

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA PARA O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DOS ADOLESCENTES COM DEFICIÊNCIA¹

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL ACTIVITY PRACTICE FOR THE INTEGRAL DEVELOPMENT OF ADOLESCENTS WITH DISABILITIES

Naylla Victoria Morais Faria²

Diogo Freire Parreira e Silva³

RESUMO

O objetivo é investigar os impactos que a atividade física tem no desenvolvimento integral de adolescentes que possuem algum tipo de deficiência. Foram utilizados relatos de 4 adolescentes com deficiências diferentes, sendo que em apenas um foi relatado um detalhamento para melhor entendimento do trabalho. Na amostra, foram coletados dados da vida dos participantes de como era antes e depois de introduzir a atividade física em suas vidas, juntamente com a análise de artigos que falam sobre a educação inclusiva, demonstrando a importância dos projetos filantrópicos para essas pessoas. Conclui-se que a atividade física tem capacidade de mudar a vida de adolescentes com deficiência para melhor, até mesmo no âmbito metabólico.

Palavras-chave: atividade física; deficiência física; adolescência; desenvolvimento integral; projetos filantrópicos.

ABSTRACT

The objective of this research was to investigate the impacts that physical activity has on the integral development of adolescents with disabilities. Reports from 4 adolescents with different disabilities were used, with only one reporting details to better understand the work. In the sample, data from the participants' lives were collected regarding what it was like before and after introducing physical activity into their lives, along with the analysis of articles that talk about inclusive education, demonstrating the importance of philanthropic projects for these people. We concluded that physical activity has the capacity to change the lives of adolescents with disabilities for better, even in the metabolic sphere.

Keywords: physical activity; physical disability; adolescence; integral development; philanthropic projects.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de transição entre a infância e a idade adulta, marcado por mudanças significativas no corpo e na mente. O desenvolvimento integral

¹ Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade FacMais de Ituiutaba, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física, no segundo semestre de 2023. ² Acadêmica do 8º Período do curso de Educação Física pela Faculdade FacMais de Ituiutaba. E-mail: naylla.faria@aluno.facmais.edu.br

de adolescentes visa garantir que os jovens se tornem adultos saudáveis e bem ajustados em todas as áreas da vida, envolvendo a promoção do crescimento não apenas físico, mas também cognitivo, emocional e social. É um processo holístico que busca desenvolver todas as dimensões do indivíduo, enfatizando sua saúde, bem

estar, capacidades e habilidades. A adolescência é uma fase de desenvolvimento intelectual e emocional essencial, pois os adolescentes são a próxima geração de líderes, inovadores e pensadores críticos e precisam de apoio adequado para alcançar seu pleno potencial.

A prática regular de atividades físicas é de extrema importância para o desenvolvimento integral de adolescentes com deficiência. Alguns estudos e iniciativas destacam os benefícios da atividade física adaptada à qualidade de vida e saúde desses jovens. A prática de atividade física habitual entre adolescentes com deficiência visual, por exemplo, é considerada uma ferramenta potente na prevenção de doenças eventualmente degenerativas. Além disso, a criação de programas de treinamento funcional para crianças com deficiência tem como objetivo proporcionar uma melhor qualidade de vida por meio da prática de atividades físicas.

A prática de atividade física adaptada pode contribuir para o aumento da força muscular, resistência, eficiência motora, equilíbrio, flexibilidade e agilidade, além de melhorar a circulação, aumentar a imunidade, auxiliar no controle do peso adequado e na diminuição do risco de obesidade. Os Projetos filantrópicos desempenham um papel relevante na promoção de hábitos saudáveis e na conscientização sobre a importância da prática regular de atividades físicas para adquirir um estilo de vida mais saudável e melhorar a qualidade de vida e saúde.

Portanto, a prática da atividade física adaptada é fundamental para o desenvolvimento integral dos adolescentes com deficiência, proporcionando benefícios físicos, emocionais e sociais, e contribuindo significativamente para a melhoria da qualidade de vida e da saúde desses jovens.

1.1 Objetivo

O presente trabalho tem como objetivo demonstrar a importância da prática de atividades físicas para o desenvolvimento integral das crianças e dos adolescentes

com deficiência, apresentando as maiores dificuldades encontradas pelas pessoas com deficiência para a prática de atividades físicas e relatando os benefícios dos

3

projetos filantrópicos que defendem os direitos das pessoas com deficiência e oferecem atividades para esse público, juntamente com a divulgação dos benefícios da atividade física na vida de adolescentes com deficiência, que vem sendo desenvolvido por projetos filantrópicos.

1.2 Justificativa

A prática regular de atividade física é fundamental para o desenvolvimento saudável e integral dos adolescentes. No entanto, para os adolescentes com deficiência, a atividade física pode ser ainda mais importante, pois contribui para o desenvolvimento motor, cognitivo, social e emocional, além de favorecer a inclusão e a autonomia. Apesar dos benefícios evidentes, muitos adolescentes com deficiência ainda encontram barreiras para a prática de atividade física, seja pela falta de acessibilidade em espaços públicos e privados, seja pela falta de conhecimento e capacitação dos profissionais de educação física e saúde.

Nesse contexto, torna-se fundamental a elaboração de estudos e pesquisas que possam contribuir para a conscientização da importância da atividade física para adolescentes com deficiência, bem como para a identificação e superação de barreiras para a prática dessa atividade.

2 DESENVOLVIMENTO

Cardoso (2011) descreve a importância da prática de atividades físicas para pessoas com deficiências, ressaltando os benefícios múltiplos além do simples exercício físico. A prática regular de atividade física traz benefícios consideráveis para a saúde física e mental das pessoas com deficiência. Isso inclui melhoria da aptidão cardiovascular, força muscular, coordenação de movimentos e flexibilidade. Além disso, as endorfinas liberadas durante o exercício ajudam a aliviar o estresse e a melhorar o humor. A participação em esportes dá às pessoas com deficiência a oportunidade de explorar e testar seus limites. Isso não só desafia as suas capacidades físicas, como também aumenta a sua consciência e liberdade em relação ao seu corpo, ajudando a desenvolver a autoestima e a confiança.

Pessoas com deficiência são frequentemente mais suscetíveis a doenças

secundárias devido às suas condições médicas. A atividade física regular pode ajudar

4

a prevenir ou minimizar estas condições, promover a saúde geral e reduzir os riscos associados a um estilo de vida imóvel ou sedentário. (Cardoso, 2011). A participação em atividades físicas cria oportunidades para a integração social, algo importante de se destacar, pois é durante a adolescência que ocorrem os maiores índices de isolamento social. Esse aspecto é fundamental, pois contribui para a quebra de barreiras sociais e para a construção de relacionamentos significativos. Quando as atividades físicas envolvem interação, cria-se um ambiente que valoriza e respeita as diferenças. Para os adolescentes com deficiência, as atividades físicas são cruciais no processo de reabilitação, uma vez que pode ser um componente vital de programas terapêuticos, auxiliando na recuperação funcional, melhorando a mobilidade e adaptando-se às novas condições de vida. Por esta razão, Cardoso (2011) sublinha que as atividades físicas não são apenas benéficas para a saúde física, mas também uma ferramenta potente para o desenvolvimento integral de indivíduos com deficiência. A abordagem prioriza a inclusão, que permite a regulação e valorização do potencial de cada pessoa e oferece oportunidades para levar uma vida ativa e participativa na sociedade.

2.1 Desenvolvimento integral de adolescentes com deficiência

O desenvolvimento integral de adolescentes com deficiência é um tema de extrema relevância. Uma atenção especial e a assistência a esses jovens é fundamental para garantir sua inclusão e igualdade de oportunidades. Documentos científicos, como a cartilha “A Pessoa com Deficiência e o Sistema Único de Saúde” do Ministério da Saúde, têm como objetivo orientar profissionais da saúde e da educação, pais e responsáveis para a atenção integral e assistência às pessoas com deficiência.

Além disso, a prática regular de atividades físicas adaptadas foi reconhecida como um poderoso instrumento de promoção de qualidade de vida e saúde para esses adolescentes. De acordo com o projeto de Lei 242/22 a criação de programas de treinamento funcional para crianças com deficiência tem como objetivo proporcionar uma melhor qualidade de vida, por meio da prática de atividades físicas que contribuem para o desenvolvimento da coordenação motora, equilíbrio e bem-estar em geral.

abstratamente, tomar decisões independentes e lidar com emoções complexas. É um momento crucial para o crescimento emocional e a construção da identidade pessoal. Segundo a pesquisadora e fundadora da NECA (Associação dos Pesquisadores de Núcleos de Estudos e Pesquisas sobre as Crianças e os Adolescentes), Isa Maria Guará (2006), essa perspectiva entende a pessoas como um ser único e completo que necessita ser plenamente desenvolvido em um processo educativo relacionado ao desenvolvimento humano.

Portanto, o desenvolvimento integral de adolescentes com deficiência envolve a garantia de acesso à educação inclusiva, atenção integral à saúde, prática de atividades físicas adaptadas e ações que promovam sua inclusão e igualdade de oportunidades. Essas medidas são essenciais para garantir o pleno desenvolvimento e qualidade de vida desses jovens.

2.2 Atividade física adaptada

A atividade física adaptada visa eliminar barreiras e criar um ambiente inclusivo, permitindo que pessoas com deficiência participem plenamente das atividades físicas. Isso não apenas promove a inclusão social, mas também constrói a autoestima e a confiança dos participantes. O foco desse tipo de atividade é no desenvolvimento motor, adaptando exercícios para atender às necessidades individuais de cada aluno. Isso é especialmente importante para aqueles com especificações físicas, garantindo que todos possam desfrutar dos benefícios da atividade física.

Portanto, deve ser aplicada por um profissional especializado em atividade física adaptada, pois possui conhecimento e habilidades para adaptar os exercícios de acordo com as necessidades individuais, garantindo a segurança e eficácia da prática, sendo a motivação o princípio essencial para iniciar e manter uma rotina de atividade física. Para as pessoas com deficiência, a motivação pode surgir da busca por melhor qualidade de vida, superação de desafios e a vontade de se sentir incluído na sociedade.

2.3 Barreiras e desafios enfrentados por adolescentes com deficiência na atividade física

com deficiência. Além dos efeitos físicos, como a perda de condicionamento, as barreiras também podem afetar a autoestima, a sociabilidade e a independência dessas pessoas.

No caso de adolescentes com deficiências físicas, eles podem enfrentar barreiras como limitações motoras, que afetarão sua capacidade de participar plenamente das atividades físicas, isso exige uma adaptação cuidadosa dos exercícios e equipamentos para garantir que todos os alunos possam se envolver de maneira significativa. A infraestrutura das instalações esportivas muitas vezes não é projetada levando em consideração a acessibilidade, como rampas, elevadores e áreas adaptadas são essenciais para garantir que adolescentes com deficiência possam participar na igualdade de condições. De acordo com o artigo “EDUCAÇÃO INCLUSIVA E BULLYING: A VISÃO DO OUTRO”, o estigma em torno das deficiências pode resultar em isolamento social e bullying, o que incentiva a participação ativa, educar os colegas sobre a inclusão e a diversidade é fundamental para criar um ambiente acolhedor.

A falta de conscientização sobre as necessidades específicas de adolescentes com deficiência pode levar às expectativas contidas por parte dos educadores e colegas. A educação contínua é crucial para promover uma compreensão mais ampla e informada. Enfrentar as barreiras e desafios na promoção da atividade física para adolescentes com deficiência exige uma abordagem holística e inclusiva. Os educadores desempenham um papel crucial na criação de ambientes que incentivam a participação de todos, registrando as habilidades individuais e proporcionando experiências enriquecedoras que contribuem para o desenvolvimento integral de cada adolescente. Ao superar esses desafios, não apenas promovemos a inclusão, mas também contribuimos para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

2.4 Projetos filantrópicos

A sociedade atual enfrenta uma série de desafios sociais, como pobreza, desigualdade, falta de acesso à educação de qualidade e problemas ambientais. Nesse contexto, os projetos filantrópicos surgem como uma forma de combater essas questões, direcionando recursos financeiros, conhecimentos e tempo para promover mudanças significativas e duradouras. Ao abordar as necessidades

urgentes da sociedade, eles podem melhorar a qualidade de vida das pessoas, promover a

7

igualdade de oportunidades e abrir caminho para um futuro mais inclusivo e sustentável. Ao implementar os projetos, muitos desafios são encontrados. Desde a captação de recursos até a gestão eficiente, sendo crucial superar obstáculos como a burocracia, a falta de infraestrutura adequada e a necessidade de envolver várias partes interessadas para garantir o sucesso e a sustentabilidade dos projetos. A colaboração entre organizações filantrópicas, empresas e governos desempenha um papel fundamental no alcance de maior impacto.

Por meio de parcerias estratégicas, é possível combinar recursos, conhecimentos e experiências, maximizando assim os resultados e criando sinergias que impulsionam o sucesso. De acordo com o filósofo e professor Peter Singer (2002, p. 246), “as pessoas que vivem em países mais desenvolvidos têm a obrigação moral de ajudar as pessoas que vivem em condições de extrema pobreza e de promover uma filantropia mais consciente e efetiva, para maximizar o impacto positivo das doações”. Sendo assim, podem gerar resultados tangíveis e intangíveis, desde melhorias na qualidade de vida das pessoas atendidas pelos projetos até mudanças sistêmicas em políticas públicas. Além disso, os benefícios também se estendem aos envolvidos, como voluntários e colaboradores. À medida que a conscientização sobre as questões sociais aumenta e a necessidade de mudança se torna mais evidente, a importância desses projetos continuará a crescer.

3 METODOLOGIA

Este trabalho foi desenvolvido por meio de pesquisas bibliográficas e estudo de campo, que teve como finalidade a realização de um artigo com o objetivo de expor as informações obtidas em relação a da prática de atividades físicas para o desenvolvimento integral dos adolescentes com deficiência, combinando análise de dados e pesquisa bibliográfica, proporcionando uma abordagem abrangente e fundamentada. Inicialmente, foi realizada uma revisão bibliográfica aprofundada para explorar a literatura existente relacionada ao tema, identificando conceitos, teorias e lacunas de conhecimento. A análise crítica dessas fontes forneceu uma base sólida para fundamentar as hipóteses de pesquisa. Para tanto, foram utilizados livros, periódicos, artigos, sites da internet e outros recursos. Segundo Boccato (2006, p. 266), a pesquisa bibliográfica visa a resolução de problemas por via de referências

Em seguida, a pesquisa empírica ocorreu, envolvendo a coleta de dados por meio de métodos específicos, como entrevistas. A seleção cuidadosa de uma amostra representativa e a aplicação de técnicas estatísticas apropriadas permitiu uma análise robusta dos dados coletados. A interpretação dos resultados foi guiada pelas hipóteses formuladas e pela discussão crítica das descobertas em relação à literatura existente. Essa abordagem integrada entre pesquisa bibliográfica e análise de dados visa fornecer uma compreensão abrangente do tema em questão, enriquecendo a qualidade e a relevância das conclusões obtidas no decorrer deste artigo.

A pesquisa foi feita com um grupo de 4 adolescentes com deficiência distintas, no qual os pais relataram de forma informal como eram antes e depois da atividade física, como é o trabalho desenvolvido no projeto filantrópico que eles participam, como os adolescentes evoluíram durante esse processo e quais os pensamentos dos responsáveis sobre a atividade física adaptada. Após a coleta de dados, foi comparado com os artigos cada detalhe citado pelos pais e assim se deu os resultados e o cumprimento dos objetivos propostos no trabalho.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados foram obtidos após uma coleta de relatos de familiares de 4 adolescentes participantes de um projeto filantrópico, sobre seu antes e depois de começar a praticar alguma atividade física. Considerando a análise do questionário, que consistia em 6 perguntas das quais pediam o nome, idade, tipo de deficiência, como era a vida antes da atividade física, como ficou a vida após a atividade física, além de uma pergunta sobre se podia expor as informações.

Após a aplicação desse questionário foram coletados relatos das famílias e dos adolescentes escolhidos, através do critério de quem estava há mais tempo no projeto e com deficiências diferentes, na faixa etária de 17 anos, sendo escolhidos 1 homem e 3 mulheres, todos com deficiência desde que nasceram.

As famílias das adolescentes entrevistadas não autorizaram expor as informações obtidas por escrito nesse trabalho, sendo assim será exposto com mais detalhes para melhor compreensão dos resultados e análise deste artigo as informações do participante do sexo masculino, cuja mãe gentilmente nos relatou de forma bem detalhada toda a sua vida.

com T21 (Síndrome de Down) não verbal, o qual fala apenas palavras, sem conseguir completar frases, não faz uso de medicamento, estuda e faz parte de um projeto filantrópico. A mãe relatou, que ele era um menino tímido, que quase nunca erguia o olhar, apenas olhava para pontos fixos no chão, tinha um processamento de comandos mais lentos, sendo que a família tinha que falar várias vezes para que ele pudesse atender ao que era pedido.

Quando ele estava no sexto ano, começou o processo de inclusão nas escolas, a mãe dele sempre em busca de uma melhor qualidade de vida para o filho foi atrás de profissionais capacitados para ajudar no desenvolvimento integral do seu filho que já estava entrando na pré-adolescência, uma fase cheia de euforia e ansiedade, em que ocorre o início da inserção da criança no mundo, quando ela começa a formar seu caráter para se tornar um adulto.

A mãe sempre estava presente, pois aos poucos ele estava desenvolvendo confiança nas outras pessoas. O trabalho feito no projeto de apresentar a atividade física para esse público mudou de maneira significativa o modo como esse adolescente vivia, desde o momento que ele começou a praticar alguns exercícios físicos, ele desenvolveu uma autonomia maior, teve uma grande melhora do sistema imunológico. Um ponto muito importante a se destacar foi o fato de ter diminuindo suas internações, que antes eram semanais.

Após esses grandes feitos, que juntos ocasionaram uma melhor qualidade de vida para esse adolescente, o professor do projeto percebeu a dificuldade que ele tem em socializar em grupos, tendo passado a desenvolver atividades para que essa dificuldade possa vir a ser melhorada. Porém, há um grande problema, uma vez que são muitos alunos para poucos professores, a falta de professores capacitados para lidar com esse grupo de pessoas é enorme, o que desacelera um pouco essa evolução, precisando assim da ajuda dos pais como apoio. Logo, é notório o quão a atividade física mudou a vida desse adolescente, não só dele, mas de todos que foram analisados na pesquisa.

O artigo “Educação inclusiva: aspectos históricos, políticos e ideológicos da sua constituição no cenário internacional” de Barbosa, Fialho e Machado (2018) aborda a evolução da educação inclusiva no mundo. O artigo faz uma retrospectiva histórica sobre a evolução da educação inclusiva, desde os movimentos pelos direitos das pessoas com deficiência nos anos 1970 até a adoção da Declaração de Salamanca, em 1994, que foi um marco importante na luta pela inclusão

A Declaração de Salamanca afirmou que todas as crianças deveriam ter acesso a uma educação de qualidade, independentemente de suas diferenças ou necessidades. O texto também explora os desafios e obstáculos que a inclusão enfrenta, como a falta de recursos, o preconceito e a discriminação, e destaca a importância da colaboração entre família, escola e comunidade para o sucesso da inclusão. Por fim, o artigo enfatiza a necessidade de um compromisso contínuo com a educação inclusiva para garantir que todas as crianças possam ter a oportunidade de alcançar seu máximo potencial.

A educação especial e os projetos filantrópicos no Brasil são temas importantes e relevantes para a sociedade brasileira. A educação especial visa garantir o acesso e a inclusão educacional de pessoas com deficiência e necessidades especiais, oferecendo recursos e suporte para que esses indivíduos possam desenvolver suas habilidades e potencialidades. No entanto, a educação especial no Brasil ainda enfrenta desafios, como a falta de investimento adequados, a escassez de profissionais capacitados e a falta de estrutura física e tecnológica adequada.

Os projetos filantrópicos no Brasil têm desempenhado um papel importante na promoção da educação especial, por meio da oferta de recursos financeiros, materiais e humanos, bem como da mobilização de voluntários e doações da sociedade civil. Esses projetos são fundamentais para ampliar o acesso à educação especial e melhorar a qualidade do ensino oferecido a esses estudantes.

No entanto, é importante ressaltar que a educação especial e os projetos filantrópicos não devem ser vistos como soluções isoladas para os problemas enfrentados por pessoas com deficiência e necessidades especiais. É necessário que haja uma mudança estrutural e sistêmica na forma como a sociedade brasileira encara a inclusão e a diversidade, garantindo que todos tenham acesso igualitário a oportunidades educacionais, profissionais e sociais. Além disso, é fundamental que haja um compromisso por parte do governo em relação à educação especial, por meio da implementação de políticas públicas eficazes e do investimento adequado em recursos e infraestrutura. A educação especial é um direito humano básico e deve ser garantida a todos os cidadãos, independentemente de suas diferenças e necessidades.

Portanto, pode-se afirmar que a atividade física ajuda as pessoas a alcançar seu potencial máximo, promovendo a inclusão social e melhorando sua saúde física

e bem-estar emocional. É fundamental garantir que existam oportunidades acessíveis e

11

adaptadas para que todas as pessoas com deficiência possam desfrutar dos benefícios da atividade física. Além disso, a prática regular de atividade física pode promover o desenvolvimento motor e cognitivo daqueles indivíduos, permitindo que eles tenham maior autonomia e independência em suas atividades autônomas (Rosenberg *et al.*, 2020).

No artigo “Do Nada ao Tudo: Políticas Públicas e a Educação Especial Brasileira” (Machado; Pan, 2012) discute-se a evolução da educação especial no Brasil e as políticas públicas que influenciaram essa evolução ao longo do tempo. O artigo discute como a Constituição Federal de 1988 marcou um importante marco para a educação especial no país, garantindo a todos os alunos o direito à educação, independentemente de suas condições físicas ou mentais, além de abordar a criação de leis específicas, como a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), em 1996, que estabeleceu a educação especial como modalidade de ensino, e a Lei Brasileira de Inclusão (LBI), em 2015, que fortaleceu o conceito de educação inclusiva e promoveu a participação plena e igualitária de pessoas com deficiência em todos os aspectos da vida.

Os autores destacam a importância da formação de professores e da adoção de metodologias e práticas pedagógicas inclusivas na educação especial, a fim de garantir o acesso, a permanência e o sucesso dos alunos com deficiência na escola. Por fim, o artigo conclui que, apesar dos avanços nas políticas públicas para a educação especial no Brasil, ainda há muitos desafios a serem enfrentados, como a garantia da acessibilidade física e digital nas escolas, a oferta de recursos e equipamentos especializados e a superação de preconceitos e estereótipos em relação às pessoas com deficiência. No Brasil, a Educação Inclusiva é regulamentada pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) e pela Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva. Essas normativas estabelecem que todas as escolas devem garantir o acesso, a participação e a aprendizagem de todos os estudantes, incluindo aqueles com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento e altas habilidades/superdotação.

A Educação Inclusiva também se baseia em abordagens pedagógicas que valorizam a diversidade e a inclusão, como a pedagogia de projetos, a pedagogia da cooperação, a pedagogia da diversidade e a pedagogia crítica. Essas abordagens

têm em comum a valorização das diferenças e a promoção de uma educação mais democrática e participativa. Além disso, ela se apoia em práticas pedagógicas

12

inclusivas, que visam adaptar o ensino às necessidades individuais de cada estudante, por meio de estratégias como a flexibilização curricular, a utilização de recursos de acessibilidade e a formação continuada dos professores.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os depoimentos das famílias, juntamente com a análise dos artigos, foram cruciais para a conclusão desse trabalho, pois eles ressaltaram o que já foi citado anteriormente, que a prática de atividades físicas adaptadas voltadas para pessoas com deficiência é o caminho mais assertivo para um desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social, fazendo com que elas se integrem na sociedade e fiquem menos suscetíveis a desenvolver doenças como depressão, ansiedade e até mesmo ter seu tempo de vida reduzido devido ter o sistema imunológico mais baixo. Ou seja, a educação inclusiva deve estar em todos os lugares. A atividade física adaptada é uma forma de educar e ensinar através do movimento corporal e os projetos filantrópicos, que não são muito falados e nem apoiados, são as principais ferramentas da inclusão social. Conclui-se que a falta de atividade física pode causar grandes consequências negativas para a saúde em geral das pessoas com deficiência, portanto os novos profissionais devem se manter atentos para que possam incluir essas práticas nas suas metodologias de trabalho.

Todo esse trabalho está de acordo com a Lei 13.146 Art. 2º que define a pessoa com deficiência como:

Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas. (Brasil, 2015).

Sendo assim, todos os termos e pesquisas respeitaram os direitos dos cidadãos PcD (Pessoa com Deficiência).

6 REFERÊNCIAS

BARBOSA, Daniella de Souza; FIALHO, Lia Machado Fiuza; MACHADO, Charliton José dos Santos. **Educação inclusiva: aspectos históricos, políticos e ideológicos da sua constituição no cenário internacional**. 2018. 18 v. TCC

(Graduação) - Curso de Educação, Universidade de Costa Rica, Costa Rica, 2018. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/447/44758022024/html/>. Acesso em: 10 set. 2023.

13

BOCCATO, Vera Regina Casari. METODOLOGIA DA PESQUISA BIBLIOGRÁFICA NA ÁREA ODONTOLÓGICA E O ARTIGO CIENTÍFICO COMO FORMA DE COMUNICAÇÃO. **Revista de Odontologia da Universidade Cidade de São Paulo**. 2006 set-dez; 18(3)265-74.

BRASIL. **LEI Nº 13.146, DE 6 DE JULHO DE 2015**. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em: 21 nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **A pessoa com deficiência e o sistema único de saúde**. 2 ed. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

CARDOSO, Vinícius Denardin. A reabilitação de pessoas com deficiência através do esporte adaptado. Scielo: **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Santa Maria, v. 2, n. 33, p. 1-3, 09 dez. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892011000200017>. Acesso em: 16 nov. 2023.

CAVALCANTE, Yan Walter Carvalho. **Para não confundir caridade com dever ético**.: Peter Singer e a obrigação de ajudar. *Revista Jus Navigandi*, ISSN 1518-4862, Teresina, ano 16, n. 3069, 26 nov. 2011. Disponível em: <https://jus.com.br/artigos/20511>. Acesso em: 13 nov. 2023.

GUARÁ, Isa Maria F. Rosa. É imprescindível educar integralmente. **Cadernos Cenpec Pesquisa e Ação Educacional**, Guará, v. 1, n. 2, p. 15-24, maio 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.18676/cadernoscenpec.v1i2>. Acesso em: 13 nov. 2023.

MACHADO, J. P.; PAN, M. A. G. de S. Do Nada ao Tudo: políticas públicas e a educação especial brasileira. **Educação & Realidade**, v. 37, n. 1, p. 273–294, jan. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edreal/a/p9WTK37TncQpWLBqgvd58zB#>. Acesso em: 01 maio 2023.

SINGER, Peter. **Ética prática**. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

OMODEI, Juliana Dalbem; REIS, Laura Jane de Toledo Setani. EDUCAÇÃO INCLUSIVA E BULLYING: A VISÃO DO OUTRO. **Revista Educação, Artes e Inclusão**, Florianópolis, v. 11, n. 2, p. 120–140, 2016. DOI: 10.5965/198431781122015120. Disponível em: <https://revistas.udesc.br/index.php/arteinclusao/article/view/7193>. Acesso em: 01 nov. 2023.

OMODEI, JD; REIS, LJ DE TS EDUCAÇÃO INCLUSIVA E BULLYING: A VISÃO DO OUTRO. **Revista Educação Artes e Inclusão** , v. 2, pág. 120–140, 2016.

MACHADO, JP; PAN, MAG DE S. Do Nada ao Tudo: políticas públicas e a educação especial brasileira. **Educação e realidade** , v. 37, n. 1, pág. 273–294, 2012.