

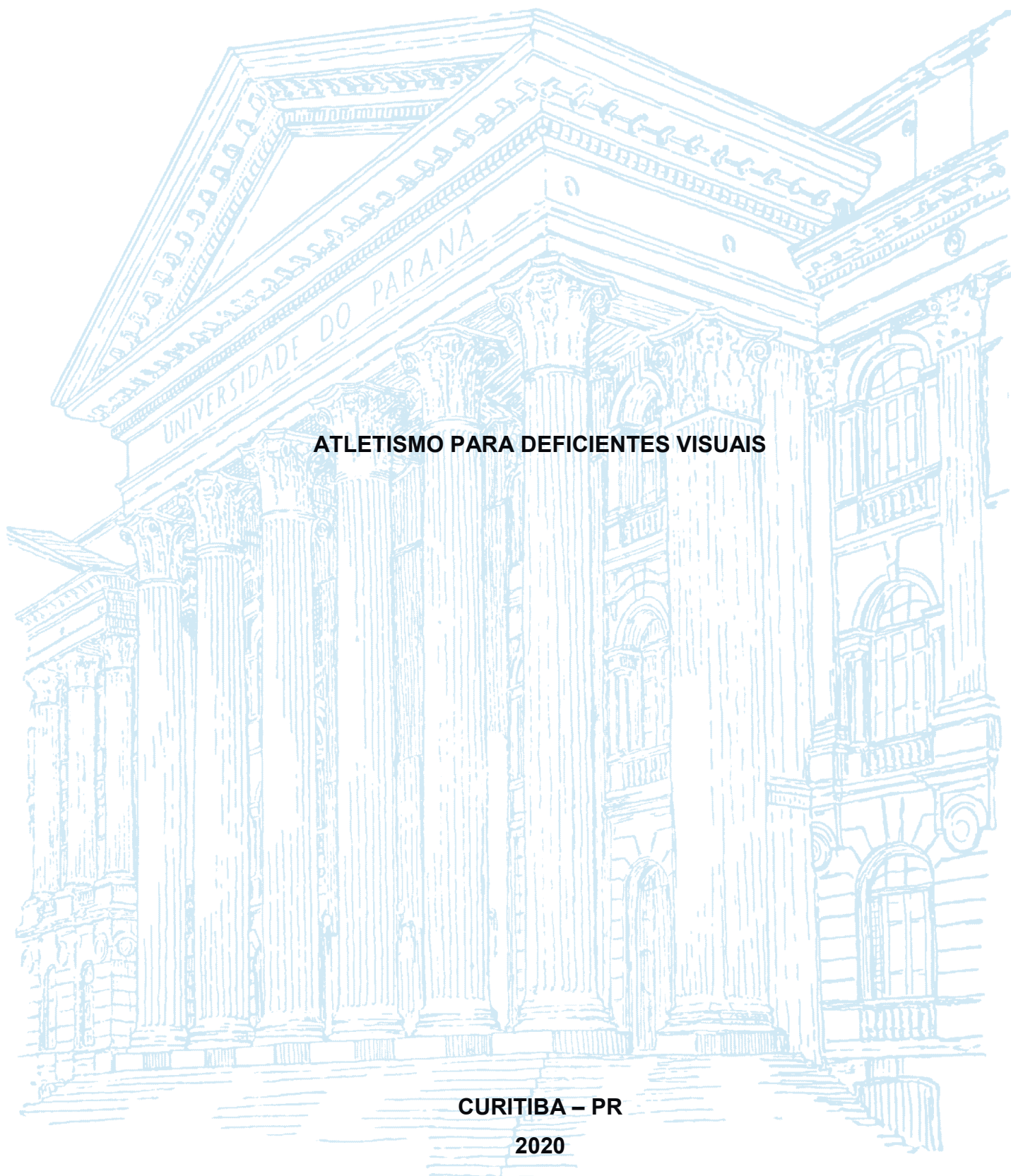
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ - UFPR

GUSTAVO VENANTE

ATLETISMO PARA DEFICIENTES VISUAIS

CURITIBA – PR

2020



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
GUSTAVO VENANTE

ATLETISMO PARA DEFICIENTES VISUAIS

Artigo apresentado como pré-requisito para conclusão do curso de Especialização em Preparação Física nos Esportes, Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná
Orientador: Prof. Julimar Luiz Pereira

CURITIBA – PR
2020

RESUMO

Muitas são as discussões acerca da importância do esporte para a vida das pessoas, pois além de promover a saúde de forma geral, proporciona o autorreconhecimento pessoal e favorece, efetivamente, a interação social. Percebe-se uma crescente participação de pessoas com deficiência na prática de esportes, de modo especial, deficientes visuais o atletismo. A prática do atletismo pelos deficientes visuais oportuniza a experiência de experimentar sensações e movimentos, que normalmente são impossibilitadas pelas barreiras físicas, ambientais e sociais. Nesse sentido, o atletismo se configura como uma forma de autonomia, auxiliando na autoestima das pessoas com deficiência, desenvolvendo habilidades motoras e psíquicas. Outro fator a se considerar, diz respeito ao reconhecimento por parte dos deficientes visuais de suas habilidades e integrá-los à sociedade, pois a prática esportiva motiva as pessoas para que superam suas dificuldades, melhorando, desse modo, seus relacionamentos pessoais e sociais. Sob este enfoque, o presente foi desenvolvido em caráter bibliográfico com o objetivo principal analisar de que forma os indivíduos com deficiência visual podem praticar esportes, de modo especial o atletismo e quais os benefícios proporcionados por esta prática para que tenham uma vida saudável e interagindo na sociedade e auxiliando no desenvolvimento global da pessoa com deficiência visual.

Palavras-chave: Deficiência visual. Atletismo. Acessibilidade. Barreiras. Qualidade de vida.

1. INTRODUÇÃO

Os avanços proporcionados à humanidade pela tecnologia estão melhorando de forma significativa a vida de pessoas com deficiência visual. Até pouco tempo o acesso para estas pessoas era muito difícil, fazendo com que estes ficassem de fora do convívio social. É inegável que há muito que avançar nesta área, possibilitando que os deficientes visuais participem em todos os âmbitos social, cultural ou esportivo.

Sabe-se que a prática de esportes traz inúmeros benefícios para a saúde das pessoas, estes vão além da promoção de saúde, são uma forma de se autorreconhecer e interagir socialmente. Para os deficientes visuais o atletismo se configura como um esporte de reabilitação física, psicológica e social, uma vez que oportuniza a todos a participação em provas de pista e campo, e se divide em convencional e adaptado.

Nesse sentido, a inclusão de pessoas com deficiência no convívio social exige acessibilidade. Esta discussão é algo recente e grande parte dos espaços já está sendo adequado para o acesso de todos. Desse modo, tendo como base a problemática que envolve a pratica de atletismo por pessoas com deficiência visual, faz-se necessária a consolidação de ações que possibilitem a sua prática por pessoas com deficiência visual tanto como forma de lazer e saúde, quanto como esporte profissional.

Outro fator a se considerar diz respeito às limitações e das potencialidades destas pessoas, uma vez que a participação dos mesmos na sociedade é algo que vai ser desenvolvido ao longo da vida. Antes de tudo, a pessoa deve ter consciência de que o esporte estará possibilitando sua independência, individual e social. A participação de pessoas com deficiência no esporte vem crescendo e é importante para que os indivíduos tenham oportunidade e experimentem sensações e movimentos, frequentemente impossibilitados pelas barreiras físicas, ambientais e sociais.

Com base nesses conceitos e discussões, este trabalho de pesquisa bibliográfica teve como objetivo principal analisar de que forma os indivíduos com deficiência visual podem praticar esportes, de modo especial o atletismo e quais os

benefícios proporcionados por esta prática. Para tanto, foram feitas considerações a respeito do conceito de deficiência visual e sobre a saúde da pessoa com deficiência visual. Além disso, foi realizada uma discussão acerca da prática do atletismo para pessoas com deficiência visual, acessibilidade e quais são as barreiras para esta prática esportiva por pessoas com deficiência visual para que tenham uma qualidade de vida e convivam de forma saudável na sociedade.

Com esta pesquisa buscou-se contribuir para novas políticas públicas sejam repensadas e realizadas para que as pessoas com deficiência possam ter seus direitos garantidos, assim como as pessoas sem deficiência. Assim, partindo da atividade física as pessoas com deficiência devem ter sua individualidade respeitada para que possam ter uma melhor qualidade de vida, promovendo a melhora efetiva de fatores psicológicos, físicos e sociais.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 CONCEITO E CLASSIFICAÇÃO DA DEFICIÊNCIA VISUAL

O termo deficiência é conceituado pelo Decreto 3.298/99 (BRASIL, 1999) em seu art.3 como: I – deficiência: toda perda ou anormalidade de uma estrutura ou função psicológica, filosófica ou anatômica que gere incapacidade para o desempenho de atividade, dentro do padrão considerado normal para o ser humano.

No que diz respeito a deficiência visual Xavier (2017) ressalta que a Organização Mundial da Saúde – OMS classifica a deficiência visual em categorias que incluem desde a perda visual leve até a ausência total de visão. Para tanto, tem como base valores quantitativos de acuidade visual e/ou do campo visual para definir clinicamente a cegueira e a baixa visão.

De acordo com Nunes e Lomônaco (2008), a visão é o órgão do sentido mais importante e mais usado no dia a dia das pessoas. Privada deste sentido a pessoa com deficiência precisa se adaptar para que possa fazer suas atividades normais. É importante destacar que quando as informações não chegam através da visão, os demais sentidos possibilitam o conhecimento de mundo a estas pessoas

A deficiência visual possui diversas definições, como destacam Boas e Ferreira (2010, p.347):

É uma condição de caráter irreversível de diminuição da resposta visual, podendo ser ocasionada por questões hereditárias (genética) ou congênitas (quando nasce com, ou seja, antes ou durante o nascimento) e muitas vezes adquiridas (quando adquire em qualquer outro período da vida), que mesmo após intervenção cirúrgica ou o tratamento clínico e o uso de óculos, não pode ser corrigida. Dentro da diminuição da resposta visual estão a deficiência visual leve, moderada, severa e profunda, sendo que estas compõem o grupo denominado de visão subnormal ou baixa visão como é mais usado e conhecido, abarca ainda a ausência total de visão, ou seja, aqueles indivíduos que possuem a cegueira.

Nunes e Lomônaco (2008, p.119) destacam que a definição de baixa visão é bem complexa, pois há uma variedade e intensidade de comprometimentos das funções visuais, “sendo englobadas desde a simples percepção de luz, até a redução da acuidade visual, podendo interferir ou limitar a execução de tarefas e o desempenho geral”. Assim, para que se tenha um diagnóstico da capacidade visual de uma pessoa é realizada uma avaliação baseada no campo visual e na acuidade visual.

A acuidade visual é entendida, de acordo com Sá, Campos e Silva (2007, p.43):

Como a capacidade de o indivíduo enxergar formas, sendo obtida por intermédio de parâmetros padrões quanto à normalidade da visão, já o campo visual designa-se a amplitude e a abrangência do ângulo da visão, ou seja, a área que a pessoa é capaz de enxergar.

No que diz respeito à prática esportiva das pessoas com deficiência visual há uma classificação que varia de acordo com a capacidade visual de cada atleta, apresentando distintos níveis, sendo dividida em três grupos, sendo eles:

B1: pessoas com cegueira, podendo ou não, ter percepção luminosa, porém sem conseguir distinguir o formato de uma mão, se colocada na frente de seus olhos ou a qualquer distância e em qualquer direção; B2: estão aqueles com baixa visão com campo visual inferior a 5° e/ou acuidade visual de até 2/60; B3 ou com capacidade para reconhecer o formato de uma mão: é a categoria para os atletas que possuem campo visual entre 5 e menos de 20° e/ou acuidade visual entre 2/60 e 6/60. A letra B refere-se ao termo *blind*, que significa “cego”. Todas as medidas são feitas em ambos os olhos, porém, para serem usadas como critério de classificação, serão utilizadas aquelas aferidas no melhor olho e com a melhor correção óptica possível (OLIVEIRA FILHO *et al.*, 2007, p.254).

Sob esta perspectiva, a classificação da capacidade oftalmológica trata-se de um meio que a Federação Internacional de Esportes para Cegos – IBSA encontrou para efetivar ou não a participação de pessoas com deficiência visual em competições oficiais. Este conceito tem sido adotado também Confederação Brasileira de Desportos para Cegos ou Confederação Brasileira de Desportos de Deficientes Visuais, como é chamada hoje (ABRANTES; LUZ; BARRETO, 2006).

Desse modo, a deficiência visual é algo que não incapacita as pessoas de terem uma vida normal, mas exige adaptações que devem ser aprimoradas para que a pessoas com deficiência possa ter sua individualidade assegurada e podem participar ativamente da sociedade. Além disso, é importante destacar que ao assumir um papel atuante na sociedade as pessoas com deficiência visual melhoram sua qualidade de vida e podendo expressar sua opinião de diferentes formas.

2.2 SAÚDE DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA VISUAL

De acordo com Rebouças *et al.* (2016, p.72), qualidade de vida:

É um conceito amplo e complexo, sendo norteador não só pela saúde física, mas pelo estado psicológico, nível de independência, relações sociais e fatores ambientais. Todos estes fatores pertencentes à qualidade de vida, estão intimamente ligados com a saúde do indivíduo, pois trata-se da forma como este percebe sua posição na vida e nos mais diversos contextos culturais e sociais, relacionados aos seus objetivos, expectativas, padrões e percepções.

A pessoa com deficiência visual pode ser afetada em muitos aspectos de sua vida. Silva *et al.* (2014, p.291), afirmam que

A saúde da pessoa com deficiência visual é afetada em todos os seus aspectos, o que gera déficits em sua qualidade de vida. Das atividades básicas e instrumentais de vida diária, como fatores limitantes para a pessoa com deficiência visual, sendo algumas delas: vestir-se, tomar banho, ir ao banco ou supermercado. Há limitações nas atividades sociais, sejam de lazer ou trabalho, juntamente com as individuais, como os fatores físicos e socioambientais, sendo, barreiras arquitetônicas e atitudinais.

Nesse sentido, é de suma importância que sejam implantadas políticas públicas voltadas para a pessoa com deficiência visual, para que estas possam ter uma vida “normal”, dentro de suas especificidades e com qualidade de vida. Assim, a prática de uma atividade física por estas pessoas se configura como uma forma de independência. Além disso, praticar um esporte faz com que tenham oportunidade de conhecer pessoas com a mesma condição, favorecendo a interação e melhorando a saúde.

2.3 ATLETISMO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

Segundo Gorla *et al.*, (2017) nos últimos anos o desporto paralímpico evoluiu de modo significativo, considerando os resultados positivos alcançados por pessoas com deficiência. Esse crescimento aconteceu tanto nas modalidades individuais, quanto nas coletivas, melhorando o desempenho e a técnica. A prática de esportes por pessoas com deficiência exige recursos para que estas tenham uma condição mínima e possam realizá-lo em seus distintos níveis.

A classificação da IBSA– *International Blind Sports Federation. Athletics* (Federação Internacional de Desportos para Cegos) para as provas de atletismo é muito utilizada, porém não é a mesma adotada pelo Comitê Paralímpico Internacional nas provas de atletismo regidas por ele. Neste, “as classes vão de T11-T13 e F11-F13, seguindo os mesmos princípios de B1-B3, sendo o “T” vindo do

inglês *track* e o “F” de *field*, ou seja, designação para provas de pista e campo respectivamente” (VERÍSSIMO; RAVACHE, 2006, p.32).

Ravensbergen, Mann e Kamper (2016) realizaram um estudo a respeito das modalidades que podem ser disputadas por pessoas com deficiência visual, onde constataram que a atual classificação não é suficiente para designar todas as modalidades, uma vez que não atende as suas demandas. Os autores concordaram com a ideia que a avaliação da acuidade visual e campo visual são insuficientes para estabelecer a qual classe esportiva o atleta pode participar. Para os autores os critérios que podem ser utilizados neste caso são: “1º Sensibilidade ao contraste, 2º Acuidade visual dinâmica e/ou campo e 3º Sensibilidade à luz” RAVENSBERGEN; MANN; KAMPER, 2016, p.1).

Nesta perspectiva, Oliveira Filho *et al.* (2007, p.256) destaca que:

Apesar de o Comitê estar sempre em evolução com relação à classificação esportiva, sendo que para as deficiências, exceto a visual, houve uma evolução de padrões médicos para uma perspectiva de análise do movimento, ou seja, para a classificação esportiva funcional, as medidas adotadas para a deficiência visual continuam as mesmas. O atual sistema de classificação não leva em consideração a funcionalidade da capacidade visual durante a competição, sendo ela, baseada de forma única e exclusiva pelos parâmetros médicos.

O sistema de classificação tem como objetivo, de acordo com Marques, Gutierrez e Almeida (2012, 515):

Garantir a legitimidade das competições e seus resultados, ou seja, deve garantir que o nível de treinamento, condição física, habilidades e motivações sejam os fatores decisivos para os resultados alcançados e não o grau ou tipo de deficiência, pois estes fatores poderiam gerar desigualdades em seus respectivos desempenhos esportivos. É por meio deste sistema que há o estabelecimento dos sujeitos elegíveis para as competições. Entende-se por elegível, a pessoa que de fato possua alguma deficiência que a qualifique para o esporte paralímpico.

O atletismo é o esporte mais praticado nos setenta países filiados à Federação Internacional de Desportos para Cegos (IBSA). Isso acontece devido ao fácil acesso a esta modalidade esportiva, assim como “a naturalidade dos movimentos, pois correr, saltar, lançar e arremessar são atividades ligadas à sobrevivência do homem” (VERÍSSIMO; RAVACHE, 2006, p.33). Então, pode-se dizer que o atletismo para as pessoas com deficiência visual abarcar praticamente todas as provas, “compostas oficialmente nas regras da Associação Internacional de Federações de Atletismo (IAAF), exceto salto com vara, lançamento de martelo,

corrida com barreiras e obstáculos. Sendo que os atletas precisam passar por critérios de elegibilidade” (IDEM, 2006, p.33).

Ainda tendo como base Veríssimo e Ravache (2006), o atletismo é uma modalidade que cresceu devido ao desempenho dos atletas, com a conquista de doze das dezesseis medalhas, pelos atletas com deficiência visual, nos jogos de Atenas em 2004. Das doze medalhas, duas foram de ouro, seis de prata e quatro de bronze, destacando o desempenho da velocista Ádria Santos, considerada a maior medalhista feminina cega da história paralímpica brasileira. Ela é especialista nos 100, 200 e 400 metros rasos.

Felipetto *et al.* (2013, p. 4474) ressalta que:

As provas praticadas pelas pessoas com deficiência visual no atletismo são as corridas de velocidades (100, 200 e 400m), também denominadas de corrida rasa, corridas de meio fundo (800 e 1.500m), corridas de fundo (5.000 e 10.000m), corridas de revezamento (4x100 e 4x400 metros), corridas de pedestrianismo (provas de rua e maratona), saltos (triplo, distância e altura), arremesso de peso, lançamentos (dardo e disco) e provas combinadas (*pentathlon* – disco, peso, 100, 1500 e distância).

Segundo a Federação Internacional de Desportos para Cegos - IBSA (2017) e a Associação Internacional de Federações de Atletismo (IAAF), as classes visuais reconhecidas são as seguintes:

- A letra “B” refere-se ao termo *blind*, que significa cego.
- B1 - De nenhuma percepção luminosa em ambos os olhos a percepção de luz, mas com incapacidade de reconhecer o formato de uma mão a qualquer distância ou direção.
- B2 - Da capacidade em reconhecer a forma de uma mão acuidade visual de 2/60 e/ou campo visual inferior a cinco graus.
- B3 - Da acuidade visual de 2/60 à acuidade visual de 6/60 e/ou campo visual de mais de cinco graus e menos de 20 graus (PEREZ, 2008, p.16)

Desse modo, modificações são necessárias no que diz respeito às instalações usadas para a prática do atletismo. Estas alterações visam regulamentar e assistir as classes mais graves que necessitam de auxílio de guias ou informações auditivas para as provas de campo, por exemplo. Para a Federação, essas pequenas modificações propiciam que o desempenho nas provas seja mais possibilitam o desempenho de uma competição mais verdadeira.

Para participarem de corridas de rua as pessoas com deficiência visual necessitam de um guia conforme estabelecido pela IBSA - Federação Internacional

de Desportos para Cegos. Nesta perspectiva, Perez (2008, p.19-20) chama atenção para a responsabilidade dos guias:

Sendo designado a eles o papel de orientar o atleta conduzindo-o ao longo de seu trajeto, dando as devidas noções de espaço, bem como orientação sobre os obstáculos, como os buracos, lombadas, pessoas ou quaisquer outros eventos que venham a interferir no andamento da prova. É importante que o atleta-guia (como é chamado o guia de atletas com deficiência visual), e o atleta-cego estejam lado a lado.

Tendo como base as normas estabelecidas pelo Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB, 2020) para a participação de atletas com deficiência visual em corridas de rua, destaca-se

Os atletas da classe T11 (deficiência visual total – cego) devem ter de forma obrigatória o uso de um atleta-guia. Já na classe T12 (baixa visão), o uso é opcional, porém, aqueles classificados como T13 (baixa visão), deverão competir nas mesmas regras do atleta regular, sendo este princípio seguido por aqueles corredores classificados como T12 que optarem por correr sem o auxílio do atleta-guia. A forma de condução usada atualmente nas competições, acontece por meio de uma corda, que liga ambos os atletas através dos braços, mãos ou dedos, sendo o local, conforme preferência da dupla. Durante a competição é vetado que o atleta-guia empurre ou puxe o atleta-cego. Para fins de identificação, a organização da corrida deverá fornecer ao atleta-guia um colete de cor laranja (Perez, 2008, p.20).

Assim, as atividades para pessoas com deficiência devem ser desenvolvidas de acordo com a especificidade de cada modalidade do atletismo, ou seja, possuem objetivos específicos como força muscular, agilidade, resistência física e aperfeiçoamento técnico. Para tanto, o atletismo para pessoas com deficiência tem como finalidade propiciar aos seus praticantes benefícios em sua saúde, abrangendo os aspectos sociais, psicológicos e físicos.

É inegável que as evoluções, tanto tecnológicas quanto de implementos de materiais simples, possibilitam que o atletismo tenha um maior crescimento, pois as pessoas buscam desenvolver-se de modo efetivo em suas atividades cotidianas e o esporte colabora para esta evolução. Portanto, a prática do atletismo proporciona aos deficientes visuais vivenciar, experimentar, crescer e viver sua vida social de forma digna, com qualidade de vida, prevenindo doenças secundárias causadas pela inatividade física, que por sua vez estão diretamente ligadas à saúde.

2.4 ACESSIBILIDADE E TIPOS DE BARREIRAS

A acessibilidade é um assunto muito discutido na atualidade, pois trata-se de um dos pontos centrais para o pleno exercício da cidadania pelas pessoas com deficiência. Ainda são muitas as dificuldades encontradas pelas pessoas com deficiência, como por exemplo: transportes públicos, locomoção urbana, etc. Estas pessoas deixam de seu direito de ir e vir, refletindo na falta de participação em setores como educação, transporte e lazer.

É importante destacar que a acessibilidade não significa somente entrar em um ambiente, mas de ter o direito de participar ativamente da sociedade, ou seja, trata-se de uma questão de cidadania e inclusão. Para que estes problemas sejam solucionados, faz-se necessário que sejam adotadas medidas políticas e legislativas que propiciem aos deficientes a capacidade de uma vida normal.

2.4.1 Conceito de acessibilidade

De acordo com a Lei Nº 13.146 de 6 de julho de 2015 acessibilidade é:

A possibilidade e condição de alcance para utilização, com segurança e autonomia, de espaços, mobiliários, equipamentos urbanos, edificações, transportes, informação e comunicação, inclusive seus sistemas e tecnologias, bem como de outros serviços e instalações abertos ao público, de uso público ou privados de uso coletivo, tanto na zona urbana como na rural, por pessoa com deficiência ou com mobilidade reduzida.

Os tipos de acessibilidade garantidos pela lei acima dizem respeito à acessibilidade arquitetônica, ou seja, edifícios e demais equipamentos urbanos; Comunicacional, que vão desde o contato interpessoal até os veículos de mídia; Metodológicos, referentes ao método escolar, profissional, social, cultural e artístico; Instrumental, sendo os instrumentos ou ferramentas utilizadas no cotidiano escolar, profissional, comunitário, turístico ou esportivo; Programática, sendo as barreiras invisíveis em políticas públicas, leis, decretos; Atitudinal, contemplando o preconceito, paradigmas e estereótipos.

2.4.2 Tipos de barreiras

A Lei nº 13.146 de 6 de julho de 2015 que estabelece a Inclusão da Pessoa com Deficiência, presente no estatuto da pessoa com deficiência, apresenta como

barreiras toda e qualquer situação de entrave, obstáculo, atitude ou comportamento limitante ou que impeça a participação social da pessoa. Além disso, considera como barreira o exercício de seus direitos à acessibilidade, à liberdade de movimento e de expressão, liberdade de comunicação, acesso à informação, à compreensão, à circulação com segurança, entre outros aspectos, classificados como:

- Barreiras urbanísticas: encontradas nas vias e nos espaços públicos e privados abertos ao público ou de uso coletivo;
- Barreiras arquitetônicas: existentes em edifícios públicos e privados;
- Barreiras nos transportes: encontradas no sistema e meios de transporte;
- Barreiras comunicacionais e na informação: qualquer obstáculo, entrave, atitude ou comportamento que resulte em uma dificuldade ou impossibilidade de expressão ou recebimento de mensagens e de informações por intermédio de sistemas e tecnologia de comunicação e informação respectivamente;
- Barreiras atitudinais: situações em que outras pessoas, por suas atitudes ou comportamentos, impossibilitem ou afetem de alguma forma, a participação social da pessoa com deficiência em igualdade de oportunidade e condições com as outras pessoas;
- Barreiras tecnológicas: aquelas encontradas nas tecnologias existentes, como a dificuldade ou impedimento de acesso pelas pessoas com deficiência (BRASIL, 2015, s/p).

Torres, Mazzoni e Melo (2007) destacam que as pessoas com deficiência enfrentam muitas dificuldades em seu dia-a-dia, no desenvolvimento de suas atividades cotidianas e no exercício do direito e dever da participação social. Há uma percepção subjetiva para diferentes acontecimentos, ou seja, o que é dificuldade para um, pode não ser para outro. Porém, muitas das pessoas com deficiência conseguem transpor as barreiras importas pela sua condição, tendo acesso à informação e comunicação. Estas são ações de mérito do indivíduo, alcançados, impreterivelmente, pelos seus esforços próprios.

2.5 Barreiras para a prática esportiva de pessoas com deficiência visual

O atletismo é um esporte relativamente fácil de ser praticado, uma vez que se trata de uma modalidade que não exige habilidades específicas para sua participação. Porém, por mais facilidades que tenha não está livre de dificuldade. De acordo com Machado *et al.* (2015, p.33), os fatores que dificultam a prática de atividades físicas pelas pessoas com deficiência visual:

São as barreiras arquitetônicas, a falta de capacidade de profissionais, a falta de informações para as pessoas com deficiência e para seus familiares. O estudo citado anteriormente, feito em uma escola, identificou que as barreiras para a falta de prática abrangem os espaços físicos, além de barreiras sociais, sendo este, um processo de inclusão/exclusão de determinados grupos e por fim, a própria deficiência enquanto fator limitador.

Nesse seguimento Carvalho *et al.* (1996, p.79) destacam que:

Os maiores limitantes ao acesso de pessoas com deficiência ao esporte em nosso país, são os mesmos enfrentados pela comunidade Europeia e grande parte dos países, dentre esses fatores limitantes, estão as barreiras arquitetônicas, acessibilidade e mobilidade junto aos equipamentos e instalações esportivas, o transporte, a falta de profissionais qualificados e de meios de comunicação social, falta de investimentos e com o acréscimo de um ponto importante, poucos eventos desportivos, ou seja, a falta de propagação de conteúdo, de conhecimento, desencadeando em menor abrangência populacional.

Alves e Duarte (2005) ressaltam que a maior parte da exclusão das pessoas com deficiência começa na escola, nas aulas de educação física, pois os docentes não possuem preparação profissional qualificada, sentem-se despreparados e incapazes de articular a inclusão desses alunos. Desse modo, a solução seria estimular os profissionais de educação para que se capacitem, inovem sua metodologia de ensino com ações que possam efetivar a participação de todos os alunos, deficientes ou não. Para os autores, uma das possíveis barreiras está no currículo e com as atividades propostas nas aulas, uma vez que a prática do basquetebol, futebol, voleibol não devem ser deixadas de lado pelos professores para alunos com deficiência, mas sim adaptadas de acordo com as especificidades de cada indivíduo.

Morgado *et al.* (2013, p.379) afirmam que as barreiras e os facilitadores percebidos pelas pessoas com cegueira congênita para a prática de atividade física, são de cunho social, ambiental e pessoal:

A barreira social sendo a superproteção da família e despreparo do professor de educação física; A barreira ambiental referente a infraestrutura limitada nos centros de atividade física e por fim, a barreira pessoal, sendo as dificuldades na habilidade espacial e coordenação motora e o sentimento de exclusão das aulas de educação física.

Sob este enfoque, pode-se dizer que as dificuldades ambientais ou urbanísticas interferem de forma direta quando uma pessoa com deficiência pensa

em iniciar a prática de alguma atividade física. Há carência de políticas públicas voltadas para a acessibilidade dos cidadãos. Para que este quadro seja revertido, é necessário que os governantes cumpram a lei que estabelece igualdade a educação, saúde e trabalho, favorecendo o pleno exercício da cidadania. No caso dos deficientes visuais falta sinalização “tanto tátil quanto visual, disposição dos pisos podotáteis, em locais destinados à prática esportiva, que se apresentam de forma irregular, impossibilitando ainda mais a prática pelas pessoas com deficiências e dentre elas, as que possuem deficiência visual” (MORGADO *et al.*, 2013, p.380).

Além dos obstáculos para a realização de atividades físicas por pessoas com deficiência visual por parte de vários fatores, acredita-se que uma destas barreiras é a falta de conhecimento por parte das pessoas que elaboram as políticas públicas voltas para a inclusão. Faz-se necessário um estudo de quais barreiras impedem a as pessoas com deficiência de exercerem de forma plena seu direito de ir e vir.

Assim, o atletismo se configura como uma modalidade fácil de ser praticada, mas que merece atenção para que realmente as pessoas com deficiência visual possam praticá-lo. Isso pode acontecer com o cumprimento de leis que asseguram a estas pessoas sua vivência plena, incentivando inúmeras potencialidades que o esporte pode trazer na vida de uma pessoa com deficiência, o investimento em pequenas assistências e a mudança de comportamentos, vistos como culturais, servirão de alicerce para que ainda mais evoluções ocorressem no âmbito esportivo da pessoa com deficiência visual.

3 METODOLOGIA

O presente trabalho foi desenvolvido em caráter bibliográfico, onde a metodologia aplicada na construção do mesmo teve como base a pesquisa qualitativa e descritiva. Qualitativa, uma vez que foi desenvolvido em observações retiradas diretamente do estudo de pessoas, lugares ou processos com os quais o pesquisador busca uma interação direta no sentido de compreender os fenômenos estudados. Descritiva, pois teve o intuito de identificar, relatar, observar os fatos, registrar e interpretá-los, sem interferir no processo.

Nesse sentido, Richardson (1999) afirma que os estudos que utilizam a metodologia qualitativa conseguem fazer uma descrição mais aprofundada de um determinado problema, pois analisam a interação de certas variáveis, compreendendo e classificando processos dinâmicos vivenciados. A pesquisa qualitativa tem como foco a experiência das pessoas e a significação com relação a eventos, processos e estruturas inseridos em cenários sociais.

Outro fator a se considerar no enfoque qualitativo diz respeito ao pesquisador, pois este é o instrumento-chave e o ambiente é considerado fonte direta dos dados e não requerer o uso de técnicas e métodos estatísticos. Também possui caráter descritivo, uma vez que sua base não está na abordagem, mas sim no processo e seu significado, ou seja, o principal objetivo é a interpretação do fenômeno objeto de estudo (SILVA; MENEZES, 2005).

Sob este enfoque pode-se dizer que a finalidade da presente pesquisa consiste na descrição, uma vez que a pesquisa descritiva tem como objetivo identificar a relação entre variáveis e “focam-se não somente na descoberta, mas também, na análise dos fatos, descrevendo-os, classificando-os e interpretando-os. Trata-se, portanto de uma análise aprofundada da realidade pesquisada” (RUDIO, 1985, p.46). Desse modo, os fundamentos teóricos da pesquisa descritiva são concebidos após a análise de dados empíricos, sendo aprimorados posteriormente.

Nesse sentido, o presente trabalho de pesquisa teve como finalidade realizar uma discussão, com base bibliográfica, sobre as formas que os indivíduos com deficiência visual podem praticar esportes, especialmente o atletismo. Constatou-se que há inúmeros benefícios proporcionados por esta prática, além de proporcionar uma vida saudável, interação social e auxiliar no desenvolvimento global da pessoa com deficiência visual.

4 DISCUSSÃO

Com a conclusão deste estudo de caráter bibliográfico e com base em autores pesquisados, pode-se compreender a importância da prática do atletismo para pessoas com deficiência visual, uma vez que ela contribui de modo efetivo para a melhoria da questão psicológica e fisiológica, da autoestima, da motivação, da inclusão social e, inclusive, da aceitação das próprias limitações. Sob este enfoque, Melo e López (2002), destacam que a prática de esporte por pessoas com deficiência, propicia a superação de limites potencialidades, auxiliando na prevenção de doenças secundárias à deficiência, promovendo a interação social dos indivíduos.

A Associação Desportiva para Deficientes (2001), ressalta que o esporte ajuda na reabilitação da pessoa com deficiência, uma vez que promove o bem-estar físico e psicológico, tornando a pessoa mais autoconfiante, melhorando sua autoestima, fazendo-a sentir-se mais otimista e segura, alcançando seus objetivos. Nesse sentido, é importante destacar que o esporte adaptado melhora desde o bem-estar físico e psicológico, proporcionando uma melhora significativa na autoestima, elevando, assim, as possibilidades de sucesso.

Nesse seguimento, Itani (2004) destaca que “o esporte adaptado proporciona benefícios fisiológicos, porém, o principal benefício está relacionado com o restabelecimento da autoestima, assim como com a diminuição da depressão”. Pode-se dizer, desse modo, que ao conhecer os próprios sentimentos e opiniões, uma vez que em muitos casos a pessoa com deficiência tem dificuldade em expressar, devido à superproteção de suas famílias, amigos e sociedade. A descoberta do esporte adaptado fez com que as pessoas se sentissem mais motivadas, com autoconfiança para conquistar o que desejam, aumentando seu amor-próprio.

Outro fator essencial na prática de esporte é a motivação, pois esta encontra-se no interior de cada ser humano, ligada ao desejo de realizar alguma coisa. De acordo com Bergamini *et al.* (1997), a motivação trata-se de “um processo responsável pela direção, intensidade e persistência dos esforços de uma pessoa para que alcance determinada meta”. É evidente que para a realização das ações o indivíduo depende de fatores internos, ou seja, da própria vontade do indivíduo, e

fatores externos, que independem dele como, por exemplo, as recompensas sociais e sinais de sucesso.

Neste mesmo enfoque, Samulski (2002, p.81), aponta que a motivação para a prática esportiva “depende da interação entre a personalidade (expectativas, motivos, necessidades, interesses) e fatores do meio ambiente, como facilidades, tarefas atraentes, desafios e influências sociais”. Sob esta lógica, considera-se que esporte adaptado contribui de modo efetivo para a inclusão social, pois se molda para atender as necessidades da pessoa com deficiência, porém é notável que mesmo que a sociedade tenha melhorado, está longe de ser uma sociedade inclusiva.

Amiralian (2004, p.15), chama atenção para o fato de que as pessoas com deficiência visual:

Apresentam conflitos, sentimentos e mecanismos que fazem parte de sua personalidade. Um dos conflitos que se estabelece é a dependência/independência, diante da constatação da necessidade do apoio de alguém, em ações consideradas comuns, como atravessar uma rua.

Esta necessidade se dá em decorrência da à falta de acessibilidade nas cidades, uma vez que as vias públicas não oferecem segurança e autonomia às pessoas com deficiência visual. Assim, com a prática do esporte adaptado há um melhor domínio no aspecto motor, afetivo, social e cultural, que são alguns dos requisitos necessários para que o deficiente visual consiga superar este conflito. Além disso, Amiralian (1997) destaca outro fator fundamental, que diz respeito à aceitação/negação da deficiência visual. Com base na autora, a pessoa com deficiência visual precisa “definir seu lugar no mundo, assumindo sua deficiência visual e todas as limitações desta, ou negá-la com a crença de que se conseguir se igualar ao vidente conseguirá a aceitação social” (AMIRALIAN, 2004, p.15).

Dessa forma, “optar pelo mundo dos cegos é aceitar ser diferente, é aceitar as dificuldades inerentes ao fato de ser cegos num mundo de videntes, é aceitar as limitações implícitas à deficiência além daquelas inerentes ao ser humano (AMIRALIAN, 2004, p.17). Assim, na prática esportiva o deficiente consegue vivenciar o significado da superação de limites e confirmar que é capaz de conquistar e viver esse prazer.

No que diz respeito à superação das dificuldades impostas pela deficiência visual, Amiralian (2004, p.18) destaca que “o sentimento de solidão e isolamento muitas vezes vem relacionado com a aceitação, onde a pessoa com deficiência visual tem a sensação de que a afinidade com o outro é sempre perturbada pela diferença”. A maioria das pessoas com deficiência visual acreditam que para serem aceitas e amadas, devem seguir os padrões considerados “normais”, anulando-se perante a sociedade, com comportamentos que presumem ser os desejados pelos demais. Assim, pode-se afirmar que a prática do esporte adaptado faz com que o deficiente supere este sentimento, com liberdade e autonomia, sendo capaz de realizar uma expansão pessoal, com criatividade esse tornando um sujeito integrante da sociedade.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a conclusão deste estudo, pode-se constatar que as pessoas com deficiência visual enfrentam muitos obstáculos para praticar esportes. Além das dificuldades que encontram no dia a dia para se locomover, fazer compras, etc., há a barreira da insegurança pela falta acessibilidade. A promoção da saúde e do bem-estar das pessoas com deficiência é um fator de saúde pública, uma vez que a prática de atividades físicas é fundamental para a efetivação de interações sociais positivas, estabelecendo conexões emocionais e troca de experiências entre deficientes visuais.

Nesse sentido, as barreiras vão além do esporte, pois a implementação de políticas públicas que atendem as necessidades destas pessoas é algo urgente. Mesmo com os avanços tecnológicos há falta de informação e dificuldade de se estabelecer como cidadão com seus direitos de ir e vir assegurados. As barreiras arquitetônicas e nos transportes são as mais relevantes para a rotina cotidiana dos deficientes visuais.

Para que estes possam viver de forma plena, ter uma vida saudável e interagir na sociedade devem ser realizadas modificações que atendam as especificidades de cada sujeito com deficiência. É evidente que os desafios sempre surgirão, porém a prática de atletismo deve propiciar autonomia e a inclusão social para que os deficientes visuais tenham uma melhor qualidade de vida. Portanto, para superar as barreiras que impedem a prática deste esporte por deficientes visuais, políticas públicas precisam ser elaboradas por pessoas que realmente entendam o cotidiano da pessoa com deficiência, para que estas possam ter uma vida social, praticar esportes e ter uma qualidade de vida assim como qualquer pessoa.

Com a efetivação deste estudo, concluiu-se que a prática do atletismo exige auxílio e adaptação, fato que acaba dificultando a independência em relação ao exercício. Assim, a prática de atividade física é um desafio para todos os deficientes, pois precisam estar motivados e buscar o êxito e progredindo a cada dia através de seus esforços, resultando em algo positivo que proporciona a pessoa prazer e qualidade de vida e saúde.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, G. M.; LUZ, L. M. R.; BARRETO, M. M. **Natação paraolímpica: Manual de Orientação para Professores de Educação Física**. Brasília: Comitê Paralímpico Brasileiro, 2006. Disponível em: <http://docplayer.com.br/26532064-Manual-de-orientacao-para-professores-de-educacaofisicanatacaoparaolimpica.html>. Acesso em 04 de fevereiro de 2022.

ALVES, M. L. T.; DUARTE, E. **A inclusão do deficiente visual nas aulas de educação física escolar: impedimentos e oportunidades**. Acta Scientiarum. Human and Social Sciences. Maringá, v. 27, n. 2, 2005. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/b0b9/c9aff82dba711345ac2e97d150ed9f79bdd7.pdf>. Acesso em 04 de fevereiro de 2022.

AMIRALIAN, M. L. T. M. **Sou cego ou enxergo?** As questões da baixa visão. Educar em Revista, Curitiba, PR: [s.n.], n. 23, p. 15-28, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/er/a/zrbZkRsyxJTVdv4BgXP8zVw/?lang=pt&format=pdf#:~:tex t=Se%20minhas%20a%C3%A7%C3%B5es%20forem%20aprovadas,sou%20capaz %20de%20entender%20meus>. Acesso em 25 de julho de 2022.

BOAS, L. L. V.; FERREIRA, S. P. A. **O papel da estimulação precoce e da escolarização na constituição do sujeito-leitor cego: um estudo de caso**. Revista Linguagem & Ensino, Pelotas, v. 13, n. 2, 2010. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/rle/article/view/15371>. Acesso em 26 de janeiro de 2022.

BERGAMINI, Cecilia Whitaker *et al.* **Motivação**. 3. ed. [S.l.: s.n.], 1997. Disponível em: <https://nc400.files.wordpress.com/2012/02/bergamini-1997-motivac3a7c3a3o.pdf>. Acesso em 25 de julho de 2022.

BRASIL. **Lei Nº 13.146 de 6 de julho de 2015**. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Presidência da República, Secretaria-Geral, Subchefia para Assuntos Jurídicos. Brasília, 6 de julho de 2015. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em 06 de fevereiro de 2022.

_____. **Associação Desportiva para Deficientes**. Esporte adaptado. Elaborado em: 2001. Disponível em: <<http://www.add.org.br>>. Acesso em: 24 abr. 2007. Acesso em 25 de julho de 2022.

_____. **Decreto 3.298/99 de 20 de Dezembro de 1999**. Regulamenta a Lei no 7.853, de 24 de outubro de 1989, dispõe sobre a Política Nacional para a Integração da Pessoa Portadora de Deficiência, consolida as normas de proteção, e dá outras providências. Presidência da República, Casa Civil, Subchefia para Assuntos Jurídicos. Brasília, 20 de dezembro de 1999. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d3298.htm. Acesso em 25 de janeiro de 2022.

_____. **Normas para participação de atletas com deficiência em corridas de rua.** CPB - Comitê Paralímpico Brasileiro. Disponível em: < http://www.cbat.org.br/normas/norma07_anexoii.pdf>. Acesso em: 07 de fevereiro de 2022.

CARVALHO, T.; NÓBREGA, A. C. L.; LAZZOLI, J. K.; MAGNI, J. R. T.; REZENDE, L.; DRUMMOND, F. A.; OLIVEIRA, M. A. B.; ROSE, E. H.; ARAÚJO, C. G. S.; TEIXEIRA, J. A. C. **Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo, v. 2, n. 4, 1996. Disponível em <http://www.medicinadoesporte.org.br/wp-content/uploads/2020/01/atividade-fisicaesaude.pdf>. Acesso em 12 de março de 2022.

FELIPETTO, H. S.; ELIAS, A. R.; CARVALHO, L. F. D.; DUARTE, E.; ALMEIDA, J. G. **Sistema de auxílio à navegação com monitoramento e orientação remota adaptado para o treinamento de atletas cegos em pista de atletismo.** In: XVI Simpósio Brasileiro de Sensoriamento Remoto – SBSR, 16, 2013, Foz do Iguaçu, PR. Anais do XVI Simpósio Brasileiro de Sensoriamento Remoto – SBSR. Foz do Iguaçu, 2013. Disponível em: http://estatico.cnpq.br/portal/premios/2012/pjc/pdf/premiados/est_superior_2_henrique_santos_felipetto.pdf. Acesso em 04 de abril de 2022.

GORLA, J. I.; SILVA, A. A. C.; CAMPOS, L. F. C. C.; SANTOS, C. F.; ALMEIDA, J. J. G.; DUARTE, E.; QUEIROGA, M. R. **Composição corporal e perfil somatotípico de atletas da seleção brasileira de futebol de 5.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v. 39, n. 1, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbce/v39n1/0101-3289-rbce-39-01-0079.pdf>. Acesso em 05 de março de 2022.

IBSA – International Blind Sports Federation. Athletics - General information. Disponível em: < <http://www.ibsasport.org/sports/athletics/>>. Acesso em: 03 de abril de 2022.

ITANI, D. E. **Esporte adaptado construído a partir das possibilidades:** handebol adaptado. Revista Digital Buenos Aires, Ano 10, n. 72, maio 2004. Disponível em:<<http://www.efdesportes.com/>>. Acesso em 25 de julho de 2022.

MACHADO, R. R.; PALMA, L. E.; MANTA, S. W.; LEHNHAR, G. R. **Um diagnóstico sobre a prática de atividades físicas por pessoas com deficiência visual.** Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Campinas, v. 13, n. 4, 2015. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8643432>. Acesso em: 04 de fevereiro de 2022.

MELO, A. C. R.; LÓPEZ, R. F. A. **O esporte adaptado.** Revista Digital Buenos Aires, ano 8, n. 51, ago. 2002. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd51/esporte.htm>. Acesso em 24 de julho de 2022.

MORGADO, F. F. R.; CAMPANA, A. N. N. B.; MORGADO, J. J. M.; FORTES, L. S.; TAVARES, M. C. G. C. F. **Facilitadores e barreiras percebidos por pessoas com**

cegueira congênita para a prática de atividade física. Revista Brasileira de Educação Especial. Marília, v. 19, n. 3, p. 379-394, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141365382013000300006&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em 01 de março de 2022.

NUNES, S. S.; LOMÔNACO, J. F. B. **Desenvolvimento de conceitos em cegos congênitos: caminhos de aquisição do conhecimento.** Revista semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional, São Paulo, v. 12, n. 1, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S14135572008000100009&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em 01 de março de 2022.

OLIVEIRA FILHO, C. W.; ALMEIDA, J. J. G.; VITAL, R.; CARVALHO, K. M. M.; MARTINS, L. E. B. **A variação da acuidade visual durante esforços físicos em atletas com baixa visão, participantes de seleção brasileira de atletismo.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo, v. 13, n. 4, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S151786922007000400009&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em 01 de março de 2022.

PEREZ, F. C. **Guias de atletas com deficiência visual:** Estudo exploratório de motivações presentes nesta relação. 2008. Dissertação de Mestrado – (Mestrado em Distúrbios do Desenvolvimento) – Programa de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento. Universidade Presbiteriana Mackenzie. São Paulo, 2008. Disponível em: <http://tede.mackenzie.br/jspui/bitstream/tede/1707/1/Francisco%20Conejero%20Perez.pdf>. Acesso em 01 de fevereiro de 2022.

RAVENSBERGEN, H. J. C.; MANN, D. L.; KAMPER, S. J. **Expert consensus statement to guide the evidence-based classification of Paralympic athletes with vision impairment: a Delphi study.** British Journal of Sports Medicine. Austrália, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26892979/>. Acesso em 07 de abril de 2022.

REBOUÇAS, C. B. A.; ARAÚJO, M. M.; BRAGA, F. C.; FERNANDES, G. T. ; COSTA, S. C. Avaliação da qualidade de vida de deficientes visuais. Revista Brasileira de Enfermagem. Brasília, v. 69, n. 1, 2016. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672016000100072&lng=pt. Acesso em 03 de março de 2022.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social:** métodos e técnicas. São Paulo: Atlas, 1999.

RUDIO, F. V. **Introdução ao projeto de pesquisa científica.** 9. ed. Petrópolis: Vozes, 1985.

SÁ, E. D.; CAMPOS, I. M.; SILVA, M. B. C. **Atendimento educacional especializado em deficiência visual.** Curitiba: Cromos, 2007.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte.** São Paulo: Manole, 2002.

SILVA, M. R.; NOBRE, M. I. R. S.; CARVALHO, K. M.; MONTILHA, R. C. I. **Visual impairment, rehabilitation and International Classification of Functioning, Disability and Health**. Revista Brasileira de Oftalmologia. Rio de Janeiro, v. 73, n. 5, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-72802014000500291&script=sci_abstract. Acesso em 14 de fevereiro de 2022.

SILVA, E. L.; MENEZES, E. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 4. ed. Florianópolis, 2005.

TORRES, E. F.; MAZZONI, A. A.; MELLO, A. G. **Nem toda pessoa cega lê em Braille nem toda pessoa surda se comunica em língua de sinais**. Revista Educação e Pesquisa. São Paulo, v. 33, n. 2, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ep/v33n2/a13v33n2>. Acesso em 03 de maio de 2022.

VERÍSSIMO, A. W.; RAVACHE, R. **Atletismo paralímpico: Manual de Orientação para Professores de Educação Física**. Brasília: Comitê Paralímpico Brasileiro, 2006. Disponível em: <https://www.cpb.org.br/upload/link/3dc7b3a0f3cb4e2e8d0b60000b547479.pdf>. Acesso em 19 de março de 2022.

XAVIER, Juliana. **Deficiência visual atinge cerca de 1,4 milhão de crianças no mundo**. Publicado com 14/06/2017. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/deficiencia-visual-atinge-cerca-de-14milhaodecriancas-no-mundo>. Acesso em 10 de fevereiro de 2022.