

# CORRELAÇÃO ENTRE NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA E IMAGEM CORPORAL EM PARATLETAS DE NATAÇÃO

FELIPE NOGUEIRA CATUNDA<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Associação D'eficiência Superando Limites - ADESUL, Pacatuba, Ceará, Brasil  
[felipe.catunda@hotmail.com](mailto:felipe.catunda@hotmail.com)

RICARDO CATUNDA<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Universidade Estadual do Ceará – UECE, Fortaleza, Ceará, Brasil  
[ricardo.catunda@uece.br](mailto:ricardo.catunda@uece.br)

## INTRODUÇÃO

A proposta desse artigo é apresentar a correlação entre os níveis de aptidão física e a imagem corporal de paraatletas de natação. O paradesporto vem crescendo no Brasil em número de participantes e profissionais envolvidos na organização e formação de atletas (Profissionais de Educação Física, Fisioterapeutas, Nutricionista, Psicólogos e Gestores), o que vêm gerando aumento de investimentos públicos, particulares, criação de centros de treinamento e projetos sociais. Este movimento vem atraindo a participação de novos adeptos da prática esportiva com o objetivo de: melhorar a qualidade de vida, os aspectos físicos, sociais e emocionais e uma maior qualificação na modalidade, acarretando em resultados expressivos em campeonatos Mundiais, jogos Parapanamericanos e Paraolimpíadas.

Relativamente a imagem corporal, os padrões culturais de beleza também são importantes na autopercepção do corpo, nomeadamente na adolescência. Estes aspectos influenciam o modo como as pessoas se relacionam consigo, sendo estes muitas vezes impostos pela sociedade. Sabe-se, porém, que as adversidades infringidas aos indivíduos pela cultura, família ou amigos não atingem sua imagem corporal de forma idêntica. A forma de pensar, sentir e reagir frente à percepção de atributos físicos influencia na caracterização da personalidade (CASTILHO, 2001).

A percepção da imagem corporal configura-se como uma análise e julgamento do indivíduo sobre seu tamanho, forma e peso relativos à sua atual proporção, podendo a dimensão afetiva ser conceituada como os sentimentos individuais em relação à aparência de seu corpo e como a pessoa se sente (FERNANDES, 2007).

As relações que os adolescentes estabelecem com a imagem corporal, possibilita a constatação inicial como refere Alves et al. (2009), que a maior ou menor satisfação com a imagem do corpo está intimamente relacionada com a maior ou menor correspondência aos ideais de beleza, inculcados culturalmente. De fato, na cultura ocidental somos diariamente confrontados, através dos meios de comunicação social, com verdadeiros modelos estéticos, que nos impõem ou criam o desejo da procura de um enquadramento nesses padrões.

Segundo estudo divulgado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) no mundo existem mais de 1 bilhão de pessoas que apresentam algum tipo de deficiência e têm a vida dificultada por falta de condições. De acordo com o relatório, poucos países buscaram nos últimos anos mecanismos que correspondessem às necessidades de quem vive com deficiência. As barreiras enfrentadas incluem discriminação, ausência de cuidados adequados à saúde

e de serviços de reabilitação, e transportes e construções sem acessibilidade (BRASIL, 2011).

De acordo com o Censo 2010, no Brasil existem cerca de 45,6 milhões de pessoas com deficiência sendo considerada na investigação, a visual, auditiva, motora e mental. Para pessoas com deficiências múltiplas foram computadas apenas uma deficiência, o quantitativo geral representa 23,9% da população do país. O maior percentual foi encontrado na Região Nordeste (26,6%), sendo uma das maiores incidências o Estado do Ceará (27,7%) (IBGE, 2010).

O esporte pode ter diversas representações para um atleta, desde uma agradável atividade até um meio para subsistência. As atividades esportivas em sua essência exigem que o atleta tenha força, velocidade, resistência, habilidade e agilidade (ANDRADE; CASTRO, 2010).

Essa proposta promove a melhoria e desenvolvimento da autoestima, socialização, estímulo da autonomia, vivencia e superação de situações de sucesso, superação de situações de frustração, desenvolvimento de habilidades motoras e funcionais para melhor realização das atividades de vida diária, prevenção de deficiências secundárias, promover e encorajar o movimento, motivação para atividades futuras, entre outras (MELO; LOPEZ, 2009).

O esporte para pessoas com deficiência, não se difere em seu objetivo e características do esporte de modo geral, ele apenas é constituído de adaptações realizadas de acordo com as limitações e potencialidades do indivíduo, com o propósito de oportunizar experiências com novos movimentos e novas vivências (MAUERBERGDE; CASTRO, 2007).

O esporte paralímpico é um esporte de alto nível, praticado por pessoas com deficiência, seja congênita ou adquirida que identificaram no esporte uma oportunidade de realização profissional. Geralmente estes começam a praticar esportes apenas por uma necessidade de reabilitação, integração social, recrutamento e continuidade no esporte (WHEELER, STEADWARD, LEGG, HUTZLER, CAMPBELL E JOHNSON, 1999).

Quanto aos fatores que mais influenciam a qualidade de vida de atletas paraolímpicos em ambientes de treino e competição, destacam-se como os de maior influência, segundo a dimensão biológica, o nível de condicionamento físico, a qualidade do sono e os intervalos adequados de descanso e recuperação nos treinamentos e competições. No que diz respeito ao domínio psicológico, os fatores percebidos pelos atletas como mais influenciadores são: o nível de autoconfiança, prazer nos treinamentos e competições e sentimentos positivos como alegria, satisfação e felicidade. No que tange ao domínio social, aparecem como os fatores de maior influência, o apoio familiar, o relacionamento com o treinador, equipe técnica e dirigentes, bem como a comunicação e o entrosamento entre os membros da equipe (PARREIRAS, 2008).

A natação adaptada está entre os esportes mais praticados por Pessoas Com Deficiência (PCD), sendo neste ambiente, um dos locais mais importantes onde são realizados os primeiros movimentos estimuladores para a reabilitação motora no uso da motricidade. Durante a fase de reabilitação, a vivência anterior nesta modalidade esportiva ajudara no desenvolvimento de novos estímulos corporais, contudo, a adaptação neste ambiente aquático é

importante para iniciar o aprendizado dos quatro nados: borboleta, costas, peito e crawl (YATSUDA, 2010).

A classificação é feita seguindo os critérios de pontuação do IPC, nas quais são avaliadas as patologias e de que forma elas limitam os movimentos executados durante o nado. Quanto menor a limitação maior será a sua classe (CPB, 2010). A classe é denominada com um número que determina o grau da deficiência, antecedido pela letra S (*swimming*) para os nados crawl, costas e borboleta os atletas com deficiência física sendo classificados de S1 a S10, O atleta pode receber diferentes classificações para o nado peito (SB) e medley (SM) (IPC, 2011).

## Metodologia

A investigação teve natureza qualitativa e quantitativa, associada à pesquisa de campo do tipo descritiva com aplicação de um questionário. O lócus da investigação foi o Serviço Social da Indústria – SESI, Maracanaú, Ceará. Os dados foram coletados no parque aquático da instituição durante os treinamentos dos atletas. Os questionários foram preenchidos individualmente no horário que antecedia o treinamento e o teste de 12 minutos foi realizado em grupo. O universo da pesquisa foi formado por 14 atletas com deficiência física participantes da equipe de alto rendimento de natação. Deste universo foram selecionados para amostra sete atletas que atenderam aos critérios de inclusão. Para a coleta de dados utilizamos dois instrumentos: *Questionário de Transtorno Dismórfico Corporal* e o teste de resistência aeróbia dentro da água.

O presente estudo está em concordância com as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos, resolução 466/2013 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2013).

## Resultados e Discussões

Estes resultados foram obtidos através de um questionário aplicado a todos os participantes da pesquisa, tal como vem descrito na metodologia. Após análise quantitativa dos questionários e do teste de Cooper obtivemos os seguintes resultados, tabela 1:

		TOTAL PERCORRIDO	TESTE COOPER	QUESTIONÁRIO
ATLETA	IDADE/ GÊNERO	DISTÂNCIA EM JARDAS	CAPACIDADE DE RESISTÊNCIA AERÓBICA	TRANSTORNO DISMÓRFICOS CORPORAL
A1	19/ F	793 yd	EXCELENTE	49P
A2	25/ M	766 yd	EXCELENTE	36P
A3	38/ F	574 yd	EXCELENTE	38P
A4	12/ F	656 yd	BOM	19P
A5	13/ M	656 yd	REGULAR	37P
A6	42/ M	465 yd	REGULAR	34P
A7	41/ F	492 yd	BOM	35P

TABELA 1: DESCRIÇÃO DOS RESULTADOS QUANTITATIVOS DA PESQUISA.

A capacidade de resistência aeróbica do grupo se dividiu com 42% excelente, 29% bom e 29% regular caracterizando uma boa capacidade cardiorrespiratória embora o teste não seja adaptado para pessoas com deficiência física todos atingiram um padrão aceitável de condicionamento

físico relacionado a pessoas sem deficiência de mesmo gênero e faixa etária. A influência positiva da aptidão física pode ser vista nos resultados do questionário onde 100% dos entrevistados não apresentaram grau considerável de insatisfação com a aparência.

O questionário de Transtornos Dismórficos Corporal em sua parte qualitativa divide-se em três grupos:

**Grupo 1: Problema físico:** Quando perguntado sobre o que não tem gostado em sua aparência no seu cotidiano, as respostas se dividiram em dois grupos com uma maior incidência: estéticos (espinhas, fisionomia do rosto, calvície e sobrepeso) e físicos (desvio postural e diminuição da mobilidade articular do tornozelo).

Analisando as resposta o pesquisador constatou que 86% dos entrevistados não usaram sua deficiência elegível para competições paraolímpicas como principal causa de transtorno corporal, embora a deficiência específica deste grupo gere limitações motoras de locomoção.

**Grupo 2: Problema social** (percepção corporal e estratégias de embelezamento): relacionando o problema de aparência com o grau de convicção do mesmo as respostas se concentraram com 43% com boa perspicácia, que embora preocupado com o defeito muitas vezes tem consciência do exagero dado a ele e 43% com perspicácia regular, onde admitem que a preocupação muitas vezes se faz desnecessária e que o defeito de aparência não é real. E com 4% de perspicácia pobre, onde demonstra que é firmemente convencido que o problema existe e que a preocupação não é sem sentido.

Quando se referiu a estratégias utilizadas para fins estéticos, obtivemos predominância com 57% em redução de peso através de dieta e exercícios físicos, 29% não usam de nenhuma estratégia ou tentativa para alterar o problema de aparência e 14% utilizam tratamentos tópicos para pele.

Podemos perceber que as respostas concentram de forma positiva onde eles reconhecem o problema, mais que isto não interfere em seu convívio social e as alternativas para solucionar o problema de aparência em sua maioria estão relacionadas a perda de peso para melhora do rendimento esportivo;

**Grupo 3: Problema de aparência:** considerando problema de aparência relatado na primeira questão pode perceber através de análise do pesquisador e entrevistado que em 100% dos casos a preocupação é restrita a aparência não sendo caracterizado como compulsões e manifestações que caracterizam distúrbios desordem (alimentar e identidade de gênero).

Estes resultados comprovaram que atletas com deficiência física envolvidas na natação competitiva, com experiência de competições locais e regionais e com uma rotina de treinamento tem uma autopercepção do seu corpo positiva, de forma que a sua deficiência no ambiente de treinamento para ele se torna imperceptível, pois nele se consegue aprimorar todas as suas potencialidades, conquistar a sua independência física e respeito social pelas provas de superação e conquistas, fato este que extrapola este ambiente e melhora o seu convívio social.

## **Conclusão**

Os participantes da pesquisa demonstraram que a deficiência física não se enquadra nos motivos de insatisfação corporal, e sim, as exigências de padrões estéticos e níveis inalcançáveis de beleza para o corpo. A correlação entre o nível de aptidão física do grupo de atletas e a imagem corporal foi positiva, sendo a performance adquirida com os treinos fator potencializador de boa auto estima e elevação da autopercepção positiva da imagem corporal.

## **CORRELATION BETWEEN PHYSICAL FITNESS LEVELS AND BODY IMAGE IN SWIMMING DISABLED ATHLETES**

**ABSTRACT** The purpose of this paper is to present the correlation between levels of physical fitness and body image of swimming paraathletes. The research was qualitative and quantitative nature, associated with the descriptive field research with application of a questionnaire. The locus of the investigation was the Industry Social Service - SESI, Maracanaú, Ceará. We had to sample seven athletes who met the inclusion criteria. To collect data we used two instruments: Disorder Questionnaire Body Dysmorphic and aerobic endurance test in the water. The results showed that the aerobic endurance capacity of the group split with 42% excellent, 29% good and 29% fair featuring a good cardiorespiratory fitness even though the test is not adapted for people with disabilities all reached an acceptable standard related fitness the non-disabled people of the same gender and age. The results regarding the questionnaire Disorder Dismófico Body, proved that disabled athletes involved in competitive swimming, with experience of local and regional competitions and a training routine has a self-perception of their positive body, so its deficiency in the environment training for it becomes unnoticeable, because it is able to improve their full potential, achieve their physical independence and social respect for evidence of resilience and achievements, a fact that goes beyond this environment and improves your social life. Thus, we come to conclusion that the correlation between the level of physical fitness of the group of athletes and body image was positive, and the performance gained with the potentiating factor practice good self esteem and increased positive self-perceived body image.

**Keywords:** Physical Fitness. Body image. Swimming disabled athletes.

## **CORRÉLATION ENTRE LES NIVEAUX DE CONDITION PHYSIQUE ET IMAGE DU CORPS EN NATATION ATHLÈTES HANDICAPÉS**

### **RÉSUMÉ**

Le but de cet article est de présenter la corrélation entre les niveaux de condition physique et l'image corporelle des paraathlètes de natation. La recherche a été la nature qualitative et quantitative, associé à la recherche descriptive sur le terrain avec l'application d'un questionnaire. Le lieu de l'enquête était le Service Industrie sociale - SESI, Maracanaú, Ceará. Nous avons eu de goûter à sept athlètes qui répondaient aux critères d'inclusion. Pour recueillir des données, nous avons utilisé deux instruments: Trouble Questionnaire dysmorphiques corps et l'endurance aérobie test dans l'eau. Les résultats ont montré que la capacité d'endurance aérobie du groupe divisé avec 42% excellente, bonne 29% et 29%, avec juste une bonne forme cardiorespiratoire même si le test est pas adapté pour les personnes

handicapées tous atteints une remise en forme de norme relative acceptable les personnes non handicapées du même sexe et l'âge. Les résultats concernant le trouble du questionnaire Dismófico corps, prouvé que les athlètes handicapés impliqués dans la natation de compétition, avec l'expérience des compétitions locales et régionales et une routine d'entraînement a une auto-perception de leur corps positif, donc sa déficience dans l'environnement la formation car il devient imperceptible, car il est en mesure d'améliorer leur plein potentiel, de réaliser leur indépendance physique et le respect social pour preuve de résilience et les réalisations, ce qui va au-delà de cet environnement et améliore votre vie sociale. Ainsi, nous arrivons à la conclusion que la corrélation entre le niveau de la condition physique du groupe d'athlètes et de l'image du corps a été positive, et la performance acquise avec la pratique du facteur de potentialisation bonne estime de soi et une image positive de l'autoévaluation de corps augmenté.

**Mots-clés:** forme physique. L'image corporelle. Piscine athlètes handicapés.

## **CORRELACIÓN ENTRE LOS NIVELES DE APTITUD FÍSICA DE Y LA IMAGEN CORPORAL EN LA NATACIÓN DESHABILITADO ATLETAS**

### **RESUMEN**

El propósito de este trabajo es presentar la correlación entre los niveles de la imagen corporal de natación paraatletas aptitud física y. La investigación fue la naturaleza cualitativa y cuantitativa, asociado a la investigación de campo descriptivo con aplicación de un cuestionario. El locus de la investigación fue el Servicio de Industria Social - SESI, Maracanaú, Ceará. Tuvimos que probar siete atletas que cumplieron los criterios de inclusión. Para recoger los datos se utilizaron dos instrumentos: Cuestionario de Trastorno dismórfico corporal y la prueba de resistencia aeróbica en el agua. Los resultados mostraron que la capacidad de resistencia aeróbica del grupo se dividió con un 42% excelente, 29% bueno y 29% justo que ofrece una buena capacidad cardiorrespiratoria a pesar de que la prueba no está adaptado para personas con discapacidad de todo llegó a un gimnasio norma relacionada aceptable las personas sin discapacidad del mismo sexo y edad. Los resultados en cuanto a la Trastorno cuestionario Dismófico Cuerpo, demostrado que los atletas con discapacidad que participan en la natación competitiva, con experiencia en competiciones locales y regionales y una rutina de entrenamiento tiene una auto-percepción de su cuerpo positivo, por lo que su deficiencia en el medio ambiente formación para que se convierte imperceptible, ya que es capaz de mejorar su potencial, lograr su independencia física y el respeto social para pruebas de resistencia y logros, un hecho que va más allá de este entorno y mejora su vida social. Por lo tanto, llegamos a la conclusión de que la correlación entre el nivel de aptitud física del grupo de atletas y la imagen corporal fue positiva, y el rendimiento ganamos con la práctica del factor potenciador buena autoestima y la imagen corporal autopercebida positivo aumentado.

**Palabras clave:** aptitud física. Imagen Corporal. Natación atletas discapacitados.

## **CORRELAÇÃO ENTRE NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA E IMAGEM CORPORAL EM PARATLETAS DE NATAÇÃO**

### **RESUMO**

A proposta desse artigo é apresentar a correlação entre os níveis de aptidão física e a imagem corporal de paraatletas de natação. A investigação teve natureza qualitativa e quantitativa, associada à pesquisa de campo do tipo descritiva com aplicação de um questionário. O lócus da investigação foi o Serviço Social da Indústria – SESI, Maracanaú, Ceará. Tivemos como amostra sete atletas que atenderam aos critérios de inclusão. Para a coleta de dados utilizamos dois instrumentos: *Questionário de Transtorno Dismórfico Corporal* e o teste de resistência aeróbia dentro da água. Os resultados apontaram que a capacidade de resistência aeróbica do grupo se dividiu com 42% excelente, 29% bom e 29% regular caracterizando uma boa capacidade cardiorrespiratória embora o teste não seja adaptado para pessoas com deficiência física todos atingiram um padrão aceitável de condicionamento físico relacionado a pessoas sem deficiência de mesmo gênero e faixa etária. Os resultados quanto ao questionário de Transtorno Dismórfico Corporal, comprovaram que atletas com deficiência física envolvidas na natação competitiva, com experiência de competições locais e regionais e com uma rotina de treinamento tem uma autopercepção do seu corpo positiva, de forma que a sua deficiência no ambiente de treinamento para ele se torna imperceptível, pois nele se consegue aprimorar todas as suas potencialidades, conquistar a sua independência física e respeito social pelas provas de superação e conquistas, fato este que extrapola este ambiente e melhora o seu convívio social. Dessa forma, chegamos a conclusão que a correlação entre o nível de aptidão física do grupo de atletas e a imagem corporal foi positiva, sendo a performance adquirida com os treinos fator potencializador de boa auto estima e elevação da autopercepção positiva da imagem corporal.

**Palavras-chave:** Aptidão Física. Imagem Corporal. Paratletas de natação.