MÁRCIA CRISTINA APARECIDA DE OLIVEIRA

DEFICIÊNCIA E ATIVIDADE FÍSICA:

O significado atribuído pelas pessoas com deficiências físicas às práticas físico-desportivas

PUC-SP

São Bernardo do Campo

2012

MÁRCIA CRISTINA APARECIDA DE OLIVEIRA

DEFICIÊNCIA E ATIVIDADE FÍSICA:

O significado atribuído pelas pessoas com deficiências físicas às práticas físico-desportivas

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como exigência parcial para obtenção do título de especialista em Esporte e Lazer no Setor Público, em curso realizado na modalidade *in company*, orientado pela Prof^a. Dr^a. Helena Marieta Rath Kolyniak.

PUC-SP

São Bernardo do Campo

2012

AGRADECIMENTOS

Às minhas famílias, pela compreensão e apoio em todos os momentos da minha vida.

Ao meu amigo Prof^o Ivan Teixeira Cardoso, por me ensinar a ver as pessoas **sempre** pelas suas potencialidades e **nunca** por suas limitações, por me mostrar a Educação Física Adaptada de forma tão rica em possibilidades e, principalmente, por me recordar sempre que: só é possível garantir a igualdade quando se respeita as diferenças.

À minha amiga e ex-coordenadora do Programa de Atividades Físicas Adaptadas da Prefeitura do Município de São Bernardo do Campo, Prof^a Márcia Pérides Moisés, pelo esforço e dedicação de forma tão intensa no trabalho com educação física adaptada.

Ao CREEBA – Centro Recreativo Esportivo Especial do Bairro Assunção, pela equipe de profissionais que possui e que tanto me ajudou na realização dessa pesquisa.

Aos alunos, pelos depoimentos prestados que foram fundamentais para a conclusão dessa pesquisa.

À Prof^a Dr^a Helena Marieta Rath Kolyniak, por sua atenção e dedicação durante o desenvolvimento dessa pesquisa.

Aos professores Carol Kolyniak Filho, Ricardo Augusto Haltenhoff Melani e Ronaldo Ferreira Negrão, pelos momentos de reflexão, discussão e construção de conhecimentos acerca da prática profissional na área da educação física.

Aos meus colegas de curso, pelo incentivo e carinho durante o período em que passamos juntos no curso de especialização.

À Prefeitura do Município de São Bernardo do Campo, pela oportunidade oferecida em participar desse curso de especialização.

OLIVEIRA, Márcia C. A. de. *Deficiência e atividade física*: O significado atribuído pelas pessoas com deficiências físicas às práticas físico-desportivas, São Bernardo do Campo, 2012, 39 páginas, trabalho de conclusão do curso de Especialização em Esporte e Lazer no Setor Público, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

RESUMO

Atualmente, diversas pesquisas são realizadas a respeito da prática de atividades físicas e suas contribuições para a melhora da qualidade de vida do ser humano. Em se tratando de pessoas com deficiências, essa pesquisa justifica-se pela necessidade de verificar a importância dessa prática como interferência direta na qualidade de vida dessas pessoas, residentes na cidade de São Bernardo do Campo. O objetivo é identificar neste grupo qual o significado atribuído à prática de atividades físico-desportivas e se há diferença de significados entre as pessoas que tem deficiência congênita e as pessoas que adquiriram a deficiência. O questionamento norteador foi: qual o significado da prática de atividade físico-desportiva para a pessoa com deficiência física? Reabilitação ou melhora e manutenção da qualidade de vida? Existem diferenças de significados entre pessoas com deficiência adquirida e congênita? A pesquisa baseou-se em levantamento bibliográfico assumindo a característica de abordagem qualitativa, pois analisa as atitudes, expectativas, valores e opiniões do grupo. O grupo é composto por 8 pessoas com deficiências físicas, sendo 4 com deficiência congênita e 4 com deficiência adquirida. A pesquisa mostrou os seguintes resultados: pessoas com deficiências congênitas buscam no esporte a melhora da condição corporal enquanto que, pessoas com deficiências adquiridas buscam a recuperação da “imagem” anterior de normal; profissionais da área da saúde reconhecem na prática da atividade física a melhora da qualidade de vida em geral; há aderência a essa prática quando há harmonia entre os fatores pessoais, ambientais e a própria atividade oferecida; há carência na oferta dessas atividades.

Palavras-chave: Significado. Deficiência Física. Atividade físico-desportiva. Qualidade de vida.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	6
1.1 Apresentação do tema	6
1.2 Revisão bibliográfica	7
1.3 Contexto da atividade do professor	8
1.4 Pergunta de partida	9
1.5 Justificativa	9
1.6 Objetivo	9
1.7 Relevância	10
1.8 Apresentação da estrutura do trabalho	10
2. REFERENCIAL TEÓRICO	11
3. MATERIAL E MÉTODOS – a pesquisa de campo	15
4. APRESENTAÇÃO DOS DADOS	18
4.1 Descrição dos sujeitos	18
4.2 Respostas das entrevistas	21
5. ANÁLISE DOS DADOS	28
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	33
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	34
LISTA DE APÊNDICES	
Apêndice 1 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	36
Apêndice 2 – Entrevista	38

1. INTRODUÇÃO

1.1 Apresentação do tema

Segundo Winnick (2004) a finalidade da educação física adaptada ou esportes adaptados é melhorar a auto-realização do praticante, tornando-o fisicamente educado, com estilos de vida ativos e saudáveis, que os ajudam a evoluir rumo à auto-realização. O desenvolvimento da pessoa fisicamente educada é obtido melhorando-se ao máximo as áreas integradas da aprendizagem (cognitiva, psicomotora e afetiva).

O desporto ou exercício pode ser considerado ainda, como um meio terapêutico que utiliza recursos inerentes ao esporte (movimentos corporais) que muitas vezes são capazes de compensar ou regenerar distúrbios funcionais de ordem física, psíquica e social, além de prevenir distúrbios secundários e promover um comportamento orientado para a saúde. Do ponto de vista enquanto reabilitação, a prática esportiva de forma contínua, trás melhoras para o praticante como um todo e não apenas para uma função específica. Assim sendo, questiona-se: qual o significado da prática de atividade físico-desportiva para a pessoa com deficiência física? Este questionamento visa obter dados relevantes acerca das expectativas do público em questão a fim de contribuir

com possíveis adequações às ações públicas e pedagógicas, possibilitando atender de forma mais eficiente às necessidades desse segmento social.

1.2 Revisão bibliográfica

Silveira et al (2009), realizaram uma pesquisa com o objetivo geral de expor a importância do esporte para atletas com deficiência, concluíram que a maioria das pessoas com deficiência podem usufruir de grandes benefícios dos aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais proporcionados pelo exercício e o esporte, e que o esporte como atividade física possui fatores relevantes que contribuem para a saúde e qualidade de vida da pessoa com deficiência, favorecendo a integração social, a melhora das atividades da vida diária (AVD's), a competitividade, a independência individual, a concentração, a coordenação, a disciplina, a possibilidade de uma vida mais ativa e menos passiva, além de promover a satisfação pessoal onde o atleta sirva de exemplo para as demais pessoas com deficiências que permanecem confinadas em suas residências.

De acordo com Noce et al (2009) a prática regular de atividade física promove uma infinidade de benefícios que ultrapassam a esfera do benefício físico e influencia diretamente na qualidade de vida das pessoas. A qualidade de vida, por sua vez, refere-se ao grau de satisfação de uma pessoa em relação aos diversos aspectos de sua vida. Em se tratando de pessoas com deficiências físicas, por apresentarem níveis elevados de sedentarismo, tal prática físico-desportiva influencia de forma decisiva na sua percepção de qualidade de vida. O objetivo da pesquisa apresentada foi verificar o efeito da prática de atividade física durante 12 semanas na percepção do nível de qualidade de vida do público em questão, avaliado por meio de questionário. O grupo foi dividido em dois

subgrupos: ativos e sedentários. Os resultados apresentados apontaram que o nível de qualidade de vida do grupo ativo foi melhor do que o dos sedentários.

Silva et al (2010) realizaram uma pesquisa visando analisar a visão do significado da prática da educação física e esporte para pessoas com necessidades especiais, bem como elas perceberam as melhorias e os benefícios em seu dia-a-dia, buscando deste modo destacar a importância dos mais diferentes aspectos que vão desde o desenvolvimento cognitivo, motor, social, motivacional, até as mais diferentes habilidades e capacidades. Para tal levantamento foi utilizado um questionário onde conclui-se que o significado da educação física e do esporte para pessoas com deficiências é um meio beneficiador da saúde e do lazer sem desconsiderar outros fatores como: o psicológico, o afetivo, a inclusão social e a qualidade de vida.

1.3 Contexto da atividade do professor

O grupo pesquisado são pessoas com deficiências físicas congênitas ou adquiridas e fazem parte do PAFA – Programa de Atividades Físicas Adaptadas da Prefeitura do Município de São Bernardo do Campo. Esse Programa é realizado há mais de 30 anos no CREEBA – Centro Recreativo Esportivo Especial do Bairro Assunção, local esse que oferece atendimento exclusivo para pessoas com deficiências físicas, intelectuais, sensoriais e com distúrbios de comportamento. As atividades são: natação, vivências aquáticas e hidroginástica, além de participação em turmas inclusivas nas atividades em quadra (educação física infantil, iniciação esportiva, escola de esportes, ginástica de adultos e terceira idade).

Os alunos que fazem parte do grupo de estudo praticam atividades em piscina, ou seja, são alunos da natação e da hidroginástica.

1.4 Pergunta de partida

Qual o significado da prática de atividade físico-desportiva para a pessoa com deficiência física? Reabilitação ou melhora e manutenção da qualidade de vida? Existem diferenças de significados entre pessoas com deficiência adquirida e congênita?

1.5 Justificativa

Essa pesquisa justifica-se pela necessidade de verificar a importância da prática de atividades físico-desportivas como interferência direta na qualidade de vida dos munícipes com deficiências físicas da cidade de São Bernardo do Campo, bem como, saber das expectativas e opiniões do grupo pesquisado a fim de colaborar para uma implantação de uma política eficiente de atendimento na área do esporte e lazer à pessoa com deficiência.

1.6 Objetivo

O objetivo dessa pesquisa é identificar no grupo em questão qual o significado atribuído à prática de atividades físico-desportivas, o quanto essa prática interfere no dia-a-dia dessas pessoas e se há diferença de significados entre as pessoas que tem deficiência congênita e as pessoas que tem deficiência adquirida.

1.7 Relevância

Levando em consideração o trabalho já existente na cidade de São Bernardo do Campo de atendimento na área do esporte e lazer para a pessoa com deficiência, essa pesquisa tem como relevância levantar dados mais reais possíveis junto a esse segmento da sociedade a fim de melhorar a qualidade desse atendimento tornando-o o mais próximo possível da realidade das pessoas. Colaborar na implantação de um atendimento de forma mais eficiente e condizente com as expectativas do grupo de estudo objetivando melhorar a qualidade de vida da população além de favorecer uma política de atendimento satisfatório para ambas as partes, ou seja, municipais e poder público municipal.

1.8 Apresentação da estrutura do trabalho

Este trabalho apresenta-se em 6 capítulos, obedecendo respectivamente à seguinte ordem: o capítulo 1 compreende a introdução onde há a apresentação do tema, a revisão bibliográfica, a contextualização da atividade do professor, a pergunta de partida, a justificativa, o objetivo e a relevância da pesquisa. O capítulo 2 apresenta conceitos que serviram de embasamento para a análise dos dados obtidos por meio de entrevista na pesquisa de campo, que compõe o capítulo 3 deste trabalho. Segue-se ainda no capítulo 4 com a apresentação dos dados com a descrição dos sujeitos pesquisados e as respostas obtidas. No capítulo 5 há a análise dos dados que compõem as referências para a elaboração das considerações finais do pesquisador, apresentadas no capítulo 6 desta pesquisa.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo Barbanti (1994), qualidade de vida é o sentimento positivo geral e entusiasmo pela vida, sem fadiga das atividades rotineiras. Ela está intimamente ligada ao padrão de vida; saúde é uma condição de bem-estar que influencia extensivamente o comportamento.

Para Saba (2001), qualidade de vida é um elemento que certamente proporciona o bem-estar, por meio de sensação de conforto físico e espiritual, alívio, leveza, dever cumprido, originado pelo prazer, pela satisfação pessoal.

Nieman (1999) afirma que, se as pessoas que levam uma vida sedentária adotassem um estilo de vida mais ativo, haveria um enorme benefício para a saúde pública e para o bem-estar individual. Pequenas alterações que aumentem a atividade física diária permitirão que o indivíduo reduza seus riscos de doenças crônicas e poderão contribuir para uma melhoria da qualidade de vida.

Em resumo, uma aptidão total assegura que o coração e os pulmões e todos os principais grupos musculares se desenvolvam enquanto as articulações são mantidas flexíveis e a gordura corporal é mantida num nível saudável. Outro

objetivo na manutenção da aptidão física é melhorar a saúde global e diminuir o risco de doença cardíaca, câncer e outras doenças comuns.

A atividade física regular melhora a saúde das seguintes maneiras:

- Reduz o risco de morte prematura (aumenta a expectativa de vida).
- Reduz o risco por morte de doenças cardíacas.
- Reduz o risco de desenvolvimento do diabetes.
- Auxilia na prevenção e no tratamento da hipertensão arterial.
- Reduz os sentimentos de depressão e da ansiedade, enquanto melhora o humor e a auto-estima.
- Auxilia no controle de peso.
- Auxilia na construção e manutenção de ossos e músculos saudáveis e melhora a aptidão cardíaca e pulmonar.
- Melhora a qualidade de vida de pessoas de todas as idades.

Segundo Winnick (2004) a finalidade da educação física adaptada ou esportes adaptados é melhorar a auto-realização do praticante, tornando-o fisicamente educado, com estilos de vida ativos e saudáveis, que os ajudam a evoluir rumo à auto-realização. O desenvolvimento da pessoa fisicamente educada é obtido melhorando-se ao máximo as áreas integradas da aprendizagem (cognitiva, psicomotora e afetiva).

O desporto ou exercício pode ser considerado ainda, como um meio terapêutico que utiliza recursos inerentes ao esporte (movimentos corporais) que muitas vezes são capazes de compensar ou regenerar distúrbios funcionais de ordem física, psíquica e social, além de prevenir distúrbios secundários e promover um comportamento orientado para a saúde. Do ponto de vista enquanto reabilitação, a prática esportiva de forma contínua, trás melhoras para o praticante como um todo e não apenas para uma função específica.

De acordo com Souza (1994) quando se fala em efeitos de atividades desportivas e motoras de um modo geral, devem-se considerar determinadas

funções psíquicas, como: percepção espaço-temporal, atenção, concentração, capacidade de iniciativa, força de vontade, motivação, auto-imagem, capacidade de interação social, responsabilidade com a própria saúde e a própria segurança, e auto-estima. As auto-avaliações de uma maior capacidade de rendimento físico e de domínio das técnicas desportivas podem influir positivamente na motivação dos praticantes, podendo elevar o amor próprio ou melhorar as condições para aplicação da auto-avaliação como técnica de auto-reforço e assim desvalorizar o insucesso.

A mudança no estereótipo de paciente para aluno ou atleta, de inapto para apto, podem influir positivamente na auto-imagem e auto-estima da pessoa com deficiência praticante de atividade físico-desportiva. A vivência no esporte ou a prática de exercícios físicos permite a pessoa com deficiência visualizar um caminho positivo para sua vida, direcionando-a no seu comportamento em relação à sua saúde, à sua personalidade, à sua vida em sociedade, à sua motricidade e perante a si própria.

O que se deseja atingir com a atividade física para deficientes, segundo Meier (1981), resume-se em:

- Proporcionar a alegria de viver,
- Aumentar a coragem de viver,
- Favorecer o espírito de companheirismo,
- Aumentar a confiança própria,
- Melhorar a independência e
- Afastar inibições e complexos de inferioridade.

No caso da prática esportiva, podemos obter as seguintes vantagens na água, segundo Souza (1994):

- É uma excelente forma de lazer ativo;

- Permite a experimentação, vivência e prática de novas opções lúdico-motoras na água, ou seja, mudanças autônomas da posição do corpo e deslocamentos variados;
- Atua como forma de liberação e auto-realização da necessidade de movimentação;
- Permite a sensação e realização de formas motoras associadas a uma maior autonomia, maior controle sobre o medo, estresse e cansaço; maior responsabilidade pela própria saúde, etc;
- Funciona como forma de relaxamento;
- Facilita a estimulação de funções importantes para a saúde física e mental da pessoa (cardiovascular, muscular, prevenção do estresse, canalização da agressividade, reversão da tendência ao ócio, etc.);
- Pode contribuir para a diminuição da dependência física e psíquica;
- Facilita a inserção social;
- Facilita a transição entre ser doente e sadio;
- Atua positivamente na força de vontade, auto-imagem, autoconfiança e auto-segurança;
- Apresenta baixo risco de acidentes.

3. MATERIAL E MÉTODOS – a pesquisa de campo

Esta pesquisa é parte integrante da Pesquisa das Políticas Públicas em Esporte e Lazer do Município de São Bernardo do Campo, aprovado pelo Comitê de Ética da PUC-SP, sob o número CAAE 02146712.1.0000.5482. Cada sujeito participante da pesquisa após ser esclarecido verbalmente sobre os objetivos da pesquisa recebeu o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que foi lido e assinado pelo pesquisador e o sujeito, em duas vias, sendo que uma permaneceu com o entrevistado e a outra com o professor entrevistador, conforme a Resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, sendo-lhes garantido o anonimato, a liberdade de desistir da pesquisa a qualquer momento e o livre acesso ao conteúdo.

Na busca de respostas à pergunta de partida optou-se em realizar uma pesquisa de caráter qualitativo, visando compreender as atitudes, motivações, expectativas, valores e opiniões do grupo de estudo.

Os sujeitos abordados seguiram os seguintes critérios: possuir entre 19 e 59 anos, ter deficiência física e apresentar condição mínima necessária para responder às questões que compõem a entrevista para a coleta de dados, os

critérios de inclusão, portanto foram: estar dentro da faixa etária pesquisada e ser aluno participante do PAFA - Programa de Atividades Físicas Adaptadas da Prefeitura do Município de São Bernardo do Campo e os fatores de exclusão foram: após ser convidado a fazer parte da pesquisa, haver a recusa.

O local da pesquisa foi o CREEBA – Centro Recreativo Esportivo Especial do Bairro Assunção, local este que oferece atividades físicas adaptadas para pessoas com deficiências físicas, intelectuais, sensoriais e com distúrbios de comportamentos por meio de atendimento individualizado ou em turmas inclusivas com a terceira idade e/ou adultos e/ou crianças. A organização da pesquisa se deu da seguinte maneira: inicialmente, realizou-se um levantamento de todos os alunos adultos com deficiência física que frequentam as atividades oferecidas no CREEBA, sendo em quadra ou piscina. Após o término do levantamento, foram selecionados um total de 8 pessoas, sendo 4 pessoas com deficiências físicas congênitas e 4 pessoas com deficiências físicas adquiridas, após a montagem do grupo a ser estudado houve o convite para os alunos participarem de uma pesquisa por meio de uma entrevista realizada pelo professor colaborador. Estabeleceu-se então um período para a realização das entrevistas que foi de 28/08/2012 a 19/10/2012. Para a realização das entrevistas foi necessário a utilização de um local reservado com mesa e cadeiras, onde não houvesse a interferência de terceiros e/ou demais barulhos que dificultassem o entendimento dos questionamentos, além de questionário composto por 7 questões, canetas para anotação das respostas dadas pelos entrevistados e Termo de Consentimento Livre e Esclarecido devidamente assinado pela professora orientadora da pesquisa e entrevistado, sendo em duas vias, uma para cada participante da pesquisa e outra para o professor colaborador que realizou a entrevista.

O instrumento de pesquisa constou de uma entrevista com as seguintes perguntas norteadoras: qual é o significado que você dá para a prática da

atividade físico-desportiva? O que levou você a frequentar o CREEBA? Quais as mudanças que você obteve a partir da prática de atividade física no CREEBA? Quais os motivos que levam você a continuar a prática de atividade física no CREEBA? Você pratica atividade física em outros locais? Qual? Cite algo que mais gosta e que menos gosta no Programa de Atividades Físicas Adaptadas. Você tem sugestões para o Programa de Atividades Físicas Adaptadas?

O processo de coleta de dados se deu no próprio local da prática físico-desportiva, contando com a colaboração dos alunos que responderam a um questionário dividido em duas partes, sendo a primeira parte com perguntas de caráter pessoal e a segunda parte com questões referentes à prática físico-desportiva. Os dias e horários para as entrevistas levaram em consideração a preferência e a disponibilidade dos alunos, ou seja, foram realizadas nos dias em que os alunos fossem comparecer no CREEBA e em horários em torno de 45 minutos que antecedessem o horário das aulas, a fim de evitar problemas de logística até o local e a perda das aulas.

4. APRESENTAÇÃO DOS DADOS

4.1 Descrição dos sujeitos

O grupo pesquisado é composto por 8 pessoas, sendo 4 pessoas com deficiências físicas congênitas e 4 pessoas com deficiências físicas adquiridas, e possuem faixa etária entre 19 e 59 anos. Os alunos são participantes de um curso gratuito de iniciação a natação e/ou hidroginástica. Os alunos são do CREEBA – Centro Recreativo Esportivo Especial do Bairro Assunção, e fazem parte de Programa de Atividades Físicas Adaptadas da Secretaria de Esportes da Prefeitura do Município de São Bernardo do Campo – SP.

Sujeito 1: mulher, 19 anos, solteira, tem deficiência física congênita, ou seja, possui uma seqüela de mielomeningocele que acarretou uma paraparesia. É estudante de nível superior, independente, caminha com auxílio de muletas tipo canadense, pratica natação no CREEBA há 9 meses.

Sujeito 2: mulher, 26 anos, solteira, tem deficiência física congênita, ou seja, possui uma seqüela de paralisia cerebral que acarretou uma paraplegia. É cadeirante, independente, pratica natação no CREEBA há 4 anos.

Sujeito 3: mulher, 54 anos, solteira, tem deficiência física congênita, ou seja, possui uma seqüela de paralisia cerebral que acarretou uma tetraparesia. É independente, caminha com auxílio de muleta tipo canadense, pratica hidroginástica no CREEBA há 3 anos.

Sujeito 4: homem, 59 anos, solteiro, tem deficiência física congênita, ou seja, possui uma seqüela de paralisia cerebral que acarretou uma paraplegia e monoparesia de membro superior esquerdo. É cadeirante, desloca-se com auxílio de outra pessoa, pratica atividades físico-desportivas no CREEBA há 27 anos, sendo hidroginástica há 2 anos.

Sujeito 5: mulher, 38 anos, casada, tem deficiência física adquirida há 14 anos, possui uma seqüela de trauma (queda) que acarretou uma atrofia de membro inferior direito. É costureira, independente, caminha sem a necessidade de auxílio, pratica hidroginástica no CREEBA há 3 anos.

Sujeito 6: mulher, 47 anos, solteira, tem deficiência física adquirida há 4 anos, possui uma seqüela de esclerose múltipla que atualmente acarreta uma paraparesia. É professora de língua portuguesa e inglês, aposentada, independente, caminha com auxílio de muletas do tipo canadense, pratica natação no CREEBA há 7 meses.

Sujeito 7: homem, 48 anos, casado, tem deficiência física adquirida há 6 anos, possui uma seqüela de lesão medular em T6 e L4 devido a um derrame medular causado por bactéria não diagnosticada que acarretou uma paraplegia. É aposentado, cadeirante e independente, pratica natação no CREEBA há 2 anos.

Sujeito 8: homem, 53 anos, solteiro, tem deficiência física adquirida há 43 anos, possui uma seqüela de tumor cerebral retirado por meio de procedimento cirúrgico que acarretou uma hemiparesia direita com encurtamento de membro inferior direito. É aposentado, independente, caminha com auxílio de bengala, pratica hidroginástica no CREEBA há 3 anos.

4.2 Respostas das entrevistas

Pergunta 1: qual é o significado que você dá para a prática da atividade físico-desportiva?		
Sujeito		Resposta
C O N G Ê N I T O	1	“Fortalecer músculos.”
	2	“Melhor funcionamento do corpo por fora e por dentro, por fora emagrece e por dentro os órgãos funcionam melhor. Aumentar a qualidade de vida. Faz bem até para a mente.”
	3	“É necessário porque faz bem para o corpo. Da mesma forma que o corpo precisa de descanso e alimento, ele também precisa do exercício físico.”
	4	“Se não fosse a atividade eu estaria mais travado e mais duro.”
A D Q U I R I D O	5	“Acho importante para não piorar o meu problema, vejo mais como reabilitação. Acredito que dá para recuperar bastante.”
	6	“Melhorar condições físicas para amenizar os problemas causados pela doença. Vejo como uma reabilitação.”
	7	“Inserção do deficiente no convívio familiar e social. Proporciona mobilidade e produz aceitação de um novo estilo de vida.”
	8	“É a melhora corporal, a melhora da saúde e até do sono.”

Pergunta 2: o que levou você a frequentar o CREEBA?		
Sujeito		Resposta
C O N G Ê N I T O	1	“É próximo de casa e a acessibilidade porque não tem escada.”
	2	“Primeiro por indicação médica e segundo por ter gostado da atividade, da natação.”
	3	“Já fazia fisioterapia e a fisioterapeuta indicou o CREEBA.”
	4	“As amigas e o trabalho em si, com os exercícios e os movimentos.”
A D Q U I R I D O	5	“Foi indicação médica para a atividade na água para aliviar o joelho.”
	6	“A necessidade física.”
	7	“Necessidade de atividade física e busca por mobilidade para uso da cadeira-de-rodas e atividades no lar.”
	8	“Pela deficiência da perna direita e do quadril que tem calcificação da bacia.”

Pergunta 3: quais as mudanças que você obteve a partir da prática de atividade física no CREEBA?		
Sujeito		Resposta
C O N G Ê N I T O	1	“Sinto meus braços mais fortes.”
	2	“Diminuição da dor, movimentos mais flexíveis e amplos, emagreci um pouco.”
	3	“Diminuiu a dor que eu sentia na região lombar e do quadril.”
	4	“Tenho mais habilidade, mais facilidade para fazer as coisas, para sair da cadeira e ir para a cama, ir no banheiro sozinho, lavar louça e outras coisas.”
A D Q U I R I D O	5	“Melhorou bem porque não tenho mais dores no joelho e melhorou o meu caminhar. Minha disposição também melhorou.”
	6	“A atividade em si é muito cansativa mas sinto as melhoras físicas nos dias subseqüentes ao dia da atividade.”
	7	“Melhor adaptado à cadeira-de-rodas e inclusão social porque conheço mais pessoas.”
	8	“Acho que teve bastante mudanças, só teve melhora. Diminuiu bastante a dor da bacia e do joelho.”

Pergunta 4: quais os motivos que levam você a continuar a prática de atividade física no CREEBA?		
Sujeito		Resposta
C O N G Ê N I T O	1	“Fortalecer mais os braços; os tipos de nados; pessoas legais; profissionais tem dedicação, respeito e são bem preparados.”
	2	“Distrai a mente; vejo pessoas diferentes; o corpo fica mais leve e relaxado.”
	3	“Todos os médicos que eu passo falam que tenho que fazer fisioterapia e exercício físico senão vai atrofiar cada vez mais.”
	4	“Para conservar a habilidade que eu tenho, que eu ganhei com os exercícios.”
A D Q U I R I D O	5	“Me sinto bem e tenho a esperança de melhorar cada vez mais.”
	6	“As melhoras percebidas desde o início das atividades até os dias de hoje.”
	7	“Me tornar exemplo para outras pessoas a buscarem a prática de esporte e fazerem dela o seu meio de vida e se possível, chegar às paralimpíadas.”
	8	“Pela deficiência da perna e da bacia que está calcificada, e porque também é perto de casa e fácil de chegar.”

Pergunta 5: você pratica atividade física em outros locais?Qual?		
Sujeito		Resposta
C O N G Ê N I T O	1	“Não.”
	2	“Não.”
	3	“Não.”
	4	“Não.”
A D Q U I R I D O	5	“Não.”
	6	“Não.”
	7	“Sim, basquete em cadeira-de-rodas e canoagem.”
	8	“Não.”

Pergunta 6: cite algo que mais gosta e que menos gosta no Programa de Atividades Físicas Adaptadas.	
Sujeito	Resposta
C O N G Ê N I T O	1 Mais gosta: “nadar o estilo peito” Menos gosta: “nadar o estilo crawl”
	2 Mais gosta: “da atividade em si: natação” Menos gosta: “quando não tem aula, já que é só uma vez na semana”
	3 Mais gosta: “dos professores porque eles tem paciência” Menos gosta: “da dificuldade de chegar aqui no CREEBA”
	4 Mais gosta: “de fazer a atividade: nadar” Menos gosta: “quando não tem aula”
A D Q U I R I D O	5 Mais gosta: “da atividade em si: hidroginástica” Menos gosta: “tempo de duração da aula é pouco”
	6 Mais gosta: “da atividade em si porque dá independência” Menos gosta: “da rampa de acesso até a piscina: inadequada”
	7 Mais gosta: “da atenção e do cuidado dos professores e funcionários” Menos gosta: “da acessibilidade, o CREEBA é semi-adaptado”
	8 Mais gosta: “da hidroginástica e dos amigos” Menos gosta: “da aula na quadra porque dói a perna”

Pergunta 7: você tem sugestões para o Programa de Atividades Físicas Adaptadas?		
Sujeito	Resposta	
C O N G Ê N I T O	1	“Aumentar a área do estacionamento, ampliar banheiros, ter mais profissionais e mais centros esportivos para atender mais pessoas com deficiências.”
	2	“Aumentar os dias na semana para ter mais aulas. Melhorar a manutenção do lugar para não ter aula cancelada.”
	3	“Gostaria que o município tivesse um transporte fixo para garantir o acesso das pessoas com mobilidade reduzida até o CREEBA.”
	4	“Que voltasse ao que era, com aula na piscina e na quadra, e que fosse mais vezes na semana.”
A D Q U I R I D O	5	“Deveria ter mais lugares para atender mais pessoas.”
	6	“Que fosse mais vezes na semana, no mínimo 2 vezes.”
	7	“Que a prefeitura dê mais atenção ao CREEBA para reforma e ampliar o atendimento, tornando-o mais acessível, lembrando que o espaço físico pode ser melhor aproveitado.”
	8	“Ter mais aulas, até de sábado.”

5. ANÁLISE DOS DADOS

Em se tratando de uma pesquisa qualitativa, a análise dos dados procurou compreender a melhora dos aspectos físicos, psíquicos e sociais através da análise das atitudes, motivações, expectativas, valores e opiniões do grupo de estudo em questão, bem como verificar a intenção por parte do próprio aluno, em dar um significado à prática de atividades físico-desportivas.

Na questão 1 onde é questionado qual o significado da prática físico-desportiva constatou-se que o grupo de pessoas com deficiência congênita destacaram os benefícios físicos e psicológicos da prática desportiva enquanto que no grupo de pessoas com deficiências adquiridas metade responderam que buscam a reabilitação no intuito de voltar o mais próximo do normal e a outra metade citou os benefícios físicos e psicológicos da atividade. Ou seja, ao considerar o grupo como um todo, a maioria reconheceu os benefícios fisiológicos causados pela prática físico-desportiva enquanto que a menor parte busca a “cura” da deficiência na atividade física.

Ao questionar pessoas com deficiências físicas acerca do significado atribuído por elas às práticas físico-desportivas obteve-se que, quando a pessoa se torna deficiente ela busca o esporte como um meio de reabilitação na intenção

de se voltar ao que “era antes”, ou seja, voltar “ao normal” ou o mais próximo do normal e, quando a pessoa nasce com a deficiência ela busca na prática da atividade física a melhora corporal como um todo na intenção da melhora da qualidade de vida. Independentemente da deficiência ser congênita, ou adquirida, percebe-se que a busca por essa prática, deve-se à indicação de profissionais da área médica e da saúde que reconhecem na prática da atividade física a possibilidade da melhora da qualidade de vida nos seus aspectos bio-psico-social. Constata-se então o que Nieman (1999) afirma anteriormente quando diz que se as pessoas que levam uma vida sedentária adotassem um estilo de vida mais ativo, haveria um enorme benefício para a saúde pública e para o bem-estar individual.

Na questão 2 onde procurou-se identificar os motivos de se buscar a oportunidade de praticar atividades físico-desportivas em específico no CREEBA, obteve-se do grupo com deficiência física congênita respostas sendo por indicação de profissionais da área da saúde, por ser um local com acessibilidade (ausência de barreiras arquitetônicas) e pelas atividades propostas que corresponderam ao que o aluno desejava praticar. Já as respostas obtidas junto ao grupo com deficiências adquiridas a maioria das respostas indicaram a prática desportiva devido à possibilidade da melhora corporal em função da necessidade física e apenas uma citação referiu a indicação por profissional da área da saúde. Ao considerar o grupo como um todo é possível identificar que a busca pela prática esportiva no CREEBA tiveram respostas apontando por indicação de profissional da área da saúde e respostas que mostraram a busca da melhora da condição corporal, enquanto que a minoria referiu-se à acessibilidade e à atividade ser atrativa.

Outro fator, considerado importante é a questão da continuidade da prática físico-desportiva, o que nos dá a idéia de aderência. De acordo com as respostas obtidas referentes a essa questão, os alunos evidenciaram o ganho de

benefícios corporais, a possibilidade de ampliação e diversificação do convívio social e o atendimento diferenciado por profissionais habilitados. Tais respostas condizem com o conceito de aderência definido por Saba (2001), que diz que o que leva um praticante a manter-se constantemente em atividade física é o hábito e, para que ocorra o comprometimento é preciso haver uma harmonia entre fatores pessoais (histórico da pessoa), fatores ambientais (o meio deve favorecer) e características próprias do exercício ou atividade praticada (que deve corresponder às expectativas do aluno). Esse comprometimento, tratando-se de exercícios físicos, é denominado aderência.

Na questão 3 onde questionou-se em relação à ocorrência de mudanças após a prática da atividade físico-desportiva, ambos os grupos por unanimidade citaram a diminuição das dores corporais e a melhora corporal de uma forma geral.

Netto e Gonzalez (1996), dizem que no trabalho com pessoas com deficiência física, é preciso avaliar suas potencialidades e oferecer atividades que promovam o desenvolvimento de suas habilidades motoras, sempre respeitando suas limitações e anseios, já que possuem as mesmas necessidades básicas de uma pessoa dita normal. A prática de atividades físico-desportiva permite à pessoa com deficiência testar suas potencialidades, ampliar suas respostas motoras, prevenir deficiências secundárias, manter e melhorar as condições fisiológicas e, conseqüentemente, a auto-estima, auto-imagem e a integração total do indivíduo.

Na questão 4 onde foi questionado os motivos que o levam a dar continuidade à prática físico-desportiva em específico no CREEBA, de ambos os grupos obteve-se respostas que na maioria apontaram para a manutenção e melhora do ganho corporal com a prática da atividade, bem como respostas referentes ao convívio social com outras pessoas e novas amizades, ao trabalho dos profissionais “diferenciados” que o CREEBA possui e à acessibilidade.

Na questão 5 questionou-se a participação em atividade física-desportiva em outros centros esportivos na cidade e qual a atividade praticada. A maioria das respostas foi negativa quanto à prática de atividades em outros locais, enquanto que, houve apenas uma resposta positiva para a prática esportiva em outros locais e as atividades desenvolvidas são: basquete em cadeira de rodas e canoagem.

Na questão 6, ao solicitar dos alunos que citassem algo que mais gosta e algo que menos gosta no Programa de Atividades Físicas Adaptadas, por unanimidade de ambos os grupos, o que a maioria mais gosta é da própria atividade físico-desportiva praticada e uma parte refere como o que mais gosta sendo da atenção, paciência e cuidado dos professores e demais funcionários do CREEBA para com os alunos. Já quando questionado o que menos gostam no Programa, a maior parte das respostas apontaram para: quando não há aula, seja por qual motivo for, e da acessibilidade não eficiente do local.

Na questão 7 onde foi solicitado a apresentação de sugestões para o Programa de Atividades Físicas Adaptadas, na maior parte das respostas percebeu-se a necessidade da adequação e manutenção do espaço para acolher de forma confortável às pessoas que frequentam o CREEBA por se tratarem de pessoas com mobilidade reduzida, além de respostas referindo ao atendimento propriamente dito, onde deveria ter mais aulas na semana, mais locais com profissionais capacitados para atender a mais pessoas com deficiências e a necessidade de transporte público para facilitar o acesso ao CREEBA.

Quando solicitado ao grupo para apresentarem sugestões a fim de colaborar na melhora e aperfeiçoamento do Programa de Atividades Físicas Adaptadas, fica evidente a necessidade da ampliação desse trabalho, pois o CREEBA é o único local público na cidade de São Bernardo do Campo a oferecer atividades adaptadas para pessoas com deficiências. No CREEBA encontram-se moradores de todas as regiões do município e que ainda tem que

dividir o espaço e as vagas com munícipes residentes próximos ao local. Durante o curso de especialização, foi citado em uma das aulas o conceito de “cidade justa” de Aristóteles, que diz que: “tratar os desiguais de forma desigual para que se tornem menos desiguais.”. Tratar de forma desigual significa oferecer um trabalho de qualidade onde, considera-se qualidade como a eliminação de barreiras arquitetônicas do local, um maior número de profissionais envolvidos nas aulas, planejamento e diversificação de atividades, além do ponto fundamental apontado pelos próprios alunos que é a manutenção do local, pois devido a este fato, algumas vezes ocorreu o cancelamento das aulas. Houve um tempo em que o CREEBA trabalhou dentro dessa linha e tinha a capacidade de atender a mais pessoas com deficiências do que atualmente atende, mas com o conceito da inclusão e a incorporação desse conceito no slogan da cidade: São Bernardo do Campo – O Governo da Inclusão, o local CREEBA passou a ser ocupado também por pessoas sem deficiência, o que reduziu o número de vagas disponíveis para essa população. O ideal então seria que realmente houvesse a abertura de vagas em outros centros esportivos da cidade, o que amenizaria questões referentes à saúde pública como foi citado por Niemam anteriormente, ao transporte e ao tempo de deslocamento dessas pessoas entre regiões da cidade. A participação e a possibilidade de convivência com as diferenças podem despertar na sociedade um sentimento para a construção de uma cidade mais justa e humanizada.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao realizar essa pesquisa na intenção de buscar a resposta para o significado da prática de atividades físico-desportivas para pessoas com deficiências físicas, pôde-se perceber que as pessoas com deficiências congênitas buscam essa prática com os mesmos objetivos que uma pessoa dita “normal”, ou seja, sabem que a prática de atividades físicas podem contribuir significativamente na melhora da condição físico-corporal e conseqüentemente promover uma melhor qualidade de vida. Já as pessoas com deficiências adquiridas buscam a prática esportiva como mais um meio de se conseguir retornar à imagem corporal de antes, ou seja, buscam no esporte uma possível reabilitação no intuito de voltar ao “normal” ou o mais próximo deste. Enfim, independentemente da condição individual e do objetivo de cada um, é possível obter através da prática regular de atividades físico-desportivas os benefícios físicos, psíquicos e sociais que são inerentes ao esporte.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBANTI, Valdir J. *Dicionário de Educação Física e Esporte*. 1ª, São Paulo, Manole Ltda, 1994.

CARDOSO, Ivan T. et al. A Família no Processo de Inclusão Social da Pessoa com Deficiência. *REVISTA DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA (SOBAMA)*. Volume 8, número 1, p. 6, Dezembro de 2003, Suplemento.

MEIER, Marcel. *Atividade Física Para Deficiente*. SEED/MEC, 1981.

NETTO, Francisco Camargo; GONZALEZ, Jane da Silva. *Desporto Adaptado a Portadores de Deficiência: Natação*. Porto Alegre, UFRGS/INDESP, 1996.

NIEMAN, Dr. PH. David C. *Exercício e Saúde*. 1ª, São Paulo, Manole Ltda, 1999.

NOCE, Franco et al. *A percepção de qualidade de vida de pessoas portadoras de deficiência física pode ser influenciada pela prática de atividade física?* Disponível em: <www.scielo.br>. Acesso em 05 novembro 2012.

OLIVEIRA, Márcia C. A. de. *Pessoas com deficiências e atividade física: Fatores que influenciam a aderência à prática regular de atividades físico-desportivas*. 2004. 33p. Monografia (Especialização em Atividade Física Adaptada e Saúde) – Faculdade de Educação Física, UniFMU – Centro Universitário, São Paulo.

SABA, Fábio. *Aderência à Prática do Exercício Físico em Academias*. 1ª, São Paulo, Manole Ltda, 2001.

SILVA, Cristiane A. et al. *A visão de pessoas com necessidades especiais a respeito da educação física e esporte*. Disponível em: <www.efdeportes.com>. Acesso em 05 novembro 2012.

SILVEIRA, Diego et al. *O significado do esporte para pessoas com deficiência*. Disponível em: <revistaseletronicas.pucrs.br>. Acesso em 05 novembro 2012.

SOUZA, Pedro Américo de. *O Esporte na Paraplegia e Tetraplegia*. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan S. A., 1994.

WINNICK, Joseph P. *Educação Física e Esportes Adaptados*. 1ª, São Paulo, Manole Ltda, 2004.

APÊNDICE 1

COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA PUCSP – São Paulo

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Resolução nº 196/96 – Conselho Nacional de Saúde

O(A) Sr(a) foi selecionado(a) e está sendo convidado(a) para participar da pesquisa intitulada: O significado atribuído pelas pessoas com deficiências físicas às práticas de atividades físico-desportivas, que tem como objetivo obter do público em questão dados relevantes acerca do questionamento proposto para contribuir com possíveis adequações às ações públicas e pedagógicas, possibilitando um atendimento de forma mais eficiente às necessidades desse segmento social.

Este é um estudo baseado em uma abordagem qualitativa, utilizando como método principal a análise compreensiva do discurso.

A pesquisa tem o término previsto para dezembro de 2012.

Suas respostas serão tratadas de forma anônima e confidencial, isto é, em nenhum momento será divulgado o seu nome em qualquer fase do estudo. Quando for necessário exemplificar determinada situação, sua privacidade será assegurada uma vez que seu nome será substituído de forma aleatória. Os dados coletados serão utilizados apenas NESTA pesquisa e os resultados divulgados em eventos e/ou revistas científicas e em publicações da Prefeitura de São Bernardo do Campo.

Sua participação é voluntária, isto é, a qualquer momento você pode recusar-se a responder qualquer pergunta ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição na qual você é atendido, como também na qual trabalha.

Sua participação nesta pesquisa consistirá em responder perguntas a serem realizadas sob a forma de entrevista. A coleta será feita em forma de questionário e respondidas de forma verbal.

O(A) Sr(a) não terá nenhum custo ou quaisquer compensações financeiras. Não haverá riscos de qualquer natureza relacionada à sua participação. O benefício relacionado à sua participação será de aumentar o conhecimento científico para a área de esportes e lazer e para melhor adequação dos serviços prestados pelo município.

O(A) Sr(a) receberá uma cópia deste termo onde consta o celular/e-mail do pesquisador responsável, podendo tirar as suas dúvidas sobre o projeto e sua participação, agora ou a qualquer momento.

Desde já agradecemos!

Nome do Orientador: Helena Marieta Rath Kolyniak

_____ RG 5.121.545
cel 97125 3887
e-mail: hkolyniak@pucsp.br

Nome do entrevistador: Márcia Cristina Aparecida de Oliveira

Comitê de Ética em Pesquisa PUCSP – São Paulo - fone: 3670 8466

São Paulo, _____ de _____ de 2012.

Declaro estar ciente do inteiro teor deste TERMO DE CONSENTIMENTO e estou de acordo em participar do estudo proposto, autorizo gravação do mesmo e o uso de imagem de atividades que não permitam a visualização do rosto. Estou ciente que poderei desistir a qualquer momento de minha participação na pesquisa, sem sofrer qualquer punição ou constrangimento.

Sujeito da Pesquisa: _____

Documento: _____

(assinatura)

APÊNDICE 2

ENTREVISTA – roteiro

Nome: _____

Característica: _____

Sua deficiência é: () adquirida () congênita

Idade: _____ anos

Estado civil:

Sexo: () masculino () feminino

Bairro onde reside: _____

Você trabalha? () sim () não Ocupação: _____

É remunerado? () sim () não

Há quanto tempo você pratica atividades físicas no CREEBA? _____

1 - Qual é o significado que você dá para a prática da atividade físico-desportiva?

2 - O que levou você a frequentar o CREEBA?

3 - Quais as mudanças que você obteve a partir da prática de atividade física no CREEBA?

4 - Quais os motivos que levam você a continuar a prática de atividade física no CREEBA?

5 - Você pratica atividade física em outros locais? Qual?

6 - Cite algo que mais gosta e que menos gosta no Programa de Atividades Físicas Adaptadas.

mais gosta: _____

menos gosta: _____

7 - Você tem sugestões para o Programa de Atividades Físicas Adaptadas?

Assinatura do aluno: _____