



## PRÁTICA ESPORTIVA, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

BARBOSA, Marily Oliveira<sup>1</sup>; DE SOUZA, Emanuel Messias Ferreira<sup>2</sup>;  
CORREIA, Jorge da Silva<sup>3</sup>; SILVA, Maria Samara Patrícia<sup>4</sup>;  
DA SILVA, Mikellany Ferreira<sup>5</sup>; DOS SANTOS, Rosivânia Lima<sup>6</sup>;  
MENDONÇA, Vivinês da Silva<sup>7</sup>

Eixo Temático: Esporte adaptado: participação, recreação e rendimento;

### RESUMO

A prática esportiva para pessoas com deficiência é importante para saúde e qualidade de vida. O objetivo deste estudo foi analisar os benefícios da prática esportiva para saúde e qualidade de vida de pessoas com deficiência, e de forma específica buscou identificar a motivação que levaram a prática esportiva e diferenciar a saúde e a qualidade de vida antes e depois da prática esportiva. De natureza qualitativa, a pesquisa utilizou entrevista semiestruturada aplicadas a duas pessoas com deficiência praticantes de capoeira e karatê. Os dados foram analisados sob a análise de conteúdo. O estudo identificou que o esporte está diretamente ligado aos hábitos diários do estilo de vida. Também foi identificado que o esporte melhorou o condicionamento respiratório e que a prática sempre esteve presente na vida de um dos indivíduos e importante para promoção da socialização, possibilitando amizades e solidariedades, além de melhorar o desempenho motor, mobilidade e a respiração dos praticantes. De acordo com a entrevista foi comprovado a dificuldade de aceitação familiar e da sociedade diante do preconceito, o autoconhecimento corporal que contribuiu para facilitar a execução do esporte. Portanto, o esporte contribui para saúde e qualidade de vida, no físico, psicológico, afetividade e sociabilidade.

<sup>1</sup> Doutora em Educação Especial - Universidade Federal de São Carlos, Docente UNIRB e UNINASSAU. Maceió/Alagoas, email: marilyufal@gmail.com

<sup>2</sup> Discente em Educação Física, Universidade Regional da Bahia-UNIRB, Maceió – Alagoas, lellos2016edf@hotmail.com.

<sup>3</sup> Discente em Educação Física, Universidade Regional da Bahia-UNIRB,, Maceió – Alagoas, Jorgesilvacorreia@outlook.com

<sup>4</sup> Discente em Educação Física, Universidade Regional da Bahia-UNIRB,, Maceió – Alagoas, samarapatriciads@gmail.com

<sup>5</sup> Discente em Educação Física, Universidade Regional da Bahia-UNIRB,, Maceió – Alagoas, mikellanymonteiro@gmail.com

<sup>6</sup> Discente em Educação Física, Universidade Regional da Bahia-UNIRB,, Maceió – Alagoas, rosivanielima9@gmail.com

<sup>7</sup> Discente em Educação Física, Universidade Regional da Bahia-UNIRB,, Maceió – Alagoas, Vivianmendonca@hotmail.com



**Palavras-chaves:** Qualidade de vida. Pessoas com deficiência. Esporte adaptado.

## INTRODUÇÃO

De acordo com Araújo (1997) A história do desporto para pessoas com deficiência começou na cidade de Aylesbury, na Inglaterra, o governo pediu ao médico Ludwig Guttmann que se cria um centro médico nacional de lesionados destinado a tratar homens e mulheres do exército inglês que se encontrava feridos na segunda guerra mundial. A partir deste momento surge um novo pensamento de utilizar o esporte como auxílio na reabilitação dos deficientes, buscando amenizar também os problemas psicológicos. O trabalho reabilitação das pessoas com deficiência buscou no esporte não só o valor terapêutico, mas o poder de suscitar novas possibilidades. Para Andrade (1999) o Brasil passou pelo um processo de mudanças significativa de industrialização e urbanização, neste contexto a educação física tinha a função de fortalecer os trabalhadores melhorando sua capacidade de produtividade. Só no final dos anos 1950 a educação física começou a preocupação com os esportes para pessoas com deficiência. Antes a sociedade tinha outra concepção sobre a educação física que era para a preparação do corpo saudável e preparo físico e produtivo. Assim não restou outra opção foi preciso criar caminhos para as pessoas com deficiência, com isto conseguiu reverter o quadro que a educação física do corpo perfeito para o corpo imperfeito produtivo, então surgiu a educação física adaptada para pessoas com deficiência. De acordo com Duarte e Werner (1995) o desporto adaptado surgiu como um importante meio na reabilitação física, psicológica e social para pessoas com algum tipo de deficiência, que os esportes são adaptados e modificados em regras, matérias, sociais para as atividades esportivas. Cada vez mais as pessoas procuram a prática de atividades desportivas por pessoas com deficiência, a busca da melhoria da qualidade de vida, visando estimular suas potencialidades e possibilidades em prol de seu bem-estar. Gorgatti e Gorgatti (2005) falam que a oportunidade da prática desportiva para pessoas com deficiência é de extrema eficácia para a promoção da qualidade de vida das mesmas. Melo e Lopez (2002) afirma que as oportunidades mostram que as pessoas com deficiência podem testar seus limites ajudando em seus aspectos funcionais, sociais e profissionais. O questionamento levantado na pesquisa foi saber se o esporte colabora para saúde e qualidade de vida das pessoas com deficiência? Para isso foram admitidas duas hipóteses: a) sim, o esporte colabora com a melhoria da saúde e qualidade de vida; b) não, o esporte não colabora com a saúde e qualidade de vida.

Com isso, o objetivo deste estudo foi analisar os benefícios da prática esportiva para saúde e qualidade de vida de pessoas com deficiência, e de forma específica buscou identificar a motivação que levaram a prática esportiva e diferenciar a saúde e a qualidade de vida antes e depois da prática esportiva.



## MÉTODOS

A pesquisa realizada foi de natureza qualitativa para compreensão detalhada dos significados e características situacionais apresentados pelos entrevistados, realizando análise de conteúdos relevantes com o tema. Tivemos a participação de forma colaborativa de duas pessoas com deficiência que praticam esporte (karatê e capoeira). O procedimento de produção de dados foi através da aplicação de uma entrevista composta por questões abertas. Dando continuidade as etapas, os dados coletados foram analisados de forma individual para posteriormente fazer as discussões pertinentes. Foi apresentado para os indivíduos entrevistados quais os objetivos da pesquisa, explicando que terá garantido o seu direito ao anonimato e que receberam todas as informações pertinentes antes de responder a entrevista.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Albuquerque e Matos (2003) a saúde é um desafio devido seu conceito dinâmico, podendo afirmar que é um estado sendo influenciado por vários fatores (físico, mentais, sociais, econômicos e ambientais), inclusive a qualidade de vida. Um dos esportes que surge com adaptação para realização de pessoas com deficiência é a capoeira, destacada por Gonçalves Júnior (2009) como uma prática impregnada de experiência de mundo do ser carregada de emoções e sentimentos de forma internacional e cultural. De acordo com resultados, o esporte ajudou a promover a concentração, a reduzir a ansiedade, a impulsividade e a melhorar as competências de interação social, indo ao encontro de resultados obtidos por outros estudos (MOVAHEDI et.al, 2013). A entrevista foi aplicada para o entrevistado 1 (24 anos) praticante de Karatê que possui “paralisia cerebral” descoberta aos 3 anos, e o segundo entrevistado 2 (33 anos) com deficiência física dos membros inferiores praticante de capoeira a mais de 10 anos. Sobre as adaptações o entrevistado 1 cita que “Adaptação foram na partes dos chutes, no lugar dos chutes colocam socos, cotoveladas”; o entrevistado 2 afirma “tive que estudar bastante para adaptar meus treinos junto com um professor de educação física que tirava as dúvidas depois que eu fui entender da minha condição física e venho adaptando até hoje” Para Labronici (2000) a participação de pessoas com deficiência em diversas atividades está em uma crescente e recebido grande atenção oferecendo diversas oportunidades para experimentação de novas sensações e movimentos que frequentemente não estão praticando pelas barreiras impostas pelo físico, sociedade e o ambiente. O entrevistado 1 em relação sobre seu conhecimento de saúde e qualidade de vida afirmou que “Saúde é importante no dia a dia pra ter uma qualidade de vida melhor” para o entrevistado 2 diz que “é um conceito muito amplo, antigamente via-se como uma pessoa que tinha só saúde ausência de doença, mas hoje creio eu que não é só isso. Para Heil (2008) a prática esportiva regular vai beneficiar seus praticantes, principalmente as pessoas com deficiência, tais como a melhoria na locomoção, equilíbrio, percepção corporal, conscientização corporal, agilidade e amplitude de movimentos de maneira geral, ajudando a vencer suas limitações imposta pela deficiência e também pela



sociedade. Sobre os benefícios “Antes de prática esporte eu me cansava por qualquer coisa, vivia estressado e hoje estar mais calmo raramente fico cansado” afirmado pelo entrevistado 1, relatou também que “No começo foi difícil eu tentava fazer tudo que os demais faziam, mas hoje é mais fácil porque já tenho noção o que posso fazer”, já o entrevistado 2 relata que “sempre pratiquei esporte desde novo antes e hoje é um complemento muito importante na minha vida, muitas coisas que eu aprendi foi dentro do esporte”. Entrevistado 2 relata sobre as dificuldades “o preconceito da sociedade, falta de acessibilidade em muitos locais, apesar de existir leis atuais bem legais mais que não saem do papel porque, na prática mesmo não tem e anda muito devagar, a dificuldade de um cadeirante para pegar ônibus ou avião é absurda”. Um dos desafios foi à aceitação familiar, o entrevistado 1 relata “Disseram que eu não ia conseguir só iria me machuca, mas não liguei para isso e continuei”. Resposta um tanto diferente do entrevistado 2 nos contou que “Não teve uma resistência e sim um cuidado por causa do estado clínico, os familiares deram todo apoio e viram que através da capoeira eu fui melhorando o desenvolvimento motor”

Histórias de vidas diferentes, mas que ressaltam os aspectos positivos do esporte na vida da pessoa com deficiência.

## CONCLUSÕES

Concluimos, por meio desse estudo, que o esporte adaptado fornece inúmeros benefícios de cunho psicológico, físico, afetivo, social dentre outros para as pessoas com deficiência. Ficou evidenciado ainda que a pessoa com deficiência precisa de profissionais de educação física dispostos a realizar atividades físicas buscando melhorias na ação motora e no convívio e participação social. O esporte adaptado é um fator de inclusão social na promoção da saúde e qualidade de vida dos praticantes das inúmeras modalidades esportivas. Faz-se importante ressaltar a necessidade de maiores estudos sobre a qualidade de vida das pessoas com deficiência.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Carlos; MATOS, Ana Paula Soares. Estilo de vida, percepção e estado de saúde em Estudantes do instituto politécnico de Viseu: Influência da área de formação. **Millenium**, p. 184-200, 2003.

ANDRADE, Eliene Vieira. **Planejamento coletivo e o trabalho pedagógico de educação física na Escola de Educação Básica da UFU: avanços e possibilidades**. 1999. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia

ARAÚJO, Paulo Ferreira de et al. **Desporto adaptado no Brasil: origem, institucionalização e atualidade**. 1997.



DUARTE, E.; WERNER, T. **Conhecendo um pouco mais sobre as deficiências.**

Curso de atividade física e desportiva para pessoas portadoras de deficiência: educação à distância. Rio de Janeiro: ABT: UGF, v. 3, 1995.

GONÇALVES JUNIOR, Luiz. Dialogando sobre a Capoeira: Possibilidades de Intervenção a partir da Motricidade Humana. **Motriz**, 15 (3), 700-707. 2009. Disponível em: <http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/2875/2539> Acesso em: maio de 2019.

GORGATTI, Marcia Greguol; GORGATTI, Tiago. **O esporte para pessoas com necessidades especiais.** Atividade física adaptada: qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais. Barueri: Manole, p. 532-568, 2005.

HEIL, Edinéia Benvenuti. **A percepção de atletas com deficiência visual sobre o esporte adaptado.** Itajaí, 2008. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Edineia%20Benvenuti%20Heil.pdf>. Acesso em: 09 de maio de 2019.

LABRONICI, RITA HELENA DUARTE DIAS et al. Esporte como fator de integração do deficiente físico na sociedade. **Arq. Neuro-Psiquiatr.**, São Paulo, v. 58, n. 4, p. 1092-1099, Dec. 2000.

MELO, Ana Cláudia Raposo.; LÓPEZ, Ramón F. Alonso. O Esporte Adaptado. Revista Digital, Buenos Aires, v.8, n.51, jul. 2002.

MOVAHEDI, A., BAHRAMI, F., MARANDI, S.M., ;ABEDI, A. Melhoria da disfunção social de crianças com transtorno do espectro do autismo após o treinamento de técnicas de kata em longo prazo. Pesquisa em Distúrbios de Espectro do Autismo, 2013.