

Educação Física

## **O ESPORTE ADAPTADO COMO FORMA DE PROPORCIONAR INCLUSÃO SOCIAL E MELHOR QUALIDADE DE VIDA ÀS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA**

lara lavini vilas- boas - a)Graduanda do 10º período de Fisioterapia, Unilavras b) Orientadora:  
Nathália Maria Ferreira DEF/UFLA

Nathália Maria Resende - - Orientador(a)

### **Resumo**

O esporte adaptado é uma importante ferramenta de reabilitação física, psicológica e social para pessoas com algum tipo de deficiência, e consiste em adaptações e modificações em regras, materiais, locais para o desenvolvimento das atividades, possibilitando a participação dessas pessoas nas mais diversas modalidades esportivas. Entre os benefícios proporcionados pela prática paradesportiva, podemos citar o ganho de força, agilidade, equilíbrio, coordenação e grandes ganhos de independência e autoconfiança para realização das atividades de vida diária. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo inserir PcD no mundo esportivo, a partir de adaptações das práticas esportivas e corporais. Este estudo é uma pesquisa-participante na qual a equipe de desenvolvimento está ativamente envolvida com a realidade do público do projeto, e dessa forma, pesquisadores e pesquisados mantêm uma relação colaborativa e, ao mesmo tempo, vivenciam as atividades do projeto. Foi desenvolvida na Associação Conquista de Pessoas com Deficiência no município de Lavras-MG. Ao entrar em contato com a associação, devido à diversidade de deficiências, patologias, idades e graus de limitações observou-se a necessidade de elaborar uma ficha de avaliação com testes específicos que determinassem todas as limitações apresentadas pelo grupo, auxiliando assim na prescrição das atividades. A ficha foi desenvolvida, sendo ela dividida em etapas que constituem: anamnese, avaliação funcional, inspeção estática, inspeção dinâmica, habilidades motoras e orientação temporal. Ela foi aplicada em 42 integrantes da associação, sendo 23 do sexo feminino e 19 do sexo masculino. As principais deficiências encontradas foram Paralisia Cerebral, alterações intelectuais e Síndrome de Down. A partir, da aplicação dos testes específicos e de análise estatística ficou evidente que o grupo apresenta encurtamento muscular de cadeias posteriores, sobrepeso, fraqueza da musculatura abdominal, déficit de equilíbrio e não possuem orientação temporal. Sendo assim, esses resultados irão ajudar os monitores nos planejamentos das atividades, bem como aos direcionamentos para os principais pontos a serem trabalhados com intuito de promover melhora do condicionamento físico e conseqüentemente melhor qualidade de vida e uma maior adesão nas atividades físicas e práticas paradesportivas.

Palavras-Chave: esporte adaptado, inclusão, pessoa com deficiência.

Link do pitch: <https://www.youtube.com/watch?v=G2W2NLfXn50>