

ASOCIACIÓN "MÉS QUE SURF"

*més*  
  
*que surf*

PROYECTO DE SURF TERAPÉUTICO

SITGES | BARCELONA



El surf, el entorno, los beneficios del mar y el vinculo con el m3nitor como terapia alternativa en ni3os con autismo (TEA)

Adri3n Esteve

1.	INTRODUCCIÓN.....	3
2.	LA ASOCIACIÓN “MÉS QUE SURF” .....	5
3.	NACIMIENTO DEL PROYECTO .....	6
4.	PROGRAMA “MÉS QUE SURF” .....	7
4.1.	OBJETIVOS.....	7
	Objetivo general.....	7
	Objetivos específicos.....	7
4.2.	PARTICIPANTES .....	7
	Profesionales.....	7
	Usuarios .....	7
4.3.	TEMPORALIZACIÓN Y UBICACIÓN .....	8
4.4.	FASES DEL PROYECTO.....	8
	Bloque 1: Aproximación al medio, grupo, y deporte. ....	10
	Bloque 2: Habilidades sociales y comunicativas.....	12
	BLOQUE 3: Educación emocional, autoestima y auto-competencia. ....	13
4.5.	METODOLOGÍA.....	14
	FASE DE EVALUACIÓN .....	14
5.	TERCERA TEMPORADA   PRIMAVERA 2018 .....	16
5.1.	COLABORACIÓN   HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS.....	16
5.2.	DONACIONES Y FINANCIACIÓN .....	16
5.3.	DOCUMENTAL.....	17
6.	COMUNICACIÓN   ARTÍCULOS Y NOTICIAS ENTORNO AL PROYECTO.....	18
6.1.	PRENSA ESCRITA/ONLINE.....	18
6.2.	RADIO Y TELEVISIÓN .....	19
7.	ENLACES E INFORMACIÓN DISPONIBLE .....	20
7.1.	PREMIOS.....	20
7.2.	COLABORADORES .....	20

## 1. INTRODUCCIÓN

“MÉS QUE SURF” asociación presenta a continuación un proyecto fundamentado en la práctica del surf, el entorno, los beneficios del mar, el grupo, y el vínculo con el monitor como terapia alternativa para vehicular un cambio positivo en niños con TEA y otros trastornos del desarrollo.

En los últimos años hemos asistido a un auge en el diagnóstico de trastornos del espectro autista (en adelante TEA). Según el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) se notificó que entre 2002 y 2012 hubo un incremento del 78% en el diagnóstico de TEA en niños de 8 años, pasando de 1 caso por 150 niños en 2002 a 1 caso por 88 niños en 2012. Actualmente según las estadísticas de las que disponemos se calcula que hay un caso de TEA por cada 100 nacimientos en Europa (Autism-Europe aisbl 2015).

De este modo, la prevalencia de TEA sigue siendo muy alta y las terapias en autismo (TEACH, ABA, DENVER, etc.) son costosas para las familias y de muy larga duración. Se calcula que una familia puede gastar alrededor de 200 euros al mes si su hijo va 1 hora por semana a terapia o de unos 1800 a 3000 euros al mes si va cada día a un centro especializado.

Dada esta situación, y la imposibilidad de muchas familias de hacer frente a estos gastos y la necesidad de los afectados de recibir tratamiento psicológico complementario a las terapias habituales se decide crear la asociación “MÉS QUE SURF” para dar estructura al presente proyecto de surf terapéutico.

La idea surgió al complementar la praxis personal en dos mundos aparentemente distintos: el surf y la psicología. Las terapias en TEA en centros psicológicos están restringidas/circunscritas a un espacio artificial/poco generalizable y método de excesiva rigidez profesional, mientras que el surf aporta la frescura que le falta al espacio pero a su vez carecía de los recursos profesionales.

De esta forma, el proyecto aspira establecer complementariedad interdisciplinaria entre la terapia ocupacional y la terapia clínica, mejorando/aumentando el potencial de desarrollo de las personas con TEA.

Así se inició una investigación en los beneficios que podía tener la práctica de surf terapéutico como alternativa complementaria en TEA. En esta línea encontramos a nivel mundial un único estudio realizado por el Dr Giovanni Martínez en relación a su programa de surf simplificado en Puerto Rico, en donde los niños que entraban en el programa de 10 horas de surf simplificado con 1 sesión de 1 hora a la semana reportaban mejorías en:

- Interacción Social
- Desempeño Escolar
- Autorregulación
- Habla
- Vestibular/Balance
- Control Oral- Motor
- Reflejos
- Planificación Motora
- Tonalidad muscular, fuerza y coordinación.

Adrián Esteve, psicólogo infantil y fundador de *Més Que Surf* se desplazó a Puerto Rico para participar y ver in situ la aplicación de la terapia de surf simplificado por la asociación SURF4 DEM (Desarrollo emocional y motor) y sus resultados. Tras hablar con padres, monitores y el Dr Giovanni Martinez, y ver los asombrosos resultados que estaban obteniendo, animó a elaborar este proyecto surf terapéutico pionero en Catalunya.

## 2. LA ASOCIACIÓN "Més que surf"

Nuestra asociación MÉS QUE SURF, fue creada en Marzo del 2017 por un grupo heterogéneo de psicólogos y monitores voluntarios que participaron en la prueba piloto de surf terapéutico realizada en Abril del 2016. Después de la realización de la prueba piloto, y ver los resultados obtenidos, los promotores de la idea decidimos reunirnos y continuar con el proyecto. Coincidimos en que tanto los aprendizajes mutuos entre familias, monitores y niños, como las emociones y beneficios generados por las sesiones, eran meritorios de una continuidad. De esta forma, los comentarios, las expresiones de felicidad, y las emociones tanto de las familias y niños, como de los monitores, cimentaron la creación de *Mes qué surf* para poder seguir adelante con el proyecto.

La asociación nace entonces de la motivación, iniciativa, altruismo y compromiso del equipo de monitores en seguir invirtiendo trabajo y esfuerzo de forma solidaria para seguir aportando, ayudando, y aprendiendo de las familias y niños con TEA u otras discapacidades.

Los objetivos generales que perseguimos desde la asociación son:

**PROMOVER**, las terapias alternativas en personas con TEA (Trastorno Espectro Autista) u otras discapacidades mediante un programa propio de surf terapéutico, con la finalidad de potenciar sus capacidades para que le permitan participar significativa y satisfactoriamente en las actividades de su vida diaria.

**DISEÑAR**, ciclos de terapia centradas e individualizadas en función de los objetivos de cada participante, ofreciendo continuidad, responsabilidad, compromiso y seguimiento de forma gratuita o asequible para todos aquellos interesados; rompiendo así también con la barrera económica que impide a muchas familias disfrutar de terapias alternativas de calidad para sus allegados.

**CONCIENCIAR**, educar, y sensibilizar en la necesidad de alternativas terapéuticas accesibles y de calidad, y poder formar educadores en terapias alternativas y específicamente en el programa de surf terapéutico.

**DIFUNDIR**, nuestra metodología y modelo como posibilidad terapéutica efectiva en discapacidades y seguir investigando en este campo.

### 3. NACIMIENTO DEL PROYECTO

En 2016 pusimos en marcha una prueba piloto, con el objetivo de validar el método y buscar partenariados que afianzaran el proyecto y de esta forma pudimos contar con la colaboración de dos partners significativos: EPSI GARRAF y SITGES SURF CLUB.

**SITGES SURF CLUB**, permitió que la prueba piloto se pudiera materializar y su participación es imprescindible, dado que cede gratuitamente su material y espacio para poder llevar a cabo las sesiones terapéuticas, colaborando así con el proyecto y la asociación "Més que surf".

A continuación se detalla una breve descripción del Sitges Surf Club como partner estable del proyecto.

**Nacimiento:** *Sitges Surf Club nace en septiembre del 2012 de la mano e iniciativa de un grupo de surfistas del mismo pueblo, con la ilusión de compartir la pasión por el mar y el deporte.*

**Objetivo:** *Su principal objetivo es ofrecer a los chicos y chicas, grandes y pequeños, la oportunidad de disfrutar del mar y las olas, respetando y conviviendo con la naturaleza.*

**Ubicación:** *se ubica de marzo a diciembre en la playa de la Marina de Aguador, situada al norte del puerto de Aguador. El club cuenta con una caseta propia en la playa y vestuario para los niños, además de los servicios propios de la misma: rampa de acceso para discapacitados, duchas, baños, salvamento marítimo, bar/ restaurant, etc..*

**Actividad:** *Iniciar, instruir y entrenar a niños, adolescentes y adultos en la práctica del Surf y el Skate durante todo el año, con más de 600 niños por año. Además, cuenta con un amplio equipo de monitores titulados.*

El 17 de abril de 2016 empezamos nuestra primera sesión de 2 horas de surf terapéutico. Estas sesiones se llevaron a cabo durante 7 domingos terminando el 29 de mayo. En total los niños recibieron 14 horas de surf mezclado con talleres de habilidades sociales y emocionales en la arena.

Los niños fueron evaluados antes del programa por EPSI Garraf en psicomotricidad, comunicación y lenguaje. Los resultados fueron muy positivos y muchos de los niños evolucionaron en términos de autocuidado, psicomotricidad, expresión emocional, rigidez y esfera social.

El nombre de la asociación y proyecto "Més que surf" se escoge a raíz de la prueba piloto por resumir el objetivo de la iniciativa, dado que no se pretende que los niños con autismo aprendan surf, sino que va mucho más allá, y aspira a desarrollar en ellos otras habilidades que les puedan ser de utilidad en su quehacer diario, así como a crear vínculos y redes de apoyo entre padres y profesionales. De hecho, como anécdota, los padres entendieron este mensaje al regalar a los monitores y organizadores del programa unos collares con la insignia "Més que surf". Este detalle, hizo que pensáramos que el nombre no debía ser otro que el mismo que los mismos padres validaron y entendieron.

#### 4. PROGRAMA "MÉS QUE SURF" (*Desarrollo general del ciclo de terapias MQS*)

Nuestra asociación ha diseñado un programa específico de terapia en ciclos de 7 semanas que detallamos a continuación.

##### 4.1. OBJETIVOS

###### Objetivo general

El objetivo general del proyecto tiene como finalidad potenciar las capacidades del niño que le permitan participar significativa y satisfactoriamente en las actividades de su vida diaria.

###### Objetivos específicos

- Tomar conciencia de su propio cuerpo y de su entorno (propiocepción)
- Mejorar psicomotricidad.
- Funciones ejecutivas (atención, concentración, memoria, flexibilizar, planificar y organizar conductas)
- Fomentar comunicación verbal y no verbal.
- Educación emocional (reconocer y expresar emociones)
- Estimular lenguaje oral.
- Reducir estereotipias.
- Adaptarse a nuevos entornos y experiencias (tolerancia a la frustración).
- Habilidades sociales (compartir, pedir ayuda, empatizar, auto-regulación, identificación y expresión de las emociones...)
- Asumir nuevos retos (autoestima y autoconcepto)
- Mejorar hábitos de autonomía (vestirse, ducharse, atarse zapatos,...)

##### 4.2. PARTICIPANTES

###### Profesionales

Estudiantes de psicología y voluntarios con una sensibilidad especial y motivación para tratar con niños con necesidades especiales. Todos los profesionales son surfistas con experiencia o instructores de surf.

En total el equipo está formado por 40 monitores que recibirán alrededor de 15 horas de formación en surf terapéutico y nociones básicas sobre TEA.

Cada monitor se compromete a ofrecer 32 horas de instrucción gratuita de forma voluntaria, y se encargará de dos niños en dos turnos. Los niños serán asignados por el director del programa a su monitor en función de las compatibilidades entre ambos.

###### Usuarios

Los participantes deben tener un diagnóstico de TEA, sin excluir comorbilidades con otros trastornos o discapacidades.

Los participantes se dividirán en cuatro grupos de 12 niños según edad, e intentando hacer el grupo lo más heterogéneo en cuanto a funcionalidad del trastorno.

Las edades de los niños están comprendidas entre 4 y 18 años.



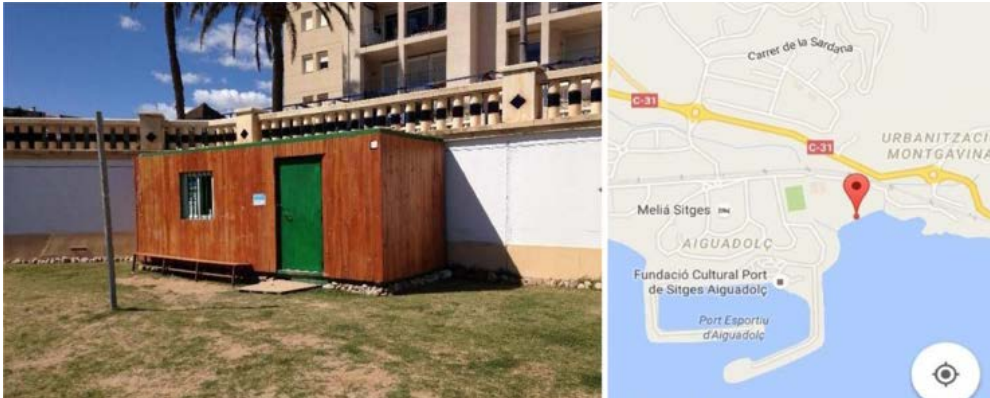
GRUPO	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 3	GRUPO 4
DÍA	SÁBADO	SÁBADO	DOMINGO	DOMINGO
HORA	10:30-12:30HRS	12:30-14:30HRS	10:30-12:30	12:30-14:30
EDAD	4 A 10 AÑOS	10 A 18 AÑOS	4 A 10 AÑOS	10 A 18 AÑOS

Esta tercera temporada tendremos **48 familias** que asistirán de forma gratuita a las sesiones de surf terapéutico durante 8 semanas.

#### 4.3. TEMPORALIZACIÓN Y UBICACIÓN

El programa tiene una duración de **8 semanas**, con **8 horas** de terapia a la semana, por lo que se realizarán un total de **64 horas de intervención**.

Las actividades se realizarán en el espacio en la playa que tiene el Sitges Surf Club.



Fechas: El programa se extenderá **desde el 28 de abril hasta el 17 de junio**. Las fechas son las siguientes:

- 28 y 29 de Abril
- 5, 6, 12, 13, 19, 20
- 2, 3, 9, 10, 16 y 17 de Junio.

#### 4.4. FASES DEL PROYECTO

Las fases del proyecto son:

- Fase de selección
- Fase de desarrollo
- Fase de evaluación

##### Fase de selección

La fase de selección se desarrolla previa al inicio de la actividad y tiene como objetivo conocer las características de cada participante y establecer los vínculos con la familia y agentes que inciden en el entorno inmediato del participante.

Por un lado en esta fase hacemos una evaluación o diagnóstico del participante y sesiones de comunicación e información con las familias

La evaluación o diagnóstico inicial se desarrolla de la siguiente forma:

- Evaluar a cada niño antes de entrar en el programa y establecer una línea base.

- Evaluar los objetivos en relación a las necesidades de cada niño.

El cuestionario escogido es una adaptación propia más breve del ABAS-II y la escala de madurez social Vineland.

Sin embargo, la evaluación más exhaustiva es aquella que se hace a través de entrevistas y observación directa a niños y familiares, sumado a los informes y pruebas previamente aportadas.

Los objetivos son individualizados, por ello es muy importante conocer al niño en profundidad y poder establecer con claridad la línea base.

Se solicita la colaboración de los padres para cumplimentar el documento (ABASII-adaptado) que nos proporcionara información sobre los participantes y como registro

La comunicación con los padres debe estar establecida a través de un procedimiento que se explica en una reunión inicial previa al inicio de la actividad

En esta reunión igualmente se establecen los canales de comunicación a utilizar que serán vía e-mail y grupos de whats app. Todas las actividades serán notificadas, y en caso de anulación, se enviará un mensaje a todos los padres. De esta forma es importante que los padres estén atentos al buzón de correo electrónico el viernes anterior al domingo de terapia, por si hay alguna incidencia o anulación por mal tiempo, indisposición de algún monitor, etc.

Asimismo, los padres deberán informar con la mayor previsión posible al mail [info@mesquesurf.com](mailto:info@mesquesurf.com) de cualquier contratiempo a la hora de asistir a terapia. En cualquier caso, es importante que los padres se comprometan en la medida de lo posible en traer a sus hijos a la playa dado que habrá **un monitor esperando exclusivamente por ellos**.

Los padres deberán asistir a una primera sesión informativa el 8 de Abril a las 11hrs en: **Espai Jove, Carrer de Josep Soler Tasis, 4, 08870 Sitges, Barcelona**

En esta reunión se les explicará en profundidad el proyecto y recibirán una copia del mismo. Al igual que conocerán al equipo de profesionales y recibirán algunos cuestionarios que deben rellenar antes y después del programa con el fin de poder valorar la evolución del niño.

Además se pedirá a los padres que aporten todos los informes que puedan tener de sus hijos para que puedan ser analizados por el equipo de profesionales.

Una vez hecha la reunión general el 8 de Abril, los padres tendrán una entrevista personal con el profesional que se le ha asignado a su hijo en función de las características. El objetivo de seguir esta metodología es que el profesional pueda conocer de primera mano a la familia con la que va a tratar durante 8 semanas y establezca no solo un vínculo con el niño sino también con su entorno familiar.

El profesional será el encargado de hablar con la familia al finalizar cada día de terapia. Además en la 4ª semana, los profesionales deberán tener una reunión con la familia para valorar la evolución.

### Fase de desarrollo

Se diseña un programa de **8 semanas de duración**, de 2 horas de terapia a la semana, divididas en sesiones de 2 horas cada una.

Las sesiones constan de 3 partes. Primero en la arena y en grupo, luego en el agua con su monitor y por último de nuevo todos juntos en el punto de partida.

Partes de la sesión	Descripción actividad	Objetivos
<b>En la arena y en grupo   45min</b>	Integración sensorial, prepararse para la actividad (neopreno), entrenamiento en HHSS, cohesión grupo.	Instrucciones verbales, modelado, práctica de habilidades e integración sensorial, y hábitos de autonomía.
<b>En el mar y terapia individual   40min</b>	Cada monitor entrará con su alumno al mar (siempre el mismo para potenciar la relación).	Establecer relación de confianza, romper rigidez, trabajar autoestima y autocompetencia, mejorar psicomotricidad, reducir ansiedad y fomentar la comunicación.
<b>De nuevo en la arena y en grupo   40min</b>	Dinamizar el grupo para compartir experiencias entre sí.	Mejorar HHSS, expresar sentimientos y emociones, compartir experiencias y miedos.

Las sesiones se dividirán en tres bloques:

Los objetivos específicos serán trabajados de forma transversal en todo el programa, sin embargo, en cada bloque se dará más importancia a unos aspectos que a otros. A continuación, se desarrollan los contenidos más relevantes de cada bloque:

#### Bloque 1: Aproximación al medio, grupo, y deporte. (Semanas 1 ,2)

En estas primeras sesiones, se pretende que el niño se familiarice con el medio que le rodea y establezca vínculos de confianza y seguridad con el que será su monitor durante todo el programa. Será en estas sesiones cuando conozca a sus compañeros, trabajando la cohesión de grupo a través de amenas y divertidas dinámicas. De esta forma se pretende fomentar las habilidades sociales básicas (sonreír, saludar, presentarse, pedir favores y ayuda, cortesía y amabilidad).

Se introducirán también los conceptos básicos para una adecuada aproximación al surf, experimentando tanto el medio natural como con el material (neoprenos, tablas, chalecos, ...). En estas sesiones se enseñará a los niños la estructura y rutina a seguir al llegar a la actividad, enseñando hábitos de autonomía e higiene.

A continuación, se presenta una tabla con los objetivos específicos del apartado los contenidos a trabajar y la descripción de la actividad.

ASOCIACIÓN "MÉS QUE SURF"

Objetivos	Contenidos a trabajar	Descripción Actividad
<b>Habilidades sociales.</b>	Cohesión del grupo e importancia del mismo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enseñar mediante teoría de modelaje a saludar y presentarse.</li> <li>- Juegos y dinámicas de presentación grupal.</li> <li>- Buscar puntos de encuentro entre los niños.</li> </ul>
<b>Adaptarse a nuevos entornos y experiencias.</b>	Dar sentido y estructura a la actividad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Informar contenidos y estructura de las sesiones.</li> <li>- Disipar posibles miedos que tengan sobre el mar.</li> <li>- Transmitir los conocimientos necesarios sobre el surf.</li> <li>- Preguntar e informar sobre los beneficios del mar.</li> </ul>
<b>Integración sensorial y psicomotricidad</b>	Experimentar medio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enseñar como portar el material (neopreno, tabla, leash, etc.)</li> <li>- Dar a experimentar la sensación de equilibrio sobre una tabla en la arena encima de una bola.</li> <li>- Enseñar el "take-off" (como levantarse en la tabla) y remada.</li> <li>- Experimentar el medio, el viento, la temperatura del agua, la sal, el tacto de la arena, etc... y darle significado.</li> </ul>
<b>Confianza y vínculo</b>	<p>Establecer relación de confianza con el monitor.</p> <p>(El niño debe tener confianza y seguridad en su monitor para poder relajarse y comunicarse.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrar al agua sin tabla para sentirla.</li> <li>- Entrar con la tabla.</li> <li>- Probar de ponerse de pie con la tabla en la orilla.</li> <li>- Jugar con el niño y acompañarlo en todo momento.</li> </ul>
<b>Hábitos de autonomía e higiene.</b>	Crear rutina	Enseñar al niño la rutina que debe llevar a cabo de forma autónoma: donde dejar su ropa y mochila, que neopreno debe escoger, como limpiarlo y dejarlo en su sitio, cómo ducharse, vestirse, etc...
<b>Trabajar la expresión de las emociones propias (miedo, alegría etc..) y ajenas (empatía)</b>	<p>Valorar experiencia.</p> <p>Cohesionar grupo, potenciar la comunicación.</p>	<p>Mediante cartulinas en cada sesión se explicará estados emocionales. Ellos deberán reconocer las suyas y la de los compañeros.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reunir al grupo para compartir sus vivencias.</li> <li>- Dinamizar el grupo para que expresen sentimientos.</li> <li>- Enseñar cómo se tienen que despedir.</li> </ul>

Bloque 2: Habilidades sociales y comunicativas. Rompiendo límites y ganando flexibilidad. (Semanas 3-6)

Los niños deben aprender a portar su material, ser capaces de llevar a cabo las rutinas de higiene aprendidas, y ser más autónomos que las semanas pasadas.

En estas sesiones, veremos cómo han cambiado las condiciones de la playa respecto a la semana pasada y que debemos tener en cuenta. Veremos que en función de las condiciones debemos tener más o menos cuidado, y que lo aprendido las semanas pasadas sirve, pero necesita de variaciones (ganar flexibilidad).

En estas sesiones los niños aprenderán poco a poco a desenvolverse en el mar y a entender su funcionamiento. Se irán planteando nuevos retos en el agua, que expresen como han sido sus experiencias en el mar (sentimientos), que pierdan posibles miedos y se acostumbren a solicitar ayuda cuando sea necesario.

Tanto en estas sesiones como en las posteriores insistiremos en potenciar y consolidar aspectos ya trabajados como, autonomía, perder miedos, acostumbrarse a pedir ayuda y a expresar sentimientos. Además, en estas sesiones introduciremos nuevos objetivos como:

- Flexibilidad cognitiva y conductual.
- Mejorar la psicomotricidad.
- Colaborar, importancia del otro.
- Mejorar auto-competencia y autoestima.
- Estimular habla

Objetivos	Contenidos a trabajar	Descripción actividad
<b>Fomentar autonomía.</b>	Paulatinamente ir dejando que el niño vaya haciendo las cosas por sí solo.	Ayudar a que poco a poco vaya poniéndose el neopreno solo, que vaya a buscar el mismo su material, que decida sobre que material coger, etc.
<b>Autoestima y autoconcepto.</b>	Intentar y buscar forzar los límites auto-impuestos del niño.  Romper barreras, perder miedos.	Hacerle coger olas un poco más grandes, coger tablas más pequeñas, sumergirse un rato en apnea bajo el mar, proponer nuevos retos, etc.
<b>Flexibilizar conducta</b>	Aunque las sesiones están estructuradas, las condiciones del mar y clima son siempre cambiantes. Aprender a tolerar esos pequeños y grandes cambios.	Hacer consciente a los participantes de que las condiciones del mar no siempre son idénticas y que habrá que adaptarse al nuevo entorno con una estrategia diferente.
<b>Reducir el número de estereotipias</b>	Sustituir estereotipias no funcionales por otras conductas.	En este punto, los niños con graves problemas de estereotipias deberían haber trabajado estos aspectos con el monitor, y tras acostumbrarse al medio, éstas se deberían haber reducido.

<b>Pedir ayuda e iniciar la colaboración entre ellos.</b>	Habrán de pedir ayuda para coger las olas o portar las tablas. Fomentar comunicación entre iguales.	Dejar que sean ellos quienes pidan ayuda o consejo y estimularles a hacerlo.
<b>Psicomotricidad</b>	Ir ganando destreza en el surf y en el mar.	Poco a poco se irán planteando nuevos retos: olas más grandes, apnea bajo el agua, tablas más cortas...
<b>Colaborar</b>	Enseñar la importancia del otro en las dinámicas.	Dinamizar juegos colaborativos.

**BLOQUE 3: Educación emocional, autoestima y auto-competencia. (Semanas 6-8)**

En este último bloque se irá reforzando lo aprendido en las sesiones anteriores, a medida que el niño se desenvuelva con más confianza y seguridad en el nuevo entorno, mejorará su autoestima y auto-competencia, de esta forma será más capaz de ayudar a los demás, comunicar sus emociones, tomar decisiones, tener cuidado de su material, y desenvolverse mejor en el mar.

En este último bloque, el niño dominará más la tabla y el entorno, por lo que tendrá más poder de decisión y será necesario planificar, anticipar, concentrarse y tener iniciativa para coger olas solo.

<b>Objetivos</b>	<b>Contenidos a trabajar</b>	<b>Descripción Actividades</b>
<b>Concentración, atención, planificación e iniciativa.</b>	A medida que los niños ganan más autonomía en el mar aumenta también su poder de decisión y se hace necesario planificar y concentrarse.	El niño deberá escoger que ola debe coger. Deberá esperar su turno (solo puede ir un surfista en la ola) y deberá conocer las preferencias en el agua. Asimismo, deberá planificar por donde va a entrar al agua, y saber que material va a utilizar en función de las condiciones.
<b>Autonomía</b>	En esta etapa el niño ya debería conocer las rutinas y ser capaz de prepararse para ir al agua.	Ponerse y sacarse el neopreno solo, ducharse, vestirse, portar su material, etc...
<b>Expresión y reconocimiento de las emociones propias ajenas y colaboración.</b>	El grupo ya se debería conocer, pero se intentará que se puedan ayudar.  Que pongan todo ello en común.	Los participantes deberán empezar a ayudarse entre ellos, haciendo parejas donde deberán apoyarse para realizar las actividades.
<b>Autoestima y auto-competencia.</b>	Valoración personal. Recordar las limitaciones con las que vinieron y ver si las han superado.	Puesta en común de lo aprendido en el programa y enfatizar el progreso personal de cada uno.
<b>Improvisación y compartir con el resto</b>	Desarrollar la capacidad de improvisación e inventiva.  Intentar crear y compartir con el resto.	En estas últimas sesiones se pedirá que los niños improvisen juegos o posturas y que conseguir que sus compañeros participen.

#### 4.5 METODOLOGÍA

La metodología empleada en el agua será la siguiente:

- Monitor y niño remaran hacia la rompiente en equipo.
- Los niños cogerán olas en tándem con el monitor que seguirá de pie, de rodillas o echado (en función de las características del participante: peso, equilibrio, etc.) en la tabla con el niño delante.
- El monitor ayudará al niño a levantarse cogiéndolo por el chaleco, haciendo así más fácil el "take off".
- En caso de caída, el monitor deberá evitar la colisión con la tabla, por lo que contra intuitivamente tendrá que coger la tabla antes que socorrer al niño (pues este ya está a salvo con el chaleco) para que la tabla no pueda hacer daño al niño.
- Se utilizarán tablas de paddle surf para hacer "tándem surf" y tablas "soft" si el niño es capaz de levantarse por sí solo.

Aquí se muestran unas fotos de las diferentes posiciones que puede adoptar el monitor en la tabla.



#### Fase de evaluación

Los resultados obtenidos se derivan principalmente de las observaciones de terapeutas y familiares sobre la evolución de los participantes. Es por ello que en este ciclo de terapias que empezará el 28 de Abril de 2018 se pretende dar seriedad a estos resultados con pruebas y análisis psicométricos.

Para que sirva de ejemplo referimos la fase de evaluación realizada en la experiencia 2017, donde en general los resultados fueron positivos y todos los participantes mostraron mejorías o disfrutaron de las terapias.

Por motivos de confidencialidad no podemos hacer una descripción particular de casos, pero sí podemos decir que en general vimos mejorías en diferentes niños durante el programa en:

- Reducción de estereotipias
- Flexibilidad mental y comportamental
- Esfera socio-afectiva ( dando besos y abrazos),
- Autocuidado, autodirección y autonomía (vestirse, ducharse, atarse zapatos,...)
- Psicomotricidad
- Propiocepción, conciencia de su propio cuerpo y entorno.

- Funciones ejecutivas (atención, concentración, memoria, flexibilizar, planificar y organizar conductas)
- Comunicación verbal y no verbal.
- Educación emocional (reconocían/etiquetaban y expresaban emociones)
- Habilidades sociales (compartir, pedir ayuda, empatizar,...)
- Asumir nuevos retos (autoestima y autoconcepto)

Muchas de estas mejorías se vieron gracias a los talleres. A través de la práctica oportuna tras la realización de la actividad los niños con autismo de alto rendimiento podían practicar las habilidades trabajadas en terapia individual.

De esta forma, el grupo de los "mayores", resolvía sus dudas adolescentes y "círculos de amistad". El grupo de los más pequeños aprendía a mirar a los ojos y a practicar la escucha activa. Además, se les insistía en buscar emociones que podían haber sentido en el surf para expresárselas a los compañeros. Algunas de estas sensaciones, el hecho de compartir, y hacer preguntas a compañeros ayudó en la esfera social y afectiva.

Por otro lado, algunos de los niños encontraron en el surf un deporte o alternativa de ocio para practicar en familia y en verano.

Tuvimos la suerte de tener olas todos los días de terapia, cosa que no suele suceder en el mediterráneo.

Los padres estaban emocionados y fascinados de ver a sus hijos surfeando. A su vez los monitores quieren volver a participar en la siguiente tanda de sesiones.

De esta forma, y tras ver el desarrollo del programa, se puede decir que fue un éxito.



## 5. TERCERA TEMPORADA | Primavera 2018

El 28 de Abril, por tercer año consecutivo, empezamos las sesiones de surf terapéutico gratuitas para las familias con niños con autismo con la colaboración del Sitges Surf Club.

Ofrecemos un programa totalmente gratuito para las familias con niños con autismo, y en esta tercera edición tenemos 48 niños con autismo durante 8 fines de semana (Sábados y Domingos), de 10:30 AM a 14:30PM. El equipo está formado por un total de 35 voluntarios.

El total de horas de terapia ofrecidas es de 16 horas por niño, ofreciendo un total de 768 horas de terapia gratuita al finalizar el ciclo.

### 5.1. COLABORACIÓN | Hospital San Juan De Dios

En Más que surf, estamos contentos de contar con la colaboración del equipo del Hospital San Juan de Dios, que este año nos ayudará con la formación a voluntarios y asesoramiento.

El 8 de abril, Más que surf ha invitado al equipo de San Juan de Dios vendrá a Sitges a hacer unas jornadas de formación a voluntarios y ofrecerá una charla a familias con niños con autismo con motivo de la semana mundial de la concienciación sobre el autismo.

### 5.2. DONACIONES Y FINANCIACIÓN

Més que Surf se financia con la ayuda de campañas de micromecenaje, donaciones de particulares y venta de pulseras y camisetas, el dinero recibido es y será empleado de las siguientes formas:

**Material:** Al haber ampliado el número de plazas necesitamos más material, que pese a que el Sitges Surf Club nos ofrece una parte, necesitaríamos más neoprenos y tablas para poder desarrollar las sesiones.

**Transporte:** Necesitamos costear el transporte del material, así como los desplazamientos de la junta directiva.

**Documental:** Es necesario poder tener recursos económicos para hacer un nuevo documental o video para ayudar a difundir el programa.

**Seguros:** Actualmente Más que surf necesita ayuda para poder pagar los seguros necesarios para realizar las terapias.

**Comida y transporte:** Desde Más que surf, nos gustaría poder pagar el transporte y comida a los voluntarios, sin embargo actualmente no disponemos de fondos para ello.

**Voluntarios:** En caso de tener fondos suficientes, desde Más que surf, nos gustaría poder emplear a voluntarios con experiencia para hacer viable el proyecto a largo plazo.

**Asesoría:** Desde Más que surf, pedimos la colaboración de una gestoría o disponer de los fondos para poder costearla.

### 5.3. DOCUMENTAL

La temporada 2017, Isaac Carbonell realizó un documental sobre el trabajo realizado durante esas 8 sesiones. El documental fue proyectado en el Barcelona Surf Film Festival.

En el siguiente link se puede ver el documental, aunque el video es privado, y **no se permite su difusión**.

Link documental (privado): <https://vimeo.com/229130981>

Contraseña documental: **mesquesurf17**

## 6. COMUNICACIÓN | Artículos y noticias entorno al proyecto

El proyecto tuvo mucha repercusión mediática. A continuación se presentan las diferentes noticias aparecidas en los medios.

### 6.1. PRENSA ESCRITA/ONLINE

— **La Vanguardia** | Voluntarios utilizan el surf como terapia para niños con autismo  
<http://www.lavanguardia.com/vida/20171224/433855933590/voluntarios-utilizan-el-surf-como-terapia-para-ninos-con-autismo-intentamos-que-mejore-su-autoestima-y-se-relacionen.html>

— **Crónica Global** | El surf como terapia para niños autistas  
[https://cronicaglobal.lespanol.com/vida/autismo-surf-ninos-sitges\\_109397\\_102.html](https://cronicaglobal.lespanol.com/vida/autismo-surf-ninos-sitges_109397_102.html)

— **Diari ARA** | Més que surf, una teràpia per combatre l'autisme  
[https://www.ara.cat/esports/Mes-surf-terapia-combatre-lautisme\\_0\\_1820817966.html](https://www.ara.cat/esports/Mes-surf-terapia-combatre-lautisme_0_1820817966.html)

— **Mundo Deportivo** | “Més que Surf”: el mar como terapia para niños autistas  
<http://www.mundodeportivo.com/elotromundo/viralia/20170711/424036146148/mes-que-surf-el-mar-como-terapia-para-ninos-autistas.html>

— **Marca** | Més que surf como terapia para niños con autismo.  
<http://www.marca.com/radio/2017/08/07/5988856522601d914b8b45b1.html>

— **La Vanguardia (2)** | Nace en Sitges (Barcelona) un proyecto de surf terapéutico para niños con autismo.  
<http://www.lavanguardia.com/vida/20170508/422396332099/nace-en-sitges-barcelona-un-proyecto-de-surf-terapeutico-para-ninos-con-autismo.html>

— **El Periódico** | Nace en Sitges (Barcelona) un proyecto de surf terapéutico para niños con autismo.  
<http://www.elperiodico.com/es/politica/20170508/nace-en-sitges-barcelona-un-proyecto-de-surf-terapeutico-para-ninos-con-autismo-6024540>

— **Eix Diari** | Neix a Sitges el primer projecte de surf terapèutic per a nens amb autisme  
<https://www.eixdiari.cat/esports/doc/70486/neix-a-sitges-el-primer-projecte-de-surf-terapeut-ic-per-a-nens-amb-autisme.html>

— **Eix Diari (2)** | El surf com a teràpia per a nens autistes es converteix en èxit a Sitges  
<https://www.eixdiari.cat/societat/doc/71247/el-surf-com-a-terapia-per-a-nens-autistes-es-converteix-en-exit-a-sitges.html>

— **EuropaPress** | Nace en Sitges (Barcelona) un proyecto de surf terapéutico para niños con autismo  
<http://www.europapress.es/catalunya/noticia-nace-sitges-barcelona-proyecto-surf-terapeutico-ninos-autismo-20170508182541.html>

— **VilaWeb** | Neix a Sitges (Barcelona) un projecte de surf terapèutic per a nens amb autisme  
<https://www.vilaweb.cat/noticies/neix-a-sitges-barcelona-un-projecte-de-surf-terapeut-ic-per-a-nens-amb-autisme/>

**NacióDigital** | Surf per nens i nenes autistes a la platja d'Aiguadolç  
<http://www.naciodigital.cat/sitges/noticia/1570/surf/nens/nenes/autistes/platja/aiguadolc>

**Diari de Girona** | El surf com a teràpia per a nens autistes es converteix en èxit a Sitges  
<http://www.diaridegirona.cat/catalunya/2017/06/11/surf-com-terapia-per-nens/851181.html>

**Directe.cat** | El surf com a teràpia per a nens autistes es converteix en èxit a Sitges  
<http://www.directe.cat/acn/756191/el-surf-com-a-terapia-per-a-nens-autistes-es-converteix-en-exit-a-sitges>

**CatalunyaPress** | <http://www.catalunyapress.cat/texto-diario/mostrar/731639/neix-sitges-projecte-surf-teraputic-per-nens-amb-autisme>

**Social.cat** | Neix a Sitges un projecte de surf terapèutic per a nens amb autisme  
<https://www.social.cat/noticia/6711/neix-a-sitges-un-cicle-de-surf-terapeutic-per-a-infants-amb-autisme>

**ACN** (sin usuario no se puede entrar) | <http://www.acn.cat/text/item/el-surf-com-a-terapia-per-a-nens-autistes-es-converteix-en-exit-a-sitges>

**Visit Sitges** | Jóvenes autistas hacen terapia con el surf en Sitges  
<http://www.visitsitges.com/es/sitges-news/2959-jovenes-autistas-hacen-terapia-con-el-surf-en-sitges>

**Sitges.cat** | Joves autistes fan teràpia amb el surf  
<http://www.sitges.cat/jsp/noticies/detall.jsp?id=97521456>

## 6.2. RADIO Y TELEVISIÓN

**8TV** | 8 al dia  
11/07/17: <https://drive.google.com/file/d/0BxMzKes35V7sSWFFWDZzejExajQ/view>

**RNE** | Reportajes RADIO 5  
<http://www.rtve.es/alcanta/audios/reportajes-en-r5/reportajes-radio-5-surf-autismo-06-12-17/4350868/>

**RNE** | Mes que esport  
<http://www.rtve.es/alcanta/audios/mes-que-esport/mes-esport-parlem-mes-surf/4307138/>

**Marca**  
<http://www.marca.com/radio/2017/08/07/5988856522601d914b8b45b1.html>

## 7. ENLACES E INFORMACIÓN DISPONIBLE

Página web: [www.mesquesurf.com](http://www.mesquesurf.com)

Link proyecto PDF online: <http://bit.ly/2leBdwc>

Link documental (privado): <https://vimeo.com/229130981>

Contraseña documental: **mesquesurf17**

### 7.1. PREMIOS

El ayuntamiento de Sitges reconoció con un galardón el trabajo realizado con las terapias de surf en la "Noche de los Deportes" en Sitges.  
<http://www.sitges.cat/jsp/noticies/detall.jsp?id=13930983>

### 7.2. COLABORADORES





*El presente documento se encuentra depositado en el registro de la Propiedad Intelectual de Digital Media Rights con ID de obra null-02-AAA-079962*

Fecha y hora de registro: 2017-04-05 | 18:57:40.00  
Licencia de distribución: All Rights R

*Queda prohibido el uso del presente documento y sus contenidos para fines que excedan los límites establecidos por la licencia de distribución.*

Más información en: [www.dmrighs.com](http://www.dmrighs.com)