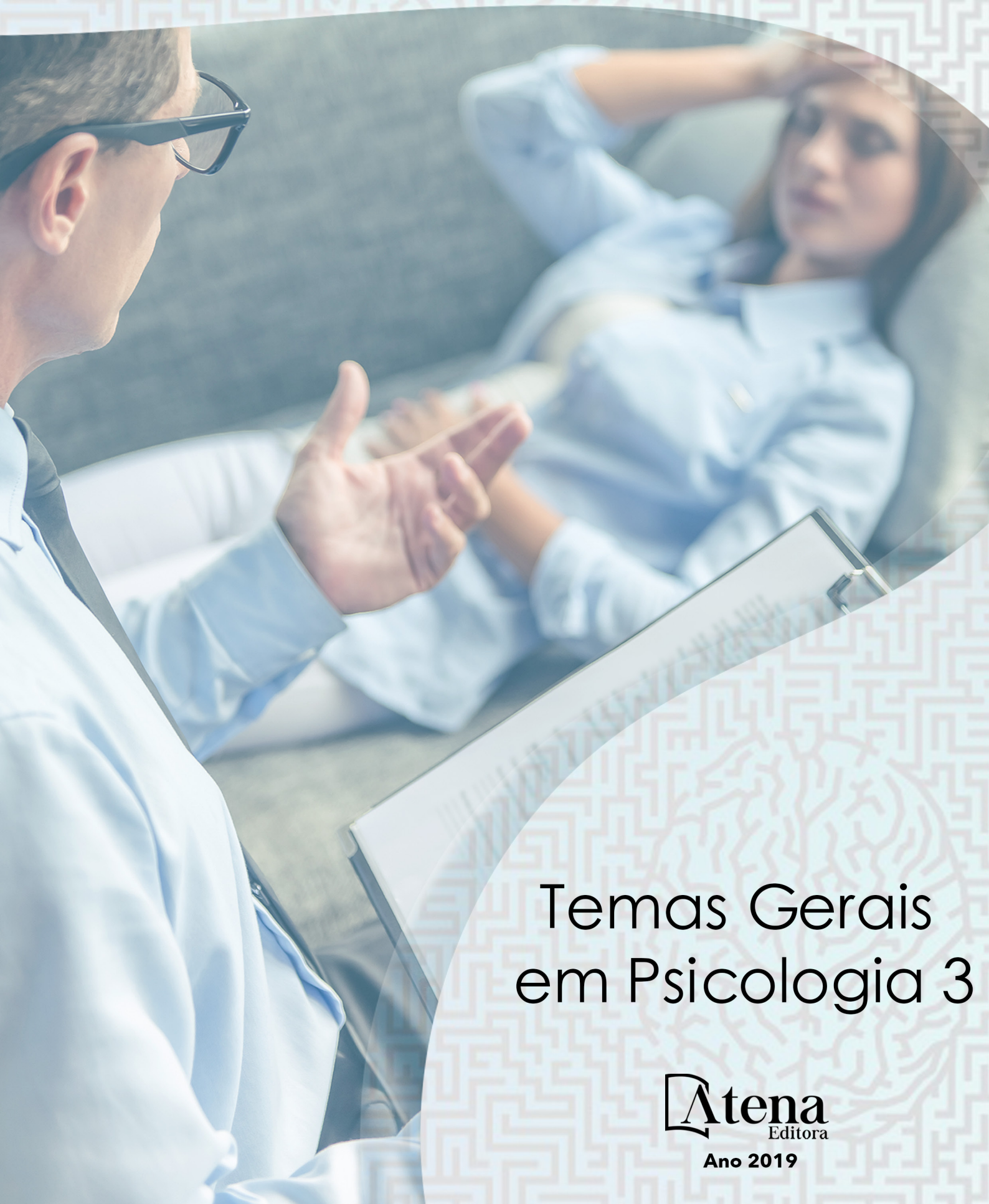


**Janaina Merhy  
(Organizadora)**



# Temas Gerais em Psicologia 3

**Atena**  
Editora  
Ano 2019

**Janaina Merhy**  
(Organizadora)

# **Temas Gerais em Psicologia 3**

**Atena Editora**  
**2019**

2019 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Diagramação e Edição de Arte:** Lorena Prestes e Geraldo Alves

**Revisão:** Os autores

#### Conselho Editorial

- Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília  
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista  
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

T278 Temas gerais em psicologia 3 / Organizadora Janaina Merhy. – Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2019. – (Temas gerais em psicologia; v. 3)

Formato: PDF

Requisitos do sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-85-7247-207-4

DOI 10.22533/at.ed.074192603

1. Psicologia. I. Merhy, Janaina. II. Série.

CDD 150

**Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422**

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2019

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)



## APRESENTAÇÃO

Na contemporaneidade, a cada dia novos desafios se apresentam ao campo da Psicologia; ou talvez possamos dizer que a cada dia os psicólogos e psicólogas, em suas diversas frentes de trabalho e observação, corajosamente lançam seu olhar aos mais variados fenômenos do século XXI.

Antigos papéis já não têm espaço na sociedade que começamos a desvendar. Antigas respostas, teorias ou técnicas, não resolvem mais grande parte das perguntas; é uma nova problemática, uma nova lógica, há uma nova tessitura. A Psicologia certamente não tem todas as novas respostas, mas entende que o momento é de acolher as demandas, ouvir os sujeitos, pesquisar, questionar e formular não só propostas, mas, antes de mais nada, ajudar a fazer as perguntas que podem servir de bússola para a transformação que precisamos desenvolver.

Nesta obra, encontramos o questionamento sobre como é a experiência plural de ser mulher nos dias de hoje, qual o lugar da mulher na pesquisa, no campo do trabalho. Tantas décadas após o início luta feminista por espaço social, quais as conquistas? Qual a expectativa? Como é esta experiência?

E o que acontece quando pensamos no adolescente, fazendo a passagem por esta etapa turbulenta do desenvolvimento sem o amparo de uma sociedade minimamente responsiva? O que fazer para reduzir os conflitos destrutivos na escola, a violência exposta e descontrolada? É possível entender esta violência adolescente, as infrações, como uma nova forma de subjetivação? Quase que uma estratégia de sobrevivência frente às condições apresentadas à infância e juventude? E pensando nestas condições ofertadas às crianças, o que acontece com os sujeitos com necessidades educacionais específicas? Como tem funcionado o processo de inclusão escolar, como a Psicopedagogia pode ajudar a minimizar o fracasso escolar nestes casos?

São muitas investigações que encontramos em **Temas Gerais em Psicologia 3**, novas perguntas que tentamos elaborar para compreender uma nova realidade. Na área da formação universitária, quanto os futuros psicólogos sabem sobre a atuação do acompanhante terapêutico? E quanto as demandas de um curso de Medicina podem gerar estresse nos jovens universitários?

Se os desafios atuais são imensos, o que pode ajudar o sujeito contemporâneo a transitar pelo mundo tal qual ele se apresenta? A atividade física e os esportes são um antigo remédio que mantém seu potencial benéfico e pode ajudar muito na redução do mal-estar causado por um dos principais sintomas dos dias atuais, a ansiedade. Será que outro remédio antigo, a religiosidade, pode ajudar e servir como fator de proteção contra o suicídio e depressão?

Mais do que nunca é preciso manter em mente a constituição humana, biopsicossocial e espiritual, entendemos que nenhuma resposta será efetiva sem que a complexidade do ser humano seja vislumbrada. Os questionamentos são múltiplos e este é o maior sinal de que as soluções estão a caminho.

## SUMÁRIO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>1</b>
A ATUAÇÃO DO ACOMPANHANTE TERAPÊUTICO PARA ACADÊMICOS DE UM CURSO DE PSICOLOGIA NO INTERIOR DE MATO GROSSO DO SUL	
<i>Fernanda Castilho da Silva Moura</i> <i>Felipe Maciel dos Santos Souza</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926031</b>	
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>11</b>
DA INFRAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA E NOVOS MODOS DE SUBJETIVAÇÃO	
<i>Priscila Souza Vicente Penna</i> <i>Ana Maria Loffredo</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926032</b>	
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>27</b>
ESTRESSE NOS ESTUDANTES DOS 3º ANOS DE MEDICINA DA UNIVERSIDAD INTERNACIONAL TRES FRONTEIRAS, CIUDAD DEL ESTE, PARAGUAI 2016	
<i>Viviane Barbosa da Silva</i> <i>Taciana Ramos de Albuquerque</i> <i>Elnatã Pedra Vitorino</i> <i>Felipy Cezar de Paula</i> <i>Gigliely Gonçalves Gomes Lima</i> <i>Jessica Correa Freitas</i> <i>Joannes Magnus Borges Pinheiro</i> <i>Maycon Pereira Gonçalves</i> <i>Nilsa Elizabeth Gonzalez</i> <i>Elder Oliveira da Silva</i> <i>Pasionaria Rosa Ramos Ruiz Diaz</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926033</b>	
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>39</b>
INTERFACE ENTRE A PSICOPEDAGOGIA E O PROCESSO DE EFETIVAÇÃO DAS POLÍTICAS EDUCACIONAIS INCLUSIVAS	
<i>Sandra Lia de Oliveira Neves</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926034</b>	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>47</b>
OS BENEFÍCIOS DO ESPORTE COMO PRATICAR COMPLEMENTAR DA PSICOLOGIA	
<i>Fernanda Gonçalves da Silva</i> <i>Luiz Carlos Bernardino Marçal</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926035</b>	
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	<b>54</b>
RELIGIOSIDADE/ESPIRITUALIDADE COMO UM PROVÁVEL ELEMENTO DE PROTEÇÃO À PRÁTICA DO SUICÍDIO	
<i>Airilço Chaves Nantes</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926036</b>	

<b>CAPÍTULO 7 .....</b>	<b>80</b>
SER MULHER, SER PESQUISADORA E SER PSICÓLOGA: REFLEXÕES SOBRE O LUGAR SOCIAL DA MULHER NA CIÊNCIA E NA PROFISSÃO	
<i>Andréa Moreira Lima</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926037</b>	
<b>CAPÍTULO 8 .....</b>	<b>87</b>
VIOLENCIA INTERNA E CIRCUNDANTE À ESCOLA: REPRESENTAÇÕES SOCIAIS, ADOLESCÊNCIA, PERTENCIMENTO E IDENTIDADE	
<i>Samuel Cabanha</i>	
<i>Irani Batista de Araújo</i>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0741926038</b>	
<b>SOBRE A ORGANIZADORA.....</b>	<b>100</b>

## OS BENEFÍCIOS DO ESPORTE COMO PRATICAR COMPLEMENTAR DA PSICOLOGIA

**Fernanda Gonçalves da Silva  
Luiz Carlos Bernardino Marçal**

### INTRODUÇÃO

A prática esportiva tem sido retratada em pesquisas como um instrumento complementar e de manutenção muito eficiente para a reabilitação propondo novas alternativas que segundo Lépre (1999) podem complementar o tratamento de pacientes em aspectos físicos, psicológicos e sociais. Muitos Benefícios têm sido comprovados em estudos dentre eles evidências de melhora nos processos cognitivos e comportamentais como, por exemplo, regulação do humor, sono, apetite, e funções executivas (CORDEIRO, 2010; SILVA ET. AL, 2014).

Estes dados sugerem que a prática integrada entre o profissional de educação física e o psicólogo pode auxiliar em um dos principais desafios de nossa área, a proposição de atividades terapêuticas e também prazerosas que favoreçam a adesão terapêutica bem como a manutenção deste exercício dentro e fora do *setting* terapêutico.

No trabalho em interação de domínios acadêmicos diferenciados, faz-se necessária a complementaridade colaborativa de especialistas e profissionais de cada uma

dessas ciências. Dessa necessidade da complementação dos saberes em prol de uma compreensão holística surgem as equipes multidisciplinares e interdisciplinares. A importância dessa interação profissional evidencia-se nos resultados positivos desses trabalhos em equipe.

Segundo Mendes, Lewgoy e Silveiras (2008), Descartes no século XVII já apontava a possibilidade de disciplinas distintas explicarem um mesmo fenômeno, revelando a existência de saberes diversos e respeito entre as disciplinas. Para Fossi e Gareschi (2004) a equipe multidisciplinar normalmente é formada pelos profissionais que assistem diretamente os indivíduos: médicos, enfermeiros, psicólogos, nutricionista, assistente social, fisioterapeuta e educadores físicos.

### **Equipes multidisciplinares e interdisciplinares.**

Atualmente dois modelos de equipes com profissionais de diferentes áreas se destacam, as equipes multidisciplinares e interdisciplinares. Na primeira, a equipe será formada por profissionais de diversos saberes reunidos em prol de em um único objetivo. Porém embora o objetivo seja comum, estes saberes atuam de forma independente (SILVA, 2005). Nas equipes multidisciplinares também

haverá a reunião de profissionais direcionados para um mesmo objetivo, o que caracteriza a diferença entre elas é o trabalho em conjunto, no qual cada profissional conhece a abordagem do outro podendo até mesmo se apropriar deste conhecimento. Cabe ressaltar que a equipe multidisciplinar tem seu olhar centrado nas necessidades da pessoa, portanto, ela não é pré-organizada. Pois é a demanda do indivíduo que irá fazer que os profissionais se integrem entre si (GALLATI et.al, 2014).

Cada modelo apresenta características distintas, ou seja, as equipes multidisciplinares absorvem caráter mais rápido na atuação, enquanto nas equipes interdisciplinares, o compartilhamento de domínio entre os saberes favorece um planejamento estratégico das etapas, em muitos casos minimizando conflitos. Desta forma, o melhor modelo deverá ser escolhido de acordo com o objetivo pretendido (MOURINO, 1984; GALLATI et.al, 2014).

Dentre muitas praticas evidenciadas em pesquisas como saberes que muito tem a contribuir para a psicologia destaca-se a prática esportiva, que tem sido apontada como ferramenta complementar e determinante no desenvolvimento psicológico. O esporte pode acontecer como atividade de lazer, prática educacional ou competição, provocando e influenciando mudanças e benefícios fisiológicos, metabólicos, psicológicos e sociais, trazendo ganhos na vida cotidiana dos praticantes.

A educação física é considerada uma área de conhecimento científico, classificado dentro do saber acadêmico, em algumas universidades como campo das ciências sociais e humanas e, em outras, a área da ciência da saúde. Historicamente as raízes da educação física estão vinculadas com os campos de filosofia, biologia e sociologia. Nos últimos 40 anos a inserção da educação física no sistema único de saúde (SUS) tem caracterizado cada vez mais como área da saúde.

O exercício físico é recomendado para a população em geral por diversas entidades medicas inclusive o American College of Sports Medicine (ACSM). É de notório conhecimento que atividade física promove um bem estar e aprimora as qualidades físicas treinadas.

Esta tem o intuito de contribuir para a qualidade de vida do individuo, proporcionando reabilitação, e o afastando do sedentarismo (redução ou ausência de atividade física, considerada a doença do século que afeta desde perdas de mobilidade articulares, forças, aumento de percentual de gordura, decréscimo na forma, condicionamento cardiorrespiratório e má funcionamento de alguns órgãos vitais), melhora das valências físicas, contribuição para o bom funcionamento do corpo humano e prevenção e controle de doenças crônicas. Além de todos os benefícios a saúde física, estudos tem revelado as contribuições da atividade física para saúde mental conforme apresentaremos a seguir.

### **Contribuição do esporte para qualidade de vida e saúde mental**

A indicação de atividades físicas por profissionais de saúde tem se constituído



como uma prática recomendada pela Organização mundial de saúde desde 2010 para pacientes em razão de estudos que comprovam benefícios não somente para a saúde física como também para a saúde mental (SILVA et. AL, 2014).

O esporte ou as práticas esportivas podem acontecer como uma atividade de lazer, uma prática educacional ou ainda como competição, promovendo e influenciando mudanças, como benefícios fisiológicos, metabólicos, psicológicos e sociais, favorecendo, assim, benefícios na vida cotidiana dos indivíduos. No que se refere aos aspectos psicológicos, Mourino (1984) comprova que o esporte pode viabilizar um melhor desenvolvimento do comportamento humano, por meio da liberação de sentimentos como agressividade, medo, frustração, inibição, satisfação, alegria, autoconfiança; proporcionando que os indivíduos adquiram uma postura mais positivos em relação a si mesmo e aos outros. O autor revela ainda em seus estudos que, por meio da prática de esportes os indivíduos percebem as suas afinidades e diferenças, o que é de grande relevância para o posicionamento destes indivíduos de uma cultura.

Estudos comprovam que o esporte pode viabilizar um melhor desenvolvimento do comportamento humano, proporcionando que os indivíduos adquiram uma postura mais positiva em relação a si mesmos e aos outros. A literatura enfatiza ainda que um dos fatores sociais, entre outros aspectos, sobre o qual as práticas esportivas podem oferecer benefícios a seus praticantes, é o que se refere à sua existência como um fator de socialização entre os indivíduos. A prática esportiva também tem se revelado eficiente para o estímulo e reforço da autoestima favorecendo a avaliação que o sujeito faz de si mesmo (CABALLO, 1987; DEL PRETTE 2001).

A literatura enfatiza que um dos fatores sociais, entre outros aspectos, sobre o qual as práticas esportivas podem oferecer benefícios a seus praticantes, é o que se refere à sua existência como um fator de socialização entre os indivíduos. De acordo com Oliveira (2012) as práticas esportivas enquanto fenômeno social contribuem para que os indivíduos estabeleçam relações com o grupo a que pertencem. Existem vários conceitos e definições para Habilidades Sociais (HS) na literatura. De acordo com Caballo (1987) a definição de HS é o termo comportamento socialmente hábil e ainda como um conjunto de comportamentos manifestados por um indivíduo em um contexto interpessoal. Esse tipo de comportamento pode ser expresso por meio de atitudes, sentimentos, desejos, opiniões ou direitos apropriados à circunstância, respeitando-se os demais. Segundo Del Prette & Del Prette (2001) as HS referem-se à ideia de existência de diferentes grupos de comportamentos sociais no repertório do indivíduo para lidar com as questões das situações interpessoais.

A prática esportiva também tem se revelado eficiente para o estímulo e reforço da autoestima. O conceito de autoestima para Coopersmith (1967) refere-se à avaliação que o sujeito faz de si mesmo. Expressa uma atitude aceitação ou repulsa de si e envolve o autojulgamento no que diz respeito à competência e valor. É considerado o juízo pessoal de valor manifestado por meio das atitudes que um indivíduo tem consigo

mesmo, sendo, portanto, uma experiência subjetiva acessível às pessoas por meio de relatos verbais e comportamentos observáveis. A autoestima pode ser avaliada em níveis baixos, médio e alto. A baixa autoestima é caracterizada pelo sentimento de incompetência, inadequação e incapacidade de superar desafios enquanto que a alta denota um sentimento de confiança e competência e a média oscila entre o sentimento de adequação ou inadequação, manifestando essa instabilidade no comportamento (SILV, 2005; RAMALDES 1987).

Além das contribuições acima citadas, estudos revelam as contribuições do esporte para auxiliar no combate e tratamento farmacológico da ansiedade, depressão entre outros. Durante a prática de atividade física o corpo libera a serotonina conhecida pela indústria Farmacêutica como **(5-hidroxitriptamina ou 5-HT)** é um monoamina neurotransmissora sintetizada nos neurônios do Sistema Nervoso Central e nas Células enterocromafins do trato gastrointestinal. Modificações nos níveis dessa substância estão relacionadas a desequilíbrios mentais como a esquizofrenia e o autismo, aumento do desejo de ingestão de doces e carboidratos, alterações de comportamento e humor, ansiedade, agressividade, depressão, sono, fadiga, supressão de apetite, etc.

No corpo humano, a serotonina é sintetizada desde o aminoácido Triptófano por via metabólica curta que engloba duas enzimas: triptofano hidroxilase (TPH) e L-aminoácido aromático descarboxilase (DDC). O **triptofano** é um aminoácido utilizado na biossíntese de proteínas que não pode ser sintetizado, é necessário compor a dieta. Além disso, ele é o precursor da serotonina e da melatonina, um neurotransmissor importante nos processos bioquímicos do sono e do humor, depressão, ingestão alimentar, fadiga, entre outros.

A liberação da serotonina durante a prática de atividade física tem um feito equivalente ao ansiolítico e atualmente, tem sido prescrito como substituição do referido fármaco. A prescrição de medicamentos ao longo do tempo se configurou como uma das grandes inquietações e até mesmo ponto de conflito entre psicólogos e psiquiatras e ter uma alternativa de controle da ansiedade aliado à promoção de saúde física parece ser uma escolha pertinente. Apesar dos dados não serem até o momento conclusivos sobre o tempo necessário da prática, os resultados revelam maior eficácia da atividade física aeróbica como, por exemplo, corridas e caminhadas sobre o treino de musculação.

### **As contribuições do esporte para pessoas com necessidades especiais**

Apesar de estes benefícios serem amplamente discutidos para as populações saudáveis e já este incluído em alguns protocolos de tratamento inclusive, a literatura apresenta poucos estudos em populações portadoras de deficiência.

Segundo FEITOSA ET. AL (2017) em estudos com pacientes com paralisia cerebral o esporte torna-se um excelente aliado, pois além de promover a inclusão, promove a autonomia. Em suas pesquisas, os participantes com PC praticantes de

atividades físicas eram capazes de desenvolver cada número maior de rotinas diárias o que facilita a interação social e promove o aumento da autoestima.

Cabe destacar, que a Organização Mundial de Saúde (OMS) para a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde aponta a funcionalidade, como um dos fatores de maior importância para inclusão e participação social para pessoas com necessidades especiais (MURPHY, N. ET. AL 2007; WHO, 2010).

Além de compreender as necessidades e exigências dos indivíduos pessoas com PC, é importante reconhecer o indivíduo por trás da deficiência e sua necessidade de se sentir satisfeito e feliz na vida (DATILO, 2012; DEVINE E PIATT, 2013). São sujeitos com muitos anseios e desejos, porém as barreiras impostas pela doença dificultam a inclusão. Neste contexto a prática de atividade esportiva é uma poderosa ferramenta de qualidade de vida e inclusão para pessoas com PC ou algum outro tipo de deficiência. Além de aprimorar as valências físicas reduz o comportamento mal-adaptativo e à melhora da autoestima e da competência social em crianças com deficiência.

### **Contribuições do esporte para o desenvolvimento das habilidades cognitivas**

Benefícios têm sido comprovados no que se refere à melhora nos processos cognitivos, dentre eles, revela, que o exercício físico proporciona o aumento de transporte de oxigênio para o cérebro, a síntese e a degradação de neurotransmissores, liberação de serotonina e diminuição da viscosidade sanguínea que contribui para regulação do humor, sono, apetite, e funções executivas (SILVA ET. AL., 2014).

Os estudos também apontam a contribuição dos esportes como um instrumento que favorece o desenvolvimento das habilidades cognitivas, dentre elas a atenção concentrada. O conceito de concentração segundo Weinberg e Gould<sup>17</sup> significa manter o foco de atenção nos sinais ambientais relevantes. O foco sofrerá alterações na medida em que o ambiente se modifica, assim como pensamentos acerca de fatores irrelevantes podem ocasionar um aumento de erros. Podem se destacar três elementos importantes ao definir o conceito de concentração: a focalização de estímulos importantes, manutenção do nível de atenção durante um tempo determinado e a conscientização da situação.

Rützel apud Samulski( 2000) conceitua a “atenção como um processo seletivo: a percepção e imaginação interna são dirigidas, focalizadas, fixadas e concentradas simultaneamente a um estímulo específico, ou seja, a conteúdo do pensamento e da imaginação”. Logo, o foco de atenção pode ser compreendido a partir de duas dimensões: amplitude (amplo ou estreito) e direção (RAMALDES, 1989). Segundo Duschek, Matthias e Schandry (2008), o processo de atenção é composto pelas seguintes funções: o alerta, a atenção concentrada, atenção dividida e atenção sustentada. O alerta é o estado físico e mental generalizado de prontidão para que o indivíduo seja capaz de responder aos estímulos significativos. A atenção concentrada

é definida pela habilidade de selecionar uma informação importante de uma fonte ou de excluir um tipo de informação desnecessária. A atenção dividida é a habilidade de responder a mais de uma tarefa ou estímulo ao mesmo tempo. E a atenção sustentada caracteriza-se por uma resposta comportamental consistente em um longo período, durante a atividade contínua e repetitiva (Samulski, 2002).

È sempre um grande desafio desenvolver práticas que sejam eficazes e prazerosas ao paciente, que contribua para uma boa adesão e manutenção dos comportamentos adequados. Diante dos dados acima expostos as pesquisas apontam as vantagens da prática interdisciplinar entre psicologia e atividade física. Frequentemente discute a importância do esporte para qualidade de vida em razão das vantagens que esta proporciona para saúde física. Mas além destas, estudos apontam para sua contribuição para saúde mental em seu amplo conceito, pois favorece os ganhos cognitivos e desta forma contribui para manutenção da autonomia, assim como favorece a inclusão, o treinamento das habilidades sociais e da autoestima.

Além disso, o auxílio no controle da ansiedade e em todos os transtornos no qual esteja presente tem se revelado um grande aliado nos tratamentos psiquiátricos em alguns casos inclusive evitando a prescrição de medicamentos sendo atualmente incluído em protocolos em equipes de atuação na saúde mental.

Apesar do crescente número de pesquisas na área, algumas lacunas ainda precisam ser estudadas para que esta prática seja amplamente disseminada,

## REFERÊNCIAS

CABALLO VE. Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Valencia: Promolibro;1987.

CORDEIRO TP. Ambiente e acessibilidade para pessoas com deficiência no desenvolvimento de atividades esportivas em piscinas: um estudo de casos. Lajeado. Dissertação [mestrado em Ambiente e Desenvolvimento]- Centro Universitário UNIVATES;2010.

COOPERSMITH S. The antecedents of self-esteem. San Francisco, CA: Freeman,1967.

DEL PRETTE ZAP, DEL PRETTE A. Inventário de habilidades sociais: manual de aplicação, apuração e interpretação (IHS-Del-Prette). São Paulo: Casa do Psicólogo; 2001.

FEITOSA, L et al. O efeito do esporte adaptado na qualidade de vida e no perfil biopsicossocial de crianças e adolescentes com paralisia cerebral. Rev. paul. pediatr. 2017, vol.35, n.4, pp.429-435. ISSN 0103-0582

FOSSI L, GARESCHI N.A psicologia hospitalar e as equipes multidisciplinares. Rev da SBPH 2004 Jun; v7, n.1: p. 29-43.

OLIVEIRA MA. Interdisciplinaridade no ensino e na pesquisa em Enfermagem. Rev da Esc de Enfermagem da USP 2012; v. 46, n. 2: p. 01-02.

SILVA, F. et al. As contribuições da natação como instrumento de auxílio na psicoterapia. In: SEMINÁRIO DE PESQUISA UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ., 2011, Rio de Janeiro. *Anais*, 2016. p. 30-31.

Marçal, L. C, Silva F.; Calegari D.; Fernandes J Analise das produções científicas sobre a inclusão para pessoas com Paralisia Cerebral no esporte Petra Race Running, VI Congresso paradesportivo Internacional

MENDES J, LEWGOY A, SILVEIRAS E. Saúde e interdisciplinaridade: mundo vasto mundo. Rev Ciência & Saúde 2008 Jan/Jun ; v1, n. 1: p. 24-32.

MOURINO MJJ. Psicologia do Desporto. Porto Alegre: UFRGS;1984.

Murphy KF, et al. (2007) Combinatorial promoter design for engineering noisy gene expression. Proc Natl Acad Sci U S A 104(31):12726-31

OLIVEIRA VM. O que é Educação Física. São Paulo: Brasiliense;1983.

RESSURREIÇÃO KS, DA SILVA DR, DE MELO BMS, KANETA CN, LIMONGELLI AMA. Manifestações emocionais de crianças com Síndrome de Down na natação. Rev Mack de Ed Física e Esporte 2009 Mai ;vol 7(3): p 153-161.

ROSENBERG M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press;1989(Original publicado em 1965).

SAMULSKI D. Psicologia do esporte. São Paulo: Editora Manole; 2002.

Swann-Guerrero, S ; Mackey, C (2008). Wellness Through Physical Activity. In: Robertson, T. and Long, T., eds. Foundations of Therapeutic Recreation: perceptions, philosophies and practices for the 21st century. Champaign, IL: Human Kinetics, 199-216

Tecklin, J S (2008). Pediatric Physical Therapy. 4th ed. London: Lippincott Williams & Wilkins.

TUBINO MJG. Dimensões sociais do esporte . São Paulo: Cortez ;1992.

WEINBERG RS, Gould D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. Porto Alegre: Artmed Editora; 2008.



Agência Brasileira do ISBN  
ISBN 978-85-7247-207-4



9 788572 472074