad terapéutica tiene el potencial de aumentar la motivación y la implicación de los participantes, al alejarse de técnicas habituales que, por su repetitividad, pueden resultar tediosas y disminuir la participación activa. En este enfoque se combinan la actividad física adaptada, el trabajo emocional y el desarrollo de habilidades sociales, todo ello realizado en entornos naturales que favorecen el bienestar integral de los participantes. La vivencia grupal promueve tanto el bienestar físico como el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y la superación personal en la realización de las actividades.

Además, esta intervención traslada estrategias habituales de estimulación cognitiva, emocional y social como serían la resolución de problemas o la autorregulación emocional desde los contextos clínicos o educativos convencionales al medio natural. Esto permite aprovechar los beneficios terapéuticos que ofrecen estos entornos, los cuales, según Ulrich (1991), potencian las respuestas emocionales positivas, y según Gass (2020), incrementan la eficacia terapéutica al integrar cuerpo, emoción y contexto.

Las terapias tradicionales, como las actividades musicales, la pintura, la costura o los juegos de mesa, que habitualmente se desarrollan en aulas de centros de atención especializada a la discapacidad intelectual, cuentan con una sólida evidencia científica en cuanto a su eficacia para potenciar el desarrollo cognitivo, emocional y social en personas con discapacidad intelectual. Estas actividades, fundamentales dentro del marco de la Terapia Ocupacional, no se entienden únicamente como propuestas recreativas, sino como intervenciones orientadas a la promoción del desarrollo integral de la persona. Desde esta perspectiva, su valor terapéutico radica en la capacidad para estimular habilidades funcionales, fomentar la expresión emocional y fortalecer la interacción social en contextos estructurados y significativos.

### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

La literatura científica consultada reconoce, en el ámbito de la atención a personas con discapacidad Intelectual, el uso de actividades estructuradas como estrategias terapéuticas eficaces para favorecer el desarrollo integral de personas con discapacidad intelectual. Entre ellas, los juegos de mesa han demostrado ser especialmente útiles para el fortalecimiento de habilidades cognitivas y sociales, en este sentido la psicóloga Silvia Álava (2024), señala que este tipo de actividades favorecen el aprendizaje y la integración social de las personas con discapacidad intelectual. Teniendo en cuenta este contexto, las actividades y tareas realizadas de forma habitual en las aulas de los centros como serían la música, la pintura, la costura o los juegos simbólicos, las manualidades, resultan esenciales para la mejora las capacidades cognitivas, emocionales y sociales, contribuyendo a una mayor autonomía, bienestar y competencia interpersonal.

No obstante, estas actividades pueden ser enriquecidas mediante la incorporación de enfoques complementarios, como sería en este caso la incorporación de la terapia de aventura. Esta modalidad de intervención permite conectar a los usuarios directamente con el entorno natural, que por lo general se trata de un contexto en el que no suelen tener oportunidades de participar de forma activa. A diferencia de las intervenciones programadas para ser realizadas en los centros y aulas, la terapia de aventura ofrece una experiencia dinámica, flexible y altamente adaptable a las necesidades individuales de los participantes. Además, promueve la oportunidad de adquirir un aprendizaje que es vivencial, la adquisición de estas nuevas experiencias significativas y que dan la oportunidad para la reflexión personal, favoreciendo una reconstrucción positiva de la propia autoimagen y el reconocimiento tanto de las capacidades reales de los participantes como las capacidades potenciales de cada participante puede llegar a conseguir.

Diversos estudios han respaldado los beneficios que tiene la realización de actividades al aire libre, especialmente en el ámbito de la intervención terapéutica. Faber Taylor y Kuo (2009) han podido comprobar que este tipo de entornos favorece la mejora de la atención y contribuye de una forma muy significativa a reducir el estrés en los participantes. En la misma línea, otro autor ha sido Kellert (2005), quien señala que el aprendizaje que se realiza en contacto con la naturaleza se consolida de manera más eficaz gracias a las experiencias directas, además ha observado que favorece el desarrollo sensorial de los participantes.

Por otro lado, ha diversas investigaciones como sería el caso de los autores Bowen et al. (2013), Gillis et al. (2016) y Bettmann et al. (2016), los cuales señalan que las intervenciones realizadas en entornos naturales tienen un impacto muy positivo para el bienestar emocional,

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

la mejora en la percepción de autoeficacia y en la calidad de favorecer las relaciones sociales de los participantes. Paralelamente, estos autores destacan que este tipo de experiencias fortalecen la capacidad de los participantes para afrontar retos cotidianos, incluso una vez finalizada la intervención.

Analizando de forma conjunta estos hallazgos, sugieren que la terapia de aventura no solo es capaz de complementar los enfoques tradicionales aplicados en centros o aulas, sino que también puede ayudar a los participantes a superar algunas de sus limitaciones, al ofrecer un contexto más dinámico, estimulante, pero a la vez adaptado a sus capacidades con la finalidad de conseguir un desarrollo integral de las personas con discapacidad intelectual.

Entre las principales fortalezas de la intervención propuesta destacan varios aspectos clave. En primer lugar, la estructura organizada y planificada de las actividades, lo cual constituye uno de los principales elementos diferenciadores respecto a otras propuestas más abiertas o exploratorias. A diferencia de estas últimas, el programa que se ha diseñado se fundamenta en un protocolo claro y sistemático, que incluye una primera fase de evaluación inicial en la cual se establece una línea de base, así como una planificación detallada de las actividades (como son el senderismo, la tirolina, los talleres y las dinámicas grupales), las cuales están adaptadas a las necesidades de los participantes. Esta planificación está acompañada del uso de instrumentos estandarizados para la evaluación de los participantes como el ABAS-II y la INICO-FEAPS, lo que refuerza la validez de la evaluación y el seguimiento.

Esta organización de la intervención se basa en uno de los principios fundamentales de la terapia de aventura eficaz, que sería: la necesidad de una secuencia lógica de experiencias estructuradas para que se facilite la transferencia de aprendizajes al entorno cotidiano de los participantes (Gass, 2020).

Otra fortaleza significativa es el enfoque integral y holístico que guía la intervención, permitiendo realizar un abordaje de forma simultánea los aspectos físicos, emocionales y sociales de la persona. Este enfoque global permite incrementar el grado de satisfacción de los usuarios, quienes son tratados como un todo y no únicamente en función de sus dificultades, limitaciones o el propio diagnóstico, evitando además la estigmatización por la discapacidad intelectual.

Del mismo modo, la capacidad que se tiene para conseguir la adaptación y personalización de las actividades representa un valor añadido a la intervención, especialmente en el trabajo con personas con discapacidad intelectual, donde un mismo

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

diagnóstico no implica necesariamente el mismo perfil competencial. La intervención permite así ajustar las demandas a las características individuales de los participantes, favoreciendo la participación activa.

Las actividades propuestas en la intervención también promueven la mejora de la autoestima y de las habilidades sociales, ya que permite colocar a los participantes ante retos alcanzables que pueden superar con éxito. Esto contribuye a reducir el estrés que puedan percibir y al mismo tiempo, disminuir la sintomatología depresiva frecuentemente asociada a una baja autoconfianza (Faber Taylor & Kuo, 2009; Bowen et al., 2013).

Por último, esta intervención fomenta el desarrollo de la autonomía e independencia de los participantes, al facilitar la vivencia de situaciones nuevas y desafiantes en un entorno natural que además es seguro y adaptado a sus capacidades. Esta experiencia fortalece la confianza en sí mismos, generando aprendizajes significativos y ofrece herramientas que pueden ser transferidas a su vida diaria.

A pesar de las numerosas ventajas que se han descrito y que presenta este tipo de intervención, es importante señalar también las limitaciones detectadas. Una de las principales debilidades está relacionada con la escasa base empírica existente. Si bien algunos autores han desarrollado estudios que evidencian los beneficios de las terapias de aventura, todavía son pocos los trabajos que respaldan de forma contundente su eficacia, especialmente en población con discapacidad intelectual. Por tanto, se hace necesario fomentar la realización de investigaciones rigurosas, que permitan consolidar su validez y por otro lado, que se pueda explorar sus efectos a largo plazo.

Otra limitación destacable de la intervención es que hay que tener en cuenta el carácter logístico y económico. La implementación de este tipo de programas requiere una infraestructura adecuada y que además se encuentre en un entorno natural, así como la participación de profesionales específicamente formados tanto en actividades al aire libre como en la atención a personas con discapacidad. Estos requisitos suponen un elevado coste en recursos humanos y materiales, lo que puede dificultar su accesibilidad y sostenibilidad para ciertos colectivos o instituciones, los cuales pueden contar con recursos más limitados.

A partir del análisis de las fortalezas y limitaciones expuestas, se propone que es necesario ampliar la investigación en torno a la terapia de aventura, mediante estudios longitudinales bien diseñados y controlados, los cuales permitan comparar sus efectos con los de las intervenciones tradicionales. Resulta especialmente relevante centrar estos estudios en

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

personas con discapacidad intelectual leve o moderada, población en la que esta modalidad de intervención muestra un alto potencial de impacto.

Asimismo, se plantea como línea de desarrollo el diseño de programas que integren ambos enfoques terapéuticos, combinando actividades tradicionales realizadas en el aula con experiencias vivenciales en entornos naturales. Esta integración podría favorecer un trabajo complementario que potencie los beneficios propios de cada modalidad.

No debe obviarse la importancia de formar adecuadamente a los profesionales encargados de implementar estas intervenciones. Su preparación específica es un factor clave tanto para garantizar la seguridad de los participantes como para asegurar la correcta aplicación del enfoque terapéutico.

Finalmente, se considera imprescindible que los instrumentos de evaluación sean estandarizados y estructurados, con el fin de establecer protocolos comunes que guíen las intervenciones, minimicen la variabilidad interpretativa y permitan una evaluación rigurosa y comparativa de los resultados.

La idoneidad de esta intervención radica en su capacidad para complementar las terapias tradicionales desde una perspectiva integral. Según los metaanálisis realizados por Bowen y Neill (2013), los efectos positivos de las terapias de aventura son moderados ( $g = 0.47$ ), destacando mejoras significativas en áreas como el autoconcepto, la autoeficacia y las habilidades sociales de los participantes. Además, se ha observado que estos beneficios tienden a mantenerse a largo plazo, aunque con una ligera disminución con el tiempo.

Uno de los aspectos más relevantes de este enfoque es su componente grupal, que favorece el desarrollo de habilidades de interacción social, así como la empatía y la cooperación, elementos esenciales para la integración social de personas con discapacidad intelectual.

No obstante, esta terapia no es fácilmente accesible para toda la población, ni de sencilla implantación. Además, presenta dificultades a la hora de generalizar los resultados, ya que estos pueden estar condicionados por variables sociales y culturales, lo que limita su aplicabilidad a contextos más amplios. A ello se suma el hecho de que, en España, la implementación de la terapia de aventura es todavía incipiente, en comparación con países anglosajones donde cuenta con mayor trayectoria. Esto implica la necesidad de destinar más

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

recursos y tiempo para su desarrollo, lo que evidencia que aún queda camino por recorrer en nuestro contexto.

Finalmente, es importante señalar que las terapias de aventura ofrecen una valiosa ocasión para el aprendizaje activo y experiencial, lo que promueve una mejor consolidación de los conocimientos y habilidades que se han obtenido y su posterior aplicación en la vida diaria de las personas con discapacidad intelectual. Las actividades sugeridas en esta intervención, como el senderismo y la tirolina, no solo favorecen el bienestar físico, sino que también crean oportunidades para la toma de decisiones, el desarrollo de la autonomía y el aprendizaje en la autorregulación emocional, todo esto en un entorno natural que actúa como un modulador positivo del estado de ánimo, contribuyendo a disminuir el estrés y la ansiedad.

A partir de lo mencionado anteriormente, se puede concluir que la terapia de aventura es una estrategia de intervención novedosa que complementa de forma eficaz las metodologías tradicionales, impulsando el desarrollo físico, emocional y social de las personas con discapacidad intelectual de leve a moderada en entornos naturales. Aunque todavía hay restricciones por la falta de estudios en esta área, es importante seguir avanzando en su investigación. Los resultados expuestos anteriormente indican un efecto relevante en el bienestar y la calidad de vida de este grupo, lo que enfatiza la importancia de establecer esta forma de terapia en el futuro, tal como se hace actualmente con las intervenciones tradicionales.

### Referencias

- American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. (2021). *Intellectual disability: Definition, classification, and systems of supports* (12th ed.). AAIDD Press.
- American Occupational Therapy Association. (2020). *Occupational therapy practice framework: Domain and process* (4th ed.). American Journal of Occupational Therapy, 74(Suppl. 2), 1–87.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Anguera, M. T., Blanco-Villaseñor, A., Losada, J. L., & Quera, V. (2018). *Observational designs: Their suitability and application in various contexts*. *Anales de Psicología*, 34(2), 530-540.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.
- Bowen, D. J., et al. (2013). *Outdoor therapy programs and their impact on behavior and interpersonal skills*. *Journal of Adventure Therapy*, 25(3), 15-25.
- Brown, L., Sherbenou, R. J., & Johnsen, S. K. (2010). *Test of Nonverbal Intelligence – Fourth Edition (TONI-4): Examiner’s manual*. Pro-Ed.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2017). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Davis-Berman, J., & Berman, D. S. (2008). *The promise of wilderness therapy*. Association for Experiential Education.
- Dillman, D. A., Smyth, J. D., & Christian, L. M. (2014). *Internet, phone, mail, and mixed-mode surveys: The tailored design method* (4th ed.). Wiley.
- Ewert, A., Mitten, D., & Overholt, J. (2014). *Adventure programming and travel for the 21st century*. Sagamore Publishing.
- Faber Taylor, A., & Kuo, F. E. (2009). *Children with attention deficits concentrate better after walk in the park*. *Journal of Attention Disorders*, 12(5), 402-409.
- Fernández-Rodríguez, C., Pérez-de-la-Cruz, S., & Salazar-Castillo, C. (2020). Efectividad de las intervenciones de terapia ocupacional en personas con discapacidad intelectual: Una revisión sistemática. *Revista de Terapia Ocupacional de la APTO*, 39(1), 10-20.

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

- Fernee, C. R., Gabrielsen, L. E., Andersen, A. J. W., & Mesel, T. (2017). *Therapy in the open air: Introducing wilderness therapy to adolescent mental health services in Scandinavia*. *Scandinavian Psychologist*, 4, e12.
- García-Gómez, M., & González-García, M. (2020). *Terapias al aire libre y su impacto en el desarrollo de habilidades sociales en personas con discapacidad intelectual: una revisión sistemática*. *Revista de Psicología y Educación*, 15(2), 123-135
- Gass, M. A., Gillis, H. L., & Russell, K. C. (2020). *Adventure Therapy: Theory, Research, and Practice* (2nd ed.). Routledge.
- GNDiario. (2023). *¿Cómo ha evolucionado el lenguaje en la discapacidad intelectual?*. Recuperado de <https://www.gndiario.com/discapacidad-intelectual-lenguaje-cambios>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Goodglass, H., Kaplan, E., & Barresi, B. (2005). *Boston: Test de diagnóstico de afasia* (versión adaptada al español). Madrid: TEA Ediciones.
- Guzmán-Muñoz, F., & Rodríguez-Martínez, M. (2018). El papel de la música y las artes plásticas en la rehabilitación cognitiva y emocional de personas con discapacidad intelectual. *Revista Iberoamericana de Educación*, 77(1).
- Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50-55.
- Harrison, P. L., & Oakland, T. (2003). *Adaptive behavior assessment system – Second edition (ABAS-II)*. The Psychological Corporation.
- Kals, E., & Müller, M. M. (2012). Emotions and environment. In S. D. Clayton (Ed.), *Oxford library of psychology. The Oxford handbook of environmental and conservation psychology* (pp. 128–147). Oxford University Press.
- Kals, E., Schumacher, D., & Montada, L. (1999). Emotional affinity toward nature as a motivational basis to protect nature. *Environment and Behavior*, 31(2), 178–202.
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: A psychological perspective*. Cambridge University Press.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

- Kellert, S. R. (2005). *Building for life: Designing and understanding the human-nature connection*. Washington, DC: Island Press.
- Lawton, M. P., & Brody, E. M. (1969). Assessment of older people: Self-maintaining and instrumental activities of daily living. *The Gerontologist*, 9(3), 179-186.
- Mahoney, F. I., & Barthel, D. W. (1965). Functional evaluation: The Barthel index. *Maryland State Medical Journal*, 14, 61-65.
- Organización Mundial de la Salud. (2001). *Clasificación internacional del funcionamiento, de la discapacidad y de la salud (CIF)*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2011). *Informe mundial sobre la discapacidad*. Ginebra: OMS.
- Panadero, E. (2017). *A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research*. *Frontiers in Psychology*, 8, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Priest, S., & Gass, M. A. (2005). *Effective leadership in adventure programming*. Human Kinetics.
- Rojas, M. (2018). *Intervención psicosocial en grupos: Teoría y práctica*. Ediciones Pirámide.
- Rose, K. (2012a). *Adventure therapy: A therapeutic approach*. In P. Barnes (Ed.), *Outdoor education: Theory and practice* (pp. 123-145). Sage Publications.
- Ruiz de Cortázar, V., & Lucas, J. (2021). *Terapia a través de la aventura para jóvenes con síndrome de Asperger*. *Revista de Psicopatología y Salud Mental del Niño y del Adolescente*, 36, 35-42.
- Sánchez, J. (2020). *Terapias de aventura: Un enfoque práctico*. Editorial Médica Panamericana.
- Schalock, R. L., Luckasson, R. A., & Shogren, K. A. (2007). *The renaming of mental retardation: Understanding the change to the term intellectual disability*. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 45(2), 116-124.
- Schalock, R. L., & Luckasson, R. (2013). *What's at Stake in the Lives of People With Intellectual Disability? Part II: Recommendations for Naming, Defining, Diagnosing, Classifying, and Planning Supports*. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 51(2), 94-101.

- Sparrow, S. S., Cicchetti, D. V., & Saulnier, C. A. (2021). *Vineland-3: Escalas de comportamiento adaptativo. Manual técnico y de aplicación* (adaptación española). Madrid: TEA Ediciones.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Consulting Psychologists Press.
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230.
- Verdugo, M. A., Arias, B., Gómez, L. E., & Schalock, R. L. (2013). *Escala INICO-FEAPS de calidad de vida para personas con discapacidad intelectual y del desarrollo*. Instituto Universitario de Integración en la Comunidad (INICO).
- Ward Thompson, C. (2011). Linking landscape and health: The recurring theme. *Landscape and Urban Planning*, 99(3–4), 187–195.
- Ward Thompson, C., Roe, J., Aspinall, P., Mitchell, R., Clow, A., & Miller, D. (2012). More green space is linked to less stress in deprived communities: Evidence from salivary cortisol patterns. *Landscape and Urban Planning*, 105(3), 221–229. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2011.12.015>

## Apéndices

### (Apéndice A) Descripción del Centro Donde se Realizará la Intervención:

La intervención se hará en el campamento “El Garañón”, este complejo está en la isla de Gran Canaria, en el municipio de Tejeda en el entorno natural llamado Los Llanos de la Pez. Estas instalaciones fueron construidas por el Instituto Insular de Deportes del Cabildo de Gran Canaria, desde 1997 está gestionado por la empresa Vivac Aventura S.L., la cual organiza actividades para grupos y campamentos de verano, está situado a una altitud de 1.700 metros, su infraestructura se integra dentro del ambiente paisajístico, ya que posee edificaciones de madera y piedra, se encuentra rodeado por pinos canarios y ofrece vistas al Roque Nublo y al Roque Bentayga, que son dos monumentos naturales de la isla.

#### **Infraestructuras y Equipamientos del Recinto:**

Este campamento posee las siguientes instalaciones:

**Cabañas de Madera:** Tiene construidas 23 cabañas de madera, con mobiliario interno para alojar a 6 personas cada una ya que dispone de 3 literas por cabaña. Lo que supone, una capacidad de alojamiento máxima de 150 personas. Además, tiene tres habitaciones adicionales para los responsables de los grupos que se alojen. Las cabañas garantizan, debido a su diseño un ambiente acogedor y seguro.

**Comedor y Cocina:** posee un edificio central que dispone de un amplio comedor , equipado con el suficiente mobiliario (mesas y sillas) para asumir a todos los huéspedes. La cocina está dotada de instalación suficiente para realizar la preparación de comidas para grupos amplios. Se solicita información, a todos los usuarios sobre necesidades alimenticias especiales para asegurar una alimentación adecuada y sin peligros para todos.

**Salas Multiusos y Aulas de Reunión:** cuenta también con amplias aulas independientes para trabajo o formación, además, de una sala polivalente adaptable a diversas actividades tanto grupales de talleres o reuniones. Estas aulas contribuyen al desarrollo de las actividades o dinámicas cuando las condiciones climáticas son adversas.

**Piscina:** dispone de una piscina al aire libre, rodeada de un amplio espacio de naturaleza, y cuenta con las medidas de seguridad requeridas, tales como, una valla perimetral y socorrista en los meses del verano. Durante el invierno, debido a las condiciones meteorológicas se encuentra cerrada.

Su uso está destinado tanto a actividades recreativas como terapéuticas.

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Canchas Polideportivas:** en estas zonas, se pueden practicar deportes como el baloncesto, fútbol sala y voleibol. Lo que contribuye para fomentar el ejercicio físico así como el trabajo en equipo.

**Gimnasio:** equipado con la maquinaria necesaria para la realización de diversas actividades físicas y capaz de adaptarse a las necesidades que presenten los usuarios. Ofrece un espacio alternativo para la realización de ejercicio.

**Circuito de Cuerdas y Tirolinas:** específico para actividades de aventura, incluye puentes colgantes, tirolinas y escalada. Las instalaciones son adaptables a las capacidades de los participantes, alentando la superación personal y el trabajo en equipo.

**Senderos y Rutas Naturales:** Presenta el entorno, varios senderos naturales para la exploración segura de la flora y fauna local. Suelen realizarse para caminatas terapéuticas, actividades relacionadas con el mindfulness, mejorando la conexión con el entorno natural.

**Área de Fogata:** es un espacio destinado a las reuniones nocturnas, cuenta con bancos, y un gran espacio central para hacer una hoguera, se suele utilizar para actividades de grupales y de mejora de habilidades sociales, puesto que en la mayoría de los casos se utiliza para la narración de historias.

### ***Personal y Servicios que ofrece***

El campamento “El Garañón” dispone además de:

**Monitores y Personal de Apoyo:** tiene dos monitores que se encargan de la organización y supervisión de las actividades, garantizando la seguridad de los usuarios. Todos ellos tienen formación en primeros auxilios, y en la gestión de actividades al aire libre, siendo capaces de adaptarlas a las necesidades especiales de cada grupo.

**Socorrista:** Se dispone de un socorrista durante el período de apertura de la piscina.

**Personal de cocina:** se compone por un cocinero y un pinche de cocina. Realizan un menú general diario, con capacidad para crear menús alternativos, si se presentan intolerancias o alergias. También pueden texturizar las comidas si los huéspedes lo necesitan. Todos los usuarios pueden elegir entre dos opciones de primer plato y de segundo, además se proporciona postre que normalmente suele estar compuesto por un yogurt o una fruta.

### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Servicios, Baños y Aseos:** Posee instalaciones sanitarias con duchas de agua caliente, lavabos y aseos adaptados a personas con discapacidad, el equipo de limpieza se encarga de su correcta higiene. Hay diferenciación entre los aseos, baños y lavabos por sexo, y todos cuentan con las mismas infraestructuras. Todas estas instalaciones se encuentran iluminadas durante todo el día, para facilitar su uso.

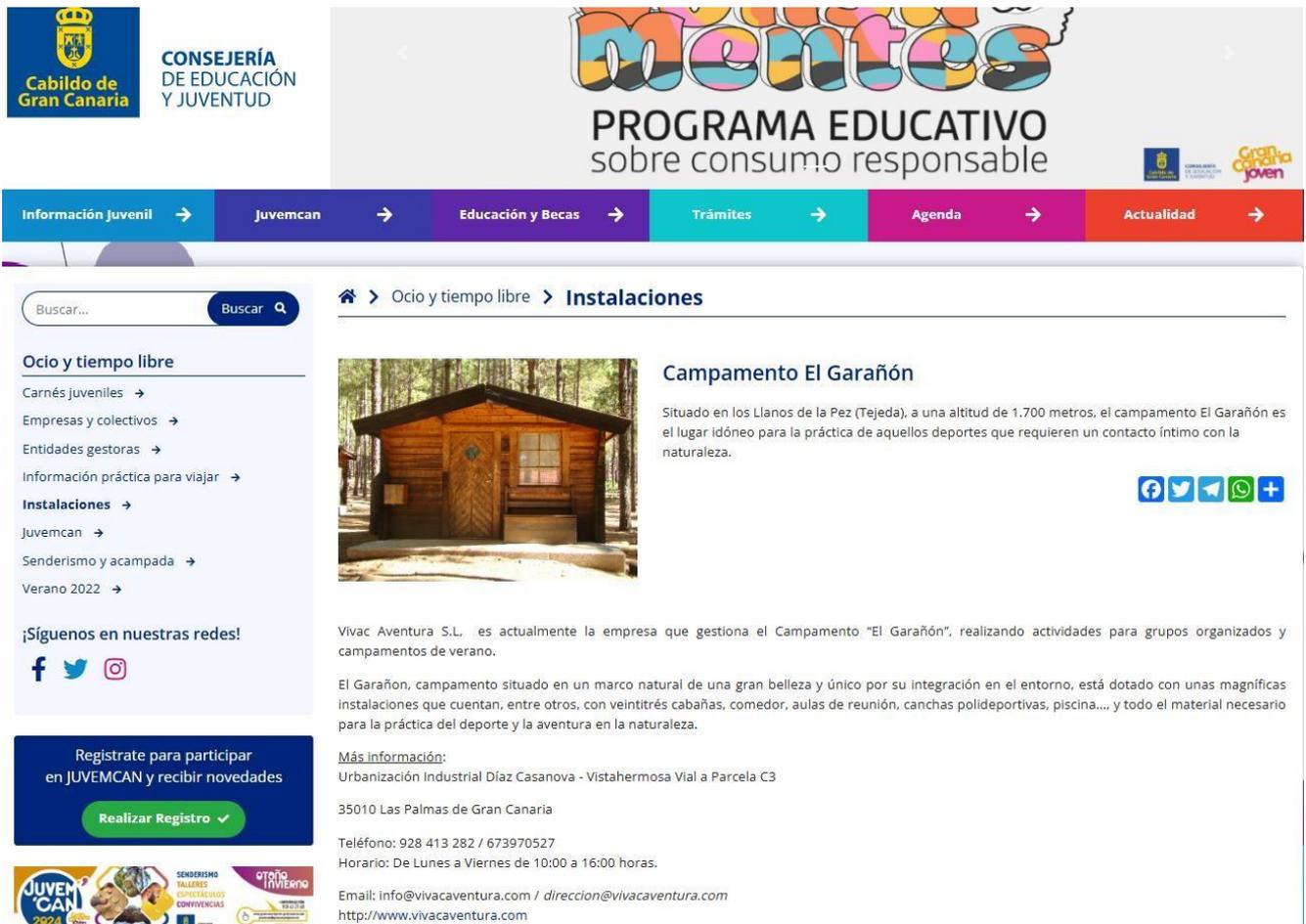
**Agua Potable:** dispone de una fuente de agua potable al lado de la cocina.

**Dispensadores de Comida:** hay varias máquinas expendedoras de comida del tipo snack (chocolatinas, papas, zumos, refrescos, agua embotellada, café, té y chocolate)

**Centro de Salud:** si se produjera una emergencia médica, el centro cuenta con un centro de salud a 12 kilómetros.

**Actividades y Programas:** oferta actividades destinadas a interactuar con el entorno natural y las instalaciones disponibles. Las actividades más demandadas son: senderismo, bicicleta de montaña, orientación, tiro con arco, juegos cooperativos, talleres educativos y veladas nocturnas. Todas ellas destinadas a diferentes grupos de edad y se adaptan, además, a las capacidades de los usuarios para mejorar la convivencia, aprendizaje y disfrute de las sesiones.

**Otras Consideraciones:** El campamento posee protocolos de seguridad e higiene, para asegurar un entorno saludable y seguro para el desarrollo de las actividades, según la normativa vigente del Cabildo Insular de Gran Canaria.

**(Apéndice B) Información del Campamento “El Garañón”<sup>1</sup>**


The screenshot shows the website 'mentes' with the following content:

- Header:** Cabildo de Gran Canaria, CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y JUVENTUD, PROGRAMA EDUCATIVO sobre consumo responsable.
- Navigation:** Información Juvenil, Juvemcan, Educación y Becas, Trámites, Agenda, Actualidad.
- Search:** Buscar...
- Menu:** Ocio y tiempo libre, Carnés juveniles, Empresas y colectivos, Entidades gestoras, Información práctica para viajar, Instalaciones, Juvemcan, Senderismo y acampada, Verano 2022.
- Social Media:** ¡Síguenos en nuestras redes! (Facebook, Twitter, Instagram).
- Registration:** Regístrate para participar en JUEMCAN y recibir novedades. Realizar Registro.
- Footer:** JUEMCAN 2024, TALLERES CONVENCIONALES, OTAÑO INVIERNO.

**Instalaciones**

**Campamento El Garañón**

Situado en los Llanos de la Pez (Tejeda), a una altitud de 1.700 metros, el campamento El Garañón es el lugar idóneo para la práctica de aquellos deportes que requieren un contacto íntimo con la naturaleza.

Vivac Aventura S.L. es actualmente la empresa que gestiona el Campamento “El Garañón”, realizando actividades para grupos organizados y campamentos de verano.

El Garañón, campamento situado en un marco natural de una gran belleza y único por su integración en el entorno, está dotado con unas magníficas instalaciones que cuentan, entre otros, con veintitrés cabañas, comedor, aulas de reunión, canchas polideportivas, piscina... y todo el material necesario para la práctica del deporte y la aventura en la naturaleza.

**Más información:**  
 Urbanización Industrial Díaz Casanova - Vistahermosa Vial a Parcela C3  
 35010 Las Palmas de Gran Canaria  
 Teléfono: 928 413 282 / 673970527  
 Horario: De Lunes a Viernes de 10:00 a 16:00 horas.  
 Email: info@vivacaventura.com / direccion@vivacaventura.com  
 http://www.vivacaventura.com

<sup>1</sup> Extraído de la página web del Cabildo de Gran Canaria y web [www.vivacaventura.com](http://www.vivacaventura.com)

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**(Apendice C) Listado de precios del campamento “El Garañón”<sup>1</sup>****LISTADO DE PRECIOS PARA COMUNIDADES EDUCATIVAS**

SÓLO ALOJAMIENTO	ALOJAMIENTO CON PENSIÓN COMPLETA	ALOJAMIENTO CON MEDIA PENSIÓN	COMIDA (ALMUERZO, CENA O PICNIC)	DESAYUNO O MERIENDA
9,78€	27,41€	20,12€	7,30€	3,00€

ACTIVIDAD	CONDICIONES	PRECIOS GRUPO	DURACIÓN
ESCALADA	Hasta 20 plazas	97,92€ (x2 a partir de la plaza 21)	3 horas*
RAPEL	Hasta 20 plazas	97,92€ (x2 a partir de la plaza 21)	3 horas*
BICICLETA DE MONTAÑA	Hasta 15 plazas	124,03€ (x2 a partir de la plaza 16)	1h 30 min
TIRO CON ARCO	Hasta 20 plazas	71,81€ (x2 a partir de la plaza 21)	1h 30 min
ORIENTACIÓN	Hasta 25 plazas	84,85€ (x2 a partir de la plaza 26)	1h 30 min
PISCINA	Hasta 30 plazas (sólo meses de verano)	84,85€ (x2 a partir de la plaza 31)	3 horas
TALLERES	Hasta 20 plazas	84,85€ (x2 a partir de la plaza 21)	1h 30 min
TALLER DE TINTE DE CAMISETAS	Hasta 20 plazas (incluye camisetas)	124,03€ (x2 a partir de la plaza 21)	1h 30 min
JUEGOS TRADICIONALES	Hasta 20 plazas	71,81€ (x2 a partir de la plaza 21)	1h 30 min
JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS	Hasta 20 plazas	71,81€ (x2 a partir de la plaza 21)	1h 30 min
ASTRONOMÍA	Hasta 20 plazas	128,12€ (x2 a partir de la plaza 21)	2 horas
SENDERISMO GUIADO	Hasta 25 plazas	84,85€ (x2 a partir de la plaza 26)	3 horas
EXCURSIÓN NOCTURNA	Hasta 25 plazas	84,85€ (x2 a partir de la plaza 26)	1h 30 min
VELADA NOCTURNA	Hasta 25 plazas	84,85€ (x2 a partir de la plaza 26)	1h 30 min

<sup>1</sup> Extraído de la web [www.vivacaventura.com](http://www.vivacaventura.com)

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**(Apéndice D)****CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN LA INTERVENCIÓN DE TERAPIA DE AVENTURA**

**Título del Proyecto:** Intervención de Terapia de Aventura para Personas con Discapacidad Intelectual Leve o Moderada

**Lugar de Realización:** Campamento “El Garañón”, Gran Canaria.

**Duración:** 5 días (incluyendo actividades matutinas y vespertinas)

**1. Información General del Proyecto**

Le agradecemos que haya querido participar en esta intervención de terapia de aventura, cuyo principal objetivo es potenciar el bienestar físico, emocional y social de aquellas personas con discapacidad intelectual leve o moderada, mediante la realización de actividades, las cuales serán adaptadas a las capacidades de cada usuario y realizadas en un entorno natural. Durante el programa, los participantes realizarán diversas actividades como son senderismo, tirolinas, deportes adaptados y talleres grupales, todas ellas serán supervisadas por un equipo profesional compuesto por psicólogos especializados y monitores cualificados.

Esta intervención ha sido diseñada para complementar las terapias realizadas en los centros, ofreciendo una experiencia enriquecedora que fomenta la autoestima, la autonomía y las habilidades sociales en un ambiente inclusivo y seguro.

**2. Objetivos de la Intervención**

- Mejorar la salud física mediante actividades al aire libre adaptadas.
- Potenciar la autoestima y la autonomía personal mediante la superación de retos.
- Fomentar la integración social y las habilidades de comunicación y colaboración.
- Reducir los niveles de ansiedad y estrés de los usuarios a través del contacto con la naturaleza.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

### 3. Procedimiento y Actividades

La intervención se desarrollará a lo largo de cinco días, durante los cuales se realizarán las siguientes actividades:

- **Día 1:** Adaptación al entorno y presentación del grupo.
- **Día 2:** Actividades grupales para fomentar la cooperación y la confianza.
- **Día 3:** Desarrollo físico y emocional mediante retos adaptados.
- **Día 4:** Reforzamiento del vínculo grupal y consolidación de aprendizajes.
- **Día 5:** Reflexión final y despedida, destacando los logros alcanzados.

Cada actividad se adaptará a las capacidades individuales de los participantes, garantizando su seguridad y bienestar en todo momento.

### 4. Posibles Riesgos y Medidas de Seguridad

Si bien las actividades han sido diseñadas para minimizar cualquier riesgo, es posible que se presenten situaciones como fatiga, ansiedad ante los retos o dificultades físicas puntuales. Para mitigar estos riesgos, se aplicarán las siguientes medidas de seguridad:

- Supervisión continua por parte de los psicólogos.
- Uso obligatorio de equipos de seguridad homologados (cascos, arneses, etc.).
- Adaptación de las actividades según las capacidades y preferencias de cada participante.
- Disponibilidad de primeros auxilios y acceso rápido al centro de salud más cercano si fuera necesario.

Los participantes podrán abandonar cualquier actividad si así lo desean, sin que esto afecte a su participación en el resto de actividades del programa.

### 5. Beneficios Esperados

La participación en este programa puede aportar los siguientes beneficios:

#### **Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

- Aumento de la autoestima y la autoconfianza.
- Mejora de las relaciones sociales y la capacidad de trabajo en equipo.
- Reducción del estrés y la ansiedad mediante el contacto con la naturaleza.
- Fortalecimiento de la autonomía y las habilidades de afrontamiento ante nuevos retos.

## **6. Confidencialidad y Protección de Datos**

Los datos personales y la información recopilada durante la intervención serán tratados de forma confidencial y conforme a la normativa vigente en materia de protección de datos (Reglamento General de Protección de Datos - RGPD y Ley Orgánica de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos Digitales - LOPDGDD).

Los resultados obtenidos a través de las evaluaciones (pre y post intervención) se utilizarán, únicamente, con fines profesionales y de investigación, garantizando el anonimato de los participantes en todo momento.

## **7. Voluntariedad de la Participación**

La participación en esta intervención es completamente voluntaria. Los participantes tienen derecho a retirarse de cualquier actividad o del programa en cualquier momento, sin que esto implique ninguna consecuencia negativa. En el caso de menores de edad o personas bajo tutela, será necesario el consentimiento de sus padres o tutores legales.

## **8. Declaración de Consentimiento**

**Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada en este documento y que he tenido la oportunidad de realizar preguntas sobre la intervención. Entiendo los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios de la participación, así como el tratamiento confidencial de los datos personales. Acepto participar de forma voluntaria en este programa de terapia de aventura y autorizo la realización de las actividades descritas.**

**Nombre del Participante:** \_\_\_\_\_

**Firma del Participante:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**En caso de ser menor de edad o estar bajo tutela:**

**Nombre del Tutor Legal:** \_\_\_\_\_

**Firma del Tutor Legal:** \_\_\_\_\_

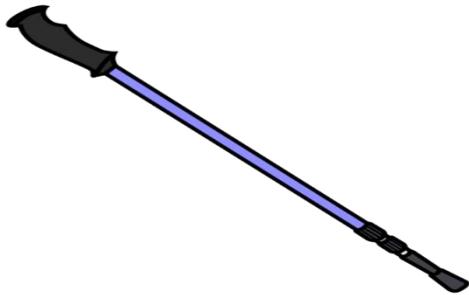
**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Firma del Profesional Responsable:** \_\_\_\_\_

**Nombre del Profesional Responsable:** \_\_\_\_\_

**Cargo:** Psicólogo

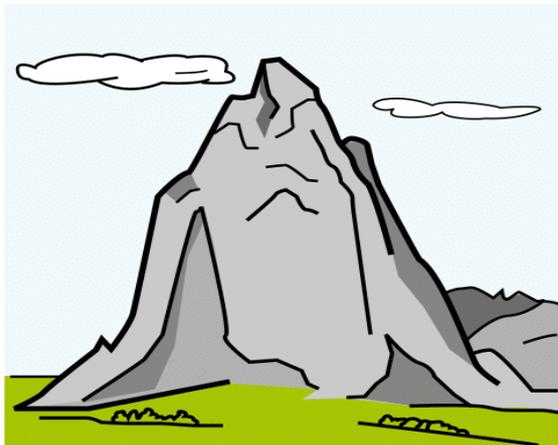
(Apéndice E) Pictogramas extraídos de ARASAAC



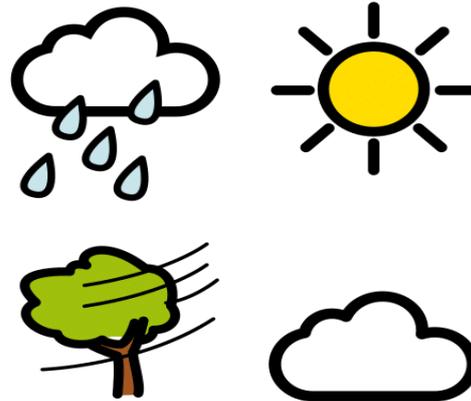
Senderismo



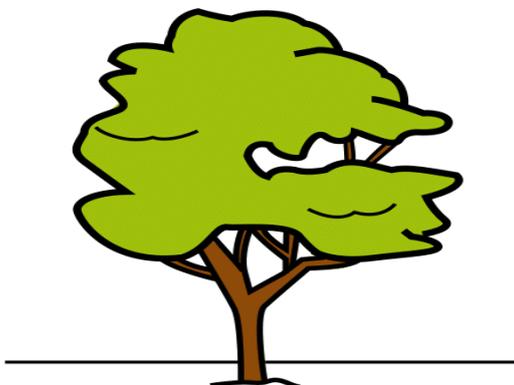
Hoguera



Montañas



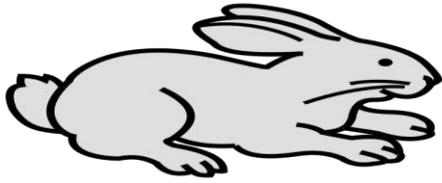
Tiempo



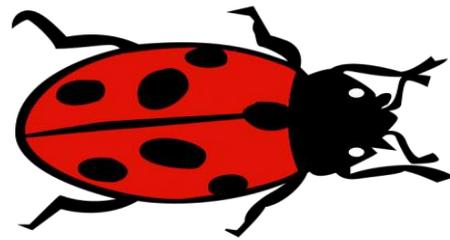
Árbol



Flores



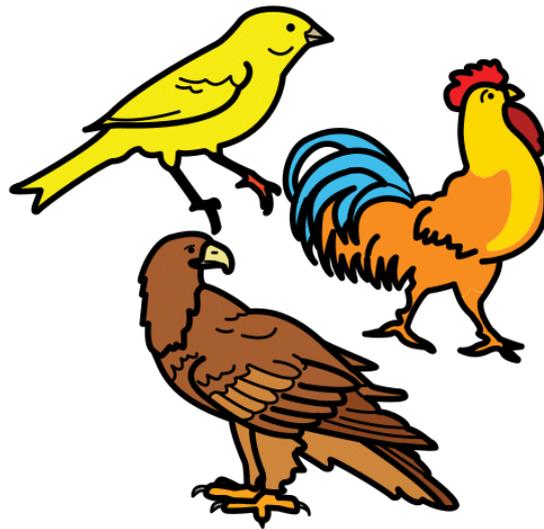
Conejo



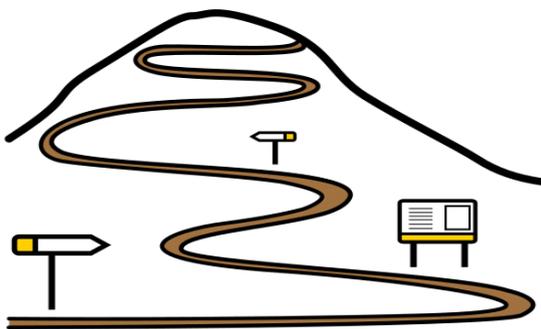
Mariquita



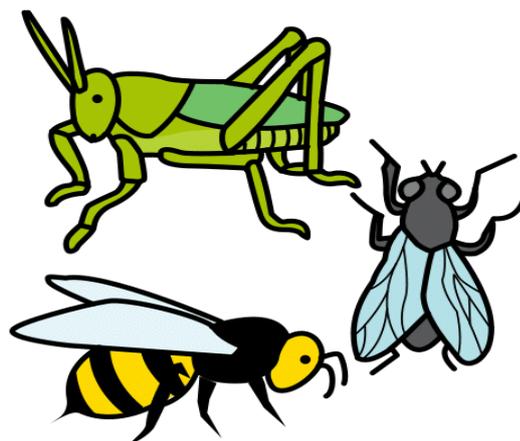
Ratón



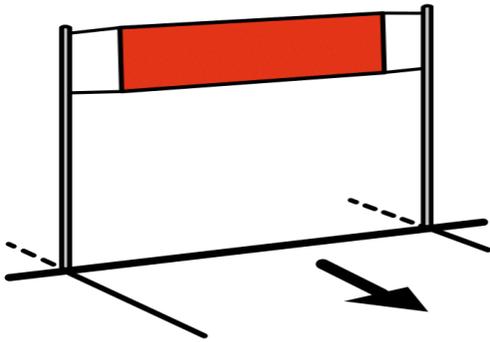
Aves



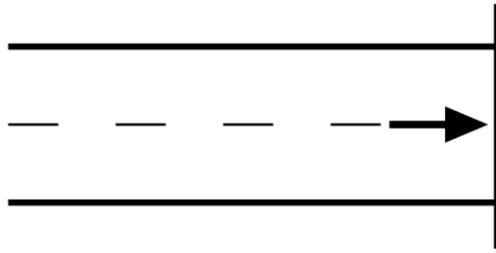
Sendero



Insectos



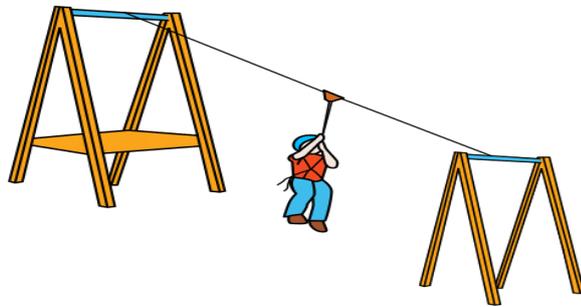
Salida



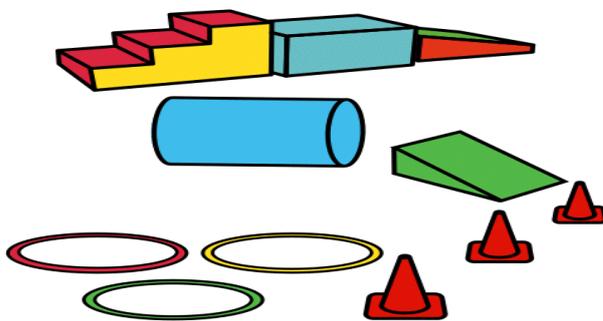
Llegada



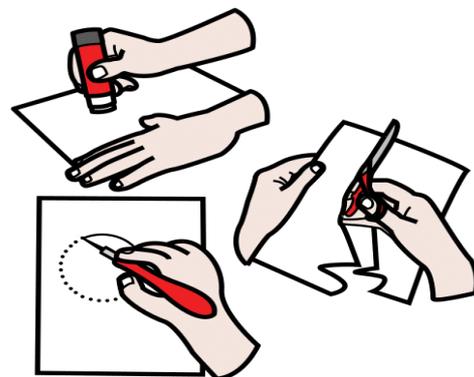
Deportes



Tirolina



Circuito



Manualidades

**(Apéndice F) Hoja de presupuestos del material e instrumentos requeridos**

<b>Materiales</b>	<b>Importe</b>
Pictogramas sobre flora y fauna	<b>20 €</b>
Señalización para actividades	<b>20€</b>
Mapas del campamento y entorno	<b>Gratuitos en el campamento</b>
Pinturas no tóxicas para manualidades	<b>2.5€ cada bote</b>
Folios (paquete de 100 unidades)	<b>3.5€</b>
Pegamento	<b>2 € cada bote</b>
Cascos	<b>30€ cada unidad</b>
Arneses	<b>35€ cada unidad</b>
Pelotas de goma ligeras	<b>5€ cada unidad</b>
Cuerdas	<b>5 € cada unidad</b>
Lote de Conos 40 unidades	<b>15 €</b>

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**(Apendice G)**

**Diario de Emociones – Método RULER**

Este diario te ayudará a reconocer cómo te sientes cada día durante las actividades del campamento. Puedes usar palabras, dibujos o pictogramas. Marca la emoción, cómo de fuerte fue y qué te ayudó a sentirte mejor.

Día \_\_\_\_\_

**Mañana**

<b>Emoción (elige una):</b>	 Miedo  Enfado  Tristeza  Alegría
Intensidad (1-5):	Marca con una X o dibuja caritas
Actividad o situación:	
¿Qué causó esta emoción?	
¿Cómo reaccioné?	
¿Qué me ayudó a sentirme mejor?	

**Tarde**

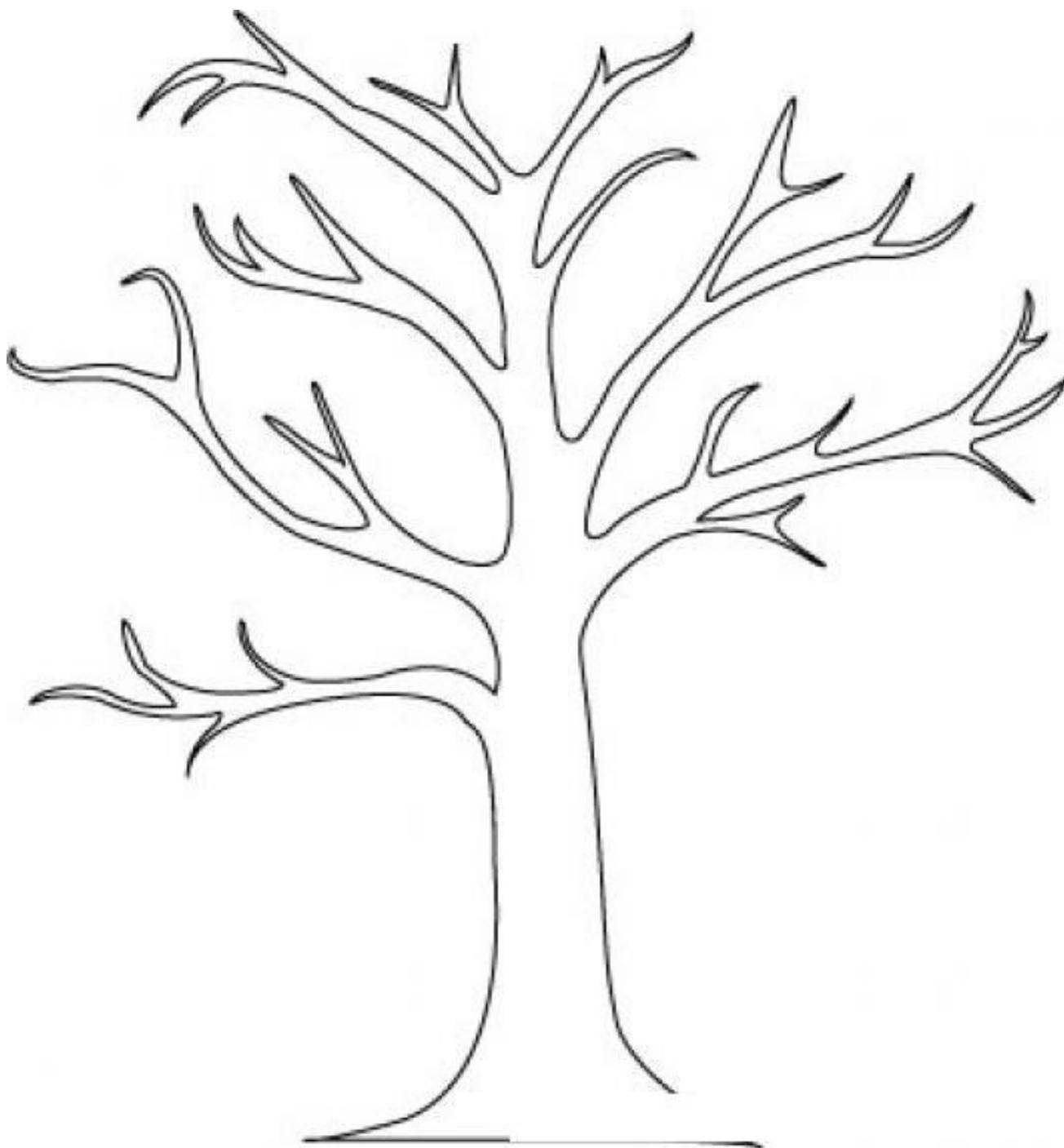
<b>Emoción (elige una):</b>	 Miedo  Enfado  Tristeza  Alegría
Intensidad (1-5):	Marca con una X o dibuja caritas
Actividad o situación:	
¿Qué causó esta emoción?	
¿Cómo reaccioné?	
¿Qué me ayudó a sentirme mejor?	

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**(Apéndice H) Actividad:** Póster del Árbol de los logros (Impresa la imagen en tamaño póster)



**(Apéndice I) Actividad:** Póster del Árbol de los logros (hoja para escribir los logros personales)



(Apéndice J)

Tabla 5

Cuestionario de satisfacción

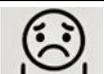
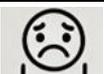
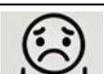
Nombre de la actividad	Nada 1	Muy poco 2	Necesite algo de ayuda 3	Si la mayor parte 4	Bastante 5
					
¿Entendiste la actividad?					
¿La actividad se desarrolló según lo que esperabas?					
¿Se la recomendarías a un amigo?					

Tabla 6

Cuestionario de autoevaluación

Actividad	
Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad 	
Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez. 	
Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.	

Campus de la Orotava

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Tabla 7**  
*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Tabla 8**  
*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Tabla 9**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Tabla 10**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Tabla 11**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</p> 	
<p>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</p> 	
<p>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</p>	

**Tabla 12**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</p> 	
<p>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</p> 	
<p>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</p>	

**Tabla 13**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Tabla 14**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Tabla 15**

*Cuestionario de autoevaluación*

<p><b>Actividad</b></p>	
<p><b>Nombra los conocimientos que aprendiste mediante la realización de la actividad</b></p> 	
<p><b>Qué aspectos tuyos tienes que mejorar para realizarla una próxima vez.</b></p> 	
<p><b>Indica tu participación redondeando la imagen que corresponda, mucho, nada, adecuada.</b></p>	

**Tabla 16**

*Observaciones Estructuradas de los Monitores y Psicólogo Especialista en Terapia de Aventuras*

<p><b>Nombre de la actividad</b></p>	
<p><b>Nivel de participación de los usuarios</b></p>	
<p><b>Tipo de relaciones establecidas durante el desarrollo de la actividad entre los usuarios y los monitores</b></p>	
<p><b>Organización del tiempo durante la actividad</b></p>	
<p><b>Técnicas utilizadas para conseguir mantener el interés y reducir la fatiga de los usuarios.</b></p>	
<p><b>Aportaciones relevantes del desarrollo de la actividad.</b></p>	

**(Apéndice K)****Actividad: Creación de Mandalas Naturales sobre Piedras****Objetivo:**

Estimular la creatividad y la coordinación visomotriz de los participantes mediante la decoración de mandalas sobre piedras.

**Objetivos Específicos:**

Trabajar la motricidad fina y la precisión del trazo.

Favorecer el desarrollo de la atención sostenida

Potenciar la expresión artística y emocional en un entorno natural.

**Descripción de la Actividad:**

Los participantes realizarán una actividad artística utilizando diferentes piedras planas, las cuales habrán sido recogidas por ellos mismos y serán usadas como “lienzo” para pintar mandalas con pinturas de témpera. La tarea se desarrollará en un espacio al aire libre, preferiblemente bajo sombra (como bajo un pinar o zona con árboles), y seguirá los siguientes pasos:

**Selección del material:** cada participante elegirá de 1 ó 2 piedras que le gusten por su forma o textura. Los monitores apoyarán a los participantes en la selección garantizando que sean piedras de superficie lisa y de tamaño adecuado.

**Exposición de modelos:** Se mostrarán ejemplos visuales impresos y con pictogramas.

**Trazado del mandala:** Se explicará que los mandalas son dibujos circulares que ayudan a relajarse y concentrarse. Para facilitar su realización se usarán plantillas circulares (tapones de plásticos, aros, cartulinas con círculos recortados) para delimitar diferentes zonas en la piedra. Los monitores ayudarán pudiendo marcar líneas radiales con lápiz blanco o tiza para guiar la simetría.

**Pintura del mandala:** Se utilizarán pinceles de distintos grosores, de mango grueso para mayor agarre. Se aplicarán pinturas témperas no tóxicas con una paleta variada de colores. Se incentivará el uso de puntos, líneas y curvas repetitivas.

**Secado y exposición:** Las piedras se colocarán sobre bandejas con nombres en para secar al sol y se reservarán para su exhibición en la fiesta de cierre del campamento.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**Adaptaciones para Discapacidad Intelectual:**

Uso de pictogramas y ejemplos visuales grandes que muestren paso a paso la creación del mandala.

Instrucciones sencillas, repetidas de forma clara y pausada

Pinceles gruesos y fáciles de sostener, posibilidad de usar pinceles con mango ergonómico.

Refuerzos positivos verbales y no verbales constantes. Validación de la creatividad personal, sin juzgar simetría o calidad estética.

Zona de trabajo con mesas bajas, asientos cómodos, sombra adecuada

**Materiales Necesarios:**

Pinturas témpera no tóxicas de diferentes colores

Pinceles de diferentes grosores con mangos ergonómicos.

Bandejas individuales para cada participante con los colores limitados.

Vasos con agua para lavar pinceles.

Trapos húmedos o toallitas para limpieza de manos.

Camisetas viejas para proteger la ropa.

Piedras planas seleccionadas del entorno

Plantillas de cartulina con círculos, aros plásticos, tapones,....

**Materiales de apoyo:**

Pictogramas de pasos.

Ejemplos impresos de mandalas simples.

Mesas de trabajo

Etiquetas con nombres (en texto y pictograma) para marcar las obras.

**Personal Requerido:**

Un psicólogo/a

2 monitores de apoyo con experiencia en discapacidad intelectual.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

**(Apéndice L)****Exploración del Entorno: ¿Qué veo y qué me hace sentir?****Objetivos:**

Estimular la observación activa del entorno natural.

Fomentar la expresión verbal a través de descripciones sencillas.

Desarrollar la conciencia del entorno, la atención plena (mindfulness) y la conexión emocional con la naturaleza.

**Descripción de la Tarea:**

Durante el recorrido de senderismo realizados por los diferentes caminos en los alrededores del campamento *El Garañón*, se organizarán varias paradas para la observación en puntos naturales destacados (ej. miradores, árboles singulares,...).

En cada parada, los participantes serán guiados para observar los alrededores de los lugares y luego describir lo que ven, oyen, huelen o sienten. Se utilizarán pictogramas, tarjetas sensoriales y tableros visuales para facilitar la expresión, adaptándose a cada nivel de comprensión y comunicación.

**Dinámica sugerida:**

En cada parada se hacen varias preguntas, que puede ser de “guía” para que realicen una descripción verbal:

¿Qué colores ves?

¿Qué escuchas? ¿Hay pájaros?

¿Hace sol? ¿Sientes el viento?

¿Qué olor hay? ¿A pino, tierra, flores?

¿Cómo te sientes en este lugar?

Se ofrecerá igualmente la posibilidad de: Describir verbalmente.

**Adaptaciones**

Preguntas muy simples, apoyadas con imágenes y lenguaje corporal.

Opción de responder verbalmente, con gestos, señalando pictogramas o tarjetas sensoriales.

**Campus de la Orotava**

Calle Inocencio García, 1 (38300) La Orotava

[www.universidadeuropea.com](http://www.universidadeuropea.com)

Paradas breves y dinámicas. Se validan respuestas espontáneas y se ofrece guía visual constante.

**Materiales Necesarios:**

Tarjetas pictográficas con elementos de la naturaleza: árboles, flores, cielo, nubes, pájaros, piedras, etc.

Cantimploras con agua

**Personal Requerido:**

1 Psicólogo

2 monitores con formación en observación, apoyo emocional y naturaleza.

**Medidas de Seguridad:**

Ruta previamente reconocida y segura, con suelo firme y sin pendientes pronunciadas.

Acompañamiento continuo por ratios 1 monitor cada 4 participantes.

Hidratación regular (se llevarán cantimploras) y uso de ropa adecuada.

Supervisión emocional para detectar signos de fatiga, aburrimiento o ansiedad.