Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

3

Atena Editora
Ano 2023

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

3

Atena Editora
Ano 2023

CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE

Editora chefe
Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Editora executiva
Natalia Oliveira
Assistente editorial
Flávia Roberta Barão
Bibliotecária
Janaina Ramos
Projeto gráfico
Bruno Oliveira
Camila Alves de Cremo
Luiza Alves Batista
Imagens da capa
iStock
Edição de arte
Luiza Alves Batista

2023 *by Atena Editora*
Copyright © Atena Editora
Copyright do texto © 2023 Os autores
Copyright da edição © 2023 Atena Editora
Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.
Open access publication by Atena Editora

Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. 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.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial
Ciências Biológicas e da Saúde
Profª Drª Aline Silva da Fonte Santa Rosa de Oliveira – Hospital Federal de Bonsucesso
Profª Drª Ana Beatriz Duarte Vieira – Universidade de Brasília
Profª Drª Ana Paula Peron – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Camila Pereira – Universidade Estadual de Londrina
Prof. Dr. Cirênio de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto

Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Danyelle Andrade Mota – Universidade Tiradentes
Prof. Dr. Davi Oliveira Bizerril – Universidade de Fortaleza
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Guillermo Alberto López – Instituto Federal da Bahia
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de RondôniaProfª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Delta do Parnaíba – UFDPar
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Aderval Aragão – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Kelly Lopes de Araujo Appel – Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal
Profª Drª Larissa Maranhão Dias – Instituto Federal do Amapá
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Luciana Martins Zuliani – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do AmazonasProfª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Maurilio Antonio Varavallo – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Max da Silva Ferreira – Universidade do Grande Rio
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federacl do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Sheyla Mara Silva de Oliveira – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Suely Lopes de Azevedo – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Taísa Ceratti Treptow – Universidade Federal de Santa Maria
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE

Ciências do esporte e educação física: saúde e desempenho 3

Diagramação: Camila Alves de Cremo
Correção: Flávia Roberta Barão
Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: Os autores
Organizador: Lucio Marques Vieira Souza

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C569 Ciências do esporte e educação física: saúde e desempenho 3 / Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2023.

Formato: PDF
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
Modo de acesso: World Wide Web
Inclui bibliografia
ISBN 978-65-258-0972-4
DOI: https://doi.org/10.22533/at.ed.724230501

1. Exercícios físicos e esporte para a saúde. I. Souza, Lucio Marques Vieira (Organizador). II. Título.

CDD 613.7

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná – Brasil
Telefone: +55 (42) 3323-5493
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access, desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce,* ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos mais uma importante Coletânea intitulada de “Ciências do esporte e educação física: Saúde e desempenho 3” que reúne 07 artigos com pesquisas científicas de vários pesquisadores e instituições do Brasil. Temas diversos como Pilates, Esportes de Aventura, Treinador de Natação, Cross Kids, Caving e Treinamento Resistido em Idosos.

Estruturada desta forma a obra demonstra a pluralidade acadêmica e científica das Ciências do Esporte e da Educação Física, bem como a sua importância para a sociedade. Neste sentido, nos capítulos constam estudos de diversas temáticas contemplando assuntos de importante relevância dentro da área.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 1

A IMERSÃO NA NATUREZA: BENEFÍCIOS CORPORAIS DA PRÁTICA DO CAVING EM AMBIENTE DE CAVERNA

Marilda Teixeira Mendes
Michela Abreu Francisco Alves

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305011

CAPÍTULO 2 14

ESPORTES DE AVENTURA NA NATUREZA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Rafael Saldanha Demarco
Maria Laís dos Santos Leite
Ricardo Pereira Lemos
Renan Costa Vanali

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305012

CAPÍTULO 3 27

A ESCOLHA DE UMA PROFISSÃO: SER TREINADOR DE NATAÇÃO

Morgana Claudia da Silva
Giuliano Gomes de Assis Pimentel
Antonio Geraldo Magalhães Gomes Pires

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305013

CAPÍTULO 4 39

O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EPT E NO CONTEXTO PANDÊMICO

Bruna Graziele Correa Machado
Jackeline de Araujo Barreto Pessanha
Leandro de Andrade Gonçalves
Marciano de Carvalho Batista

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305014

CAPÍTULO 5 53

BENEFÍCIOS DO MÉTODO PILATES PARA A SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES PÓS-MENOPAUSAS PORTADORAS DE OSTEOPOROSE

Gabrieli de Barros Friche
André Luiz Cezarino dos Santos
Ana Paula Saraiva Marreiros
Guilherme Augusto Martines
Renan Floret Turini Claro
Evandro Antônio Corrêa
Deivide Telles de Lima
Giovanna Castilho Davatz Lopes
Gabriel de Souza Zanini
Ademir Testa Junior
Paula Grippa Sant'Ana

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305015

CAPÍTULO 6 66

INICIAÇÃO AO CROSSKIDS, O LÚDICO COMO FORMA DE ENSINO-APRENDIZAGEM RELACIONADO A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA: UM LEVANTAMENTO BIBLIOGRÁFICO

Alex do Carmo Rodrigues
Bertino Pereira da Silva Neto
Catarina Ferreira Dias
Francisco Higor Lira Luciano
Hellen Carolyne
José Eduardo Ferreira
Maria de Nazaré Gomes das Neves
Maria Jessilane Rodrigues Moreira
Rafaela Dionísio do Nascimento
Renata Camilo Alves
Vanessa de Fátima Dias
Walyson Bruno Cavalcante

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305016

CAPÍTULO 7 75

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO EM IDOSOS: UMA REVISÃO RÁPIDA

Hiowan Heffren Guarnieri Schulze
Deoclecio Rocco Gruppi

https://doi.org/10.22533/at.ed.7242305017

SOBRE O ORGANIZADOR 92

ÍNDICE REMISSIVO 93

ESPORTES DE AVENTURA NA NATUREZA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Data de aceite: 02/01/2023

Rafael Saldanha Demarco
Bacharelando em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio. Colaborador da Consultoria e Assessoria Acadêmica SOS Pesquisador(a)
http://lattes.cnpq.br/2517387647226512

Maria Laís dos Santos Leite
Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Servidora técnico-administrativa da Universidade Federal do Cariri
http://lattes.cnpq.br/7257685302830712

Ricardo Pereira Lemos
Mestrando em Ensino de História pela Universidade Regional do Cariri. Docente dos Cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio
http://lattes.cnpq.br/7517878552813164

Renan Costa Vanali
Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente pela Universidade Estadual do Ceará. Docente dos Cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio
http://lattes.cnpq.br/0464534899158947

RESUMO: Este artigo tem como objetivo caracterizar a prática de esportes de aventura na natureza para pessoas com deficiência, tanto do ponto de vista conceitual quanto com base em estudos de caso já publicados sobre o tema. Para tanto, realizou-se uma pesquisa bibliográfica com base na leitura e análise de artigos científicos, teses, dissertações e livros acerca do assunto. A temática apresenta grande valor social pela possibilidade de ampliar as oportunidades de esporte e lazer para Pessoas com Deficiência (PcD) e relevância científica por contribuir com outros estudos que abordem a prática de atividades físicas para PcD. Percebeu-se que ao longo dos anos, os termos que definem a pessoa com deficiência avançaram acompanhando as elaborações científicas e a maturidade dos movimentos de defesa de direitos humanos. Destaca-se entre as contribuições da prática de atividade física adaptada o aumento das capacidades motoras, cardiorrespiratórias e posturais do indivíduo praticante. Salienta-se ainda que foram localizados poucos estudos sobre esportes na natureza para PcD, mas que há com maior quantidade publicações sobre pessoa com deficiência e atividades físicas, o que possibilita construirmos novos estudos sobre a prática

de Atividades Físicas de Aventura na Natureza para estes indivíduos.
PALAVRAS-CHAVE: Esportes; Esportes para Pessoas com Deficiência; Educação Física e Treinamento; Exercício Físico; Atividades de Lazer.

ABSTRACT: This article aims to characterize the practice of adventure sports in nature for people with disabilities, both from a conceptual point of view and based on case studies already published on the subject. To this end, a bibliographical research was carried out based on the reading and analysis of scientific articles, theses, dissertations, and books on the subject. The theme has great social value for the possibility of expanding the opportunities of sports and leisure to PwD and scientific relevance for contributing to other studies that address the practice of physical activities for PwD. It was noticed that over the years, the terms that define the person with disabilities have advanced, following the scientific elaborations and the maturity of the movements for the defense of human rights. Among the contributions of adapted physical activity is the increase in motor, cardiorespiratory, and postural abilities of the individual who practices it. It is also emphasized that few studies on sports in nature for PcD were located, but that there are more publications on people with disabilities and physical activities, which enables us to build new studies on the practice of Adventure Physical Activities in Nature for these individuals.
KEYWORDS: Sports; Sports for Persons with Disabilities; Physical Education and Training; Exercise; Leisure Activities.

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Este trabalho tem como objetivo caracterizar a prática de esportes de aventura na natureza para pessoas com deficiência, tanto do ponto de vista conceitual quanto com base em estudos de caso já publicados sobre o tema.

Para o referido estudo, embasado na pesquisa bibliográfica (LIMA; MIOTO, 2007) foram consultados artigos científicos, teses, dissertações e livros acerca do assunto.

A temática apresenta grande valor social pela possibilidade de ampliar as oportunidades de esporte e lazer para Pessoas com Deficiência (PcD) e relevância científica por contribuir com outros estudos que abordem a prática de atividades físicas para PcD.

A motivação para realização do estudo se dá pela participação do primeiro autor na disciplina de Lazer e Esportes da Natureza e na de Educação Física Adaptada do Curso de Educação Física, ministrada pelos orientadores deste artigo.

A exposição apresenta a discussão sobre os conceitos utilizados para se referir às pessoas com deficiência até chegarmos ao termo atual, abordamos também a importância da prática de atividades físicas para pessoas com deficiência e ao final uma exposição dos conceitos de Atividades Físicas de Aventura na Natureza e alguns casos sobre esse tipo de prática.

PESSOA COM DEFICIÊNCIA (PCD)

Historicamente a visão da sociedade dirigida a pessoas com deficiência era de que estas pessoas eram incapazes[1] e é possível perceber até pelos termos utilizados anteriormente: pessoa(s) portadora(s) de deficiência(s) ou pessoa(s) portadora(s) de necessidades especiais, a o modo excludente e preconceituoso que se tratava este grupo de pessoas.

O Projeto Divulga Inclusão (2017) explica algumas diferentes entre os termos que promoveram estas mudanças, até chegar no que usamos atualmente. Sobre os termos anteriores o grupo problematiza que as pessoas não portam uma deficiência porque não é algo que possa ser portado ou carregado ocasionalmente, como um documento de identidade ou um guarda-chuva. A deficiência é uma condição da própria pessoa.

Até a década de 1980, era comum a utilização de temos como “aleijado”, “defeituoso”, “incapacitado”, ou mesmo “inválido”, pela sociedade. A partir de 1981, por influência do Ano Internacional e da Década das Pessoas Deficientes, estabelecidos pela ONU, começou-se a utilizar, pela primeira vez, a expressão “pessoa deficiente”. No Brasil, tornou-se bastante popular, principalmente entre os anos de 1986 e 1996, o uso do termo “portador de deficiência”. (PROJETO DIVULGA INCLUSÃO, 2017).

Mais à frente, uma outra terminologia, “pessoas com necessidades especiais”, também passou a ser questionada, já que qualquer indivíduo, com ou sem deficiência, possui necessidades especiais. Finalmente, por volta da metade da década de 1990, entrou em uso a expressão “pessoas com deficiência”, que é utilizada até hoje. (PROJETO DIVULGA INCLUSÃO, 2017).

A abordagem da deficiência tradicionalmente pensada a partir de um **modelo médico**, que entende a deficiência como uma limitação do indivíduo, para um **modelo social** e mais abrangente, que compreende a deficiência como resultado das limitações e estruturas do corpo, mas também da influência de fatores sociais e ambientais do meio no qual está inserida. Nesta nova abordagem, utiliza-se como ferramenta a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF/OMS), no âmbito da avaliação biopsicossocial (MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO PARANÁ – MPPR, 2022).

Com a CIF, consolidou-se o desenvolvimento conceitual relacionado às questões da deficiência e da incapacidade, saindo de uma classificação de “consequência das doenças” que foi apresentada na versão de 1980: “Classificação Internacional das Deficiências, Incapacidades e Desvantagens” para uma classificação de “componentes da saúde” (CIF). Resolvendo muitas das questões que foram apontadas como inadequadas na classificação

1 Um conceito que tem muito utilizado para se referir a esta visão preconceituosa em relação às pessoas com deficiência é o capacitismo que é considerado um comportamento preconceituoso que hierarquiza as pessoas em função da adequação dos seus corpos a um ideal de perfeição e capacidade funcional. Com base no capacitismo discriminam-se as pessoas com deficiência. Trata-se de uma categoria que define a forma como pessoas com deficiência são tratadas como incapazes, aproximando as demandas dos movimentos de pessoas com deficiência a outras discriminações sociais como o sexismo, o racismo e a homofobia (MELLO; NUERNBERG, 2012).

de 1980, com uma visão mais aproximada do modelo médico que estabelecia uma relação causal e unidirecional entre: deficiência - incapacidade – desvantagem, que se centrava nas limitações "dentro" da pessoa e apenas nos seus aspectos negativos e, portanto, não contemplava o papel determinante dos fatores ambientais (MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO PARANÁ – MPPR, 2022).

A mudança conceitual da deficiência foi estabelecida pela Convenção dos Direitos da Pessoa com Deficiência, proclamada pela ONU em 2006, que em seu artigo 1º dispõe: "Pessoas com deficiência são aquelas que têm impedimentos de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os quais, em interações com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade com as demais pessoas".

Atualmente, o termo correto a ser utilizado é "pessoas com deficiência" que entrou no ordenamento jurídico nacional com o Decreto nº 6.949 de 2009 que promulga a Convenção Internacional sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência. (FUNDAÇÃO ESCOLA NACIONAL DE ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA - ENAP, 2018).

O conceito de **pessoa com deficiência** está baseado no modelo social de deficiência[2], que compreende a deficiência não como algo que se encerra no corpo dos indivíduos com impedimentos. Também não é lesão, ou uma doença a ser curada, mas uma questão a ser abordada por toda a sociedade, é uma constatação de que o ambiente tem relação direta na liberdade da pessoa com limitação funcional, que poderá ter sua situação agravada por conta das relações e barreiras que podem lhe prejudicar o desenvolvimento e o exercício de direitos. (FUNDAÇÃO ESCOLA NACIONAL DE ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA - ENAP, 2018).

Assim, a compreensão atual da **pessoa com deficiência** é que para além dos impedimentos individuais são as barreiras sociais que implicam em suas atividades e sua vida. Como se apresenta na Lei Federal n° 13.146/2015, a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (BRASIL, 2015), que regulamenta internamente as disposições da Convenção da ONU, e que em seu Art. 2° define: "considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas".

A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Em 1981, foi reconhecida pela Organização das Nações Unidas (ONU) a responsabilidade dos governos por garantir **direitos iguais às pessoas com deficiência** num marco democrático de reajustes sociais, estruturais e políticos para tratar o tema na

2 O modelo médico enfatiza a dependência, considerando a pessoa incapacitada como um problema, e o modelo social atribui as desvantagens individuais e coletivas das pessoas com deficiência principalmente à discriminação institucional. Sugeriu que a solução para a incapacidade estaria na reestruturação da sociedade. (RIESER – *apud* AMIRALIAN *et al.*, 2000).

esfera dos direitos humanos (DINIZ, 2007; FIGUEIRA, 2008 *apud* SANTOS, 2008). Esses marcos históricos são bastante recentes e podemos ressaltar que estamos vivenciando nos últimos anos uma evolução quanto aos conceitos e marcos legais relacionados às PcD e a luta de coletivos destes sujeitos e seus familiares para que estes direitos sejam efetivados na prática é constante.

Salientamos aqui, os direitos sociais que são assegurados a população brasileira e que estão diretamente relacionados a prática de atividades físicas que envolvem, entre outros aspectos a saúde e o lazer.

Na Constituição Federal (BRASIL, 1988) é apontado no Art. 6o "São direitos sociais a educação, a **saúde**, a alimentação, o trabalho, a moradia, o transporte, o **lazer**, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição". (EC no 26/2000, EC no 64/2010 e EC no 90/2015). No Art. 217 da Constituição (BRASIL, 1988) é previsto ainda que "É dever do Estado **fomentar práticas desportivas formais e não-formais**, como direito de cada um, observados: I – a autonomia das entidades desportivas dirigentes e associações, quanto a sua organização e funcionamento; II – a destinação de recursos públicos para a promoção prioritária do desporto educacional e, em casos específicos, para a do desporto de alto rendimento; III – o tratamento diferenciado para o desporto profissional e o não-profissional; IV – a proteção e o incentivo às manifestações desportivas de criação nacional."

O que se articula com o **conceito de lazer** que pode ser entendido como:

> [..] o conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais (DUMAZEDIER, 2000, p. 34).

Aprendemos ainda que a busca pelo lazer pode estar associada de acordo com Marcellino (2021), "a quebra da rotina, pela busca de novas paisagens, de novas pessoas, costumes, enfim, de um estilo de vida diferente" (p. 98).

Se relaciona também com a compreensão que o movimento traz ao ser humano a expressão de seu pensar, agir e sentir, seja em pequenos ou grandes movimentos. Na prática de atividades físicas há benefícios para o desenvolvimento motor, psicológico e social dos indivíduos. (WELLICHAN; SANTOS, 2019)

Desde exercícios mais simples até os adaptados, as pessoas com deficiência encontram novas oportunidades de **manter, desenvolver ou reabilitar sua saúde** (seja no aspecto físico, psicológico ou social), o que representa uma melhoria em relação à mobilidade, equilíbrio e outros fatores, contribuindo diretamente para a **qualidade de vida** de pessoas (WELLICHAN; SANTOS, 2019).

Além disso, o exercício físico pode intervir na redução da dor musculoesquelética e

atuar na prevenção de deformidades, aumentando a resistência pulmonar e cardiovascular (RODRIGUES; MUSSI; ALMEIDA, 2014 *apud* WELLICHAN; SANTOS, 2019). Psicologicamente, a atividade física atua na melhoria da autoestima, do autoconceito, da imagem corporal e das funções cognitivas, diminuindo o estresse, a ansiedade e o consumo de medicamentos (MARTINS; RABELO, 2008 *apud* WELLICHAN; SANTOS, 2019).

A demanda por atividades físicas para pessoas com deficiência tem como um de seus principais marcos a Segunda Guerra Mundial, quando a atividade física passou a fazer parte do processo de reabilitação de soldados que voltavam das batalhas com deficiências e amputações. Desde então, o esporte adaptado mostra-se como um instrumento para a reabilitação, promoção de saúde, recuperação e socialização, além de favorecer a **autonomia e independência** para indivíduos que buscam desenvolver e aperfeiçoar habilidades e orientação espacial. (WELLICHAN; SANTOS, 2019).

A autoestima pode ser considerada um fator de grande importância nesse contexto, que contribuirá não só para o emocional como também para todos os momentos nos quais o indivíduo se encontra entre sua limitação/restrição e suas reais possibilidades, que podem até ser desconhecidas por ele, ainda.

As pessoas com deficiência podem estar motivadas por fatores pessoais, situacionais, emocionais ou de comportamento e também podem buscar no esporte medidas terapêuticas (SAMULSKI, 2002; ESCARTI; CERVELLO, 1994 *apud* WELLICHAN; SANTOS, 2019), a prática pode ser assim considerada como um "mecanismo facilitador da inclusão na sociedade" (NOCE; SIMIM; MELO, 2009 *apud* WELLICHAN; SANTOS, 2019).

Um relato interessante que exemplifica atividades com PcDs é o artigo Atividade motora adaptada para deficientes visuais: experiências com a natação em instituições inclusivas. (MONTANS; VENDITTI JÚNIOR, 2011) que conta a experiência de um trabalho multidisciplinar que envolve a participação de profissionais das áreas de Educação Física e Fisioterapia em que são expostos relatos referentes às experiências vivenciadas na área da Natação para pessoas com deficiência visual.

A primeira fase da Natação, a de aprendizagem básica, foi a mais presente em todo o período de atuação, esta fase abrange os primeiros contatos com a água, a respiração, flutuação, propulsão, mergulho elementar e nados rudimentares. Com alguns adolescentes foi possível dar início à segunda fase da Natação: o aperfeiçoamento através do aprimoramento dos nados. A terceira fase, de treinamento, se mostrou presente apenas em períodos em que se visou o condicionamento de alguns adolescentes, através de exercícios de resistência aeróbia. (MONTANS; VENDITTI JÚNIOR, 2011)

Montans e Venditti Júnior (2011) destacaram que contato com a modalidade despertou neles a compreensão de que a Natação para deficientes visuais exige alguns cuidados especiais, como objetos posicionados no mesmo local, no espaço externo que deve ter sempre os para permitir que o deficiente visual se localize e reconheça o ambiente, evitando possíveis acidentes. O uso de aparelhos de cores contrastantes é interessante

para os indivíduos que apresentam baixa visão, já que facilita a visualização, motivando-os a participar das atividades. É bom lembrar que as informações verbais e táteis têm um valor muito grande para aqueles que estão privados da visão.

Outros artifícios utilizados pelos autores como auxílios na prática da Natação podem ser citados: a orientação para contagem das braçadas para o nadador prever a localização da borda da piscina e, no nado de costas, o uso de bandeiras baixas (perto do nível da água), que roçam nos braços dos nadadores, indicando o final da piscina são bastante usados na natação adaptada para deficientes visuais. (MONTANS; VENDITTI JÚNIOR, 2011).

Segundo os autores, com base na experiência, a atividade física adaptada pode ser entendida como meio de promoção de inclusão social, uma vez que possibilita um aumento do círculo de amizades, correspondendo a uma oportunidade para derrubar barreiras discriminatórias estereotipadas. (MONTANS; VENDITTI JÚNIOR, 2011).

Mais uma série de outras contribuições se relaciona à prática de atividade física adaptada tais como: uma forma de aumentar as capacidades motoras, cardiorrespiratórias e posturais do indivíduo praticante; bem como um meio de prevenir deficiências secundárias que podem se instalar no corpo do deficiente visual, comprometendo suas formas e funções preservadas. (MONTANS; VENDITTI JÚNIOR, 2011).

ATIVIDADES FÍSICAS DE AVENTURA NA NATUREZA COM PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Le Breton (2012) destaca novas práticas que visam expor fisicamente o corpo com grandes esforços e até mesmo perigo com provas extenuantes como maratonas, reides, caminhadas em terrenos planos ou íngremes etc.

Para o autor tais práticas estão relacionadas à estética do gesto, na procura da sensação, na relação durável e desgastante com o mundo, mas em uma perspectiva lúdica. O sociólogo aponta ainda que a paixão moderna pelas atividades de risco nasce da profusão dos sentidos que o mundo contemporâneo sufoca, diante da perca de legitimidade dos referenciais de sentido e de valores, sua equivalência geral numa sociedade onde tudo se torna provisório, desestabiliza o panorama social e cultural.

Assim, na ausência de limites de significação que a sociedade não oferece mais, o indivíduo procura ao seu redor, fisicamente, os limites de fato. Experimenta nos obstáculos e na relação frontal com o mundo a oportunidade de encontrar os referenciais que são necessários para sustentar a identidade pessoal. Experimentando, às custas do corpo, a capacidade íntima de olhar a morte de frente sem fraquejar.

São exemplos destas novas práticas evidenciadas por Le Breton (2012) os esportes na natureza, atividades de aventura ou Atividades Físicas de Aventura na Natureza, que detalharemos abaixo.

Pimentel (2013) no artigo **Esportes na natureza e atividades de aventura: uma terminologia aporética** apresenta que embora a aventura, como experiência subjetiva da busca de emoções frente ao inusitado possa ser compreendida como algo constante na humanidade, é na contemporaneidade que se experimenta uma diversificação de atividades de aventura, na perspectiva do lazer.

Essas práticas estão ligadas a sensações de risco e vertigem, exacerbações controladas das emoções, além de **aproximação com a natureza** e com outras dimensões sensíveis, que podem significar um diferencial dessas práticas em relação aos esportes convencionais (BRUHNS, 2003; SCHWARTZ, 2006; MARINHO, 2008 *apud* PIMENTEL, 2013).

Há diversos autores e estudos que apresentam diferentes nomenclaturas para estas práticas esportivas: AFAN - Atividades Físicas de Aventura na Natureza (BETRAN, 2003), Práticas corporais de aventura (INÁCIO *et al.*, 2005), Esportes radicais (UVINHA, 2001), Esportes na natureza (DIAS; MELO; ALVES JÚNIOR, 2007), esportes de ação (BRANDÃO, 2010), etc. A descrição das características de cada termo não se iguala, porém concordam com o adjetivo de sensações de risco e vertigem, exacerbações controladas das emoções.

Pimentel (2013) concorda com a exposição apresentada por Dias, Melo e Alves Júnior (2007, p. 9) que não insere "esportes na natureza" como uma categoria geral para designar todas as práticas às quais outros autores tentam agrupar em termos como AFAN, esportes de aventura ou radicais. Seu alvo é "o esporte como uma prática que estabelece relações intersubjetivas com a natureza, a fim de extrair prazer dessa interação".

Segundo Pimentel (2013), embasado em Dias (2007), tendo o lazer como referência, e fugindo do tipo ideal de esporte, os **critérios para o esporte na natureza** são outros: baixo nível de previsibilidade, menor estereotipia dos movimentos, disposição ao risco, busca por emoções, presença de novas tecnologias e, claro, o contato com a natureza. Nesse caso, é aceitável como esporte na natureza até mesmo aquela experiência feita por meio de bricolagem de técnicas esportivas (bungee jumping, rapel, espeleologia, boia-cross).

Nós adotaremos aqui o termo Atividades Físicas de Aventura na Natureza (AFAN), corroborando a definição proposta originariamente por Betrán (1995), já que esta consegue abranger qualquer prática que desperte o instinto aventureiro e que tenha uma ligação profunda com o meio natural, representando uma atividade de diversão em seu tempo livre, tendo o corpo não como meio, mas como um fim em si mesmo, por ser o portador de emoções e sensações vivenciadas (TAHARA; CARNICELLI FILHO, 2009).

As AFAN têm sido apontadas, não apenas de maneira funcional, ampliando as possibilidades de revisão em relação à mesmice vivenciada no dia a dia, mas também, como um elemento em si mesmo, ou seja, que apresenta um novo redimensionamento, em que o homem aprimora prazerosa e conscientemente os conteúdos desta sua relação com a natureza (FREIRE, 2006 *apud* MANFIOLETE *et al.*, 2012).

O desequilíbrio e a inversão corporal se apresentam como inovação, do temido e do admirado (quase do proibido), sendo o processo e não a meta o que se pretende. A viagem resultante é o produto de um desejo de quebra que busca experiências novas e prazerosas, passíveis de explicação (surge a partir daí o conceito de aventura) que propiciam o autoconhecimento corpóreo e contribuem para o reconhecimento pessoal, a segurança e a autoestima (BÉTRAN, 2003 *apud* MANFIOLETE *et al*., 2012).

Enfatizamos a importância da atividade de aventura como meio difusor de emoções, prazeres e sensações de superação. As Atividades de Aventura podem ser praticadas por pessoas com algum tipo de deficiência, desde que para isso sejam realizadas adaptações necessárias e condizentes com a deficiência em questão. (ALVES; NAZARI, 2009)

Vamos agora conhecer algumas experiências já publicadas sobre Atividades Físicas de Aventura na Natureza e que pude localizar nas buscas realizadas durante as últimas semanas.

Barroso *et al.* (2016) em **Uma "aventura inclusiva" - atividades de natureza e aventura para pessoas com deficiência.** No trabalho os autores relatam uma experiência de atividades de aventura ao ar livre, realizada em Leiria, Portugal, com pessoas com deficiência, com o objetivo de proporcionar uma vivência enriquecedora e diferente aos participantes. Se evidencia que com a experiência "procurou-se que estes conhecessem os benefícios que estas atividades provocam, bem como sensibilizar a comunidade geral e empresarial para a necessidade de promover mais este tipo de atividades que se traduzem em benefícios individuais e sociais" (p. 240). As autoras e autores declaram que a atividade foi implementada cumprindo os procedimentos de segurança e gestão do risco e de forma adaptada ao público-alvo, incluindo Tirolesa, Zarabatana, Orientação e Caça ao Tesouro natural.

Barroso *et al.* (2016) evidenciaram a importância de operacionalizar os seguintes aspectos: a) permitir aos deficientes que integrarem as atividades de aventura como agentes principais e não com agentes secundários, **adaptando as atividades aos vários tipos de deficiência**, através de recursos materiais e humanos; b) montar um conjunto de atividades, numa zona central da cidade de Leiria que permita destaque e visibilidade; c) enviar informação para os meios de comunicação como rádios e jornais e através de conferências; d) dinamizar as atividades de forma a **proporcionar alguma ou total autonomia controlada**, incentivando à prática regular evitando a desistência (BARROSO *et al*., 2016, p. 252).

Como resultados evidenciaram no trabalho que a atividade decorreu em total segurança, promoveu a comunicação entre todos os envolvidos: indivíduos com deficiências, técnicos da instituição, familiares e instrutores de atividades de ar livre. Os participantes mostraram-se felizes, alegres, participativos e aceitaram os desafios propostos com entusiasmo, à exceção de alguns comportamentos de medo iniciais. Foram vividos momentos de liderança, partilha, descoberta, criatividade, induzidos pelas diversas

atividades. A experiência foi considerada pelos técnicos da instituição de educação especial e pelos familiares como bastante positiva, sendo unânime que deveria repetir-se mais vezes ou ser realizada com caráter regular (BARROSO *et al.*, 2016).

Outro interessante trabalho encontrado foi o de título **Lazer nas atividades de aventura na natureza e qualidade de vida para pessoas com deficiência: um estudo a partir do caso da cidade de socorro -SP** de José Roberto Herrera Cantorani (2014).

O artigo aponta enquanto objetivos: compreender o significado da acessibilidade às atividades de aventura na natureza para a vida das pessoas com deficiência e, em consequência, para a qualidade de vida das mesmas e ainda identificar o significado da própria acessibilidade para a vida dessas pessoas, assim como o significado do acesso ao lazer de modo geral. (CANTORANI, 2014).

O local estabelecido para a pesquisa de campo foi a cidade de Socorro, em São Paulo. A escolha do local se deve ao fato deste município ter se lançado à aventura de participar de um projeto destinado ao desenvolvimento de formas e equipamentos adaptados para a prática de atividades de aventura para pessoas com deficiência. O estudo apresentou como resultado que esse tipo de atividade resulta em aspectos significativamente positivos para a vida e para a qualidade de vida das pessoas com deficiência. (CANTORANI, 2014).

Mesmo fazendo algumas buscas encontrei poucos trabalhos sobre o tema de interesse de modo específico. Consultei sites e vídeos em que se falava de algumas experiências, mas tratadas de modo muito disperso, espero em outras oportunidades dar continuidade aos estudos e realizar outros trabalhos contemplando estes exemplos com base no referencial teórico estudado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo caracterizar a prática de esportes de aventura na natureza para pessoas com deficiência, tanto do ponto de vista conceitual quanto com base em estudos de caso já publicados sobre o tema.

Para isso, iniciamos a discussão com os conceitos utilizados para se referir às pessoas com deficiência até chegarmos ao termo atual, abordamos também a importância da prática de atividades físicas para pessoas com deficiência, a exposição dos conceitos de Atividades Físicas de Aventura na Natureza e alguns – poucos casos – sobre esse tipo de prática.

Percebeu-se que ao longo dos anos, os termos que definem a pessoa com deficiência avançaram acompanhando as elaborações científicas e a maturidade dos movimentos de defesa de direitos humanos (ENAP, 2018).

O pouco número de relatos práticos que localizei, mesmo entendendo a limitação do tempo para a realização do estudo, pode denotar que há poucos estudos sobre isso. Ainda assim, há muito sobre pessoa com deficiência e atividades físicas para este público o que

possibilita construirmos novos estudos sobre a prática de Atividades Físicas de Aventura na Natureza para PcD.

REFERÊNCIAS

ALVES, Lucas Salomão; NAZARI, Juliano. Atividades de Aventura e deficiência: limites e possibilidades. **Revista Digital - Buenos Aires** - Año 14 - Nº 138 - Noviembre de 2009. Disponível em: https://efdeportes.com/efd138/atividades-de-aventura-e-deficiencia.htm. Acesso em: 1 jun. 2022.

AMIRALIAN, Maria Lúcia Toledo. Conceituando deficiência. **Revista de Saúde Pública.** Disponível em: https://www.scielosp.org/article/rsp/2000.v34n1/97-103/pt/#ModalArticles. Acesso em: 9 maio 2022.

BARROSO, Marisa *et al.* Uma "aventura inclusiva" - atividades de natureza e aventura para pessoas com deficiência. **Revista da UI_IP.** Santarém-Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém, p. 240-253, 2016.

BETRÁN, Javier. Rumo a um novo conceito de ócio ativo e turismo na Espanha: as atividades físicas de aventura na natureza. In: BRUHNS, H. T.; MARINHO, A. (Org.). **Turismo, lazer e natureza.** São Paulo: Manole, 2003. p. 157-202

BRANDÃO, Leonardo. Esportes de ação: notas para um estudo acadêmico. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 32, n. 1, p. 59-73, 2010.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil (1988).** Brasília: Senado Federal, [2016]. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/518231/CF88_Livro_EC91_2016.pdf.

BRASIL. **Lei n. 13.146, de 6 de julho de 2015.** Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm. Acesso em: 2 jun. 2022.

CANTORANI, José Roberto H. Lazer nas Atividades de Aventura na Natureza e Qualidade de Vida para Pessoas com Deficiência: Um Estudo a partir do Caso da Cidade de Socorro - SP. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 17, n. 1, 2014. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/634. Acesso em: 23 maio 2022.

DIAS Cleber Augusto.; MELO, Victor Andrade; ALVES JÚNIOR, Edmundo. Os estudos dos esportes na natureza: desafios teóricos e conceituais. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 7, p. 65-95, 2007.

DUMAZEDIER, Joffre. **Sociologia empírica do lazer**. 3ª ed .São Paulo: Perspectiva, 2008.

FUNDAÇÃO ESCOLA NACIONAL DE ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA (ENAP). **Programa de inclusão de pessoas com deficiência**. Brasília: Enap, 2018. https://inclusao.enap.gov.br/wp-content/uploads/2018/04/Cartilha-Programa-de-Inclus%C3%A3o-de-Pessoas-com-Defici%C3%AAncia.pdf. Acesso em: 13 maio 2022.

GAUDENZI, Paula; ORTEGA, Francisco. Problematizando o conceito de deficiência a partir das noções de autonomia e normalidade. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2016, v. 21, n. 10, pp. 3061-3070. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-812320152110.16642016. Acesso em: 5 jun. 2022.

GORGATTI, Márcia Greguol. Atividade física adaptada: qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais. São Paulo: Manole, 2013.

INÁCIO, Humberto Luís de Deus *et al.* Travessuras e artes na natureza: movimentos de uma sinfonia. In: SILVA, Ana Márcia; DAMIANI Iara Regina (Org.). **Práticas corporais.** Florianópolis: Nauemblu, 2005. p. 81-105.

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. 6 ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2012.

LIMA, Telma Cristiane S. de; MIOTO, Regina Célia T. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. **Revista Katálysis**, Florianópolis, v. 10, n. spe, pp. 37-45, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rk/v10nspe/a0410spe.pdf. Acesso em: 3 set. 2022.

MANFIOLETE, Leandro Dri. Atividades Físicas de Aventura na Natureza: emoções, aventura, risco e imaginário. **Revista Digital. Buenos Aires** - Año 17 - Nº 168 - Mayo de 2012. Disponível em: https://efdeportes.com/efd168/atividades-fisicas-de-aventura-na-natureza.htm.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Estudos do lazer**. Campinas: Autores Associados, 2021. [Edição do Kindle].

MELLO, Anahi Guedes de; NUERNBERG, Adriano Henrique. Gênero e deficiência: interseções e perspectivas. **Revista Estudos Feministas** [online]. 2012, v. 20, n. 3 [pp. 635-655. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0104-026X2012000300003. Acesso em: 7 jun. 2022.

MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO PARANÁ – MPPR. **Conceitos de deficiência.** Curitiba: MPPR, 2022. Disponível em: https://pcd.mppr.mp.br/pagina-41.html.

MONTANS, Daniela Ferreira; VENDITTI JÚNIOR, Rubens. Atividade motora adaptada para deficientes visuais: experiências com a natação em instituições inclusivas. Lecturas: Educación Física Y Deportes, Buenos Aires, Año 15, Nº 152, Enero de 2011. Disponível em: https://efdeportes.com/efd152/atividade-motora-adaptada-para-deficientes-visuais-natacao.htm.

PIMENTEL, Giuliano Gomes de Assis. Esportes na natureza e atividades de aventura: uma terminologia aporética. Revista Brasileira de Ciências do Esporte [online]. 2013, v. 35, n. 3, p. 687-700. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0101-32892013000300012. Acesso em: 3 jun. 2022.

PROJETO DIVULGA INCLUSÃO. INSTITUTO FEDERAL DE MINAS GERAIS - CAMPUS OURO PRETO. **Qual o termo correto: portador de deficiência, pessoa com deficiência ou portador de necessidades especiais?** Disponível em: http://www2.ouropreto.ifmg.edu.br/news/qual-o-termo-correto-portador-de-deficiencia-pessoa-com-deficiencia-ou-portador-de-necessidades-especiais. Acesso em: 3 jun. 2022.

SANTOS, Wederson Rufino dos. Pessoas com deficiência: nossa maior minoria. **Physis: Revista de Saúde Coletiva,** v. 18, p. 501-519, 2008. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/physis/2008.v18n3/501-519/pt/#ModalArticles

SIQUEIRA, Leandro Oliveira da Cruz; SIQUEIRA, Prof. Naiara Martins da Silva; Simionato, Astor Reis. O direito ao lazer: uma dicotomia entre o lazer e o consumo dentro do sistema capitalista. **Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital**. Buenos Aires, nº 233, 2017. Disponível em: https://efdeportes.com/efd233/o-direito-ao-lazer-uma-dicotomia.htm

TAHARA, Alexander K.; CARNICELLI FILHO, Sandro. Atividades Físicas de Aventura na Natureza (AFAN) e Academias de Ginástica: motivos de aderência e benefícios advindos da prática. **Movimento**, [S. l.], v. 15, n. 3, p. 187–208, 2009. DOI: 10.22456/1982-8918.4917. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/4917. Acesso em: 5 jun. 2022.

UVINHA, Ricardo Ricci. **Juventude, lazer e esportes radicais.** Barueri: Manole, 2001.

WELLICHAN, Danielle D. S. P.; SANTOS, Marcella G. F. dos. Atividade fisica adaptada para a pessoa com deficiência: o crossfit adaptado para um grupo com cadeirantes e amputado. **Temas em Educação e Saúde**, Araraquara, v. 15, n. 1, p. 146–158, 2019. Disponível em: https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/12700. Acesso em: 9 jun. 2022.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Atividade física 13, 14, 19, 20, 25, 40, 43, 45, 50, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 92

Atividades de lazer 15

C

Comunicação 22, 39, 40, 41, 42

CrossKids 66, 67, 68, 72, 74

E

Educação Física 14, 15, 19, 28, 33, 34, 35, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 66, 67, 69, 70, 73, 74, 75, 77, 91, 92

Envelhecimento 54, 55, 56, 57, 63, 65, 76, 77, 83, 87, 90

Esportes 8, 14, 15, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 31, 43, 45, 92

Esportes para Pessoas com Deficiência 15

Exercício físico 15, 18, 44, 45, 54, 55, 56, 57, 58, 63, 67, 69, 73, 77

F

Formação profissional 27, 29, 32, 38, 43, 46

I

Idosos 54, 55, 56, 57, 58, 63, 65, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89

M

Mulheres 53, 54, 56, 57, 59, 60, 61, 62, 64, 79, 80, 81, 84, 85, 88, 89

N

Natação 19, 20, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36

O

Osteoporose 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 77

P

Pilates 53, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64

Pós-menopausa 54, 56, 57, 61, 64

Profissão 27, 29, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 44, 47, 48

R

Representações sociais 27, 29, 30, 31, 32, 36, 37

ÍNDICE REMISSIVO

S

Saúde 1, 3, 8, 11, 14, 16, 18, 19, 24, 25, 26, 43, 45, 51, 52, 53, 55, 56, 58, 59, 60, 62, 63, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 76, 83, 89, 92

T

Tecnologias de informação 39, 40

Treinadores esportivos 27, 31, 34, 35, 37, 38

Treinamento 15, 19, 27, 28, 31, 33, 34, 36, 37, 56, 58, 59, 60, 63, 67, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 92

Treinamento resistido 56, 63, 74, 75, 76, 77, 78, 80, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89

www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br
@atenaeditora
www.facebook.com/atenaeditora.com.br

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

3

Atena Editora
Ano 2023

www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br
@atenaeditora
www.facebook.com/atenaeditora.com.br

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

3

Atena Editora
Ano 2023