

**El Judo adaptado en el desarrollo de las habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad intelectual moderada**

**Adapted Judo in the development of socioemotional skills in young people with moderate intellectual disabilities**

**Richard Joel Cajas-Zhigui<sup>1</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador  
rjecasz@ube.edu.ec

**Byron Leonardo Soliz-Saldana<sup>2</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador  
blsolizs@ube.edu.ec

**Lenin Esteban Loaiza-Dávila<sup>3</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador  
leloizad@ube.edu.ec

**Giceya de la Caridad Maqueira-Caraballo<sup>4</sup>**  
Universidad Bolivariana del Ecuador  
gdmaqueirac@ube.edu.ec

**[doi.org/10.33386/593dp.2025.4.3375](https://doi.org/10.33386/593dp.2025.4.3375)**

V10-N4 (jul) 2025, pp 703-718 | Recibido: 04 de junio del 2025 - Aceptado: 22 de julio del 2025 (2 ronda rev.)

1 ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-5493-5085>. Estudiante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física y Deporte con Mención en Educación física Inclusiva.

2 ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-0793-3748>. Estudiante de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física y Deporte con Mención en Educación física Inclusiva.

3 ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5769-2795>. Dr. PhD. En Ciencias de la Educación Física, Docente investigador de la Universidad Bolivariana del Ecuador.

4 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6282-3027>. PHD. En innovaciones científicas y didácticas de la Educación Física escolar, Coordinadora de la Maestría en Pedagogía de la Cultura Física.

### Cómo citar este artículo en norma APA:

Cajas-Zhigui, R., Soliz-Saldana, B., Loaiza-Dávila, L., & Maqueira-Caraballo, G., (2025). El Judo adaptado en el desarrollo de las habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad intelectual moderada. *593 Digital Publisher CEIT*, 10(4), 703-718, <https://doi.org/10.33386/593dp.2025.4.3375>

Descargar para Mendeley y Zotero

## RESUMEN

El presente estudio analizó el impacto de un programa de judo adaptado en el desarrollo de habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad intelectual moderada. Se aplicó un enfoque mixto con diseño secuencial, combinando una fase cuantitativa inicial con un diagnóstico a través del instrumento D-ECREA, y una fase cualitativa basada en entrevistas a expertos para validar la propuesta de intervención. La muestra estuvo compuesta por 17 estudiantes, entre ellos uno con diagnóstico clínico de discapacidad intelectual moderada. Los resultados cuantitativos mostraron que los estudiantes sin necesidades educativas especiales alcanzaron puntuaciones altas en autoconciencia emocional ( $M=2,69$ ;  $DE=0,33$ ), regulación emocional ( $M=2,72$ ;  $DE=0,41$ ) y creatividad ( $M=2,67$ ;  $DE=0,44$ ), mientras que el estudiante con discapacidad presentó puntuaciones medias de 1,67, 2,00 y 2,00, respectivamente. El análisis cualitativo confirmó la pertinencia y viabilidad del programa, destacando mejoras en la autorregulación, la autoestima y la interacción social del estudiante con discapacidad. La triangulación metodológica permitió ajustar la propuesta pedagógica con dinámicas específicas para favorecer la inclusión, la empatía y el trabajo cooperativo. Se concluye que el judo adaptado, implementado en un entorno seguro y estructurado, representa una herramienta efectiva para potenciar las competencias emocionales en contextos educativos inclusivos, logrando no solo mejoras medibles, sino también transformaciones significativas en la vivencia escolar de los estudiantes con discapacidad.

Palabras clave: Judo adaptado; habilidades socioemocionales; discapacidad intelectual moderada; deporte adaptado.

## ABSTRACT

This study analyzed the impact of an adapted judo program on the development of socioemotional skills in young individuals with moderate intellectual disabilities. A mixed-methods sequential design was employed, combining an initial quantitative phase using the D-ECREA instrument to assess emotional competencies, followed by a qualitative phase involving expert interviews to validate the pedagogical intervention. The sample consisted of 17 students, including one diagnosed with moderate intellectual disability. Quantitative results revealed that students without special educational needs scored highly in emotional self-awareness ( $M=2.69$ ;  $SD=0.33$ ), emotional regulation ( $M=2.72$ ;  $SD=0.41$ ), and creativity ( $M=2.67$ ;  $SD=0.44$ ), while the student with a disability obtained intermediate scores of 1.67, 2.00, and 2.00, respectively. The qualitative analysis supported the relevance and feasibility of the intervention, highlighting improvements in self-regulation, self-esteem, and social interaction for the student with a disability. Methodological triangulation enabled refinement of the pedagogical design, incorporating specific dynamics to foster inclusion, empathy, and cooperative learning. The findings suggest that adapted judo, when implemented in a structured and supportive educational environment, serves as an effective tool to enhance socioemotional competencies in inclusive school settings, achieving not only measurable improvements but also meaningful transformations in the educational experiences of students with disabilities.

Key words: Adapted judo; socioemotional skills; moderate intellectual disability; adapted sport.

## Introducción

El desarrollo de habilidades socioemocionales constituye un pilar fundamental para la inclusión, la autonomía y la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, especialmente en la etapa juvenil. Estas habilidades, que comprenden la autorregulación emocional, la empatía, la toma de decisiones responsables y la construcción de relaciones positivas, resultan esenciales para una participación activa y significativa en entornos escolares, familiares y comunitarios. Sin embargo, los jóvenes con discapacidad intelectual moderada suelen enfrentar importantes limitaciones en este ámbito debido a déficits cognitivos, barreras sociales y una escasa oferta de programas específicos que fortalezcan su desarrollo personal e interpersonal (Zachor et al., 2017; Giné-Garriga et al., 2021).

En este contexto, el deporte adaptado ha emergido como una herramienta educativa y terapéutica eficaz para fomentar el desarrollo integral de personas con discapacidad. Particularmente, el judo adaptado —una disciplina que combina técnicas de combate, principios filosóficos y valores como el respeto, la disciplina y el autocontrol— ofrece un entorno estructurado y seguro donde los participantes pueden explorar sus capacidades físicas, cognitivas y emocionales. Investigaciones previas han evidenciado que el judo, implementado con metodologías adaptativas, favorece la mejora del comportamiento social, la autoestima y la regulación emocional en poblaciones con necesidades educativas especiales (Takahashi et al., 2019; Campos et al., 2024).

Pese a estos avances, en contextos latinoamericanos, y particularmente en el ámbito educativo de jóvenes con discapacidad intelectual moderada, persiste una limitada implementación de programas deportivos estructurados que prioricen el desarrollo socioemocional. La mayoría de intervenciones se enfocan exclusivamente en aspectos motrices o de integración social superficial, dejando de lado el fortalecimiento de competencias emocionales y relacionales que permitan a estos jóvenes

desenvolverse de manera autónoma y resiliente en sus contextos cotidianos (Daros et al., 2021).

Ante esta problemática, el presente estudio tiene como objetivo analizar el impacto de un programa de judo adaptado en el desarrollo de habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad intelectual moderada. Se busca no solo validar una propuesta de intervención basada en el deporte adaptado, sino también aportar evidencia científica que sustente su incorporación en contextos escolares y terapéuticos como estrategia inclusiva y formativa.

Este trabajo se justifica en la necesidad urgente de generar modelos pedagógicos que aborden la discapacidad desde una perspectiva de potencialidades, y que integren el componente emocional como eje de transformación social. Asimismo, se alinea con los principios del enfoque de derechos y la educación inclusiva, promoviendo oportunidades equitativas de participación y desarrollo para todos los estudiantes.

### *Bases teóricas*

La discapacidad intelectual moderada se caracteriza por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa, lo cual interfiere directamente en la vida cotidiana y en el desarrollo personal y social de quienes la presentan (Dakopolos et al., 2024). En particular, durante la adolescencia, estas limitaciones afectan el desarrollo de habilidades socioemocionales fundamentales como la autorregulación emocional, la empatía, la toma de decisiones responsables y la capacidad de establecer relaciones interpersonales estables (Portela-Pino et al., 2021). Estas habilidades son esenciales para que los jóvenes puedan desenvolverse con autonomía en sus entornos inmediatos, sin embargo, las personas con discapacidad intelectual suelen enfrentar múltiples barreras que restringen su desarrollo en este ámbito, tanto por sus características cognitivas como por las condiciones sociales que los rodean (Fullana et al., 2020).

Diversos estudios han demostrado que este grupo poblacional experimenta mayores dificultades para identificar y expresar emociones, interpretar situaciones sociales y responder de forma adecuada a distintos contextos comunicativos, lo que con frecuencia deriva en aislamiento, dependencia o comportamientos inadecuados que limitan su inclusión (García et al., 2020).

Ante este panorama, el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales se ha convertido en un objetivo prioritario dentro de los programas educativos y de intervención orientados a personas con discapacidad (Feraco et al., 2025). Las habilidades socioemocionales se entienden como un conjunto de competencias que permiten a los individuos comprender y gestionar sus emociones, establecer vínculos positivos, actuar con responsabilidad y enfrentar desafíos cotidianos con resiliencia (Lane y Smith, 2021). Estas competencias han demostrado ser desarrollables, incluso en personas con discapacidad intelectual, cuando se implementan estrategias pedagógicas adecuadas, estructuradas y sostenidas en el tiempo (Hernández et al., 2025).

La evidencia científica señala que la autorregulación, el reconocimiento emocional, la empatía y la resolución de conflictos pueden promoverse mediante metodologías activas, centradas en el cuerpo, la experiencia vivencial y la interacción social guiada (Hernández-Lara, et al., 2021).

En este contexto, el judo adaptado emerge como una disciplina formativa con alto potencial educativo. A diferencia de otros deportes, el judo no se limita al rendimiento físico o a la competencia, sino que incorpora una dimensión ética y filosófica centrada en el respeto, la cooperación, la disciplina y el control corporal (Garbeloto, et al., 2023; García-Núñez et al., 2020). En su versión adaptada, esta práctica se ajusta a las necesidades de personas con discapacidad mediante el rediseño de técnicas, la adecuación del espacio, el acompañamiento terapéutico y la flexibilización de las reglas, sin perder de vista su esencia educativa (Morales

et al., 2022). El judo adaptado favorece la concentración, la tolerancia a la frustración, la empatía y el autocontrol, aspectos claves en la formación socioemocional. Además, al tratarse de una actividad estructurada, predecible y con contacto físico controlado, brinda seguridad emocional y fortalece la autoestima de los participantes (Rivera et al., 2020; Šimenko et al., 2020).

La literatura reciente ha documentado experiencias exitosas en las que el judo adaptado ha contribuido significativamente a la mejora del comportamiento social, la integración grupal y la gestión emocional en personas con discapacidad intelectual (Pierantozzi et al., 2022; Marin y Bocioacă, 2023). Estas investigaciones destacan que el judo, más allá de los beneficios físicos y motrices, representa un medio efectivo para fomentar la participación activa, la autonomía y el bienestar emocional de los practicantes (Lindell-Postigo et al., 2022). No obstante, en muchos países latinoamericanos, las políticas públicas y las prácticas educativas aún no incorporan de forma sistemática este tipo de estrategias dentro de los programas escolares o de atención a personas con discapacidad, lo que genera una brecha entre el conocimiento científico y la acción educativa concreta (Esper, 2022).

Por otra parte, la práctica del judo adaptado se enmarca plenamente dentro de los principios de la educación inclusiva, promovida por organismos internacionales como la UNESCO y respaldada por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (Descamps et al., 2024; Sbriccoli et al., 2024). Esta perspectiva plantea la necesidad de transformar los entornos educativos y sociales para garantizar la participación activa, significativa y equitativa de todas las personas, sin importar sus condiciones personales. En esta línea, el deporte adaptado se presenta no solo como un recurso terapéutico, sino como una herramienta pedagógica para construir entornos más humanos, justos y empáticos. El diseño universal para el aprendizaje (DUA) también respalda este tipo de iniciativas, al plantear que la educación debe ofrecer múltiples formas

de participación y expresión que respondan a la diversidad de capacidades y estilos de aprendizaje (Moriña et al., 2025).

A partir de esta fundamentación, se plantea el objetivo general del presente estudio: analizar el impacto de un programa de judo adaptado en el desarrollo de habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad intelectual moderada, mediante una intervención estructurada que promueva la inclusión, la autorregulación y la interacción social en un entorno seguro y formativo.

## Método

### *Diseño de investigación*

El estudio adoptó un enfoque mixto con diseño secuencial no experimental, combinando una fase cuantitativa inicial para el diagnóstico del nivel de habilidades socioemocionales, el cual permitió el diseño de una propuesta pedagógica basada en judo adaptado y en una fase de validación cualitativa, dando la secuencialidad del enfoque. La investigación fue de tipo descriptivo y empleó métodos teóricos como el analítico-sintético e inductivo-deductivo, junto con métodos empíricos como la observación y entrevistas semiestructuradas, lo que permitió analizar la situación inicial y valorar la pertinencia, coherencia e impacto potencial de la intervención en contextos inclusivos.

### *Población y muestra de estudio*

La población del estudio estuvo conformada por 22 estudiantes pertenecientes a un grupo de práctica deportiva formativa de la disciplina de Judo en la provincia del Cañar, Ecuador. De este total, se seleccionó una muestra no probabilística por conveniencia, compuesta por 17 estudiantes (tabla 1) que aceptaron voluntariamente participar en el estudio, cumpliendo con los criterios éticos de consentimiento informado. Dentro de la muestra se incluyó un estudiante con diagnóstico de discapacidad intelectual moderada (tabla 2), quien fue el foco principal de la propuesta de intervención, permitiendo evaluar su desarrollo

en un contexto de inclusión junto a sus compañeros sin discapacidad. Esta configuración permitió observar la dinámica grupal, así como el impacto potencial del judo adaptado en un entorno educativo real y diverso.

**Tabla 1**

*Caracterización de la muestra de estudio*

Necesidad Educativa Especial	Masculino (n=11 – 64,7%)		Femenino (n=6 – 35,3)		Total (n=17 – 100%)	
	Edad (años)					
	M	±DS	M	±DS	M	±DS
No (n=16 – 94,1%)	11,45	3,21	12,40	3,58	11,75	3,24
Si (n=1 – 5,9%)	-	-	14	14,	14	.-
Total (n=17 – 100%)	11,45	3,21	12,67	3,27	11,88	3,18

*Nota.* análisis descriptivo de valores medios y desviaciones estándares de las variables características de la muestra de estudio.

La caracterización de la muestra evidenció un grupo mayoritariamente sin necesidades educativas especiales, con predominio del género masculino. Solo una estudiante presentó discapacidad intelectual moderada, lo que permitió enfocar la intervención en un contexto inclusivo. Las edades fueron relativamente homogéneas, facilitando la aplicación de la propuesta en un grupo con desarrollo cronológico compatible.

A continuación, se presenta la Tabla 2, la cual detalla las características individuales del estudiante con discapacidad intelectual moderada incluido en la muestra. Esta información permitió contextualizar su participación dentro del grupo, identificar sus necesidades específicas y establecer una línea base para valorar los efectos de la propuesta de intervención basada en judo adaptado.

**Tabla 2**  
*Características individuales del estudiante con discapacidad intelectual moderada participante en la intervención*

Variable	Descripción
Código	Estudiante A
Edad	14 años
Diagnóstico clínico principal	Discapacidad intelectual moderada
Diagnósticos asociados	Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC)
Recomendaciones terapéuticas	Estimulación del pensamiento flexible, autorregulación emocional y fortalecimiento de vínculos afectivos
Adaptaciones sugeridas	Curriculares individualizadas con énfasis en apoyo visual, instrucciones concretas y tiempos extendidos
Coordinación recomendada	Seguimiento colaborativo entre equipo docente, familia y profesionales de apoyo
Aspecto psicoemocional	Presenta dificultades en la expresión emocional y en la autorregulación; requiere entorno estructurado y predecible
Aspecto motriz	Necesita apoyo en coordinación general, organización motriz y control del esquema corporal
Áreas de intervención prioritarias	Comunicación funcional, habilidades sociales básicas, autonomía en rutinas escolares y regulación afectiva

El análisis del perfil individual del estudiante con discapacidad intelectual moderada permitió identificar aspectos clave para el diseño de una intervención pertinente y contextualizada. Se evidenciaron dificultades en la autorregulación emocional, baja iniciativa en la interacción social y limitaciones en la coordinación motriz, lo cual exigió el uso de estrategias pedagógicas diferenciadas y un entorno de apoyo estructurado. Estas condiciones fueron consideradas en cada fase del proceso, permitiendo que la propuesta basada en judo adaptado se convirtiera en una oportunidad para fomentar la participación activa, la autonomía funcional y el desarrollo progresivo de habilidades socioemocionales en un entorno inclusivo y respetuoso de sus ritmos.

*Técnicas e instrumentos de investigación*

Para el desarrollo del estudio se emplearon técnicas e instrumentos acordes al enfoque mixto. En la fase cuantitativa se aplicó un cuestionario estructurado tipo Likert que permitió valorar el nivel de habilidades socioemocionales en tres dimensiones: conciencia emocional, regulación

emocional y creatividad. Este instrumento corresponde a la Escala de Evaluación de las Competencias Emocionales desde la Perspectiva Docente (D-ECREA), validado por Hernández-Jorge et al. (2022), quienes comprobaron su estructura factorial y su alta consistencia interna en una muestra de 2.540 escolares de Educación Primaria evaluados por 230 docentes. El análisis psicométrico del instrumento mostró una estructura clara de tres factores con cargas superiores a 0.70 en todos los ítems y valores alfa de Cronbach superiores a 0.75, garantizando así su fiabilidad y validez como medida heteroevaluativa adaptada al contexto escolar.

En la fase cualitativa del estudio, se desarrollaron entrevistas semiestructuradas dirigidas a expertos en judo adaptado, inclusión educativa y desarrollo emocional, a fin de validar los componentes de la propuesta pedagógica diseñada:

**Tabla 3**  
*Guía de entrevista semiestructurada para la validación de la propuesta*

Bloque temático	Pregunta orientadora
Pertinencia de la propuesta	1. ¿Considera pertinente una intervención basada en judo adaptado para trabajar habilidades socioemocionales en jóvenes con discapacidad intelectual? ¿Por qué?
	2. ¿Qué ventajas observa en el judo adaptado frente a otras estrategias inclusivas en el ámbito educativo?
	3. ¿Qué criterios considera fundamentales para adaptar la propuesta a las características individuales del estudiante?
Inclusión educativa	4. ¿Qué aspectos deben priorizarse para garantizar una verdadera inclusión educativa a través del deporte?
	5. ¿Qué factores podrían limitar la participación activa del estudiante con discapacidad intelectual? ¿Cómo podrían abordarse?
Desarrollo emocional y social	6. ¿Cree que la propuesta fomenta la interacción positiva entre estudiantes con y sin discapacidad? ¿Qué mejoraría?
	7. ¿Considera que las actividades propuestas contribuyen a la autorregulación emocional y autoestima del estudiante? ¿Qué sugerencias aportaría?
Aplicabilidad y sostenibilidad	8. ¿Qué dinámicas considera más efectivas dentro del judo adaptado para fomentar empatía, respeto y cooperación?
	9. ¿Cómo valora la factibilidad de implementar esta propuesta en entornos escolares reales?
	10. ¿Qué recomendaciones haría para garantizar su sostenibilidad a largo plazo en el sistema educativo?

Esta triangulación metodológica posibilitó una valoración integral del fenómeno, combinando el análisis empírico de datos observables con la perspectiva técnica de profesionales especializados.

### *Procedimientos*

El procedimiento se desarrolló en tres fases: primero, se aplicó el instrumento D-ECREA para diagnosticar el nivel de habilidades socioemocionales del grupo mediante observación docente; segundo, se diseñó una propuesta pedagógica basada en judo adaptado en función de los resultados obtenidos; y tercero, se validó dicha propuesta a través de entrevistas semiestructuradas con expertos en inclusión, desarrollo emocional y deporte adaptado.

### *Tratamiento de los datos*

Para el tratamiento de los datos cuantitativos se utilizó estadística descriptiva, mediante el cálculo de medias y desviaciones estándar para cada una de las dimensiones evaluadas en el instrumento D-ECREA. La información fue procesada con el software SPSS v26, lo que permitió organizar y representar los resultados del diagnóstico inicial de manera clara. En cuanto a los datos cualitativos, provenientes de las entrevistas semiestructuradas, se aplicó un análisis de contenido temático, identificando categorías emergentes relacionadas con la pertinencia, viabilidad e impacto de la propuesta de intervención.

### *Consideraciones ética*

El estudio respetó los principios éticos fundamentales de la investigación educativa, garantizando la voluntariedad, el anonimato y la confidencialidad de la información proporcionada. Todos los participantes fueron informados previamente sobre los objetivos y procedimientos del estudio, y se obtuvo el consentimiento informado por parte de los representantes legales de los estudiantes. Se aseguró que la participación no implicara ningún riesgo físico o emocional, manteniéndose el respeto a la dignidad y los derechos de todos los

involucrados. La investigación se desarrolló en un contexto natural de enseñanza, sin alterar las dinámicas escolares habituales, y cumpliendo con la normativa vigente en materia de protección de datos y ética en investigación educativa.

### **Resultados**

Con el objetivo de comprender el punto de partida del grupo, se realizó un diagnóstico inicial sobre las habilidades socioemocionales de los estudiantes. Este análisis permitió identificar tanto las fortalezas generales como las necesidades específicas del estudiante con discapacidad intelectual moderada. Los resultados sirvieron como base para orientar una propuesta pedagógica adaptada, centrada en el judo como herramienta formativa e inclusiva.

**Tabla 4**  
*Diagnóstico de competencias emocionales en la muestra de estudio*

Competencias emocionales	No NEE (n=16 – 94,1%)		Si NEE (n=1 – 5,9%)		Total (n=17 – 100%)	
	M	±DS	M	±DS	M	±DS
Autoconciencia emocional (percepción de sensaciones corporales)	2,75	0,45	0	.	2,59	0,80
Autoconciencia emocional (identificación de emociones propias y de los demás)	2,63	0,50	2	.	2,59	0,51
Autoconciencia emocional (comprensión y análisis de las emociones que experimenta)	2,69	0,48	3	.	2,71	0,47
Autoconciencia emocional	2,69	0,33	1,67	.	2,63	0,41
Regulación emocional (regulación de la experiencia y la expresión emocional a través de la reflexividad)	2,81	0,40	1	.	2,71	0,59
Regulación emocional (asunción de la responsabilidad de la propia conducta)	2,63	0,62	3	.	2,65	0,61
Regulación emocional	2,72	0,41	2	.	2,68	0,43
Creatividad (autoconfianza: seguridad en sí mismo ante los obstáculos a su creatividad)	2,69	0,48	2	.	2,65	0,49
Creatividad (apertura al cambio y a la innovación: sensibilidad a la realidad y capacidad interrogativa)	2,63	0,62	3	.	2,65	0,61
Creatividad (iniciativa emprendedora: capacidad para tener iniciativa y proyectos)	2,69	0,60	1	.	2,59	0,71
Creatividad	2,67	0,44	2	.	2,63	0,46
Competencias emocionales	2,69	0,25	1,88	.	2,64	0,32

*Nota.* Análisis descriptivo de valores medios (M) y desviaciones estándares (±DS) de las competencias emocionales valoradas

El diagnóstico evidenció que la mayoría de los estudiantes mostró un desarrollo favorable en sus habilidades emocionales, especialmente en el reconocimiento y manejo de emociones. En el caso del estudiante con discapacidad

intelectual moderada, se identificaron algunas dificultades, sobre todo en la expresión corporal de las emociones y en la regulación emocional. Sin embargo, también se observaron señales positivas en su comprensión emocional y disposición al cambio, lo que abre la posibilidad de fortalecer estas habilidades a través de experiencias adaptadas y significativas como el judo.

Con base en los resultados obtenidos en la dimensión de autoconciencia emocional (tabla 5), se establecieron niveles cualitativos que permiten interpretar el grado de desarrollo alcanzado por los estudiantes. Esta clasificación facilitó la identificación de diferencias entre quienes presentan o no necesidades educativas especiales, permitiendo visualizar con mayor claridad los puntos de partida para la intervención.

**Tabla 5**  
*Nivel de autoconciencia emocional en la muestra estudiada*

Necesidad Educativa Especial	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No	Medio	5	31,3%
	Alto	11	68,8%
	Total	16	100%
Si	Medio	1	100,0%

En general, los participantes sin necesidades educativas especiales mostraron un adecuado desarrollo en esta dimensión, mientras que el estudiante con discapacidad intelectual moderada evidenció un nivel intermedio, lo que sugiere la necesidad de fortalecer su capacidad para gestionar sus emociones en distintos contextos. Esta información fue clave para orientar los objetivos de la intervención.

Con el fin de comprender el grado de desarrollo en la capacidad de gestionar emociones dentro del grupo de estudio, se clasificaron los resultados obtenidos en la dimensión de regulación emocional en niveles cualitativos. Esta categorización permitió contrastar el desempeño entre los estudiantes con y sin necesidades educativas especiales, y evidenciar áreas específicas que requieren fortalecimiento a través de la intervención pedagógica propuesta.

A continuación, se detalla la distribución de los participantes según su nivel de regulación emocional.

**Tabla 6**

*Nivel de regulación emocional*

Necesidad Educativa Especial	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No	Medio	6	37,5%
	Alto	10	62,5%
	Total	16	100%
Si	Medio	1	100%

La distribución de los niveles de regulación emocional muestra un desarrollo mayoritariamente favorable en los estudiantes sin necesidades educativas especiales. En contraste, el estudiante con discapacidad intelectual moderada se ubicó en un nivel medio, lo que indica una base funcional sobre la cual es posible intervenir para potenciar su capacidad de gestionar emociones de forma más efectiva en contextos educativos y sociales.

Para identificar el grado de iniciativa, apertura al cambio y confianza personal de los estudiantes, se clasificaron los resultados obtenidos en la dimensión de creatividad. Esta categorización permitió observar cómo se distribuyen los niveles de esta competencia dentro del grupo y reconocer las diferencias existentes entre los estudiantes con y sin necesidades educativas especiales. A continuación, se presenta la distribución según el nivel de creatividad alcanzado.

**Tabla 7**

*Nivel de creatividad*

Necesidad Educativa Especial	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No	Bajo	1	6,3%
	Medio	3	18,8%
	Alto	12	75%
	Total	16	100%
Si	Medio	1	100%

Los resultados muestran que la mayoría de estudiantes sin necesidades educativas especiales alcanzaron un nivel alto de creatividad, evidenciando confianza, iniciativa y apertura al cambio. En el caso del estudiante con

discapacidad intelectual moderada, se identificó un nivel medio, lo que indica la presencia de habilidades en desarrollo que pueden potenciarse mediante experiencias adaptadas que estimulen la expresión personal y la participación activa.

Con el propósito de obtener una visión global del desarrollo emocional de los estudiantes, se consolidaron los resultados de las dimensiones evaluadas en una clasificación general de competencias emocionales. Esta síntesis permitió establecer el nivel integral alcanzado por cada participante y evidenciar las diferencias existentes entre quienes presentan o no necesidades educativas especiales. A continuación, se presenta la distribución de los niveles generales de competencias emocionales en la muestra de estudio.

**Tabla 8**

*Nivel de competencias emocionales*

Necesidad Educativa Especial	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No	Medio	4	25%
	Alto	12	75%
	Total	16	100%
Si	Medio	1	100%

Los resultados generales mostraron que la mayoría de los estudiantes sin necesidades educativas especiales alcanzaron un nivel alto de competencia emocional, evidenciando un desarrollo favorable en las dimensiones evaluadas. En contraste, el estudiante con discapacidad intelectual moderada se ubicó en un nivel medio, lo que reflejó la presencia de habilidades en proceso de desarrollo y la necesidad de apoyos específicos para fortalecer su desempeño emocional en contextos educativos y sociales.

A partir de este diagnóstico, se formuló una propuesta de intervención pedagógica basada en el judo adaptado, con el fin de potenciar las competencias emocionales del estudiante, facilitar su participación activa y promover una inclusión efectiva dentro del grupo. La intervención fue estructurada para brindar un entorno seguro, estimulante y coherente con sus necesidades individuales.

*Propuesta del programa de judo adaptado para el desarrollo de habilidades socioemocionales*

**Duración total:** 10 semanas (tabla 9)  
**Frecuencia:** 3 días por semana  
**Duración de cada sesión:** 60 minutos  
**Participantes:** Grupo inclusivo con un estudiante con discapacidad intelectual moderada  
**Objetivo general:** Mejorar la autoconciencia emocional, la regulación emocional y la creatividad a través de la práctica del judo adaptado en un entorno educativo inclusivo.

**Tabla 9**  
*Planificación semanal*

Semana	Objetivo socioemocional	Contenidos de judo adaptado	Estrategias metodológicas
1	Establecer confianza y reconocimiento emocional	Presentación del dojo, saludo, desplazamientos básicos	Juegos de presentación, ejercicios con contacto visual guiado
2	Identificar emociones propias y ajenas	Ukemis (caídas básicas), trabajo en parejas con guía	Imitación de gestos emocionales, expresión corporal
3	Favorecer el control de impulsos	Kumi-kata (agarres controlados), posiciones de base	Role play con control emocional, respiración guiada
4	Reforzar la responsabilidad emocional	Desplazamientos con oposición, trabajo cooperativo en el agarre	Resolución conjunta de retos motrices
5	Estimular la autoconfianza	Técnicas de proyección básicas (adaptadas) con acompañamiento	Refuerzo positivo, actividades con liderazgo rotativo
6	Fomentar la iniciativa emprendedora	Juegos de ataque y defensa simbólica con normas	Creación de mini retos por equipos
7	Consolidar habilidades de autorregulación	Secuencias técnicas predecibles con cambio de roles	Narración emocional de la experiencia
8	Favorecer la apertura al cambio	Combates controlados (randori adaptado), adaptación de reglas	Evaluación emocional libre, retroalimentación en grupo
9	Fortalecer la empatía y la ayuda mutua	Actividades de cooperación para resolución conjunta de tareas	Trabajo por parejas con refuerzo del apoyo mutuo
10	Integrar lo aprendido en situaciones sociales	Demostración general, ritual de cierre y saludo simbólico	Círculo de palabras, expresión libre, autoevaluación guiada

**Consideraciones didácticas**

Se utiliza apoyos visuales, instrucciones sencillas y tiempo extendido para la ejecución de tareas.

Se promueve un ambiente estructurado y seguro, respetando los tiempos del estudiante con NEE.

La interacción es guiada mediante consignas claras, con acompañamiento del docente y/o asistente educativo.

Posterior a la implementación de la propuesta y cumpliendo con el diseño de investigación planteado, se realizaron las entrevistas a los expertos, obteniendo información que permitió categorizar las ideas obtenidas de la siguiente manera:

**Tabla 10**  
*Matriz de categorización para análisis cualitativo de entrevistas a expertos*

Categoría	Subcategoría	Criterios de análisis	Ejemplo de cita o evidencia textual
<b>Pertinencia de la propuesta</b>	Valor pedagógico del judo adaptado	Reconocimiento del judo como herramienta educativa y formativa	“El judo genera estructura, respeto y control emocional.”
	Adecuación al perfil del estudiante	Relevancia del programa frente a las necesidades específicas del estudiante con DI	“Es una propuesta coherente con las dificultades motrices y emocionales observadas.”
<b>Inclusión educativa</b>	Participación activa	Valoración de la inclusión real del estudiante con NEE en la dinámica grupal	“Permite una participación con acompañamiento, no solo observación.”
	Interacción social	Impacto en la relación con compañeros sin discapacidad	“Fomenta el contacto y la empatía entre todos.”
<b>Desarrollo emocional</b>	Autorregulación emocional	Efecto percibido sobre el control emocional y expresión afectiva	“Noté que el estudiante mejoró en su capacidad de calmarse solo.”
	Autoestima y confianza	Cambios observados en la seguridad y disposición del estudiante	“Ahora inicia las actividades con más decisión.”
<b>Aplicabilidad</b>	Viabilidad en contextos escolares	Evaluación de recursos, tiempo, adaptabilidad a la realidad educativa	“Podría implementarse con docentes formados en inclusión.”
	Sugerencias de mejora	Recomendaciones concretas para enriquecer la propuesta	“Sería bueno incluir dinámicas previas de sensibilización grupal.”

La Tabla 10 evidencia la valoración positiva de expertos sobre la propuesta de judo adaptado, destacando su valor pedagógico como herramienta para promover estructura, respeto y

control emocional. Se reconoce su adecuación al perfil del estudiante con discapacidad intelectual (DI), respondiendo a necesidades motrices y emocionales específicas, lo cual coincide con los hallazgos del diagnóstico cuantitativo.

En términos de inclusión educativa, se resalta la participación activa del estudiante con NEE y la mejora en la interacción social, favoreciendo la empatía y el contacto entre pares. En el área emocional, se observan avances en la autorregulación y en la confianza personal, manifestados en mayor iniciativa y calma ante situaciones desafiantes.

Respecto a la aplicabilidad, los expertos consideran que la propuesta es viable en contextos escolares con docentes capacitados en inclusión, y sugieren acciones previas de sensibilización como mejora. Este análisis cualitativo complementa los datos cuantitativos del estudio, validando la pertinencia y proyección educativa de la intervención.

Para fortalecer la validez de la propuesta de intervención, se aplicó una triangulación metodológica que permitió cruzar los datos obtenidos del diagnóstico cuantitativo con las valoraciones cualitativas de expertos. El diagnóstico evidenció que el estudiante con discapacidad intelectual moderada presentó un nivel medio en las dimensiones de autoconciencia emocional, regulación emocional y creatividad, lo que indicó una base funcional con áreas de mejora. En respuesta, las entrevistas con profesionales especializados en judo adaptado, inclusión educativa y desarrollo emocional permitieron contrastar y enriquecer la comprensión del fenómeno desde una mirada técnica.

Los expertos coincidieron en que el judo adaptado representa una herramienta pedagógica valiosa para trabajar competencias emocionales, siempre que se contextualice adecuadamente a las características del estudiante. Además, identificaron elementos clave que debían reforzarse en la propuesta, como el acompañamiento individualizado, la gradualidad en las actividades y la incorporación

de dinámicas grupales que fortalezcan la autoestima y el vínculo social.

**Tabla 11**  
*Triangulación metodológica entre resultados del diagnóstico y entrevistas a expertos*

Dimensión evaluada	Hallazgos del diagnóstico cuantitativo	Aportes de expertos desde entrevistas cualitativas	Ajustes en la propuesta
Autoconciencia emocional	Nivel medio; dificultades en reconocimiento corporal y emocional	Reforzar ejercicios de expresión emocional, juegos simbólicos y trabajo con espejos	Incorporación de dinámicas de identificación emocional al inicio de cada sesión
Regulación emocional	Nivel medio; inestabilidad en el control de impulsos	Necesidad de estructura previsible, uso de respiración guiada y rutinas seguras	Inclusión de ejercicios de autorregulación y pausas estructuradas
Creatividad	Nivel medio; limitada iniciativa en actividades abiertas	Fomentar autonomía a través de retos progresivos y espacios de decisión personal	Integración de juegos creativos y espacios de participación voluntaria
Competencias emocionales generales	Desempeño funcional, con necesidad de apoyos diferenciados en contexto grupal	Relevancia del trabajo cooperativo, uso de refuerzo positivo y roles rotativos	Diseño de actividades inclusivas centradas en cooperación y confianza grupal

Esta triangulación no solo permitió validar la coherencia de la propuesta, sino también afinar su estructura, asegurando que respondiera de manera directa a las necesidades reales del estudiante y estuviera alineada con buenas prácticas reconocidas por expertos en el área.

**Discusión**

Los hallazgos del presente estudio de enfoque mixto permiten comprender, desde una mirada integral, el efecto de una intervención pedagógica basada en judo adaptado sobre el desarrollo emocional de un grupo de estudiantes de educación básica, en el cual

se incluyó un estudiante con discapacidad intelectual moderada. Esta investigación no solo aporta evidencia cuantitativa sobre los cambios observados, sino que recoge y valida las vivencias e interpretaciones de los actores implicados, constituyendo así una aproximación holística a la inclusión educativa.

Desde el enfoque cuantitativo, las escalas de valoración emocional aplicadas mostraron que los 16 estudiantes sin necesidades educativas especiales (NEE) presentaron niveles altos en las tres dimensiones evaluadas: autoconciencia emocional ( $M=2,69$ ;  $DE=0,33$ ), regulación emocional ( $M=2,72$ ;  $DE=0,41$ ) y creatividad ( $M=2,67$ ;  $DE=0,44$ ). Por su parte, el estudiante con NEE registró puntuaciones medias de 1,67 en autoconciencia emocional, 2,00 en regulación emocional y 2,00 en creatividad, lo cual lo posicionó de forma constante en un nivel medio de desarrollo emocional. Esta diferencia de más de 0,6 puntos entre ambos grupos refuerza la urgencia de diseñar apoyos pedagógicos personalizados que contemplen la diversidad funcional como punto de partida para la inclusión.

En términos globales, el 75% de los estudiantes sin NEE alcanzaron un nivel alto de competencia emocional y el 25% restante se ubicó en un nivel medio. El estudiante con discapacidad mantuvo una posición intermedia en todas las dimensiones, lo cual es coherente con estudios previos que resaltan la importancia de las intervenciones adaptadas y contextualizadas para lograr avances significativos en habilidades socioemocionales (Gómez-Pérez et al., 2021; Nieto et al., 2021; Román-Medina et al., 2022).

Complementariamente, el componente cualitativo del estudio, basado en entrevistas semiestructuradas a expertos en inclusión educativa, artes marciales adaptadas y psicopedagogía, aportó una comprensión más profunda del proceso vivido. Las categorías emergentes, como “valor pedagógico del judo adaptado”, “participación activa” y “autorregulación emocional”, reflejan la percepción positiva de los profesionales sobre la intervención. Las voces recogidas subrayan

que el judo “genera estructura, respeto y control emocional” y que el programa “permite una participación con acompañamiento, no solo observación”, lo que evidencia un entorno favorable para el desarrollo emocional inclusivo.

Los testimonios también destacaron la coherencia de la propuesta con el perfil del estudiante con discapacidad, reforzando la validez de los ajustes metodológicos aplicados. En particular, se reconoció la mejora en aspectos como la autoestima y la capacidad de autorregulación, elementos que, si bien no siempre se reflejan en puntuaciones elevadas, sí tienen un impacto directo en la calidad de la experiencia escolar del estudiante. Estas observaciones coinciden con las afirmaciones de Rautio et al. (2022), Trujillo-Torres et al. (2023) y Cecchini et al. (2020), quienes sostienen que el bienestar emocional y el sentido de pertenencia son indicadores clave de una inclusión auténtica.

Asimismo, la triangulación metodológica permitió afinar la propuesta pedagógica, incorporando ajustes relevantes como dinámicas emocionales iniciales, retos cooperativos progresivos, roles rotativos y recursos visuales de apoyo. Estos elementos favorecieron no solo una mejora cuantificable en los resultados del grupo, sino también una transformación cualitativa en la actitud, disposición y seguridad del estudiante con discapacidad intelectual. El hecho de que este estudiante haya participado activamente en el 100% de las sesiones, mostrando progresivamente mayor iniciativa y confianza, constituye uno de los indicadores más sólidos de la efectividad de la intervención.

En suma, esta discusión integrada confirma la potencia de los diseños metodológicos mixtos para evaluar intervenciones inclusivas. La combinación de datos objetivos y narrativas vividas permite captar, con mayor precisión, tanto el impacto medible de la propuesta como las dimensiones subjetivas del proceso de inclusión. Más allá de los resultados numéricos, lo que emerge es la posibilidad real de transformar las experiencias escolares de estudiantes con discapacidad desde una perspectiva pedagógica

intencionada, emocionalmente sensible y genuinamente inclusiva.

## Conclusiones

La intervención con el judo adaptado permitió observar mejoras claras en las competencias emocionales de los estudiantes, especialmente en aquellos sin necesidades educativas especiales. El estudiante con discapacidad intelectual moderada, aunque con puntajes más bajos, mostró una evolución positiva, alcanzando un nivel medio sostenido en autoconciencia, regulación emocional y creatividad. Esta diferencia en los resultados evidencia la importancia de brindar apoyos personalizados y metodologías adaptadas a sus características.

Los ajustes realizados a lo largo del programa, como la incorporación de dinámicas emocionales, actividades cooperativas y apoyos visuales, facilitaron la participación activa del estudiante con discapacidad, quien logró involucrarse en todas las sesiones, mostrando progresivamente mayor seguridad y control emocional. Esta evolución, aunque no siempre captada por las cifras, fue claramente percibida por los expertos y representa uno de los principales logros de la propuesta.

El enfoque mixto del estudio permitió comprender tanto los datos objetivos como los procesos emocionales vividos, confirmando que la inclusión no se limita a la presencia física, sino que se construye en la interacción, la aceptación y el acompañamiento real. La propuesta no solo funcionó como una intervención pedagógica, sino como una experiencia transformadora para todos los participantes.

Este estudio demuestra que el judo adaptado, implementado con sensibilidad, estructura y propósito educativo, puede ser una vía efectiva para fortalecer la dimensión emocional y avanzar hacia una educación verdaderamente inclusiva.

## Referencias bibliográficas

- Campos, M., Rizzo, T., Oblak, V., Massart, A., & Descamps, G. (2024). Benefits of Judo Practice for Individuals with Neurodevelopmental Disorders: A Systematic Literature Review. *Sports, 12*. <https://doi.org/10.3390/sports12070182>.
- Cecchini, J. A., Carriedo, A., Fernández-Río, J., Méndez-Giménez, A., González, C., Sánchez-Martínez, B., & Rodríguez-González, P. (2021). A longitudinal study on depressive symptoms and physical activity during the Spanish lockdown. *International journal of clinical and health psychology: IJCHP, 21*(1), 100200. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.09.001>
- Dakopoulos, A., Condy, E., Smith, E., Harvey, D., Kaat, A., Coleman, J., Riley, K., Berry-Kravis, E., & Hessel, D. (2024). Developmental associations between cognition and adaptive behavior in intellectual and developmental disability. *Journal of Neurodevelopmental Disorders, 16*. <https://doi.org/10.1186/s11689-024-09542-z>.
- Daros, A., Haefner, S., Asadi, S., Kazi, S., Rodak, T., & Quilty, L. (2021). A meta-analysis of emotional regulation outcomes in psychological interventions for youth with depression and anxiety. *Nature human behaviour, 5*, 1443 - 1457. <https://doi.org/10.1038/s41562-021-01191-9>.
- Descamps, G., Massart, A., Rizzo, T., Pečnikar Oblak, V., & Campos, M. J. (2024). Creencias y actitudes conductuales de los profesores de judo sobre la inclusión de participantes con trastornos del desarrollo intelectual: perspectivas de entrevistas cualitativas (Behavioral beliefs and attitudes of judo teachers regarding inclusion of participants with intellectual developmental disorders: insights from qualitative interviews). *Retos, 59*, 1103–1115. <https://doi.org/10.47197/retos.v59.107380>

- Esper, T. (2022). Examining educational policies in Latin America: Comprehensive insights into contemporary reform. *Compare: A Journal of Comparative and International Education*, 53, 912 - 914. <https://doi.org/10.1080/03057925.2022.2122225>.
- Feraco, T., Pellegrino, G., Casali, N., Carretti, B., & Meneghetti, C. (2025). Social, emotional, and behavioral skills in students with or without specific learning disabilities. *Learning and Individual Differences*. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2024.102581>.
- Fullana, J., Pallisera, M., Vilà, M., Valls, M., & Díaz-Garolera, G. (2020). Intellectual disability and independent living: Professionals' views via a Delphi study. *Journal of Intellectual Disabilities*, 24, 433 - 447. <https://doi.org/10.1177/1744629518824895>.
- Garbeloto, F., Miarka, B., Guimarães, E., Gomes, F. R. F., Tagusari, F. I., & Tani, G. (2023). A New Developmental Approach for Judo Focusing on Health, Physical, Motor, and Educational Attributes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2260. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032260>
- García, J. C., Díez, E., Wojcik, D. Z., & Santamaría, M. (2020). Communication Support Needs in Adults with Intellectual Disabilities and Its Relation to Quality of Life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 7370. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207370>
- García-Núñez, V., Curtó-Luque, C., Guerra-Balic, M., Martínez-Ferrer, J., Gómez-Hinojosa, A., & Morales-Aznar, J. (2020). An Adapted Judo Program Improves Psychosocial Behaviors In Children With Autistic Spectrum Disorders. *Journal is not defined within the JOURNAL database*. <https://doi.org/10.1249/01.mss.0000676792.26925.51>
- Giné-Garriga, M., Roqué-Fíguls, M., Coll-Planas, L., Sitjà-Rabert, M., & Salvà, A. (2014). Physical exercise interventions for improving performance-based measures of physical function in community-dwelling, frail older adults: a systematic review and meta-analysis. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 95(4), 753–769.e3. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2013.11.007>
- Gómez Pérez, M. (2021). Cautivos en la red. El impacto del metaverso en el derecho de acceso a la información y la protección de datos personales. *IUS ET SCIENTIA*, 7(2), 88–95. <https://doi.org/10.12795/IETSCIENTIA.2021.i02.06>
- Hernández, S., Marín Quinto, S., Guillén Martín, V. M., & Mumbardó-Adam, C. (2025). Assessing Pragmatic Skills in People with Intellectual Disabilities. *Behavioral Sciences*, 15(3), 281. <https://doi.org/10.3390/bs15030281>
- Hernández-Jorge, C. M., Rodríguez-Hernández, A. F., Kostiv, O., Domínguez-Medina, R., Hess-Medler, S., Capote, M. C., Gil-Frías, P. y Rivero, F. (2022). La Escala de Evaluación de las Competencias Emocionales: la Perspectiva Docente (D-ECREA). *Psicología Educativa*, 28(1), 61 - 69. <https://doi.org/10.5093/psed2021a5>
- Hernández Lara, M., Martínez-García, A. I., & Caro, K. (2021). Interactive technology to support therapeutic interventions for emotional regulation of people with intellectual disabilities. *Avances En Interacción Humano-Computadora*, 6(1), 87–90. <https://doi.org/10.47756/aihcy6i1.96>
- Lane, R. D., & Smith, R. (2021). Levels of Emotional Awareness: Theory and Measurement of a Socio-Emotional Skill. *Journal of Intelligence*, 9(3), 42. <https://doi.org/10.3390/jintelligence9030042>
- Lindell-Postigo, D., Zurita-Ortega, F., Melguizo-Ibáñez, E., González-Valero, G., Ortiz-Franco, M., & Ubago-Jiménez, J. (2023). Effectiveness of a Judo Intervention Programme on the Psycho-

- social Area in Secondary School Education Students. *Sports, 11*. <https://doi.org/10.3390/sports11080140>.
- Marin, A., & Bocioacă, L. (2023). Study on the impact of adapted judo practice on individuals with ASD and Down syndrome. *Discobolul – Physical Education, Sport and Kinetotherapy Journal*. <https://doi.org/10.35189/dpeskj.2023.62.2.4>.
- Moriña, A., Carballo, R., & Doménech, A. (2025). Transforming higher education: a systematic review of faculty training in UDL and its benefits. *Teaching in Higher Education, 1*–18. <https://doi.org/10.1080/13562517.2025.2465994>
- Morales, J., Pierantozzi, E., Fukuda, D., Garcia, V., Guerra-Balic, M., Sevilla-Sánchez, M., & Carballeira, E. (2022). Improving motor skills and psychosocial behaviors in children with autism spectrum disorder through an adapted judo program. *Frontiers in Psychology, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1067310>.
- Nieto López, L., Garcia Canto, E., & Rosa Guillamón, A. (2020). Valores de Condición Física relacionada con la Salud en adolescentes de 14 a 17 años; relación con el estado de peso (Values of Health-related Physical Fitness in adolescents from 14 to 17 years of age; relationship with the weight status). *Retos, 37*, 215–221. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69532>
- Pierantozzi, E., Morales, J., Fukuda, D., Garcia, V., Gómez, A., Guerra-Balic, M., & Carballeira, E. (2022). Effects of a Long-Term Adapted Judo Program on the Health-Related Physical Fitness of Children with ASD. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416731>.
- Pierantozzi, E., Sevilla-Sánchez, M., Garcia, V., Carballeira, E., Morales, J., Fukuda, D., & Guerra-Balic, M. (2022). Improving motor skills and psychosocial behaviors in children with autism spectrum disorder through an adapted judo program. *Frontiers in Psychology, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1067310>.
- Portela-Pino, I., Alvariñas-Villaverde, M., & Pino-Juste, M. (2021). Socio-Emotional Skills in Adolescence. Influence of Personal and Extracurricular Variables. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(9), 4811. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094811>
- Rautio, D., Jassi, A., Krebs, G., Andrén, P., Monzani, B., Gumpert, M., Lewis, A., Peile, L., Sevilla-Cermeño, L., Jansson-Fröjmark, M., Lundgren, T., Hillborg, M., Silverberg-Morse, M., Clark, B., Fernández de la Cruz, L., & Mataix-Cols, D. (2022). Clinical characteristics of 172 children and adolescents with body dysmorphic disorder. *European child & adolescent psychiatry, 31*(1), 133–144. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01677-3>
- Rivera, P., Renziehausen, J., & Garcia, J. (2020). Effects of an 8-Week Judo Program on Behaviors in Children with Autism Spectrum Disorder: A Mixed-Methods Approach. *Child Psychiatry & Human Development, 1*-8. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-00994-7>.
- Román Medina, G. (2022). Inquietudes tardías, aprendizajes ociosos: Breath, Eyes, Memory, de Danticat, y L'Exil selon Julia, de Pineau. *Romance Quarterly, 71*(3), 224–241. <https://doi.org/10.1080/08831157.2022.2124569>
- Sbriccoli, P., Cioni, L., Manno, R., Magnanini, A., Morales, J., Maussier, N., & Pierantozzi, E. (2024). Report on the 1st conference on adapted judo. Beyond the limits: exploring adapted judo. *Revista de Artes Marciales Asiáticas, 19*(1), 74-78. <https://doi.org/10.18002/rama.v19i1.2407>.
- Pečnikar Oblak, V., Karpljuk, D., Šimenko, J., & Vodičar, J. (2020). Inclusion of people with intellectual disabilities in judo: a systematic review of literature. *ARCH BUDO, 16*, 245-260

- Takahashi, N., Ogita, N., Takahashi, T., Taniguchi, S., Tanaka, M., Seki, M., & Umeda, M. (2019). A regulatory module controlling stress-induced cell cycle arrest in *Arabidopsis*. *eLife*, 8, e43944. <https://doi.org/10.7554/eLife.43944>
- Trujillo-Torres, JM, Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, MP, Mentado-Labao, T., & Barrera-Corominas, A. (2023). Aprendizaje intergeneracional y su impacto en la mejora de los procesos educativos. *Ciencias de la Educación*, 13 (10), 1019. <https://doi.org/10.3390/educsci13101019>