

# O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA CONGÊNITA NA CIDADE DE JUIZ DE FORA

CARLA BEATRIZ DA SILVA RAFAEL,  
MARIA ELISA CAPUTO FERREIRA  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA – JUIZ DE FORA – MG – BRASIL.  
E-mail: carla2003rafael@yahoo.com.br

## Introdução

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, Censo 2000), 14,5% da população brasileira são pessoas com deficiência. Isto equivale a 24 milhões de brasileiros com algum tipo de deficiência. Deste total, quase 500.000 pessoas são pessoas com deficiência física com ausência de membros ou a falta de parte dele.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), deficiência é uma anomalia de estrutura ou de aparência do corpo humano e do funcionamento de um órgão ou sistema, independentemente de sua causa, tratando-se em princípio de uma perturbação de tipo orgânico. Incapacidade são as conseqüências de uma deficiência no âmbito funcional e da atividade do indivíduo, representando desse modo uma perturbação no plano pessoal. Desvantagens são às limitações experimentadas pelo indivíduo em virtude da deficiência e da incapacidade, refletindo-se, portanto, nas relações do indivíduo com o meio, bem como em sua adaptação ao mesmo. (AMIRALIAN *et al*, 2000).

O Decreto 3.298/99 define a deficiência física como a 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, amputação ou ausência de membro, paralisia cerebral, membros com deformidade congênita ou adquirida, exceto as deformidades estéticas e as que não produzam dificuldades para o desempenho de funções.

A maioria das pessoas com deficiência física, encontram-se excluídas do convívio social devido a barreiras físicas, sociais, culturais e até mesmo pelo desconhecimento de sua real capacidade de superação impostas pela deficiência. Segundo Ferreira e Guimarães (2003), na atual sociedade, valorizam-se sobremaneira o que se convencionou como belo, novo, forte, útil e produtivo. Como as pessoas com deficiência não se enquadram no perfil de corpo perfeito, sofrem preconceitos e esteriótipos negativos, levando-as ao segregamento da plena participação da vida em sociedade.

Quando a pessoa com deficiência é excluída socialmente, cria-se uma condição de inferioridade física e de incapacidade produtiva, ficando bem claro os limites e possibilidades de realização afetiva, pessoal e profissional. Pode-se considerar este fenômeno cultural, mas não aceito. Segundo Geertz (1989), a cultura é o modo de vida global de uma sociedade, um legado social que o indivíduo adquire em seu grupo como forma de pensar, sentir e acreditar, resultando em seus comportamentos. A primeira manifestação corporal vem do corpo, sendo que o comportamento humano é sua ação simbólica.

Dessa forma, a atividade física na vida de pessoas com deficiência serve como um dos alicerces para sua ascensão nas relações sociais na qual estão inseridos e desejam ser bem sucedidos. Para Schilder (1999), o movimento traz ao sujeito um conjunto de novas sensações e percepções diferenciadas daquelas adquiridas em estado de repouso, as quais proporcionarão uma identidade corporal mais unificada.

A prática da atividade física é um dos elementos de grande importância no processo de inclusão social e construção de identidade da pessoa com deficiência. Tal intervenção pode ser desenvolvida com base no entendimento dos efeitos benéficos da prática esportiva, não só para a saúde física e mental das pessoas com deficiência, mas também como uma forma de evidenciar que a deficiência, embora limitadora, não é capaz de impedir que a pessoa com

deficiência possa desempenhar satisfatoriamente atividades nos mais diversos contextos sociais.

Os benefícios da atividade física vista como umas das ferramentas para melhorar a qualidade de vida das pessoas com deficiência envolvem aspectos pessoais e relacionais que oferecem indícios importantes dessa influência, refletindo no ambiente esportivo e nas situações sociais em geral, como família e comunidade. A prática do esporte além de fazê-los integrantes da sociedade, ajuda a quebrar barreiras contra o preconceito e a recuperar a auto-estima. A possibilidade de serem vistos de uma forma diferenciada estabelece um novo modelo integrativo, produto de um desempenho físico, o que propicia a pessoa com deficiência física a possibilidade de se ver em outro patamar.

Portanto, é de grande importância que as pessoas com deficiência pratiquem algum tipo de atividade física para que suas relações sociais sejam plenamente realizadas.

### **Objetivo**

Analisar o perfil dos portadores de deficiência física congênita, praticantes de atividade física, atendidos na Assessoria Especial de Apoio ao Deficiente da Prefeitura Municipal de Juiz de Fora/MG (AEPD).

### **Metodologia**

Neste estudo realizou uma pesquisa descritiva com ênfase quali-quantitativa.

A população encontrada foi de 91 pessoas portadoras de deficiência física com ausência de membros. Deste total, 50 pessoas se declaram serem portadoras de deficiência física adquirida e 41 afirmaram ser portadoras de deficiência física congênita, sendo que 18 pessoas com deficiência física congênita relataram ser praticantes de alguma modalidade de atividade física.

### **Amostra**

A amostra foi constituída por 18 deficientes físicos congênitos com ausência de membros de ambos os sexos com média de idade  $33 \pm 13,14$  anos, cadastrados na AEPD que declararam ser praticantes de atividade física pelo menos uma vez por semana.

### **Instrumento**

A pesquisa ocorreu durante o recadastramento de passe livre para o transporte urbano na Assessoria Especial de Apoio ao Deficiente da Prefeitura Municipal de Juiz de Fora/MG (AEPD). Foi aplicado um questionário estruturado, obtendo-se os seguintes dados: nome, idade, sexo, quadro clínico (falta de qual membro, uso de equipamento auxiliar) e atividade física praticada (modalidade e frequência semanal).

A coleta de dados foi realizada por bolsistas do Projeto INCLUIR da Universidade Federal de Juiz de fora (UFJF) e os próprios autores, previamente treinados.

### **Análise dos dados**

Os dados foram analisados de forma descritiva e com tratamento estatístico, no qual foi utilizado o *software SPSS 17.0*.

### **Resultados**

Ao analisar os dados, verifica-se que os praticantes de atividade física são na sua maioria do gênero masculino, representando 62,5% da sua população, sendo que 37,5% representam a população do gênero feminino demonstrada na tabela 1. Apesar de a diferença ser significativa, pode-se perceber que ambos os gêneros estão inseridos na prática da atividade física, sendo este um dos elementos importantes nas relações sociais.

### **Tabela 1 – Gênero**

Gênero	Frequência (%)
Masculino	62,5
Feminino	37,5

Em relação aos dados apresentados na tabela 2 sobre as modalidades esportivas, este estudo traz confirmações de que a maioria das pessoas com deficiência prefere atividades de baixo impacto, sendo a caminhada a modalidade com maior percentual de adeptos por ser uma atividade que não exige grande esforço sem exigências de equipamentos e locais específicos e fácil de praticar.

**Tabela 2 – Modalidades praticadas**

Modalidade	Frequência (%)
Caminhada	18,8
Ciclismo	6,3
Ciclismo e capoeira	6,3
Educação Física Escolar	6,3
Fisioterapia	12,5
Futebol	12,5
Ginástica	6,3
Hidroginástica	6,3
Musculação	6,3
Natação	6,3
Yoga	12,5

Quanto à frequência semanal da prática de atividade física (tabela 3), a média da frequência semanal com que praticam os exercícios está de acordo com o que é indicado por Nahas (2003) para manutenção da saúde, que enfatiza que um programa ideal deve ser realizado na maior parte dos dias da semana, com a duração das sessões variando entre 30 e 90 minutos, podendo ser realizado de forma contínua ou não.

**Tabela 3 – Frequência semanal**

Quantidade	Frequência (%)
1 vez p/ semana	18,8
2 vezes p/ semana	31,3
3 vezes p/ semana	37,5
4 vezes p/ semana	6,3
5 vezes p/ semana	6,3

## Conclusão

Pode-se identificar no tema em tela, quais são as atividades físicas que as pessoas com deficiência física congênita mais praticam. Mediante o conhecimento das necessidades dessas pessoas em praticarem exercícios físicos, espera-se que algumas medidas possam ser tomadas com o intuito da inserção da pessoa com deficiência nas atividades físicas existentes.

As crenças existentes sobre os sujeitos dessa pesquisa legitimam nossas representações, criando barreiras preconceituosas que foram inseridas em nossa cultura, ficando ainda requisitos do estereótipo na invalidez.

Acreditamos que os resultados apresentados possam oferecer subsídios para o desenvolvimento de estratégias de intervenção no processo de desenvolvimento e fortalecimento físico dos sujeitos em questão, sendo estes capazes de contribuir para a redução dos processos de exclusão e discriminação, pois somos reféns do mito da exclusão, desacostumados a nos relacionar com pessoas com deficiência, mas dispostos a viver a inclusão.

Tal intervenção pode ser desenvolvida com base no entendimento dos efeitos benéficos da prática esportiva, não só para a saúde física e mental das pessoas com deficiência, mas também como uma forma de evidenciar que a deficiência, embora limitadora, não é capaz de impedir que a pessoa com deficiência possa desempenhar satisfatoriamente atividades nos mais diversos contextos sociais.

**Palavras – chave: Corpo, Deficiência física congênita, atividade física.**

#### REFERÊNCIAS

Amiralian, M. L. T; Pinto E.B; Ghirardi, M. I. G; Lichtig, I; Masini, E. F. S; Pasqualin L. *Conceituando deficiência*. Revista Saúde Publica n. 34, v. 1, p. 97-103, 2000.

Ferreira, M. E. C; e Guimarães, M. *Educação Inclusiva*. Rio de Janeiro: DP & A, 2003.

Geertz, C. *A Interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A, 1989.

Nahas, M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 2. ed. Londrina PR: Midiograf, 2003.

Autora: Carla Beatriz da Silva Rafael

Endereço: Rua Miguel Batista Lima, 80/305 – Paineiras – Juiz de Fora – MG – Brasil.

Telefone: (32) 3213-0122

Celular: (32) 9948-6575

E-mail: carla2003rafael@yahoo.com.br