

RECOVER | Contribuye a la recuperación y reintegración
de las víctimas de la trata a través del deporte
Número de proyecto: 101183243



Co-funded by
the European Union



Recover

D3.1. Programa de desarrollo de capacidades



RECOVER

Contribuir a la recuperación y reintegración de las víctimas de la trata a través del deporte

D3.1. Programa de desarrollo de capacidades

Beneficiario principal	CARDET
Versión entregable	1.0
Fecha de vencimiento	30/01/2026
Nivel de difusión	PU (Público)



Cofinanciado por la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de los mismos.

Información del proyecto

Acrónimo del proyecto	RECOVER
Nombre del proyecto	Contribuir a la recuperación y reintegración de las víctimas de la trata de personas a través del deporte
Convocatoria	ERASMUS-SPORT-2024
Número del proyecto	101183243
Tipo	ERASMUS-LS
Fecha de inicio del proyecto	1 de enero de 2025
Duración del proyecto	36 meses
Coordinador	KMOP, KENTRO MERIMNAS OIKOGENEIAS KAI PAIDIOU



Índice

Introducción	7
1. Módulo 1: Comprender el valor del deporte para la recuperación y la reintegración de las víctimas de la trata (VoTs)	8
1.1 Objetivos de aprendizaje	8
1.2 Contenido clave	9
1.3 Métodos de formación	11
1.4 Evaluación.....	11
Objetivo de la evaluación	11
1.5 Anexos / Recursos y referencias	11
Referencias clave y marcos políticos	11
Módulo 1: Presentación en PowerPoint	12
2. Módulo 2: Identificar y abordar las necesidades especiales del grupo destinatario	12
2.1 Objetivos de aprendizaje	12
2.2 Contenido clave: Comprensión de las víctimas de la trata Fase piloto.....	13
2.3 Métodos de formación	14
2.4 Evaluación.....	15
2.5 Módulo 2: Presentación en PowerPoint.....	15
3. Módulo 3: Consideraciones éticas y marcos jurídicos pertinentes	15
3.1 Objetivos de aprendizaje	16
3.2 Contenido clave	17
3.3 Métodos de formación	18
3.4 Evaluación.....	19
3.5 Referencias	19



3.6	Módulo 3: Presentación en PowerPoint.....	20
4.	Módulo 4: Creación de un entorno de coaching seguro e inclusivo	20
4.1	Objetivos de aprendizaje	21
4.2	Contenido clave	21
4.4	Métodos de formación	22
4.3	Referencias	22
4.4	Módulo 4: Presentación en PowerPoint.....	23
5.	Módulo 5: Desarrollo de estrategias de entrenamiento e instrucción que fomenten la participación de las víctimas de la trata (VoTs)	23
5.1	Objetivos de aprendizaje de este módulo	24
5.2	Contenido clave	25
5.3	Método de entrenamiento.....	28
5.4	Evaluación.....	29
5.5	Bibliografía.....	29
5.6	Módulo 5: Presentación en PowerPoint.....	31
6.	Módulo 6: Formas de colaboración entre los diferentes profesionales	31
6.1	Objetivos de aprendizaje	32
6.2	Contenido clave	33
6.3	Métodos de formación	35
6.4	Evaluación.....	36
6.5	Módulo 1: Presentación en PowerPoint.....	36
7.	Lecturas adicionales	37
7.1	Chipre	37
7.2	Grecia	39
7.3	Italia.....	40
7.4	Lituania.....	42



7.5	Portugal.....	43
7.6	España.....	45
7.7	UE	47
8.	Conclusión	50



Introducción

El programa de desarrollo de capacidades tiene como objetivo fomentar la colaboración entre los profesionales de los ámbitos del deporte y la asistencia directa a las víctimas de la trata de personas, con el fin de poder diseñar y poner en marcha conjuntamente actividades deportivas para los beneficiarios de la trata de personas. El programa de desarrollo de capacidades abarca, entre otras cosas, lo siguiente: *comprender el valor del deporte para la recuperación y la reintegración de las víctimas de la trata; identificar y atender las necesidades especiales del grupo destinatario; consideraciones éticas y marco jurídico pertinente; crear un entorno de entrenamiento seguro e inclusivo; desarrollar estrategias de entrenamiento e instrucción que fomenten la participación del grupo destinatario; formas de colaboración entre los diferentes profesionales (entrenadores y preparadores deportivos, trabajadores sociales y psicólogos) y sección de lecturas recomendadas.*

Este programa se basa en las conclusiones del WP2 y el consorcio ha desarrollado un plan de estudios común. En cuanto a la metodología para el desarrollo de los módulos de aprendizaje, cabe señalar que se basa en la alineación constructiva, un enfoque que maximiza las condiciones para un aprendizaje de calidad al garantizar la alineación a lo largo de todo el proceso, desde la formación de los resultados del aprendizaje hasta la elección de los métodos de enseñanza y la evaluación. Hay tres elementos que intervienen en el proceso de alineación constructiva de los módulos: la definición de los resultados del aprendizaje; la elección de los métodos de aprendizaje y enseñanza que pueden conducir a la consecución de los resultados; y la evaluación de los resultados del aprendizaje.

El programa de desarrollo de capacidades incluye una versión resumida de los planes de lecciones de los seis módulos del programa con las presentaciones en PowerPoint al final de cada plan. Además, en los próximos meses, el plan de estudios se enriquecerá con información sobre cómo utilizar la guía electrónica (WP4), el conjunto de



herramientas desarrollado en el marco (WP5), y se fomentará encarecidamente la participación en los centros electrónicos (WP6).

1. Módulo 1: Comprender el valor del deporte para la recuperación y la reintegración de las víctimas de la trata (VoTs)

En el marco de RECOVER, este módulo presenta el valor fundamental del deporte como herramienta de recuperación holística. Explora las conexiones basadas en la evidencia entre la actividad física y la recuperación del trauma, destacando cómo las iniciativas deportivas bien diseñadas pueden complementar los servicios psicológicos y sociales. El módulo también se ajusta a prioridades europeas más amplias, como las *Directrices de actividad física de la UE*, el *Plan de trabajo de la UE para el deporte (2021-2024)* y la campaña *HealthyLifestyle4All*, que reconocen el deporte como un vector para la salud, la inclusión y la resiliencia.

En última instancia, al comprender los beneficios multidimensionales del deporte, los profesionales y los entrenadores estarán mejor preparados para integrar actividades deportivas inclusivas, seguras y adaptadas al trauma en las vías de recuperación y reintegración de las víctimas de la trata. Esta comprensión constituye la base de todos los módulos posteriores del Programa de Desarrollo de Capacidades RECOVER.

1.1 Objetivos de aprendizaje

Al finalizar este módulo, los participantes serán capaces de:

1. **Reconocer** las dimensiones psicológicas, físicas y sociales del trauma experimentado por las víctimas de la trata y cómo el deporte puede contribuir a su recuperación y empoderamiento.
2. **Explicar** los mecanismos clave a través de los cuales la actividad física favorece la salud mental, la estabilidad emocional y la autoestima en la recuperación del trauma.
3. **Identificar** los principios fundamentales que hacen que las intervenciones basadas en el deporte sean eficaces para la reintegración de las víctimas de la trata, entre ellos la seguridad, la inclusión y el fomento de la confianza.



4. **Analizar** ejemplos de la vida real y buenas prácticas en las que el deporte ha facilitado con éxito la curación, el empoderamiento y la inclusión social de poblaciones vulnerables.
5. **Reflexionar** sobre su propio papel como profesionales del deporte, comprendiendo las responsabilidades éticas y emocionales que conlleva el trabajo con los supervivientes de la trata.
6. **Diseñar** ideas preliminares para sesiones o programas deportivos que tengan en cuenta el trauma, sean inclusivos y se adapten a las necesidades de las víctimas de la trata.

1.2 Contenido clave

El módulo 1 del programa de desarrollo de capacidades abarca los siguientes temas.

El papel transformador del deporte en la recuperación: el deporte es más que una actividad física; es una experiencia estructurada, social y emocional que puede ayudar a las víctimas de la trata (VoTs) a recuperar la confianza en sí mismas, la seguridad y la autonomía. Las investigaciones de la *Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022)* y la *Comisión Europea (Directrices de actividad física de la UE)* destacan que la práctica regular de deporte mejora la salud mental, reduce la ansiedad y la depresión, mejora la conciencia corporal y fomenta las relaciones sociales.

Beneficios psicológicos: el deporte puede ayudar a restablecer el sentido de **la agencia** y **la autoestima**. Muchas sobrevivientes de la trata sufren estrés postraumático, disociación y pérdida de confianza en los demás. La actividad física, especialmente cuando se realiza en entornos seguros y estructurados, estimula la liberación de endorfinas y fomenta la regulación emocional positiva.

Beneficios físicos: La actividad física favorece la **recuperación de la salud física**, que a menudo se ve comprometida durante la explotación. El deporte puede ayudar a las víctimas a recuperar la fuerza, la coordinación y el bienestar general. Para muchas



víctimas de la trata, reconectar con el cuerpo de forma positiva, en lugar de a través del dolor o la coacción, es en sí mismo una forma de recuperación.

Beneficios sociales y comunitarios: La recuperación no es solo un viaje individual, sino que también depende de **la reintegración social**. El deporte proporciona un espacio inclusivo y no verbal en el que se puede reconstruir la confianza, practicar el trabajo en equipo y redescubrir el sentido de pertenencia. La participación en iniciativas deportivas comunitarias ayuda a las víctimas de la trata a superar el aislamiento, desarrollar habilidades sociales y sentirse valoradas dentro de un grupo.

Integración del deporte en las vías de recuperación: La eficacia del deporte depende de **cómo se integre** en marcos más amplios de recuperación y reintegración. La colaboración entre entrenadores, trabajadores sociales, psicólogos y ONG es esencial para garantizar que las sesiones deportivas tengan **en cuenta el trauma y se adapten a las necesidades de los participantes**.

Evidencia y alineación con la política de la UE: El programa RECOVER se basa en los marcos europeos e internacionales existentes que promueven el deporte como catalizador de la inclusión y la salud mental: **Directrices de la UE sobre actividad física**: fomentan el uso del deporte para mejorar el bienestar mental y social; **Plan de trabajo de la UE para el deporte 2021-2024**: destaca el papel del deporte en la promoción de valores y la inclusión social; **Programa EU4Health**: relaciona la actividad física con la recuperación y la salud a largo plazo; **Campaña HealthyLifestyle4All**: aboga por la igualdad de acceso al deporte para todos, especialmente para los grupos vulnerables. **Plan de Acción Mundial de la OMS sobre Actividad Física (2018-2030)**: identifica la actividad física como un factor clave para la promoción de la salud mental y el desarrollo de la resiliencia.



1.3 Métodos de formación

La impartición del módulo 1 combina **aportaciones teóricas, aprendizaje experiencial y reflexión colaborativa** para ayudar a los formadores y profesionales a interiorizar tanto la dimensión conceptual como la emocional de la recuperación basada en el deporte. Los métodos están diseñados para promover la participación activa, la empatía y la capacidad de trasladar el aprendizaje a la práctica, en consonancia con el marco de **alineación constructiva**.

1.4 Evaluación

La estrategia de evaluación de este módulo se centra en evaluar **los conocimientos, la reflexión y la aplicación práctica** de los conceptos relacionados con el uso del deporte en la recuperación y reintegración de las víctimas de la trata (VoTs). En consonancia con el enfoque **de alineación constructiva**, garantiza que cada objetivo de aprendizaje se mida mediante métodos de evaluación significativos y centrados en el alumno.

Objetivo de la evaluación

- Verificar la comprensión de los participantes de **los beneficios psicológicos, físicos y sociales del deporte** para la recuperación.
- Evaluar su capacidad para **traducir los conocimientos teóricos en ideas prácticas**.
- Fomentar **la autorreflexión** sobre las actitudes, las consideraciones éticas y las responsabilidades profesionales al trabajar con víctimas de la trata.

1.5 Anexos / Recursos y referencias

Referencias clave y marcos políticos

El contenido de este módulo se basa en una combinación de fuentes europeas, internacionales y basadas en pruebas relacionadas con el deporte, la salud mental y la inclusión social:



- Comisión Europea (2021). *Plan de trabajo de la UE para el deporte 2021-2024*.
- Comisión Europea (2018). *Directrices de la UE sobre actividad física*.
- Comisión Europea (2021). *Campaña «HealthyLifestyle4All» (Estilo de vida saludable para todos)*.
- Comisión Europea (2021). *Programa EU4Health*.
- Organización Mundial de la Salud (2018). *Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030: personas más activas para un mundo más saludable*.
- SAMHSA (Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias) (2014). *Atención informada sobre el trauma en los servicios de salud conductual*.
- Consejo de Europa (2010). *Recomendación CM/Rec(2010)5 sobre medidas para combatir la discriminación basada en la orientación sexual o la identidad de género*.
- Propuesta del proyecto RECOVER (2024). 101183243 – *Contribuir a la recuperación y reintegración de las víctimas de la trata de personas a través del deporte*.

Módulo 1: Presentación en PowerPoint

<https://www.recover-project.eu/wp-content/uploads/articulate-es/m1/story.html>

2. Módulo 2: Identificar y abordar las necesidades especiales del grupo destinatario

El objetivo de este módulo es ayudar a los profesionales a identificar las necesidades de los diferentes grupos de víctimas de la trata de seres humanos y comprender cómo estas necesidades afectan al proceso de recuperación de las víctimas. Los participantes en la formación aprenderán cómo el trauma y los factores culturales influyen en las reacciones, la confianza, la motivación y la participación de las víctimas en actividades de apoyo o deportivas.

2.1 Objetivos de aprendizaje

Después de la formación, los profesionales serán capaces de:



Cofinanciado por
la Unión Europea

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de los mismos.

1. Comprender cómo el género, la edad, la identidad sexual, la forma de explotación, el entorno cultural y social o la discapacidad pueden afectar a las víctimas.
2. Describir las principales formas de trata de personas.
3. Reconocer las necesidades específicas y los posibles retos de los diferentes grupos de víctimas.
4. Reconocer las reacciones traumáticas comunes.
5. Aplicar principios basados en el trauma al trabajar con víctimas de la trata de personas en diversos contextos, incluidas las actividades deportivas.
6. Promover la participación de las víctimas en actividades deportivas como un espacio seguro, que fomenta la confianza y brinda apoyo.
7. Ser consciente de los comportamientos y actitudes para garantizar un trabajo respetuoso, inclusivo y basado en los derechos humanos con las personas vulnerables.

2.2 Contenido clave: Comprensión de las víctimas de la trata Fase piloto

El módulo 2 del programa de desarrollo de capacidades abarca los siguientes temas.

Perfil de las víctimas de la trata: El perfil de las víctimas de la trata de personas está determinado por diversos factores de riesgo y vulnerabilidad que influyen en la forma en que una persona experimenta la explotación y en cómo se recupera después. El género,



la edad, la identidad sexual, el entorno cultural y social y otras características personales pueden determinar diferentes retos y necesidades de asistencia.

Formas de explotación: Dado que los casos de trata de personas pueden ser muy diferentes, es importante familiarizarse con las principales formas de explotación. Estas formas determinan las diferentes experiencias de las víctimas y requieren diferentes métodos de asistencia. Las formas más comunes son: explotación sexual, explotación laboral, matrimonios forzados con fines de explotación, explotación de adultos y niños para actividades delictivas, tráfico de órganos, explotación de adultos y niños para la mendicidad, coacción o presión y engaño y manipulación.

Trauma y atención informada sobre el trauma: La atención informada sobre el trauma es un enfoque basado en la comprensión de que la mayoría de las víctimas de la trata de personas han sufrido traumas complejos. Este método tiene como objetivo crear un entorno seguro y de apoyo que ayude a las víctimas a recuperarse en lugar de revivir su trauma.

Adaptación de las actividades deportivas: Las actividades deportivas adaptadas pueden ayudar a las víctimas de la trata de personas a recuperar más rápidamente su confianza en sí mismas, reintegrarse y reducir el estrés. Es importante elegir actividades deportivas que no sean competitivas ni agresivas, ya que estas pueden recordar a los participantes experiencias de control o presión, y optar en su lugar por actividades que fomenten la confianza, el autocontrol y ayuden a reforzar su autoestima.

2.3 Métodos de formación

Objetivo principal: proporcionar conocimientos y herramientas prácticas para identificar, comprender y responder a las necesidades de las víctimas en un contexto deportivo, guiándose por los principios de inclusión y atención informada sobre el trauma.

Se utiliza un modelo mixto, que combina talleres presenciales y reuniones a distancia, teoría y análisis práctico, e incluye tareas interactivas.



2.4 Evaluación

El objetivo de la evaluación es determinar cómo los participantes han adquirido conocimientos sobre las formas de trata de personas, el riesgo de trauma y los principios de asistencia en el contexto deportivo, así como cómo son capaces de aplicar estos conocimientos en la práctica.

Métodos de evaluación

- Prueba de conocimientos interactiva: una prueba breve y dinámica diseñada para comprobar en qué medida los participantes han comprendido los aspectos principales tratados en el módulo (formas de explotación, signos de victimización, formas de respuesta, principios de asistencia).
- Presentación de un estudio de caso en grupo: los participantes presentan su plan de acción y explican cómo pretende proteger a la víctima, teniendo en cuenta su edad, género, cultura o contexto deportivo.
- Comentarios: cada participante describe o debate lo que ha aprendido, cómo afectará a su práctica diaria y cómo piensa garantizar un entorno seguro e inclusivo.

2.5 Módulo 2: Presentación en PowerPoint

<https://www.recover-project.eu/wp-content/uploads/articulate-es/m2/story.html>

3. Módulo 3: Consideraciones éticas y marcos jurídicos pertinentes

Este módulo es esencial para dotar al público destinatario de los conocimientos jurídicos obligatorios y las normas éticas necesarias para apoyar a las víctimas de la trata de personas, especialmente en el contexto de las actividades deportivas. El módulo aborda



el desequilibrio de poder y la vulnerabilidad inherentes a los supervivientes mediante el establecimiento de un marco integral basado en el derecho internacional de los derechos humanos. El contenido clave se centra en familiarizarse con la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, el Convenio Europeo de Derechos Humanos (CEDH) y la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), identificando los artículos que prohíben el trabajo forzoso y garantizan la dignidad, la libertad y la protección contra los abusos. El módulo concluye con un análisis del marco jurídico nacional y requiere que los participantes apliquen estos conocimientos mediante un cuestionario evaluado sobre marcos jurídicos, lo que garantiza que puedan afrontar dilemas éticos complejos de forma responsable y legal.

3.1 Objetivos de aprendizaje

Al completar con éxito este módulo, los participantes serán capaces de:

1. Identificar y diferenciar los principales marcos jurídicos internacionales que protegen a las víctimas de la trata de personas, entre ellos la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, el CEDH (Convenio Europeo de Derechos Humanos) y la CDN (Convención sobre los Derechos del Niño).
2. Identificar el Protocolo contra la Trata de Personas y la Directiva 2011/36/UE de la UE contra la trata de seres humanos.
3. Proponer medidas adecuadas de asistencia y apoyo a las víctimas, incluido el derecho a la indemnización, basadas en los marcos establecidos para las víctimas de la trata.
4. Dar prioridad a la dignidad y la autodeterminación de los supervivientes por encima de la conveniencia programática en todas las interacciones y la toma de decisiones.
5. Mantener un enfoque respetuoso, sin prejuicios y sensible a las diferencias culturales al interactuar con supervivientes de diversos orígenes.
6. Reconocer la profunda importancia de los límites profesionales y la necesidad de una reflexión ética y una supervisión continuas para mitigar el riesgo de retraumatización.



3.2 Contenido clave

El módulo 3 del programa de desarrollo de capacidades abarca los siguientes temas.

El deporte es una industria gigantesca que engloba una amplia gama de actividades y contribuye de manera significativa a las economías locales y mundiales cada año. Además de las ventajas económicas, profesionales y sociales, el deporte también atrae a delincuentes deshonestos y traficantes de personas que están deseosos de aprovecharse de esta industria multimillonaria para explotar a niños y adultos en el deporte y en torno a él. La trata en el deporte sigue siendo un tema poco conocido, a pesar de que la trata de personas es un delito grave y una terrible violación de los derechos humanos (Mission 89. (2024). *Informe temático global sobre la trata en el deporte*. Mission 89: Ginebra).

Derechos fundamentales de la Unión Europea (UE): La trata de personas es un delito grave, una violación flagrante de los derechos fundamentales y está expresamente prohibida por la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (en lo sucesivo, la [Carta de la UE](#)). La Carta no sustituye a los sistemas nacionales, sino que los refuerza. Los tribunales nacionales deben tomar una decisión si no se respetan los derechos fundamentales de las personas. El Tribunal Europeo de Derechos Humanos, que decide sobre los casos de violación de los derechos civiles y políticos recogidos en el Convenio Europeo para la Protección de los Derechos Humanos y las Libertades Fundamentales, es otra opción a disposición de los particulares. La Comisión Europea también puede llevar a un Estado miembro ante el Tribunal de Justicia de la Unión Europea en determinadas situaciones en las que un Estado miembro viola los derechos de una persona al infringir la legislación de la UE (Derechos fundamentales en la UE).

Marcos jurídicos existentes para la lucha contra la trata de personas: A nivel internacional, el Protocolo TIP es el principal instrumento jurídico que aborda la trata de personas. Otros instrumentos internacionales pertinentes para la lucha contra la trata son: la [Convención sobre los Derechos del Niño](#) de 1989, el [Convenio sobre las peores formas de trabajo infantil](#) de 1999, la [Convención sobre la eliminación de todas las](#)



[formas de discriminación contra la mujer](#) de 1979, el [Convenio sobre la esclavitud de 1926](#), que establece la definición internacional de esclavitud que puede servir de base para interpretar la esclavitud como una forma de explotación incluida en la definición de trata, [el Convenio sobre el trabajo forzoso](#) de 1930 y el [Convenio suplementario sobre la abolición de la esclavitud](#), la trata de esclavos y las instituciones y prácticas análogas a la esclavitud de 1956. Además, la Convención de la ASEAN contra la Trata de Personas, Especialmente Mujeres y Niños (ACTIP), el Convenio del Consejo de Europa sobre la Lucha contra la Trata de Personas (ECAT), la Directiva 2011/36/UE del Parlamento Europeo y del Consejo, de 10 de abril de 2011, relativa a la prevención y la lucha contra la trata de seres humanos y a la protección de las víctimas, y la Convención de la SAARC sobre la Prevención y la Lucha contra la Trata de Mujeres y Niños con Fines de Prostitución (2002).

Además, este módulo abarcará otras áreas de consideración legislativa, como los delitos intersectoriales, la protección y los derechos de los niños, la regulación de la contratación y la asistencia y el apoyo a las víctimas, y los Principios recomendados sobre los derechos humanos y la trata de personas (del documento de la OACDH). El documento de la OACDH establece un marco para integrar la perspectiva de los derechos humanos en todas las leyes y políticas contra la trata.

3.3 Métodos de formación

Este módulo se impartirá utilizando un enfoque mixto y centrado en los participantes, diseñado para facilitar tanto la adquisición de conocimientos exhaustivos como la aplicación práctica en contextos delicados y reales.

El módulo está estructurado para ofrecer una experiencia de aprendizaje híbrida e interactiva que maximice la participación y garantice la adaptación a todos los estilos de aprendizaje:

- **Trabajo previo digital a ritmo propio (25 %):** los participantes deberán revisar los documentos jurídicos fundamentales (Directiva de la UE contra la trata de seres humanos, artículos clave del CEDH y la CDN, etc.) y leer el resumen ejecutivo y el



contenido clave proporcionados antes de la sesión. Esto garantiza un nivel básico de conocimientos para todos los participantes.

- **Sesión sincrónica (50 %):** taller online (o sesión presencial) facilitado que se centra en el análisis y el debate en profundidad. En él se analizarán a fondo los marcos y se presentará y pondrá en práctica la matriz de toma de decisiones jurídicas y éticas. La sesión es muy interactiva y se basa en debates en grupo y resolución de problemas.
- **Aplicación y evaluación posteriores a la sesión (25 %):** Realización de un cuestionario evaluativo en el que los participantes aplicarán sus conocimientos.

3.4 Evaluación

La estrategia de evaluación de este módulo se centra en evaluar **los conocimientos, la reflexión y la aplicación práctica** de los conceptos relacionados con las consideraciones éticas y el marco jurídico pertinente por parte de los participantes.

3.5 Referencias

- *Convención sobre los Derechos del Niño*. UNICEF. <https://www.unicef.org/child-rights-convention>
- *Convenio C182 - Convenio sobre las peores formas de trabajo infantil, 1999 (n.º 182)*. https://normlex.ilo.org/dyn/nrmlx_en/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_I_NSTRUMENT_ID:312327
- *Convenio C029 - Convenio sobre el trabajo forzoso, 1930 (N.º 29)*. https://normlex.ilo.org/dyn/nrmlx_en/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_I_NSTRUMENT_ID:312174
- Franklin, A. (2021). *Trata de personas en el deporte: una urgencia invisible en el amplio mundo del deporte*, Thurgood Marshall Law Review 46, n.º 1: 3.
- *Derechos fundamentales en la UE*. Derechos fundamentales en la UE. <https://www.europarl.europa.eu/about-parliament/en/democracy-and-human-rights/fundamental-rights-in-the-eu>
- Joint, U. N. *Trata de personas*. <https://www.unhcr.org/sites/default/files/legacy-pdf/4ee6215e9.pdf>



- NODC. (2022). *Informe mundial sobre la trata de personas 2022*. https://www.unodc.org/documents/data-and-analysis/glotip/2022/GLOTiP_2022_web.pdf
- ACNUDH. *Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer*. Nueva York, 18 de diciembre de 1979. <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-elimination-all-forms-discrimination-against-women>
- ACNUDH. *Convención sobre la Esclavitud*. <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/slavery-convention>
- ACNUDH. *Convención suplementaria sobre la abolición de la esclavitud, la trata de esclavos y las instituciones y prácticas análogas a la esclavitud*. <https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/supplementary-convention-abolition-slavery-slave-trade-and>
- Touzenis, K. (2010). *Trata de seres humanos: derechos humanos y derecho penal transnacional, avances en la legislación y las prácticas*. Estudios sobre migración de la UNESCO. UNESCO.

3.6 Módulo 3: Presentación en PowerPoint

<https://www.recover-project.eu/wp-content/uploads/articulate-es/m3/story.html>

4. Módulo 4: Creación de un entorno de coaching seguro e inclusivo

Crear un entorno de entrenamiento seguro e inclusivo es esencial para la recuperación y la reintegración de las víctimas de la trata (VoTs), ya que constituye la base tanto para la curación psicológica como para la reintegración social. Dicho entorno garantiza la seguridad física, emocional y psicológica mediante la adopción de prácticas de entrenamiento informadas sobre el trauma que reconocen las complejas necesidades y vulnerabilidades de las VoTs. Estas prácticas incluyen respetar la autonomía, fomentar la confianza a través de la coherencia y la transparencia, y proporcionar un apoyo sensible a las diferencias culturales y de género. Los espacios de entrenamiento seguros evitan la retraumatización al minimizar las presiones competitivas o coercitivas, al tiempo que promueven el empoderamiento, la agencia y las conexiones sociales



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de los mismos.

positivas a través del deporte y la actividad física (proyecto RECOVER, 2025; Fields, 2025; McElroy, 2025).

4.1 Objetivos de aprendizaje

Al finalizar este módulo, los alumnos serán capaces de:

1. Aplicar principios de protección y prácticas de entrenamiento informadas sobre el trauma para crear entornos física y emocionalmente seguros para las víctimas de la trata y los atletas vulnerables.
2. Diseñar una sesión de entrenamiento estructurada que incorpore el respeto de los límites, la autonomía y enfoques sensibles al trauma adecuados para trabajar con víctimas de la trata.
3. Evaluar el lenguaje y los patrones de comunicación problemáticos en el entrenamiento.
4. Implementar estrategias de gestión de conflictos e intervenciones dinámicas de grupo que sean sensibles a las necesidades y desencadenantes únicos de los sobrevivientes de la trata.
5. Demostrar comportamientos de entrenamiento coherentes y fiables.

4.2 Contenido clave

El módulo 4 del programa de desarrollo de capacidades abarca los siguientes temas: ¿Qué significa «espacio seguro» en el deporte?, Consejos para la creación de espacios deportivos seguros, Establecimiento de normas de protección claras, Coherencia, fiabilidad, comunicación abierta y responsabilidad, Mantener una actitud no crítica,



Utilizar enfoques que tengan en cuenta el trauma, Dedicar tiempo y esfuerzo a la inclusión (incluido el lenguaje inclusivo) y Gestionar la dinámica de grupo y los conflictos.

4.4 Métodos de formación

Este módulo se impartirá utilizando un enfoque mixto y centrado en los participantes, diseñado para facilitar tanto la adquisición de conocimientos exhaustivos como la aplicación práctica en contextos sensibles del mundo real.

- Presentación del tema y los objetivos de aprendizaje.
- Diseño de una sesión de prácticas seguras (trabajo en grupo).
- Presentación del contenido clave del módulo 4.
- Laboratorio de comunicación: ¡El lenguaje importa! (Reformulación de la actividad en grupo, presentación de los participantes y reflexión en grupo),
- Evaluación.

4.3 Referencias

- Andoh, E. (2025). Tratamiento de los supervivientes de la trata de personas: los psicólogos aportan estrategias basadas en el trauma a la mesa terapéutica. *Asociación Americana de Psicología*, 56(2). <https://www.apa.org/monitor/2025/03/survivors-human-trafficking>
- Cutbush, S., McCallum Desselle, L., Larson, M. y D'Arcangelo, B. (5 de octubre de 2023). *Normas de atención para los proveedores de servicios contra la trata de personas: revisión bibliográfica*. RTI International para Freedom Network USA. https://freedomnetworkusa.org/app/uploads/2023/12/Standards-of-Care-for-Anti-Human-Trafficking-Service-Providers_Literature-Review_FINAL.pdf
- Fields, E. (10 de julio de 2025). La comunidad como cuidado para los supervivientes de la trata de personas. *Proyecto Safe House*. <https://www.safehouseproject.org/blog/community-as-care-for-human-trafficking-survivors/>



- Kliwein, T. M. (22 de septiembre de 2024). Creación de entornos deportivos sensibles al trauma para los atletas: aplicación de principios sensibles al trauma a los espacios en los que los atletas entrenan y compiten. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/in-the-trenches/202409/creating-trauma-informed-sports-environments-for-athletes>
- McElroy, M. (30 de mayo de 2025). Reconstruir la seguridad psicológica en el deporte: una guía para entrenadores. *LinkedIn*. <https://www.linkedin.com/pulse/rebuilding-psychological-safety-sport-guide-coaches-martin-mcelroy-ipcec>
- Proyecto RECOVER. (2025). *Informe de análisis de necesidades D2.1*. <https://www.recover-project.eu/outputs/>
- Surtees, R., Meshi, M., Tanellari, S. y Alikaj, A. (2022). *Mentoring trafficking victims: A reintegration guide for practitioners*. Different and Equal; NEXUS Institute.
- Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Administración para Niños y Familias, Oficina sobre la Trata de Personas. (Enero de 2018). *Herramienta y guía para la detección de la trata de personas adultas*. https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/documents/otip/adult_human_trafficking_screening_tool_and_guide.pdf

4.4 Módulo 4: Presentación en PowerPoint

<https://www.recover-project.eu/wp-content/uploads/articulate-es/m4/story.html>

5. Módulo 5: Desarrollo de estrategias de entrenamiento e instrucción que fomenten la participación de las víctimas de la trata (VoTs)

Las víctimas de la trata suelen presentar respuestas traumáticas que afectan directamente a su participación en actividades deportivas: hipervigilancia, desconfianza, aislamiento, vergüenza, dificultad para concentrarse, disociación y deterioro de la capacidad de acción. Las investigaciones sobre el trauma (*Herman, 1992; van der Kolk, 2014; Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias [SAMHSA]*,



2014) muestran que el trauma altera tres capacidades fundamentales esenciales para la participación: Sensación de seguridad (sentirse seguro física y emocionalmente), sensación de confianza (creer que las intenciones de los demás son seguras y predecibles), sensación de control/capacidad de acción (ser capaz de tomar decisiones e influir en la propia experiencia) y capacidad de autorregulación (gestionar las emociones, la excitación y las respuestas corporales para mantenerse presente y comprometido).

5.1 Objetivos de aprendizaje de este módulo

Al finalizar el módulo, los participantes serán capaces de:

1. Reconocer las respuestas al trauma relevantes para la participación en el deporte.
2. Comprender cómo el trauma altera las capacidades básicas esenciales para el aprendizaje y la participación
3. Aplicar estrategias de entrenamiento informadas sobre el trauma que reduzcan la amenaza y apoyen la regulación
4. Facilitar la participación mediante métodos flexibles que favorezcan la autonomía.
5. Gestionar adecuadamente las respuestas al trauma durante las sesiones.
6. Crear condiciones relacionales que contrarresten la coacción y apoyen el empoderamiento
7. Implementar adaptaciones a nivel de grupo para apoyar a los grupos mixtos
8. Utilizar prácticas basadas en el movimiento para apoyar la regulación y la encarnación.
9. Proporcionar una enseñanza que responda a las necesidades culturales y contextuales.



5.2 Contenido clave

El módulo 5 del programa de desarrollo de capacidades se centra en las **estrategias de instrucción que promueven la participación y el compromiso**. El trauma crea intolerancia a la imprevisibilidad. Por lo tanto, la instrucción debe diseñarse para reducir la carga cognitiva y emocional, por ejemplo, comenzando cada sesión con una breve agenda en la que se describa lo que va a suceder y en qué orden, o utilizando rituales estables (el mismo patrón de calentamiento, la misma rutina de apertura/cierre). Para apoyar esto, los entrenadores deben dividir cada habilidad en pasos pequeños y manejables que se sientan factibles, por ejemplo, dividir las habilidades en las unidades más pequeñas posibles, reduciendo la posibilidad de abrumar, ofrecer niveles paralelos de dificultad para que los participantes puedan seleccionar por sí mismos su punto de desafío, proporcionar versiones de baja intensidad de las tareas (por ejemplo, caminar en lugar de correr) para que los participantes puedan participar incluso cuando la energía o la regulación sean bajas.

El entrenamiento debe contrarrestar la erosión de la autonomía que provoca el trauma. Muchos supervivientes han vivido en entornos en los que se les privaba de la posibilidad de elegir o se ignoraban sus decisiones, por lo que incluso las pequeñas decisiones en el deporte pueden desempeñar un papel significativo en la reconstrucción de la sensación de control. Restaurar la capacidad de actuar es esencial para la reintegración y conduce a mejores resultados en el entrenamiento: cuando los participantes sienten que tienen opciones reales, muestran más confianza, motivación y compromiso sostenido.

Además, los desencadenantes del trauma pueden manifestarse en forma de paralización, bloqueo, agitación o confusión repentina. Se trata de respuestas automáticas al estrés vinculadas a los circuitos de supervivencia más que a la elección (Porges, 2011; van der Kolk, 2014). Los entrenadores pueden apoyar la regulación ajustando las instrucciones de manera que se reduzca la presión y se restaure la sensación de seguridad.



Además, este módulo aborda la **retroalimentación basada en las fortalezas y no comparativa**: dado que la vergüenza y el miedo al fracaso son barreras dominantes entre las víctimas de la trata, la retroalimentación debe estructurarse de manera que se reconozca el esfuerzo, la persistencia y la autorregulación por encima del rendimiento, se evite la corrección pública, se utilice una retroalimentación tranquila, breve e individualizada, se refuerce el progreso personal («Tu coordinación ha mejorado hoy en esa secuencia, bien hecho») y se mantenga un registro individual del progreso de cada participante. Esto permite a los participantes reconocer su propio desarrollo con mayor claridad y les anima a comparar su progreso con sus esfuerzos anteriores en lugar de con los de sus compañeros, y a reconocer su presencia y compromiso en lugar de solo su rendimiento, lo que ayuda a los participantes a sentirse valorados independientemente de los resultados.

Este módulo se refiere a **los modelos de entrenamiento basados en el empoderamiento**. El entrenamiento basado en el empoderamiento no se define simplemente por ofrecer opciones o reducir la presión por el rendimiento. Su objetivo central es crear una experiencia relacional que contrarreste la dinámica presente en la explotación. Muchas personas con experiencias de trata han aprendido a desenvolverse en relaciones marcadas por el control, la coacción y la imprevisibilidad, condiciones que se sabe que socavan la capacidad de acción y la confianza relacional (Herman, 1992; Miller y Stiver, 1997). Por lo tanto, el empoderamiento en el ámbito deportivo se centra en interacciones colaborativas, coherentes y respetuosas, que permiten a los participantes experimentarse gradualmente como agentes en lugar de objetos de las decisiones de otras personas (Deci y Ryan, 2000; van der Kolk, 2014).

Además, se explorará **el diseño de grupos cooperativos, no competitivos**. Para muchas víctimas de la trata, la competencia aumenta la amenaza social y socava el sentido de pertenencia. Las actividades en grupo deben hacer hincapié en la cooperación por encima de la eliminación o la clasificación. El uso de retos compartidos, tareas en pareja y pequeños grupos rotativos reduce la presión social y evita el aislamiento, al tiempo que se crean microcomunidades de apoyo.



Además, **las múltiples vías de participación en grupo** forman parte de este módulo. La participación no se limita a la ejecución física. Las actividades en grupo deben incluir roles variados (cronometrador, organizador, motivador), opciones de participación de baja intensidad y oportunidades para participar a través de la observación antes de unirse físicamente. Estas formas de participación mantienen a los participantes integrados incluso cuando su capacidad emocional fluctúa.

Entrenamiento de grupos mixtos: La mayoría de los entrenadores trabajan con grupos mixtos en los que solo unos pocos participantes pueden tener traumas relacionados con la trata de personas, mientras que otros no. Las investigaciones muestran que la exposición al trauma está más extendida en el deporte de lo que se reconoce generalmente, y que muchos atletas, independientemente de su origen, prefieren enfoques de entrenamiento que tengan en cuenta el trauma (Hertzler-McCain et al., 2023). Por lo tanto, los entrenadores se benefician de la adopción de formatos grupales que apoyan una amplia gama de niveles de regulación sin identificar ni separar a los participantes individuales.

Un enfoque eficaz consiste en integrar diferentes ritmos, intensidades y funciones directamente en el diseño de la sesión. Los estudios sobre el entrenamiento sensible al trauma muestran que, cuando la variación se integra como parte estándar de las actividades, los participantes pueden ajustar su participación de forma discreta y sin estigma, mientras que sus compañeros perciben la estructura como justa y favorable a la autonomía (Shaikh et al., 2024). Esto reduce la probabilidad de que las pausas temporales o la participación más lenta de las víctimas de la trata se interpreten como falta de esfuerzo, una fuente común de presión social en los grupos mixtos.

Este módulo exploró la **encarnación, la regulación y el papel del movimiento**: el trauma a menudo altera la interocepción, la capacidad de percibir los estados internos del cuerpo, lo que puede crear un distanciamiento de las sensaciones físicas y reducir la capacidad de una persona para autorregularse (Farb et al., 2015; van der Kolk, 2014). La enseñanza basada en el movimiento puede ayudar a restablecer esta conexión cuando hace hincapié en la seguridad, la previsibilidad y la participación sensorial gradual.



En la **instrucción cultural y contextualmente receptiva** se explora que los VoT provienen de diversos orígenes culturales y lingüísticos, y que el trauma puede intensificar la sensibilidad hacia normas desconocidas o comunicaciones poco claras. Las investigaciones en psiquiatría transcultural y deporte inclusivo muestran que los participantes se involucran con más confianza cuando el entorno reduce la ambigüedad cultural y favorece una interacción clara y predecible (Kirmayer, 2012; Schinke et al., 2019):

- Normas de modestia, dinámicas de género o límites relacionados con el contacto físico: las expectativas sobre la vestimenta, el espacio personal y la interacción entre géneros difieren entre los contextos culturales y pueden ser más pronunciadas en las personas con antecedentes traumáticos. Ofrecer opciones en cuanto a la distancia, el trabajo en pareja y la vestimenta ayuda a mantener una sensación de comodidad.
- Barreras lingüísticas (uso de demostraciones visuales, señales lingüísticas sencillas): el estrés puede dificultar el procesamiento de las instrucciones verbales. Utilice señales visuales universales para «pausa», «listo», «vale» para reducir la dependencia del lenguaje.
- Significados culturales del deporte, la jerarquía o los roles grupales: Los roles dentro de los grupos y la posición del entrenador pueden tener diferentes significados para los participantes. Expresar las expectativas de forma explícita, como por ejemplo cómo hacer preguntas, cómo se da la retroalimentación o cómo se entiende la cooperación, reduce la incertidumbre.

5.3 Método de entrenamiento

1. Introducción al módulo 5
2. Reconocer los signos de trauma a través de escenarios breves (debate en grupo basado en escenarios)



3. Uso de una estructura predecible y transiciones claras (demostración y trabajo en grupos pequeños).
4. Crear progresiones paso a paso (trabajo en grupo)
5. Apoyar la elección mediante un lenguaje claro (actividad en parejas)
6. Responder de forma segura cuando un participante se siente abrumado (demostración y debate en grupo).
7. Dar retroalimentación basada en fortalezas y no comparativa (ejercicio en parejas)
8. Adaptar las actividades de grupo para grupos mixtos (actividad de diseño en grupo).
9. Señales sencillas para apoyar la encarnación y la regulación (práctica guiada)
10. Capacidad de respuesta cultural y contextual (análisis de casos).
11. Evaluación (cuestionario individual).

5.4 Evaluación

La estrategia de evaluación de este módulo se centra en evaluar **los conocimientos, la reflexión y la aplicación práctica** de los conceptos relacionados con el desarrollo de estrategias que fomenten la participación y el compromiso de las víctimas de la trata (VoTs).

5.5 Bibliografía

- Berger, E. (2024). *Práctica informada sobre el trauma en programas de actividad física para personas expuestas a traumas infantiles*. Health Promotion International. Publicación anticipada en línea. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38153107/>



- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (2000). *El «qué» y el «por qué» de la búsqueda de objetivos: las necesidades humanas y la autodeterminación del comportamiento*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Farb, N. A., Segal, Z. V. y Anderson, A. K. (2015). Modulación atencional de las cortezas interoceptivas y exteroceptivas primarias. *Cerebral Cortex*, 23(1), 114-126. <https://academic.oup.com/cercor/article-abstract/23/1/114/330585?redirectedFrom=fulltext>
- Freire, P. (1996). *Pedagogía del oprimido* (ed. rev.). Penguin Books. (Obra original publicada en 1970)
- Herman, J. L. (1992). *Trauma y recuperación: Las secuelas de la violencia, desde el abuso doméstico hasta el terror político*. Basic Books.
- Hertzler-McCain, E. A., McQuillen, A., Setty, S., Lopez, S. y Tibbetts, E. (2023). Prevalencia del trauma y deseo de recibir entrenamiento informado sobre el trauma en los deportes universitarios: un estudio de métodos mixtos. *Ciencias Sociales*, 12(10), 550. <https://www.mdpi.com/2076-0760/12/10/550>
- Kirmayer, L. J. (2012). *Repensar la competencia cultural*. *Psiquiatría transcultural*, 49(2), 149-164. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1363461512444673>
- Miller, J. B. y Stiver, I. P. (1997). *La conexión curativa: cómo las mujeres establecen relaciones en la terapia y en la vida*. Beacon Press.
- Perry, B. D. (2006). *Aplicación de los principios del desarrollo neurológico al trabajo clínico con niños maltratados y traumatizados*. En N. Boyd Webb (Ed.), *Trabajar con jóvenes traumatizados en el ámbito del bienestar infantil* (pp. 27-52). Guilford Press.
- Porges, S. W. (2011). *La teoría polivagal: fundamentos neurofisiológicos de las emociones, el apego, la comunicación y la autorregulación*. W. W. Norton.
- Shaikh, M., Culver, D. y Forneris, T. (2024). Aprender un modelo deportivo sensible al trauma: experiencias en la implementación del programa. *Revista Internacional de Entrenamiento Deportivo*. Publicación anticipada en línea. <https://journals.humankinetics.com/view/journals/iscj/aop/article-10.1123-iscj.2024-0002/article-10.1123-iscj.2024-0002.xml>
- Siegel, D. J. (2012). *La mente en desarrollo: cómo las relaciones y el cerebro interactúan para moldear quiénes somos* (2.ª ed.). Guilford Press.



- Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G. y Moore, Z. (2019). *Posición de la Sociedad Internacional de Psicología del Deporte: deportistas de poblaciones desfavorecidas, infrarrepresentadas y marginadas*. *Revista Internacional de Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 17(4), 452-479. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1612197X.2019.1570473>
- Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental. (2014). *Concepto de trauma de SAMHSA y orientación para un enfoque informado sobre el trauma* (Publicación del HHS n.º SMA 14-4884). Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.
- Van der Kolk, B. A. (2014). *El cuerpo lleva la cuenta: el cerebro, la mente y el cuerpo en la curación del trauma*. Viking.

5.6 Módulo 5: Presentación en PowerPoint

<https://www.recover-project.eu/wp-content/uploads/articulate-es/m5/story.html>

6. Módulo 6: Formas de colaboración entre los diferentes profesionales

Este módulo ofrece una introducción práctica a cómo diferentes profesionales pueden trabajar juntos, y con los supervivientes, para diseñar y poner en marcha iniciativas de recuperación y reintegración basadas en el deporte para las víctimas de la trata (VoTs). Su objetivo principal es dotar a los participantes de la capacidad de comprender las funciones profesionales, coordinar el apoyo de manera eficaz y crear conjuntamente actividades deportivas seguras, significativas y sensibles al trauma que contribuyan genuinamente a la recuperación.



6.1 Objetivos de aprendizaje

Al finalizar este módulo, los participantes serán capaces de:

1. Comprender el valor de la colaboración interdisciplinaria en la recuperación y la integración basadas en el deporte, reconociendo por qué los diferentes profesionales deben trabajar juntos en lugar de hacerlo de forma aislada.
2. Identificar las principales funciones y responsabilidades de los profesionales clave que participan en el apoyo a las víctimas de la trata (trabajadores sociales, psicólogos, profesionales del derecho, profesionales de la salud, entrenadores) y comprender cómo estas funciones se complementan entre sí en los procesos de recuperación.
3. Reconocer los límites y las restricciones de cada profesión, comprendiendo lo que cada actor puede y no puede hacer, y por qué respetar los ámbitos profesionales es esencial para la seguridad y la eficacia.
4. Explicar la importancia de una coordinación estructurada a la hora de desarrollar una iniciativa basada en el deporte, incluyendo la claridad de las funciones, la comunicación, los procesos de derivación y los objetivos comunes.
5. Aplicar los principios de la creación de asociaciones sólidas, incluyendo la identificación de necesidades, la selección de socios, la armonización de expectativas, la coordinación de acciones y la definición de responsabilidades.
6. Comprender el proceso de cocreación con las partes interesadas locales y los supervivientes, reconociendo por qué la participación, la toma de decisiones conjunta y las respuestas contextualizadas mejoran la pertinencia y la sostenibilidad.
7. Involucrar a los supervivientes y a los actores locales en el diseño de una pequeña iniciativa basada en el deporte, utilizando el mapeo de las partes interesadas, la



planificación compartida y la acción coordinada, tal y como se practica en la actividad del módulo.

6.2 Contenido clave

El módulo 6 del programa de desarrollo de capacidades explora cómo diferentes profesionales contribuyen a la recuperación y reintegración de las víctimas de la trata a través del deporte, y cómo los enfoques coordinados y participativos mejoran el impacto de las iniciativas basadas en el deporte. El contenido se organiza en tres unidades interconectadas que guían a los participantes desde la comprensión de las funciones profesionales hasta la creación de alianzas eficaces y la cocreación de iniciativas con los supervivientes y las partes interesadas locales.

La primera unidad examina los diferentes profesionales que participan en el apoyo a los supervivientes y cómo sus funciones se entrecruzan en una iniciativa basada en el deporte. Los trabajadores sociales evalúan las necesidades, coordinan los servicios y activan los recursos sociales; los psicólogos se ocupan del trauma y la estabilización emocional; los profesionales del derecho protegen los derechos, ofrecen orientación y garantizan la confidencialidad; y los profesionales de la salud supervisan el bienestar físico y determinan la preparación para la participación en el deporte. Los entrenadores y facilitadores deportivos crean entornos deportivos inclusivos y seguros, mientras que los mediadores culturales, los educadores y los trabajadores comunitarios apoyan la comunicación y la continuidad.

Para garantizar la claridad, la unidad destaca los límites de cada función, haciendo hincapié en lo que cada profesional puede y no puede hacer. Esto ayuda a evitar confusiones en las funciones, refuerza la protección y permite un trabajo en equipo complementario.

Algunos ejemplos clave son:

- Un entrenador no sustituye al apoyo psicológico o jurídico.
- Un profesional jurídico no proporciona atención de salud mental.



- Las decisiones sanitarias siguen siendo responsabilidad del personal médico cualificado.

Al comprender estas distinciones, los participantes aprenden cómo cada actor contribuye a un proceso de recuperación holístico y seguro.

La segunda unidad se centra en cómo el trabajo coordinado entre organizaciones refuerza la eficacia de las intervenciones basadas en el deporte. Los participantes exploran por qué la colaboración mejora la seguridad, apoya la continuidad de la atención y garantiza que las actividades deportivas se ajusten a las necesidades generales de recuperación de los supervivientes.

Esta unidad presenta pasos prácticos para establecer asociaciones sólidas. Comienza con la identificación de las fortalezas, limitaciones y necesidades de cada organización, lo que ayuda a determinar qué conocimientos o recursos externos se requieren. A continuación, los participantes aprenden a seleccionar socios, evaluar complementariedades y alinear expectativas antes de que comience la colaboración formal.

Para apoyar una coordinación eficaz, la unidad hace hincapié en:

- Una definición clara de las funciones y responsabilidades;
- Rutinas de comunicación regulares y transparentes;
- Procedimientos acordados para el seguimiento y la toma de decisiones;
- La alineación de los objetivos y las expectativas desde el principio.

La unidad también aborda aspectos prácticos como el reparto de costes, la asignación de recursos y las responsabilidades administrativas, llamando la atención sobre la importancia de la transparencia. Se analizan los retos comunes de las alianzas, como el compromiso inconsistente o las expectativas poco claras, para ayudar a los participantes a anticiparlos y superarlos.

La última unidad explora la cocreación como un enfoque participativo en el que tanto los supervivientes como los actores locales dan forma activamente a una iniciativa de



reintegración basada en el deporte. La cocreación va más allá de la consulta: hace hincapié en la planificación compartida, la toma de decisiones conjunta y el reconocimiento de los conocimientos empíricos de los supervivientes. La participación de los supervivientes fomenta la apropiación y garantiza que las actividades reflejen sus necesidades y aspiraciones. Las partes interesadas locales aportan su comprensión del contexto, recursos y apoyo a largo plazo.

Se presenta a los participantes herramientas prácticas que apoyan este proceso, tales como:

- El mapeo de las partes interesadas, para identificar a los actores relevantes y sus contribuciones;
- Técnicas de planificación compartida, que permiten que múltiples voces den forma a las actividades;

El módulo culmina con un ejercicio práctico en el que los participantes diseñan una iniciativa de reintegración basada en el deporte a pequeña escala a partir de un escenario de supervivientes. Esta tarea integra todo lo aprendido en el módulo, vinculando la comprensión de las funciones profesionales, los principios de creación de asociaciones y las estrategias de cocreación.

6.3 Métodos de formación

Este módulo se imparte como un curso en línea a ritmo propio, en el que los alumnos avanzan de forma independiente por el contenido utilizando el PPT como guía principal de aprendizaje. Cada diapositiva presenta un concepto clave y propone inmediatamente una breve tarea o reflexión, lo que permite a los participantes conectar la teoría con la práctica sin necesidad de facilitación en directo.

El curso utiliza una estructura guiada por diapositivas, con textos breves, elementos visuales y propuestas de actividades. Los alumnos avanzan a su propio ritmo, revisando el contenido según sea necesario. Aunque el curso está diseñado para completarse de forma individual, todos los ejercicios también pueden realizarse de forma colaborativa si



los participantes deciden trabajar con sus compañeros a través de herramientas en línea (foros, documentos compartidos, etc.).

6.4 Evaluación

La evaluación de este módulo se basa en la práctica y se centra en las actividades concretas propuestas en la presentación. Se evalúa la capacidad de los alumnos para comprender las funciones de los diferentes profesionales, pensar de forma crítica sobre las asociaciones y diseñar una iniciativa básica de reintegración basada en el deporte utilizando el escenario de los supervivientes. La evaluación se lleva a cabo mediante tres tareas breves, todas ellas de realización individual (con la opción de trabajar en grupo si el contexto de aprendizaje lo permite).

6.5 Módulo 1: Presentación en PowerPoint

<https://www.recover-project.eu/wp-content/uploads/articulate-es/m6/story.html>



7. Lecturas adicionales

7.1 Chipre

El **Documento Estratégico y Plan de Acción para la Prevención y la Lucha contra la Trata de Seres Humanos y la Protección de las Víctimas (2023-2026)** aborda el delito de la trata de seres humanos, que es una forma de esclavitud moderna que viola los derechos humanos fundamentales y que a menudo se comete en el contexto de la delincuencia organizada transnacional. Los beneficiarios son las víctimas de la trata de seres humanos, especialmente las pertenecientes a poblaciones vulnerables, como los migrantes, los solicitantes de asilo, los trabajadores agrícolas, las mujeres y las niñas (para la explotación sexual) y las personas con discapacidad. Se trata de una estrategia nacional de cuatro años de duración y múltiples pilares, dirigida por el Grupo de Coordinación Multidisciplinar contra la Trata de Seres Humanos (MCG). Las actividades clave de los cuatro pilares son: Prevención (Pilar I), Enjuiciamiento (Pilar II - Represión del delito), Protección (Pilar III) y Alianzas (Pilar IV - Cooperación y coordinación). La política está coordinada por el Grupo Coordinador Multidisciplinar contra la Trata de Personas (MCG), presidido por el Ministro del Interior como Coordinador Nacional. Dado que se trata de un plan de acción prospectivo (2023-2026), los resultados esperados son: Restauración de la dignidad y reintegración: reintegración social satisfactoria de las



víctimas, lo que incluye el acceso al empleo y la rehabilitación social; mejora del sistema judicial: aumento de las tasas de enjuiciamiento satisfactorio de los autores y agilización de los procedimientos judiciales en los casos de trata de personas; mejora del apoyo a las víctimas: respuesta rápida y mejorada por parte de los servicios estatales (especialmente los servicios de bienestar social) en todas las etapas de la atención a las víctimas y Enfoque holístico: políticas estatales eficaces, integrales y coordinadas mediante el refuerzo de las estructuras institucionales y las asociaciones con la sociedad civil.

Como complemento a esta estrategia, **el artículo 29 de la Ley 60(I)/2014** aborda la injusticia de revictimizar y criminalizar a las víctimas de la trata de personas (THB). El objetivo principal es salvaguardar la dignidad y los derechos de las víctimas garantizando legalmente que no sean procesadas ni sancionadas por delitos que se vieron obligadas a cometer. La práctica consiste en una cláusula de inmunidad legislativa/no enjuiciamiento aplicada a través de la Ley 60(I)/2014, cuya aplicación práctica supervisa la Fiscalía General. El artículo 29 establece que las víctimas no serán procesadas por actividades delictivas si estas fueron una consecuencia directa de su condición de víctimas de la trata de personas. Este artículo de la ley garantiza que las víctimas no sean tratadas como delincuentes, lo que constituye una medida clave de un marco maduro de lucha contra la trata.

Referencias

- *Compendio de buenas prácticas sobre la aplicación del Convenio del Consejo de Europa sobre la lucha contra la trata de seres humanos*. Publicaciones del Consejo de Europa. <https://edoc.coe.int/en/trafficking-in-human-beings/7203-compendium-of-good-practices-on-the-implementation-of-the-council-of-europe-convention-on-action-against-trafficking-in-human-beings.html#>
- *Ley 60(I)/2014 sobre la prevención y la lucha contra la trata y la explotación de personas y la protección de las víctimas*. https://www.unodc.org/cld/en/legislation/cyp/ley_60i_sobre_la_prevenccion_y_la_lucha_contra_la_trata_y_la_explotacion_de_personas_y_la_proteccion_de_las_victimas/ley_60i_sobre_la_prevenccion_y_la_lucha_contra_la_trata_y_la_explotacion_de_personas_y_la_proteccion_de_las_victimas/ley_60i_sobre_la_prevenccion.html



- *Documento estratégico y plan de acción para la prevención y la lucha contra la trata de seres humanos y la protección de las víctimas 2023-2026.* Ministerio del Interior de la República de Chipre [https://www.dmsw.gov.cy/dmsw/sws.nsf/All/81A63BFD73218C51C2258B20002A5486/\\$file/STRATEGY%20DOCUMENT%20AND%20ACTION%20PLAN_WEB.pdf?OpenElement](https://www.dmsw.gov.cy/dmsw/sws.nsf/All/81A63BFD73218C51C2258B20002A5486/$file/STRATEGY%20DOCUMENT%20AND%20ACTION%20PLAN_WEB.pdf?OpenElement).
- *Ley de prevención y lucha contra la trata y la explotación de personas y de protección de las víctimas, 2014,* Oficina del Comisionado Jurídico, República de Chipre [https://www.mip.gov.cy/dmmip/md.nsf/DAD7D1E2A2C6BC52C225877500380E18/\\$file/ANTI-TRAFFICKING%20LAW.pdf](https://www.mip.gov.cy/dmmip/md.nsf/DAD7D1E2A2C6BC52C225877500380E18/$file/ANTI-TRAFFICKING%20LAW.pdf)

7.2 Grecia

El **Arts Action Network Football Club (AAN FC Athens)** se fundó el 1 de agosto de 2018, bajo los auspicios del Foro Griego de Refugiados. El objetivo era promover la inclusión social, defender los derechos humanos fundamentales y fomentar la solidaridad a través del fútbol y las actividades artísticas. Se buscaba crear un espacio informal y seguro donde personas de diversos orígenes –incluidos refugiados, migrantes, nativos, de diversas nacionalidades, razas y orientaciones sexuales– pudieran sentirse parte de algo, desprenderse de identidades estigmatizadas y recuperar la esperanza, el propósito y la motivación para vivir. La iniciativa pretendía empoderar a los participantes para lograr la aceptación social y la integración a largo plazo en la sociedad de acogida a través del deporte, la competición y la identidad colectiva. La iniciativa ha mejorado significativamente la cohesión social y el bienestar de los participantes, lo que se ha traducido en una recuperación de la motivación, los vínculos sociales y el espíritu competitivo. El equipo se convirtió en un centro comunitario que apoya a las personas vulnerables en situaciones de emergencia, proporcionando refugio a los miembros sin hogar. Ha aumentado la visibilidad de las comunidades de refugiados y migrantes a



través del deporte, promoviendo una representación positiva de los participantes como personas cualificadas y motivadas con ambiciones más allá de su condición de refugiados. El club ha transformado con éxito los conflictos internos mediante la intervención de los líderes, creando una fuerte confianza y cohesión, y ha reforzado las asociaciones entre las organizaciones de base y los beneficiarios.

La iniciativa **Yoga & Sports with Refugees (YSR)** aborda el reto de apoyar a los refugiados y desplazados en Grecia, especialmente en los campos de refugiados superpoblados, como el de Moria en Lesbos, así como en centros urbanos como Atenas y Ioánina. Algunos de los logros son: la participación diaria de aproximadamente 400 participantes en más de 20 tipos de actividades deportivas, la creación de espacios seguros que reducen el estrés y el aislamiento social, el fomento de la cohesión comunitaria, el empoderamiento de los refugiados a través de roles de liderazgo como entrenadores y constructores de comunidad, el aumento de la participación de las mujeres y el apoyo a la inclusión de las personas LGBTQ+, los resultados positivos de la integración social, la ruptura de las barreras étnicas y religiosas, y el fomento de la comunicación intercultural y de eventos públicos y campañas de recaudación de fondos exitosos que sensibilizan sobre los retos a los que se enfrentan los refugiados.

Fuentes: [Arts Action Network Football Club](#) y [Yoga & Sports with Refugees](#)

7.3 Italia

Liberi Nantes es una asociación deportiva de base con sede en Roma que utiliza el deporte como herramienta para la inclusión social. La organización ofrece actividades deportivas gratuitas y de libre acceso, principalmente fútbol y atletismo, a personas que a menudo quedan excluidas de los sistemas deportivos convencionales. Las actividades se organizan en un entorno no competitivo, inclusivo y seguro, en el que la participación es voluntaria y se adapta a las condiciones físicas y psicológicas de los participantes. Los entrenadores y voluntarios adoptan un enfoque informal, solidario y respetuoso, haciendo hincapié en el bienestar más que en el rendimiento. La iniciativa resultó eficaz principalmente porque fue capaz de crear un entorno deportivo seguro, inclusivo y no



competitivo que eliminó muchas de las barreras a las que suelen enfrentarse las personas vulnerables, incluidas las víctimas de la trata. La ausencia de cuotas de participación y la estructura informal de las actividades redujeron significativamente las barreras económicas y psicológicas de acceso, lo que fomentó la participación incluso entre aquellas personas con experiencia previa limitada en el deporte. Otro factor clave del éxito fue el fuerte énfasis en las relaciones y el fomento de la confianza. Los entrenadores y voluntarios desempeñaron un papel central no solo como facilitadores deportivos, sino también como figuras de referencia fiables y respetuosas, capaces de fomentar un sentido de pertenencia y seguridad emocional. Con el tiempo, este enfoque relacional contribuyó a aumentar la confianza en sí mismos y el bienestar de los participantes.

La UISP (Unione Italiana Sport Per Tutti) es una gran asociación deportiva y social italiana fundada en 1948 que promueve el derecho al deporte para todas las personas, independientemente de su edad, género, origen o capacidad. Sus actividades abarcan el deporte de base, la inclusión social, la promoción de la salud, los eventos culturales y la educación a través del deporte, basándose en el principio de que el deporte es un derecho social y un vehículo para el bienestar, la cohesión y la igualdad ciudadana. El éxito de esta práctica radica en su filosofía profundamente arraigada de que el deporte es un derecho para todos, no un privilegio. La amplia red nacional de la UISP, que abarca comités regionales en toda Italia, permite una divulgación coherente y la adaptación local de iniciativas que satisfacen las diversas necesidades de la comunidad. Su fuerte énfasis en la cooperación con instituciones públicas, ONG y organizaciones de la sociedad civil ha reforzado su capacidad para llegar a grupos que a menudo quedan excluidos de los entornos deportivos convencionales. Al integrar valores sociales –como la diversidad, la solidaridad y la inclusión– en las actividades deportivas cotidianas y en los grandes eventos comunitarios, la UISP refuerza la cohesión social y el empoderamiento de las personas marginadas.

Fuente: <https://www.liberinantes.org> y <https://www.uisp.it> UISP



7.4 Lituania

Kicking Off Integration: Using Street Sports to Welcome Refugees (Poner en marcha la integración: utilizar los deportes callejeros para acoger a los refugiados) es una iniciativa liderada por Lituania y puesta en marcha por la ONG «Street sports for all» (Deportes callejeros para todos). Teniendo en cuenta que el fenómeno de la migración se está acelerando en el mundo, cuando las personas se desplazan de un lugar a otro, por muchas razones. Razones como la guerra, la persecución, motivos económicos o simplemente la búsqueda de una mejor calidad de vida. Este proyecto promueve la participación directa y la integración de los refugiados y las comunidades de acogida en la UE, creando y organizando actividades deportivas callejeras en una red. El proyecto es especialmente relevante porque el número de refugiados está aumentando en Europa, especialmente en Lituania, y en los últimos años, debido a la estricta política del Gobierno, hemos recibido cada vez más personas que llegan debido a la amenaza emergente en sus países de origen.

El objetivo del proyecto seguía siendo promover la cooperación directa entre los refugiados y las comunidades locales a través de actividades deportivas, con el fin de reducir las barreras culturales y sociales. El objetivo era crear un entorno inclusivo y seguro en el que los participantes se sintieran parte de la comunidad, desarrollaran sus habilidades sociales y de liderazgo, el trabajo en equipo y la resiliencia. Fortalecer la cooperación entre las comunidades locales y los refugiados y las redes internacionales. Durante el período de ejecución del proyecto, se desarrollaron metodologías y ejemplos de buenas prácticas que podrían ser aplicados por otras comunidades que buscan un impacto a largo plazo.

El proyecto consistió en diversas actividades destinadas a promover la inclusión social a través del deporte. Las clases de deportes callejeros se impartían dos veces por semana, duraban unos 60 minutos y estaban estructuradas de manera que los participantes pudieran aprender habilidades deportivas y reforzar sus conocimientos



sobre cooperación y trabajo en equipo. Las clases deportivas se adaptaron teniendo en cuenta las diferentes edades y experiencias de los participantes, que tuvieron la oportunidad de participar tanto en clases individuales como en equipo. Los entrenadores y especialistas deportivos proporcionaron asistencia individual, enseñaron a resolver problemas de forma creativa y fomentaron la motivación de los participantes. Además de estas actividades, el proyecto también organizó visitas de estudio a otros países, donde había socios del proyecto. Allí, los participantes adquirieron experiencia en la integración de los refugiados en las comunidades locales.

Fuente: [Kicking Off Integration: Using Street Sports to Welcome Refugees](#)

7.5 Portugal

El **Welcome Sports Club (Club Deportivo de Bienvenida)** trata de abordar la dificultad que tienen los migrantes y refugiados en Portugal para acceder al empleo formal, debido a barreras como el desempleo, la falta de cualificaciones reconocidas, las redes limitadas, el estigma y el aislamiento social. También respondió a la necesidad de vías más atractivas y eficaces que combinen el apoyo a la empleabilidad con herramientas que fomenten la confianza, la conexión social y las habilidades transferibles, utilizando el deporte como mecanismo clave para movilizar a los participantes y facilitar la interacción con los empleadores. Actualmente se está aplicando en Portugal, especialmente en los municipios que acogen a poblaciones migrantes y refugiadas. Los beneficiarios son migrantes y refugiados de entre 18 y 40 años, desempleados o que buscan su primer empleo formal.

El Welcome Sports Club funciona porque sigue una metodología altamente personalizada y centrada en la persona, respaldada por una orientación continua y un apoyo sensible a las diferencias culturales. Las sesiones vocacionales individuales, el seguimiento cercano y la tutoría en el puesto de trabajo ayudan a los beneficiarios a



progresar a su propio ritmo y a mantener la motivación. El deporte desempeña aquí un papel fundamental: al crear entornos informales que fomentan la confianza, aumenta la participación, reduce la ansiedad y permite a los participantes demostrar habilidades transferibles como el trabajo en equipo, la comunicación y la resiliencia. Otro factor clave es la fuerte y práctica conexión con el mercado laboral. A través de visitas a empresas, experiencias breves en el lugar de trabajo, actividades inclusivas de formación de equipos y contacto directo con los empleadores, las empresas llegan a conocer a los candidatos más allá de sus currículos. Esta exposición práctica ayuda a reducir el estigma, desafía los conceptos erróneos sobre el talento de los migrantes y conduce a prácticas de contratación más inclusivas. La tutoría continua apoya la retención ayudando a los beneficiarios a adaptarse a las rutinas y expectativas del lugar de trabajo. Por último, el programa tiene éxito porque está integrado en un ecosistema coordinado en el que participan múltiples partes interesadas. La colaboración con AIMA, ONG, municipios, entidades deportivas y una amplia red de empleadores crea una vía integrada desde la identificación hasta la inserción laboral. La experiencia, la flexibilidad y la capacidad del equipo para adaptar el modelo en función de los comentarios y los datos garantizan que la intervención siga siendo realista, receptiva y eficaz.

Live the Sport, Embrace the Future aborda los complejos retos a los que se enfrentan los refugiados al llegar a Portugal, en particular la falta de oportunidades de inclusión social, el acceso limitado a actividades deportivas estructuradas y la ausencia de vías para practicar el deporte como herramienta para el bienestar, la integración en la comunidad y el desarrollo personal. Muchos refugiados sufren aislamiento social, traumas y un acceso restringido a las redes comunitarias; el programa responde utilizando el deporte como vehículo para la cohesión, el empoderamiento y la participación. La iniciativa se lleva a cabo en Portugal, donde opera a nivel nacional a través de centros de acogida, municipios, clubes deportivos y organizaciones comunitarias. Está dirigida a los refugiados que llegan a Portugal, incluidas las personas acogidas por las instituciones nacionales de acogida. Entre los beneficiarios se encuentran niños, jóvenes y adultos de



diversos orígenes que buscan oportunidades de inclusión, participación en el deporte y, cuando procede, el desarrollo de carreras deportivas.

Desde 2016, la iniciativa ha generado un impacto social y organizativo significativo en todo el sistema nacional de acogida y el ecosistema deportivo. Más de 1500 refugiados han participado en actividades, accediendo a experiencias deportivas significativas que favorecen su bienestar físico, mental y social. Para muchas personas recién llegadas, estas oportunidades les proporcionaron su primera experiencia positiva y estructurada en Portugal, lo que contribuyó a reducir su aislamiento y a reforzar su sentido de pertenencia. Alrededor del 65 % de los refugiados que llegan al país han participado en actividades deportivas comunitarias promovidas a través de la iniciativa. Muchos se han afiliado a clubes locales, han participado en sesiones de entrenamiento regulares o han accedido a programas de iniciación gracias al equipamiento, la orientación y las conexiones facilitadas por el COP y sus socios. La iniciativa también ha reforzado la colaboración intersectorial, reuniendo a organismos gubernamentales, ONG, federaciones deportivas, municipios locales y patrocinadores. Este modelo de colaboración ha consolidado asociaciones a largo plazo y ha mejorado el reconocimiento del deporte como herramienta para la inclusión de los refugiados, tanto a nivel nacional como internacional.

7.6 España

Fútbol Más (España) es una organización internacional sin ánimo de lucro, fundada en Chile en 2007, que utiliza el deporte y el juego para fortalecer el bienestar social, emocional y físico de los niños y jóvenes que viven en condiciones vulnerables (Fútbol Más, 2024). La metodología es una adaptación de las metodologías de Sports for Development (SfD) y trata el deporte no principalmente como una competición, sino como un medio para desarrollar la resiliencia. Aunque la organización no trabaja exclusivamente con víctimas de la trata (VoTs), muchos de los jóvenes a los que apoya han sufrido violencia, desplazamiento, inestabilidad o pérdida de control. Por lo tanto, su



enfoque ofrece un modelo excelente para los entrenadores que trabajan con VoTs en programas deportivos. Según el informe global de la organización, Fútbol Más hace hincapié en un entorno seguro, predecible e inclusivo en el que las rutinas, la claridad y el empoderamiento sustituyen a la coacción y el miedo (Fútbol Más, 2024).

Las sesiones de Fútbol Más se basan en la previsibilidad, la seguridad emocional y la responsabilidad compartida. Dos profesionales cualificados dirigen siempre juntos un grupo, lo que permite a uno guiar la actividad mientras el otro se fija en las señales emocionales o apoya a un participante que se siente abrumado. Esto refleja las buenas prácticas del entrenamiento informado sobre el trauma, en el que la presencia de más de un adulto reduce la presión y permite respuestas más rápidas y tranquilas a las reacciones de estrés.

Sport2live es una organización sin ánimo de lucro con sede en Barcelona que utiliza programas deportivos estructurados para apoyar a personas en recuperación de adicciones, dificultades de salud mental y vulnerabilidad social (Sport2live, 2024). Aunque no trabajan específicamente con víctimas de la trata (VoTs), su metodología es muy relevante para este contexto, ya que está diseñada para personas que pueden haber vivido situaciones de inestabilidad, trauma y pérdida de control. Sport2live utiliza el deporte no solo como actividad física, sino como un proceso gradual y predecible que ayuda a los participantes a recuperar la confianza, la autoorganización y la conexión social. Su modelo sigue una metodología de ocho pasos.

Sport2live opera con una metodología que hace hincapié en las rutinas estables, la participación inclusiva y la atención a las necesidades individuales de salud e integración. Sus programas están diseñados para que los participantes puedan unirse de forma segura y a un ritmo que favorezca su recuperación y bienestar. El diseño estructurado y multiprofesional de Sport2live puede ser útil para los programas que trabajan con víctimas de la trata, ya que muestra cómo se puede organizar el apoyo en torno al espacio deportivo sin incluir el procesamiento emocional directamente en la sesión. Este tipo de estructura, con rutinas predecibles en el campo combinadas con un



seguimiento discreto por parte de personal especializado, ofrece un modelo posible para equilibrar la seguridad y la atención coordinada.

Fuentes:

- Fútbol Más. (2024). Informe global 2024 (versión en inglés). <https://futbolmas.org/wp-content/uploads/2025/06/Global-Report-2024-english-version.pdf>
- Entrevista con el portavoz de Fútbol Más. (20 de junio de 2025).
- Sport2live. (2024). Cómo trabajamos / How we work. <https://www.sport2live.org/que-hacemos/como-trabajamos/>
- Entrevista con el portavoz de Sports2Life. (2 de julio de 2025).

7.7 UE

Directrices de la UE sobre actividad física

Las Directrices de actividad física de la UE fueron publicadas por la Comisión Europea en 2008. Fueron elaboradas por un grupo de expertos que trabajaba en el marco del Grupo de Trabajo de la UE sobre Deporte y Salud, que opera dentro de la Dirección General de Educación, Juventud, Deporte y Cultura (DG EAC). Las directrices ofrecen



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de los mismos.

recomendaciones prácticas sobre cómo los diferentes sectores de la Unión Europea, como el deporte, la salud, la educación y los servicios sociales, pueden animar a las personas a realizar actividad física de forma segura, inclusiva y sostenible.

El objetivo de las directrices es ayudar a los Estados miembros de la UE a crear condiciones que faciliten y hagan más accesible la actividad física regular para la población. Hacen hincapié en que la participación debe ser posible para personas de diferentes edades, procedencias y niveles de capacidad. El documento también destaca la importancia de una comunicación clara, entornos favorables y programas que puedan adaptarse a diferentes necesidades.

Las Directrices destacan que la actividad física no es solo una cuestión de rendimiento deportivo, sino que también contribuye a la salud física, el bienestar emocional y la conexión social. Fomentan la cooperación entre las organizaciones que trabajan con grupos que pueden enfrentarse a barreras para participar. Esto incluye programas que utilizan el deporte en entornos comunitarios, sanitarios o de recuperación.

Para los entrenadores y profesionales que trabajan con víctimas de la trata, las Directrices de la UE sobre actividad física ofrecen un marco europeo más amplio que apoya la práctica inclusiva. Subrayan el valor de proporcionar entornos deportivos seguros y predecibles, ofrecer diferentes formas de participar y reducir la presión innecesaria. Aunque las Directrices no se refieren específicamente a las víctimas de la trata, los principios generales, como la accesibilidad, la claridad, la inclusión y la cooperación entre sectores, son relevantes para diseñar sesiones deportivas que sean acogedoras y se adapten a participantes con experiencias diversas.

Enlace: https://health.ec.europa.eu/publications/eu-physical-activity-guidelines_en

Campaña HealthyLifestyle4All

La campaña «HealthyLifestyle4All» es una iniciativa puesta en marcha por la Comisión Europea en 2021 para fomentar hábitos más saludables entre todos los grupos de



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresados son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de los mismos.

población de la Unión Europea. La campaña tiene por objeto vincular el deporte, la salud, la educación y la sociedad civil mediante el apoyo a acciones que faciliten a las personas la adopción de dietas equilibradas, el mantenimiento de la actividad física y el fortalecimiento de su bienestar en la vida cotidiana.

HealthyLifestyle4All promueve tres ideas principales: dar mayor visibilidad a los estilos de vida saludables, apoyar el acceso a la actividad física de diferentes grupos y reforzar la cooperación entre las organizaciones que trabajan en el ámbito de la salud y el deporte. La campaña hace hincapié en que la actividad física debe ser segura, inclusiva y adaptada a las necesidades de las personas, y que las comunidades, las organizaciones deportivas, las escuelas y las autoridades locales pueden contribuir a crear entornos propicios.

Para los entrenadores y los profesionales, HealthyLifestyle4All proporciona un contexto político europeo general que destaca la importancia del deporte para la salud, la prevención y la participación social. Aunque la campaña no está dirigida específicamente a las víctimas de la trata, sus principios, como las actividades accesibles, la cooperación intersectorial y el enfoque en el bienestar, son relevantes para los programas que utilizan el deporte en contextos de recuperación y reintegración. Los entrenadores pueden consultar esta campaña para comprender cómo su trabajo encaja en los esfuerzos más amplios de la UE para promover comunidades más saludables y activas.

Enlace: <https://sport.ec.europa.eu/healthylifestyle4all>



8. Conclusión

En conclusión, la creación de un programa de desarrollo de capacidades dentro de RECOVERY es crucial para la reintegración de las víctimas de la trata a través del deporte. Empoderar a los profesionales del deporte y a los entrenadores puede requerir esfuerzo y recursos; sin embargo, este programa de desarrollo de capacidades tiene como objetivo informar a los distintos profesionales y sentar las bases para que las víctimas de la trata se unan y se beneficien de las actividades deportivas.

La recuperación de los beneficiarios comienza con las personas que les rodean y, al sensibilizar y crear un impacto duradero en la comunidad, se puede ver el poder del deporte para construir una comunidad segura.



