

Integração Social de Atletas de Desporto Adaptado na Modalidade de Atletismo

Integración Social de los Atletas de Deporte Adaptado en el Atletismo

Social Integration of Adapted Sports Athletes in Athletics

DENISE FERREIRA

Escola Superior de Educação de Castelo Branco, Castelo Branco, Portugal
Rua Prof. Dr. Faria de Vasconcelos. 6000-266 Castelo Branco

denise_s.mamede@hotmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-4005-5749>

JOÃO SERRANO

j.serrano@ipcb.pt

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-5112-4984>

JOÃO PETRICA

j.petrica@ipcb.pt

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-0752-2093>

SAMUEL HONÓRIO

samuelfhonorio@ipcb.pt

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1863-344X>

M^a-HELENA MESQUITA

hmesquita@ipcb.pt

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-6869-9856>

MARCO BATISTA

marco.batista@ipcb.pt

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-3318-2472>

Instituto Politécnico de Castelo Branco

SHERU – Sport, Health and Exercise Research Unit. Portugal

Recibido /Received: 10/04/2018. Aceptado / Accepted: 27/08/2018.

Cómo citar / Citation: Ferreira, D., Serrano, J., Petrica, J., Honório, S., Mesquita, M. H., & Batista, M. (2018). Integração Social de Atletas de Desporto Adaptado na Modalidade de Atletismo, *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 20(2-3), 256-278.

DOI: <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.256-278>

Resumo: Numa sociedade que busca ser cada vez mais igualitária e justa, o desporto – uma das maiores agências culturais sociais – emerge como um importante catalizador da promoção da igualdade e a inclusão social. No mesmo sentido, as suas modalidades adaptadas contribuem para melhorar significativamente a funcionalidade, a autonomia social e a qualidade de vida das pessoas com incapacidade. Neste sentido, o objetivo principal do presente estudo foi verificar a incidência da prática do atletismo na integração social dos atletas de desporto adaptado. Participaram no estudo 5 atletas pertencentes ao Comité Paralímpico de Portugal, 4 homens e uma mulher, entre 28 e 46 anos ($M = 37.20$; $DP = 7,30$). A informação foi recolhida mediante entrevistas semi-estruturadas. A análise de conteúdo manifestou que a participação no desporto adaptado havia incrementado a autonomia e auto-confiança dos atletas, e havia-os ajudado a reconhecer as suas potencialidades, limitações e valores. Igualmente, a sua participação no desporto adaptado havia melhorado a sua integração social ao estimular e facilitar o seu envolvimento autónomo e ativo em distintos âmbitos da vida social.

Palavras-chave: Desporto adaptado; integração social; atletismo.

Resumen. En una sociedad que busca ser cada vez más igualitaria y justa, el deporte –una de las más grandes agencias culturales sociales– emerge como un importante catalizador de la promoción de la igualdad y la inclusión social. En el mismo sentido, sus modalidades adaptadas contribuyen a mejorar significativamente la funcionalidad, autonomía social y calidad de vida de las personas con discapacidad. En este sentido, el objetivo principal del presente estudio fue verificar la incidencia de la práctica del atletismo en la integración social de los atletas de deporte adaptado. Participaron en el estudio 5 deportistas pertenecientes al Comité Paralímpico de Portugal, 4 varones y una mujer, de entre 28 y 46 años ($M = 37.20$; $DP = 7,30$). La información se recogió mediante entrevistas semi-estructuradas. El análisis de contenido puso de manifiesto que la participación en el deporte adaptado había incrementado la autonomía y auto-confianza de los deportistas, y les había ayudado a reconocer sus potencialidades, limitaciones y valores. Igualmente, su participación en el deporte adaptado había mejorado su integración social al estimular y facilitar su implicación autónoma y activa en distintos ámbitos de la vida social.

Palabras clave. Deporte adaptado; integración social; atletismo.

Abstract: Sport, one of the biggest cultural agencies in a society that seeks to be fair and egalitarian, increasingly appears as an important catalyst for the promotion of equality and social inclusion. In the same way, adapted sport modalities are considered to contribute significantly to the improvement of the functionality, social autonomy and quality of life of individuals with disabilities. In this context, the main aim of this study was to verify the influence of the practice of athletics on the social integration of adapted sports athletes. The study was carried out with 5 athletes, 1 woman and 4 men, belonging to the Portuguese Paralympic Committee, aged 28 to 46 ($M = 37.20$; $DP = 7.30$ years). Data collection was carried out through semi-structured interviews. Content analysis showed that participation in adapted sport had increased athletes' autonomy and self-reliance, and had helped them to recognize their potential, limitations and values. Likewise, their participation in adapted sport had improved their social integration, easing their active and autonomous involvement in different spheres of social life.

Keywords: Adapted sport; social integration; athletics.

INTRODUÇÃO

O Desporto como fator social, numa sociedade que procura ser cada vez mais justa e igualitária configura-se num importante catalisador para a promoção da igualdade e inclusão social dos indivíduos. Na sua vertente adaptada, o desporto contribui para melhorias significativas na funcionalidade, autonomia social e na qualidade de vida de indivíduos portadores de deficiência.

De acordo com Marques (1997), o Desporto Adaptado carrega em si um potencial de inclusão social, contrariando as práticas de desvantagem, permitindo à população com deficiência ultrapassar barreiras restritivas ou impeditivas da sociedade e tem vindo a ganhar cada vez mais notoriedade e importância como um importante agente de inclusão e socialização (Celestino & Pereira, 2015). Caspersen, Pereira e Curran (2000) afirmam que através do desporto adaptado torna-se possível proporcionar condições para que a população com deficiência se reconheça como seres humanos e procurem o seu desenvolvimento de forma lúdica e prazerosa, proporcionando benefícios evidentes a vários níveis (físicos, psicológicos e sociais), levando-os a ganhar mais independência e autoconfiança para a realização de atividades diárias, e melhorias significativas da autoestima e do autoconceito dos seus praticantes.

Segundo Horta, Muniz, Santos e Rabelo (2009), o desporto adaptado iniciou-se como tentativa de colaborar no processo terapêutico, mas atualmente tem despertado uma maior adesão por parte dos indivíduos com deficiência, ganhando cada vez mais adeptos, atingindo um alcance muito além da terapia (reabilitadora e/ou lúdica), caminhando para o alto rendimento / alta competição, demonstrando trazer benefícios como a melhoria da aptidão física, da independência, autoconfiança, autoconceito e autoestima. Também Almeida e Tonello (2007) apontam para o melhoramento do autoconceito, autoimagem, autoestima e uma ampliação das condições de efetiva função na sociedade com a prática de desporto e atividade física em pessoas com necessidades especiais. De acordo com Faria e Fontaine (1990) e Butler e Gasson (2005), o autoconceito é definido como a perceção que o indivíduo tem de si próprio, correspondendo às atitudes, sentimentos e autoconhecimento do próprio acerca das suas capacidades, competências, aparência física e aceitação social. Já a auto-imagem prende-se com a forma como a pessoa

se vê e a autoestima corresponde ao valor que a pessoa atribui a si mesma (Lee & Williams, 1979).

Horta et al. (2009) dizem-nos que a procura pela atividade física por parte de pessoas com deficiência tem vindo a crescer dia após dia por oferecer a oportunidade de experimentarem sensações e movimentos que possam melhorar o seu bem-estar físico, social e psicológico. Saraiva, Almeida, Oliveira, Fernandes e Cruz-Santos (2013) chegam mesmo a apontar o desporto adaptado como sendo representante de um dos fatores mais importantes ligados à promoção do sucesso educativo, inclusão, desenvolvimento psicossocial, e por outro lado, o combate ao abandono escolar e discriminação das pessoas com deficiência. Para além de “demonstrar à própria pessoa e à sociedade que a deficiência não é sinónimo de incapacidade” (Barros, Viegas & Seabra, 2001, p. 241).

Dentro da variedade de desportos adaptados, o atletismo tem-se destacado quanto ao número de adeptos/participantes, tendo como grande fator de difusão o fácil acesso e naturalidade dos movimentos, já que correr, saltar e lançar são atividades inerentes à sobrevivência do homem (Grubano, 2015).

Embora a literatura nos traga relatos dessa modalidade desde 1870 (Winnick, 2004), Mello e Winckler (2012) dizem-nos que só se registaram provas oficiais apenas no início do século XX, nos Estados Unidos, onde foram realizadas as provas entre escolas, sob a forma de competição para pessoas com deficiência visual na cidade de Watertown, em 1908. O atletismo assim como as outras modalidades de desporto adaptado atendem a diversas patologias tais como: deficientes físicos, visuais, auditivos e intelectuais, porém os deficientes auditivos competem separadamente dos restantes por apresentarem características semelhantes às pessoas sem deficiência.

Nesse sentido, o presente estudo incide sobre a perceção de integração social em atletas de desporto adaptado, tornando-se pertinente partir do seguinte problema: Será que a prática de atletismo tem influência na perceção de integração social dos atletas de desporto adaptado?

1. MÉTODO

1. 1. Desenho do estudo

Estudo de carácter transversal, que assenta numa investigação qualitativa num paradigma naturalista.

1.2. Amostra

Participaram no estudo 5 atletas de atletismo adaptado pertencentes ao Comité Paralímpico de Portugal, inseridos no projeto Paralímpico Tóquio 2020, sendo 1 atleta do género feminino e 4 do género masculino, com idades compreendidas entre os 28 e os 46 anos ($M= 37,20$; $DP= 7,30$ anos).

Todos os atletas entrevistados, à exceção de um, antes de terem integrado o desporto adaptado já praticavam outro tipo de desporto anteriormente. O atleta E1, portador de deficiência adquirida sempre praticou desporto, tendo integrado o atletismo adaptado há cerca de 2 anos; o atleta E2, portador de deficiência congénita sempre praticou desporto, tendo integrado o atletismo adaptado há 12 anos; o atleta E3, portador de deficiência adquirida na adolescência, integrou o desporto adaptado há 25 anos; o atleta E4, portador de deficiência adquirida na infância sempre praticou desporto, tendo integrado o atletismo adaptado há cerca de 4 anos; e o atleta E5, portador de deficiência congénita sempre praticou desporto regular, tendo integrado o desporto adaptado quando começou a piorar o seu estado de saúde, iniciando-se no atletismo adaptado há 12 anos.

1.3. Instrumentos

Como instrumento de recolha de dados foi utilizada a entrevista semiestruturada que implicou a elaboração prévia de um guião, que se define como um conjunto de questões construídas de acordo com os objetivos e variáveis do estudo.

De forma a garantirmos a fiabilidade dos dados colhidos nas entrevistas, após a transcrição de cada uma, estas foram apresentadas aos entrevistados para que confirmassem o seu conteúdo, verificando se o que tinham dito era efectivamente o que estava escrito.

Após o conteúdo ter sido confirmado pelos entrevistados, procedemos à análise de conteúdo de toda a informação através do software WebQDA, garantindo assim a credibilidade da recolha de dados.

2. RESULTADOS

2.1. Análise descritiva e de fiabilidade

De acordo com Batista (2011), muitas vezes recorre-se ao uso de ferramentas qualitativas em métodos quantitativos como um procedimento para se recolher “evidências” sobre os resultados obtidos pela análise de uma determinada realidade. No nosso caso específico, analisámos o ponto de vista de cinco atletas de atletismo adaptado, com vista a percebermos qual a influência do atletismo nas suas vidas.

Para efeito de sigilo, os atletas serão denominados neste estudo como Entrevistado 1 (E1), Entrevistado 2 (E2), Entrevistado 3 (E3), Entrevistado 4 (E4) e Entrevistado 5 (E5).

Na tabela I podemos observar o registo de respostas dadas pelos atletas às perguntas respetivas à categoria A – *Conceções sobre Autoestima*.

(Tabela I, página seguinte)

Tabela I. Registro de respostas da Categoria A - Concepções sobre a Autoestima

Categorias	Subcategorias	Evidências
A. Concepções sobre Autoestima	A1. Autoimagem (percepção de si) antes do Desporto Adaptado	E1 – “ <i>vejo-me como uma pessoa normal, até tenho boa autoestima, não me sinto muito limitada</i> ” E2 – “ <i>Via-me um alentejano... Via-me um alentejano sem ter grande noção do que era praticar algo, nomeadamente o atletismo, sem grandes objetivos, sem algo que requeresse muito de mim</i> ” E3 – “ <i>Acho que já nasci com uma autoestima muito elevada. (...) mas é claro que com o passar do tempo e com o desporto me veio ajudar</i> ” E4 – “ <i>intranquilo, pouca vontade de estar inserido na sociedade</i> ” E5 – “ <i>sinto-me bem melhor a praticar desporto.</i> ”
	A2. Parecer da população antes do Desporto Adaptado	E1 – “ <i>viam-me como uma atleta normal mas que via mal.</i> ” E2 – “ <i>tive alguns problemas no secundário e no ciclo. Os miúdos que não eram meus amigos às vezes gozavam comigo, porque ou era o 'bizolho, ou o zarolho, ou olhos tortos</i> ” E3 – “ <i>Sempre que vinha à rua as pessoas olhavam para mim com um sentimento de pena e como “coitadinho, tão novo e numa cadeira de rodas</i> ” E4 – “ <i>nunca deixei que o pensamento ou a atitude dos outros me condicionassem no que quer que fosse</i> ” E5 – “ <i>Viam-me como um desportista normal</i> ”
	A3. Autoimagem depois do Desporto Adaptado	E1 – “ <i>o atletismo é sem dúvida uma das áreas que mais realização pessoal e mais luta me dá diariamente</i> ” E2 – “ <i>Mudei a minha autoestima sem dúvida! Ajudou-me sobretudo a conseguir ter mais paz, não ser tão revoltado com a vida</i> ” E3 – “ <i>O desporto ajuda-me sempre porque vou sempre me superando, e com os treinos uma pessoa vai sempre apresentando resultados cada vez melhores e isso quer queiramos, quer não, dá-nos sempre mais força que uma pessoa precisa quando aparecem aquelas situações mais difíceis e aí dizemos ‘não, eu sou capaz, eu sei que consigo’ e é claro que o desporto também me veio ajudar.</i> ” E4 – “ <i>a partir do momento em que comecei a superar esses complexos, passei a viver mais tranquilo, graças também ao atletismo</i> ” E5 – “ <i>sinto-me bem e melhor a praticar desporto e quando deixo de praticar sinto que a minha autoestima vai um pouco para baixo. Encontrei no desporto uma forma de me auto superar, claramente.</i> ”
	A4. Parecer da população /Importância dada depois do Desporto Adaptado	E1 – “ <i>Não ligo muito à opinião dos outros na verdade</i> ” E2 – “ <i>o que as pessoas me dizem depois de ter entrado para o atletismo, só interiorizo o que eu quero</i> ” E3 – “ <i>Hoje graças à prática desportiva as pessoas já olham para mim de uma forma completamente diferente.</i> ” E4 – “ <i>ainda antes de ter entrado para o desporto adaptado, já lidava bem com o que me diziam</i> ” E5 – “ <i>agora sinto que têm mais respeito, mais orgulho por mim</i> ”

Síntese e representação da opinião dos atletas, agrupadas por categorias e subcategorias:

Na primeira categoria referente às conceções sobre a autoestima e subcategoria A1 – *Autoimagem* (perceção de si) antes do Desporto Adaptado (Figura 1), a opinião dos entrevistados é díspar: 40% do conteúdo respondido aponta para uma autoestima elevada ainda antes da integração no desporto adaptado; outros 40% apontam para a inexistência de grandes objetivos delineados antes da integração no desporto adaptado, e os restantes 20% afirmaram ter sentido complexos relativos à sua deficiência antes de terem integrado a prática desportiva.

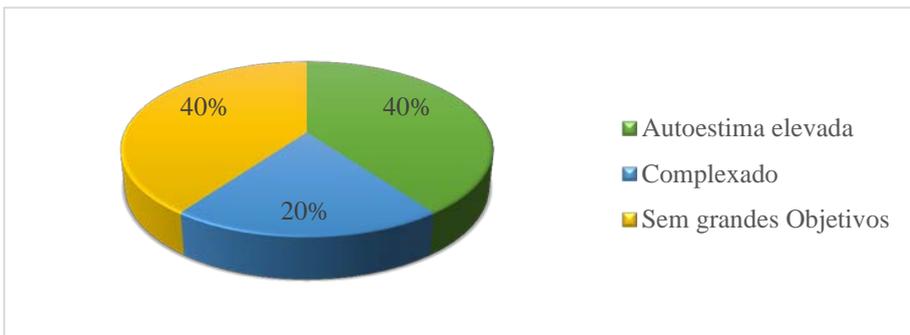


Figura 1. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria A1 - Autoimagem antes da Integração no Desporto Adaptado

Na subcategoria A2 – *Parecer da população antes da integração no Desporto Adaptado* (Figura 2), 40% do conteúdo respondido assenta sobre uma perceção por parte da população destes atletas como pessoas “normais” independentemente do tipo de deficiência, por sua vez, a maioria das respostas incide sobre a discriminação antes da prática desportiva (60%), onde os entrevistados afirmam ter sido alvos de “*Bulling*” antes de terem iniciado a prática desportiva.

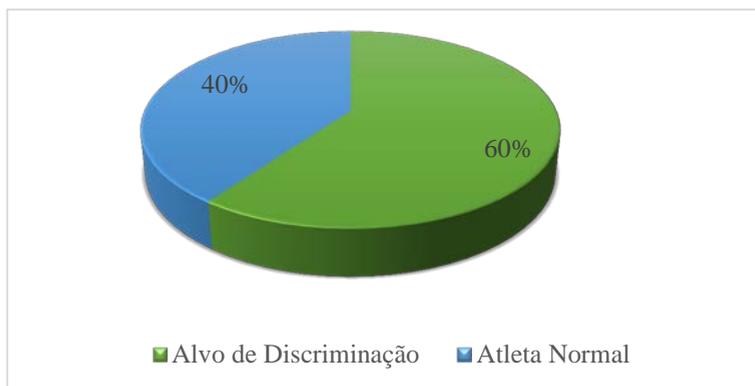


Figura 2. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria A2 - Parecer da população antes da Integração no Desporto Adaptado

Confrontados com a questão: “*Como se sente agora depois dessa integração? Sente que melhorou a sua autoestima?*”, correspondente à subcategoria A3 – *Autoimagem depois do Desporto Adaptado* (Figura 3), todo o conteúdo respondido vai ao encontro de uma melhoria da autoestima (20%) e autossuperação (80%) após a integração no desporto adaptado, onde os atletas afirmam ter sentido melhorias na forma como se percecionam a partir do momento em que iniciaram a prática desportiva.

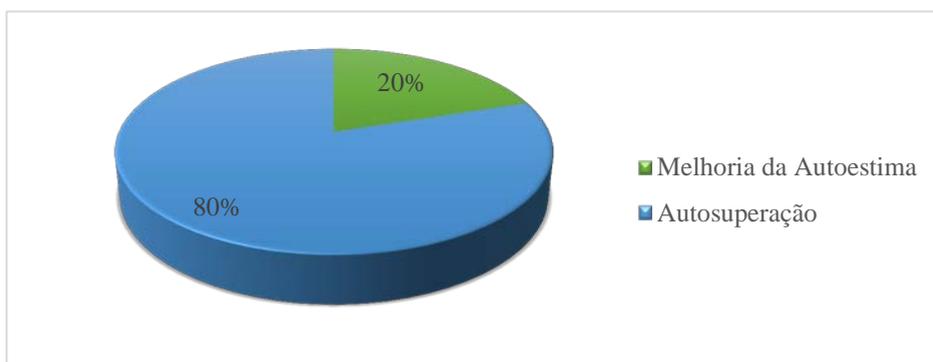


Figura 3. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria A3 - Autoimagem depois da Integração no Desporto Adaptado

Na subcategoria A4 – *Parecer da população /Importância dada depois do Desporto Adaptado* (Figura 4), podemos verificar que após a integração no desporto adaptado, 60% do conteúdo respondido incide

sobre uma perceção de maior respeito e orgulho por estes atletas, por parte da população. Contudo existem atletas que afirmaram não sentir diferenças, admitindo que não dão importância à opinião das outras pessoas, lidando bem com o que lhes dizem.



Figura 4. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria A4 - Parecer da População Após Integração no Desporto Adaptado

A tabela seguinte (tabela II) faz referência às respostas dadas pelos atletas à categoria B – *Conceções sobre o Autoconceito* e subcategoria B1 – *Influência da Integração no Desporto Adaptado*.

Tabela II - Registo de respostas da Categoria B - *Conceções sobre Autoconceito*

Categorias	Subcategorias	Evidências
B. Conceções sobre Autoconceito	B1. Influências da Integração no Desporto Adaptado	<p>E1 – “O atletismo em si não teve grande influência na opinião que tinha relativa a mim. Mas o desporto acaba por ser encarado como uma forma de admiração, quer por parte dos atletas, quer de amigos.”</p> <p>E2 – “Sinto-me mais confiante perante as barreiras do dia-a-dia!”</p> <p>E3 – “foi o desporto sem dúvida que me ajudou pelo menos a ganhar mais alguma autonomia que é aquela que tenho hoje.”</p> <p>E4 – “Atualmente acabo por ter uma certa vaidade e orgulho naquilo que tenho conseguido alcançar e os meus amigos e familiares também, mas sempre mantive a mesma ideia de mim e sempre estive bem.”</p> <p>E5 – “A integração no atletismo fez com que passasse a olhar de forma diferente para mim e sinto que é uma forma de continuar a sentir-me bem comigo mesmo e a sentir-me mais ativo.”</p>

Síntese e representação da opinião dos atletas, agrupadas por categorias e subcategorias:

Na segunda categoria e subcategoria B1 referente às concepções sobre o Autoconceito – *Influências da Integração no Desporto Adaptado* (Figura 5), grande parte das respostas dadas incidem sobre um maior ganho de autonomia (40%) e autoconfiança (40%) com a integração no desporto adaptado, ainda que tenha havido casos em que a integração no desporto adaptado não teve grande influência na vida dos atletas entrevistados (20%).

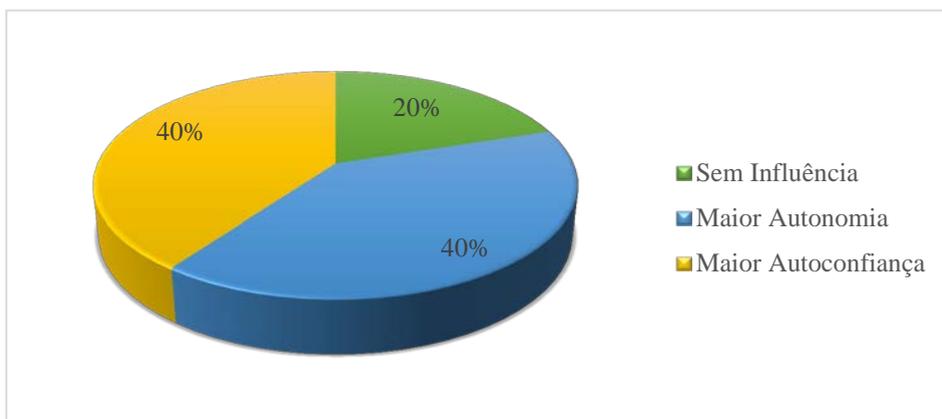


Figura 5. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria B1 - Influência da Integração no Desporto Adaptado

A tabela III, apresentada abaixo diz respeito ao registo de respostas dos atletas à categoria C – *Concepções sobre Aceitação Social* e respetivas subcategorias C1 – *Reação de Familiares/amigos* e C2 – *Reação da Sociedade*.

(Tabela III, página seguinte)

Tabela III. Registo de respostas da Categoria C - Concepções sobre Aceitação Social

Categorias	Subcategorias	Evidências
C. Concepções sobre Aceitação Social	C1. Reação de Familiares- Amigos	<p>E1 – “os amigos adoram, acham um máximo, a família também mas a minha mãe apoia-me, deixa-me fazer tudo o que eu quiser, desde que haja a parte do trabalho. Mas sempre me apoiaram e adoram!”</p> <p>E2 – “Os meus pais eram contra no início. Só que eu sempre fui muito teimoso e sempre fui muito pestinha e sempre fui em frente com aquilo que eu realmente queria!”</p> <p>E3 – “A minha mãe não aceitou muito bem, quando lhe disse que queria praticar desporto, dizia-me `tu és maluco, ainda te magoas´ e coisas assim do género. Agora os amigos foi positivo, colaboraram sempre para que fosse mais longe.”</p> <p>E4 – “Sentem-se orgulhosos. Aqueles que nos são mais chegados como a minha mulher e a minha filha ficaram muito felizes e é isso que me interessa”</p> <p>E5 – “Têm-me apoiado e sempre me apoiaram”</p>
	C2. Reação da sociedade	<p>E2 – “As pessoas começaram a pensar que `espera lá, espera lá que afinal ele sendo deficiente visual, vendo mal, se calhar consegue fazer coisas que muitos de nós não conseguimos e consegue faze-las bem´. E sempre me deram forças para continuar.”</p> <p>E3 – “Sim sim, posso dizer, como referi há pouco que quando fiquei paraplégico as pessoas olhavam para mim como um deficiente, um coitadinho e hoje não, olham-me de uma forma completamente diferente e foi o desporto que ajudou nisso. As pessoas que estão mais atentas ao desporto adaptado e àquilo que eu faço, essas pessoas olham para aquilo que eu faço com alguma admiração e isso é positivo ”</p> <p>E4 – “Como eu sei brincar com a situação, sempre houve aceitação da minha deficiência e às vezes no meu seio familiar e de amigos, até me sinto muito mimado.”</p> <p>E5 – “Sinto que tem havido melhoras na aceitação da deficiência. Agora a nível geral, a nível nacional as melhorias são mínimas, ainda há muito para melhorar.”</p>

Síntese e representação da opinião dos atletas, agrupadas por categorias e subcategorias:

Na terceira categoria relativa às concepções sobre a Aceitação Social, os atletas confrontados com a questão “Qual a reação dos seus familiares e amigos ao saberem dessa sua opção em praticar desporto?”, respeitante à subcategoria C1, a maioria do conteúdo respondido incide sobre o apoio total de familiares e amigos desde que estes souberam da intenção dos atletas participantes no estudo em iniciar a prática desportiva (60%). Contudo, verificámos que 40% das respostas dadas

incidiram sobre um apoio pouco recetivo inicialmente quer da parte de amigos, quer de familiares no momento em que souberam da intenção destes atletas em iniciar a prática desportiva (Figura 6). Porém todos os atletas entrevistados neste estudo afirmam receber apoio de familiares e amigos.

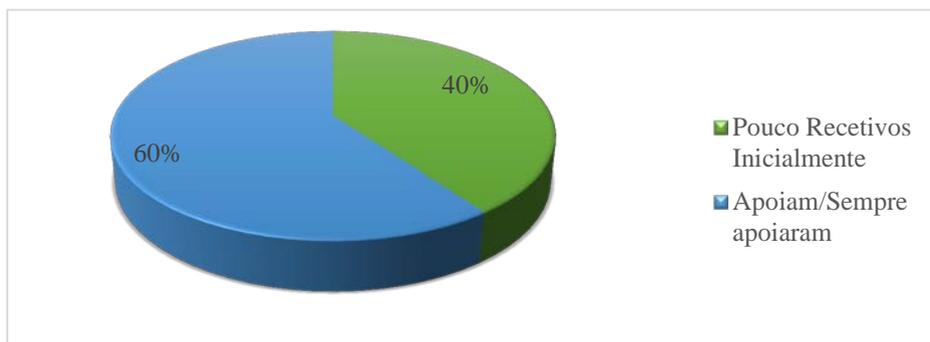


Figura 6. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria C1 - Aceitação Social - Reação de Amigos / Familiares

Na subcategoria C2 – *Reação da Sociedade*, confrontados com a questão “*Sente que há uma maior aceitação social da sua deficiência a partir do momento que integrou o desporto adaptado?*”, a maioria das respostas (83%) incide sobre uma maior aceitação social da sua deficiência a partir do momento em que integraram o desporto adaptado, tendo sido as palavras admiração, orgulho e surpresa as mais proferidas pelos atletas para descreverem a reação das pessoas ao saberem da sua opção em praticar desporto (Figura 7).

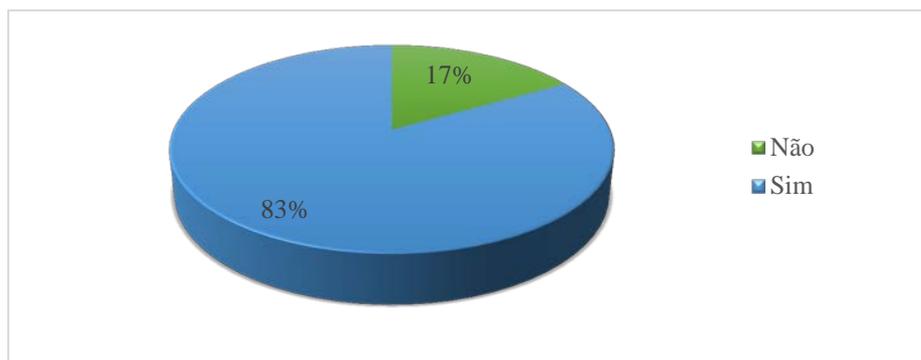


Figura 7. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria C2 - Aceitação Social - Reação da Sociedade

Na tabela IV é possível verificarmos o registo de respostas dos atletas à categoria D – *Conceções sobre Ocupação e Hábitos de Lazer* e respetivas subcategorias D1 – *Atividades Realizadas* e D2 – *Necessidade de realizar novas atividades*.

Tabela IV. Registo de respostas da Categoria D - *Conceções sobre Ocupação e Hábitos de Lazer*

Categorias	Subcategorias	Evidências
D. Conceções sobre Ocupação e Hábitos de Lazer	D1. Atividades Realizadas	<p>E1 – “<i>Eu sou muito ativa. Os meus hobbies são ajudar a minha mãe no negócio que temos de aluguer de casas, de Turismo, depois estou a aprender italiano em casa, num curso online e vou começar em Setembro a estudar novamente Marketing Digital, vou fazer também figuração em novelas.</i>”</p> <p>E2 – “<i>Estou no 3º ano de naturopatia, adoro música e um dos meus hobbies é ser DJ.</i>”</p> <p>E3 – “<i>Não tenho muitos hábitos, a minha vida gira em volta do atletismo, não faço nada atualmente que me possa vir a cansar para o dia de amanhã, para o treino de amanhã. É tudo à volta do desporto adaptado, do atletismo.</i>”</p> <p>E4 – “<i>Infelizmente não tenho o tempo livre que gostava de ter, porque trabalho, depois do trabalho treino todos os dias, depois vou para casa e gosto de falar com a minha filha e a minha esposa.</i>”</p> <p>E5 – “<i>Tento acompanhar o meu filho nas atividades dele, de resto trabalho, treino e distraio-me também com o telemóvel e internet.</i>”</p>
	D2. Necessidade de realizar novas atividades	<p>E1 – “<i>Sim sim, sem dúvida! Não consigo só fazer o atletismo.</i>”</p> <p>E2 – “<i>Claro, claro! Se há coisa que eu não sou e nunca fui é `caseiro`! Às vezes sim, às vezes saio à noite mesmo quando não me apetece muito.</i>”</p> <p>E3 – “<i>Não sinto muito a necessidade, mas gosto, sou uma pessoa que gosta de desafios e de vez em quando lá tenho um amigo que me convida para esta ou aquela atividade e eu aceito. Graças ao desporto que me deu esta possibilidade de experimentar coisas novas e estar sempre apto a aceitar novos desafios e aceito sempre.</i>”</p> <p>E4 – “<i>Ao fim de semana de vez em quando saímos, fazemos férias como qualquer outro cidadão, gosto de organizar uns jantares entre amigos e familiares, por aí.</i>”</p> <p>E5 – “<i>Já pratiquei triatlo mas neste momento estou apenas no atletismo. E de vez em quando sim encontro-me com amigos à noite para bebermos café</i>”</p>

Síntese e representação da opinião dos atletas, agrupadas por categorias e subcategorias:

Na categoria D1 – *Conceções sobre Ocupação e Hábitos de Lazer*, a música, o estar com a família e o ajudar os pais, foram as atividades mais proferidas pelos atletas, quando questionados sobre as suas atividades de tempo livre (Figura 8).

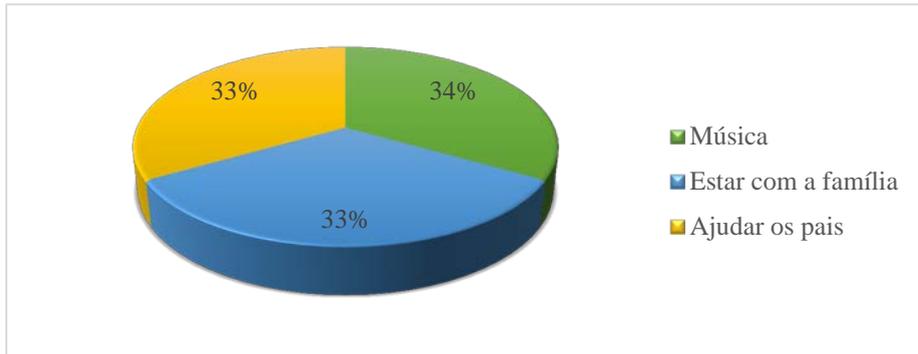


Figura 8. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria D1 - Conceções sobre Ocupação e Hábitos de Lazer - Atividades Realizadas

Quando questionados sobre a necessidade de realizar novas atividades (subcategoria D2), a maioria afirma sentir necessidade de realizar outras atividades além da prática do atletismo (Figura 9).



Figura 9. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria D2 - Conceções sobre Ocupação e Hábitos de Lazer - Necessidade de realizar novas atividades

A tabela V mostra-nos o registo de respostas dos atletas à categoria E – *Conceções sobre Relações Interpessoais* e respetiva subcategoria E1 – *Relação com os outros depois da integração no Desporto Adaptado*.

Tabela V. Registo de respostas da Categoria E - Conceções sobre Relações Interpessoais

Categorias	Subcategorias	Evidências
E. Conceções sobre Relações Interpessoais	E1. Relação com os outros depois da integração no Desporto Adaptado	E1 – “Senti maior diferença no meu relacionamento para com as pessoas com deficiência porque não estava habituada. Depois de ter integrado o desporto adaptado comecei a perceber outros tipos de deficiência” E2 – “Sem dúvida! Tornei-me numa pessoa mais extrovertida, mais divertida, mais bem-disposta, faço as pessoas rir e às vezes sinto mesmo essa necessidade de dizer umas baboseiras para os outros se rirem.” E3 – “Posso dizer que sim, fiquei cada vez mais confiante, fiquei mais seguro daquilo que queria fazer.” E4 – “Não sinto grandes diferenças na forma de me relacionar com os outros porque continuo a ser a pessoa que era, um cidadão completamente normal que tenho o meu trabalho, os meus amigos, família...” E5 – “Sim, sinto que as pessoas têm mais respeito por nós.”

Síntese e representação da opinião dos atletas, agrupadas por categorias e subcategorias:

Quando confrontados com a questão “Sente que a sua forma de se relacionar com os outros mudou? Em que sentido?” (Subcategoria E1 – *Relação com os outros depois da integração no Desporto Adaptado*), a maioria do conteúdo respondido incide sobre a melhoria da relação com os outros, onde os atletas afirmam sentir-se mais confiantes e mais seguros do que realmente tencionam fazer, o que lhes concerne uma maior segurança no contacto com as outras pessoas (Figura 10).

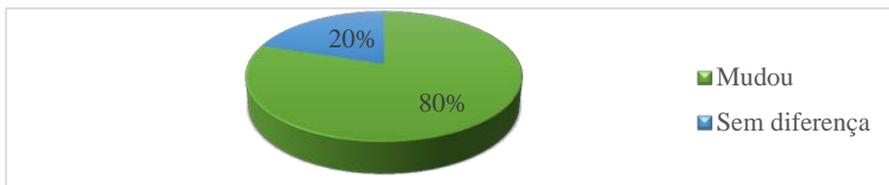


Figura 10. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria E1 - Relação com os outros Após Integração no Desporto Adaptado

Na tabela VI podemos verificar o registo de respostas da Categoria F, *Conceções sobre Rendimento Financeiro*, e respetivas subcategorias F1 – *Despesas*; F2 – *Financiamento / Patrocínios* e F3 – *Dificuldades Monetárias*.

Tabela VI. Registro de respostas da Categoria F - Conceções sobre Rendimento Financeiro

Categorias	Subcategorias	Evidências
F. Conceções sobre Rendiment o Financeiro	F1. Despesas	<p>E1 – “<i>Eu consigo suportar todas as despesas porque vivo em casa da minha mãe, portanto a renda e despesas de casa como alimentação é tudo patrocinado pela mãe, daí conseguir viver com a bolsa que recebo. Mas de facto é muito difícil.</i>”</p> <p>E2 – “<i>Consigo ou não depende. Por um lado consigo porque nós temos uma verba anual que serve para o material desportivo, suplementação, viagens e depois temos a nossa bolsa. Mas não dá para fazer disto vida...</i>”</p> <p>E3 – “<i>Não é fácil conseguir suportar todas as despesas. É assim, se estivermos a falar no desporto de alta competição ao mais alto nível, que é onde eu estou atualmente, posso dizer que tenho de fazer sacrifícios, ou seja, não diria sacrifícios, porque o faço com gosto, mas tem de ser tudo muito bem pensado, tudo muito bem estudado e planeado. Temos de contar as migalhas para conseguirmos ter uma época desportiva com alguma competitividade.</i>”</p> <p>E4 – “<i>Consigo suportar as despesas porque tenho o meu trabalho. Se não tivesse seria mais complicado porque a bolsa que recebemos se não fizéssemos mais nada seria complicado.</i>”</p> <p>E5 – “<i>No meu caso sim porque pertença ao projeto paralímpico.</i>”</p>
	F2. Financiamento /Patrocínios	<p>E1 – “<i>Eu recebo uma bolsa, estou no nível A por ter sido campeã europeia, estou no escalão máximo e recebo menos do que o ordenado mínimo! As despesas com os treinos, com material que necessito, passe dos autocarros (que é o clube que paga), todas essas despesas estão asseguradas pela bolsa do Comité Paralímpico, mas não dá para viver sozinha.</i>”</p> <p>E2 – “<i>Existe uma bolsa, mas uma coisa fora do normal. Depois vou conseguindo arranjar dinheiro nos trabalhos que vou fazendo por fora com a minha formação.</i>”</p> <p>E3 – “<i>Eu como estou na alta competição tenho direito a uma verba que o estado atribui, embora posso dizer que é uma verba que não dá para quase nada.</i>”</p> <p>E4 – “<i>Sim, recebemos ajudas financeiras, uma bolsa.</i>”</p> <p>E5 – “<i>No meu caso tenho apenas a bolsa e a ajuda do clube. Nas deslocações para o treino não me ajudam, mas para as competições e para os equipamentos temos ajudas financeiras</i>”</p>
	F3. Dificuldades Monetárias	<p>E1 – “<i>A questão de não ter independência financeira para estar no meu espaço.</i>”</p> <p>E2 – “<i>Despesas do dia-a-dia talvez porque vamos puxando de um lado e de outro e vai dando.</i>”</p> <p>E3 – “<i>É mesmo a falta de poder ir competir com os meus adversários que são suíços, americanos, japoneses, mexicanos, e eu posso dizer que este ano vou competir 2 vezes contra eles e depois volto a competir contra eles nos campeonatos do mundo e isso é extremamente pouco tendo em conta o patamar em que nós estamos.</i>”</p> <p>E4 – “<i>Como eu não vivo disto, como tenho o meu trabalho, não sinto dificuldades.</i>”</p> <p>E5 – “<i>Às vezes as deslocações para as competições e na compra de alguns dos materiais têm que nos sair do próprio bolso para depois mais tarde nos ser devolvido. Mas estamos sempre limitados ao valor que nos dão e por vezes não consigo comprar coisas que gostaria de comprar.</i>”</p>

Síntese e representação da opinião dos atletas, agrupadas por categorias e subcategorias:

Na sexta categoria referente às concepções sobre o Rendimento Financeiro e subcategoria F1 – *Despesas*, os atletas entrevistados deixam claro que sentem dificuldades no suporte das despesas tendo que fazer alguns sacrifícios para conseguirem suportar todas as suas despesas (Figura 11).

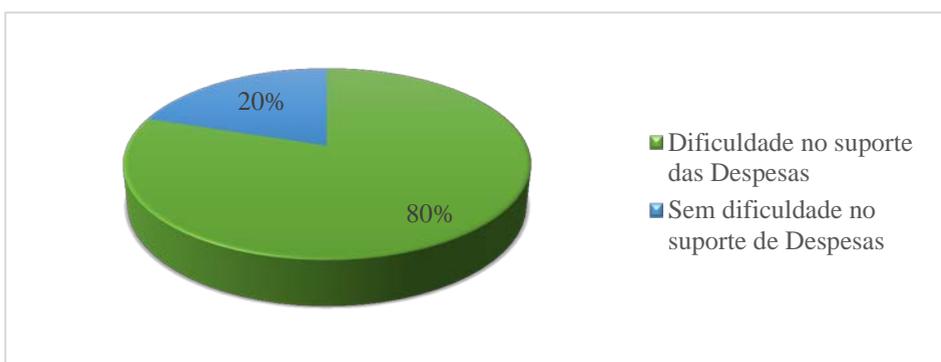


Figura 11. Gráfico de percentagem de respostas emitidas sobre a subcategoria F1 - Despesas

Na subcategoria F2 – *Financiamento/Patrocínios*, confrontados com a questão: “*Existe algum financiamento/patrocínio que o ajude a fazer face às despesas?*”, todos os atletas admitem receber uma bolsa do Comité Paralímpico mas dizem não chegar, tendo em conta todas as competições, deslocações e material que têm de comprar durante a época desportiva (Figura 12). Para além das despesas pessoais como renda de casa, como é o caso do Entrevistado 2 que ainda é estudante e a bolsa que recebe por estar integrado no Projeto Paralímpico não chega para suportar todas as suas despesas, vendo-se obrigado a realizar outros trabalhos por conta própria.

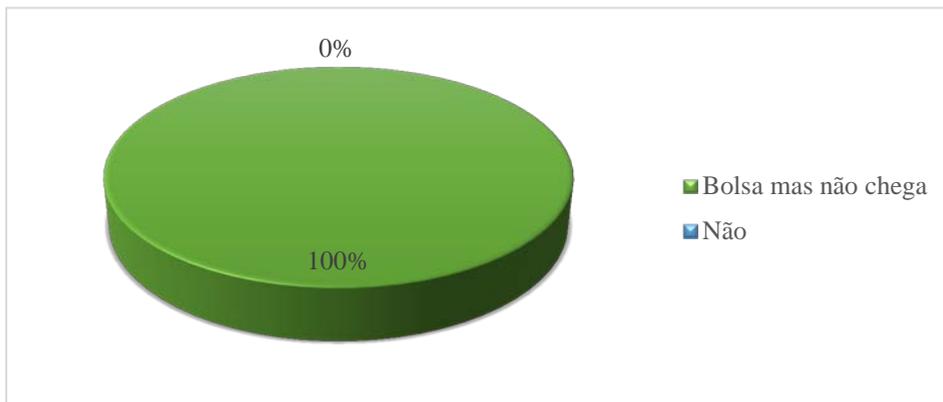


Figura 12. Gráfico percentagem respostas emitidas subcategoria F2, Financiamento/Patrocínios

Quando questionados sobre “*Quais as maiores dificuldades com que se defrontam a nível monetário?*”, as despesas do dia-a-dia e as deslocações para competições são as dificuldades mais mencionadas pelos atletas entrevistados (Figura 13).



Figura 13. Gráfico de percentagem respostas emitidas subcategoria F3, Dificuldades Monetárias

Na tabela VII apresentada a baixo é possível verificarmos o registo de respostas dos atletas à categoria G – *Outras considerações*, onde os mesmos foram convidados a relatar quais as maiores mudanças sentidas após a integração no desporto adaptado.

Tabela VII. Registo de respostas da Categoria G - Outras Considerações

Categories	Subcategorias	Evidências
G. Outras Considerações	G1. Maiores mudanças sentidas após a integração no Desporto Adaptado	E1 – <i>“Senti que ganhei outra sensibilidade perante as pessoas e sinto-me mais tolerante, não só com as pessoas com deficiência, mas também com as pessoas no geral. Eu sou muito nervosa, enervo-me com tudo, mas sinto que estou mais relaxada, mais tranquila, sinto-me também mais autodeterminada e a querer mesmo isto, sem planos `B´, é o `A´ e acabou-se.”</i>
		E2 – <i>“No reconhecimento das pessoas, é algo estranho às vezes ires na rua, conhecerem-te e virem falar contigo, seres muito bem tratado, muito acarinhado.”</i>
		E3 – <i>“Não senti grandes mudanças, quer dizer, mudei uma série de coisas na minha vida, posso dizer que quando vim para a alta competição mudei de cidade, mudei de casa para estar mais perto da pista de atletismo e deixei de trabalhar.”</i>
		E4 – <i>“Permitiu-me ultrapassar os complexos que eu tinha perante a minha condição física. Eu costumo dizer que agora ganhei uma medalha de bronze, mas há uns anos atrás foi como se tivesse ganho uma de ouro, quando passei a viver sem complexos, uma vida sem barreiras e aí o atletismo ajudou-me muito.”</i>
		E5 – <i>“Competir a nível nacional, poder viajar, conhecer vários países e também contactar com outras culturas.”</i>

Quando questionados sobre quais as maiores mudanças sentidas nas suas vidas depois da integração no desporto adaptado, as opiniões foram díspares. Mudanças como: *ter que mudar de residência para poder estar mais perto de uma pista de atletismo; poder competir a nível nacional, internacional e poder contactar com outras culturas; maior reconhecimento por parte da população; maior autodeterminação e ultrapassagem de complexos* foram as mudanças mais sentidas após a integração no atletismo adaptado por parte dos atletas entrevistados.

DISCUSSÃO DE RESULTADOS E CONCLUSÕES

Tal como Pereira, Osborne, Pereira e Cabral (2013) averiguaram no seu estudo, que a prática desportiva contribuiu para a socialização da pessoa com deficiência, também nós verificámos que os atletas

entrevistados se sentem mais integrados socialmente desde que iniciaram a prática desportiva. Monteiro (2012) também verificou que o desporto adaptado desenvolvido no Centro de Medicina de Reabilitação da Região Centro – Rovisco de Pais pressupôs uma medida efetiva de aplicação de política social de direito, reconhecendo dessa forma o papel do desporto como um meio de integração social da pessoa com deficiência. Ou seja, são vários os testemunhos (Blinde & McClung, 1997; Martin & Smith, 2002) que apontam o desporto como meio de integração de pessoas com deficiência na sociedade, comprovando que a prática desportiva lhes dá ainda a oportunidade de desenvolverem a sua independência, incentivando-os a iniciarem outras atividades sociais, noutros contextos das suas vidas, como, por exemplo, estabelecer relações de solidariedade e companheirismo, desenvolver a confiança necessária para entrar no mundo do trabalho e experienciar tarefas diferentes das que estão habituados a realizar (Blinde & McClung, 1997; Monteiro, 2012; Sousa, 2014).

Por fim, no que diz respeito à questão lançada no início do estudo: “Será que a prática de Atletismo tem influência na perceção de integração social de atletas de desporto adaptado?”, podemos inferir que efetivamente a prática de atletismo tem um efeito positivo nos atletas portadores de deficiência. Através das entrevistas realizadas ficou perceptível a relevância do desporto na vida daqueles que conseguem chegar à alta competição, alegando ser um meio de afirmação social positivo, facilitando a relação com os outros, permitindo-lhes elevar a confiança e autoestima, e até mesmo ajudando-os na transformação do olhar e opinião dos “outros” na medida em que os mesmos deixam de ser percebidos na comunidade pela sua deficiência, passando a ser percebidos pelos seus sucessos desportivos.

BIBLIOGRAFIA

- Almeida, P. A., & Tonello, M. G. M. (2007). Benefícios da Natação para alunos com Lesão Medular. *Revista Digital E.F.Desportos*, 106. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd106/beneficios-da-natacao-para-alunos-com-lesao-medular.htm>
- Barros, J.M., Viegas, J., & Seabra, A.C. (2001). A recreação e o desporto. In C. Louro (Coord.), *Acção social na deficiência* (pp. 227-252). Lisboa: Universidade Aberta.

- Batista, M. A. (2011). *La práctica de Judo en relación con el autoconcepto, la autoestima y el rendimiento escolar de los estudiantes de primer ciclo de primaria*. Tese de Doutoramento. Facultad de Educación - Universidade de Extremadura, Badajoz.
- Blinde, E. & McClung, L. (1997). Enhancing the Physical and Social Self Through Recreational Activity: Accounts of Individuals With Physical Disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 14(4), 327-344. doi: 10.1123/apaq.14.4.327
- Caspersen, C. J., Pereira, M. A., & Curran, K. M. (2000). Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(9), 1601-1609. Baixado de: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.474.9674&rep=rep1&type=pdf> (25 de novembro de 2017).
- Celestino, T., & Pereira, A. (2015). Orientação Adaptada: Características e Potencialidades de um Desporto de Inclusão. *Revista Desporto e Atividade Física para Todos – Revista Científica da FPDD*, 1(1), 12-17.
- Grubano, E. C. (2015). *O Esporte Adaptado como fator de inclusão social para pessoas com deficiência física*. UNESC – Universidade do Extremo Sul Catarinense.
- Horta, B.R., Muniz, C. N., Santos, C. S. M., & Rabelo, R. J. (2009). Análise comparativa da composição corporal de praticantes e não praticantes de desporto adaptado. *Movimentum - Revista digital de Educação Física*, 4(1), 1-10.
- Marques, U. (1997). A exclusão social e a actividade física. In A. Marques, A. Prista, A. Junior, (Eds). *Educação Física: Contexto e Inovação – Actas do V Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*. Vol. 1 (pp 161 – 176). Porto: FCDEF-UP
- Martin, J. J., & Smith, K. (2002). Friendship Quality in Youth Disability Sport: Perceptions of a Best Friend. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 19(4), 472-482. Baixado 25 de novembro de 2017 de: <https://pdfs.semanticscholar.org/88e2/4e126e1b55df4efa5c4e94921331cacd021b.pdf>. doi: 10.1123/apaq.19.4.472

- Mello, M. T., & Winckler, C. (2012). *Esporte Paralímpico*. São Paulo: Atheneu.
- Monteiro, J. R. C. S. (2012). *O contributo do Desporto Adaptado para a Integração Social da Pessoa com Deficiência Motora*. Coimbra: Dissertação de Mestrado em Serviço Social. Instituto Superior Miguel Torga.
- Pereira, R., Osborne, R., Pereira, A., & Cabral, S.I. (2013). A importância do desporto de alto rendimento na inclusão social dos cegos: Um estudo centrado no Instituto Benjamin Constant – Brasil. *Revista Motricidade*, 9(2), 94-105. Baixado 25 de novembro de 2017 de: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/mot/v9n2/v9n2a10.pdf>. doi: 10.6063/motricidade.9(2).2671
- Saraiva, J. P., Almeida, M. R., Oliveira, C., Fernandes, R., & Cruz-Santos, A. (2013). Desporto adaptado em Portugal: Do conceito à prática. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 18(5), 623-635. Baixado 18 de novembro de 2017 de: <http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/2586>. doi: 10.12820/rbafs.v.18n5p623
- Sousa, A. (2014). *A experiência vivida de atletas paralímpicos: narrativas do desporto paralímpico português*. Porto: Dissertação de Doutoramento em Ciências do Desporto apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Winnick, J. P. (2004). *Educação Física e Esportes Adaptados*. 3. ed. Barueri: Manole.