

**Universidade Estadual de Campinas
Faculdade de Educação Física**

Fernanda Ruiz Portela

**AS MÚLTIPLAS POSSIBILIDADES DA NATAÇÃO ÀS PESSOAS
PORTADORAS DE NECESSIDADES ESPECIAIS
(UMA REVISÃO DE LITERATURA)**

Campinas 2003



**Universidade Estadual de Campinas
Faculdade de Educação Física**

Fernanda Ruiz Portela

**AS MÚLTIPLAS POSSIBILIDADES DA NATAÇÃO ÀS PESSOAS
PORTADORAS DE NECESSIDADES ESPECIAIS
(UMA REVISÃO DE LITERATURA)**

Monografia apresenta ao programa de extensão da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas como requisito parcial para a obtenção do título de especialista em Atividade Motora Adaptada sob a Orientação do Prof. Dr. Paulo Ferreira de Araújo.

Campinas 2003

"As diferenças são um sinal da individualidade e que diferem os homens uns dos outros e dos demais animais".

Araújo 2003

Ao meu filho Caio, simplesmente por existir, pois com toda sua inocência, em seus momentos de lazer entendia minha ausência.

SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS

A Deus, sempre ao meu lado.

Resumo	8
Introdução	9
1. Aspectos Gerais	10
1.1 Fatores Sócio-Culturais	12
1.1.1 Fatores Socio-Culturais	12
1.1.2 Fatores Psicológicos	12
1.1.3 Fatores Psicológicos	12
1.1.4 Fatores Condicionais	13
2. Condição de Natação	14
3. A Natação	15
3.1 A Pessoa Com Deficiência Visual (DV) e a Natação	21
3.2 A Pessoa Com Deficiência Auditiva (DA) e a Natação	22
3.3 O Fazer Pedagógico	23
3.4 A Pessoa Com Deficiência Auditiva (DA) e a Natação	23
3.5 A Natação e Essa População	26
3.6 O Fazer Pedagógico	28
3.7 A Pessoa Com Deficiência Física e a Natação	28
3.8 O Fazer Pedagógico	29
3.9 A Pessoa Com Deficiência Mental (DM) e a Natação	31
3.10 O Fazer Pedagógico	31
3.11 A Natação e Essa População	33
3.12 O Fazer Pedagógico	33
4. Atuação do Profissional da Natação	37
5. Conclusão	40
6. Referências Bibliográficas	43

RESUMO

SUMÁRIO

Resumo	5
Introdução	6
1. Aspectos Relacionados às Pessoas Com Necessidades Especiais- Alguns Entendimentos	8
1.1 A questão da Deficiência	8
1.1.1 Fatores Sócio-Culturais	12
1.1.2 Fatores Afetivos-Cognitivos	12
1.1.3 Fatores Psicológicos	12
1.1.4 Fatores Condicionais	13
2. Conceituação da Natação	14
3. A Natação e a Pessoa Com Necessidades Especiais	21
3.1 A Pessoa Com Deficiência Visual (DV) e a Natação	21
3.2 A Natação e Essa População	22
3.3 O Fazer Pedagógico	23
3.4 A Pessoa Com Deficiência Auditiva (DA) e a Natação	25
3.5 A Natação e Essa População	26
3.6 O Fazer Pedagógico	27
3.7 A Pessoa Com Deficiência física e a Natação	28
3.8 A Natação e Essa População	29
3.9 O Fazer Pedagógico	31
3.10 A Pessoa Com Deficiência Mental (DM) e a Natação	32
3.11 A Natação e Essa População	33
3.12 9 O Fazer Pedagógico	34
4. Atuação do Profissional da Natação	37
5. Considerações Finais	40
6. Referências Bibliográficas	43

RESUMO

Partindo das preocupações em relação às propostas de trabalho no meio líquido existentes, especificamente a natação e os múltiplos enfoques pedagógicos e sua utilização, como podemos constatar na literatura: artigos, monografias, dissertações e livros existentes na Faculdade de Educação Física

A Pessoa Com Necessidades Especiais em sua grande maioria tem sua vida limitada em decorrência de vários fatores como: discriminação, falta de ética pessoal e profissional, desconhecimento pela ausência de informação por parte das mais diferentes camadas que compõem a sociedade de hoje e não pelo problema de saúde propriamente dito. Esta sociedade não lhe garante integração, espaço no mundo do trabalho, consideração e, na maioria das vezes, sequer compreende a especificidade de seus problemas. Se a PNE tem tais obstáculos a superar, as atividades que permitem uma evolução física, psíquica e social devem ser estimuladas. O objetivo desta revisão literária é, exatamente, discutir uma dessas formas, no caso, a natação, como elemento de auxílio psíquico e físico dessa parcela de cidadãos, além dos benefícios de integração social que esta atividade física pode trazer.

esta enorme população no Brasil.

Problema visto 14,5% da população

Palavras-Chave: Pessoa Com Necessidades Especiais (PNE); Natação e o Profissional.

Os resultados do censo mostraram um número maior de portadores de deficiência do que o esperado: 24,5 milhões de pessoas, 14,5% da população brasileira.

São maiores os casos de problema de visão (48,1%). A seguir vêm os casos de deficiência motora (22,9%).



- Deficiência visual
- Deficiência motora
- Deficiência mental
- Deficiência auditiva
- Deficiência física

Introdução

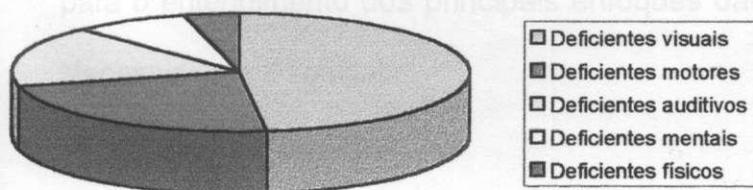
Partindo das preocupações em relação às propostas de trabalho no meio líquido existentes, especificamente a natação e os múltiplos enfoques mediante a sua utilização, como podemos constatar na literatura: artigos, monografias, dissertações e livros existente na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, que enfoca uma melhora na qualidade de vida do portador de deficiência, realizamos uma revisão no acervo encontrado com a intenção de compilar os dados e assim oferecer aos profissionais interessados no tema ou que desejarem pesquisar sobre a temática, população deficiente, possibilidade de intervenção no meio líquido, contribuindo para a ampliação das informações nesta área.

Partindo dos dados do último censo realizado e divulgado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), cujos resultados foram tabulados no ano de 2002, nos colocar a pensar a respeito dos serviços a ser oferecidos a esta enorme população no Brasil.

Problema atinge 14,5% da população

Os resultados do censo mostraram um número maior de portadores de deficiência do que o esperado: 24,5 milhões de pessoas, 14,5% da população brasileira.

São maioria os casos de problema de visão: 48,1%. A seguir vêm os casos de deficiência motora (22,9%),



auditiva (16,7%), mental (8,3%) ou física (4,1%).

(Folha de S. Paulo - 09/05/02)

1. Aspectos Relacionados às Pessoas Com Necessidades Especiais – Alguns Entendimentos.

Ao tentar visualizar as inúmeras necessidades especiais que esta população passa a ter ao longo de seu processo de desenvolvimento, seja no campo da Educação, Saúde, Trabalho, Moradia, Transportes, Esportes e Lazer, entre outras necessidades. Optamos pelo enfoque na Natação Para Pessoas com Necessidades Especiais (atividade adaptada).

Organizamos o trabalho em capítulos, sendo que o 1º faz uma breve introdução, situando a questão da deficiência. O 2º traz a conceituação da natação na visão de diferentes autores. Na seqüência, o 3º capítulo trata da natação para as pessoas com necessidades especiais. O 4º enfoca a atuação do profissional da natação. Finalizando, o 5º capítulo faz algumas considerações a cerca dos dados coletados. E, por último temos as referências bibliográficas.

A partir desse contexto estruturamos esse estudo desenvolvido a partir de uma revisão de literatura cujo o objetivo foi "Analisar a Literatura Corrente Sobre as Possibilidades de Atividades Referentes às P.N.E., Com Relação à Natação", e posteriormente fizemos uma reflexões em tomo desta produção para o entendimento dos principais enfoques dados à Natação e Pessoas com Necessidades Especiais.

1. Aspectos Relacionados às Pessoas Com Necessidades Especiais – Alguns Entendimentos.

“O corpo não é uma máquina como nos diz a ciência. Nem uma culpa como nos faz crer a religião. O corpo é uma festa”.

Eduardo Galeno

1.1 A Questão da Deficiência

Falar de deficiência ou desvantagem em um sentido geral é fazer referência a possibilidades limitadas do desenvolvimento humano. Essa limitação está dada não só pelas limitações físicas, mentais ou sensoriais, mas também pela comunidade em que vive, nas oportunidades que esta lhe dá para poder superar-se ou desenvolver-se. Assim, pode dizer-se que a deficiência é um problema social.

Na reflexão ou na ação, deve-se focar suas miras necessariamente em dois sentidos:

A) O deficiente,

B) A comunidade a que este pertence.

(Damasceno, 1992, p. 30).

A proposta de ocupar-se da comunidade em que vive o deficiente é levar à prática a necessidade de proteger e acrescentar o básico respeito pela natureza humana. É este uns fundamentos éticos, ao que lhe adiciona o requerimento de indagar o meio social em que se acha a pessoa deficiente.

As Nações Unidas (1972) expõem:

As sociedades têm a obrigação de fazer que seu meio ambiente físico em geral, seus serviços de sociais e de

saúde, suas oportunidades educativas e trabalhistas, assim como sua vida cultural e social, incluídos os esportes, sejam totalmente acessíveis aos impedidos. Isto não só beneficia aos impedidos, mas à sociedade em seu conjunto. Uma sociedade que exclui a um certo número de seus membros é uma sociedade empobrecida. Os impedidos não devem ser considerados como um grupo especial com necessidades diferentes das do resto da comunidade, mas sim como cidadãos correntes que experimentam dificuldades especiais para obter a satisfação de suas necessidades ordinárias. Não se devem tratar por separado as atividades para melhorar as condições dos impedidos, mas sim devem formar parte integrante da política e o planejamento gerais em cada setor da sociedade¹.

Não se nasce com um impedimento, é o meio circundante o que o determina.

Kadleck (1984, p. 24) o expressa corretamente quando afirma:

É a sociedade a que cria a deficiência. Embora a maioria das deficiências são produto do ato do nascimento ou de um acidente, ou de algo genético, o impacto negativo na vida dessa pessoa com freqüência não é conseqüência tanto da deficiência como do modo em que outros definem essa incapacidade ou tratam à pessoa. Encarceramos a centenas de milhares de pessoas com necessidades especiais em instituições especiais; até aquelas pessoas que têm a sorte de receber serviços na comunidade, pelo geral, encontram-nos em lugares segregados e portanto estigmatizados, tais como oficinas protegidas e escolas especiais. Este modo estereotipado de atender às pessoas

normalidade, já que são possíveis distintas maneiras de interpretação em relação com seu potencial.

com necessidades especiais, mediante a internação, são ou reflexo da hipótese de que as pessoas com uma deficiência não estão interessadas em relacionar-se com o grosso da sociedade nem capacitadas para fazê-lo.

Tanto a criança que nasce com um impedimento como o adulto que fica limitado em uma de suas capacidades, não se encontrará tão limitado pela deficiência real como pela atitude da sociedade frente à deficiência. É muito fácil que as pessoas com uma deficiência física assumam as opiniões e as impressões que a sociedade tem e projeta quanto às deficiências físicas, como parte de seu comportamento e personalidade. Este fenômeno se conhece como somatopsicologia.

Kadleck (1994, p. 32) estudou o poder das palavras e a sintaxe para afetar a personalidade e a auto-estima de um indivíduo. Ele sugere que o idioma não só transmite as idéias e os sentimentos que alguém tem em relação a essas idéias, mas sim também pode moldar as idéias e os sentimentos da pessoa que nos está escutando.

Os conceitos de deficiência adotados pela OMS (Organização Mundial da Saúde) impulsionam uma clarificação e unificação conceitual para que os especialistas utilizem termos que não se emprestem à confusão.

Quando se tenta aplicar o conceito de deficiência terá que ter muito cuidado com a forma em que se expressam as idéias. Como se refere especialmente às atividades, a deficiência tem relação com o que ocorre, a prática, em um sentido relativamente neutro, mais que com o absoluto ou o ideal e com qualquer julgamento que se possa fazer a respeito. Dizer que alguém tem uma deficiência é manter neutralidade, já que são possíveis distintas matizes de interpretação em relação com seu potencial.

Entretanto, as afirmações formuladas no sentido do que alguém é em vez do que alguém tem, revistam ser mais categóricas e negativas. Por isso, quando se fala de que alguém está deficiente, como se com isso se fizesse uma descrição convincente deste indivíduo, corre-se o perigo de resultar ofensivo e de criar um estigma.

A expressão "pessoa com capacidades diferentes", resulta a mais apropriada para denominar a este tipo de coletivo, sem que resulte pejorativo, nem se esteja fazendo menção ao que lhe falta, mas sim se valora à pessoa por suas outras capacidades.

Referindo-se à questão de nomenclatura Freitas (2002, p.25) afirma que:

Generalizando essa concepção entre deficiência e incapacidade faz-se simultaneamente uma ponte entre uma determinada deficiência da pessoa e uma incapacidade total entre uma inferioridade e uma desvantagem enquanto pessoa humana, fomentando a falsa idéia de que essa pessoa não poderá encontrar realização profissional, afetiva ou pessoal.

Ainda neste contexto existem os estudos de Rodrigues (1985, p. 76):

... se começa a divulgar como termo alternativo a <<deficiência>> a expressão <<criança com necessidades educativas especiais>>. Estas necessidades educativas especiais podem incluir (Unesco Expert Meeting 1979) modificações e adaptações curriculares, técnicas pedagógicas diversificadas, materiais específicos e uma atenção particular ao quadro social e clima afetivo em que se desenvolve a ação pedagógica.

Esta falta de conhecimento sobre a terminologia produziu também a realidade de que as atitudes para com as pessoas com capacidades diferentes sejam, em sua grande maioria, de indiferença.

Tradicionalmente se identificaram distintos fatores das atitudes negativas para os deficientes:

1.1.1 Fatores Sócio-Culturais

Encontra-se associado aos valores sociais e culturais, a boa saúde, a produtividade, a competitividade. As normas sociais degradam o deficiente. Algumas das possíveis causas das atitudes negativas se devem às expectativas de que o deficiente deve causar pena por sua condição. Outra das causas, seria generalizar uma série de atributos negativos e associá-los aos deficientes.

1.1.2 Fatores Afetivos-Cognitivos

Estão compostos por reações emocionais e intelectuais. Entre as reações emocionais tem a auto-identificação ao ver um deficiente (preocupação pela imagem corporal). Entre as cognitivas, a interação com os deficientes sugere uma situação não estruturada cognitivamente. Outra fonte faz referência à associação que se faz da própria responsabilidade com a etiologia da deficiência. A mesma se entende assim como um castigo.

1.1.3 Fatores Psicológicos

As atitudes podem provir através da transmissão por parte dos pais e experiências pessoais negativas.

1.1.4 Fatores Condicionais

Em relação ao observador temos variáveis como a idade, educação, personalidade; e no caso do deficiente temos condutas prejudiciais ou provocadoras e fatores relacionados com a deficiência.

2. Conceituação de natação

O que eu vi, é que toda ação principia mesmo é por uma palavra pensada.

Guimarães Rosa

A natação é uma atividade muito presente na vida de todos, principalmente dos portadores de deficiência, sendo muito utilizado no processo de reabilitação, pois sua prática aplicada como terapia vem apresentando bons resultados na recuperação de indivíduos deficientes.

No que se refere à conceituação da natação existe uma diversidade de opiniões por parte de especialistas. Segue, portanto, uma breve síntese de alguns dos mais consultados em estudos:

Guinovart (1972, p. 35) define *“a natação como sendo um esporte de desenvolvimento por excelência, implicando na vontade de vencer a natural aversão à água fria, assim como a um elemento inabitual”*.

Já para Ferreira (1985) in Araújo Júnior (1993, p.31), a natação é *“ação, exercício, arte ou esporte de nadar. Sistema de locomoção dos animais que vivem na água”*.

Afirma ainda que nadar representa *“sustentar-se e mover-se sobre a água por impulso próprio, ou conservar-se ou sustentar-se sobre a água, flutuar, boiar, sobrenadar”*.

Já para a Federação Internacional de Natação Amadora, Finã (s.d.) in Araújo Júnior (1993, p. 31) *“nadar representa a ação de auto propulsão e auto-sustentação na água que o homem aprendeu por instinto ou observando os animais. É um dos exercícios físicos mais completos”*.

Buscamos também suporte nos estudos de Araújo Júnior (1993, p.33)

para os primeiros entendimentos:

A natação é uma atividade que, por oferecer ambiente diferente para locomoção e ambientação, traz desafios e algumas dificuldades iniciais. No meio líquido, o equilíbrio se processa em dependência da diminuição da ação da gravidade, da horizontalidade do corpo e da perda dos apoios plantares. A respiração, que no nosso meio é de domínio nasal, é solicitada na água de forma consciente e ativa, porém com o predomínio oral na inspiração, e nasal e oral na expiração.

Este autor diz que outro aspecto importante a ser abordado quanto ao ato de nadar, é referente aos benefícios físicos que a atividade na água traz ao indivíduo que a pratica. Uma vez no meio líquido, o praticante experimenta situações de movimentos que em terra seriam difíceis de se conseguir, facilitando, dessa maneira, a locomoção e conseqüentemente o nadar.

Araújo Júnior salienta que a natação é considerada uma das atividades físicas mais completas, através da qual se obtém benefícios que auxiliam o praticante a ter vida mais saudável, busca a otimização e o desenvolvimento das capacidades físicas.

A natação, segundo Basmajian (1980, p. 32) citado por Burkhardt & Ortega (1985) é muito importante para a coluna vertebral pois quando um corpo flutua na posição horizontal, o peso deixa de estar colocado sobre a mesma. A densidade e a temperatura da água são mais convenientes que a do ar. Com a ação dos braços, semelhante a remos, há uma verdadeira, embora ligeira, tração sobre a coluna vertebral ao longo do seu eixo.

As referências à utilização da natação ou terapias no meio líquido se perdem no tempo e segundo Navarro(1978),citado por Damasceno(1992, p. 20): *“as referências mais antigas relativas a arte de nadar datam de 9000 anos aC, relatando em pinturas, vasos, mosaicos, entre outros, as proezas de grandes heróis, atestando a importância desta técnica e de seu domínio”*.

Na Grécia, Platão em sua lei 689 prescrevia, segundo Lenk (1966), citado por Damasceno(1992, p. 20), que *“todo cidadão educado é aquele que sabe ler e nadar”*.

De acordo com Lotufo in Damasceno (1980, p. 20), entre os romanos a natação era considerada como um requinte de distinção social, a tal ponto de preferirem frases como:” é tão ignorante que não sabe ler nem nadar”.

Para Araújo Júnior (1993, p. 27) *“os fatos históricos enriquecem e, em alguns casos, mostram as realidades e verdades do nosso passado”*.

Um dos grandes autores, talvez o que mais tenha escrito sobre a Educação Física Brasileira, o professor Marinho (s.d.) citado por Araújo Júnior (1993, p. 27),em uma de suas obras diz:

Já no século XVI, os índios que habitavam o Brasil viviam no mais íntimo contato com a natureza e que as necessidades do meio obrigava-os à utilização de sua força física para a manutenção da própria existência.

Com a grande orla marítima que o Brasil apresenta e o seu interior sulcado por profundos e imensos rios, nossos índios tinham necessidade de valer-se da natação,como um dos complementos indispensáveis às condições de vida da região que habitavam.

Os índios Tamarambeze eram grandes nadadores, sobretudo mergulhadores, que, munidos de paus aguçados e urvos iam ao fundo do mar atacar tubarões, metendo-lhes os paus pela garganta adentro e matando-os. Tinham a fama dos mais perfeitos e audazes nadadores selvagens.

Ao que me parece os índios viviam em harmonia com a água e dela necessitavam.

Neste sentido Araújo Júnior (1992, p. 29) afirma que a natação praticada pelos nossos primeiros habitantes, os índios, tinham unicamente caráter utilitário, de segurança, de sobrevivência. Os índios nadavam como sabiam, naturalmente.

No mesmo estudo Araújo Júnior (1993, p. 29) cita Azevedo(s.d.):

O primeiro e urgente dos esforços a efetuar em favor da natação é claro que deve ser o aproveitamento dos rios, lagos, tanques, canais e do mar, à margem dos quais e cuja praia deve ser criadas escolas de natação. Mas onde não houver águas naturais suficientes para o nado, não há senão recorrer às águas de artifício.

De acordo com Wilke(1982) in Damasceno (1992, p. 21), somente em 1538, é publicado o primeiro manual de aprendizagem da natação de autoria de Nikolas Wynmann sob o título "O nadador ou um diálogo acerca da arte de nadar" diz:

Que no mencionado diálogo, um dos participantes convence o seu amigo da necessidade de aprender a nadar, apresentando-lhe muitos exemplos históricos de afogamento. Diz então que o homem não domina por natureza a arte de nadar e por isso necessita de um mestre que, primeiro em terra e depois dentro da água apresente ao aluno os movimentos com tanta arte que este o possa realmente executar.

A partir das idéias do citado Wynmann, vários métodos de ensino da aprendizagem da natação foram desenvolvidos bem como instrumentos utilizados, mas sempre na base do pressuposto errado de que o homem era capaz de flutuar, não devido a sua impulsão natural e sim ao auxílio dos movimentos de impulsão da natação, atribuindo-se deste modo *pouca* importância, em primeiro lugar, à habituação gradual da água. Com isso desenvolveram-se exercícios em seco, erroneamente, que eram realizados durante horas pelos alunos, segundo as ordens do professor.

No entanto, em meados de 1925, Wiessner conseguiu se libertar da visão mecanicista da aprendizagem da natação. Isto fica claro ao se analisar seus estudos e produções científicas.

O citado Wiessner, partindo de pressupostos psicológicos, colocou a questão do porque o homem não sabe nadar por natureza, concluindo que o mesmo não estava simplesmente habituado a encontrar-se dentro da água. Então, o que interessava em primeiro lugar era tirar-lhe o medo perante ao desconhecido. Só assim o homem apresentaria condições de aprender, sem inibições, os diversos movimentos da natação.

Para Mattos (1991, p. 32), nadar é *"sustentar-se e deslocar-se no meio líquido, mantendo a função respiratória, através dos próprios movimentos"*.

Lewin (1978, p. 40) caracteriza a natação como *"desporto que constitui uma fonte de recreação, de alegria de viver e de saúde, para as pessoas de todas as idades"*.

Strohkende (1986) in Souza (1994, p. 77), define a aprendizagem da natação como sendo:

Um processo de experiências, no qual ocorre adaptação das funções vegetativas do corpo, do esquema corporal, dos movimentos voluntários, da percepção e das funções da aprendizagem relativas ao meio líquido e ao seu meio ambiente, e no qual se obtém diferentes graus de reação autônomas através da redução ou regulação dos temores que surgem (medo e estresse).

Para Araújo Júnior (1993, p. 31):

Nadar e natação também significam, como diz a Fina e Ferreira (1985), ação, exercício, autopropulsão e auto-sustentação. Deve-se porém acrescentar a isso o respeito pela individualidade, espontaneidade, criatividade, e liberdade, fazendo com que a natação solicite exercícios tanto no aspecto físico quanto no intelectual, o que torna o processo de aprendizagem uma única unidade.

O mesmo autor diz ainda que,

É a ação consciente, é o exercício racional, é a criatividade na arte, é o compreender e sentir a autopropulsão e a auto-sustentação. É mais. É o abraçar a água e ser envolvido por ela sem ressentimentos, mas com prazer. É o sentir a água e entendê-la amiga.

Segundo Dieckert (1983) in Araújo Júnior (1993, p. 32) a natação é *“múltipla relação, pura e simples, com a água e com o próprio corpo. Deve-se compreender a natação como contribuição no processo de educação integral”*.

Para Araújo Júnior, dependendo como for praticada, a natação pode vir a ser, entre tantas, uma atividade de integração das pessoas que a praticam, muito mais voltada ao aspecto sociabilizante, usada com prazer, onde e quando o ser se descobre e aprimora a sua personalidade.

É uma atividade que, por oferecer ambiente diferente para locomoção e ambientação, traz desafios e algumas dificuldades iniciais. No meio líquido, o equilíbrio se processa em dependência da diminuição da ação da gravidade, da horizontalidade do corpo e da perda dos apoios plantares. A respiração, que no nosso meio é de domínio nasal, é solicitada na água de forma consciente e ativa, porém com o predomínio oral na inspiração, e nasal na expiração.

Segundo o mesmo autor outro aspecto que se pode abordar, quanto ao ato de nadar, diz respeito aos benefícios físicos que a atividade na água traz a quem a pratica. O praticante, uma vez dentro da água, experimenta situações de movimento que em terra seriam difíceis de se conseguir, facilitando, dessa maneira, a locomoção e conseqüentemente o nadar.

Além dos benefícios já citados, podemos considerar que com a natação o praticante tem uma vida mais saudável, busca a otimização e os desenvolvimentos das capacidades físicas, flexibilidade, força, resistência muscular, e capacidade cardiorrespiratória, e também propicia o desenvolvimento da auto-confiança.

Por exemplo Burkhardt e Ortega (1965, p.23)

Cegos são desentos como indivíduos que possuem intensa redução das funções do órgão de visão, sendo-lhes indispensável o uso do braille como meio de leitura.

Amblíopes são situados em dois níveis: aquelas que possuem um baixo grau de visão, suficiente para ler grandes caracteres em condições adequadas e os que conseguem ler quantidades limitadas de letras de formatos regulares sob condições muito especiais.

Cegos e amblíopes são classificados por sua deficiência de percepção visual.

3. A natação e a Pessoa Com Necessidades Especiais

“A vaidade é um fruto que prospera em pessoas com personalidades frágeis, pois a sua árvore se alimenta das sensações e percepções de ser o que não é”.

Araújo 2003

Pudemos notar que através da natação se obtém muitos benefícios para todos os praticantes .

O indivíduo, consciente de que sabe nadar e confiante em suas capacidades, torna-se um ser independente na água, podendo assim participar de forma direta e efetiva de todas as atividades aquáticas em diferentes locais, mesmo e apesar de suas limitações, pois busca situar-se para além delas. Cada pessoa, ao nadar, me revela uma maneira de ser e viver.

3.1 A Pessoa Com Deficiência Visual (DV) e a Natação

Deficiência Visual – De Que Estamos Falando?

Observando a literatura vê-se que os estudiosos a citam de maneiras similares. Por exemplo Burkhardt e Ortega (1985, p.23):

Cegos são descritos como indivíduos que possuem intensa redução das funções do órgão da visão, sendo-lhes indispensável o uso do braille como meio de leitura .

Ambliopes são situados em dois níveis: aqueles que possuem um baixo grau de visão, suficiente para ler grandes caracteres em condições adequadas e os que conseguem ler quantidades limitadas de letras de formatos regulares sob condições muito especiais.

Cegos e ambliopes são classificados por sua deficiência de percepção visual.

Cidade e Freitas (2002, p.65), definem e classificam a deficiência visual:

Como uma limitação sensorial que anula ou reduz a capacidade de ver, abrangendo vários graus de acuidade visual, permitindo várias classificações da redução de visão

Pode-se dividi-la em:

cegueira total: *ausência total de visão, em ambos os olhos, até a perda de projeção de luz.*

visão subnormal: *inclui os deficientes visuais que apresentam, desde condições de indicar projeção luminosa, até o grau em que a redução de sua acuidade visual limite o desempenho das atividades diárias da vida.*

ambliopia: *deficiência visual parcial de um olho ou de ambos, organicamente perfeitos, sendo que o mais acurado exame oftalmológico nada revela que a justifique. Estrabismo é a forma mais comum.*

3.2 A Natação Para Esta População

De acordo com Burkhardt e Ortega (1985), a adaptação do cego ao meio líquido deve fundamentar-se na sua capacidade de comunicação pelos canais proprioceptivos, auditivos e táteis.

Se o DV já domina a marcha, é aconselhável levá-lo a conhecer as dependências da piscina. Tudo deve ser mostrado ao deficiente para que o mesmo identifique pontos para sua orientação.

Dentro da piscina o comprimento diferente da borda, a rampa de entrada, as saídas de água e os ralos do fundo, bem como corrimões ou cordas apropriadas, tudo isso serve de pontos de orientação.

O objetivo das atividades globais da ambientação será a estruturação do esquema corporal e a estimulação perceptiva para a orientação no espaço e o reconhecimento dos objetos.

O ambiente da piscina, de preferência, deve oferecer condições de relativo silêncio, permitindo assim a identificação de sinais auditivos.

São aconselháveis cuidados: segurança nas áreas de delimitação e circulação, com elementos apropriados ao tato, das partes profundas da piscina.

Havendo problemas com globos oculares, pode-se utilizar óculos de natação evitando assim golpes ou mergulhos.

3.3 O Fazer Pedagógico

Para o reconhecimento o Deficiente Visual utiliza-se de pistas ambientais, como o vento entrando por alguma janela, um odor característico, a textura de solos e paredes; utiliza-se também de pistas sonoras (palmas, vozes e outros), e até mesmo a percepção de obstáculos são identificados através de indícios auditivos.

As aulas, inicialmente, devem ser desenvolvidas em ambiente sem ruído.

É importante o professor saber a patologia causadora da deficiência, pois algumas patologias apresentam contra-indicações para algumas atividades (deslocamento de retina, glaucoma em fase aguda. Isso auxilia na condução do seu programa).

Se o Deficiente Visual tem algum problema com o globo ocular, ou em caso de prótese, o uso de óculos de natação é recomendado para garantir sua segurança.

O professor deve manter uma postura clara no direcionamento das informações como também no trato com seus alunos, como forma de manter e garantir o bom clima durante às atividades. Procurar saber o nome de seus alunos, até por uma questão afetiva. O aluno Deficiente Visual não responde a expressões do tipo: "Ei! Você aí!"

Quando o aluno executa uma saída, por exemplo, deve ser informado da profundidade da piscina e receber orientação direcional.

É importante o contato corporal na fase de adaptação pelo fato da insegurança ser maior nesta fase. O professor pode trabalhar, conforme característica da turma, com 1/1, 2/1 ou 3 alunos por professor.

Nunca saia de uma conversa com um Deficiente Visual sem avisá-lo e nunca entre num grupo sem comunicá-lo da sua chegada.

Camargo Neto (et al) diz que é preciso sempre enfatizar a higiene pessoal, que é de grande importância para a saúde e convívio social, acrescentamos a importância sobre os cuidados com os contatos dos lábios com as bordas da piscina, sobre a segurança de pessoas e dos amigos, ficar atento sobre a limpeza de olhos e próteses e pelo contato com o cloro. Não hesitar em avisar o Deficiente Visual, quanto ao vestuário, sobre qualquer impropriedade.

Para conduzir o Deficiente Visual você pode oferecer o braço; ele o segurará acima do cotovelo e caminhará meio passo atrás de você.

O mesmo autor afirma que não se pode julgar antecipadamente que o aluno cego ou de visão subnormal seja incapaz de realizar um exercício ou atividade: lembrar de oferecer possibilidades de desenvolvimento e oportunidades para superar obstáculos.

3.4 A Pessoa Com Deficiência Auditiva (DA) e a Natação

Deficiência auditiva - De Que Estamos Falando?

De acordo com Burkhardt e Ortega(1985, p.26) os deficientes auditivos são divididos em 2 grupos e os conceitua da seguinte forma:

-Surdos: são pessoas cujo sentido da audição é insuficiente para perceber a fala. Frente a esta definição o autor diz que deve-se estabelecer a diferença entre fala (ato mecânico de produzir sons) e linguagem(capacidade intelectual de compreendê-los e identifica-los).

-Hipoacústicos: Tem perda auditiva de 20 a 50 decibéis, e não precisam de atendimento especializado, exceto da terapia da palavra. São os indivíduos que sofrem perda de audição significativa para a educação, cujo resíduo auditivo permite a aquisição de linguagem, com auxílio ou não de aparelho.

Segundo Cidade & Freitas (2002) :

Deficiência auditiva corresponde à perda parcial ou total da audição.

A classificação é feita de acordo com a perda sensorial apresentada(medida em decibéis):

- Leve: perda auditiva entre 40 e 60 db. É possível perceber a voz real;

- Moderada: perda auditiva entre 60 e 70 db. É possível ouvir apenas vozes altas;

- Grave: perda auditiva entre 70 e 90 db. Não pode ouvir voz;

- Profunda: perda auditiva acima de 90 db. Uma aplicação pedagógica precoce pode minimizar os problemas de aquisição e uso da linguagem oral.

3.5 A natação e essa população

Segundo Burkhardt & Ortega as debilidades da área motoras decorrentes da deficiência serão compensadas com o auxílio da natação.

O equilíbrio será prejudicado se a lesão afetar os condutos semicirculares, executando com dificuldade as mudanças de direção e a marcha.

Os mecanismos da natação permitem trabalhar os mecanismos de equilíbrio e organizar reequilíbrio, pela percepção de sinais visuais e cinestésicos.

O surdo deverá viver com seu próprio corpo a duração de uma ação (exemplo citado por Burkhardt & Ortega seria a percepção da duração nos exercícios respiratórios).

Na ausência dos estímulos auditivos, a percepção temporal vai permitir organizar a seqüência rítmica das ações sobre o suporte dos estímulos cinestésicos. Durante a ambientação, o diálogo corporal é o fundamento do trabalho com o surdo.

A natação é motivo de orgulho suficiente para compensar a frustração e a ansiedade provocada por uma auto-avaliação de baixo índice de rendimento podendo ir para um caminho de estabilização do deficiente auditivo.

Segundo Netto & Gonzáles(1996),

As atividades realizadas no meio líquido permitem ao portador de deficiência auditiva uma melhora no equilíbrio estático e/ou dinâmico devido a comprometimento em canais semicirculares.

Há também a melhora da coordenação motora, consciência corporal, noções espaço-temporais, controle corporal e ritmo. Devido a esses benefícios o portador de deficiência auditiva terá melhores condições de realização das avd (atividades da vida diária).

As atividades na água também melhoram a auto-confiança, a auto-estima e o auto-conceito, que geralmente são alterados em portadores de deficiência.

3.6 O Fazer Pedagógico

Camargo Netto (et al) sugere que a natação para o Deficiente Auditivo só difere dos não portadores de Deficiência Auditiva em relação à comunicação. A fala, a leitura labial, o alfabeto manual e a linguagem de sinais são maneiras de se comunicar com o Deficiente Auditivo.

É importante criar um vocabulário próprio para a natação com o grupo que estamos trabalhando, e sempre repetir os mesmos termos nas aulas até que o aluno assimile fala-sinal-ação. Isso deve ser feito, pois cada grupo geralmente tem seu vocabulário próprio. É importante usar todos os recursos possíveis para a comunicação procurando certificar-se que o aluno compreendeu a mensagem.

É preciso ficar atento para que nenhum objeto em frente aos lábios de quem está falando não atrapalhe a leitura labial e também não gesticular muito.

Manter-se de frente ao aluno quando estiver falando; falar de forma pausada; não gritar; falar em tom de voz normal. Pode-se articular bem os lábios para facilitar a conversa. O contato visual é importante para o portador de Deficiente Auditivo. Sinais são úteis para a independência do Deficiente Auditivo.

Caso necessite falar com um Deficiente Auditivo chame sua atenção tocando-o.

Não demonstrar impaciência quando não entender o que um Deficiente Auditivo quer dizer; peça para ele repetir ou demonstrar através da escrita.

É preciso ser expressivo para demonstrar sentimentos aos portadores de Deficiência Auditivo, pois eles não conseguem perceber mudanças de tons ou emoções através da voz. Se precisar use a linguagem corporal.

É importante que o professor conheça o local, gravidade da lesão e a patologia que causou a deficiência. O Deficiente Auditivo pode ter maior propensão a infecções de ouvido ou, no caso de ter submetido recentemente a alguma cirurgia de tímpano, pode haver riscos de (re) infecções, irritações, ou dores. Se for aconselhado pelo médico, usar tampão de ouvido.

A natação só não é recomendada se as infecções persistirem.

3.7 A Pessoa Com Deficiência Física (DF) e a Natação

Deficiência Física - De Que Estamos Falando?

Segundo Costa (1992) in Camargo Netto (1996, p.25) deficiência física é:

Toda e qualquer alteração no corpo humano, resultado de um problema ortopédico, neurológico ou de má formação, levando o indivíduo a uma limitação

ou dificuldade no desenvolvimento de algumas tarefas motoras.

De acordo com Rosadas (1989, p.38):

Deficiente físico é todo indivíduo que por suas más condições de saúde física esta impossibilitado de participar integralmente de atividades sociais e culturais, por sua maior dificuldade em realizá-las”.

Para Duarte e Werner (1985, p. 28) citado por Cidade & Freitas (2002, p. 59), a deficiência física é “entendida como uma alteração no corpo que provoca dificuldades na movimentação das pessoas e as impede de participarem da vida de forma independente”.

3.8 A natação e essa população

Para Burkhardt & Ortega, a natação pode levar o deficiente físico a diminuir o tônus acentuado de forma a liberar o potencial de movimentos restringido pelos antagonistas tensos, proporcionando a oportunidade para aprender atividades necessárias para movimentos funcionais isolados, através de atividades globais voluntárias e motivantes. O deficiente físico pode executar na água movimentos que na terra não poderiam ser feitos, devido a quase anulação da ação da gravidade. A proprioceptividade é estimulada pela execução de movimentos ou posturas não habituais, contribuindo para a estruturação da imagem corporal global ou dos segmentos.

O mesmo autor diz que a natação proporciona para o deficiente físico meio de estimulação para o desenvolvimento da etapa psicomotora em que se encontra. Em termos afetivos, a natação proporciona condições para o

ajustamento emocional, sempre alterado pelas dificuldades de adaptação da criança com deficiência física.

Os exercícios na água podem também compensar as debilidades cardiovasculares respiratórias e músculos posturais, neste último aspecto ajudando a evitar contraturas e/ou atrofias.

Para Camargo Netto (1996, p. 8), a diminuição dos espasmos musculares é um dos benefícios entre tantos outros que a atividade na água proporciona. Essa diminuição dos espasmos alivia as dores (musculares e articulares) através da imersão do corpo em águas com temperaturas que variam de 30 a 33 graus. Trabalhos feitos com baixas temperaturas ocasionam a vasoconstrição (diminuição do diâmetro de um vaso sanguíneo, resultando na diminuição do fluxo sanguíneo para a área)

Ainda o mesmo autor diz que o meio líquido oferece novas possibilidades de explorar, descobrir e realizar movimentos ainda desconhecidos ou que, para ele, são impossíveis de se executar na terra.

O exercício físico, na área psíquica, é um agente estimulador, proporcionando momentos de descontração, prazer e criatividade, além de valorizar a capacidade de cada indivíduo.

Os deficientes físicos, quando bem adaptados ao meio líquido, conseguem movimentar-se na água livremente sem auxílio de qualquer implemento, melhorando o equilíbrio estático e dinâmico.

3.9 O Fazer Pedagógico

Para Camargo Netto (et al) é preciso facilitar o acesso do aluno portador de D.F., através da identificação e posteriormente a eliminação das barreiras arquitetônicas existentes (escadas, vestiários, acesso a piscina, portas estreitas, etc).

Na fase de adaptação o professor deve desenvolver atividades que ofereçam bastante segurança, não propondo tarefas difíceis, para não ressaltar a deficiência, o que desrespeitaria suas limitações. É preciso ficar atento com a falta de posição estável decorrente de amputação ou falta de sensibilidade em um ou mais membros.

Para um bom programa o professor deverá saber as causas e as implicações da deficiência.

A preparação funcional é fundamental. Além dos conhecimentos técnicos específicos (manuseio da cadeira de rodas, manuseio de órteses e próteses) o professor deverá ter conhecimentos sobre primeiros socorros, especialmente casos de crises epiléticas, escaras e outros.

Desenvolver um programa que enfatize o membro lesado pode gerar, na pessoa com D.F. alterações na área psicológica, bem como atrofia dos membros remanescentes, défices metabólicos e redução da amplitude articular e do equilíbrio.

O professor de natação pode ter um assessoramento de profissionais da saúde. O mesmo autor diz que para facilitar o acesso e a independência do D.F. na piscina é necessário que o nível da água esteja o mais próximo possível

da borda da piscina e que se utilizem, quando possível, recursos materiais, como elevadores adaptados, de acordo com as necessidades específicas.

3.10 A Pessoa Com Deficiência Mental (DM) e a Natação

Deficiência Mental – De Que Estamos Falando?

Segundo a Associação Americana de Deficiência Mental/AAMD (1992), citada por Camargo Netto (1996, p. 13):

Deficiência mental caracteriza-se por funcionamento intelectual geral significativamente abaixo da média, que se origina no período de desenvolvimento, existindo, concomitantemente com limitações associadas a duas ou mais áreas de conduta adaptativa ou da capacidade do indivíduo em responder adequadamente as demandas da sociedade, nos seguintes aspectos: comunicação, cuidados pessoais, habilidades sociais, desempenho na família e na comunidade, independência na locomoção, saúde e segurança, desempenho escolar, lazer e trabalho.

Para Fierro (1995) in Cidade & Freitas(2002, p. 48):

A deficiência mental não é somente um atraso nos processos evolutivos de personalidade e inteligência, é também um déficit por que os portadores não atingem os mesmos níveis de aprendizagem e habilidades que marcam o desenvolvimento considerado normal para a maioria das pessoas”.

Para Rosadas (1989, p. 9), deficiente mental educável é o indivíduo que pode ser alfabetizado, mesmo possuindo grau de inteligência abaixo da média. Pode, também, seguindo programa curricular adaptado às suas condições pessoais, alcançar ajustamento social e ocupacional e, na vida adulta, independência econômica parcial ou total.

O mesmo autor diz que deficiente mental treinável é o indivíduo que mesmo não atingindo estágio de alfabetização completo e independência em seu ajustamento social e ocupacional pode desenvolver habilidades necessárias aos cuidados pessoais, tornando relativamente útil no lar, no trabalho protegido e na comunidade.

A definição de criança deficiente mental, abordada internacionalmente e aprovada pelo Concil of Exceptional Cildren (CEC), no 1º Congresso Mundial Sobre o Futuro da Educação Especial (Stirling-1978), citado pelo Ministério do Esporte e Turismo – Secretaria Nacional de Esporte – MET, (2001, p. 89), é a seguinte:

É a criança que se desvia da média ou da criança normal em: (1) características mentais; (2) aptidões sensoriais; (3) características neuromusculares e corporais; (4) comportamento emocional e social; (5) aptidões de comunicação; (6) múltiplas deficiências; até o ponto de justificar e requerer a modificação das práticas educacionais ou a criação de serviços de educação especial no sentido de desenvolver ao máximo as suas capacidades.

3.11 A natação e essa população

Segundo Camargo Netto (et al), o Deficiente Mental pode mover-se com maior facilidade e liberdade pelo fato da água apresentar uma redução dos efeitos da força da gravidade sobre o corpo. Pode também graduar, controlar e adaptar seus movimentos, compreendendo suas potencialidades e satisfazendo assim suas necessidades de movimento.

Para o mesmo autor no que diz respeito à estruturação do esquema corporal, coordenação, orientação espacial, equilíbrio estático e dinâmico, a

natação tem efeitos positivos. Também influencia positivamente no desenvolvimento da resistência cardiovascular e propicia o fortalecimento muscular necessário a uma postura eficiente.

Ainda diz que a estimulação possibilita o desenvolvimento levando a conquista da autonomia através da exploração de novas possibilidades de movimentos no meio líquido, elegendo o meio líquido como espaço essencial para a melhoria do equilíbrio físico, psíquico e social na sua vida diária.

Muitas vezes, a água oferece, ao portador de deficiência mental, a execução de movimentos que, em terra, não havia vivenciado anteriormente.

Se a pessoa portadora de deficiência mental apresentar outro comprometimento associado, como, por exemplo, a alteração de tônus, a redução da espasticidade pode ocorrer se entre fatores a temperatura da água estiver em torno de 30 a 35 graus.

3.12 O Fazer Pedagógico

Para Camargo Netto (et al), em termos pedagógicos, a natação para portadores de Deficiência Mental não difere da natação regular, embora o tempo de assimilação do exercício seja maior.

As Pessoas Deficiência Mental leve executam o exercício de uma forma mais lenta.

As Pessoas Com Deficiência Mental moderada muitas vezes utilizam a imitação na execução do movimento.

O autor diz que é preciso olhar os alunos de forma individual em relação às suas limitações, evidenciando as suas potencialidades.

Desenvolver atividades de acordo com o comprometimento motor, idade cronológica e o desenvolvimento intelectual do aluno, permitindo a ele explorar novas experiências de movimentos na água.

Motive o Deficiente Mental sempre, elogiando suas tentativas, reforçando seu desempenho.

O professor deve conquistar a confiança do aluno, mantendo um relacionamento agradável e tomando cuidado com algumas atividades para que o mais comprometido não se sinta frustrado.

Os programas de natação devem ter claros os seus objetivos, podendo ser trabalhado recreação, treinamento, o ensino da natação e fundo terapêutico. Pode-se também desenvolver um programa onde entre todos esses objetivos.

Dê uma informação por vez ao Deficiente Mental, dando sempre orientações claras e precisas a respeito do exercício.

Deve-se ter cuidado para as aulas não se tornarem monótonas, pois a fraca assimilação do Deficiente Mental faz com que tenha que ser repetido muitas vezes o exercício.

Demonstre os exercícios através de demonstrações concretas, lembrando que a aprendizagem dos estilos ocorrerá de acordo com as potencialidades de cada aluno.

É muito importante que se elabore uma ficha de cada aluno, para que se tenha um conhecimento maior sobre os mesmos, onde constem seus

avanços e dificuldades, bem como mudanças no comportamento ocorridas no decorrer das aulas.

De acordo com COOK (1995) citado por Camargo Netto (et al), as pessoas portadoras de Síndrome de Down não devem ser submetidas a atividades que envolvam pressão sobre os músculos do pescoço e da cabeça ou então, praticá-los com restrições até que seja diagnosticada a presença (ou não) de instabilidade atlanto axial.

De acordo com Association of Swimming Terapy, durante as aulas conversar alivia as tensões, desvia a atenção das preocupações podendo induzir ao relaxamento e à melhor flutuabilidade.

O estabelecimento de da relação entre professor e aluno é o contato pelo olhar, o sorriso e a efetiva comunicação, funcionando como moeda propulsora para a confiança que será adquirida dentro da água.

Muito barulho e atividades tumultuadas na piscina podem intimidar o aluno que está chegando.

De acordo com Harris (2000, p.67) o aluno precisa do professor para reconhecer suas reais capacidades. O papel do professor é ensinar habilidades de segurança e se certificar de que o nadador sente que pode confiar no apoio proporcionado pela água e pelo professor.

A falta de compreensão do porço é o problema oposto à falta de confiança.

A comunicação é outro fator importante para o progresso do aluno e sua independência, pois professores que não conseguem se comunicar não ganharão a confiança do aluno.

4. O Profissional de Natação

"Porque a gente ainda se utiliza de limpar os sonhos nas mangas da camisa, de cortar os pés nos cascos de ilusão".

Kleber Albuquerque

Pela nossa prática as primeiras impressões são as que ficam, as mais importantes. A recepção que o professor proporciona ao aluno (com relação a paciência, carinho), fornecerá bases para a construção da confiança.

De acordo com Association of Swimming Terapy, durante as aulas conversar alivia as tensões, desvia a atenção das preocupações podendo induzir ao relaxamento e à melhor fluabilidade.

O estabelecimento de da relação entre professor e aluno é o contato pelo olhar, o sorriso e a efetiva comunicação, funcionando como mola propulsora para a confiança que será adquirida dentro da água.

Muito barulho e atividades tumultuadas na piscina podem intimidar o aluno que está chegando.

De acordo com Harris (2000, p.67) o aluno precisa do professor para reconhecer suas potenciais capacidades. O papel do professor é ensinar habilidades de segurança e se certificar de que o nadador sinta que pode confiar no apoio proporcionado pela água e pelo professor.

A falta de compreensão do perigo é o problema oposto à falta de confiança.

A comunicação é outro fator importante para o progresso do aluno e sua independência, pois professores que não conseguem se comunicar não ganharão a confiança do aluno.

O professor deve estar sempre perto do aluno até o mesmo adquirir segurança, independência e confiança.

Este profissional necessita ser suficientemente habilitado para ensinar pelo exemplo (não adianta pedir algo aos alunos que o professor não consiga fazer).

Portanto, deve estar ciente de sua própria posição corporal, da importância do controle da respiração, dos efeitos da pressão e da densidade e de como os padrões de movimentos são criados e controlados.

As entradas e saídas da água devem ser as mesmas para professor e aluno (Ex: o professor não pode exigir que o aluno não pule na piscina e sim entre pela escada, se o mesmo pula).

Aos poucos o aluno deve ser incentivado a ser mais independente na água. As habilidades não serão realmente assimiladas se o professor estiver o tempo todo presente. É importante o desprendimento mental e físico. Mas o professor deve estar sempre observando, mesmo sem a percepção do aluno, em aula.

No caso de algum aluno escorregar o professor não deve ir à direção do aluno de forma alarmante e sim com calma, pois o corpo cai mais lentamente na água.

Um aluno muito nervoso confiará bastante no "olhar nos olhos" para readquirir confiança e segurança. Os alunos devem ser encorajados a se tornarem independentes em relação a seus professores, e na vida em relação aos que o cercam.

5. Considerações Finais

Segundo Dianno (1992, p. 7):

Um fato importante que deve ser levado em consideração quanto às diferenças desta população, é a falta de força muscular nos membros inferiores. Esta relação já foi comprovada por outros pesquisadores. Aumentos significativos no VO2máximo já foi encontrado depois de doze semanas de treinamento de força, envolvendo exercícios na mesa flexora e extensora com membros inferiores. Além disso, estudos mostram que ao longo dos anos ocorre uma queda no VO2máximo nos indivíduos em geral, devido à perda de massa muscular. Estudos ainda demonstram que adultos com deficiência mental possuem aptidões cardiovascular e força muscular inferiores à média.

O autor complementa (p. 13) ainda, que:

O desempenho físico resulta de um conjunto de todas as características físicas e mentais do indivíduo. Para que haja um resultado efetivo, devemos conhecer quais os fatores que influenciam o processo de crescimento, maturação e aprendizagem.

Portanto o papel do professor, ao nosso ver, é fazer a pessoa enxergar que qualquer indivíduo deficiente ou não é capaz de praticar a natação.

O importante é aproveitar as capacidades remanescentes, ampliando-as. É isto é válido sobretudo para a atividade física e a natação. Em nossa sociedade se reconhece o direito de todos à participação, e isto também deverá ser válido para pessoas com distintos tipos de formação física e mental.

5. Considerações Finais

O tempo

"A maior virtude do tempo está em permitir ao homem ver as mesmas coisas em momentos diferentes e de ângulos diferentes, dando-lhes a oportunidade de repensar a todo tempo".

Araújo 2003

Como podemos constatar na literatura relacionada à PNEs com relação à natação, excetuando poucas pesquisas, a maioria está voltada para as questões de cuidados e algumas técnicas do que propriamente as possibilidades pedagógicas.

Pudemos observar na análise da literatura consultada que:

1. O uso da natação traz benefícios nos aspectos físicos/fisiológicos, emocionais, sociais, cognitivos e psicológicos;
2. Que ter Necessidades Especiais nem sempre significa estar incapacitado pra determinadas atividades, tais com: natação, basquete, vôlei, futebol, entre outras.

O importante é aproveitar as capacidades remanescentes, ampliando-as. E isto é válido sobretudo para a atividade física e a natação. Em nossa sociedade se reconhece o direito de todos à participação, e isto também deveria ser válido para pessoas com distintos tipos de formação física e mental.

Por isso mesmo, essa atividade torna-se uma experiência fundamental na vida do ser humano. A partir dela, percebem-se novos espaços, concessões, problemas, além de outros aspectos importantes para a vida.

A natação é uma das melhores formas para melhorar a mobilidade e a capacidade física da PNE. As propriedades da água em fazer que um corpo "perca" peso dá a possibilidade de mover-se de forma mais livre.

Além disso, a prática da natação incrementa a capacidade física, o que por sua vez dá maior estabilidade psíquica. Com uma melhor condição física e psíquica, cresce nossa confiança tendo maiores possibilidades de confrontar o cotidiano.

Em nossa pesquisa pudemos observar que as atividades aquáticas e a natação particularmente podem ter um valor adicional para as PNEs. Estas representam uma maneira mais alegre e estimulante de desenvolver capacidades funcionais pouco percebidas, de ampliar a força física, a mobilidade e o equilíbrio, tendo, ao final, efeitos psicológicos bastante benéficos especialmente em relação à socialização.

Assim a natação pode desempenhar um papel muito importante no processo de desenvolvimento de uma PNE, melhorando aspectos que possam se apresentar como negativos para as necessidades que esta possua.

Por último temos que destacar que, um programa de atividades aquáticas adaptadas para PNEs, supõe um método de trabalho útil e benéfico no tratamento da pessoa e causa efeitos positivos sobre o seu desenvolvimento neurológico, físico e social.

6. Refer: Mesmo conscientes das possibilidades de ganhos para esta população, mediante uma intervenção planejada e segura, temos que contrapor com uma realidade desfavorável aos diferentes onde as dificuldades em decorrência das faltas: falta de informação, de política claras, de acesso a serviços especializados e de uma consciência maior por partes das autoridades que direciona as prioridades no atendimento no campo social. 10, 1995.

BURKHARDT, R. E. A. Devemos entender que a possibilidade de intervenção no meio líquido é um dos inúmeros meio que os profissionais da área de Educação Física têm para desempenhar seus trabalhos junto a esta população e que através desta revisão de literatura podemos afirmar que os ganhos são possíveis, portanto, o trabalho com essa população depende de muitos fatores como: política definida de atendimento, regularidade e qualidade dos serviços disponibilizados a população com necessidades especiais, no entanto, os ganhos mais significativos dependem ainda do envolvimento pessoal por parte dos profissionais comprometido com seu papel de educador.

DAMASCENO, L. G. *Natação, psicocomunidade e desenvolvimento*. Brasília (DF), Secretaria dos Esportes da Presidência da República, 1997.

DIANNO, M. V., & RIVET, R. E. *Progressão de variáveis antropométricas e neuromotoras em um ano de treinamento de ginastas olímpicas femininas*. *Revista Brasileira Ciências Movimento*, 4(1): 7-13, 1992.

6. Referências bibliográficas

- ARAÚJO JÚNIOR, B. **Natação – Saber Fazer ou Saber Fazendo?** Campinas, Editora da UNICAMP, 1993.
- BARROS NETO, T.L. - **Fisiologia do exercício aplicada ao sistema cardiovascular**. Rev. Soc. Cardiol. Estado São Paulo., 6(1): 6-10, 1996.
- BURKHARDT, R, ESCOBAR, M. O. **Natação Para Portadores de Deficiências**. Rio de Janeiro, Editora Livro Técnico S/A, 1985.
- CAMARGO NETTO, F., et al. **Desporto Adaptado a Portadores de Deficiência – Natação**. Porto Alegre, 1996.
- CARMO, A. A. **Deficiência Física: A Sociedade Brasileira Cria Recupera e Discrimina**. Brasília: Secretaria do Desportos/PR, 1991.
- CIDADE, R. E. A., FREITAS, P. S. de. **Introdução à Educação Física e ao Desporto Para Pessoas Portadoras de Deficiência**. Curitiba, Editora UFPR, 2002.
- DAMASCENO, L. G. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Brasília (DF), Secretaria dos Desportos da Presidência da República, 1992.
- DIANNO, M. V., & RIVET, R. E. **Progressão de variáveis antropométricas e neuromotoras em um ano de treinamento de ginastas olímpicas femininas**. Revista Brasileira Ciências Movimento, 4(1): 7-13, 1992.

DUARTE, C. R. de. **Dois programas de atividades física sobre a aptidão física geral de escolares**. Revista Brasileira Ciências Esportes, 6(1), 1984.

RODRIGUES, D. *A Aprendizagem Individualizada num Grupo de*

FREITAS, R. F. S. **A Educação Física e as Pessoas Com Necessidades Especiais Físicas Não Sensoriais: Alguns Entendimentos e Sua Realidade – Um Estudo de Caso**. Monografia Entregue à Universidade Para o Desenvolvimento do Pantanal – UNIDERP, no Curso de Especialização em Educação Especial Generalista, 2002.

SALZAN, P. A. *O Esporte na Paraplegia e Tetraplegia*. Rio de Janeiro, Editora

GLAT, R. **Somos iguais a você: depoimentos de mulheres com deficiência mental**. Rio de Janeiro: Agir, 1989.

_____ **A Integração dos Excepcionais: Realidade ou mito?** Mensagem da APAE, Integração., 15 (49): 11-4, 1988.

HARRIS, R. **Natação Para Deficientes**. São Paulo, Editora Manole Ltda, 2ª Edição, 2000.

KADLECK, V. & GLAT, R. A. **A criança e suas deficiência: métodos e técnicas de atuação psicopedagógica**. Rio de Janeiro, AGIR, 1984.

RASCH, P. J. & BURKE, R. K. *Cinesiologia e Anatomia Aplicada*. Rio de Janeiro, Guanabara Kogan, 1997.

RODRIGUES, D. *A Aprendizagem Individualizada num Grupo de Multideficientes*. Horizontes, vol. I, nº 5, Janeiro-Fevereiro, 1985.

ROSADAS, S. de C. *Educação Física para deficientes*. Rio de Janeiro, Atheneu, 1986.

SOUZA, P. A. *O Esporte na Paraplegia e Tetraplegia*. Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 1994.

WATSON, A. W. S. *Aptidão física e desempenho atlético*. Rio de Janeiro: Guanabara, 1996.