



## ■ *Pet* Terapia e Atividade Física Adaptada

## ■ Mulher e Esporte Adaptado

## ■ Manejo da Cadeira de Rodas



# ■ O ISAPA veio ao Brasil...





# ADAPTA

a revista profissional da Sobama



A revista ADAPTA é uma publicação anual da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada (Sobama).  
VOL 2 no. 1 - 2006  
ISSN 1808-8902

## Editores

Eliane Mauerberg-deCastro [mauerber@rc.unesp.br](mailto:mauerber@rc.unesp.br)  
Adriana Inês de Paula [depaula@rc.unesp.br](mailto:depaula@rc.unesp.br)  
Marli Nabeiro [mnabeiro@fc.unesp.br](mailto:mnabeiro@fc.unesp.br)  
Verena Junghänel Pedrinelli [vpedrinelli@uol.com.br](mailto:vpedrinelli@uol.com.br)

## Diretora de redação

Eliane Mauerberg-deCastro [mauerber@rc.unesp.br](mailto:mauerber@rc.unesp.br)

## Diretoras de arte

Eliane Mauerberg-deCastro [mauerber@rc.unesp.br](mailto:mauerber@rc.unesp.br)  
Debra Frances Campbell [campbell@rc.unesp.br](mailto:campbell@rc.unesp.br)

## Diagramação e capa

Eliane Mauerberg-deCastro [mauerber@rc.unesp.br](mailto:mauerber@rc.unesp.br)  
Foto da capa: Debra Frances Campbell

## Colaboradores

Adriana Ines de Paula [depaula@rc.unesp.br](mailto:depaula@rc.unesp.br)  
Eliane Mauerberg-deCastro [mauerber@rc.unesp.br](mailto:mauerber@rc.unesp.br)

## Assinaturas

Adriana Inês de Paula [depaula@rc.unesp.br](mailto:depaula@rc.unesp.br)  
Marli Nabeiro [mnabeiro@fc.unesp.br](mailto:mnabeiro@fc.unesp.br)

## Submissão de manuscritos

Adriana Inês de Paula [depaula@rc.unesp.br](mailto:depaula@rc.unesp.br)

## Para anunciar contate

Marli Nabeiro [mnabeiro@fc.unesp.br](mailto:mnabeiro@fc.unesp.br)

## Diretoria Executiva

Presidente: Eliane Mauerberg-deCastro  
Vice-Presidente: Verena Junghänel Pedrinelli  
Secretária Geral: Márcia Valéria Cozzani  
1ª Secretária: Joslei Viana de Souza  
Tesoureira: Adriana Inês de Paula  
1ª Tesoureira: Ruth Eugênia Amarante Cidade e Souza

## Sobama

Endereço:  
Departamento de Educação Física, UNESP  
Av. 24-A, 1515, Bela Vista  
Rio Claro SP 13506-900  
Fone: 19-3526-4333  
Fax: 19-3534-0009 ou 19-3526-4321  
E-mail: [sobama@rc.unesp.br](mailto:sobama@rc.unesp.br)  
[www.sobama.org.br](http://www.sobama.org.br)

---

Os artigos assinados são de inteira responsabilidade dos autores, não refletindo, necessariamente, a opinião dos editores da revista ou da diretoria da Sobama.

---

## Apoio

UNESP Rio Claro



# Artigos

## O ISAPA veio ao Brasil...

*Eliane Mauerberg-deCastro*



pag 4

## Mulher e Esporte Adaptado: Alguns Apontamentos

*Ruth Eugenia Cidade*

pag 7

## Pet Terapia e Atividade Física Adaptada



### O Homem e o Seu Amigo

*Camila de Souza Lucena  
Eliane Mauerberg-deCastro*

pag 17

## Manejo da Cadeira de Rodas Uma ferramenta importante no dia-a-dia do basquete sobre rodas

*Elaine Mara da Silva*



pag 21

## Projeto “Criança Especial”



*Cícero Campos  
Julio César  
Takehara  
Lucas Portilho  
Nicoletti  
Valter Brighetti  
Roseli Custódio Del  
Alamo  
Marcelo Aparecido  
Faria Parreira*

pag 28

## **Projeto Eficientes 2006/2007**

### **Musculação Para Terceira Idade**

*Júlio César Takehara*

*Cícero Campos*

*Lucas Portilho Nicoletti*

*Valter Brighetti*

*Wellington Barbosa Dias*

*Jorge Luis da Silva Onça Filho*



pág 30

## **O Dia de Fazer a Diferença**

*Carla Cristina Moreira*



pag 32

# O ISAPA veio ao Brasil...

**e os brasileiros mostraram uma AFA política, inclusiva, diversificada  
...e juntos com a comunidade internacional fizeram história**

*Eliane Mauerberg-deCastro*

O XVI Simpósio Internacional de Atividade Motora Adaptada (16th International Symposium of Adapted Physical Activity) conhecido como ISAPA, oficialmente encerrou em 28 de julho de 2007. Durante cinco dias um público verdadeiramente internacional dividiu suas experiências com colegas de todo o mundo. Convidados como Claudine Sherrill, então presidente da Federação Internacional de Atividade Física Adaptada (International Federation of Adapted Physical Activity, IFAPA), e Gudrun Doll Tepper, presidente do Conselho Internacional de Ciências do Esporte e Educação Física (International Council for Sports Science and Physical Education, ICSSPE), foram as conferencistas de abertura do evento.

Palestina, Suécia, Arábia Saudita, Serbia, Zimbabwe, Taiwan, Turquia, Reino Unido, Estados Unidos, e Uruguai. Destes 40 países, 23 efetivamente foram identificados como presentes no evento, sendo representados por 116 visitantes internacionais.

## O começo em 2005 na Itália

A execução do ISAPA teve início em 2005 quando, durante a última edição do ISAPA na Itália, o Brasil foi eleito para a próxima sede. Pela primeira vez na sua história, desde 1977, o evento foi sediado num país de economia emergente.



Foto: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro



Foto: E. Mauerberg-deCastro

O ISAPA contou com uma programação de 14 convidados palestrantes vindos de várias partes do mundo. Dos 771 inscritos, 506 marcaram presença em Rio Claro. Dos 506 participantes, 390 foram brasileiros, e destes 237 foram provenientes de outros estados brasileiros. Quarenta países com mais de 200 representantes internacionais se inscreveram no ISAPA: Argentina, Angola, Austria, Austrália, Bélgica, Botswana, Bulgária, Canadá, Republica Tcheca, Chile, Dinamarca, Espanha, Inglaterra, Finlândia, França, Gambia, Alemanha, Itália, Israel, Índia, Japão, Líbia, Lituânia, Nigéria, Noruega, Nova Zelândia, Portugal, România, China, Polónia,

## O desafio no Brasil

O ISAPA concretizou um envolvimento voluntário cujas metas foram resolver problemas, interagir com colegas brasileiros e estrangeiros, e fundamentalmente disseminar a cultura brasileira. O ISAPA congregou colegas, parceiros de trabalho, amigos com e sem deficiência. Juntos, realizaram as metas do ISAPA, discutindo o que o esporte e a atividade física devem oferecer para todas as pessoas. Juntos, nós todos falamos sobre diversidade e inclusão, e juntos descobrimos um mundo único onde diferenças são bem-vindas.



Foto: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro



Foto: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro

O Simpósio Internacional de Atividade Física Adaptada foi um evento de divulgação e congregação científico-profissional que levantou preocupações locais, regionais e internacionais com o esporte e a atividade física adaptada. O ISAPA proporcionou um direcionamento para profissionais locais em como interagirem com líderes mundiais e colegas internacionais na área de atividade física adaptada. Entre 24 e 28 de julho de 2007, a cidade de Rio Claro recebeu os participantes do 16th ISAPA. Sob organização do Departamento de Educação Física da UNESP, estudiosos e profissionais de áreas afins se reuniram com um público sob um interesse comum: Atividade Física Adaptada e Saúde para Todos: Uma Perspectiva Política, Cross-Disciplinar, e de Desenvolvimento sobre Diversidade Humana. O problema central do ISAPA foi materializar projetos coletivos e individuais ligados à formação profissional/acadêmica através de palestras, mesa redondas, encontros, e participação com apresentação em sessões de temas livres, mostra de vídeo e posters.



Foto: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro

## Impacto social num momento de visibilidade do Brasil

Entre julho e agosto de 2007, o Brasil hospedou os Jogos Pan Americanos e Para-Panamericanos no Rio de Janeiro. Este evento chamou a atenção sobre o esporte para deficientes e sua importância para a inclusão e visibilidade social das populações com deficiências. Este foi um argumento importante em torno da questão de visibilidade política e social que a atividade física e o esporte despertam junto à comunidade internacional, tanto de profissionais como de pesquisadores. Paralelo ao Para Pan Americano, o ISAPA foi um foro de discussões destes assuntos.

Durante o ISAPA, o argumento central foi sobre a importância da atividade física adaptada e a questão de saúde ameaçada por fatores como pobreza, sedentarismo, obesidade, distúrbios alimentares, envelhecimento associado com doença, entre outros. Os brasileiros tanto com deficiência como sem deficiência são alvos de problemas de saúde que ameaçam a vida e aumentam o impacto de situações incapacitantes, a exemplo de idosos tornarem-se deficientes, ou crianças que nascem sem deficiência, mas acumulam atrasos no desenvolvimento por conta de sub-nutrição, ou privação de estímulos.

O ISAPA foi um foro de disseminação de estudos problematizando estes temas, e foi também um foro de onde saíram propostas e projetos para a melhoria da qualidade de vida de todos os cidadãos, quer brasileiros, quer de outros países. O ISAPA no Brasil foi um evento exemplar. Um evento de onde surgiram idéias e propostas de intervenção para vários problemas de saúde que pessoas com e sem deficiência passam do nascimento ao período da terceira idade. Além de o evento ser uma oportunidade de dar visibilidade aos assuntos em torno da qualidade de vida e direitos humanos de qualquer pessoa, o ISAPA permitiu a troca de informações e o compartilhamento cultural com participantes de outros países.



Foto: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro



Foto: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro

O ISAPA sempre teve um alcance internacional predominante com países do primeiro mundo, e esta foi a primeira vez que participantes, inclusive palestrantes, de países de economia emergente (EEC) e economia ameaçada (ECC) dividiram experiências e conhecimento sobre a realidade internacional. O ambiente do ISAPA foi uma inspiração para futuros pesquisadores (alunos de pós-graduação, PG).

Enquanto evento científico e profissional, o ISAPA abordou assuntos sobre a atividade física e esporte, saúde e qualidade de vida de pessoas com deficiência. Os participantes do ISAPA interessados e *experts* nestes assuntos foram pesquisadores, profissionais e líderes na área do mundo inteiro. O ISAPA foi um evento inclusivo e teve a presença de pessoas com e sem deficiência de vários setores da sociedade. Ao lado do Para Pan Americano, este foi o maior evento do calendário nacional ligado à diversidade humana.

## O Congresso Brasileiro de Atividade Motora Adaptada e o ISAPA

Junto ao ISAPA ocorreu simultaneamente o VII Congresso Brasileiro da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada (CBAMA). Em 1995, o primeiro CBAMA ocorreu em Campinas sob a liderança do Prof. Dr. Edison Duarte. O número de resumos publicados totalizou 128. Em 1997 o evento foi em Uberlândia sob a liderança do então presidente Prof. Dr. Alberto Martins da Costa, um total de 101 resumos publicados. Em 1999, o CBAMA foi em Recife sob a liderança de Antonio Manoel. O número foi de apenas 64 resumos. Em 2001 a presidente Profa. Dra. Ruth E. Cidade de Freitas foi a responsável pelo CBAMA em Curitiba. O congresso totalizou 193 resumos publicados. O evento de 2003 em Belo Horizonte contou com a organização do Prof. Dr. Pedro Americo Sobrinho. O número de resumos publicados foi 114.



Figura 1. Perfil de publicações do CBAMA.

Em 2005 o CBAMA ocorreu em Rio Claro e teve um volume de 271 sob a presidência da Profa. Dra. Eliane Mauerberg-deCastro. Em 2007, novamente em Rio Claro, sob a mesma presidência, e em conjunção com o ISAPA, o número elevou para 436.

As áreas temáticas do 16º. ISAPA foram: Atividade física, saúde, bem estar e deficiência; Comportamento motor e

deficiência; Esporte adaptado: elite, inclusão e esporte recreacional; Ciência e tecnologia: avanços no esporte, exercício, reabilitação e acessibilidade; Inclusão na atividade física adaptada: Diretrizes educacionais, políticas e direitos sociais (ou inclusão); Atitudes, estereótipos e deficiência: exclusão, violência, mídia e a cultura da perfeição; Profissionalização e treinamento de competências do profissional da atividade física adaptada; Dança, atividades aquáticas, recreação e ginástica para indivíduos com deficiência; Atividade física e envelhecimento; Atividade física adaptada e os países em desenvolvimento.

Os resumos e artigos completos submetidos ao ISAPA, classificados dentro das áreas temáticas listadas acima, foram publicados na língua inglesa. Todos os resumos e artigos submetidos por autores de países que não falam a língua inglesa foram voluntariamente revisados pela profissional Debra F. Campbell, jornalista, editora e expert em comunicações. As categorias de apresentação foram:

- Mini-symposium – 9 sessões com 24 trabalhos
- Workshop – 19
- Research abstracts – 233
- Professional abstracts – 141
- Film abstracts – 19

O número total de abstracts publicados foi de 436, totalizando 182 páginas no livro dos Anais. Destes abstracts, 211 foram de autores brasileiros e 210 de autores estrangeiros. Os artigos completos incluíram 15 manuscritos de autores convidados que apresentaram conferências ou mesas redondas. Dos autores convidados a submeter artigos completos, 28 manuscritos foram publicados. Este conjunto de artigos completos gerou 253 páginas no livro dos anais. O total de páginas do livro dos anais foi de 456 páginas com cerca de 664 autores. O livro pode ser publicamente acessado no seu formato PDF no site do evento:

<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/isapa/welcome.htm>

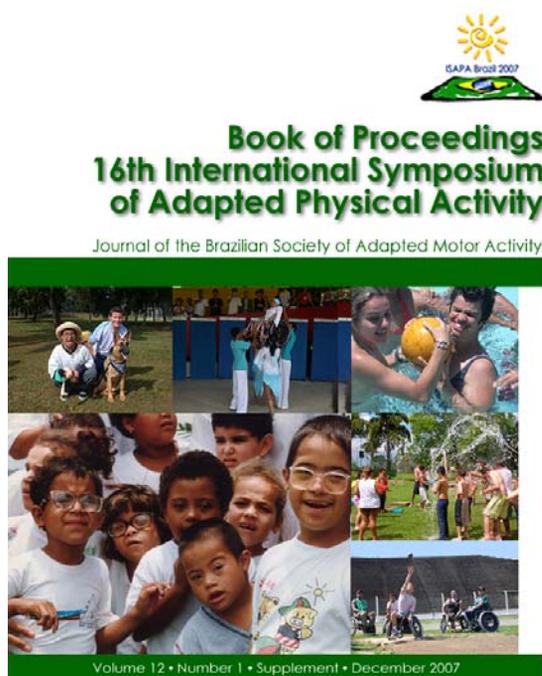


Figura 2. Livro dos Anais do ISAPA



Foto: D.F.Campbell

## A tradição do ISAPA e seus parceiros

O ISAPA foi pela primeira vez, desde a primeira edição em 1977, sediado em um país de economia emergente. Não há registros oficiais sobre o volume de participantes nos eventos ISAPA anteriores. Abaixo, no Quadro I está a lista de países que hospedaram o ISAPA antes do Brasil. Em 2009, o ISAPA ocorrerá na Suécia.

Quadro I. ISAPA e seus executores.

Ano	Cidade	País
1977	Quebec	Canadá
1979	Bruxelas	Bélgica
1981	Nova Orleans	Estados Unidos
1983	Londres	Inglaterra
1985	Toronto	Canadá
1987	Brisbane	Austrália
1989	Berlin	Alemanha
1991	Miami	Estados Unidos
1993	Yokohama	Japão
1995	Oslo	Noruega
1997	Quebec	Canadá
1999	Barcelona	Espanha
2001	Viena	Áustria
2003	Seul	Coreia
2005	Verona	Itália
2007	Rio Claro	Brasil
2009		Suécia

A realização deste evento internacional foi de responsabilidade da Universidade Estadual Paulista (UNESP) e contou com a parceria da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada (Sobama) e da Federação Internacional de Atividade Física Adaptada (International Federation of Adapted Physical Activity, IFAPA). Ainda, contou com o endosso do Conselho Internacional de Ciências do Esporte e Educação Física (International Council of Sport Science and Physical Education, ICSSPE), Olimpíadas Especiais Internacional (Special Olympics International, SOI), Aliança Americana para a Saúde, Educação Física, Recreação e Dança (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, AAHPERD) e Associação Americana de Atividade Física e Recreação (American Association of Physical Activity and Recreation, AAPAR).

Diversas organizações concederam apoio e recursos de natureza diversa, desde prestação de serviços até recursos financeiros. Entre estas foram: o Instituto de Biociências da UNESP através do Departamento de Educação Física, do Polo Computacional, do Programa de PG em Ciências da Motricidade, da SAEP; da Prefeitura Municipal cedendo transporte público e serviços especiais de segurança e manutenção da limpeza urbana durante o evento através da

Secretaria de Turismo, e cedendo a escola “EMEI Prof. Elpidio Mina” como alojamento; da Coordenadora de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes), Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP), Ministério do Esporte e ParaPan Rio, Governo Federal. Esta última cedeu os fundos mais significativos para a organização do evento. A IFAPA, ICSSPE e SOI formalmente contribuíram com recursos para a cerimônia de premiação IFAPA awards. (Abaixo Dr. Carlos Eduardo Negrão recebe das mãos do Dr. Reid, o prêmio Rarick e Dr. Jose A. Barela recebe o prêmio Jovem pesquisador IFAPA).



Fotos: D.F.Campbell

## Inovação em inclusão e acessibilidade aos participantes

Uma iniciativa para promover acessibilidade a participantes de países em desenvolvimento e inclusão de participantes com deficiências foi a criação do programa de bolsas do ISAPA Brazil. Foram concedidas três bolsas de participação e taxas especiais da ISAPA-Brasil 2007: Bolsa de participação: A Comissão Organizadora concedeu três das cinco (5) bolsas que incluíram isenção na taxa de inscrição, além de hotel e refeição para participantes internacionais de países de economia emergente (EEC) e países de economia ameaçada (ECC). A bolsa não incluiu custos com transporte

internacional (i.e., passagem de avião). Requisitos: O indivíduo deveria ser residente permanente de um país EEC ou ECC (apresentação de passaporte e passagem de avião); O indivíduo submeteu um resumo para a ISAPA-Brasil que foi aprovado pela comissão científica; O ISAPA também concedeu isenção de taxa de inscrição para a ISAPA-2009: Taxas especiais: Os participantes de países EEC e ECC receberam 50% de desconto nas taxas internacionais de acordo com o cronograma de inscrição.

### Atividades e workshop SOI pré-ISAPA

Antes do evento ISAPA iniciar tivemos o desenvolvimento do workshop da Special Olympics Internacional (SOI) e a participação do grupo de atletas da UNIP de Toledo que demonstrou, num jogo espetáculo, o handebol em cadeira de rodas, e ao final alguns atletas jogaram capoeira adaptada. Ambas atividades em fase de implantação neste país. Durante o evento produtos, métodos e programas de cunho acadêmico e profissional foram divulgados. Ações e debates junto aos líderes e membros ligados direta ou indiretamente com organizações formadas para e por pessoas



Fotos: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro

com deficiências ocorreram em encontros de área e sessões temáticas.

### Palestrantes de mesas redondas e conferências de abertura e encerramento

Dr. José Barela, São Paulo State University at Rio Claro, Brazil; Dr. Anne-Jobling, The University of Queensland, Australia; Dr. Andre Rodacki, the Federal University of Paraná, Curitiba, PR, Brazil; Anne-Mette Bredahl, Norwegian University of Sport and Physical Education, University of Oslo & Beitostoelen Healthsportcentre, Norway; Dr. Regina Favre, the São Paulo Laboratory of Formative Process, São Paulo, Brazil; Dr. Ignatius Onyewadume, the University of Botswana, Gaborone, Botswana; Dr. Shihui Chen, the Hong Kong Institute of Education, Tai Po, NT, Hong Kong; Dr. Eliane Mauerberg-deCastro, São Paulo State University at Rio Claro, Brazil; Dr. David Rodrigues, the Technical University of Lisbon, Portugal; Dr. Herman van Coppenolle, Katholieke Universitet, Leuven, Belgium; Dr. Claire Boursier, the University of Paris, France; Dr. Glenn Roswal, Special Olympics International and Jacksonville State University, Alabama, USA; Dr. Yves Vanlandewijck, International Paralympics and the Katholieke Universitet, Leuven, Belgium; Dr Carlos Eduardo Negrão, Heart Institute, University of São Paulo College of Medicine (Incor), São Paulo, SP, Brazil; and Dr. Hutzler Yeshayahu (Shayke), IFAPA President Elect, from Zinman College of Physical Education, School of Health Sciences, Israeli Sport Center for the Disabled, Ramat, Israel.



Fotos: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro

### Atividades culturais, sociais e outras

O ISAPA manteve a tradição com as atividades culturais que deram visibilidade ao trabalho realizado por grupos e indivíduos com deficiências na cidade de Rio Claro e outras cidades e regiões brasileiras.



Fotos: C. Paioli e R. Mauerberg de Castro

O ISAPA foi, além de um evento científico e profissional internacional, um evento social, cultural, no qual as pessoas que vieram desde cidades vizinhas até regiões remotas do planeta levaram uma significativa experiência sobre o Brasil, os brasileiros, as danças, as festas, as amizades, a cultura, a troca.

### A estrutura de comunicação

O ISAPA nos cinco dias do evento rendeu um sucesso que dependeu amplamente da organização iniciada vários anos antes por poucas pessoas, além de um sistema constante de comunicação via meio eletrônico. Parte central da organização foi a estratégia adotada para comunicação com participantes e a submissão de trabalhos. Neste evento, 100% dos trabalhos foram submetidos on-line através da página dinâmica construída pelo técnico Ari Xavier do Polo computacional da UNESP.



### Conclusão

Um simpósio internacional do porte do ISAPA foi uma oportunidade para estudiosos do mundo inteiro e de nossas instituições discutirem assuntos sobre diversidade cultural e também dar visibilidade aos assuntos internacionais em torno do esporte e da atividade física para pessoas com deficiência. O ambiente brasileiro foi uma oportunidade perfeita para por em práticas estes assuntos.

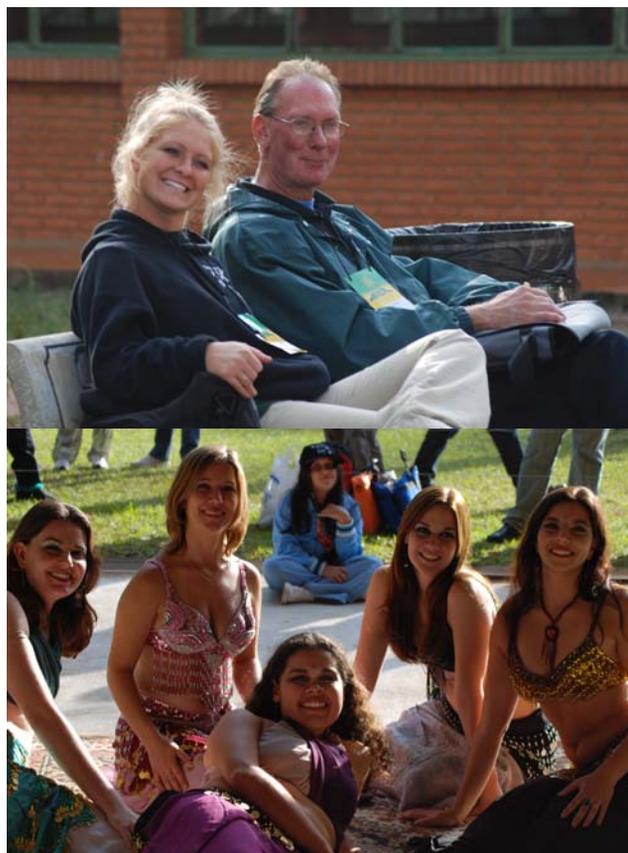
Também abriu perspectivas para a pesquisa aplicada e o entendimento das necessidades profissionais, além de um

intercâmbio internacional sem precedentes na história da atividade física adaptada.

O ISAPA 2007 foi um projeto 100% voluntário, sem fins lucrativos, executado por alunos e docentes da UNESP de Rio Claro, São Paulo. Esperamos que os futuros organizadores do ISAPA concordem que os eventos científicos devam buscar meios de promover a inclusão, a visibilidade, além da ciência, a cultura, a humanização nas parcerias, por fim um ambiente para políticas da diversidade.

A reputação positiva de nosso país e de nossas instituições não passou despercebida, e esperamos que um reflexo das impressões que nossos colegas visitantes levaram para seus locais de origem seja o de influenciar com altruísmo os futuros organizadores deste e outros eventos na área em outras partes do Brasil e do mundo.

O ISAPA Brasil foi uma verdadeira experiência sobre pessoas. Os participantes levaram mais do que experiências acadêmicas e profissionais pra casa. Eles levaram memórias de seus encontros com velhos e novos amigos, inspiraram e foram inspirados por muitos. Muitos expandiram o significado de experiência cultural, e o significado de diversidade. Muitos fizeram diferença.



Fotos: D.F Campbell

## **Comissões**

### **Comissão organizadora**

Eliane Mauerberg-deCastro – UNESP Rio Claro/Sobama, Brazil -  
Presidente  
José Angelo Barela – UNESP Rio Claro, Sobama, Brazil - Vice-  
presidente  
Adriana Inês de Paula – UNESP Rio Claro, Sobama, Brazil  
Anne-Mette Bredahl – Norwegian University, IFAPA, Norway  
Claudine Sherrill – IFAPA, USA  
Debra Frances Campbell – Researcher, USA/UNESP, Brazil  
Márcia Valéria Cozzani – UNESP Rio Claro, Sobama, Brazil  
Sandra Garijo de Oliveira – UNESP Rio Claro, Sobama, Brazil

### **Comissão científica**

Adriana Inês de Paula – UNESP, Rio Claro; FIB, Bauru, UNIMEP,  
Piracicaba, Sobama, Brazil  
Ana Cláudia Palla-Kane – University of Virginia, USA  
Angelina Zanesco – UNESP, Rio Claro, Brazil  
Anne-Mette Bredahl – Norwegian University of Sport, Norway  
Claudine Sherrill – IFAPA, USA  
Dale Ulrich – University of Michigan, USA  
Debra Frances Campbell – Independent Researcher, USA/UNESP,  
Brazil  
Eliane Mauerberg-deCastro – UNESP, Rio Claro, Sobama, Brazil  
Gabriela Toloi – Universidade Paulista, UNIP, Brazil  
José Ângelo Barela – UNESP, Rio Claro, Sobama, Brazil  
Joslei Viana de Souza – Universidade Estadual de Santa Cruz-UDESC,  
Brazil  
Juliana Bayeux Dascal – UNESP, Rio Claro, Brazil  
Laurie Malone – Lakeshore Foundation, Alabama, USA  
Lilian T. B. Gobbi – UNESP Rio Claro, Brazil  
Márcia Valéria Cozzani – UNESP, Rio Claro, Sobama, Brazil  
Renato Moraes – USP Leste, São Paulo, Brazil  
Ruth Eugênia Cidade – UFPR, Sobama, Brazil  
Vera Lúcia S. da Silva – UNESP, Rio Claro, Brazil  
Verena J. Pedrinelli – São Judas Tadeu University, Sobama, Brazil

### **Comissão de tesouraria**

Eliane Mauerberg-deCastro – UNESP/Sobama, Brazil  
Adriana Inês de Paula - UNESP, Rio Claro; FIB, Bauru, UNIMEP,  
Piracicaba, Sobama, Brazil

### **Secretaria**

Márcia Valéria Cozzani – UNESP/Sobama, Brazil  
Adriana Inês de Paula UNESP, Rio Claro; FIB, Bauru, UNIMEP,  
Piracicaba, Sobama, Brazil  
Sandra Regina Garijo de Oliveira - UNESP/Sobama, Brazil  
Juliana B. Dascal - UNESP, Brazil  
Joslei Viana de Souza – UESC/Sobama, Brazil

### **Comissão de relações sociais, cultural e turismo**

Catia Mary Volp - UNESP, Brazil

Sandra Regina Garijo de Oliveira - UNESP/Sobama, Brazil  
Ana Clara de Souza Paiva – UNESP, Brazil  
Débora Rossi – UNESP, Brazil  
Denise Rosa Marcelino – UNESP, Brazil  
Anne Caroline C. Lamonato – UNESP, Brazil  
João Letízio – TKTOne, Rio Claro, Brazil

### **Comissão de transporte e recepção**

Debra Frances Campbell – USA/UNESP, Brazil  
Andrei Guilherme Lopes – UNESP, Brazil

### **Comissão de audiovisual e assistência técnica**

Carolina Paioli Tavares – UEPG, Paraná, Brazil  
Bruna Cuba - UNESP, Brazil  
Raquel Mauerberg de Castro  
Elaine Mara da Silva – UNAERP, Brazil  
SAEPE – UNESP, Brazil

### **Comissão de alojamento**

Camila de Souza Lucena – UNESP, Brazil  
Rosana Cláudia Boni – UNESP, Brazil  
Bruno Giusti – UNESP, Brazil  
João Letízio – TKTOne, Rio Claro, Brazil

### **Comissão de coffee break**

Maria Caroline da Rocha Diz – UNESP, Brazil  
Luciana Ceregatto – UNESP, Brazil  
Jacqueline Carvalho – UNESP, Brazil  
Natália de Lemos – UNESP, Brazil  
Renata Valle Pedroso – UNESP, Brazil  
Suelen D. Polanczyk – UNESP, Brazil

### **Comissão de comunicação e relações públicas**

Debra Frances Campbell – USA/UNESP, Brazil  
Andrei Guilherme Lopes – UNESP, Brazil  
Marina de Carvalho Cavicchia – UNESP, Brazil  
Ana Francisca Rozin Kleiner – UNESP, Brazil  
Paula Fávaro Polastri Zago – UNESP, Brazil  
Anderson Saranz Zago – UNESP, Brazil  
Paula Manco Abruhez – UNESP, Brazil  
Ellen Cristina Fontes – UNESP, Brazil  
Bruna Wahasugui Cuba – UNESP, Brazil  
Luiza Herminia Gallo – UNESP, Brazil  
Leandro Sarti Luna – UNESP, Brazil  
Ana Cláudia Gomes de A. Pinto – UNESP, Brazil  
Alexandre K. Garcia Prado – UNESP, Brazil  
Felipe Bruno Dias de Oliveira – UNESP, Brazil  
Renata Bonilha Finzi – UNAERP, Brazil  
Luana Nascimento Videira – UNAERP, Brazil  
Bruna Saglietti Mahn – UNESP, Brazil  
Fábio Augusto Barbieri – UNESP, Brazil  
Emerson Sebastião – UNESP, Brazil  
Luciana Mendonça Arantes – UNESP, Brazil

Antônio Carlos de Quadros Júnior – UNESP, Brazil  
Bruno Nascimento Alleoni – UNESP, Brazil  
Matheus Buratti Sanches – UNESP, Brazil  
Sandro Carnicelli Filho – UNESP, Brazil  
Juliana Martins de Souza – UNESP, Brazil  
Sissy Bianca Maria Lishi – UNESP, Brazil  
Lea Horii – UNIMEP, Brazil  
Agueda Maria F. Gomes – Luanda, Angola

### Nota sobre a autora

Eliane Mauerberg-deCastro é livre-docente no DEF da UNESP de Rio Claro. É a atual presidente da Sobama.  
E-mail: mauerber@rc.unesp.br  
Para maiores informações sobre o ISAPA, visitem:  
<http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/isapa/welcome.htm>



Fotos: D.F Campbell

# Mulher e Esporte Adaptado: Alguns Apontamentos

Ruth Eugenia Cidade

A mulher no esporte tornou-se um tema que, desde o princípio dos anos 90, tem recebido crescente atenção no cenário mundial. Em função da realização da “I Conferência Mundial sobre a Mulher e o Esporte”, é possível apontar alguns dos desdobramentos ocorridos. Essa conferência reuniu políticos e dirigentes de âmbito nacional e internacional em Brighton, Inglaterra, de 5 a 8 de maio de 1994. Foi organizada pelo Conselho Britânico do Esporte (British Sport Council), com apoio do COI, e reuniu 280 representantes de organizações governamentais e não governamentais de 82 países.

Esse evento internacional de amplo alcance, dirigido a representantes de setores públicos e privados com poder de decisão, concentrou-se exclusivamente na participação da mulher no âmbito esportivo. O evento analisou especificamente como acelerar o processo de trocas de experiências para minimizar as barreiras que as mulheres enfrentam quando participam ou se interessam por esporte. Nesse sentido, criou importantes oportunidades para acumular experiência a partir de casos de sucesso e também para conhecer os problemas que se apresentavam em outros lugares (IWG, 2002).

O enfoque internacional sobre a mulher e o esporte abrangeu muitos países em todos os continentes; reconheceu e valorizou as mulheres de todo o mundo e a diversidade das culturas; examinou temas como: cultura, gênero, sexualidade e necessidades especiais; incluiu deliberações sobre liderança, comercialização e meios de comunicação; além de treinamento com conselheiros e a formação de redes de contato.

Para muitos, foi uma oportunidade para descobrir soluções, conhecer pessoas com diferentes opiniões e renovar o compromisso de multiplicar as oportunidades para que a população feminina participe no esporte. No entanto, o que destacou essa conferência mundial como marco nos avanços sobre a mulher e o esporte foram seus três resultados principais:

- a elaboração da Declaração de Brighton;
- o desenvolvimento de uma Estratégia Internacional para o Esporte Feminino;
- a formação de um Grupo de Trabalho Internacional sobre a Mulher e o Esporte.

A Declaração de Brighton é, em si, um conjunto de princípios estabelecidos para acelerar as mudanças frente à participação e envolvimento das mulheres no esporte. Ela é um marco histórico que vem, no decorrer destes anos,

transformando-se no eixo das estratégias, articulações e ações em favor de uma cultura esportiva que capacite e valorize a participação da mulher em todos os aspectos do esporte.

Reconhecida como um dos três principais resultados da Conferência de Brighton, a Estratégia Internacional para o Esporte Feminino foi estabelecida para coordenar, entre 1994 e 1998, no âmbito internacional, os trabalhos realizados em favor da participação da mulher no esporte. Nela, recomenda-se aos governos e organismos de todo o mundo que implementem a Estratégia e a Declaração de Brighton.

A declaração reconhece o valor do esporte, uma vez que, quando praticado de maneira honesta e igualitária, enriquece a sociedade, fomenta a amizade entre os povos e proporciona. Ela é um marco histórico que vem, no decorrer destes anos, transformando-se no eixo das estratégias, articulações e ações em favor de uma cultura esportiva que capacite e valorize a participação da mulher em todos os aspectos do esporte.

De Brighton a Kumamoto, os documentos produzidos registram, de forma clara, o modo como a Declaração de Brighton tem sido o eixo orientador para as articulações e estratégias de implementação de uma cultura esportiva que proporcione e valorize a participação da mulher em todos os aspectos do esporte. I Conferência Mundial da Mulher e o Esporte e, conseqüentemente, a Declaração de Brighton desencadearam muitas ações em diferentes lugares do mundo, entre as quais apontamos:

1. a criação do *Grupo de Trabalho Internacional sobre a Mulher e o Esporte* (GTI) o site criado em inglês, francês e espanhol que está se convertendo em uma importante fonte de informação sobre o trabalho do GTI e as diferentes ações em prol da mulher no esporte. Seus integrantes são do mais alto nível na área do esporte e representam todos os continentes. O objetivo principal do GTI é promover e facilitar a criação de oportunidades para a participação da população feminina no esporte e na Educação Física em todo o mundo. O GTI atua como agente aglutinador dos organismos governamentais e não governamentais que se ocupam do desenvolvimento das meninas e mulheres através do esporte. A elaboração do enfoque estratégico internacional buscou facilitar o intercâmbio de programas-modelo e de casos de sucesso entre federações esportivas nacionais e internacionais, a fim de acelerar o desenvolvimento global para uma cultura esportiva mais igualitária;

2. a sensibilização do Comitê Olímpico Internacional e do *Comitê Paraolímpico Internacional*, que examinaram, debateram e incorporaram a declaração. Em 1995, o COI criou seu próprio Grupo de Trabalho sobre a Mulher e o Esporte. O objetivo e mobilizar a comunidade paraolímpica em torno da temática com a finalidade de promover uma maior participação feminina em todos os níveis do esporte paraolímpico;

3. a sensibilização das Nações Unidas, que incluiu três menções sobre o esporte e atividade física na “Plataforma para a Ação” das Nações Unidas, considerada como principal resultado da IV Conferência Mundial das Nações Unidas sobre a Mulher, realizada em 1995, na China;

4. a Associação Árabe para a Mulher e o Esporte foi o primeiro grupo regional criado logo após a Conferência de Brighton; e foi oficialmente estabelecida a Associação Africana de Mulheres no Esporte e o Grupo de Trabalho para a Mulher Asiática no Esporte;

5. o COI organizou as Conferências Mundiais em Lausanne, em 1996, e Paris em 2000, que resultaram em recomendações e uma série de seminários em favor da participação da mulher no esporte;

6. a Associação Internacional de Educação Física e Esporte para Meninas e Mulheres (IAPESGW) realizou conferências na Finlândia (1997), nos Estados Unidos (1999) e no Egito (2001);

7. a realização da II Conferência Mundial sobre Mulher e Esporte, na Namíbia, em 1998, reafirmou os princípios da Declaração de Brighton e produziu a Carta de Windhoek;

8. a Associação Japonesa para a Mulher e o Esporte (JWS) assumiu a iniciativa de criar uma rede na Ásia sobre a mulher e o esporte;

9. a realização da III Conferência Mundial sobre Mulher e Esporte no Canadá, em 2002;

10. a diversidade dos organismos que adotaram a declaração é também um indício do esforço realizado em Brighton, o que tem assegurado a inclusão de questões comuns que se apresentam à mulher e ao esporte em eventos, encontros, conferências e grupos de trabalho de todo o mundo. O número de adesões continua aumentando; em janeiro de 2002, 250 organismos notificaram ter adotado a declaração;

11. a realização da IV Conferência Mundial sobre Mulher e Esporte no Japão, que será em 2006.

Embora essas ações sejam recentes, desde muito tempo

existem organismos preocupados especificamente com a promoção da Educação Física e dos esportes para meninas, jovens e mulheres. Um dos mais destacados é a *Associação Internacional de Educação Física e Desportos para Meninas e Mulheres* (International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women – IAPESGW), que acaba de completar 50 anos de existência. Os organismos nacionais dedicados a promover a igualdade da mulher no âmbito esportivo, tal como a *Fundação para o Esporte Feminino* nos Estados Unidos, também existem há algum tempo (IWG, 2002).

No entanto, os documentos registram marcadamente as iniciativas, as ações e os avanços a partir da realização da I Conferência Mundial sobre a Mulher e o Esporte. Os resultados da conferência ainda mobilizam pessoas e em vários lugares do mundo seu desdobramento vem transformando ações e atitudes em benefícios para meninas e mulheres envolvidas no esporte. Considera-se a Conferência de Brighton, de 1994, como marco, da atualidade, de uma iniciativa internacional, estratégica e coordenada.

Depois desta breve apresentação de alguns dos diferentes encaminhamentos e ações no sentido de promover uma maior a participação feminina no esporte, pode-se ter a impressão de que as pressões sociais sobre as mulheres cederam ou se atenuaram. Na realidade, as pressões e tensões não desaparecem, elas foram substituídas, renovadas, recriadas. As dimensões micro e macro, face e contraface do processo social que envolve a participação da mulher no esporte só poderão ser entendidas assim, de forma relacional, considerando as tensões entre indivíduos e grupos interdependentes.

A partir destas colocações, buscamos localizar, no centro deste estudo, a situação peculiar da mulher atleta com deficiência, no sentido de explicitar esse recente fenômeno social no qual as mulheres estão envolvidas.

De 1994 a 2006, a I Conferência Mundial da Mulher e o Esporte e, conseqüentemente, a Declaração de Brighton desencadearam muitas ações em diferentes lugares do mundo, entre as quais apontamos:

a. Conferência mundial do Comitê Olímpico Internacional sobre mulheres e esporte – 1996;

b. II Conferência Mundial sobre a Mulher e o Esporte – 1998 (Windhoek, Namíbia);

c. IV Conferência das Mulheres Europeias e Esporte – 2000;

d. Reunião sobre Mulher e Esporte: Sydney 2000;

e. III Conferência Mundial sobre a Mulher e o Esporte – 2002 – Montreal, Canadá.

f. IV Conferência Mundial sobre a Mulher e o Esporte – 2006 – Kumamoto, Japão.

### **Mulher e esporte: Notas...**

- No dia 25 de setembro de 2004, o CPI promoveu sob a coordenação de Ann Cody uma reunião técnica com representantes dos países participantes dos Jogos Paraolímpicos para discutir a situação da atleta portadora de deficiência. Das questões colocadas no encontro destacamos a participação feminina nas Paraolimpíadas passou de 25% em Sydney para 30% em Atenas; houve a inclusão de duas modalidades para a disputa entre mulheres: judô e vôlei sentado;

- Nas Paraolimpíadas de inverno em Salt Lake City, 2002, 24% de participação feminina, superando os 21% dos Jogos de Nagano, 1998;

- Criação de um grupo de trabalho (rede) para mobilizar a comunidade paraolímpica em torno da temática com a finalidade de promover uma maior participação feminina em todos os níveis do esporte paraolímpico;

- Em 2006, em Torino, a participação feminina caiu novamente para 21% (99 mulheres entre os 474 atletas participantes);

- Nos Jogos Paraolímpicos de Inverno de 2006, em Torino, 12 das 39 atletas mulheres selecionados pelos Comitês Paraolímpicos Nacionais, foram porta-bandeiras, conduzindo suas equipes na Cerimônia de Abertura;

- após recomendação do comitê de mulheres no esporte do IPC (wisc), a assembléia geral do ipc de 2003 adotou a política de igualdade de sexo. tal política declara que todas as entidades pertencentes ao movimento paraolímpico devem estabelecer, imediatamente, como um objetivo a ser atingido até dezembro de 2005, que, no mínimo, 15% de todos os comitês nacionais, em decisões que afetem suas estruturas, devem ser dirigidas por mulheres, com a intenção de alcançar 30% de representatividade até 2009;

- Existe também uma preocupação na formação de líderes femininas, por isto destacamos aqui alguns eventos que foram realizados neste sentido: Seminário para Mulheres Sobre Gerenciamento de Esportes de 5-8 Junho 2006 em Lausanne, Suíça; Treinamento de Liderança de Esporte para Mulheres do Kênia de 5-7 Julho de 2006 em Nairobi, Quênia; Reunião do IPC Sobre Liderança das Mulheres no Esporte Para Europeus em Maio de 2006 na Suécia;

- E recentemente no Brasil destacamos a realização dos

Jogos Escolares (paraolímpicos) que aconteceram de 20 a 26/10/07 em Brasília com 14 estados representados. Nele 499 participantes, totalizando 315 atletas entre deficientes físicos, visuais e mentais, dos quais 109 mulheres, representando 35% do total em 4 modalidades: atletismo, natação, tênis de mesa e golbol.

### **Considerações finais**

Quanto à mulher portadora de deficiência, consideramos que o avanço, tanto na Declaração de Brighton quanto na Carta de Windhoek ou nos informes, é observado quando esses documentos recomendam, de forma abrangente, a eliminação de todas as formas de discriminação, a adequação dos recursos físicos e o atendimento das necessidades específicas das mulheres envolvidas com o esporte. De certa forma, essas ações contemplam as mulheres com necessidades especiais envolvidas no esporte.

De Brighton a Kumamoto, muitas têm sido as discussões e ações e destacamos que, no conjunto das reflexões, há sempre a preocupação com as meninas e mulheres portadoras de deficiência. Destacamos que há ênfase em que as medidas possam ajudá-las a superar dificuldades pessoais e sociais, desenvolvendo auto-estima e confiança em si mesmas, assegurando igualdade de oportunidades no acesso a atividades físicas, competições, treinamentos e posições de liderança propiciando uma mudança na cultura e nos sistemas esportivos.

### **Nota sobre a autora**

Ruth Eugenia Cidade  
Universidade Federal do Paraná  
Departamento de Educação Física/Cepels

E-mail: recidade@ufpr.br

# Pet Terapia e Atividade Física Adaptada

## O Homem e o Seu Amigo

Camila de Souza Lucena  
Eliane Mauerberg-deCastro

O homem, por quase toda sua existência, explorou o ambiente natural com um olhar particularmente atento e interessado por outras formas de vida, como por exemplo, os animais. Os animais foram domesticados aproximadamente há 15 mil anos (Chieppa, 2005; Fine, 2004). Os lobos e os cavalos foram os primeiros a ser domesticados e nunca mais saíram do convívio com o homem. O resultado foi um processo adaptativo de subordinação ao homem. Muitas vezes, animais foram considerados como divindades, outras vezes, utilizados como força de trabalho ou simplesmente segurança de território (i.e., o lar). O convívio no lar para algumas espécies, como os cães, resultou numa mudança na dinâmica social entre os últimos que tornou o homem essencialmente o seu mestre, o líder numa relação predominantemente afetiva onde o animal expressa sua lealdade e obediência inegociável.

Neste último século, a domesticação ampliou a percepção de profissionais—particularmente àqueles ligados às áreas humanas e de saúde—de que o animal pode ser considerado um distribuidor de benefícios psico-sociais. Neste contexto encaixa-se a *pet* terapia que pode ser definida como uma terapia alternativa mediada pelo uso do animal. Na *pet* terapia, o animal é considerado um co-terapeuta que promover melhor qualidade de vida aos pacientes ou clientes (Dotti, 2005).

Segundo Mauerberg-deCastro (2005), o objetivo das ofertas de terapias alternativas—e a *pet* terapia é uma delas—é reverter estados corporais desequilibrados por doenças, conseqüências de deficiências, ou simplesmente resultado

de stress, e melhorar ou recuperar a saúde e o bem-estar.

O tipo de terapia por contato mediado por seres de outras espécies, como a canina é dividido em dois tipos: Terapia Assistida por Animais (TAA) e Atividade Assistida por Animais (AAA) (Blackman, 2003). A TAA utiliza o animal em sessões terapêuticas, sejam elas em clínicas, centros de reabilitação ou hospitais, e é administrada por profissionais (e.g., psicólogos, psiquiatras, fisioterapeutas, etc.) da área clínica treinados na *pet* terapia. A AAA é mais utilizada por profissionais envolvidos com a área educacional e social. A AAA consiste em visitação, recreação ou distração pelo contato com o animal. Os locais variam de hospitais, presídios, orfanatos, escolas ou mesmo parques.

Os animais de estimação participantes de um programa de *pet* terapia, seja TAA ou AAA, necessitam certos requerimentos e um protocolo de treinamento. É comum este tipo de envolvimento partir de uma iniciativa do dono. A afetividade do animal em geral, é o ponto de partida para tal interesse porque facilita sua inserção proposta.

### Os animais na pet terapia

Existem diversas possibilidades na escolha dos animais que podem ser recrutados na *pet* terapia. Entre elas estão: cavalos, que podem ser utilizados como co-terapeutas em protocolos de reabilitação do controle postural, por exemplo.





Este modelo é chamado de *equoterapia*; golfinhos podem ser utilizados como estímulos terapêuticos na comunicação e expressão dos pacientes com distúrbios psicossociais ou emocionais. Este modelo é chamado de *delfinoterapia*. Outros animais como cães, gatos, peixes e pássaros também participam como terapeutas parceiros em programas variados de terapia alternativa.

Os cães são os mais utilizados em programas de pet terapia por apresentarem comportamento dócil e de fácil adaptação. Recomenda-se o uso de animais sem histórico de agressividade, com idade de até nove anos, em perfeitas condições de saúde e livre de zoonoses, e que tenham um adestramento específico para companhia. O adestramento requer pelo menos treinamento de obediência, primeiro passo em qualquer adestramento canino. A escolha do animal deve ser feita tendo em vista as pessoas envolvidas: com crianças utilizamos cães mais ativos; com idosos e pessoas acamadas utilizamos cães menores, mais calmos e de pêlo liso, facilitando o acesso à cama do paciente.

O melhor período de adestramento do animal é no primeiro ano de vida, pois é neste período que sua personalidade é definida. Com isso o cão permitirá a manipulação em qualquer



parte do seu corpo, não será agressivo aos esbarrões e puxões que podem acontecer decorrente da atividade em si e obedecerá aos comandos básicos do terapeuta ou do dono.

### Os benefícios da *pet terapia*

São inúmeros os benefícios que a *pet terapia* proporciona às pessoas que participam do programa. Algumas melhoras são imediatas como: sensação de bem-estar e alegria; outras variam e em geral são de mais longo prazo: auto-estima, quadros de ansiedade, depressão, hipertensão, problemas de comunicação, sensibilidade, entre outros.

Estudos mostram que pessoas que possuem animais sofrem menos problemas cardíacos e vivem mais. Em crianças que possuem animais de estimação, observou-se que elas possuem maior sensibilidade e maior compreensão com outras pessoas. Nos idosos, estudos mostram que a companhia de um animal pode, a longo prazo, reduzir o estresse, a pressão sanguínea, os triglicérides, açúcar e outros fatores (Kessopulos, 1974).

É comum que participantes da *pet terapia* se deparem com situações e emoções que só o contato mediado pelo animal pode proporcionar: manifestação de carinho, sorrisos, tocar e ser tocado, curiosidade, excitação, entre outros comportamentos. Com a *pet terapia* novas capacidades podem ser desenvolvidas, novos conhecimentos podem ser estabelecidos, reconhecendo nosso meio e melhorando a relação com o mundo ao nosso redor. Nesse processo existem interesses psicológicos de todos os que participam deste programa, sejam os pacientes, os terapeutas ou qualquer outra pessoa envolvida. Para que ocorra sucesso no tratamento os administradores do programa devem ter a percepção das dificuldades expressa por ambos, participante e animal: qualidade da interação social, presença de ansiedade ou medo, nível de responsabilidade, confiança e carinho. Todos sabemos que um animal que confia e tem afeto pelo seu amigo humano, torna-se um guardião do seu bem-estar, e responsável e preocupa-se em não desapontá-lo. Ao mesmo tempo tem poucas expectativas e não julga o seu parceiro. Este último aspecto é que cria a vantagem na interação mediada por animais. Segundo Mauerberg-deCastro (2005), a interação física com um animal não tem os apegos típicos que nós seres humanos passamos uns para os outros. Atividades com animais, como a terapia canina, encoraja sentimentos profundos de amizade e confiança despreocupada, sem cobranças, culpa ou mesmo expectativas.

### A *pet terapia* inserida na atividade física adaptada

O conceito de atividade física adaptada (AFA) é bastante amplo. Porém, todas suas definições estão relacionadas com

as inúmeras possibilidades da motricidade humana. O termo “adaptado” é interdisciplinar, ou seja, está relacionado com o emprego de várias áreas de conhecimento. A AFA visa à promoção de saúde por programas educacionais ou de reabilitação e deve ser bastante diversificado a fim de que todos os participantes envolvidos possam de alguma forma se beneficiar com o trabalho desenvolvido.

As metas das AFA podem ser atingidas de inúmeras maneiras. Tipicamente a AFA emprega o esporte, atividades aquáticas, a dança, atividades desenvolvimentistas com propósitos de reabilitação e educação motora. A pet terapia pode incorporar metas tradicionais da AFA e expandir o significado positivo da interação social que distingue a AFA das abordagens e práticas terapêuticas tradicionais. Um modelo como de *pet* terapia foi implantado por Mauerberg-deCastro em 2003 no já existente programa de atividade física dentro da Universidade Estadual Paulista (UNESP) em Rio Claro, o PROEFA (Mauerberg-deCastro, 2006). O PROEFA (Programa de Atividade Física Adaptada) é um laboratório de práticas pedagógicas para alunos de educação física e de áreas afins da saúde.

No PROEFA, a *pet* terapia possui um formato específico que incorpora a tradicional rotina de treinamento de obediência canina e contextos de atividade física desenvolvimentista. Detalhes sobre obediência neste formato podem ser encontrados em Delta Society (2003) e Mauerberg-deCastro (2005).

Em geral, o treinamento de obediência inclui: gerenciamento do comportamento, comandos básicos, prática e consistência/rotina, condução, posturas, alerta e permanência, resposta ao chamado, controle do stress (resistir a gritarias e medo das crianças), truques (não é fundamental para o pet terapeuta), faro e busca (esta fase é considerada avançada num programa de treinamento do animal). (Mauerberg-deCastro, 2005, p.517)

Numa rotina típica de *pet* terapia no PROEFA, os participantes—que incluem alunos com deficiência intelectual e alunos tutores provenientes de escolas regulares de 5ª. a 8ª. série—são apresentados aos animais com a finalidade de familiarização e estabelecimento de regras. Dados históricos e de cuidados com cada animal são importantes passos nesta fase. Posteriormente são ensinados alguns comandos básicos, como sentar, deitar, andar junto. Cada aluno é emparelhado





com seu tutor e um cão visitante. Em seguida os cães são guiados por um percurso livre (geralmente um círculo) no qual os pares trocam regularmente a função de guiar o seu parceiro. Ao longo da prática, o ambiente de AFA pode incluir percursos mais elaborados que exijam manobras e deslocamentos, mudanças de planos, situações que exijam equilíbrio e navegação (no caso de algum aluno estar vendado).

Nos encontros dentro do PROEFA com os cães, é comum observamos que os animais facilitam o entendimento dos alunos em relação às atividades propostas pelo professor. Ainda, eles despertam a motivação para a socialização entre eles. Do ponto de vista físico, o ambiente da *pet* terapia demanda coordenação, consciência corporal, equilíbrio e orientação espacial, entre outras capacidades.

Em linhas gerais podemos dizer que os profissionais da saúde como educadores físicos, por exemplo, devem estar abertos a propostas alternativas dentro da sua prática profissional. A inserção de animais em terapias alternativas não é novidade e promove inúmeros resultados positivos para ambos, humanos e animais. Além dos benefícios motores, emocionais, sociais e espirituais, a *pet* terapia num ambiente como da AFA, mostra-se uma perfeita ferramenta terapêutica que ainda está por ser avaliada em seus benefícios específicos.

## Referências

- Blackman, D. (2003). *Therapy Dogs and Visiting Pets*. [acesso: 12 de maio de 2004; <http://www.dog-play.com/index.html>]
- Chieppa, F. *A relação homem animal*. Disponível em: <[http://www.doutorcao.com.br/texto\\_artigo\\_arelacao.htm](http://www.doutorcao.com.br/texto_artigo_arelacao.htm)>. Acesso em 08 de dez. 2005.
- Delta Society (2003). *Delta's therapy animal program*, Pet Partners® – 1996-2003 [acesso: 12 de maio de 2004; <http://www.deltasociety.org/aaat.htm>]
- Dotti, G. (2005). *Terapia e animais*. São Paulo: Noética.

Fine, A. H. (2006). Can Animals Help Humans Health? *Animal-Assisted Interventions in Adolescent Mental Health Sunday*, March 28th, 2004 artigo; Disponível em: <<http://www2.vet.upenn.edu/research/centers/cias/abstracts/Fine.htm>>. Acesso em 18 de set. 2006.

Kessopulos, G. (1974). *Dog obedience training*. North Hollywood: Melvin Powers.

Mauergerg-deCastro, E. (2005). *Atividade Física Adaptada*. Ribeirão Preto, SP: Tecmedd, 2005. P 512- 519.

Mauergerg-deCastro, E. (2006). Proefa: Uma tradição de 18 anos: Estrutura de um projeto de extensão universitária em educação física adaptada. *Adapta*, 2, 1,18-27.

## Nota sobre as autoras

Camila de Souza Lucena è bacharel em Educação Física formada pela Unesp de Rio Claro onde atualmente realiza o curso de complementação. O artigo é parte da sua monografia apresentada em 2006. Membro do Laboratório de Ação e Percepção e realiza pesquisas em controle postural e deficiência mental.

Endereço para contato:  
Estrada de Taipas, 3894

Jardim Rincão

São Paulo- 02991000

E-mail: [cacau\\_red@yahoo.com.br](mailto:cacau_red@yahoo.com.br)

Eliane Mauerberg-deCastro é livre-docente no DEF da UNESP de Rio Claro. Doutora em psicobiologia, coordena o Laboratório da Ação e Percepção. Autora do livro *Atividade Física Adaptada*.

Para maiores informações sobre a autora, visitem:

[http://www.rc.unesp.br/ib/e\\_fisica/hpefa/abertura.htm](http://www.rc.unesp.br/ib/e_fisica/hpefa/abertura.htm)

E-mail: [mauerber@rc.unesp.br](mailto:mauerber@rc.unesp.br)

Apoio: PROEX-UNESP

Nota: Todas as fotos são de autoria e propriedade de D.F. Campbell e E. Mauerberg-deCastro, e foram cedidas para ilustrar este artigo.

# Manejo da Cadeira de Rodas

## Uma ferramenta importante no dia-a-dia do basquete sobre rodas

*Eliane Mara da Silva*

Após alguns anos em contato com o basquete sobre rodas no interior de São Paulo, podemos concluir que a realidade da rotina de treinamento ou aprendizado da modalidade não contempla, ou deixa a desejar, o desenvolvimento das dinâmicas de contato e do manejo da cadeira de rodas pelo jogador. O objetivo deste artigo é relatar uma preocupação que não pode ficar distante do basquete sobre rodas e promover uma análise sobre o assunto.

Acreditamos que a modalidade necessita de cuidados e de maior atenção para uma continuidade com qualidade no cenário esportivo. Para isso, é fundamental um trabalho detalhado e responsável que facilite a aprendizagem e desperte o gosto do jogador pela prática da modalidade. A atuação do técnico ou do professor de educação física a frente de uma equipe, revela que tipo de compromisso ele tem com a modalidade e por consequência com seus jogadores. Essa atuação passa pela pelo primeiro contato do deficiente físico com o esporte até o momento do jogo, sem que ele esqueça do prazer em jogar basquete.



### Uma realidade: começar ou recomeçar

Normalmente encontramos equipes de basquete sobre rodas formadas por jogadores experientes e iniciantes. É muito raro, mas não impossível encontramos alguma equipe formada apenas por jogadores iniciantes. Há equipes que atuam por muitos anos com o mesmo elenco de jogadores. Existem também jogadores experientes ou não, que se afastam das equipes, as vezes chegando a ficar um pouco mais de um ano longe da modalidade, e que depois de um certo tempo, acabam retornando às mesmas equipes. Neste meio tempo, alguns jogadores iniciantes acabam ingressando na modalidade e assim compondo estas equipes.



Uma situação com esta, é muito difícil de ser administrada pelo professor ou técnico da equipe. De um lado ele tem aqueles que nunca tiveram contato com o esporte, muito menos com a cadeira esportiva e do outro lado, os já veteranos sem muita paciência e um nível de tolerância a desejar, querendo sempre ir logo para o “coletivo”, sem se preocupar com as dificuldades dos outros. Somado a isto tudo, vem a carga horária de treinamento que muitas vezes é insatisfatória, não dando conta da demanda da equipe. No final, fica muita reclamação por parte dos veteranos e muito desânimo por parte dos que estão começando. Neste momento, podemos ter grandes dificuldades com a

continuidade do trabalho.

A maioria acaba abandonando ou reduzindo ao mínimo o trabalho com os iniciantes, não revemos prioridades com os mais habilidosos e o aprendizado do basquete sobre rodas como um todo acaba ficando comprometido.

Começando ou recomeçando, em qualquer uma destas situações, entendemos que o jogador deverá ser sempre o “alvo” no treinamento da equipe. Iniciante ou não, todo jogador terá que passar por todas as etapas que são importantes no aprendizado do basquete sobre rodas. As vezes, o jogador acha que por ter algum tempo—dois ou três anos de treinamento—ele não precisa rever fundamentos técnicos, táticos, fundamentos com cadeira, com e sem bola. A maioria dos jogadores que inicia na modalidade, acha que este tempo já é suficiente pra jogar basquete. Ele já se considera pronto. Quando sabemos que na verdade, a formação de um jogador de basquete sobre rodas é um caminho longo, difícil e cheio de detalhes. Leva muito tempo. Pelo menos cinco anos de domínio de regras, da modalidade, da cadeira e do próprio corpo.

A importância que é dada ao aprendizado da modalidade, no que diz respeito às regras e conhecimento do jogo, deveria ser a mesma para o desenvolvimento das técnicas de manejo da cadeira de rodas. Se pensarmos que a cadeira faz parte do corpo do jogador e, ao mesmo tempo, é um elemento fundamental no auxílio técnico no seu desempenho na prática do basquete, este fundamento—do manejo da cadeira—deveria compor o dia-a-dia de treinamento, principalmente quando temos atletas iniciantes na prática desta modalidade, ou que estejam retornando ao esporte.



O manejo é um fundamento importante porque o jogador com deficiência física deverá, durante o jogo, executar determinados movimentos com a cadeira de rodas que solicitarão dele o domínio de uma ou mais técnicas como, receber um passe em movimento, frear e executar imediatamente um arremesso à cesta, entre outros.

A dinâmica do jogo de basquete sobre rodas exige cada vez mais melhorias tecnológicas deste equipamento, no sentido de aprimorar ainda mais a potencialidade da cadeira



esportiva, seja através da escolha do material (e.g., titânio, fibra de carbono) utilizado na estrutura do quadro, sejam outros componentes.

Nem sempre a cadeira de rodas é feita sob medida do jogador. Assim, ela deixa de ter a individualidade necessária, direcionada ao tipo de deficiência e resíduo muscular do atleta. Esta condição acaba criando mais uma situação que compromete e dificulta muito a qualidade do entrosamento do jogador com o equipamento. Seria o mesmo que imaginar uma pessoa usando um sapato de outra pessoa sendo este um número maior ou menor que o dela. A cadeira, então, sempre que possível deverá ser feita sob medida, levando em consideração a limitação física e a característica do jogador quanto ao jogo de basquete. Esta possibilidade aliada ao desenvolvimento das técnicas necessárias para o domínio da cadeira proporcionará ao jogador mais segurança e igualdade nos treinamentos e conseqüentemente na competição.

### Os fundamentos e as habilidades da cadeira de rodas



É inquestionável a importância da orientação profissional no desenvolvimento dos fundamentos técnicos do basquetebol, como: dribles, passes, recepção, arremessos, bloqueios, rebotes, corta-luz, bem como o desenvolvimento dos fundamentos táticos do basquetebol, a transição do ataque para a defesa, jogadas defensivas e ofensivas, e jogadas em situações específicas, como uma saída rápida em contra-ataque que o jogo pode exigir. Todos os itens acima são desenvolvidos na maioria das vezes conforme o planejamento do técnico e de sua comissão.

O que não podemos nos esquecer é que todos estes fundamentos da modalidade deverão ser desenvolvidos, aprimorados e muito bem realizados pelo jogador que, pela característica da modalidade, estará sentado em uma cadeira

de rodas. Isto exigirá dele além do aprimoramento dos fundamentos básicos da modalidade convencional como ritmo, equilíbrio, agilidade, força, velocidade, flexibilidade, coordenação e resistência cardiorespiratória, ainda a introdução de mais uma habilidade que é o manejo da cadeira de rodas.



Em um jogo de basquete convencional, podemos imaginar situações de movimentos e deslocamentos constantes dos jogadores. Estes movimentos sempre estão associados à movimentação de um outro componente tão importante quanto o jogador: a bola. Ela é batida, passada e recebida, arremessada e reboteada, enfim, a bola é disputada a todo momento dentro da quadra.

No basquete sobre rodas não é diferente. Mesmo porque, trata-se também de um jogo de basquete. Ao repertório de movimentação e deslocamentos no basquete sobre rodas tem que ser acrescentado a presença de uma cadeira para cada jogador, tornando o espaço na quadra mais limitado. Isto nos mostra a dinâmica da modalidade, onde estes movimentos freqüentemente são executados enquanto o jogador que está na cadeira de rodas bate, passa, enfim, manuseia a bola. Não se esquecendo das situações em que ele estará em posição de defesa ou de ataque com ou sem a bola. Diante disto, com podemos pensar em treinamento ou aprimoramento da modalidade, em situações de sucesso para o jogador e para a equipe, sem o desenvolvimento das técnicas de manejo da cadeira de rodas na rotina de treinamentos?

### O treinamento do manejo

Como já dissemos, o basquete sobre rodas é um esporte tão complexo quanto o basquetebol convencional, já que também exige uma boa coordenação, velocidade com um grande número de movimentos (para frente e para trás) e de gestos (passes e arremessos) e as situações com o



companheiro, o adversário, a bola, a quadra, a cesta e mais a cadeira de rodas. Diante disto, é inegável a necessidade do acoplamento deste tipo de treinamento ao aprendizado do basquete sobre rodas, independente do jogador ser novato ou veterano. Algumas técnicas para o domínio do corpo e da cadeira de rodas de manejo podem compor esta dinâmica no treinamento:



1. Formas diferentes de locomoção com para frente, para trás, mudança de direção e de ritmo, giros completos para direita e para esquerda - Todos estes fundamentos são essenciais no desenvolvimento das técnicas de manejo. Como não é possível fazer o deslocamento lateral, a mudança de direção é que é responsável pelas fintas muito utilizadas durante o jogo. Assim facilita e proporciona a realização dos giros de 90°, 180° e 360° tanto para a direita como para a esquerda. Basta pra isso, o jogador pressionar o aro do lado

que ele deseje realizar o giro. Puxando rapidamente o aro para trás, a cadeira fará um giro mais rápido sobre o seu eixo e os giros acima de 90°, poderão ser realizados mais facilmente.



2. Frenagem - Ela auxilia nos giros e fintas. As mãos deverão ser colocadas à frente do aros propulsores. A frenagem é feita englobando o aro de propulsão e o pneu ao mesmo



tempo e de forma gradativa e firme. Algumas situações poderão ser feitas com uma ou ambas as mãos.

3. Propulsão com uma e ambas as mãos - Ela pode acontecer para trás ou para frente. Ambas farão uso da empunhadura no aro de propulsão, respeitando-se o toque que será iniciado na altura do quadril, podendo ser com uma ou ambas as mãos. É muito importante que o jogador mantenha o tronco parado na execução desta técnica. A velocidade e o ritmo que o jogador queira imprimir, estarão relacionados com a força aplicada e com a velocidade do movimento desta técnica.



4. Largas e partidas - Muitas vezes um melhor posicionamento do jogador de defesa ou de ataque em quadra, só será possível pelo domínio deste fundamento. A partida e o arranque deverão ser feitos o mais rápido possível. Por isso que é necessário e importante a regulação da cadeira de rodas



de acordo com a habilidade e potencial de quem vai usá-la.

5. Empinar a cadeira - O domínio desta técnica pode auxiliar o jogador em arrancadas ou partidas mais rápidas. É importante o jogador saber ele não poderá fazer uso desta técnica em jogo. Esta técnica é dificultada nas cadeiras que possuem a 5ª “rodinha” localizada na parte traseira e posicionada entre as rodas. Não possibilidade da execução, é aconselhável que seja feita com o jogador parado e aos poucos em movimentação.



6. Quedas - Durante o jogo de basquete sobre rodas, há grande possibilidade de choques entre as cadeiras e os jogadores, tornando as quedas são inevitáveis. Considerando que o jogador terá que utilizar uma cadeira esportiva, que pouco ou em nada se parece com aquela que ele está acostumado, naturalmente ele poderá não se sentir mais tão seguro e confiante na cadeira esportiva. Esta situação pode ser minimizada, através de uma aprendizagem gradual desta técnica. É importante que o atleta este parado e um colchão de espuma ou mesmo um “colchonete” seja colocado atrás—no caso de proteção para frente—para que o jogador em situação de desequilíbrio com a cadeira, possa se proteger com o auxílio dos braços e das mãos. A mesma situação de auxílio é recomendada no caso de proteção para trás. A repetição da técnica pode fazer com que aos poucos o jogador retome a segurança e confiança que ele tinha perdido.

7. Pegar objetos (a bola) no chão com e sem deslocamento - Em situações de disputa de bola, o jogador terá que movimentar o tronco para ter a posse de bola que estará no piso da quadra. Isto requer extrema habilidade, principalmente em situações de deslocamentos. Na maioria das vezes a bola



é apoiada na própria roda e aro da cadeira, facilitando a sua recuperação. Esta técnica deverá ser treinada tanto do lado direito quanto do lado esquerdo, com e sem deslocamento.

8. Pegada - É aconselhável que o jogador em movimento ou não, fique sempre com as mãos apoiadas no aro ou nos pneus, considerando dinâmica do jogo de basquete sobre



rodas e as movimentações que ele terá que realizar. Pode deixá-lo mais alerta. A pegada deve ser feita nos pneus e aros propulsores.

É importante lembrar de associar a bola no desenvolvimento e aprimoramento destas técnicas.

### **O compromisso com a modalidade**

Nossa preocupação com a qualidade, com o andamento e com a continuidade do trabalho na modalidade sempre existiu. Tornou-se maior quando percebemos a possibilidade dos treinamentos das habilidades necessárias para o domínio da cadeira pelo jogador, serem preteridos em detrimento do cumprimento do calendário esportivo para a participação em campeonatos ou ao desenvolvimento dos fundamentos do basquete sobre rodas. Neste momento está implícita, como justificativa, a condição da carga horária de treino reduzida aliada ao número reduzido de material e ao elevado contingente de alunos que acabam denunciando a falta de tempo dos professores para atuar junto aos jogadores iniciantes ou com os menos habilidosos, durante os treinamentos.

Podemos aumentar este repertório situações que parecem justificar as dificuldades no aprendizado e treinamento do manejo de cadeira de rodas. A questão é que elas já se tornaram tão comuns na rotina de treinamento e preparação de uma equipe de basquete sobre rodas que as conseqüências acabam se refletindo no nível de tolerância de alguns jogadores diante de situações frustrantes—quando o jogador não consegue alcançar um passe em movimento feito por um companheiro ou até mesmo sair de uma marcação e converter um arremesso em cesta—causando certa desmotivação pelo programa ou pela modalidade. Esta preocupação não deve ficar distante do basquete sobre rodas, uma vez que dentro das finalidades do esporte para o deficiente físico encontramos a condição terapêutica aliada à recuperação do contato e do prazer com a vida e com o mundo.

Outras questões poderão ser acrescentadas ou discutidas, mas o que não podemos nos esquecer é o quanto pode ser

interessante e significativo o caminho da preparação e manutenção do basquete sobre rodas.

### **Nota sobre a autora**

Elaine Mara da Silva é formada em educação física e pedagogia. Atualmente é professora da disciplina de educação física adaptada no curso de educação física da UNAERP, campus de Ribeirão Preto. Especialista em educação pelas Faculdades Claretianas de Batatais, e em atividade física e qualidade de vida pela UNICAMP. É professora efetiva na Secretaria Municipal de Esportes de Ribeirão Preto onde iniciou sua experiência na área de atividade física adaptada. Atuou por 10 anos no basquete sobre rodas e recentemente com atletismo para cegos. É a representante regional do estado de São Paulo junto à Sobama.

Fotos por Livia Cerezoli e Elaine Mara da Silva  
Endereço para contato:  
Rua Elias Dib nº 628 Jd Anhanguera  
Ribeirão Preto, SP  
Cep14092-080  
Email:elainemsilva@hotmail.com



# Projeto “Criança Especial”

*Cícero Campos  
Julio César Takehara  
Lucas Portilho Nicoletti  
Valter Brighetti  
Roseli Custódio Del Alamo  
Marcelo Aparecido Faria Parreira*

Entre a população brasileira que apresenta algum tipo de deficiência, a maior incidência relatada é de problemas mentais. Existem diferentes níveis de comprometimento intelectual, e estes são acompanhados por diferentes características físicas e comportamentais. Pessoas com retardo mental podem apresentar: equilíbrio insuficiente, hipotonia abdominal, insuficiência respiratória, distúrbios de lateralidade, entre outros aspectos físicos, cognitivos e emocionais afetados. Com base nessas informações fica clara a importância de um trabalho específico de atividade física envolvendo essa população.

O projeto Criança Especial é realizado desde o ano de 2002 pelo curso de Educação Física do Centro Universitário

de Votuporanga, e já atendeu mais de 200 crianças, jovens e adultos, com idades entre 10 e 40 anos, grau de retardo leve a severo, provenientes de duas escolas especiais da cidade. As atividades do projeto são realizadas nas dependências do Centro Universitário de Votuporanga (UNIFEV), e constam de: a) atividades de desenvolvimento e refinamento de padrões de habilidades básicas como: andar, correr, saltar, chutar, receber, entre outras; b) introdução a atividades esportivas como futebol, basquete, vôlei e atletismo; c) atividades que envolvam ritmo e expressão, com o objetivo de desenvolver a criatividade e a desenvoltura; d) atividades de controle manual, como desenhar, pintar, recortar, com o intuito de desenvolver a coordenação motora fina; e) entre outras.





Além dos benefícios afetivos, sociais e físicos alcançados pelos indivíduos com deficiência, ainda temos a possibilidade de proporcionar aos alunos do curso de graduação em Educação Física um laboratório onde os mesmos possam colocar em prática todo conhecimento teórico adquirido em sala de aula. No caso, esses alunos estão envolvidos como estagiários, auxiliando na elaboração e condução das aulas.

O programa também possibilita aos estagiários e alunos atendidos a vivência relacionada à diversidade do comportamento humano, favorecendo a afetividade e a troca de emoções reais a cada passo conquistado, proporcionando aos alunos estímulos para romperem as barreiras impostas pela deficiência, vibrando juntos a cada vitória e colocando em prática o verdadeiro sentido do “educador”: ensinar... aprender... e se emocionar.



#### Nota sobre os autores

Cícero Campos, Julio César Takehara, Lucas Portilho Nicoletti Valter Brighetti, Roseli Custódio Del Alamo, Marcelo Aparecido Faria Parreira são do Centro Universitário de Votuporanga (UNIFEV).



# Projeto Eficientes 2006/2007

## Musculação Para Terceira Idade

*Júlio César Takehara  
Cícero Campos  
Lucas Portilho Nicoletti  
Valter Brighetti  
Wellington Barbosa Dias  
Jorge Luis da Silva Onça Filho*

O processo de envelhecimento se caracteriza pelo aumento da idade cronológica, acompanhado de uma diversidade de fatores, entre eles perdas de diversas capacidades físicas, como força, flexibilidade e equilíbrio. Essas perdas podem interferir negativamente na saúde e qualidade de vida dos indivíduos, principalmente daqueles acima dos 65 anos. Sabemos que um estilo de vida ativo, além de outros hábitos saudáveis, podem retardar esse processo. Portanto, a realização periódica de exercícios físicos tem efeito benéfico na manutenção de uma vida saudável. Atualmente, os exercícios resistidos estão sendo amplamente utilizados com pessoas idosas, devido a seus efeitos positivos sobre o aumento da força muscular, da flexibilidade, além da diminuição dos riscos de desenvolvimento da osteoporose, grande inimigo de pessoas nessa faixa etária.

O projeto “Eficientes – musculação para terceira idade” é realizado pelo curso de Educação Física do Centro Universitário de Votuporanga (UNIFEV), e tem como principal objetivo oferecer um programa de exercícios resistidos destinados a pessoas de ambos os sexos, com idade acima

de 65 anos. O projeto é realizado na academia do Campus Sul desde o ano de 2006, e já atendeu mais de 50 pessoas idosas da comunidade. No início do programa são realizadas anamneses, além das avaliações de composição corporal, consumo máximo de oxigênio e força muscular. As sessões de treinamento têm duração de sessenta minutos, com uma frequência de duas vezes por semana, todas as quartas e sextas-feiras, das 14:00 às 15:00 horas. São realizadas atividades iniciais de alongamento/aquecimento no início de cada aula, seguidas de exercícios nos aparelhos de musculação, além de exercícios resistidos utilizando carga livre, halteres, barras e o peso do próprio corpo. Na finalização de cada aula são realizados exercícios de soltura da musculatura.

Todos os participantes são reavaliados ao final do programa, ocasião na qual podemos identificar os efeitos reais da intervenção. Até o presente momento, os resultados alcançados indicam que as atividades promovem grande prazer e socialização, além de melhorias em atividades da vida diária e atividades de lazer/esportivas, conforme relato dos





#### **Nota sobre os autores**

próprios participantes. Além disso, as avaliações realizadas demonstram que o exercício resistido (musculação) está servindo como um mecanismo eficiente que contribui na redução do peso corporal, gordura absoluta, índice de massa corporal e aumento na massa magra e força máxima.

Júlio César Takehara, Cícero Campos, Lucas Portilho Nicoletti, Valter Brighetti, Welington Barbosa Dias, Jorge Luis da Silva Onça Filho são do Centro Universitário de Votuporanga (UNIFEV).

# O Dia de Fazer a Diferença

Carla Cristina Moreira

**E**ra um dia normal de aula quando fui notificada pelos professores, sobre um evento que aconteceria na APAE de minha cidade, “O dia de fazer a diferença,” foi preciso recrutar voluntários.

Sentindo que pudesse ser interessante, e envolvida por está disciplina que me encanta, resolvi participar.

Chegado o dia, fui ao local do evento juntamente com outros alunos da FIB. Rapidamente organizamos as diversas atividades, de futebol, basquete, estafetas, boliche e outras. Muitas pessoas passaram por nós, todas elas, grandes exemplos de vida, pessoas que são o símbolo maior da superação e da força de vontade, gente que sabe enfrentar as dificuldades, o preconceito e ainda são capazes de sorrir e serem felizes.

Entre todos estes, acabei por encontrar um conhecido da família, Marcos Roberto Luciano, conhecido carinhosamente por Marquinho, com síndrome de Down. Tratei logo de cumprimentá-lo e o convidei a participar das brincadeiras. No dia, não imaginei a importância que isto traria, afinal, ele

participou apenas uma vez em cada atividade.

O evento chegou ao fim, passaram-se dias, semanas e quatro meses depois, em 28 de dezembro de 2006, eu e minha família fomos convidados para sua festinha de aniversário.

Todos que chegavam eram muito bem recebidos por ele, que ficava radiante e extremamente alegre e animado. Ao chegar a hora do parabéns, tive uma das mais belas surpresas da minha vida. O Marquinho pediu silêncio a todos e ofereceu o primeiro pedaço de bolo a uma pessoa que para ele tinha sido muito importante, e essa pessoa era eu. Ganhei o bolo porque segundo ele, o ajudei muito em sua escola, brincando juntos e o ensinando a praticar esportes.

No momento minha emoção foi muito grande, tive vontade de rir e chorar ao mesmo tempo, descobri o quanto é bom ajudar ao próximo e como isso faz bem a nós mesmos. Jamais imaginei que apenas uma manhã pudesse ser tão importante e fazer tanta diferença na vida de alguém. Creio que consegui alcançar o objetivo do evento, “O dia de fazer a diferença,” realmente foi feito.

## Nota sobre a autora



Carla Cristina Moreira é estudante do curso de educação física das Faculdades Integradas de Bauru (FIB).  
E-mail: Carlakitri@yahoo.com.br



# Normas para publicação

## Apresentação

A revista *Adapta* é a revista profissional da Sobama. É um outro órgão de divulgação da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada que foi criada para atender às necessidades de divulgação e discussão da prática profissional em atividade física adaptada. A revista *Adapta* aceita a submissão de manuscritos de profissionais, pesquisadores e interessados em diferentes áreas como educação física e esportes, fisioterapia, educação especial, psicologia e outras cujos manuscritos tenham perfis direcionados à área de atividade física adaptada ou pertinentes aos interesses dos leitores da revista *Adapta*. Cabe ao Conselho Editorial da revista *Adapta* decidir sobre a pertinência da colaboração.

## Apreciação pelo Conselho Editorial

O manuscrito é aceito para análise pressupondo-se que: (a) o mesmo não foi publicado e nem está sendo submetido para publicação em outro periódico; (b) todas as pessoas listadas como autores aprovaram o seu encaminhamento à revista *Adapta*; (c) qualquer pessoa citada como fonte de comunicação pessoal aprovou a citação; (d) fotos e ilustrações têm autorização para serem publicadas.

Os trabalhos enviados serão apreciados pelo Conselho Editorial e os autores serão notificados da aceitação ou recusa de seus manuscritos.

Pequenas modificações no texto poderão ser feitas pelo Editor ou pelo Conselho Editorial da Revista. Quando este julgar necessárias modificações substanciais, o(s) autor(es) será(ão) notificado(s) e encarregado(s) de fazê-las, devolvendo o trabalho reformulado no prazo máximo de três semanas.

## Forma de Apresentação dos Manuscritos

Os manuscritos deverão ser encaminhados com identificação completa dos autores, digitados em espaço duplo, fonte tipo Courier, tamanho 12. Para estimar a equivalência considere que uma página impressa da publicação corresponde a 3 páginas do manuscrito e portanto, recomendamos que o manuscrito tenha no mínimo 6 páginas considerando as fotos e/ou ilustrações. As fotos deverão ser indicadas numericamente ao longo do texto e enviadas em arquivo separado. O encaminhamento de arquivos

eletrônicos das figuras em formato JPG é recomendado aos autores para assegurar a qualidade de reprodução.

A apresentação dos trabalhos deve seguir a seguinte ordem:

- Título em português;
- Nome de cada autor, seguido por uma afiliação institucional;
- Indicação do autor a quem o leitor do artigo deve se corresponder seguido de endereço eletrônico;
- Nota sobre autores, que deve conter informações tais como: nome completo; titulação; filiação profissional, acadêmica ou esportiva; endereço para correspondência; link pessoal ou institucional, etc.
- Texto propriamente dito

Para outros detalhes tais como citações de obras, referências bibliográficas ou casos omissos, as normas de instruções da Revista da Sobama deve ser consultado: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/sobama/sobamaorg/inicio.htm>

Endereço para Encaminhamento

Adriana Inês de Paula  
E-mail: [depaula@rc.unesp.br](mailto:depaula@rc.unesp.br)  
Revista *Adapta* - ISSN 1808-8902