

**A ESCALADA ESPORTIVA UTILIZADA POR AMPUTADOS DE MEMBRO
INFERIOR COMO MEIO PARA INTEGRAÇÃO SOCIAL E
DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

Mariana Cruz¹

Carolina Aparecida de Castro Granato²

Gisele Pereira Dias

Resumo:

O objetivo deste estudo foi apresentar a viabilidade do que não seria provável para um deficiente físico amputado de membro inferior: realizar escalada *indoor*, assim como apresentar se há benefícios na prática e se esta pode ser um instrumento de inclusão social. Um estudo foi realizado a partir da visão de um professor especialista em esporte adaptado e dois amputados de membros inferiores que vivenciaram o esporte. Para isso, foi utilizado um questionário diferente para cada entrevistado, elaborado pela autora e aplicados pessoalmente como forma de melhor interagir com cada um deles. A partir da análise desses instrumentos e de pesquisa bibliográfica, foi possível concluir que o ser humano, diante da deficiência física, é capaz de se superar e alcançar benefícios não só físicos, mas também psicológicos, despertados pela sua vivência com a escalada. Esta vivência o leva a buscar provar para si mesmo, pela necessidade que o acompanha, do que ele é capaz, fazendo desta experiência uma importante ferramenta de inclusão social.

Palavras-chave: Benefícios; amputado; escalada.

***INDOOR CLIMBING PERFORMED BY AMPUTATED LOWER LIMB ATHLETES AS A MEANS OF
SOCIAL INTEGRATION AND PERSONAL DEVELOPMENT***

Abstract:

The objective of this study was to present the viability of something not probable for a physically disabled person with an amputated lower limb: To perform indoor climbing. Additionally, it aimed to investigate the benefits from this practice and if it can be a way for social inclusion. A study was performed from the

¹ Graduação em Bacharelado em Educação Física pelo Centro Universitário de Volta Redonda, Brasil(2010)

² Trabalhou como professora universitária do centro universitário de barra mansa e professora - Secretária Municipal de Esporte e Lazer de Volta Redonda- RJ.

perception of a teacher specialized in adapted sports and also two amputees of the lower limbs who had experienced this sport. For this, a different questionnaire was used for each respondent, prepared by the author and personally applied as a means to better interact with each of them. From the analysis of the instruments and bibliographical search, it was possible to conclude that a human being facing physical disability is able to overcome it and achieve not only physical, but also psychological benefits, as a result of his climbing experience. This experience leads him/her to prove himself/herself what he/she is capable of, making this experience an important tool for social inclusion.

Keywords: *Benefits; amputee; climbing.*

INTRODUÇÃO

De acordo com CARVALHO (2003), a amputação representa de certa forma o insucesso em se manter a integridade do corpo, pois é a remoção de uma extremidade através de cirurgia ou acidente, podendo ser de membros inferiores e/ou superiores. Cabe ressaltar que a opção para a retirada de um membro doente destina-se à melhora da qualidade de vida do indivíduo, uma vez que, retirando-o, ele poderá exercer suas atividades de forma adaptada com perspectivas de retorno à funcionalidade da região amputada.

Entre as principais causas das amputações de membros inferiores estão os acidentes automobilísticos, acidentes de trabalho, problemas vasculares e tumores malignos. Segundo uma pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), cerca de 478 mil brasileiros não têm um membro ou parte dele, sendo que 70% dessas pessoas não saem de casa devido a problemas socioeconômicos e falta de informações (IBGE, 2000). Perante os dados ressaltados, é fato que há muito que se desenvolver para a inclusão social dos deficientes na sociedade; entretanto, o esporte adaptado poderia ser considerado um importante agente para esta mudança, pois se caracteriza como uma grande oportunidade para que o indivíduo com deficiência possa desenvolver uma atividade física, reduzindo o sedentarismo e o isolamento social.

Segundo um estudo de NOCE, SIMIN & MELLO (2009), a percepção da qualidade de vida de pessoas com alguma deficiência física pode ser influenciada pela prática de atividade física, uma vez que quando o indivíduo se envolve constantemente com alguma atividade esportiva, vários benefícios psicológicos são adquiridos, pois a vida passa a ser

percebida como se fizesse mais sentido, havendo melhoras na percepção da imagem-corporal, o que traz, por sua vez, aumento da autoestima, além de um melhor funcionamento orgânico geral e conseqüente bem-estar físico.

O esporte adaptado pode ser definido como experiências esportivas modificadas e/ou adaptadas para atender às necessidades especiais do indivíduo deficiente. Esta perspectiva destaca como fundamental a inclusão sócio-cultural de pessoas com deficiência com aquelas ditas normais e também com aquelas que apresentam algum tipo de necessidade especial (REIS, 2008).

De acordo com a Associação Brasileira de Desporto em Cadeira de Rodas (ABRADECAR, 2008), o esporte adaptado teve início no final da segunda guerra mundial, quando um vasto número de militares sofreram amputações de membros. A partir daí, vários esportes foram sendo adaptados para pessoas com deficiência, inclusive os esportes de aventura, como a escalada, em que se acredita promover uma reaproximação do homem com a natureza e, segundo Costa (2000), “resgatam valores de beleza, autorrealização, liberdade, cooperação e solidariedade, valores omitidos pelas práticas mecanizadas do esporte espetáculo”.

A escalada esportiva teve início na Europa Central, no último quartil do século XVIII, sob a denominação de “Alpinismo”, por ter começado na famosa cordilheira dos Alpes. Seu marco inicial, referido como “Nobre Esporte das Alturas”, foi em 1786 com a escalada ao “*Mont Blanc*”, que no Brasil viria a ser praticado com o nome de montanhismo (HISTÓRIA, 2008). Apesar de ser um esporte de longa data, a escalada adaptada até bem pouco tempo atrás não era tão praticada, talvez pelos riscos serem maiores e por exigir diversos equipamentos de segurança. Entretanto, a cada dia cresce o número de adeptos desta modalidade, por existir de fato uma maior segurança e profissionais cada vez mais especializados e a descoberta da capacidade de desfrutar da prática de um esporte radical seguro e extremamente benéfico à saúde do corpo e da mente.

A boca seca, as pupilas dilatam-se, a pele empalidece, o coração dispara, os pêlos se eriçam, o estômago vira. Em seguida vêm o alívio, a satisfação, o intenso prazer. A sequência de emoções é típica das situações de alto risco que encantam e atraem um número cada vez maior de adeptos no Brasil e no resto do mundo –

gente que, em vez de ter os dois pés seguramente plantados no chão, prefere desafiar a sorte, abrindo um negócio próprio, aplicando dinheiro em ações ou então vivendo na vizinhança do risco físico. Alguns mergulham no meio de tubarões. Outros preferem andar em montanha-russa, vencer corredeiras em um bote inflável ou subir e descer paredões de montanhas. Trata-se de uma tendência mundial, que tem sua maior comprovação no crescimento do número de praticantes de esportes radicais (MOHERDAUI, 2001).

A saúde emocional recebe ganhos positivos com a prática da atividade física regular, sendo um reforço à autoestima relacionado à melhor imagem corporal, significando maior mobilidade física, autonomia, e a sensação de estar vivendo um estilo de vida mais saudável (GHORAYEB; BARROS; 1999). Isso tudo ocorre em um praticante dito normal, sem nenhuma deficiência, o que faz com que esses benefícios sejam maiores para um indivíduo dito “especial”, a cada parede vencida.

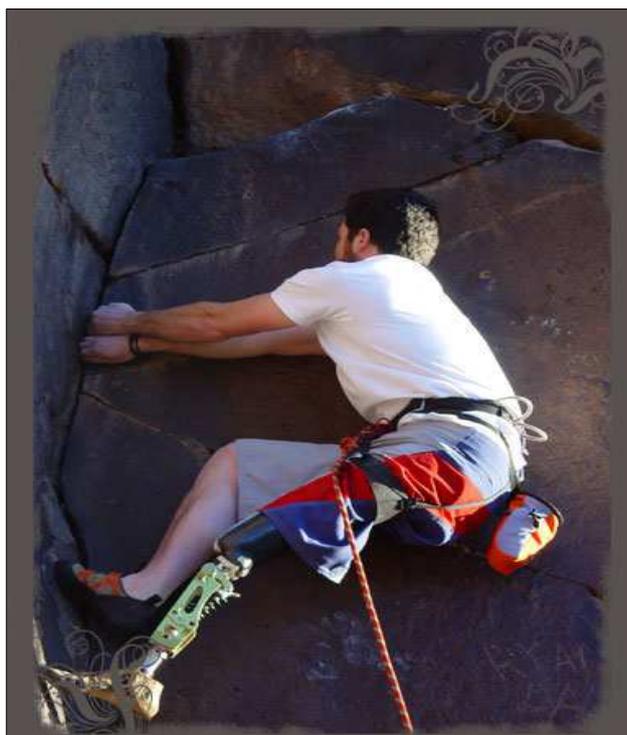


Figura 1. Atleta com amputação de membro inferior se utilizando de uma prótese para a realização da prática da escalada. Fonte: www.symbiotechusa.com (2008)

Ao praticar a escalada, nota-se uma considerável melhora na resistência e tônus muscular de todo o corpo, sem um aumento sensível em sua massa. Um grande senso de equilíbrio, controle motor e alongamento também são desenvolvidos, além de moldar um espírito de superação muito importante, pois os limites pessoais são frequentemente alcançados e somente ao reconhecer e superar as próprias deficiências é que o escalador conseguirá progredir. Conseqüentemente, calcado nessa experiência e capacitado a evoluir, cria-se um sentimento de autoconfiança e independência que se estende além do campo esportivo, com uma atmosfera de confraternização e camaradagem, justamente por se tratar de um esporte onde não existe confronto direto entre os atletas. Cada um busca um melhor desempenho possível, sempre com a certeza de que pode melhorar, respeitando os seus e os limites das outras pessoas (A ESCALADA, 1996).

Considerando o exposto, este trabalho teve por objetivo verificar a viabilidade de amputados de membros inferiores em praticar escalada *indoor*, assim como os benefícios da prática e seu potencial para a promoção da inclusão social, através de estudo empírico e literário, visando a contribuir para a realidade social e pessoal desta população.

A partir da investigação na literatura e dos depoimentos levantados, foi possível perceber que é viável a prática da escalada por amputados de membros inferiores como forma de desenvolvimento pessoal e social, sem que haja a necessidade de uma adaptação engenhosa para a prática. Ainda, foi possível perceber que esta prática gera benefícios físicos e contribui para a inclusão social, pela autoconfiança lapidada através do esporte, sendo, para isso, essencial o acompanhamento de um profissional que acredite e valorize o potencial de seu aluno.

METODOLOGIA

Para que os objetivos propostos neste trabalho fossem cumpridos, foi realizado um estudo descritivo com abordagens qualitativas, que se deu através de entrevistas filmadas e pessoalmente aplicadas aos envolvidos no projeto, que foram: o professor idealizador e dois deficientes físicos amputados de membros inferiores, um do sexo feminino (Participante A) e um do sexo masculino (Participante B). As entrevistas foram realizadas na feira Reatech

(VII feira Internacional de Tecnologias em Reabilitação, Inclusão e Acessibilidade) no Centro de Exposição Imigrantes, em São Paulo – SP, no dia 25 de abril de 2008. As entrevistas se deram durante uma conversa com perguntas investigativas por meio da qual foi possível saber questões de suas vidas, tais como: como se originou a perda de um membro; como foi se deparar sem um membro; processo de reabilitação; como o esporte entrou em suas vidas; por que escalar; quais dificuldades; benefícios do esporte; relação escalada e vida real; inclusão. Ademais, a entrevista teve como objetivo entender o projeto de escalada sob o ponto de vista do seu idealizador, incluindo questões sobre como surgiu a ideia de desenvolver e colocar em prática a atividade de escalada para deficientes físicos; a dimensão deste trabalho para um amputado e as dificuldades e benefícios encontrados no caminho.

Todos os envolvidos nesta pesquisa obtiveram um termo de consentimento livre e esclarecido para participarem deste estudo, bem como, para a divulgação de fotos e filmagens, com objetivos sócio-culturais e educacionais.

RESULTADOS

A atual pesquisa teve como questão principal investigar se era possível um amputado de membro inferior praticar esportes radicais, como exemplo, a escalada, expondo quais seriam as motivações para a prática e se há benefícios relevantes a serem adquiridos, assim como desbravar a possibilidade da utilização da escalada esportiva como um agente capaz de promover a inclusão social.

Os entrevistados deixaram claro que a escalada não era seu esporte principal, mas que também não vivenciaram apenas uma vez a sensação de conseguir escalar uma via *indoor*. Relataram todas as suas dificuldades em subir, como a questão do peso por estar com uma prótese não adequada ao esporte, ou a falta de apoio sem ela, a dor nos braços, a falta de equilíbrio. Questionados por que subir mais vezes, com ou sem a prótese, nem eles tinham consciência de que sua motivação era a necessidade de provar para si mesmo seu potencial. Como citado em “ESCALADA 1996”, o limite pessoal é trabalhado o tempo inteiro, o que leva a questões extremamente complexas e internas que são extraídas através

das emoções vividas através deste esporte. Sendo assim, é possível levantarmos a hipótese de que a escalada em si não é um prazer, como o de quem relata ao correr ou jogar futebol, por exemplo, mas se tornou um estímulo com grande poder de motivação, já que os participantes descobriram a atividade como forma de elevar a autoestima, mesmo com todas as dificuldades. A atividade de escalada em si poderia ser considerada inclusive aversiva, pois exige um elevado esforço físico, mas quando atingido o objetivo de chegar ao topo, percebe-se a superação e o sentido de se poder fazer, o que leva a emoções altamente reforçadoras. Os principais aspectos destacados pelos participantes durante a entrevista estão descritos na tabela I.

Tabela I: Aspectos destacados pelos participantes durante a entrevista

Esporte Principal	1- <i>Basquete em Cadeira de Rodas.</i> 2- <i>Basquete em Cadeira de Rodas.</i>
Primeiro contato com a Escalada	1 – <i>Feira de Esportes.</i> 2- <i>Através de amigos deficientes visuais que treinavam.</i>
Dificuldades em Escalar com uma Prótese	1- <i>Uma prótese não adequada é pesada e no meu caso não me traz muito apoio, pois não faz flexão de joelho.</i> 2- <i>É mais um peso.</i>
Dificuldades em Escalar sem uma Prótese	1- <i>Não se tem apoio, a força é toda nos braços.</i> 2- <i>Não se tem muito apoio e mesmo estando um pouco mais leve sem ela, há que se fazer muita força nos braços.</i>
Sensação de Vivenciar a Escalada	1- <i>Conseguir chegar até o topo é uma vitória.</i> 2- <i>Uma coisa legal, uma coisa bacana.</i>
Fatores Pós Escalada	1- <i>É como na vida, vão aparecer sempre obstáculos, barreiras, e a gente não pode desistir, tem que se vencer.</i> 2- <i>Traz uma sensação de que posso fazer tudo. Posso não ser melhor que ninguém, mas também não sou pior.</i>

1- Participante A; 2- Participante B

De acordo com esta pesquisa, pode-se inferir que o fator principal para a escalada não foi definido de imediato como fonte mediadora para a inclusão social, mas sim a vontade de se fazer o que as pessoas acham que um deficiente físico não pode ou não consegue fazer. Assim, a realização da atividade pode ser considerada importante evidência do que uma pessoa com deficiência é capaz de realizar, abrindo portas maiores para serem exploradas, como o benefício pessoal com a prática regular da atividade física, e a contribuição social de inclusão. A escalada poderia, dessa maneira, ser considerada um importante agente de inclusão, por contribuir para a redução da ideia de inferioridade que a palavra deficiência traz e por favorecer o melhor entendimento do que a palavra adaptação promove.

Foi destacado pelo mentor do projeto, que no Brasil não é fácil colocar em prática projetos como este. É difícil conseguir investidores, já que, neste caso, são necessários equipamentos para a modalidade, espaço *indoor*, além de um professor para as aulas propostas. Por isso, a maioria dos projetos começa de forma voluntária, quando há doações e espaço para atuar, mas quase sempre são abandonados.

DISCUSSÃO

De acordo com a pesquisa em torno da possibilidade de um amputado de membro inferior vivenciar e praticar a escalada *indoor* como forma de desenvolvimento pessoal e social, percebe-se que a escalada pode ser considerada um potencial agente de inclusão, despertando o amputado para um entendimento mais abrangente do significado deste esporte, uma analogia entre sua capacidade de superar obstáculos aparentemente intransponíveis na escalada e na vida social como um todo.

Segundo THOMAS (1983), podemos ser contagiados por sentimentos alheios através da observação. No entanto, a percepção de seu estado físico pode também provocar processos emocionais e comportamentais específicos. Sendo assim, “sentimento e ação são intrinsecamente entrelaçados, de maneira a haver uma interligação indissolúvel entre o sentimento do “medo” e a ação da “fuga”[...]” (McDOUGALL, 1932). Segundo TAVARES (2003), “o desenvolvimento de nossa identidade corporal está intimamente

ligado ao processo de vivenciar sensações dimensionadas à singularidade de nossas pulsões e de nossa existência desde a mais tenra idade”, sensações essas que nem sempre são compreendidas, apenas sentidas. Relacionado a essa questão está o estudo realizado por PIMENTEL (2008) com pilotos de voo livre que sofrem de estresse crônico pela rotina de seu trabalho, mas que tomam como opção recreativa exatamente o voo livre. Segundo o autor, tal escolha poderia estar fundamentada na busca por um tipo de compensação nesta prática corporal significativamente perigosa, como uma troca, eliminando o que seria ligado ao trabalho e focando a atividade no esporte de aventura, livre de pressões impostas. Essa compensação se daria quando nos submetemos a um risco, seja por trabalho ou lazer com esporte de aventura. Neste contexto, o indivíduo experimenta os efeitos do hormônio adrenalina, que leva a respostas rápidas de vários órgãos diante de situações de alerta e emergência; ele contribui significativamente para respostas comportamentais como a fuga do perigo, permitindo ao indivíduo realizar ações rápidas diante do estresse. E após toda esta tensão orgânica, com a conclusão bem-sucedida da atividade escolhida, prevalece no organismo a atuação de outro hormônio, chamado endorfina, que vai gerar enfim a sensação de bem-estar, contribuindo para um estado de plenitude.

Desafios físicos e psicológicos têm o potencial de induzir fortes reações emocionais nas pessoas que se submetem à tensão e ao prazer de um esporte de aventura ou que proporcione algum risco (CECILIANI *et al.*, 2008). Essas reações emocionais podem aproximar e energizar um indivíduo com deficiência para a vida, fazendo com que as emoções sejam descobertas ou redescobertas através de um esporte cujos benefícios intrínsecos são altamente alcançados com a prática.

A amputação de um membro, segundo KOLB (1975 *apud* BREakey, 1997) pode levar o indivíduo a ter modificações na sua experiência corporal, e tais alterações podem influenciar a imagem corporal e aspectos emocionais e perceptuais, pois mesmo quando a amputação não interfere na realização de atividades como o trabalho, atividades recreativas e participação social, ela pode ter um grande impacto na autoestima.

É importante salientar que, com a perda de um membro ou parte dele, o indivíduo pode sofrer uma alteração brusca de imagem corporal, fazendo-se necessária uma

reintegração da imagem ao novo esquema corporal, o que irá repercutir no próprio autoconceito de indivíduo. Dessa maneira, é de fundamental importância que esta reconstrução da imagem corporal ocorra no sentido de torná-la mais positiva, caso contrário seu conceito de indivíduo também será negativo, o que só tenderá a alimentar sentimentos de inferioridade, baixa autoestima, tristeza e em alguns casos, depressão.

Segundo SCHILDER (1994, p.181):

Assim, o movimento influencia a imagem corporal e nos leva de uma mudança da imagem corporal a uma mudança da atitude psíquica [...] A inter-relação entre sequência muscular e atitude psíquica é tão íntima que não só a atitude psíquica se conecta com os estados musculares, como também toda sequência de tensão e relaxamento provoca uma atitude específica. Uma sequência motora específica altera a situação interna e as atitudes [...].

Para TEIXEIRA (2008), a atividade física é decisiva no processo de reabilitação de indivíduos amputados. No caso de uso de prótese, há uma significativa melhora no senso de equilíbrio e controle, diminuição da atrofia muscular e aprimoramento da propriocepção, além das modificações na forma com que se percebem como sujeito, pois deixam de se ver como um “mutilado” e passam a se conscientizar de que suas possibilidades vão muito além do membro perdido; assim, a sociedade também passa a perceber-lhes com outros olhos.

LEVANDOSKI & CARDOSO (2007) consideram que praticar uma atividade física com o objetivo de inclusão social, além de amenizar alguns dos problemas de saúde, são estratégias que proporcionam ao indivíduo uma tentativa de superação das barreiras ocorridas pelos acidentes físicos, pois se abrem para uma nova percepção, não só corporal, mas na forma como se integram na sociedade, redefinindo valores.

Segundo EIZIRIK (2002 *apud* QUINTÃO, 2005):

Os processos de exclusão são culturais, são acumulados, nunca vêm sozinhos; desenvolvem-se e se reproduzem através do tempo, por meio de um sem número de forma que se entrelaçam no tecido social e se movimentam através das instituições, dos regulamentos, dos saberes, das técnicas e dos dispositivos que se instalam na cultura.

Um termo caro em nossos dias, mas que corre riscos de banalização, diz respeito à inclusão. Tornou-se imperativo utiliza-lo, mas nem sempre se discute suficientemente sua contrapartida, que envolveria os mecanismos de exclusão social.

A inclusão social é entendida tanto pela sociedade plural, como pelo segmento das pessoas com deficiência, como “inclusão no trabalho”. Contudo, alguns autores afirmam que, para as pessoas com deficiência conquistarem a igualdade concreta, é preciso que o seu desenvolvimento pessoal seja assegurado e conquistado também no campo das artes e das letras, das práticas corporais desportivas formais e não formais, assim como nos campos do lazer e do turismo (FRANÇA *et al.*, 2008).

Sendo assim, a inclusão precisa acontecer em um contexto geral, com apoio multidisciplinar de profissionais de educação física e psicólogos, incentivando a prática de esportes e trabalhando diretamente no campo das crenças e suas consequências emocionais e comportamentais. Assim como mostrado neste estudo, esportes como a escalada são meios utilizados por poucos como forma de uma superação pessoal, mas que têm relação direta com a inclusão, a partir do momento em que as pessoas com deficiência são vistas com outros olhos diante do que podem fazer.

CONCLUSÃO

De acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU), as pessoas com deficiência constituem o grupo minoritário mais numeroso do mundo, com maior probabilidade de ficarem desempregadas, além de apresentarem taxas de mortalidade mais elevadas do que aquelas da população em geral (UNRIC, 2008). Trata-se de um universo expressivo de pessoas, que na maioria dos casos, ficam dentro de suas casas, desmotivadas e sem perspectivas de reagir. Quando finalmente se motivam para sair da reclusão, muitas são vítimas do preconceito e da falta de espaços públicos adequados que propiciem o mínimo de condições de acesso e conforto. Entretanto, pouco se tem estudado a respeito da qualidade de vida e dos fatores associados nessa população. Isto evidencia ainda mais a importância desse trabalho, que teve por objetivo investigar e descrever a vivência deste esporte por pessoas diretamente envolvidas com a questão. Essas pessoas fazem do esporte

um meio para sair da indiferença ou da exclusão e se colocar em meio à sociedade, para serem vistas não a partir do olhar da exclusão, mas de um mundo de possibilidades.

A partir de uma experiência empírica, pode-se perceber que um amputado de membro inferior pode, de fato, escalar. A prática da escalada é uma modalidade cara, porém, é um reforçador poderoso para quem vivencia o esporte, pois contribui para um entendimento maior da sua capacidade de superação diante das dificuldades do momento e de toda uma vida.

Com as entrevistas realizadas, percebe-se que a motivação para a vivência da escalada é a necessidade de o indivíduo provar para si mesmo sua capacidade, o que faz com que a escalada se transforme em uma via de autoconhecimento e exerça um papel particularmente essencial no campo das emoções.

Os indivíduos entrevistados mostraram segurança diante de seus objetivos e trazem as emoções adquiridas e lapidadas estampadas em si, com alegria, paz, personalidade e elevada autoestima. Esse processo talvez tenha ocorrido por terem encontrado, ao longo do caminho, pessoas que não foram indiferentes às suas necessidades e que deram a devida importância para a sua inclusão em uma sociedade que não está preparada para conviver com a diferença.

Esta pesquisa nos mostra que a inclusão do deficiente físico na sociedade através do esporte poderia trazer importantes repercussões no campo social, nas melhorias de oportunidades e condições de trabalho, nos relacionamentos interpessoais, nas atividades de lazer, entre outros. Foram relatadas mudanças adquiridas a partir do esporte e do sentimento e vontade de cada um de mudar o seu mundo, cobrando de si mesmos soluções para suas dificuldades. A partir dos relatos dos participantes da presente pesquisa, as pessoas com deficiência não desejam ser objeto de atenção especial, apenas querem ter suas necessidades básicas atendidas para ajudar a superar suas limitações físicas. Para tal, buscam impor o que lhes é de direito e valorizam qualquer ferramenta que lhes possa ajudar a ter garantida sua cidadania. E o esporte de aventura, neste caso a escalada, tem sido esta ferramenta para algumas delas, podendo ser usado como forma de evidenciar que também

são capazes de seguir uma rotina com pequenas adaptações, sendo assim um agente de promoção à inclusão social.

Hoje, podemos constatar que o Brasil tem se tornado uma das potências mundiais no esporte paralímpico, tanto em medalhas quanto em pesquisas e investimento público. No entanto, é preciso se fazer muito mais diante do crescimento desta população, não objetivando apenas medalhas e atletas, e sim a inclusão social. A Lei Agnelo/Piva que destina 2% da arrecadação bruta de todas as loterias federais do país é repassada ao Comitê Olímpico Brasileiro (COB) e para o Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), o que é muito significativo, mas poucos são os investimentos realizados no intuito de incentivar a base do esporte adaptado como forma de inclusão e reabilitação, principalmente do setor privado, o que dificulta a manutenção de projetos tão importantes e benéficos à população com deficiência.

Cabe assim à sociedade como um todo, incluindo profissionais de saúde, educação, empresários, mídia e a própria pessoa com deficiência, o desafio de construir uma sociedade em que a diversidade seja vista não como problema, mas como riqueza.

REFERÊNCIAS

ABRADECAR - Associação brasileira de esporte em cadeira de rodas. Disponível em <<http://www.abradecar.org.br/>> Acesso em: 07 de abr.de 2008.

A Escalada como prática esportiva. Disponível em <<http://www.agarras.com>> Acesso em: 21 de abr.2008.

BREAKEY, J. W. **Body image:** the lower-limb amputee. *Journal of Prosthetics & Orthotics*, v.9, n 2, p.58-66, 1997. Disponível em: <<http://www.oandp.org>> Acesso em: 09 de abr. de 2008.

CARVALHO, J. A. **Amputações de membros inferiores:** em busca da plena reabilitação. 2ª edição, São Paulo: Manole, 2003.

CECILIANI, A; BARDELLA, L.; GRASSO, M. L.; ZABONATI, A.; ROBAZZA, C. **Effects off a physical education program on children's attitudes and emotions**

associated with sport climbing. *Percept Mot Skills*, jun. 2008. Disponível em: <<http://www.pubmed.gov/>> Acesso em: 20 abr. 2010.

COSTA, V. L. M.; **Esportes de aventura e risco na montanha:** um mergulho no imaginário. São Paulo: Manole, 2000.

FRANÇA, I. S. X.; PAGLIUCA, L. M. F.; BAPTISTA, R. S. **Política de inclusão do portador de deficiência:** possibilidades e limites. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 21 n. 1, jan./mar. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/>> Acesso em: 10 jan. 2010.

GHORAYEB, N.; BARROS N. T. **O Exercício:** preparação fisiológica – Avaliação Médica – aspectos especiais e preventivos. São Paulo: Atheneu, 1999.

História do montanhismo. Disponível em <<http://www.marski.org/>> Acesso em: 13 de mar. 2008.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo demográfico 2000:** características gerais da população. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/>> Acesso em: 15 de jun. 2008.

LEVANDOSKI, G; CARDOSO, A. S. **Atletas de basquetebol em cadeiras de rodas da cidade de Florianópolis:** uma análise descritiva das lesões dos praticantes. In: 6º Fórum Internacional de Esportes 2007 . Disponível em: <<http://www.unesporte.org.br/>> Acesso em: 23 de mai. 2008.

MOHERDAUI, B. **Adrenalina:** porque corremos riscos. In: *Veja*. [S.l.], n.44, 0, p.72-76, nov., 2001.

NOCE, F.; SIMIN, M. A. M. ; MELLO, M. T. **A percepção de qualidade de vida de pessoas portadoras de deficiência física pode ser influenciada pela prática de atividade física?** *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, Rio de Janeiro, v. 15 n. 3, mai./jun. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/>> Acesso em: 09 mar. 2010.

PIMENTEL, G. G. A. **Aspectos socioculturais na percepção na qualidade de vida entre praticantes de esporte de aventura.** *Revista de Salud Pública*, Bogotá, v. 10 n. 4, set./out. 2008. Disponível em: <<http://www.pubmed.gov/>> Acesso em: 10 dez. 2009.

QUINTÃO, D. T. R. **Algumas reflexões sobre pessoas portadoras de deficiência e sua relação com o social.** *Psicologia & Sociedade*, Porto Alegre, v. 17 n. 1, jan./abr. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/>> Acesso em: 17 mai. 2008.

REIS, T. **A história do esporte paraolímpico.** Disponível em <<http://www.abradecar.org.br/>> Acesso em: 07 de abr.de 2008.

SHILDER, P. **A imagem do corpo** - as energias construtivas da psique. São Paulo. Martins Fontes, 1994.

TAVARES, M.C.G.C.F. **Imagem corporal:** conceito e desenvolvimento. Barueri, SP. Manole, 2003.

TEIXEIRA, L. **Atividade física adaptada e saúde:** da teoria a prática. São Paulo: Phorte, 2008.

THOMAS, A. **Esporte:** introdução a psicologia. Rio de Janeiro: Técnico S/A, 1983.

UNRIC – Centro regional de informações das nações unidas: **Alguns factos e números sobre as pessoas com deficiências.** Disponível em: <<http://www.unric.org>> Acesso em: 10 mai.2008.

<p>Contato da Autora: profamarianacruz@bol.com.br carolgranato@gmail.com dias.gi@gmail.com</p>	<p>Data de Submissão: 17/05/2011</p> <p>Data de Aprovação: 23/03/2012</p>
---	---