

A IMPORTÂNCIA DO ESPORTE ADAPTADO NO MELHORAMENTO DA QUALIDADE DE VIDA

CAIXETA, Dayane (dayane_caixeta3@hotmail.com)¹; PEREIRA, Bruno Silva¹;
GONÇALVES, Loany Karine¹; FERREIRA, Célio Marcos dos Reis (cmdosrf@gmail.com)²

1. Graduando do 2º período do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas - UNIPAM
2. Professor Dr do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas - FACISA - UNIPAM.

Introdução e Objetivo: O esporte adaptado busca adequar o meio para permitir que o deficiente possa realizar as atividades desportivas visando a inclusão do deficiente físico ou psíquico, para que ele tenha uma boa qualidade de vida, desenvolvimento humano e à valorização das pessoas pelo esporte. É importante ressaltar que a prática do esporte pode prevenir enfermidades secundárias à sua deficiência e promover a integração social do indivíduo. Os objetivos deste trabalho é mostrar a importância da prática do esporte para o melhoramento das AVDs, qualidade de vida além da interação social.

Materiais e Métodos: Esse trabalho foi feito através de revisões bibliográficas de artigos, livros e nos bancos de dados google, pubmed, lilacs e bireme do ano 2000 a 2009.

Resultados e Discussão: Dos oito trabalhos avaliados, percebemos a importância do esporte para estas pessoas. Onde estes artigos descrevem que a atividade física pode-se ressaltar ganhos de agilidade no manejo da cadeira de rodas, de equilíbrio dinâmico ou estático, de força muscular, de coordenação, dissociação de cinturas, de resistência física; enfim, o favorecimento de sua readaptação ou adaptação física global. Na esfera psíquica, podemos observar ganhos variados, como a melhora da auto-estima, integração social, redução da agressividade, dentre outros benefícios.

Conclusão: O esporte é um ferramenta fisioterapêutica que atua eficazmente na reabilitação social e psicológica do portador de deficiência, não devendo ser considerada apenas como apenas uma atividade recreativa e sendo considerado como uma alternativa lúdica e mais prazerosa, o qual faz parte do processo de reabilitação das pessoas de deficiência física.

Palavras-chave: deficientes, esporte adaptado.