



ATIVIDADE FÍSICA COMO INSTRUMENTO AUXILIAR PARA A ALFABETIZAÇÃO DE ADOLESCENTE COM PARALISIA CEREBRAL

TOLOI, Gabriela Gallucci¹; SILVA, Bruna Cristina²; MONZANI, Fernando Ap. da
Silva³.

Eixo Temático: Atividade Motora Adaptada e Qualidade de Vida

RESUMO

A Paralisia Cerebral (PC), quando considerado as características motoras, e o grau de comprometimento físico, muitas vezes, pode influenciar negativamente na estruturação de propostas pedagógicas efetivas de alfabetização. Além de que, para pessoas com PC, a busca por ações que envolvam atividades relacionadas a qualidade de vida, muitas vezes se torna restrita. Este trabalho objetivou-se por caracterizar a Atividade Física como instrumento viabilizador para os benefícios da melhora na qualidade de vida em pessoas com PC e verificar a possibilidade de estimular o desenvolvimento cognitivo do envolvido, auxiliando na alfabetização por meio da atividade física. A coleta de dados ocorreu com 1 aluno com PC espástica, na academia, frequentando duas vezes por semana, durante um semestre. O programa teve como meta auxiliar na amplitude de seus movimentos, no ganho de força, equilíbrio e agilidade. Durante as atividades físicas, a inserção de figuras numéricas e silábicas foram utilizadas para contagem e discriminação dos exercícios. A melhora do adolescente no contexto físico e cognitivo foi nítida quando comparada ao início do estudo. Com isso pode-se concluir que a atividade física inserida na vida do adolescente com PC pode melhorar a qualidade de vida e é possível inserir maneiras para complementar a alfabetização.

Palavras-chaves: Paralisia Cerebral. Atividade Física Adaptada. Qualidade de Vida. Alfabetização.

¹ Doutora em Educação – Linha Educação Especial, UNESP, Marília – SP, docente titular da disciplina educação física adaptada – UNIFAI, Adamantina, SP- gtoloi@fai.com.

² Graduanda em Educação Física, UNIFAI, Adamantina– SP, brunasilvapersonal@outlook.com.

³ Graduado em Educação Física, UNIFAI, Adamantina– SP, fernando_tchero99@hotmail.com.



INTRODUÇÃO

As pessoas com Paralisia Cerebral (PC) apresentam limitações neuromotoras e sensoriais, que levam à comprometimento da postura e do movimento. Todos estes fatores podem diretamente influenciar o desempenho funcional das pessoas com PC. A PC espástica como descrita por Bobath (2003) indica que a pessoa com espasticidade apresenta hipertonia de caráter permanente, mesmo em repouso. O grau de espasticidade varia com sua excitabilidade e a força ao qual é submetida. A prática da atividade física proporciona ao indivíduo com paralisia cerebral, condições de explorar suas potencialidades e capacidades, evitando o tédio e doenças relacionadas à inatividade. A atividade física deve integrar o processo de reabilitação de forma prazerosa e descontraída, assegurando a promoção da saúde. Com isto, se faz necessário que a clientela em questão busque e possam executar atividades físicas que estimulem o seu desenvolvimento global, e deste modo superem as suas dificuldades. As pessoas com Paralisia Cerebral apresentam baixa mobilidade e conseqüentemente são dependentes. O exercício físico no geral visa combater todas as desordens que produz a imobilidade, como a perda do tônus muscular com alteração dos reflexos da postura e coordenação anormal, a atrofia muscular e óssea devido ao catabolismo proteico e atrofia do miocárdio, atitudes viciosas, contrações musculares e limitações articulares (BALULA, 2014). O exercício físico regular pode contribuir para a qualidade de vida, proporcionando aos praticantes a melhoria das capacidades cardiorrespiratória e muscular, o controle da massa corporal, a redução da depressão e da ansiedade, a melhoria das funções cognitivas (memória, atenção e raciocínio) (BOSCOLO, 2014). Partindo do conceito de que pessoas com PC apresentam uma baixa mobilidade e sabendo que o exercício físico no geral, busca combater as desordens que geram a imobilidade. Percebe-se que ao inserir a prática de atividades físicas na vida dessas pessoas, pode-se verificar uma transformação na maneira em que se movimentam no dia-a-dia, melhorando assim os aspectos cognitivos, afetivos e motor. O presente trabalho tem por objetivo caracterizar a atividade física como instrumento viabilizador para os benefícios da melhora da ação motora em pessoas com paralisia cerebral e verificar a possível melhora nos aspectos cognitivo após a inserção de números e letras para auxiliar na alfabetização do adolescente com paralisia cerebral.

MÉTODOS

LOCAL: Laboratório de exercícios resistidos do Centro Universitário de Adamantina (UNIFAI);

SUJEITO: 1 adolescente do sexo masculino com PC espástica (paraparesia)

PROCEDIMENTOS: O programa de treinamento foi estruturado para que o aluno frequentasse a academia 2 vezes por semana – com atividade entre 45 minutos e 1 hora, durante o semestre (agosto a dezembro). A pesquisa se dividiu em 3 fases:

Fase 1: Avaliação: Teste de flexibilidade utilizou-se o banco de Wells e de dobras cutâneas. Acompanhamento do interesse nos números (zero a 10) e letras (pertencentes ao nome do aluno)



Fase 2: Foram realizados exercícios tais como: Remada Horizontal Aberta, Puxador Supinado, Abdução de Ombros com isometria, Rosca Direta com halter, Cadeira Extensora, Cadeira Abdução, Equilíbrio na Cama Elástica, Bicicleta, Salto sobre a Caneleira – todos os aparelhos buscavam-se auxiliar a máxima amplitude do movimento por meio do peso do aparelho - na força excêntrica.

Fase 3: Novo teste de flexibilidade e dobras cutâneas. Acompanhamento do interesse nos números e letras.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados referentes a flexibilidade, indicam o score do primeiro teste, que foi realizado no início da pesquisa apontando 5 cm, e o segundo score de 8 cm foi após um intervalo de 5 meses entre um e outro. A diferença de 3 cm pode ser considerada significativa perante as limitações da amostra estudada e por se tratar de espasticidade, e por identificar nessa clientela grande dificuldade de amplitude de movimentos e de certa forma atrofiamento dos músculos.

O quadro 1, refere-se aos resultados referentes a dobras cutâneas, dados físicos que se mostram mais talentosos de ser mensurados para essa clientela.

Quadro 1 – Dobras cutâneas

	Primeiro Teste	Segundo Teste	Diferença
Subescapular	8	10	2
Tríceps	7	10	3
Tórax	4	5	1
Suprailíaca	6	7	1
Abdômen	7	8	1
Coxa Medial	10	11	1

As pessoas com Paralisia Cerebral apresentam baixa mobilidade e consequentemente muitas vezes acabam por ser dependentes. O exercício físico no geral visa combater todas as desordens que produz a imobilidade, como a perda do tônus muscular com alteração dos reflexos da postura e coordenação anormal, a atrofia muscular e óssea devido ao catabolismo proteico e atrofia do miocárdio, atitudes viciosas, contrações musculares e limitações articulares (BALULA, 2014).

Vislumbrando um outro aspecto junto a prática de atividades físicas, no quadro 2, descreve-se como foram as tentativas numéricas e silábicas antes e depois da inserção do estímulo cognitivo nas atividades de musculação.



Quadro 2 – Tentativas (acertos e erros) numéricas e silábicas

	Mês 1	Mês 2	Mês 3	Mês 4	Mês 5
Acertos números	3	2	6	6	5
Erros números	7	8	4	4	5
Acertos silabas	2	2	5	7	6
Erros silabas	8	8	5	3	4

De acordo com as anotações realizadas durante os treinos, por meio de uma planilha de acertos e erros, o aluno, passou a acertar os números de maneira mais sequencial e a buscar os números de forma mais precisa. Sendo que o total de estímulo específico da ação cognitiva era de 10 intervenções silábicas conforme a presença das silabas do nome do sujeito e 10 numéricas. Embora os dados demonstrados não indiquem uma melhora constante, pode-se dizer que a um determinado equilíbrio presente nos últimos meses, no qual podemos ser um indicativo de compreensão sob alguns pontos numéricos e silábicos. No entanto, o que se pode afirmar, é que a atividade física, sendo está de qualquer segmento, pelo fator motivacional de tal, apresenta muitas ramificações na qual o processo de aprendizado pode ser aproveitado e explorado. Vale salientar que, o aluno se sentiu muito motivado para frequentar a participar das atividades físicas, e por tal ação emocional, acredita-se que o aspecto cognitivo se mostrou mais focado e atento as tarefas, principalmente em busca de respostas positivas, afim de agradar aos instrutores. Com os resultados encontrados na pesquisa foi possível perceber melhora importante dentre os contextos verificados do adolescente tanto na função física, quanto cognitiva.

CONCLUSÕES

A atividade física inserida na vida desse adolescente com PC, melhorou de forma a ação motora do aluno e de forma significativa na estruturação do caminhar se mostrando possível inserir maneiras para complementar a alfabetização, principalmente pelo componente motivacional, e visando assim uma abertura a abordagem multidisciplinar junto ao trabalho com alunos com PC em busca de melhor qualidade de vida a esta clientela.

REFERÊNCIAS

BALULA, N. I. R. O Benefício do Exercício Físico nas Crianças om Paralisia Cerebral. 2014. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação na Especialidade de Educação Especial: Domínio Cognitivo e Motor, Lisboa.

BOBATH, K. **Uma Base Neurofisiológica para o Tratamento da Paralisia Cerebral.** 2 ed. São Paulo: Manole, 2003.

XICBAMA

MACEIÓ

CONGRESSO BRASILEIRO
DE ATIVIDADE MOTORA
ADAPTADA



MAUERBERG-deCASTRO, E. **Atividade Física Adaptada**. Ribeirão Preto: Tecmedd, 2005.

MILLER, G.; CLARK, G. D. **Paralisias Cerebrais: Causas, Consequências e Conduta**. São Paulo: Manole, 2002.

MORAES, A. B. R. do L. de, FERREIRA, E. L. Discurso Corporal do Dançarino com Paralisia Cerebral. **Revista da Sobama**. Marília, v.16, n.1, p. 39-46, Jan/Jun, 2015.

SOUSA, A. A. de; ARROYO, C. T. Benefícios do exercício físico na paralisia cerebral: uma revisão crítica. **Revista Fafibe On-Line**, ano V, n. 5, p. 1-7, nov. 2012.