



FACULDADE PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DA AMAZÔNIA
FADESA

INSTITUTO DE PESQUISA E DESENVOLVIMENTO EM INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

MATHEUS CAMPELO OLIVEIRA

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado e aprovado para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte integrante do Programa de Curso de Licenciatura em Educação Física, para a obtenção do Título de Bacharelado em Educação Física.

O ESPORTE ADAPTADO COMO FATOR DE INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

Matheus Campelo Oliveira

PARAUAPEBAS – PA

2022

MATHEUS CAMPELO OLIVEIRA

O ESPORTE ADAPTADO COMO FATOR DE INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA

Oliveira, Matheus Campelo

O esporte adaptado como fator de inclusão de pessoas com

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso de Educação Física, para a obtenção do Título de Bacharelado em Educação Física.

Orientador (a): Juliana Maria Silva de Oliveira

Matheus Campelo Oliveira

PARAUPEBAS – PA

2022

Oliveira, Matheus Campelo.

O48e O esporte adaptado como fator de inclusão de pessoas com deficiência física. / Matheus Campelo Oliveira. – Parauapebas, 2022. 26p.

Monografia (Bacharelado em Educação Física) – Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - FADESA, 2022.

Orientadora: Prof^ª. Esp. Juliana Maria Silva de Oliveira.

1. Educação Física inclusiva.
 2. Esporte adaptado.
 3. Inclusão.
 4. Pessoa com deficiência.
 5. Acessibilidade.
- I. Título.

Francini Rodrigues da Silva

Bibliotecária

CRB 5/1081

MATHEUS CAMPELO OLIVEIRA

**O ESPORTE ADAPTADO COMO FATOR DE INCLUSÃO DE PESSOAS COM
DEFICIÊNCIA FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso de Educação Física, para a obtenção do Título de Bacharelado em Educação Física.

APROVADO: 18 de janeiro de 2022.

Prof. ^a Esp. Maiza Nonato dos Santos Prof. ^a Esp. Rafaela Silvério Marques

Prof. ^a Luiz Antônio da Silva Gonçalves Junior

**Prof. ^a Esp. Juliana Maria
(ORIENTADORA – FADESA)**

**Devo inteiramente a Deus o sucesso deste trabalho, não
menos importante a minha mãe.**

AGRADECIMENTOS

A Deus por me oportunizar pela saúde e força por superar as dificuldades, permitindo conhecer o meu potencial e meus limites através de todas as situações impostas, momentos que não foram fáceis suportar, mas sobretudo reconhecer que sou mais que qualquer coisa, capaz de conseguir qualquer objetivo.

Agradeço a minha mãe que vivenciou comigo as frustrações e medos sempre me apoiando e incentivando a seguir essa trajetória de forma serena, tornando-se minha base para a construção da minha formação.

Agradeço aos meus amigos que de qualquer forma colabora com meus aprendizados, incentivando e entendendo os momentos que passei ausente, renunciando a momentos importantes para seguir um proposito acadêmico.

Agradeço as pessoas que passaram pela minha vida que deixaram algo comigo, tendo imensa contribuição para as minhas opiniões me fazendo buscar o equilíbrio emocional para resolver as situações adversas que aparecem na vida.

Agradeço aos meus orientadores que buscaram em mim potenciais jamais descobertos.

RESUMO

O presente estudo é uma revisão bibliográfica que tem como objetivo analisar os indicadores da utilização do esporte como fator de inclusão para as pessoas com deficiência física, destacando a definição da pessoa com deficiência (PcD) de forma mais ampla e, de forma mais específica, da PcD física, onde é realizada uma abordagem acerca dos entraves enfrentados por pessoas com alguma deficiência na temática da inclusão e acessibilidade, sendo destacado a importância dessas temáticas nas vidas dessas pessoas. Posteriormente, são conceituados o esporte adaptado e a influência dele na vida das pessoas com deficiência motora, o quanto ele é importante para o bem-estar social dessas pessoas. Logo em seguida, como sugestão, foi indicado a difusão do Crossfit adaptado como mais uma ferramenta na promoção do bem-estar e a inclusão de pessoas com alguma deficiência motora. O método para revisão de literatura foi feito a partir de um estudo qualitativo elaborado por meio de pesquisa bibliográfica baseadas em artigos e livros científicos, buscando tópicos que abordam a temática principal. Os resultados indicam que a prática esportiva possibilita a participação da PcD física, no que tange o desenvolvendo dos aspectos psicossociais, melhorando ainda mais o processo de inclusão. Após a análise da literatura conclui-se que a prática esportiva para essas pessoas é importante, sendo ratificada através das Paralímpiadas. O esporte adaptado atua com o papel facilitador de aceitação e não exclusão da PcD física.

Palavras Chaves: Acessibilidade. Educação física inclusiva. Esporte adaptado. Inclusão. Pessoa com deficiência.

ABSTRACT

The present study is a bibliographical review that aims to analyze the indicators of the use of sport as an inclusion factor for people with physical disabilities, highlighting the definition of the person with a disability (PwD) more broadly and, more specifically, of physical PwD, where an approach is carried out on the barriers faced by people with disabilities in the theme of inclusion and accessibility, highlighting the importance of these themes in the lives of these people. Subsequently, adapted sport and its influence on the lives of people with physical disabilities are conceptualized, as well as how important it is for the social well-being of these people. Soon after, as a suggestion, the dissemination of adapted Crossfit was indicated as another tool in the promotion of well-being and the inclusion of people with some motor disability. The method for literature review was based on a qualitative study developed through bibliographic research based on scientific articles and books, seeking topics that address the main theme. The results indicate that sports practice enables the participation of physical PwD, regarding the development of psychosocial aspects, further improving the inclusion process. After analyzing the literature, it is concluded that the practice of sports for these people is important, being ratified through the Paralympics. Adapted sport acts as a facilitator of acceptance and non-exclusion of physical PwD.

Key Words: Accessibility. Inclusive physical education. Adapted sport. Inclusion. Disabled person.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Basquete em cadeira de rodas	18
Figura 2 - Atletas paralímpicos participam de treino de Crossfit.	20
Gráfico 1 - Pessoas com Deficiência Física no Brasil.	14

1. INTRODUÇÃO	13
1.1. Justificativa	13
1.2. Objetivos	14
1.3. Metodologia	14
1.4. Crossfit	16
2. REPRESENTAÇÃO DE ATLETAS COM DEFICIÊNCIA	21
2.1. Tipos de deficiência	21
2.2. Cadeira de rodas	21
2.3. Instrumentos e equipamentos de cadeira de rodas	21
2.4. Adaptação do Crossfit	21
3. RESULTADOS E CONSIDERAÇÕES	22
3.1. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
3.2. REFERÊNCIAS	24

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	10
2. REFERENCIAL TEÓRICO	12
2.1. A pessoa com deficiência.....	12
2.2. A pessoa com deficiência física	13
2.3. Inclusão da pessoa com deficiência física	14
2.4. Acessibilidade	15
2.5. Esporte adaptado	16
2.6. Paralimpíadas	18
2.7. Crossfit adaptado	19
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	21
3.1. Tipo de estudo	21
3.2. Coleta de dados	21
3.3. Instrumentos e procedimentos de coletas de dados	21
3.4. Análise de dados.....	21
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES	22
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
6. REFERÊNCIAS	24

1. INTRODUÇÃO

Nesta pesquisa na área da deficiência existem imprecisões dos conceitos, com variações relacionadas ao modelo médico e ao modelo social, que resultam em dificuldades na inserção no meio social. Evidencia-se, assim, a importância de esclarecer melhor essa conceituação, identificando pontos comuns e divergentes das principais posições teóricas e reflexivas sobre o acesso das pessoas com deficiência física no âmbito esportiva, tornando uma nova ferramenta do processo inclusivo.

É importante ressaltar que as pessoas com deficiência têm seus direitos garantidos na legislação brasileira, no qual a Constituição Federal de 1988 inaugura um desenho amplificado de proteção social, com o reconhecimento legal de diversos direitos sociais, dentre eles, o esporte e o lazer (SANTOS, 2014), reiterando elementos básicos para a democracia, como o bem-estar de todas as pessoas, sem discriminação e preconceitos de quaisquer origens. Destacando ainda sim, “a proteção e integração social das pessoas com deficiência” (BRASIL, 1988) ou seja, o direito ao lazer passa a ser lido como recurso da promoção e integração social, sobretudo das pessoas com deficiência física. A relevância do tema está no fato de que a constituição, ora citada, tem por objetivo garantir as pessoas com deficiência o pleno exercício de seus direitos básicos.

Cabe ressaltar que a legislação brasileira é excelente, porém tem muitos lugares que não se propuseram de abrir as portas para a efetivação do pensamento de inclusão, ferindo os direitos no qual o indivíduo tem direitos fundamentais, que está ancorado na Constituição Federal de 1988, no Art. 5º que reza da seguinte forma:

Art. 5º Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade (BRASIL, 1998).

Nesse contexto, este trabalho tem como objetivo geral fazer reflexão teórica em decorrência da importância da prática desportivas na vida das pessoas com deficiência física, ressaltando vários aspectos. Sobre esta ótica, o objetivo específico deste estudo é externar um modelo para compreensão do esporte adaptado, contextualizando e relacionando seus conceitos e componentes conformadores,

considerando as particularidades dos indivíduos no enfrentamento do combate ao preconceito e desigualdade.

Ainda que não haja pretensão de desenvolver profunda discussão teórico-metodológica sobre os variados opiniões que assumem as abordagens, serão aqui retomadas algumas definições que mais se aproximam do entendimento que norteia essa análise, bem como destacados alguns autores que contribuem para as reflexões sobre essa importante temática da vida social.

Particularmente, estudos são extremamente necessários para o entendimento sobre o retrato da pessoa com deficiência física para contextualizar o processo de inclusão no meio esportivo, proporcionando a análise sobre os benefícios que vão além da inclusão, propondo a verificação sobre a acessibilidade, fator preponderante para o início da inclusão social.

A reflexão a qual nos propomos de forma geral, não busca apenas estabelecer a inclusão física, mas também a inclusão social, que é o objetivo principal da pesquisa. Para isso, é necessário analisar o contexto social e a realidade da pessoa com deficiência física, bem como a importância da acessibilidade para a inclusão social. Por sua vez, a Organização Mundial de Saúde – OMS, em reunião de 1980, definiu o conceito de deficiência como sendo qualquer perda ou alteração da estrutura ou funcionamento físico, intelectual ou emocional, que interfere na capacidade de interação com o ambiente social, podendo ser permanente ou temporária.

A Constituição Federal de 1988, art. 243, parágrafo 1º, inciso I, estabelece que o Poder Público deve assegurar, no âmbito de sua competência, o acesso das pessoas com deficiência aos serviços de saúde, educação, trabalho, habitação, transporte e recreação.

Constituição Federal de 1988, art. 243, parágrafo 1º, inciso I, estabelece que o Poder Público deve assegurar, no âmbito de sua competência, o acesso das pessoas com deficiência aos serviços de saúde, educação, trabalho, habitação, transporte e recreação.

A lei de inclusão social tem como objetivo principal assegurar e promover, em condições de equidade, o acesso, a participação e a cidadania fundamental de todas as pessoas com deficiência, visando a sua plena integração social.

De acordo com a Lei nº 10.048, de 17 de maio de 2000, que institui o Estatuto da Pessoa com Deficiência, a pessoa com deficiência é aquela que possui impedimento de longo prazo de natureza física, intelectual ou sensorial, que interfere em sua interação com o ambiente.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. A pessoa com deficiência

A compreensão da deficiência como um fenômeno no âmbito da patologia foi conhecida como "modelo médico", que estabelecia uma relação causal e unidirecional entre: deficiência - incapacidade – desvantagem, que se centrava nas limitações "dentro" da pessoa e apenas nas referências negativas, contemplava em um único modelo (NEVES et al. 2010). Aos poucos a concepção e o tratamento frente à deficiência foram sofrendo mudanças, porém antigos paradigmas estão presentes em nossa sociedade.

O conceito de pessoa com deficiência está em constante evolução. A deficiência é igual aos impedimentos da pessoa, sejam eles: físicos, mentais, sensoriais e intelectuais vezes as barreiras que o indivíduo encontra na sociedade e que impede de se integrar plenamente na igualdade de condição com as demais pessoas. Por sua vez, a Organização Mundial da Saúde – OMS, em meados da década de 1980, definiu o conceito de deficiência como sendo "qualquer perda ou anormalidade de estrutura ou função psicológica, fisiológica ou anatômica" ressaltando que tais restrições não lhes retiram o valor como pessoa humana, o poder de decidir sobre suas vidas e de tomarem decisões.

A Constituição Federal na Lei Nº 13.146, de 06 de julho de 2015, no Art. 2º dispõe sobre o conceito de pessoa com deficiência:

Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas (BRASIL,2015).

A lei constitucional tem como principal objetivo assegurar e promover, em condições de igualdade, o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais às pessoas com deficiências, visando à sua inclusão social e cidadania.

De acordo com o Censo IBGE 2010 revela que cerca de 45 milhões de brasileiros, aproximadamente 24% da população, têm algum tipo de deficiência. Dados expressivos para uma maior análise sobre a temática.

2.2. A pessoa com deficiência física

A princípio do desenvolvimento humano que contribuem fundamentalmente para o seu relacionamento do ambiente em que vive, é a sua capacidade de movimento. De se movimentar de forma segura, independente e objetiva. Na prática de atividades físicas, por exemplo, os benefícios da movimentação são notórios para o desenvolvimento motor, psicológico e social dos indivíduos.

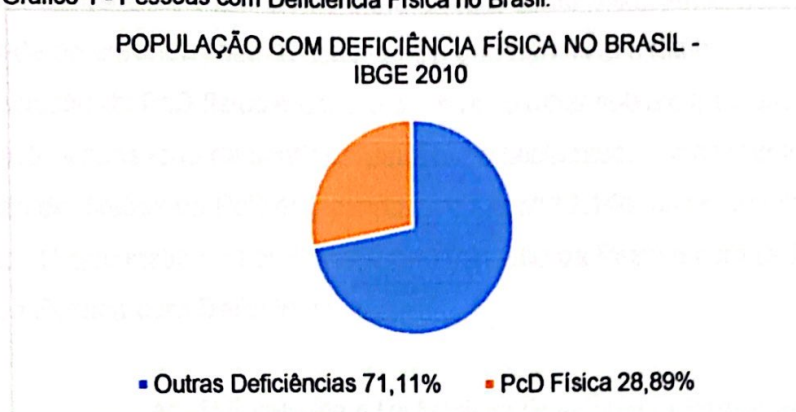
Visando a deficiência, especificamente dando ênfase a deficiência física podemos defini-la no qual confere o Decreto N° 5.296, de 2 de dezembro de 2004, a que possui limitação ou incapacidade para o desempenho de atividade e se enquadra na seguinte categoria:

- a) deficiência física: alteração completa ou parcial de um ou mais segmentos do corpo humano, acarretando o comprometimento da função física, apresentando-se sob a forma de paraplegia, paraparesia, monoplegia, monoparesia, tetraplegia, tetraparesia, triplegia, triparesia, hemiplegia, hemiparesia, ostomia, amputação ou ausência de membro, paralisia cerebral, nanismo, membros com deformidade congênita ou adquirida, exceto as deformidades estéticas e as que não produzam dificuldades para o desempenho de funções (BRASIL, 2004).

Cabe salientar que o uso da terminologia "Portadores de Deficiência Física" está em desuso, sendo utilizado o termo pessoa com deficiência, referenciando o termo adequado para este grupo. Este termo faz referência a algo que se "porta", como algo temporário, quando a deficiência, na maioria das vezes, é algo permanente. Além disso, a expressão "portador de deficiência" pode se tornar um estigma por meio do qual a deficiência passa a ser a característica principal do indivíduo em detrimento de sua condição humana, o que não é conciliável com um modelo inclusivo, que visa promover a igualdade e não discriminação.

Os dados apresentados no censo do IBGE de 2010 nos dizem que mais de 13 milhões de brasileiros apresentam deficiência motora, o que corresponde a 6,95% da população do país. Se relacionarmos esses dados ao quantitativo de pessoas com algum tipo de deficiência no Brasil, teremos que 28,89% dessa população tem limitação do funcionamento físico-motor, como representado no gráfico 1 abaixo.

Gráfico 1 - Pessoas com Deficiência Física no Brasil.



Fonte: IBGE – censo (2010).

Ainda de acordo com o IBGE, a deficiência física é mais significativa no sexo feminino, afetando cerca de 8 milhões de mulheres, o que corresponde a cerca de 61,54% de pessoas com limitação no trato motor. No sexo masculino a prevalência descrita fica em 38,46%, o que totaliza 5 milhões de homens.

2.3. Inclusão da pessoa com deficiência física

"Ficar de fora" ao ler ou ouvir esta frase nos remete a sensação de exclusão e a um sentimento de desconforto, as PcD física costumam ouvir essa frase sempre, é como se fosse automática. A exclusão desse indivíduo pela sociedade não é atual, de acordo com Maciel (2000, p. 51) o processo de exclusão social de pessoas com deficiência física é tão antigo quanto a socialização do homem. Quem sofre alguma deficiência, seja física, mental, intelectual ou sensorial sabe bem disso. Na escola, por exemplo, é comum a prática de bullying com os "diferentes" – os que não seguem a cartilha do padrão pré-estabelecido pela sociedade. Para que a PcD física possa se sentir inserida na sociedade, faz-se necessário a construção de um ambiente social inclusivo onde o as diferenças sejam transformadas em igualdades.

Incluir é a capacidade da sociedade mudar para receber, entender, respeitar e atender as necessidades das pessoas que dela fazem parte, não importa a qual classe social, condição econômica, gênero, limitações física, sensorial, intelectual ou mental, sejam elas, considerando a participação de todos. A finalidade é fortalecer as habilidades de socialização e mudar o pensamento estigmatizado sobre as

deficiências ou transtornos; a diversidade é vista como valor em si mesma e como oportunidade de aprendizagem e convivência que beneficia a todos.

A inclusão da PcD física é dar a ela um novo olhar sob a expectativa de vida, é construir nela a sensação de sentir pertencente a sociedade. Formalmente a inclusão é a garantia de direitos da PcD embasada pela Lei nº 13.146, de 06 de julho de 2015, em seu Art. 1º que institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência e o Estatuto da Pessoa com Deficiência, assim:

Art. 1º É instituída a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência), 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 cidadania (BRASIL, 2015).

Por meio da relação entre os indivíduos diferentes entre si, previsto na sociedade inclusiva, é que se constrói e se fortalece a condição de cidadão. A acessibilidade tem como finalidade permitir um ganho de autonomia e de mobilidade a uma gama maior de pessoas, inclusive àquelas que tenham reduzido a sua mobilidade ou dificuldade em se comunicar, para que usufruam dos espaços com mais segurança, confiança e comodidade (BRASIL, 2007). A construção da cidadania das pessoas com deficiência de forma a que elas se tornem sujeitos ativos de seus direitos e lutem contra o preconceito em torno existente. De acordo com Labronici et al. (2000), a prática de esportes para a pessoa com deficiência é um mecanismo facilitador da inclusão na sociedade.

2.4. Acessibilidade

O processo de inclusão social de reconhecer que as ações estão deixando de dar prioridade em reabilitar pessoas para se 'enquadrarem' na sociedade e adotando uma filosofia de transformação social a fim de incluir e acomodar as necessidades de todas as pessoas, inclusive das pessoas com deficiência. As PcD física têm direitos igualitários e acesso a todos os recursos da sociedade, ou seja, educação inclusiva, novas tecnologias, serviços sociais e de saúde, atividades esportivas e de lazer, bens e serviços ao consumidor.

Considerando a situação de exclusão social na qual estão inseridas, decorrente do descaso do poder público e da desinformação por parte de diferentes setores da

sociedade, as pessoas com deficiência física enfrentam diariamente resistências estruturais graves que dificultam o exercício de sua cidadania e mesmo sua sobrevivência, como a inacessibilidade dos transportes coletivos, o desemprego e a discriminação (Cartilha IBDD dos Direitos da Pessoa com Deficiência, 2014).

A acessibilidade é a facilidade de acesso e condição para utilização de segurança e autonomia de espaços públicos por pessoas com deficiência ou com mobilidade reduzida, é um desafio constante, mesmo com a existência de diversas leis que servem como base para garantia do direito total que regulamenta as Leis Nº 10.048, de 8 de novembro de 2000, que dá preferências de atendimento às pessoas com deficiência, adjunto a Lei Nº 10.098, de 19 de dezembro de 2000, que determina normas gerais e critérios básicos para a promoção da acessibilidade das pessoas com deficiência e dá outras providências. Em conjunto com Estatuto Da Pessoa Com Deficiência ampliando os direitos de acessibilidade, estabelecendo os direitos fundamentais dos PcD física no Art. 53. "A acessibilidade é direito que garante à pessoa com deficiência ou com mobilidade reduzida viver de forma independente e exercer seus direitos de cidadania e de participação social". Sucintamente, é direito da pessoa com deficiência de viver em ambiente em que possa desenvolver suas habilidades de forma autônoma, garantindo a efetivação o bem-estar e a inclusão social.

2.5. Esporte adaptado

O esporte no âmbito social pode ser identificado com um fenômeno sociocultural com formas de manifestação diversificadas. O Esporte adaptado se dispõe como uma destas manifestações, sendo um objeto complexo com raízes na reabilitação de soldados no momento pós II Guerra (1939-1945) sendo um marco para a evolução do desporto adaptado para pessoas com deficiência física. O pós-guerra deixou muitos soldados mutilados, com distúrbios motores, visuais e auditivos, isso fez com que seus governos tomassem uma série de providências sobre a qualidade de vida desses indivíduos, com isso muitos começaram a ter acesso as práticas esportivas e atividades físicas adaptadas como forma de tentar minimizar as adversidades causadas pela guerra (CARDOSO, 2011). O esporte adaptado teve início como uma tentativa de colaborar no processo terapêutico de reabilitação de

peças com deficiência e logo ganhou muitos adeptos (GORGATTI; GORGATTI, 2005).

Perante exposto, o esporte adaptado tem se tornado uma ferramenta importante na reabilitação de indivíduos com deficiência, pelos benefícios motores, psicológicos e sociais, além de terem como objetivos o lazer e a competição, que são considerados aceleradores do processo de reabilitação, inclusive é a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenindo patologias secundárias à sua deficiência e promover a integração social e a reabilitação da pessoa com deficiência (NAHAS, 2017).

O desenvolvimento do esporte para pessoas com deficiência física no Brasil, teve início aproximadamente em 1958 com a fundação do Clube dos Paraplégicos em São Paulo e do Clube do Otimismo no Rio de Janeiro, começando a se preocupar com atividade física para essas pessoas apenas, aproximadamente, no final dos anos de 1950, e o enfoque inicial para a prática dessas atividades foi o modelo médico (COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO).

Dessa maneira, em fatos históricos, a Educação Física influenciou o início do esporte adaptado como forma de recuperação, exercendo um papel essencial na inclusão de pessoas com deficiência física, sendo um eixo para a ampliação das relações sociais desses indivíduos, desenvolvendo habilidades motoras, cognitivas, afetivas, emocionais e criativa. Assim, proporcionando as PcD física uma alternativa à conquista da igualdade e oportunidades, não obstante ainda são vistos como incapazes de se inserir em qualquer área social, seja profissionais, educacionais ou até mesmo no meio esportivo. Por interferência, pode-se dizer que a Educação Física geral não conseguiu abranger a especificidade da pessoa com deficiência e, então, a Educação Física Adaptada veio para completar essa lacuna existente.

O desporto serviu e serve como um processo de oportunidade de se inserir ao meio social, vivenciar sensações e movimentos, que muitas vezes não realizaram pela limitação física ou por barreiras sociais e ambientais. Como afirmam Melo e Lopes (2009) a realidade de grande parte das pessoas com deficiência física no Brasil e no mundo revela poucas oportunidades para engajamento em atividades esportivas, seja com finalidade de movimentar-se, jogar ou praticar um esporte ou atividade física regular.

O direito ao esporte é um elemento primordial que contribui para a inclusão e cidadania plena da pessoa com deficiência física, é afirmado em vários dispositivos legais que garantem a prática esportiva por todos, sem nenhuma discriminação, podemos citar a Lei Nº 13.146, de 06 de julho de 2015, no Art. 42. "A pessoa com deficiência tem direito à cultura, ao esporte, ao turismo e ao lazer em igualdade de oportunidades com as demais pessoas", consistindo em uma possibilidade de prática de pessoas com deficiência.

Figura 1 - Basquete em cadeira de rodas



Fonte: Comitê Paralímpico Brasileiro

2.6. Paralimpíadas

A pessoa com deficiência física tem ganhado uma nova perspectiva de vida a partir do esporte adaptado, ele dá a ela uma melhor integração social e adaptação a sua condição física. A adaptação do esporte para torná-lo inclusivo foi o momento chave para o crescimento e o "aparecimento" do movimento paralímpico no país conquistando visibilidade e respeito para esse grupo de pessoas, como afirmam (MOURA *et al.*, 2006) a Paralimpíada é o melhor exemplo do nível de importância atribuído ao esporte adaptado, onde se podem perceber exemplos de adaptação e superação da PcD física, carregando consigo valores fundamentais para toda a sociedade, como inclusão, acessibilidade e representatividade.

Com a realização das Paralimpíadas, a evolução dos direitos das pessoas com deficiência no âmbito desportivo tem sido a maior manifestação, posicionando-se e um importante meio de inclusão social e empoderamento dessas pessoas. A Paralimpíada é onde podemos observar, na prática, os exemplos de adaptação e

superação atletas com deficiência física. De acordo com (Silva *et al.*, 2016, p 683.) o profissionalismo mais acentuado no esporte paralímpico nos últimos anos não o privou de continuar promovendo o empoderamento (do inglês "empowerment") para pessoas com deficiência.

Sob o olhar das Paralímpiadas, o participante é o atleta e a inclusão ocorre de fato, quando ele é despido de visão preconceituosa da pessoa e destacando apenas sua atuação na competição independente de seu biótipo ou sua deficiência. Esta inclusão é submetida a uma adequação, para dar oportunidades de vivências produtivas às pessoas envolvidas. Destacamos uma maior percepção de que o profissional deve ser valorizado por suas potencialidades e pela contribuição que oferece no meio social. Enfatiza-se que o esporte é um dos requisitos indispensáveis para que os indivíduos atinjam todas as dimensões da inclusão social. Isso pode ser comprovado por ser uma ferramenta simples, fácil de usar e eficiente, que promove muito as pessoas que pertencem ou participam de seu status social (AZEVEDO; BARROS, 2004).

O esporte paralímpico é um marco de conquista das pessoas com deficiência, tornando-as visíveis a frente da sociedade, emocionando com histórias de superação, e fortalecendo a inclusão. As paralímpiadas reforça a inclusão das pessoas com deficiência que são de grande relevância porque usam exemplos de dificuldades para aumentar a eficiência, estimulam o debate e a conscientização e contribui para a construção de um mundo mais diversificado, mostra que, com o incentivo adequado e quebra de barreiras tangíveis e intangíveis, as limitações dos deficientes diante dos desafios tornam-se menores.

2.7. Crossfit adaptado

Como já exposto acima no tópico sobre a pessoa com deficiência, 28% de indivíduos possuem algum tipo de limitação física, dados indispensáveis para conhecimento e uma maior intervenção para o estímulo da prática do desporto para este grupo, buscando salientar os benefícios que serão úteis a eles em diferentes momentos de sua vida o que evidencia ainda mais a importância desse trabalho.

Sugere-se a prática para as pessoas com deficiência física a modalidade esportiva do Crossfit, pouco difundida no meio esportivo que tem finalidades o

desenvolvimento funcional dos seus praticantes, e muitas pessoas com deficiência têm encontrado no Crossfit adaptado uma excelente maneira de se exercitar e se divertir ao mesmo tempo através de exercícios funcionais em ambientes coletivos.

O Crossfit conceitua-se como um programa de treinamento de força e condicionamento físico baseado em movimentos funcionais realizados em alta intensidade e constantes de forma variada, essa é a definição mais básica para o Crossfit (GLASSMAN, 2005). O esporte não foca somente em regiões específicas, ao contrário, desenvolvem o equilíbrio corporal por completo, trabalhando dez capacidades físicas essenciais para o desenvolvimento humano, além disso, auxilia no combate aos fatores de risco como o sedentarismo e obesidade.

De acordo com o guia de treinamento, o Crossfit tem finalidade de criar um modelo de condicionamento físico abrangente, generalizado e inclusivo, por todas as pessoas, independentemente da idade e do condicionamento físico. Dessa forma, para os indivíduos praticantes do esporte adaptado tem sido um fator de motivação, aprendizado, melhora dos fatores sociais e psicológicos além de trazer benefícios físicos como um todo (WELLICHAN; SANTOS, 2019).

É muito importante realizar o Crossfit sob a orientação de profissionais devidamente qualificados, pois isso permite entender as limitações do praticante e evitar ações erradas que podem levar a lesões. Além disso, por se tratar de um teste de alta intensidade, é importante ter uma avaliação médica antes de iniciar o exercício, a fim de avaliar a saúde geral da pessoa e verificar se a pessoa está adequada.

Figura 2 - Atletas paralímpicos participam de treino de Crossfit.



Fonte: Revista Mybox (2016).

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1. Tipo de estudo

O presente estudo se caracteriza por uma abordagem qualitativa através da revisão de literaturas baseadas em livros e artigos científicos publicados sobre o assunto.

3.2. Coleta de dados

A coleta de dados seguiu da seguinte forma:

- a) Leitura de todo o material selecionado (leitura rápida que objetiva analisar se os elementos consultados são de interesse para o trabalho);
- b) Leitura seletiva (leitura mais aprofundadas sobre o assunto que realmente interessam);
- c) Registro das informações coletadas dos artigos publicados até o ano de 2021;
- d) Leitura da Constituição Federal Brasileira citando os decretos e as leis sobre o assunto central.

3.3. Instrumentos e procedimentos de coletas de dados

Estudo realizado para análise de materiais, buscando avanços sobre o tema proposto.

3.4. Análise de dados

Foram analisados os dados apresentados nos artigos que embasam esta pesquisa e extraídos os aspectos mais relevantes, contendo critérios de elegibilidade do estudo específico, tipo de intervenção realizada e resultados obtidos no estudo.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Perante exposto neste trabalho de pesquisa, a prática esportiva se torna benéfica para as PcD física tornando uma ferramenta efetiva no desenvolvimento de habilidades motoras, psicossociais e inclusivas, sendo necessário o tratamento individual de cada indivíduo, sabendo que esta possui uma história de vida própria e (coletivamente compartilhada) no que se trata o acesso efetivo no esporte, conseqüentemente promovendo a inclusão. É básico respeitar as pessoas com mobilidade física reduzida, reconhecendo que eles possuem os mesmos direitos que outros indivíduos aos bens da sociedade como mostram órgãos protetivos dos direitos fundamentais como a Constituição Brasileira adjunto ao Estatuto da Pessoa com Deficiência, pois caminham juntos para maximizar sua evolução social.

Sob esta ótica a acessibilidade torna se essencial no processo inclusivo, significando uma base para a inserção das PcD física em diversos recursos sociais, dentre elas ao esporte, originando alternativas de várias modalidades adaptadas de acordo com suas preferências, como indica o Comitê Paralímpico Brasileiro, baseando-se na prática de esportes convencionais permitindo que as PcD física participem das atividades esportivas Paralímpicas, como exemplos; vôlei sentado, basquete em cadeira de rodas, atletismo, futebol de 5, entres outros.

A prática de uma atividade esportiva adaptada para as pessoas com deficiência física, mostrou-se um eficiente instrumento de reabilitação, promoção de saúde não menos importante a inclusão social. Os estudos mencionados fornecem indicações da importância do processo inclusivo por meio do esporte, sendo um alicerce na contribuição na proximidade entre as pessoas, favorecendo a relação social e possibilitando a construção de pontes culturais, conforme a sugestão de Nahas (2017). O fator de inclusão social faz com que as barreiras sejam quebradas e que as PcD física se sintam como cidadãos conforme os órgãos protetivos, vistos pelo seu desempenho e capacidade de realização na sociedade.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste trabalho observa-se a complexidade que envolve o esporte como fator de inclusão extrapolando as fronteiras da visão tradicional, desestabilizando também a Educação Física como um todo, porque desnaturaliza conceitos de desenvolvimento humano como algo único e universal. Tendo um novo conceito de progresso humano, sendo obtidas através das atividades de mobilidade capazes de habilitar pessoas para o seu bom estado funcional, que muitas vezes se sentem excluídos pela sua deficiência, conquistando uma nova perspectiva de identidade pessoal e capazes de contribuir para sociedades mais justas e democráticas.

Portanto, podemos salientar ainda que o esporte adaptado beneficia as pessoas com deficiência física, com acesso a espaços nunca alcançados, promovendo avanços na área motora e nas demais áreas do desenvolvimento, como a afetiva, a cognitiva e social, além de despertar a atenção devido a inúmeras particularidades: possibilidade de ascensão social, oportunidade de prática em condições de igualdade, melhorias da aptidão física, e condições de saúde e qualidade de vida. Cabe ressaltar a importância da valorização da inclusão social através da prática de esportiva, onde se pode analisar os alicerces que complementam para que esta inclusão possa acontecer através da acessibilidade que aproximam as pessoas socialmente. Se faz necessário acreditar o poder que o esporte adaptado proporciona na vida das PcD física. A inclusão é um valor, uma cultura na qual não há um olhar de diferenciação.

6. REFERÊNCIAS

AZEVEDO, P. H.; BARROS, J. F. **O Nível de Participação do Estado na Gestão do Esporte Brasileiro como Fator de Inclusão Social de Pessoas Portadoras de Deficiência**. R. bras. Ciência e Movimento, v. 12, n. 1, p. 77-84, 2004.

BRAGA, Roberta. **Atletas Paralímpicos Participam de Treino de Crossfit em Curitiba**. Revista Mybox. 2016. Disponível em: <<https://myboxmag.com.br/atletas-paralimpicos-participam-de-treino-de-crossfit-em-curitiba/>>. Acesso em: 20 de nov. 2021.

BRASIL. **A pessoa com deficiência e o Sistema Único de Saúde**. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. 2. ed. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2007.

BRASIL. Decreto nº 7.853, de 24 de outubro de 1989. **Direitos Fundamentais**. Brasília, DF. Out 1989.
Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7853.htm>. Acesso em: 05 de out. 2021.

BRASIL. Decreto Nº 5.296 de 2 de dezembro de 2004. **Estabelece normas gerais e critérios básicos para a promoção da acessibilidade das pessoas portadoras de deficiência ou com mobilidade reduzida, e dá outras providências**. Brasília, DF. Dez 2004. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2004/Decreto/D5296.htm#art70>. Acesso em: 07 de out. 2021.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. **Direitos Fundamentais**. Brasília, DF. Out 1988.
Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm>. Acesso em: 05 de out. 2021.

BRASIL. Lei nº 13.146, de 06 de julho de 2015. **Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência)**. Brasília, DF. Jul 2015. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm>. Acesso em: 07 de out. 2021.

BRASIL. Lei nº 10.048, de 08 de novembro de 2000. **Dá prioridade de atendimento às pessoas que especifica, e dá outras providências**. Brasília, DF. Nov. 2000. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l10048.htm>. Acesso em: 07 de out. 2021.

BRASIL. Lei nº 10.098, de 19 de dezembro de 2000. **Estabelece normas gerais e critérios básicos para a promoção da acessibilidade das pessoas portadoras de**

deficiência ou com mobilidade reduzida, e dá outras providências. Brasília, DF. Dez 2000. Disponível em: < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l10098.htm >. Acesso em: 10 de out. 2021.

CARDOSO, Ms Vinicius. **A Reabilitação De Pessoas Com Deficiência Através Do Desporto Adaptado.** Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 529-539, abr./jun. 2011.

Cartilha IBDD dos direitos da pessoa com deficiência / [pesquisa e texto IBDD]. - 3.ed. [rev. e atualizada]. - Rio de Janeiro: IBDD, 2014.

Censo Demográfico de 2020 e o mapeamento das pessoas com deficiência no Brasil. **Ministério da Saúde Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas Coordenação Geral de Saúde da Pessoa com Deficiência.** Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/atividade-legislativa/comissoes/comissoes-permanentes/cpd/arquivos/cinthia-ministerio-da-saude> . Acesso em: 10 de out. 2021.

Comitê Paralímpico Brasileiro, disponível em: <<https://www.cpb.org.br/>>. Acesso em: 15 nov. 2021.

Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB). Basquete em Cadeiras de Rodas. Disponível em: < <https://www.flickr.com/photos/cpboficial/albums/72157719926889238/with/51531541382/>>. Acesso em: 20 de nov. 2021.

GLASSMAN, G. **What is Crossfit.** 2005. Disponível em: < <https://www.crossfit.com/what-is-crossfit/>>. Acesso em: 15 de out. 2021.

GORGATTI, M. G.; GORGATTI, T. **O esporte para pessoas com necessidades especiais.** In GORGATTI, M. G.; COSTA, R. F. (Org.), *Atividade física adaptada: qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais.* Barueri: Manole, 2005. p. 532-568.

LABRONICI, RITA HELENA DUARTE DIAS et al. **Esporte como fator de integração do deficiente físico na sociedade.** Arquivos de Neuropsiquiatria, v. 58, n. 4, p. 1092–1099, 2000.

Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência): promulgada em 6 de julho de 2015 / obra coletiva de autoria do Ministério Público do Trabalho. Disponível em: <<http://www.pcdlegal.com.br/lbi/wp->

content/themes/pcdlegal/media/downloads/lbi_simples.pdf <. Acesso em: 05 de nov. 2021.

MACIEL, MARIA REGINA CAZZANIGA. Portadores de deficiência: a questão da inclusão social. São Paulo em Perspectiva, v. 14, n. 2, p. 51–56, 2000.

MELO, A. C. R.; LÓPEZ, R. F. A. O Esporte Adaptado. Revista Digital, Buenos Aires, v.8, n.51, jul. 2002. Disponível em: Acesso em: 12. out. 2021.

Moura, W.L.; Benda, R. N.; Novaes, J. S.; Tubino, M. J. G. (2006). O Atletismo no desenvolvimento de crianças portadoras de necessidades especiais. Motricidade 2 (1): 53-61

NAHAS, M. V. Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7°. ed., Florianópolis: 2017.

NEVES, Luciana et al. Modelo social: uma nova abordagem para o tema deficiência. Rev. Latino-Am. Enfermagem. Ago. 2010.

OMS. Classificação Internacional das Deficiências, Incapacidades e Desvantagens. Ministério do Emprego e da Segurança Social. Secretariado Nacional de Reabilitação. Lisboa, 1999. Apud MARTIS, Sérgio Pinto. Direitos fundamentais trabalhistas. São Paulo: Atlas, 2008. p. 102.

SANTOS, F. D. C. O lazer como direito social: sua inclusão na Constituição de 1988. São Paulo: Annalume, 2014.

SILVA, Anselmo de Athayde Costa et al. Esporte adaptado: abordagem sobre os fatores que influenciam a prática do esporte coletivo em cadeira de rodas. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 27, p. 679-687, 2013.

WELLICHAN, Daniele. SANTOS, Marcela. Vista do Qualidade de vida na deficiência: o CrossFit adaptado para usuários de cadeiras de rodas e amputados. Caderno de Educação Física e Esporte. Disponível em: <Vista do Qualidade de vida na deficiência: o CrossFit adaptado para usuários de cadeiras de rodas e amputados (unioeste.br) >. Acesso em: 20 de nov. 2021.