

PROJETO DE EXTENSÃO/UNIFAI: ULTRAPASSANDO BARREIRAS POR MEIO DOS OBSTÁCULOS

Gabriela Gallucci Tolo¹

Bruna Cristina da Silva²

¹Professora do Centro Universitário de Adamantina – UNIFAI

²Discente do Centro Universitário de Adamantina – UNIFAI

INTRODUÇÃO

O curso de Educação Física da UNIFAI realiza desde o início de março de 2010 uma diversidade de projetos de extensão/estágio que atende pessoas com dEficiências¹ e servem aos alunos do curso de bacharelado realizar parte das horas de estágio supervisionado no campus III da UNIFAI. Idealizado e coordenado pela professora Dra. Gabriela Gallucci Tolo, o projeto conta com o apoio do corpo docente de educadores físicos do curso, e oferece a oportunidade de realizar atividades físicas adaptadas e desportivas com acompanhamento profissional em diferentes subprojetos.

A procura pela prática de atividade física pela pessoa com deficiência motora ou para qualquer outro tipo de deficiência inicia-se com a tentativa de colaborar no processo de reabilitação, e emprega a atividade física como meio de testar suas possibilidades, prevenir contra doenças secundárias e promover a integração total do indivíduo na sociedade, com a possibilidade de fazer relações de amizade, num sistema de inclusão. Esta procura pela atividade física vem crescendo dia a dia, pois, a atividade física oferece a oportunidade de experimentarem sensações e movimentos, que possam melhorar o bem-estar físico, social e psicológico (RUFINI; ARROYO, 2013).

Silva et.al. (2018) salienta que a maioria da população com deficiência física, inclusive os cadeirantes, estão por muitas vezes desamparados quando se trata do acesso aos espaços esportivos, de educação e lazer, pelo simples fato de não haver estrutura física adequada dos ambientes e a falta de interesses e qualificação por parte da maioria dos profissionais de educação física.

Pensando sob tal perspectiva, os projetos visam priorizar experiências práticas positivas para ampliar o leque de áreas de formação e qualificar os futuros profissionais de

¹ O termo deficiência estará descrito desta forma - dEficiência - durante todo o corpo do texto, por acreditar e evidenciar a Eficiência (por meio da letra maiúscula E e da minúscula d) das pessoas com dEficiência.

educação física adaptada. Sendo assim, o projeto tem por objetivo oportunizar a realização de atividades físicas e esportivas adaptadas para pessoas com deficiência, contribuindo para a melhora da qualidade de vida dos participantes, ampliando de maneira efetiva as relações de ensino, pesquisa e extensão, que são o tripé evidenciado pela UNIFAI, além de atender ao compromisso institucional do centro universitário com a comunidade.

Em específico o projeto de musculação para grupos especiais, que tem como nome “Ultrapassando barreiras por meio dos obstáculos”, foi se aprimorando com o passar dos anos abrindo diferentes frentes de atendimento, dependendo da demanda apresentada. Por servir a diferentes tipos de deficiência física com distintos graus de comprometimento, os obstáculos superados foram sempre alcançados em parceria conjunta do professor, do aluno de graduação e do participante. Todos atendimentos são individualizados e personalizados buscando alcançar os objetivos e metas de cada um, priorizando as especificidades e necessidades de cada deficiência e a saúde de todos.

Iniciamos o projeto com 2 alunos e já contamos com mais de 15 pessoas, no qual atualmente para esse projeto participam pessoas com espinha bífida, parkinson, paralisia cerebral, esclerose múltipla, sequelados de AVC, amputações, síndromes raras. Iremos demonstrar, a seguir, um pouco sobre alguns participantes.

APRESENTANDO ALGUNS DOS PROTAGONISTAS E SUAS TRAJETÓRIAS

Esclerose Múltipla

A esclerose múltipla é uma patologia não traumática, crônica, inflamatória e progressiva do Sistema Nervoso Central e insere-se no grupo de doenças autoimunes, causando a incapacidade neurológica de diversos adultos (PINTO, 2014). De acordo com Resende (2017), a atividade física é uma das formas para combater o declínio da força muscular, da capacidade funcional, da qualidade de vida e dos sintomas derivados das alterações atroficas associadas com a esclerose em decorrência da diminuição dos exercícios.

O participante presente na imagem 1 a seguir, faz atividade física junto ao projeto a mais de 8 anos. Após ser diagnosticado com esclerose múltipla com apenas 30 anos de idade, ficou por diversos anos apenas realizando fisioterapia. No entanto, ao cruzar os corredores do campus III da UNIFAI, prédio no qual divide-se os departamentos de fisioterapia e educação física, foi convidado a participar e começar a fazer atividades físicas no laboratório de exercício

resistido do curso de educação física. A partir daí os progressos e as conquistas foram imensuráveis, tanto no aspecto físico, como no psicológico e social.

Imagem 1: Participante com Esclerose Múltipla



Fonte: Arquivo pessoal

Com a liberação do médico em mãos, as atividades foram iniciadas com um programa de exercícios, no qual ficou por 2 meses realizando apenas a adaptação e a composição do treino por meio da modificação dos exercícios e da utilização de cadeira de rodas junto a aparelhagem de musculação, assim como a identificação de suas forças e possibilidades. Por sua vez, a partir da evolução e do quadro de estabilidade da doença fomos criando a cada vez mais opções de exercícios e aumentando o trabalho de resistência e de ganho de força, com total acompanhamento dos graduandos do curso.

Para o participante o estar junto do projeto foi relatado como: - “A atividade física é muito importante para mim, tanto para a parte motora quanto a psicológica, estar no projeto tem aumentando a minha autoestima e me ajudado bastante a ter mais autonomia em atividades do meu dia-a-dia”.

Mucopolissacaridose

As mucopolissacaridoses constituem um grupo de doenças hereditárias e são consideradas como raras, caracterizadas pela anormalidade do metabolismo de moléculas de hidratos de carbono de alto peso molecular, contendo glicosaminoglicanos, normalmente encontrados na matriz celular (TURTELLI, 2002).

O participante elucidado na imagem 2, portador da anomalia chamada de mucopolissacaridose, iniciou as atividades físicas junto ao nosso projeto há 5 anos atrás em 2015. Na foto a seguir, pode-se notar uma pessoa forte e saudável praticando musculação, mas no início não foi assim que o encontramos.

Imagem 2: Aluno com Mucopolissacaridose



Fonte: Arquivo Pessoal

Ao iniciar, o participante, se encontrava com dificuldades de locomoção e com acentuada perda de massa muscular. A evolução da doença relatada ao início, foi ficando mais controlada, e com a prática de atividades físicas após 2 meses, percebeu-se uma estabilidade nos sintomas, e junto aos resultados encontrados por meio de avaliações musculares, feitas semestralmente, pode-se perceber inclusive ganho de massa muscular durante esse período de prática. O programa de exercício resistido trouxe melhoras na autoestima, força, independência e equilíbrio, o qual propiciou-o total controle e independência em diversas atividades de vida diária.

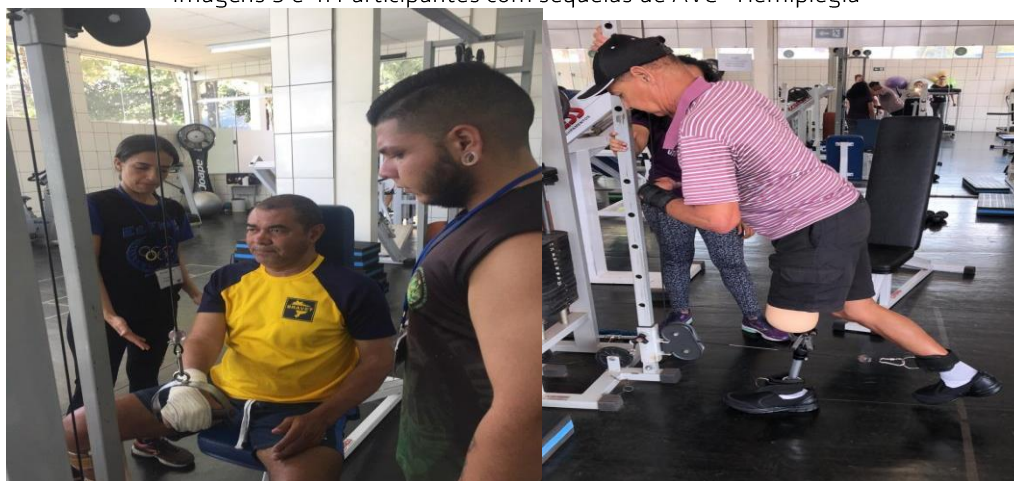
Em uma conversa, o participante fez o seguinte depoimento: - “Quando eu não fazia musculação, eu não tinha disposição pra nada, para minha autoestima foi bom, me interessei em melhorar a alimentação, ganhei muito mais mobilidade, me sinto bem mais forte. Só tive benefícios com o projeto, e garanto que não só eu, como todos alunos do projeto do grupo especial, idosos e alunos, é uma troca de experiência incrível”.

Acidente Vascular Cerebral (AVC)

O AVC é caracterizado por interrupção súbita do fluxo sanguíneo do encéfalo, causado por obstrução de artéria caracterizando o AVC isquêmico, ou por ruptura, causando AVC hemorrágico. Os sinais clínicos estão relacionados com a localização e extensão da lesão, assim

como a presença de irrigação colateral. A prevalência do AVC é alta e atualmente 90% dos sobreviventes desenvolvem algum tipo de deficiência, sendo considerada uma das principais causas de incapacidades em adultos. Dentre as manifestações clínicas, pode-se citar os prejuízos das funções sensitivas, motoras, de equilíbrio, marcha, além do déficit cognitivo e de linguagem (SCALZO et. al., 2010).

Imagens 3 e 4: Participantes com sequelas de AVC - Hemiplegia



Fonte: Arquivo Pessoal

Os participantes que visualizamos nas imagens 3, e 4 tiveram AVC isquêmicos e nos procuraram para realizar atividades de musculação, pois salientaram que queriam algo mais forte e desafiador do que fisioterapia. Tal questionamento nos proporcionou iniciar um novo grupo dentro do projeto, e a descoberta das possibilidades junto a musculação foram incríveis, sendo dia a dia lapidadas e melhoradas. Adaptações foram estudadas e planejadas para a utilização efetiva de cada aparelho de musculação.

Por meio dos treinamentos e avaliações pode-se perceber melhora no aumento de força muscular e estabilidade. Conseqüentemente os exercícios auxiliaram imensamente nas funções de equilíbrio, independência e locomoção, habilidades das quais ao iniciar o projeto, os participantes registraram ter extrema insegurança na realização de tais tarefas, assim afirmaram ambos participantes.

Paralisia Cerebral

A paralisia cerebral é uma das diversas dEficiências que atendemos nos projetos desenvolvidos pelo curso de Educação Física da UNIFAI, onde o foco principal é de independência para realizar atividades do dia-a-dia, melhora na locomoção autônoma, e

também visa o alongamento dos músculos extensores dos membros inferiores e alongamento dos flexores dos membros superiores. Os exercícios são adaptados para as necessidades do participante, ajudando assim na sua autonomia, como pode-se identificar nas imagens 5, 6 e 7 a seguir.

Imagens 5, 6 e 7: Alunos com Paralisia Cerebral



Fonte: Arquivo pessoal

Ver a evolução dos participantes, vê-los mais fortes, por vezes caminhando sem a ajuda da muleta ou do andador é gratificante para todos os envolvidos no projeto.

Em depoimento de um dos participantes, tivemos o seguinte relato: - “A importância de se sentir perfeito, quando você é tratado com amor, carinho e respeito. É assim que eu me senti quando fui acolhido pela professora Gabriela e toda sua equipe da UNIFAI, com o projeto de Educação Física para pessoas especiais. Nasci com paralisia cerebral e como prêmio, também foi preciso retirar meu pulmão direito, por causa de uma pneumonia maltratada. Estou feliz e me sinto um homem forte mesmo sendo frágil, o amor faz a gente se sentir gente, e neste projeto eu me senti um GIGANTE, e continuo assim, lutando e aconselho que ninguém desista de lutar pelo seu espaço, porque quando você procura e acredita, você supera os obstáculos e encontra pessoas especiais como eu encontrei”.

AVALIAÇÕES

Todo processo de participação e continuidade dentro do projeto, se estabelece por uma sequência de avaliações. Avaliação médica, como indispensável para o ingresso no projeto. Anamnese, avaliação da composição corporal com bioimpedância e dobras cutâneas, avaliação postural, acompanhamento de pressão arterial e glicemia, teste de força, flexibilidade,

resistência aeróbica são feitos periodicamente com todos os participantes de maneira individualizada. Adaptações dos testes e aparelhos também são estudados e planejados para adereçar as especificidades de cada participante, visando o melhor aproveitamento e acompanhamento dos resultados almejados.

Imagem 8 e 9: Avaliação de flexibilidade (banco de Wells) participante com AVC



Fonte: Arquivo pessoal

AÇÕES QUE SURGEM

Ao participar dos projetos e buscar fazer as atividades físicas, muito mais do que ações que trazem benefícios físicos aos envolvidos pelo componente motor são evidenciados, a relação afetiva que surge se mostra bastante parceira do processo de motivação dos participantes e também dos alunos/estagiários.

Imagem 10 e 11: Momentos de Carinho e amizade



Fonte: Arquivo pessoal

Nas imagens 10 e 11 apresentadas percebe-se, em momentos de trabalho, além de muita descontração, a gratidão e admiração que existe entre ambas as partes - professor, aluno/estagiário e participante- e também como os laços de amizade são importantes para que haja motivação e evolução dos participantes do projeto.

Assim, Mahoney e Almeida (2008, p.15) afirmam:

O motor, o afetivo, o cognitivo, a pessoa, embora cada um desses aspectos tenha identidade estrutural e funcional diferenciada, estão tão integrados que cada um é parte constitutiva dos outros. Sua separação se faz necessária apenas para a descrição do processo. Uma das consequências dessa interpretação é de que qualquer atividade humana sempre interfere em todos eles. Qualquer atividade motora tem ressonâncias afetivas e cognitivas; toda disposição afetiva tem ressonâncias motoras e cognitivas; toda operação mental tem ressonâncias afetivas e motoras. E todas essas ressonâncias têm impacto no quarto conjunto: a pessoa, que, ao mesmo tempo em que garante essa integração, é resultado dela. (MAHONEY; ALMEIDA, 2008, p. 15).

Por conseguinte, corroborando com a afirmação dos autores, pode-se afirmar que a parte afetiva e social são de extrema importância para o desenvolvimento físico de pessoas com ou sem deficiência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dos projetos, muito além de aprendizados acadêmicos e qualificação profissional referente aos conhecimentos de como trabalhar ou conhecer determinadas deficiências ocorrem, a vivência acaba por se tornar um laço de amizade e parceria.

Cada participante, mesmo com suas limitações, acaba por ensinar o verdadeiro significado da superação. É extremamente gratificante acompanhar as evoluções e conquistas de cada um e aprender cada dia mais sobre superar desafios.

A participação junto aos subprojetos serve para todos enxergarem além das barreiras, incentivando os envolvidos (professores, alunos/estagiário, participantes) que nenhum obstáculo será pedra no caminho, cada obstáculo será como um degrau para buscar ultrapassar as barreiras impostas pela deficiência, e que se mostre cada dia mais a eficiência presente dentro de cada um.

REFERÊNCIAS

MAHONEY, A. A; ALMEIDA, L. R de. Afetividade e processo ensino aprendizagem: contribuições de Henri Wallon. *Psicologia da educação*, v.20, p.11-30, 2008.

PINTO, C. R. *Qualidade de vida na esclerose múltipla: influência do sentido de vida, suporte social, alexitimia, ansiedade e depressão*. 2014. 56 p. Dissertação (Mestrado Integrado em Psicologia) - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Universidade do Porto, Porto, 2014. Disponível em: https://sigarra.up.pt/fpceup/en/pub_geral.show_file?pi_gdoc_id=580503. Acesso em: 23 jun. 2020.

RUFINI, L. H.; ARROYO, C. T. Atividade Física para Pessoas com deficiência Motora em uma cidade do Norte Paulista. *Revista Educação Física UNIFAFIBE*, ano II, n. 2, p. 99-111, dez., 2013.

RESENDE, C. R. A. *Influência de um Programa de Atividade Física na Aptidão Física, Fadiga e Qualidade de Vida de Pessoas com Esclerose Múltipla*. 2017. 150 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2017. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/111323/2/226221.pdf>. Acesso em: 23 jun. 2020.

SCALZO, P. L.; SOUZA, E. S.; MOREIRA, A. G. O.; VIEIRA, D. A. F. Qualidade de vida em pacientes com Acidente Vascular Cerebral: clínica de fisioterapia Puc Minas Betim. *Rev. Neuroc.* v.18, n.2, 2010.

SILVA, T. D. da S.; STRINI, P. J. S. A.; STRINI, P. J. S. A.; ALVES, L. da S.; PUTRICK, S. C.; DENDASCK, C. V.C Análise da Prática de Atividade Física em Cadeirantes: Uma Revisão de Literatura. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*. Ano 03, ed. 02, vol. 04, p. 109-123, Fev, 2018.

TURTELLI, C. M. *Manifestações radiológicas da mucopolissacaridose tipo VI*. *Radio. Bras*, v. 35, n. 5, São Paulo, 2002.

NOTA SOBRE AS AUTORAS

Gabriela Gallucci Tolo

Doutora em Educação na área de Educação Especial - UNESP - Campus de Marília (2015). Possui graduação em Educação Física pela UNESP - Campus de Rio Claro (1994), Especialização em Atividade Física e Adaptação pela UNICAMP (1996) e mestrado em ciências da Educação (Master of Science In Education) pela State University of New York - College at Cortland -Sunny Cortland (2002), com revalidação pela Universidade Federal do Paraná (2009). Professora concursada e titular da disciplina de educação física Adaptada da UNIFAI desde 2005.

E-mail: gtoloi@fai.com.br

Bruna Cristina da Silva

Bacharel em Educação Física - Unifai - Adamantina

E-mail: brunasilvapersonal.edf@gmail.com