

O Esporte Adaptado

Educação Física

Enviado por:

Postado em:25/01/2011

As atividades físicas, esportivas ou de lazer podem possuir valores terapêuticos evidenciando benefícios tanto na esfera física, quanto psíquica.

Artigo Científico "O Esporte Adaptado" Por: Prof. Ms. Ana Cláudia Raposo Melo e Prof. Dr. Ramón F. Alonso López A realidade de grande parte dos portadores de necessidades educativas especiais no Brasil e no mundo revela poucas oportunidades para engajamento em atividades esportivas, seja com objetivo de movimentar-se, jogar ou praticar um esporte ou atividade física regular. A prática de atividade física e/ou esportiva por portadores de algum tipo de deficiência, sendo esta visual, auditiva, mental ou física, pode proporcionar dentre todos os benefícios da prática regular de atividade física que são mundialmente conhecidos, a oportunidade de testar seus limites e potencialidades, prevenir as enfermidades secundárias à sua deficiência e promover a integração social do indivíduo. As atividades físicas, esportivas ou de lazer propostas aos portadores de deficiências físicas como os portadores de sequelas de poliomielite, lesados medulares, lesados cerebrais, amputados, dentre outros, possui valores terapêuticos evidenciando benefícios tanto na esfera física, quanto psíquica. Quanto ao físico, pode-se ressaltar ganhos de agilidade no manejo da cadeira de rodas, de equilíbrio dinâmico ou estático, de força muscular, de coordenação, coordenação motora, dissociação de cinturas, de resistência física; enfim, o favorecimento de sua readaptação ou adaptação física global (Lianza, 1985; Rosadas, 1989 e Souza, 1994). Na esfera psíquica podemos observar ganhos variados, como a melhora da autoestima, integração social, redução da agressividade, dentre outros benefícios (Alencar, 1986; Souza, 1994; Give it a go, 2001). A escolha de uma modalidade esportiva pode depender em grande parte das oportunidades que são oferecidas aos portadores de deficiência física, da sua condição socioeconômica, das suas limitações e potencialidades, da suas preferências esportivas, facilidade nos meios de locomoção e transporte, de materiais e locais adequados, do estímulo e respaldo familiar, de profissionais preparados para atendê-los, dentre outros fatores. Diversos autores como Guttman (1976b), Seaman (1982), Lianza (1985), Sherrill (1986), Rosadas (1989), Souza (1994), Schutz (1994) e Give it a go (2001), e ressaltam que os objetivos estabelecidos para as atividades físicas ou esportivas para portadores deficiência, seja esta física mental, auditiva ou individual devem considerar e respeitar as limitações e potencialidades individuais do aluno, adequando as atividades propostas a estes fatores, bem como englobar objetivos, dentre outros: - melhoria e desenvolvimento de autoestima, autovalorização e autoimagem; - o estímulo à independência e autonomia; - a socialização com outros grupos; - a experiência com suas possibilidades, potencialidades e limitações; - a vivência de situações de sucesso e superação de situações de frustração; - a melhoria das condições organo-funcional (aparelhos circulatório, respiratório, digestivo, reprodutor e excretor); - melhoria na força e resistência muscular global; - ganho de velocidade; - aprimoramento da coordenação motora global e ritmo; - melhora no equilíbrio estático e dinâmico; - a possibilidade de acesso à prática do esporte como lazer, reabilitação e competição; - prevenção de deficiências secundárias; - promover e encorajar o movimento; - motivação para atividades futuras; - manutenção e promoção da saúde e condição física; - desenvolvimento de habilidades motoras e funcionais para melhor realização das atividades de vida diária; - desenvolvimento da capacidade de

resolução de problemas. Os jogos organizados sobre cadeira de rodas forma conhecidos após a Segunda Guerra Mundial, onde esta tragédia na história da humanidade fez com que muitos dos soldados que combateram nas frentes de batalha voltassem aos seus países com sequelas permanentes. Porém este evento, terrível, proporcional ao portador de deficiência, melhores condições de vida, pois os deficientes pós-guerra eram heróis e tinham o respeito da população por isto, bem como uma preocupação governamental (Guttman, 1981, Adms e col., 1985; Alencar, 1986 Cidade e Freitas, 1999). O pós-guerra, de acordo com Assumpção (2002), criou uma situação emergencial, onde a construção de centros de reabilitação e treinamento vocacional, em todo o mundo foi extremamente necessária. Os programas de reabilitação destes diferentes centros perceberam que os esportes eram um importante auxiliar na reabilitação dos veteranos de guerra que adquiriram algum tipo de deficiência. As atividades desportivas foram introduzidas em programas de reabilitação pelo Dr. Ludwig Guttmann no Centro de Reabilitação de Stoke Mandeville no ano de 1944, como parte essencial no tratamento médico de lesados medulares, auxiliando na restauração e manutenção da atividade mental e na autoconfiança (Guttmann, 1981). Concordando com o Dr. Guttmann, Sarrias (1976), ressalta que o esporte pode ser um agente fisioterapêutico atuando eficazmente na reabilitação social e psicologia do portador de deficiência, não devendo ser considerada apenas como uma atividade recreativa. Os jogos paraolímpicos aconteceram oficialmente em 1960 em Roma, sendo instituída pela Organização Internacional de Esportes a realização dos Jogos Paraolímpicos após a realização das Olimpíadas (Alencar, 1986). Souza (1994), enfatiza que o esporte adaptado deve ser considerado como uma alternativa lúdica e mais prazerosa, sendo este parte do processo de reabilitação das pessoas portadoras de deficiências físicas. A ACMS (1997), relata que um programa de atividades físicas para os portadores de deficiência física devem observar a princípio se a adaptação dos esportes ou atividades mantendo os mesmos objetivos e vantagens da atividade e dos esportes convencionais, ou seja, aumentar a resistência cardiorrespiratória, a força, a resistência muscular, a flexibilidade, etc. Posteriormente, observar se esta atividade possui um caráter terapêutico, auxiliando efetivamente no processo de reabilitação destas pessoas. Um outro ponto a considerar na elaboração de atividades para os portadores de necessidades educativas especiais, em destaque aqui o portador de deficiência física, é a necessidade de adaptação dos materiais e equipamento, bem como a adaptação do local onde esta atividade será realizada. A redefinição dos objetivos do jogo, do esporte ou da atividade se faz necessário, para melhor adequar estes objetivos às necessidades do processo de reabilitação. Assim como reduzir ou aumentar o tempo de duração das atividades, mas sempre com a preocupação de manter os objetivos iniciais atingíveis. A realização de atividades físicas, esportivas e de lazer com deficientes, tem que respeitar todas as normas de segurança, evitando novos acidentes, deve-se estar atento a todos os tipos de movimentos a serem realizados, auxiliar o deficiente sempre que necessário, e estimular sempre o desenvolvimento da sua potencialidade. Esse texto faz parte do Artigo Científico "O esporte Adptado", que pode ser acessado na íntegra no endereço eletrônico: <http://www.efdeportes.com/efd51/esporte.htm> Fonte da imagem: Confederação Paraolímpica Brasileira