**ORIENTAÇÃO ESPORTIVA ADAPTADA PARA INDIVÍDUOS COM LESÃO MEDULAR EM UM CENTRO DE REABILITAÇÃO:** relato de experiência

REIS, Felipe Caliman1; RIBEIRO, Cynthia Maris Lemes Ponzo 2

Eixo Temático: Atividade motora, reabilitação e saúde

**RESUMO**

No Brasil, estima-se que a incidência de lesão medular seja de 71 novos casos por milhão de habitantes/ano; destes, cerca de 80% são homens e mais de 60% se encontram entre os 20 e 40 anos de idade, que é a fase mais produtiva da vida dessas pessoas. Comumente, pessoas que perdem a funcionalidade dos membros superiores e inferiores tendem à inatividade física e ao sedentarismo. O esporte adaptado mostra-se como importante ferramenta para melhora dos resultados da reabilitação e no enfrentamento da deficiência. Esse estudo objetiva descrever casos de três indivíduos com lesão medular que internaram para programa de reabilitação na Rede Sarah de Hospitais de Reabilitação, unidade Belo Horizonte, participaram de iniciação esportiva adaptada neste contexto e continuaram praticando esporte ao longo de suas vidas. Foi realizada a análise dos prontuários eletrônicos dos três indivíduos e aplicação, via telefone, de entrevista semiestruturada abrangendo a continuidade ou não da prática esportiva adaptada, o nível de prática, as barreiras encontradas, o tempo e a frequência de treinamento, bem como o impacto desta prática na qualidade de vida e participação social. Os três indivíduos conseguiram manter a prática esportiva adaptada por longos períodos. A participação em iniciação esportiva adaptada durante programa de reabilitação, o incentivo de outros atletas com deficiência, a pesquisa na internet e a motivação pessoal para investimento em potenciais individuais foram citados como importantes ferramentas para adesão à prática esportiva na comunidade. A continuidade desta prática sugeriu melhora na saúde, participação social e qualidade de vida desses indivíduos. Consideramos, portanto, que os achados deste estudo indicam que a iniciação esportiva adaptada é uma possível ferramenta para favorecer a procura e adesão à prática esportiva adaptada na comunidade, o que, por sua vez, pode impactar positivamente na saúde, participação social e qualidade de vida desses indivíduos.

**Palavras-chaves:** esporte adaptado, reabilitação, saúde, participação social.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1 Graduado em Educação Física e pós-graduado em Estratégia Saúde da Família na Universidade Federal de Minas Gerais, profissional de educação física na Rede Sarah de Hospitais de Reabilitação, Belo Horizonte - MG, [fcaliman@gmail.com](mailto:fcaliman@gmail.com)

2 Mestranda em Ciências do Esporte na Universidade Federal de Minas Gerais, fisioterapeuta na Rede Sarah de Hospitais de Reabilitação. Belo Horizonte - MG, [cynthiamarislemes15@gmail.com](mailto:cynthiamarislemes15@gmail.com)