

A NATAÇÃO E AS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

A NATAÇÃO E AS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Introdução

“Temos o direito a sermos iguais quando a diferença nos inferioriza; temos o direito a sermos diferentes quando a igualdade nos descaracteriza”.

Numa breve visita ao passado é possível constatar que é muito recente o entendimento social de que as pessoas que têm algum tipo de deficiência não são pessoas “doentes”. Mudança de representação significa, na maioria das vezes, também mudança de conduta. Urge, então, a necessidade de valorizar as potencialidades de cada sujeito, ao invés de estigmatizar as suas limitações, sejam elas quais forem.

Partindo do princípio de que todo educando é digno de respeito e do direito à educação de melhor qualidade, acreditamos que a Educação Física Adaptada obedece

aos mesmos princípios da educação geral. Dessa maneira, o professor poderá encontrar alternativas para desenvolver as potencialidades do seu alunado ao máximo. A prática de exercícios realizados na água é uma dessas alternativas.

A história tem nos mostrado que, desde os tempos mais remotos, os povos antigos já sabiam da importância da água. Desde a era Greco-romana se tem referência da utilização da água como terapia, uma vez que os gregos a utilizavam para fins de profilaxia (Marinho,1980). Hoje, além de objetivar a saúde, as atividades realizadas na água adquirem novo significado – um meio educativo. Ou seja, a água está presente na vida dos seres humanos há muito tempo, sendo utilizada nas mais diversas finalidades.

Natação: para quê e para quem?

A natação é uma atividade reconhecida como prática terapêutica devido a sua eficiência na reabilitação e no desenvolvimento integral (biopsicossocial) das pessoas. Sabendo desta importância, as atividades que foram desenvolvidas no projeto e que estavam diretamente relacionadas à natação tiveram que ser adaptadas. A criação de materiais e estratégias de aprendizagem para os alunos com deficiência requerem estratégias bem diferentes das convencionais – requer um atendimento individualizado. Winnick (2004) ajuda-nos a explicar essa premissa:

A Educação Física adaptada designa um programa individualizado de aptidão física e motora, habilidades e padrões motores fundamentais e habilidades de esportes aquáticos e dança, além de jogos e esportes individuais e coletivos: um programa elaborado para suprir as necessidades especiais dos indivíduos” (Winnick, 2004, p.04).

Cada vez mais a comunidade escolar vem se preocupando com a inclusão dos alunos com deficiências e, para que as suas necessidades possam ser supridas é que eles estão sendo envolvidos em atividades físicas e educacionais, na tentativa de ampliar as suas oportunidades. Nessa perspectiva, objetivou-se com a inserção do referido projeto:

1. Estimular o aspecto motor;
2. Melhorar a autoestima e a autonomia;
3. Proporcionar atividades lúdicoaquáticas;
4. Possibilitar a socialização.

Nesse sentido, a natação adquire grande valor por estar ligada diretamente com as atividades que envolvem a melhora do sistema cardiorrespiratório bem como, o condicionamento físico, o desenvolvimento da musculatura, aumento da resistência muscular e o controle da respiração. É capaz, ainda, de aumentar a amplitude das articulações, aliviar as tensões e o estresse do cotidiano por ter efeito relaxante, proporcionando bem-estar. Para White (1998) a água é um excelente meio para a recuperação devido às suas propriedades específicas (flutuar, diminuição da força de compreensão e equilíbrio da pressão hidrostática nas partes do imersas do corpo). O corpo sente-se confortável na água devido à redução do peso corporal e à eliminação

da força da gravidade. As articulações sofrem menos impacto na realização dos exercícios, tornando as atividades propícias para serem trabalhadas com alunos que tenham algum tipo de deficiência, pois raramente provocam algum efeito colateral.

A natação é uma possibilidade do movimento envolvente que possibilita aumentar a flexibilidade; reeducar a musculatura; aumentar a amplitude do movimento, a resistência, no controle do equilíbrio; na sensação de segurança e na redução de paralissias. Através de um programa de natação é possível proporcionar diversas estimulações corporais, as quais serão transformadas em gestos motores e que levarão os sujeitos a conseguirem progressos em suas habilidades motoras, psíquicas e sociais, requeridas para a estruturação da personalidade (Damasceno, 1992).

Inúmeros são os benefícios da natação. Weineck (1999) vai ao encontro dessa afirmativa ao destacar que a natação, enquanto exercício aeróbico ajuda a melhorar as condições dos seus praticantes no desenvolver das atividades diárias. Através dos exercícios aeróbicos ocorre a perda de gordura, amenizando os problemas cardiovasculares. Já como exercício localizado contribui no desenvolvimento da resistência e da força muscular bem como, na tonicidade muscular e na amplitude articular. Ainda, a natação tem uma grande relação na prevenção de possíveis doenças, a exemplo do diabetes, hipertensão arterial, acidente vascular cerebral e cardiopatias.

Através do projeto de natação foram atendidos alunos com deficiência visual (cegueira e baixa visão) e deficiência física (atrofia e distrofia muscular). Para melhor esclarecer os leitores sobre este assunto, apresentaremos uma breve definição desses conceitos:

1) Cegueira: o material disponibilizado pelo Ministério da Educação, intitulado: "Atendimento Educacional Especializado: deficiência visual" (2007, p. 15), define a cegueira como "uma alteração grave ou total de uma ou mais das funções elementares da visão que afeta de modo irremediável a capacidade de perceber cor, tamanho, distância, forma, posição ou movimento em um campo mais ou menos abrangente". Essa alteração pode ocorrer desde o nascimento (cegueira congênita) ou posteriormente (cegueira adventícia, usualmente conhecida como adquirida) em decorrência de causas orgânicas ou accidentais.

- 2) Baixa Visão: também conhecida como ambliopia, visão subnormal ou visão residual é um tanto complexa a sua definição devido à variedade e à intensidade de comprometimentos das funções visuais. Essas funções “englobam desde a simples percepção da luz até a redução da acuidade e do campo visual que interferem ou limitam a execução de tarefas e desempenho geral” (p. 16).
- 3) Atrofia Muscular: é a emaciação ou perda de tecido muscular resultante de uma doença ou por inatividade, o que resulta geralmente em alguma perda de mobilidade ou de força dos músculos. Isso ocorre porque os músculos não recebem mais impulsos ou “mensagens” provenientes dos neurônios.
- 4) Distrofia Muscular: essa doença pertence a um grupo de mais de 30 doenças genéticas que causam fraqueza progressiva e degeneração dos músculos esqueléticos usados durante o movimento voluntário. Essas doenças variam em idade do aparecimento, gravidade e padrões dos músculos afetados, sendo que todas as formas de manifestação resultam na degeneração progressiva e enfraquecimento dos músculos.

A partir de um melhor entendimento sobre os conceitos acima apresentados, pôde-se perceber que a natação seria uma maneira de oferecer aos alunos a sensação de liberdade e consciência de seus próprios movimentos, observáveis na interação do corpo com o meio líquido (cinestesia). Isto se deve ao fato do meio líquido poder agir diretamente no corpo, com efeito estimulatório (água fria) ou com efeito relaxante (água quente).

Inicialmente, a ênfase do trabalho consistia no processo de adaptação do aluno ao meio líquido para, posteriormente, adquirir independência (parcial ou total) de movimento. Nesses casos, o professor ao acompanhar cada aluno, pôde trabalhar os diferentes níveis de desenvolvimento motor, reconhecendo onde era o ponto de partida de suas aulas. Como diz o ditado: “*cada caso é um caso*”, pois exige um atendimento individualizado.

A inclusão e educação física adaptada

Quando falamos sobre a temática da inclusão não podemos deixar de considerar que esse termo possui um sentido de modificação da sociedade como pré-requisito para a pessoa com deficiência buscar seu desenvolvimento e exercer a cidadania (Sassaki, 1997). Nessa perspectiva, para que a sociedade possa incluir todas as pessoas, deverá entender que se faz necessário atender às necessidades dos que integram seu corpo social.

A inclusão social é um processo que contribui para a construção de uma sociedade através de transformações, sejam elas pequenas ou grandes, nos ambientes físicos e, principalmente, na mentalidade das pessoas, inclusive da própria pessoa com deficiência. Para Werneck (1992) a inclusão é incondicional - é fazer do mundo um lugar para todos, onde todos estejam aptos a vivenciar situações comuns. A referida autora enfatiza que não há pessoas especiais ou diferentes, porque cada pessoa tem suas características únicas. Nessa perspectiva, a participação no meio social, a relação com as demais pessoas, os processos de aprendizagem, a escola, a acessibilidade para as atividades esportivas e muitos outros fatores tornam-se de fundamental importância.

Nessa mesma linha de pensamento Ribeiro (2001) menciona que o esporte pode viabilizar uma ação inclusiva, uma vez que consideramos as atividades físicas e esportivas, no caso a natação, como parte integrante do processo de construção do ser humano no seu meio cultural. Dessa forma, os professores devem buscar sensibilizar os pais, responsáveis, colegas de trabalho, alunos, esportistas, enfim, toda a sociedade sobre a proposta inclusiva.

A Educação Física Adaptada compreende técnicas, métodos e formas de organização que podem ser aplicados ao indivíduo que apresenta algum tipo de deficiência, de modo que o programa possa desafiar a todos os alunos, respeitar suas limitações, promover autonomia e enfatizar o potencial no domínio motor. A Educação Física Adaptada é uma área da Educação Física que tem como objeto de estudo a motricidade humana para as pessoas com deficiência, adequando metodologias de

ensino para o atendimento às características de cada aluno, respeitando suas diferenças individuais.

O professor de Educação Física é um articulador capaz de influenciar diretamente no processo de inclusão ou de exclusão, sendo que pode convidar os alunos para a participação ou para o distanciamento das atividades físicas. Dessa forma a intervenção do professor, ao ser pautada numa ação pedagógica efetiva e interativa, favorecerá o desenvolvimento do aluno, estimulando-o e orientando-o. No entanto, não é nenhuma novidade ou surpresa destacar que os professores dessa área do conhecimento não discutem muito (ou simplesmente não discutem) a temática inclusão.

Muitos avanços foram alcançados nas discussões sobre esse tema, porém poucas são as mudanças qualitativas do professorado, não se refletindo na prática diária da ação profissional. Recente pesquisa realizada por Gorgatti e Rose Júnior (2009) demonstrou que a tendência geral dos professores de Educação Física diante da inclusão de alunos com deficiência em suas aulas foi negativa, independente de sexo ou tempo de experiência. Os dados destacaram que o pessimismo docente reside na sensação de despreparo para lidar com alunos que apresentam deficiências.

As escolas, de modo geral, também não estão preparadas para receber o aluno com deficiência. Muitos professores de Educação Física não tiveram em sua formação acadêmica a possibilidade de discutir conteúdos e/ou assuntos pertinentes a Educação Física Adaptada ou a Inclusão e que, posteriormente, ao ingressarem no magistério, se depararam com uma estrutura escolar resistente às mudanças.

Os obstáculos estão para ser superados nesse campo de atuação. Por esse motivo é de fundamental importância a Formação Continuada do professor. Ao ser capacitado e esclarecido sobre as potencialidades e limitações dos alunos com deficiência, poderá reverter ou, pelo menos, amenizar esse cenário. Caso contrário, a inclusão continuará sendo apenas mais uma utopia, onde o ideal continuará permanecendo distante do real.

Considerações finais

É praticamente impossível falar de alunos com deficiência sem mencionar a dimensão da inclusão. A inclusão escolar da pessoa com deficiência é um tema de grande relevância e vem ganhando espaço cada vez maior em discussões e ações que explicitam a necessidade da escola atender às diferenças intrínsecas à condição humana.

Os projetos das escolas começam a ganhar maiores proporções com a finalidade de melhorar os espaços de convivência. E, para que isso aconteça, é necessário o envolvimento das pessoas no levantamento dos problemas e no apontamento de soluções. Qualquer que seja a finalidade dos projetos desenvolvidos nas escolas é de suma importância envolver o grupo que nela convivem.

Diante do exposto, podemos concluir que a natação satisfez as necessidades do aluno com deficiência, em maior ou menor grau, especialmente a necessidade de adquirir sua liberdade ou independência de certos movimentos corporais dentro da água. Por este motivo, a natação pode ser vista como um fator de desenvolvimento das capacidades fisiológica, psicossocial e cognitiva capaz de vincular às situações reais e levá-los a agir de modo mais independente. Portanto, é imprescindível a elaboração de um programa de exercícios físicos aquáticos, respeitando-se as necessidades de cada aluno, sendo relevante enfatizar a contribuição para a melhora do sujeito, levando-o a ter um estilo de vida mais ativo.

freqüentavam o clube, os professores e demais membros da comunidade escolar foi evidente.

Resumindo, compete destacar que o desenvolvimento do projeto contribuiu não somente para a melhoria no aspecto motor ou da qualidade de vida dos participantes, mas também para ampliar a sua rede social, a autonomia e a autoestima.

Por fim, de todas as pessoas que se envolveram de maneira direta ou indireta na experiência, foi possível perceber que o projeto pode trazer à tona a inquietação do próprio professor, ao ser desafiado a qualificar-se. Dessa maneira, tornou-se responsável pela autoformação.

Quando o professor disponibiliza os mais diversos tipos de recursos e suportes (social, cultural, físico e instrumental) ele está também proporcionando aos alunos o acesso àquilo que diz respeito ao exercício da cidadania. Essa iniciativa facilita a inclusão social e diminui a discriminação.

O esporte, o lazer e a educação são aspectos que merecem atenção de toda a comunidade escolar na busca da tão almejada inclusão e qualidade de vida. Podemos viver com qualidade e isso significa que todo sujeito pode fazer todas as coisas próprias de cada idade. Ou seja, brincar, passear, estudar... nadar. Enfim, experiências comuns ao ser humano.

