

Esporte como instrumento de inclusão e transformação na vida de pessoas com deficiência. Revisão de literatura.

Aline Rocha Amaral, Educação Física, Unifatecie, Brasil

Anderson Brandão dos Santos, Fisioterapia, Integrado, Brasil,
Anderson.brandao@grupointegrado.br

INTRODUÇÃO

O esporte é uma importante ferramenta de socialização, desenvolvimento motor e inclusão social, especialmente para pessoas com deficiência. Sua prática está presente desde a infância, seja de forma lúdica ou estruturada, contribuindo para o convívio social e o desenvolvimento integral do indivíduo. Segundo Santos (2021, p.65) “a prática das atividades físicas na educação escolar favorece aspectos como melhora dos processos mentais, a integração do indivíduo ao grupo, auto-conhecimento, percepção corporal, temporal e espacial, domínio das habilidades e destrezas físicas”. Maia, *et al* (2020) por sua vez considera que o exercício físico contribui de forma positiva para os aspectos físicos, fisiológicos, cognitivos e psicológicos em indivíduos saudáveis, assim, alguns estudos estão sendo realizados em busca de reproduzir esses benefícios para pessoas com paralisia cerebral. Portanto o exercício/atividade físico é direcionado para todas as pessoas independente da sua idade ou limitação física ou mental.

Hoje com o conceito de inclusão social presenciamos a sigla PcD (pessoa com deficiência) em todo o contexto do nosso dia a dia, e claro que não seria diferente no âmbito do esporte, onde contamos com esportes adaptados para atender a demanda da pessoa com deficiência. Winnick (2004) corrobora ao dizer que o esporte adaptado é aquele que foi modificado ou criado para atender algumas necessidades das PcD. Basei, Carminato e Pereira (2023) complementam que o esporte adaptado apresenta importância em diferentes vertentes, desde a conscientização das pessoas sobre a deficiência até o desenvolvimento da própria pessoa deficiente, além do impacto na história de vida das PcD.

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar a atuação do esporte na vida da pessoa com deficiência, destacando seus benefícios, desafios e contribuições para a inclusão social.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa descritiva e exploratória, caracterizado como uma revisão integrativa de literatura. O estudo foi desenvolvido a partir da análise de produções científicas já publicadas sobre o tema. A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados BIREME, Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e

Google Acadêmico. Foram utilizados os descritores de forma combinada, sendo eles: “esporte e deficiência”, “esporte e desenvolvimento motor” e “deficiência e políticas públicas”, delimitando um recorte temporal de 2020 a 2025, a fim de analisar as pesquisas mais recente sobre o tema. Após leitura do título e resumos, e por último a leitura dos artigos na íntegra, foram selecionados 10 artigos, sendo descritos neste estudo afim de responder o objetivo proposto.

REVISÃO DE LITERATURA

Com objetivo de atender as necessidades das pessoas com deficiência (PcD) e promover sua inclusão no contexto do esportivo, diversas modalidades passaram por adaptações, esporte este chamado de esporte adaptado, ou seja, o esporte modificado ou criado para atender as necessidades das pessoas com deficiência (Solera *et al*, 2021).

De acordo com o Estatuto da Pessoa com Deficiência (Brasil, 2015), 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. E infelizmente nesse contexto algumas deficiências não são abrangidas com o esporte, ficando apenas no contexto da reabilitação e funcionalidade.

Desta forma, pensando em diminuir a desigualdade a Política Nacional de Promoção da Saúde propõe objetivos específicos como “contribuir para a adoção de práticas sociais e de saúde centradas na equidade, na participação e no controle social, visando reduzir as desigualdades, injustas e evitáveis, com respeito às diferenças [...] relacionadas às pessoas com deficiências e necessidades especiais” (BRASIL, 2010). O esporte entra como uma grande ferramenta de inclusão e socialização para as pessoas com deficiência. A socialização entre as pessoas com deficiência é benéfica para a saúde física e mental, pois o fato das pessoas se sentirem pertencentes a um determinado grupo faz com que queiram permanecer inseridas nesse contexto (Biduski *et al*, 2021). Barbosa *et al* (2025) corrobora ao dizer que a prática esportiva, atua como um instrumento de visibilidade e valorização da diversidade, colaborando para a quebra de preconceitos e estigmas. Portanto o esporte possibilita que a pessoa com deficiência conquiste sua autonomia, seu espaço na sociedade e seu empoderamento.

Hoje contamos com vários projetos sociais voltados para o paradesporto, sendo esses administrado por associações, prefeituras municipais, e entidades particulares. Atualmente, existem diversas modalidades esportivas adaptadas para atender o maior número de deficientes sendo atletismo, badminton, basquete em cadeira de rodas, bocha, canoagem, ciclismo, esgrima em cadeira de rodas, futebol de cegos, futebol PC, goalball, halterofilismo, hipismo, judô, natação, remo, rúgbi em cadeira de rodas, taekwondo, tênis de mês, tênis em cadeira de rodas, tiro com arco, tiro esportivo, triatlo, vôlei sentado (CPB, 2026).

O Goalball é uma modalidade criada para as pessoas com deficiência visual, enquanto o Basquete em cadeira de rodas sofreu adaptações para que as pessoas com deficiência física tivessem a oportunidade de pratica-lo (Solera *et al*, 2021). Porém Cunha e Chicon (2022, p.140) ressalta que “o basquete em cadeira de rodas

possui um fator limitador que não podemos desconsiderar: a complexidade em desenvolver esse esporte na escola, devido a difícil possibilidade de conseguir as cadeiras de rodas, necessárias para que o jogo aconteça”. Silva e Winckler (2022, p.138) em sua pesquisa evidenciou que o “atletismo destaca-se por sua acessibilidade e menor necessidade de recursos, sendo necessário um atleta-guia dependendo da classe funcional do indivíduo”, ou seja, o atletismo é o esporte mais acessível e com baixo custo financeiro. Basei, Carminato e Pereira (2023) destacam que, ao longo dos anos de participação do Brasil em jogos paralímpicos, o atletismo foi a modalidade em que o país conquistou o maior número de medalhas. A respeito da modalidade voleibol, Cunha e Chicon (2022, p.75) destaca que “o jogo de vôlei sentado utiliza-se dos mesmos materiais e bola do vôlei convencional e também do mesmo sistema de pontuação. Portanto, é facilmente adaptável para qualquer espaço”.

Morocho *et al* (2021) contribuiu ao mencionar que a prática de natação juntamente com a atividade física proporciona múltiplos benefícios à saúde, podendo também se tornar uma ferramenta para integração das pessoas com deficiência na sociedade. Já o futebol de cinco trata-se de um esporte coletivo, semelhante ao futsal, praticado por pessoas cegas que se orientam na quadra de jogo pelo som emitido por guizos colocados no interior de uma bola de futsal. Os jogadores cegos e com baixa visão são obrigados a usarem vendas nos olhos (Cunha; Chicon, 2022, p.99). Desta forma, o esporte independente da modalidade atua como mecanismo de socialização, transformação e autonomia para a pessoa com deficiência, proporcionando para ele nova perspectiva de vida. Basei, Carminato e Pereira (2023) em sua pesquisa destacaram que o “esporte tem papel extremamente importante como meio de inclusão social e melhoria da qualidade de vida, não somente nos aspectos relacionados à saúde, mas também, psicológicos, sociais e econômicos”.

Apesar dos avanços, ainda existem barreiras que dificultam o acesso das pessoas com deficiência ao esporte, sejam elas de ordem financeira, material, falta de acessibilidade ou mobilidade urbana ou até mesmo falta de profissionais treinando e capacitados para atender a demanda específica, principalmente na fase inicial do desenvolvimento que é a infância e adolescência. Scarpato, Fernandes e Almeida (2020) consideram que mesmo com a intenção da inclusão de crianças com deficiência nas aulas de educação física escolar, o contexto que envolve o esporte adaptado ainda tem sido pouco efetivado pelos professores como mediadores do processo inclusivo.

Silva e Winckler (2022) afirmam que as pessoas com deficiência encontram resistência no início devido falta de recursos (financeiros e materiais) e o despreparo dos profissionais, evidenciando que a falta de inclusão e acessibilidade no decorrer da infância e adolescência prejudica não somente sociabilidade, mas também o processo de autonomia e identidade. Dessa forma, evidencia-se a necessidade de maior investimento em políticas públicas, formação profissional e infraestrutura adequada, visando ampliar o acesso ao esporte e promover uma sociedade mais inclusiva e igualitária. (Barbosa, 2025).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o esporte desempenha um papel fundamental na vida da pessoa com deficiência, contribuindo significativamente para seu desenvolvimento físico, social e emocional.

Além de promover a inclusão social, o esporte possibilita o fortalecimento da autonomia, da autoestima e da participação ativa na sociedade, tratando-se de uma ferramenta essencial para a construção de uma vida mais independente e com maior qualidade.

No entanto, ainda existem desafios que precisam ser superados, especialmente no que se refere ao acesso, à inclusão e à qualificação profissional. Nesse sentido, torna-se fundamental o fortalecimento de políticas públicas e iniciativas que garantam oportunidades iguais para todos.

PALAVRAS-CHAVE: Esporte. Deficiente. Socialização.

REFERÊNCIAS

BAGNARA, I.C.; LARA, A.de.A.; CALONEGO, C. Processo histórico, social e político da evolução da Educação Física. **Revista Digital Buenos Aires**, v. 15, n. 145, p.1, jun. 2010.

BARBOSA, M,da.S.; *et al.* Inclusão social por meio do esporte. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 11, n.9, set. 2025.

BASEI, A.P.; CARMINATO, R.A.; PEREIRA, J.da.S. “Queria ter começado desde novo”: o esporte paralímpico na história de vida de um deficiente intelectual. **Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)Biográfica**, Salvador, v. 08, n. 23, p. 01-19, 2023.

BIDUSKI, G.M.; *et al.* Barreiras e facilitadores percebidos por pessoas com deficiência praticantes de esportes. **Revista Kinesis**, Santa Maria, v.39, p.01-13, 2021.

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). **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 6 jul 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. 3. ed. Brasília: Ministério da Saúde, p. 60, 2010.

CPB. **Centro Paralímpico Brasileiro**. Disponível em: <https://cpb.org.br/ct-paralimpico/centro-de-treinamento/>. Acesso em: 15/04.

CUNHA, L.M.; CHICON, J.F. **O esporte adaptado como conteúdo de ensino nas aulas de educação física escolar e inclusão**. Rio de Janeiro, Encontrografia Editora, 2022.

MAIA, S.D.B.; *et al.* Educação física adaptada e o desenvolvimento motor de um indivíduo com paralisia cerebral: um relato de experiência. In: **VII CONEDU- Congresso Nacional de Educação**. 2020.

SANTOS, V.D.T. Desenvolvimento motor de crianças e sua relação com esporte/futsal na escola. In: MAMEDES, R.F.; SANTOS, V.D.T. (Org). **Da teoria à prática: educação, saúde e movimento**. João Pessoa: sal da terra, p. 62 -68, 2021.

SCARPATO, L.C.; FERNANDES, P.T.; ALMEIDA, J.J.G de. Inclusão e o esporte adaptado na educação física escolar: o que pensam os professores da rede pública de ensino? Rev. Assoc. **Bras. Ativ. Mot. Adapt.**, v. 21, n. 1, p.45-56, jan/jun, 2020.

SILVA, M.C.C da; Winckler, C. A educação física como meio de inclusão social e acesso ao esporte paraolímpico em jovens com deficiência visual. **Rev. Assoc. Bras. Ativ. Mot. Adapt.**, Marília, v.23, n.1, p. 131-144, Jan/jun., 2022.

SOLERA, B.; *et al.* Percepções de atletas paraolímpicos sobre a inclusão social por meio do esporte. **Revista Retos**, v. 42, p. 655-661, 2021.

SOUSA, Y.M.da.S.C.de. **História da Educação Física**. Paranaíba - PR.: UniFatecie, p. 69, 2020.

MOROCHO, E.K.A.; *et al.* Using swimming for visually impaired people. **Journal of Language and Linguistic Studies**, v.17, n.4, p. 2684-2696, 2021.

WINNICK, J. **Educação física e esportes adaptados**. 3.ed. Barueri: Manole, 2004.

