



UEPB

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EDUCAÇÃO FÍSICA**

HELYDRIANE MARQUES DA SILVA

**BENEFÍCIOS DO ESPORTE ADAPTADO PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

**Campina Grande
2022**

HELYDRIANE MARQUES DA SILVA

**BENEFÍCIOS DO ESPORTE ADAPTADO PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de bacharela em Educação Física.

Orientador: Prof.^a Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias

**Campina Grande
2022**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586b Silva, Helydriane Marques da.
Benefícios do esporte adaptado para a pessoa com deficiência [manuscrito] : uma revisão bibliográfica / Helydriane Marques da Silva. - 2022.
21 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde , 2022.
"Orientação : Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias , Departamento de Educação Física - CCBS."
1. Esporte adaptado. 2. Pessoa com deficiência. 3. Educação física. 4. Inclusão. I. Título

21. ed. CDD 796.045 6

HELYDRIANE MARQUES DA SILVA

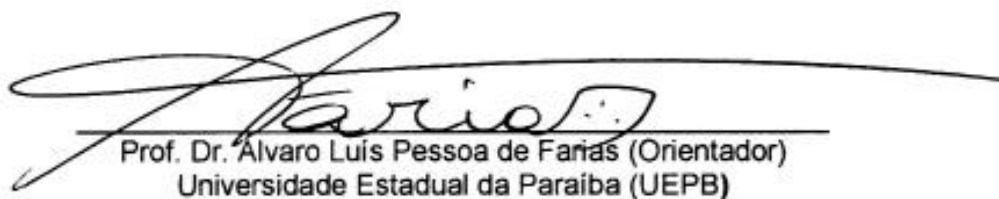
BENEFÍCIOS DO ESPORTE ADAPTADO PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA:
UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de bacharela em Educação Física.

Área de concentração: Promoção da saúde.

Aprovada em: 25 / 11 / 2022.

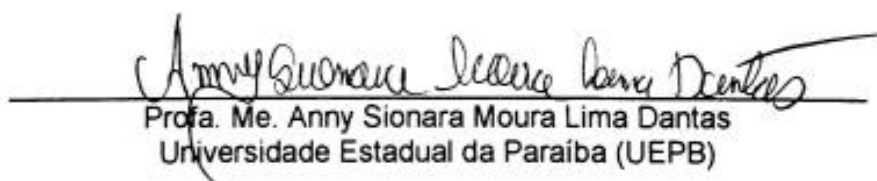
BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Alvaro Luis Pessoa de Farias (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Regimênia Maria Braga de Carvalho
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Me. Anny Sionara Moura Lima Dantas
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

A Deus por me permitir chegar até aqui apesar de tudo e aos meus pais, pela dedicação, apoio e amor, DEDICO.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF	Atividade Física
AVD's	Atividades da Vida Diária
BDTD	Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
EA	Esporte Adaptado
EF	Educação Física
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
LILACS	Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
OMS	Organização Mundial da Saúde
PCD	Pessoa com Deficiência
SciELO	Scientific Eletronic Library Online

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	8
2.1	Pessoa com deficiência (PCD)	8
2.2	Papel da educação física no processo de inclusão da PCD no esporte	9
2.3	O esporte adaptado e seus benefícios para PCD	10
3	METODOLOGIA	12
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	13
5	CONCLUSÃO	17
	REFERÊNCIAS	18

BENEFÍCIOS DO ESPORTE ADAPTADO PARA A PESSOA COM DEFICIÊNCIA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

BENEFITS OF ADAPTED SPORTS FOR PEOPLE WITH DISABILITIES: A BIBLIOGRAPHIC REVIEW

SILVA, Helydriane Marques da*

RESUMO

A prática esportiva voltada para a pessoa com deficiência, conhecida como esporte adaptado, vem ganhando cada vez mais notoriedade e reconhecimento, trazendo assim cada vez mais olhares para esta população. A Educação Física torna-se uma forte aliada no processo de inclusão da pessoa com deficiência através do esporte, sem falar que quando adaptada apresenta um grande leque de possibilidades e práticas, trazendo assim inúmeros benefícios físicos e mentais para seus praticantes. O estudo caracteriza-se como artigo de revisão bibliográfica, e tem como objetivo analisar e discutir acerca dos benefícios ocasionados pela prática do esporte adaptado para a pessoa com deficiência. Nele foram identificados 17 estudos primários no banco de dados dos periódicos BDTD, SciELO, LILACS e CAPES, onde após passarem pela filtragem através dos critérios de inclusão restaram 5 artigos para compor a amostra. Em suma, após as análises e discussões, foi possível concluir que a prática do esporte adaptado e atividades físicas adaptadas proporcionam incontáveis benefícios para a pessoa com deficiência, o que vai além dos benefícios relacionados a reabilitação, inclusão social e saúde.

Palavras-chave: Esporte adaptado. Pessoa Com Deficiência. Benefícios. Educação Física.

ABSTRACT

The sports practice aimed at the disabled person, known as adapted sport, is gaining more and more notoriety and recognition, thus bringing more and more eyes to this population. Physical Education becomes a strong ally in the process of inclusion of people with disabilities through sport, not to mention that when adapted it presents a wide range of possibilities and practices, thus bringing numerous physical and mental benefits to its practitioners. The study is characterized as a bibliographic review article, and aims to analyze and discuss about the benefits caused by the practice of sport adapted for people with disabilities. In it, 17 primary studies were identified in the database of journals BDTD, SciELO, LILACS and CAPES, where after undergoing filtering through the inclusion criteria, 5 articles remained to make up the sample. where after undergoing filtering through the inclusion criteria, 5 articles remained to make up the sample. In short, after the analyses and discussions, it was possible to conclude that the practice of adapted sport and adapted physical activities provide countless benefits for people with disabilities, which goes beyond the benefits related to rehabilitation, social inclusion and health.

Keywords: Adapted sport. Disabled person. Benefits. Physical education.

* Graduada em Educação Física Licenciatura e graduanda em Educação Física Bacharelado pela Universidade Estadual da Paraíba, e-mail: helydriane.silva@aluno.uepb.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A prática esportiva traz consigo inúmeros benefícios para a saúde física e mental do praticante, seja o praticando por lazer ou com finalidade esportiva, o que não é diferente para a pessoa com deficiência (PCD), uma vez que o esporte é um processo de reabilitação mundialmente conhecido. Os esportes praticados por eles são chamados de esportes paralímpicos ou esportes adaptados.

Em uma realidade onde aproximadamente 24% da população brasileira têm algum tipo de deficiência, segundo o Censo Demográfico de 2010, realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), esta porcentagem representa 46 milhões de pessoas. Sendo a maior deficiência identificada, problemas de ordem visual (3,4%), seguida de problemas de ordem motora (2,3%), seguido de problemas de ordem auditiva (1,1%) e por último problemas de ordem mental/intelectual (1,4%).

Em recente pesquisa realizada pelo IBGE juntamente a Coordenação de Trabalho e Rendimento para a Pesquisa Nacional de Saúde de 2019, cerca de 12,7% de pessoas com dois anos ou mais de idade residentes no Brasil apresentam alguma dificuldade na visão, 4,1% apresentam dificuldade na audição, 11,3% apresentam dificuldade motora (dificuldade em caminhar, levantar, subir degraus, pegar objetos pequenos ou abrir garrafas) e 1,3% da população apresentam dificuldade em comunicação, trabalho, ir à escola, por motivos de limitações mentais ou intelectuais.

De modo preconceituoso, ainda é associado a pessoa com algum tipo de deficiência a improdutividade ou fracasso, ocorrendo por vezes uma desvalorização da pessoa. O esporte adaptado (EA), aparece neste cenário com a intenção de modificar esta percepção cultural ultrapassada sobre a pessoa com deficiência, assim é possível ocupar um papel importante na sociedade atuando forte no combate ao preconceito e estereótipo sobre as pessoas com deficiência.

Os esportes adaptados (EA) são modalidade esportivas que passaram por adaptações em sua execução e regras, afim de atender pessoas com deficiência. Eles vem sendo cada vez mais difundido no Brasil e no mundo, ganhando cada vez mais destaque e notoriedade, principalmente devido ao fato de hoje existirem diversos eventos esportivos voltados para essas pessoas, como por exemplo os jogos paralímpicos, o que mostra que o esporte pode e deve ser praticado por todos, independentemente de sua condição, seja ela qual for.

A Educação Física (EF) surge como um forte auxiliador no processo de inclusão da pessoa com deficiência no esporte, contribuindo assim para uma melhor qualidade de vida através de mudanças significativas na vida dessas pessoas, que vão de questões de saúde até questões sociais como quebra de padrões e preconceitos.

Com isso, o objetivo deste estudo é de analisar acerca dos benefícios ocasionados pela prática do esporte adaptado para a pessoa com deficiência. Além de identificar, definir e relatar os conceitos, leis e diretrizes que garantem a pessoa com deficiência acesso a uma prática esportiva adaptada e discutir os benefícios que a prática do esporte adaptado agrega a pessoa com deficiência.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Desde muito tempo a pessoa com deficiência (PCD) teve que buscar maneiras de viver e se adaptar em seu meio. Para Wellichan e Santos (2020, p.142) a PCD teve sua história marcada por preconceitos e mistificações referentes ao que poderiam realizar ou não, independente do seu diagnóstico. Atualmente o cenário vem mudando e com isso a sociedade está aprendendo a inclui-los verdadeiramente e não apenas aceita-los, seja no trabalho, na escola, no convívio social ou até mesmo na prática esportiva.

Wellichan e Santos (2020, p. 142) afirma que apesar dos traumas e condições da PCD, ela tem dois caminhos, o de conviver dentro da sua condição limitadora ou o de superar sua condição e viver além das suas limitações. Com isso, cada vez fica mais perceptível que a PCD pode fazer ou adaptar toda e qualquer atividade ou esporte de acordo com a sua necessidade, eles são capazes e possuem o direito de fazer o que quiserem.

2.1 Pessoa com deficiência (PCD)

O Art. 2º da Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência, Nº 13.146 de 6 de julho de 2015 define cientificamente a PCD como: “aquelas que tem impedimentos de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os quais, em interação com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdades de condições com as demais pessoas” (BRASIL, 2015).

De acordo com a OMS (2011) cerca de um bilhão de pessoas no mundo possuem algum tipo de deficiência, o que significa que uma a cada sete pessoas é acometida de alguma deficiência, seja ela física, auditiva, visual ou mental/intelectual. O último censo demográfico brasileiro divulgado no ano de 2010 pelo IBGE, apontou que estas deficiências acometem 12,5 milhões de brasileiros, o que corresponde a 6,7% da população.

Segundo o Art. 1º da LEI Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência, Nº 13.146, de 6 de julho de 2015 (Estatuto da Pessoa com Deficiência) tal legislação foi “destinada a assegurar e a promover, em condições de igualdade, o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais por pessoa com deficiência, visando à sua inclusão social e a cidadania” (BRASIL, 2015).

Assim, entender o que é inclusão e cidadania faz-se necessário. Inclusão pode ser definida por

Um processo pelo qual a sociedade se adapta para poder incluir, em seus sistemas sociais gerais, pessoas com necessidades especiais e, simultaneamente, estas se preparam para assumir seus papéis na sociedade. A inclusão social constitui, então, um processo bilateral no qual as pessoas ainda excluídas e a sociedade buscam, em parceria, equacionar problemas, decidir sobre soluções e efetivar a equiparação de oportunidades para todos. (SASSAKI, 1999, p. 18).

A Secretaria da Justiça, Família e Trabalho do Estado do Paraná define amplamente a cidadania como a qualidade de ser cidadão, e conseqüentemente sujeito de direitos e deveres. A relação do cidadão com o Estado é dúplice: de um

lado, os cidadãos participam da fundação do Estado, e, portanto, estão sujeitos ao pacto que o criou, no caso do Brasil a Constituição Federal de 1988.

Conforme a Constituição Federal Brasileira (BRASIL, 1988), publicada em 1988, art. 205: é obrigação dos órgãos e entidades do Poder Público assegurar às pessoas com deficiência o pleno exercício de seus direitos básicos, inclusive os direitos à cultura, desporto, turismo e lazer.

2.2 Papel da educação física no processo de inclusão da PCD no esporte

No que concerne à área da Educação Física, a Educação Física Adaptada surgiu oficialmente nos cursos de graduação, por meio da Resolução número 03/87, do Conselho Federal de Educação, que prevê a atuação do professor de Educação Física com o portador de deficiência e outras necessidades especiais (CIDADE E FREITAS, 2002, p. 27).

Quando se trata da EF Adaptada, pensamos em uma área de conhecimento que discute os problemas biopsicossociais da população considerada de baixo rendimento motor: portadores de deficiência física, deficiências sensoriais (visual e auditiva), deficiência mental e deficiências múltiplas. Ela procura tratar do aluno sem que haja desigualdades, tornando a autoestima e a autoconfiança mais elevada através da possibilidade de execução das atividades, consequentemente da inclusão. (STRAPASSON; CARNIEL, 2011, p. 11).

Para Strapasson e Carniel (2011, p. 12) a EF deve propiciar aos seus alunos o desenvolvimento global, como também os ajudar na adaptação e no equilíbrio de suas limitações ou deficiência, identificar as necessidades e capacidades dos alunos para realização do movimento, facilitar a autonomia, a independência, a inclusão e a aceitação social, quando necessário.

O profissional de EF também tem um papel fundamental no processo de inclusão social da PCD, seja na escola, através da execução de aulas inclusivas e adaptadas, como também no meio esportivo, em clubes, academias, entre outros locais. No entanto estes profissionais precisam entender de fato o que é inclusão e buscarem sempre novas capacitações para atender da melhor forma este público. Hubner (2012) concorda com isto quando diz que:

É preciso ensinar a cada professor os princípios da educação inclusiva, sua raiz social, seu valor emocional. Discutir extensamente com ele, para que tenha, consigo, a clareza da autoconsciência inclusiva. E, sobretudo, é preciso ensinar, de fato, o que seja incluir, no dia a dia. Incluir vai desde coisas bem simples, como ensinar um colega sem deficiência a empurrar um colega cadeirante, até as mais complexas, como ensinar um amigo a iniciar uma conversa com um autista e a ter a paciência de esperar a sua resposta. (Hubner, 2012, p. 22).

Um fator essencial no processo de inclusão da PCD no esporte é o respeito das individualidades. Assim, Wellichan e Santos (2020, p. 144) indagam que como cada praticante com deficiência apresenta uma necessidade específica, embora com patologia muitas vezes semelhante, cabe então ao profissional de EF ao passar o treino compreender as complicações relativas à funcionalidade fisiológica, metabólica e/ou neuromuscular, decorrentes da deficiência (adquirida ou não), que vão influenciar na capacidade motora do praticante.

Nascimento et. al (2019, p. 144) ressalta que quanto a inclusão é primordial que o profissional que estiver conduzindo a prática esportiva tenha uma formação adequada. O que também é defendido por Silva (2020, p.21) quando é dito que “para que a inclusão possa acontecer de forma eficaz, os professores precisam de uma formação profissional adequada, pois as necessidades educativas de todos os alunos devem ser consideradas”.

Ainda com relação aos profissionais de EF, Reis (2014, p. 100) defende que se faz cada vez mais importante, a preparação e formação de novos e bons profissionais que busquem o interesse em trabalhar com a PCD, assim como, o esporte paralímpico deve ser estimulado desde a infância, despertando assim a vontade de praticar algum esporte.

Outros fatores citados são: investimento em bons profissionais/técnicos, oferecendo curso de capacitação com maior carga horária destinada ao esporte paralímpico dentro das universidades, uma vez que nela o profissional fica sobrecarregado tendo que trabalhar todas as modalidades rapidamente ou de um só vez em uma única disciplina ou semestre. Seria interessante para o desenvolvimento maior do esporte paralímpico no país, uma Política Nacional de Esportes para pessoas com deficiência, assim como existem em outras áreas (REIS, 2014, p. 101).

2.3O esporte adaptado e seus benefícios para PCD

“O esporte é considerado uma potente ferramenta de inclusão, haja vista a capacidade que ele tem de permitir uma interação social, romper barreiras, quebrar paradigmas e melhorar a qualidade de vida de PCD.” (Guimarães, et al. 2021, p. 83)

Assim, o esporte surge como um dos principais aliados no processo de inclusão da pessoa com deficiência. Reis (2014, p. 18) indaga que “a pessoa com deficiência tem direito a prática esportiva, seja ela em qualquer dimensão, e o Estado, por obrigatoriedade, deve oferecer a oportunidade para que a mesma possa ter uma vida esportiva ativa”.

Nascimento et al. (2019, p. 142) aponta que a prática esportiva voltada para pessoas com deficiência ganha atualmente um maior reconhecimento social, essa população vem conquistando seu espaço dentro das ciências do esporte, tornando esta prática reconhecida como atividade física adaptada e como o esporte adaptado.

Reis (2014, p. 37) aponta as principais formas de identificar esse fenômeno esportivo, são elas: “Esporte Adaptado, Paradesporto, Atividade Adaptada, Esporte Paralímpico ou simplesmente esporte para pessoas com deficiência”.

De acordo com Gomes e Gorla (2016, p. 1-2) três fatores são responsáveis pelo crescimento do esporte para pessoa com deficiência, denominado esporte adaptado, são eles: a efetividade do esporte no processo de reabilitação, o direito das PCD à prática do esporte e o caráter da modalidade enquanto entretenimento. Quanto ao início da prática do desporto por pessoas com deficiência, Cunha (2013, p.16) considera que:

A prática deu início após a Segunda Guerra Mundial (década de 1940), ocasião na qual houve o esforço de vários governos na reabilitação de soldados que voltaram da guerra com sequelas. Nesse contexto, os profissionais de Educação Física e os profissionais da reabilitação (médico, fisioterapeutas, entre outros), em colaboração, realizaram adaptações nas atividades e nas regras das modalidades esportivas que já eram praticadas. Dessa forma, surgiu o desporto adaptado, isto é, esportes que eram de conhecimento da população que foram modificados ou até criados para atender especificamente a pessoas em condições de deficiência.

Para Wellichan e Santos (2020, p. 141) o esporte adaptado possui o papel de combater preconceitos e estereótipos da sociedade, ele foi criado para atender as necessidades recreativas, terapêuticas e competitivas da PCD.

Com adaptações e treinos específicos, os esportes convencionais, como a natação, atletismo, basquete, voleibol, dentre outras modalidades, ganham outras versões como: natação, remo e atletismo adaptado, basquete e handebol em cadeira de rodas, voleibol sentado, futebol de cinco (para pessoas com deficiência visual), futebol de sete (para pessoas com paralisia cerebral) e futebol de amputados, bocha e tênis de mesa adaptado, goalball (para deficientes visuais), entre outros tipos, presentes inclusive em jogos paraolímpicos mundiais, cujos atletas são classificados de acordo com as funcionalidades propiciando condição de igualdade para as disputas profissionais ou amadoras. (WELlichan E SANTOS, 2020, p. 142-143)

O esporte paralímpico refere-se ao grupo de modalidades que fazem parte do quadro dos Jogos paralímpicos, alcançadas por um grupo restrito de atletas (REIS, 2014, p.17). Dentre as várias modalidades paralímpicas, o Goalball, é um exemplo de modalidade esportiva que foi pensada especificamente para as pessoas com deficiência visual. No entanto, uma questão pertinente abordada por Vigário (2021, p.16) é que nem todo esporte voltado para PCD faz parte do programa paralímpico ou, é um esporte paralímpico.

Vigário (2021, p. 19) enfatiza que é o notório que o esporte paralímpico é um campo vasto para investigações, pois apresenta muitas possibilidades de atuação, realizações e descobertas. Quanto a questão do alto rendimento Vigário (2021, p. 19) relata que no esporte paralímpico os atletas buscam a excelência no desempenho esportivo, ser os melhores, quebrar recordes, conquistar medalhas e fazer história, como qualquer outro atleta, independente de ter uma deficiência ou não.

O movimento paralímpico é um fenômeno recente e sua popularidade vem crescendo ao longo dos anos, com isso o número de adeptos aumentou, comumente inspirados por “ídolos” dos esportes, tais como os brasileiros Daniel Dias, da natação, e Ricardo Alves, do futebol de cinco (VIGÁRIO, 2021. P. 21).

Vale salientar que qualquer pessoa pode praticar atividades físicas ou esporte adaptados, independentemente de sua condição, porém deve ser levando em conta suas limitações e suas habilidades devem ser potencializadas. Porém Silva (2020, p.11) informa que para as pessoas com deficiência poderem praticar os esportes, eles necessitam de espaço físico adaptado e específico para os treinamentos, além de profissionais capacitados na área e que tenham conhecimento sobre o esporte e a deficiência do atleta.

Quanto aos muitos benefícios ocasionados para a vida da PCD através da prática esportiva, o Ministério da Saúde relata que “o esporte tem comprovada importância na qualidade de vida de qualquer pessoa. A atividade esportiva contribui não só para o desenvolvimento físico, como também é uma poderosa ferramenta de ajuda na reabilitação e inclusão social de pessoas com deficiência” (BRASIL, 2017).

O esporte adaptado promove benefícios físicos, psicossociais e socioculturais, com o ganho de habilidades, destacando-se: autonomia, valorização pessoal, liberação de tensão, autocontrole, socialização, habilidade em lidar com diversas situações, atenção, melhora na funcionalidade, coordenação, planejamento motor, estímulos sensoriais, melhora da força, amplitude de movimento, equilíbrio, além do estímulo de criatividade, desenvolvimento de sentimentos e atitudes, qualidade de vida e bem-estar (FERREIRA, et al., 2017, p. 55).

São inúmeros os benefícios para a pessoa com deficiência através do esporte adaptado, benefícios estes que serão analisados e discutidos de forma mais ampla ao decorrer do estudo.

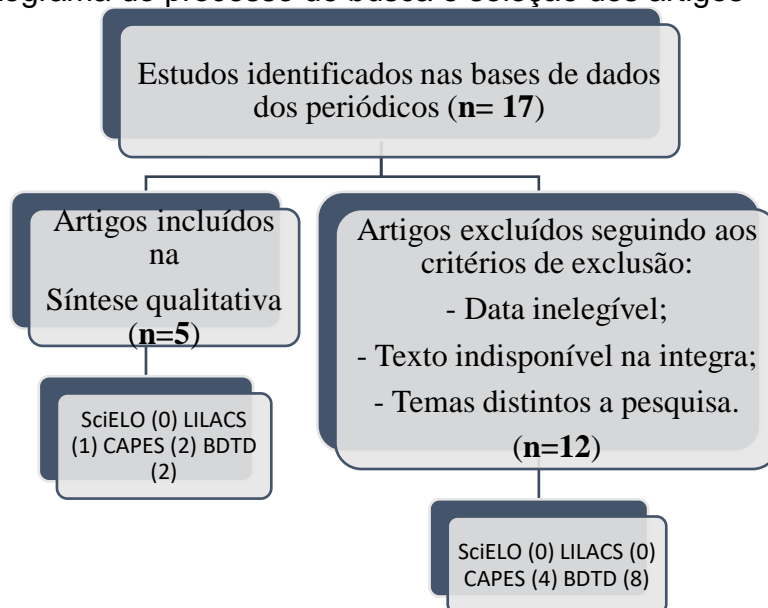
3 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como um artigo de revisão bibliográfica sistemática de cunho qualitativo, onde buscou-se identificar e analisar publicações que abordassem o tema de pesquisa proposto. As pesquisas foram realizadas entre os meses de agosto à outubro de 2022, onde para a realização deste estudo a questão de pesquisa/norteadora escolhida foi “Quais os benefícios da prática do esporte adaptado para a pessoa com deficiência?”. Para chegarmos à resposta deste questionamento foram escolhidos os descritores: Esporte Adaptado, Benefícios, Pessoa com Deficiência, Educação Física.

Com o intuito de atingir o objetivo de pesquisa, alguns periódicos foram utilizados para o levantamento e seleção de publicações, foram eles: Portal da Capes, BDTD (Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações), SciELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da saúde).

No entanto para a seleção dos artigos foi realizada a análise dos títulos e dos resumos de todas as publicações encontradas nos periódicos a partir dos descritores já citados, para que assim fosse possível determinar os estudos que se enquadram ou não nos critérios de inclusão. Contudo, nos bancos de dados dos periódicos escolhidos foram encontrados um total de 17 artigos, sendo no BDTD (10), no SciELO (0), no LILACS (1) e no CAPES (6). Onde após as análises e seguindo aos critérios impostos foram selecionados para constituir a amostra (5) artigos, conforme Figura 1.

Figura 1 - Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos



Fonte: elaborada pela autora (2022)

Os critérios de inclusão impostos foram: artigos publicados nos últimos 10 anos, de 2012 a 2022, publicados em periódicos nacionais, em língua portuguesa, que tratassem do tema “Benefícios da prática do esporte adaptado para pessoa com deficiência”. Os artigos que não atenderam aos critérios impostos, que tratavam

apenas do aspecto institucional/burocrático do esporte, duplicados e que não estavam disponíveis na íntegra foram excluídos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A seguir através do Quadro 1, serão caracterizados cada estudo selecionado, seus autores, anos e países de publicações, títulos, tipos de estudos, objetivos, metodologias e os desfechos de cada artigo utilizado para o desenvolvimento desta revisão bibliográfica.

Quadro 1 – Caracterização dos estudos selecionados.

AUTOR/ ANO/ PAÍS/ TÍTULO	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVO	METODOLOGIA	DESFECHO
GOMES E GORLA (2016) Brasil O esporte como promotor da saúde de crianças e adolescentes	Artigo editorial	Propiciar o pensamento acerca da promoção de saúde em crianças com deficiência, despertando entre os profissionais atuantes e em formação, o alargamento do compromisso profissional e o reconhecimento da sua importância.	Levantamento de 4 referências através de levantamento bibliográfico individual, sendo a primeira sobre o termo “equidade”, a segunda sobre a equidade como algo bem familiar à acessibilidade e a terceira vê para além do óbvio: o nascer, o crescer e o encorpar somente têm sentido com o auxílio do suporte familiar e das escolas das letras e da vida e a última sobre o papel do educador.	Portanto, estimular as crianças com deficiência para a realização da prática esportiva é considerar que elas não têm menos competência que as demais, assim propiciando benefícios relacionados à composição corporal, à função cardiorrespiratória e aos parâmetros neuromotores. Entendendo como um direito basilar de civilização escolher entre o fazer e o não fazer um esporte, bem como qual esporte mais apetece a uma criança com ou sem deficiência praticar.
BRENDARIOL (2014) Brasil Modelos de projetos de natação para pessoas com deficiência visual	Dissertação	Descrever o desenvolvimento e a estrutura de dois projetos regionais representativos na área e que se destacam e possuem repercussão nacional, voltados para a natação para	Estudo de caso descritivo, onde foram aplicados dois questionários, sendo um para os representantes dos projetos, em duas cidades do Estado de São Paulo, Jundiaí e Indaiatuba, e o outro para as pessoas com deficiência visual que praticam a natação	Os municípios oferecem a prática da natação para pessoas com e sem deficiência, com qualidade. No entanto a prática da natação ainda não pode ser caracterizada com uma realidade para a pessoa com deficiência visual, apesar de iniciativas como estas

		as pessoas com deficiência.	dentro destes mesmos projetos	proporcionarem benefícios importantes como desenvolvimento físico, psicológico, emocional, social e motivacional dos indivíduos com deficiência visual, que muitas vezes, não possuem oportunidades dentro da sociedade.
SANTOS (2018) Brasil Dança e sua influência no processo de desenvolvimento da resiliência e superação em pessoas com e sem deficiência	Tese	Analisar se as experiências adquiridas na prática de dança influenciam os processos de enfrentamento de adversidades e metamorfose.	Como método de pesquisa, foram selecionados três tipos de técnicas de coleta de dados: a observação participante, o questionário e a escala de resiliência. A amostra foi composta por 9 integrantes, sendo 4 mulheres e 5 homens, dentre os quais 1 mulher usuária de cadeira de rodas e 3 homens usuários de cadeira de rodas.	Notou-se que a dança, para os bailarinos participantes, vai além da atividade física que traz benefícios físicos, ela gera transformação, com o auxílio dela é possível aprender a lidar melhor com as adversidades, a superar, ser incluído, criar vínculos afetivos, mudar de dentro para fora, aprendendo a se aceitar, e a ter a autoestima e autoconfiança aumentadas. É um meio de expressão muito eficiente, e ao mesmo tempo, um refúgio. A dança colabora para aceitação da diversidade e para a quebra de alguns padrões inseridos nela mesma, ensina diferentes pessoas a conviverem, unidas pelo mesmo ideal: o seu amor pela dança.
WELLICHAN E SANTOS (2020) Brasil Qualidade de vida na deficiência: o CrossFit	Estudo de caso descritivo e qualitativo	Conhecer a prática oferecida para um grupo de pessoas com deficiências físicas (usuárias de	Trata-se de um estudo de caso, realizado em um box de CrossFit, que oferece treinos para pessoas com e sem deficiência, a amostra é composta por seis participantes,	O CrossFit trás inúmeros benefícios aos praticantes, devido muitos exercícios fortalecerem a musculatura dos MMSS, assim prepara

adaptado para usuários de cadeiras de rodas e amputados		cadeiras de rodas e amputados) a fim de identificar na prática os benefícios que podem apresentar enquanto exercício físico.	sendo quatro usuários de cadeiras de rodas e dois amputados. Foram realizados registros fotográficos e entrevistas semiestruturadas individualizadas.	o atleta para atividades como tocar a cadeira de rodas e transferências, como também visa à prevenção de lesões. Os aspectos psicológicos e sociais também são beneficiados e estimulados com a prática da atividade.
FRANCISCO E CARDOSO (2014) Brasil Atividade física e saúde: um relato de experiência com pessoas com deficiência na associação conquista em lavras – MG	Relato de experiência	Oferecer atividades físicas, lúdicas e recreativas, de maneira diversificada e orientada para promoção da saúde.	Trata-se de um programa da “Associação Conquista de pessoas com deficiência”, desenvolvido na Secretaria de Esporte e Lazer, destinado à população de pessoas com deficiência da cidade de Lavras, situada no interior de Minas Gerais. O programa é realizado cinco vezes por semana, no horário das 13 às 16 horas, contando com diversos profissionais, como professores de EF, motorista, nutricionistas, psicólogos, médicos, entre outros. A amostra foi composta por 42 participantes, sendo 20 mulheres e 22 homens, com faixa etária entre 15 a 57 anos.	O projeto proporciona diversos benefícios para os participantes, como a cidadania, prevenção e promoção da saúde, novas experiências motoras através do esporte adaptado e desenvolvimentos de diversas valências físicas através da dança, como também propicia novas experiências, socialização e o lazer. Como também trás benefícios fisiológicos e psicológicos, como a diminuição da pressão arterial e do estresse.

Fonte: Elaborada pela autora (2022).

Há a necessidade do desenvolvimento de uma cultura que estimule a PCD a participar de atividades esportivas desde a infância. Gomes e Gorla (2016) defendem e indagam que este estímulo contribui para a promoção da saúde da PCD e para a formação de profissionais atuantes nessa área tão importante. Francisco e Cardoso (2015) concordam quando dizem que a prática regular de atividades físicas (AF), para pessoas com algum tipo de deficiência, tem sido reconhecida como poderoso instrumento de promoção na qualidade de vida. E Wellichan e Santos (2020) reforça quando diz que a qualidade de vida da PCD está diretamente ligada ao bem estar, apesar das condições limitadoras ou restritas que possuem.

Com isso, a inclusão das crianças com deficiência nos esportes é uma via para a promoção da saúde e para a melhoria na qualidade de vida. A prática esportiva deve ser estimulada precocemente, através dos familiares e das intervenções dos profissionais da área educacional e da saúde (GOMES E GORLA, 2016). Quando estimulado desde cedo a prática de exercícios físicos e do esporte são inúmeros os benefícios ao longo de toda a vida, contribuições estas apontadas por todos os autores selecionados para este estudo.

Para Gomes e Gorla (2016) as pesquisas associam muitas vezes a prática esportiva aos benefícios relacionados a reabilitação, inclusão social e saúde, no entanto para a PCD vai além disso, pois o esporte é um constructo complexo. Quando praticado desde a infância proporciona benefícios relacionados à composição corporal, à função cardiorrespiratória e aos parâmetros neuromotores (GOMES; GORLA, 2016).

Wellichan e Santos (2020) também citam benefícios para PCD através da prática do exercício físico, são eles: auxílio na melhoria da mobilidade, do equilíbrio, estímulo da independência, autonomia, força muscular, alívio do estresse e da ansiedade, melhoria na socialização, descoberta de novas habilidades e reabilitação de funções. Benefícios estes que são reforçados pelos participantes do estudo realizado por estes autores ao relatarem melhorias na qualidade de vida, na mobilidade tanto em ambiente internos como externos, na agilidade e disposição, aumento na autoestima, na socialização e aceitação da nova condição por aqueles que a deficiência foi recentemente adquirida.

Já Francisco e Cardoso (2015) apontam que o programa “Associação Conquista de Pessoas com Deficiência” traz muitos benefícios para a PCD, através das reuniões foram ouvidos alguns relatos quanto aos benefícios observados e vivenciados no programa, foram eles: aumento na autoestima, na socialização, diminuição de estresse, diminuição da ansiedade, redução da agressividade, como também benefícios fisiológicos e psicológicos. Para eles o esporte adaptado proporciona novas experiências motoras, que muitas vezes não são conhecidas ou vivenciadas ao longo da vida da PCD.

No estudo de Brandariol (2014) ele aborda a natação e suas contribuições para o desenvolvimento global das pessoas com deficiência visual, embora ela possa ser praticada por pessoas com ou sem deficiência. Alguns dos benefícios dessa modalidade citados por Brandariol (2014) incluem benefícios à saúde, melhor execução das atividades da vida diária (AVD's) e inserção social, desenvolvimento físico, desenvolvimento psicossocial, desenvolvimento cognitivo, maior autoestima, melhor conscientização corporal, melhora do humor, redução da ansiedade e da depressão, ganhos de novos hábitos e gestos motores, trocas interpessoais.

Santos (2018) aproxima o esporte e a dança ao observar que ambos têm um espírito de superação e que são indispensáveis conteúdo da Educação Física. Quanto aos benefícios ocasionados pela prática da dança, Santos (2018) defende que ela é mais que uma atividade física e que seus benefícios vão além do físico, através dela é possível lidar melhor com as adversidades, a superar, a ser incluído, a criar vínculos afetivos, mudar de dentro para fora, se auto aceitar, ter uma maior autoestima e autoconfiança, enfrentar as adversidades e os limites, quebrar os padrões e encontrar um refúgio. Francisco e Cardoso (2015) também concorda ao dizer que as aulas de dança proporcionam trabalhar vários aspectos, como o ritmo, a coordenação motora fina, a coordenação motora grossa, o equilíbrio, o esquema corporal, a organização espacial, a organização temporal e a lateralidade. Com isso, entende-se como um direito basilar civilizacional a oportunização de escolhas entre o fazer e o não fazer

um esporte, bem como qual esporte mais apetece a uma criança com ou sem deficiência praticar. (GOMES; GORLA, 2016)

Franciscos e Cardoso (2015) observaram que existe a necessidade de buscar mais profissionais capacitados da área de Educação Física trabalhando no atendimento das PCD, como também que sejam criados mais programas, instituições ou entidades governamentais que ofereçam atividades e esportes para PCD.

5 CONCLUSÃO

A partir da pesquisa realizada com os descritores selecionados, observou-se que o objetivo deste estudo de analisar e discutir acerca dos benefícios ocasionados pela prática do esporte adaptado para a pessoa com deficiência foi alcançado, uma vez que foram identificados inúmeros benefícios ocasionados para vida dessas pessoas. No entanto, também foi possível observar que poucos estudos tratavam em si do esporte, muitos eram voltados a estudos de casos de projetos, prática de AF, de exercício físico e a outras vertentes como a dança, assim poucos adentravam de forma ampla nos benefícios ocasionados pela prática do exercício ou esporte adaptado, em muitos artigos estes benefícios são citados de forma superficial, sendo então limitados a benefícios para a saúde, para a reabilitação e para a inclusão.

Ao praticar exercício físico ou EA desde a infância, a PCD ganha benefícios fisiológicos e psicológicos que vão auxiliá-los em suas limitações e a terem uma melhor qualidade de vida ao longo de toda sua vida. Dentre os incalculáveis benefícios apresentados nos estudos analisados estão: Melhoria na mobilidade, nas valências físicas, na realização de AVD's, na disposição, na socialização e trocas interpessoais, no estímulo da independência, da autonomia da autoestima, da autoconfiança e da autoaceitação, no alívio de estresse, de agressividade e da ansiedade, descoberta de novas habilidades e novas experiências motoras, na reabilitação de funções, na qualidade de vida, na aceitação de sua condição por aqueles que possuem a deficiência recém adquirida, na consciência corporal, no humor, no ganho de novos hábitos, no enfrentamento de adversidades e limites, na quebra de padrões, como também benefícios relacionados à composição corporal, à função cardiorrespiratória e aos parâmetros neuromotores.

Contudo, é possível compreender que os esportes, as danças, e todos os conteúdos voltados a EF são fundamentais para a melhoria da vida da PCD, isso porque a EF pode proporcionar muitas contribuições para que essas pessoas possam ter e viver uma vida como qualquer outra pessoa, mas vale salientar que ainda há a necessidade de mais profissionais envolvidos nessa área e mais capacitações, assim como de mais políticas e projetos que envolvam esta população. Novos estudos acerca da temática também se fazem necessários, para que este assunto seja abordado de forma mais intrínseca.

REFERÊNCIAS

BOTELHO, Louise Lira Roedel; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. O método da Revisão Integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, Belo Horizonte, v. 5, ed. 11, p. 121-136, 2011. ONU (BRASIL). A ONU e as pessoas com deficiência. **NAÇÕES UNIDAS BRASIL**, Brasília, p. 1, maio 2008. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/acao/pessoas-com-deficiencia/>. Acesso em: 18 jun. 2020.

BRASIL. **Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015**. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Brasília, DF: Brasil, 6 jul. 2015. Disponível em: <https://presrepublica.jusbrasil.com.br/legislacao/205855325/lei-13146-15#>. Acesso em: 19 jun. 2020.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil, de 05 de outubro de 1988**. Brasília, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 01 nov. 2022.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. O esporte pode transformar a vida da pessoa com deficiência. 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-exercitar/noticias/2017/o-esporte-pode-transformar-a-vida-de-pessoas-com-deficiencia>. Acesso em: 01 nov. 2022.

BRENDARIOL, Bruna. **Modelos de projetos de natação para pessoa com deficiência visual**. Campinas, 2014, 105 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas. São Paulo, 2014.

CIDADE, R. E.; FREITAS, P. S. **Educação Física e Inclusão: Considerações para a Prática Pedagógica na Escola**. Integração, v. 14 - Edição Especial - Educação Física Adaptada -, p. 27, 2002.

CUNHA, Leonardo Miglinas. **O Esporte Adaptado como conteúdo nas aulas de Educação Física**. Orientador: Prof. Dr. José Francisco Chicon. 2013. 176 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2013.

FERREIRA, N. R., CARRIJO, D. C. M., SILVA, E. S., RAMOS, M. C., CARNEIRO, C. L. Contribuições do esporte adaptado: reflexão da terapia ocupacional para a área da saúde. **Rev. Interinst. Bras. Ter. Ocup**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 52-66, 2017. DOI:104777/2526-3544.rcto4281

FRANCISCO, E. A.; NASCIMENTO-CARDOSO, A. M. do. Atividade física e saúde: um relato de experiência com pessoas com deficiência na Associação Conquista em Lavras - MG. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 12, n. 2, p. 69–76, 2015. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/12014>. Acesso em: 28 out. 2022.

GOMES, A. E. G., & GORLA, J. I. O esporte como promotor da saúde em crianças com deficiência. **Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde**, [S. l.], v. 29, n. 1, p. 1-4 2016. DOI: <https://doi.org/10.5020/18061230.2016.p1>.

MADRUGA, Sidney. **Pessoas com deficiência e direitos humanos: ótica da diferença e ações afirmativas**. São Paulo: Saraiva educação, 4ª ed, 2021.

NASCIMENTO, L., PINEDA, A., CASTRO, G., & TONELLO, M. Natação para Indivíduos com Deficiência Intelectual: Uma Revisão Integrativa. **PODIUM Sport, Leisure And Tourism Review**, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 140-150, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5585/podium.v8i1.218>.

OLIVEIRA, M. R. P.; JUNIOR, M. O. S.; SERAFIM, P. A. A. Construir/adaptar estratégias de ensino e recurso pedagógicos para o ensino da modalidade do tênis adaptado a pessoas com deficiências intelectuais. **Rev. Ciênc. Ext.** v.7, n.3, p.35, 2011.

PARANÁ (estado). Secretaria da justiça, família e trabalho. **O que é cidadania**. Curitiba. Disponível em: <https://www.justica.pr.gov.br/Pagina/O-que-e-Cidadania>. Acesso em: 04 nov. 2022.

PINHEIRO, Joseana Araújo Bezerra Brasil. **Efeitos do treinamento de força nas capacidades físicas de jogadores do basquetebol em cadeiras de rodas**. 2019. 153 f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação e Educação Física) – Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2019.

REIS, R. E. **Políticas Públicas para o esporte paralímpico brasileiro**. 2014. 114 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2014.

ROMEU, K. **Inclusão: Construindo uma Sociedade para Todos**. WVA, Rio de Janeiro, 1999. Disponível em: <https://document.onl/documents/construindo-uma-sociedade-para-todos-livro-sasaki-1.html>. Acesso em: 13 nov. 2022.

SILVA, H. M. **O esporte adaptado como ferramenta de inclusão na educação física escolar: Uma revisão integrativa**. 2020, 26 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba. Campina Grande, 2020.

SANTOS, Renata Ferreira dos. **Dança e sua influência no processo de desenvolvimento da resiliência e superação em pessoas com e sem deficiência**. 2018. 238 f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, São Paulo, 2018.

STRAPASSON, A. M.; CARNIEL, F. Educação Física na Educação Especial. **Efdesportes**, Buenos Aires, ano 11, nº 104, 2007, p 11-12.

VIEIRA, Maria Clara. Esporte adaptado: como ele contribui para o desenvolvimento das crianças com deficiências. **Revista Crescer**, São Paulo, 2016, p. 1, maio 2008. Disponível em: <https://revistacrescer.globo.com/Voce-precisa-saber/noticia/2016/09/paralimpiadas-esporte-contribui-para-o-desenvolvimento-de-criancas-com-deficiencias.html>. Acesso em: 14 jul. 2022.

VIGÁRIO, Patrícia dos Santos. Esporte para pessoas com deficiência: passado, presente e perspectivas futuras. In: MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva. **Deficiência e transtorno em Educação Física**. 1 ed. Curitiba: Appris, 2021. p. 16-21.

GUIMARÃES, et. al. Inclusão da pessoa com deficiência na escola e no esporte. In: MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva. **Deficiência e transtorno em Educação Física**. 1 ed. Curitiba: Appris, 2021. p. 83.

WELLICHAN, D. da S. P.; SANTOS, M. G. F. dos. Qualidade de vida na deficiência: o CrossFit adaptado para usuários de cadeiras de rodas e amputados. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 18, n. 3, p. 139–147, 2020. DOI: 10.36453/2318-5104. 2020. v18. n3. p139. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/23957>. Acesso em: 28 out. 2022

AGRADECIMENTOS

A Deus, por me sustentar até aqui e permitir concluir esta etapa da minha vida.

Aos meus pais, por todo amor, força e dedicação.

Aos professores do Departamento de Educação Física, da Universidade Estadual da Paraíba, por todos os aprendizados passados.

Ao meu orientador, professor Álvaro, por sua atenção e dedicação nesta orientação, como também por fazer parte da minha história.

Aos meus amigos e amigas que conquistei durante esses anos de estudo, em especial a minha amiga, Jéssica Guedes, minha dupla de trabalhos e melhor amiga da vida.

E por fim, agradeço a mim, por toda força e persistência.