



UNIVERSIDADE SALGADO DE OLIVEIRA

Programa de Pós-Graduação em Ciências da Atividade Física – PPGCAF

MICHELLE CLERC DE MATOS

QUALIDADE DE VIDA E IMAGEM CORPORAL EM PARA-
ATLETAS: UMA PERCEPÇÃO DE NADADORES INTEGRANTES DO
PARAPROLIM

Niterói

2023

MICHELLE CLERC DE MATOS

QUALIDADE DE VIDA E IMAGEM CORPORAL EM PARA-
ATLETAS: UMA PERCEPÇÃO DE NADADORES INTEGRANTES DO
PARAPROLIM

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Atividade Física, da Universidade Salgado de Oliveira, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Ciências da Atividade Física. Área de Concentração: Aspectos Biodinâmicos e Socioculturais da Atividade Física. Linha de Pesquisa: Educação Física, Atividade Física, Esporte e Manifestações Culturais . Projeto de Pesquisa (do Orientador): Atividade física, desenvolvimento e inovação: aspectos socioculturais e suas implicações nos campos acadêmico, esportivo e tecnológico.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Alberto Figueiredo da Silva

Niterói
2023

CIP - Catalogação na Publicação

Matos, Michelle Clerc de.

Qualidade de vida e imagem corporal em para-atletas: uma percepção de
M433 nadadores integrantes do paraprolim. / Michelle Clerc de Matos. --
Niterói,

RJ, 2023.

xii, 13-56p. il.; tabs.

Numeração da publicação: [i] – xii, 13-56p].

Referência(s): P. 50-54.

Apêndice(s): P. 55-56.

Orientador: PhD. Carlos Alberto Figueiredo da Silva.

Dissertação (Mestrado em Ciências da Atividade Física) – Universidade
Salgado de Oliveira, 2023.

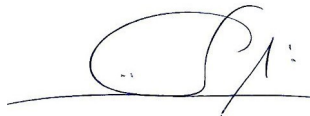
1. Atleta com deficiência – Qualidade de vida. 2. Atleta com
deficiência – Imagem corporal. 3. Projeto Paralímpico da Marinha
(PARAPROLIM) . 5.TÍTULO.

Elaborado pela Biblioteca Universo Niterói, com os dados fornecidos pelo (a) autor (a), sob
a responsabilidade de Sirléia Rodrigues de Mattos - CRB-7/5230.

MICHELLE CLERC DE MATOS

**“QUALIDADE DE VIDA E IMAGEM CORPORAL EM PARA-ATLETAS:
UMA PERCEPÇÃO DE NADADORES INTEGRANTES DO PARAPROLIM”**

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Atividade Física da Universidade Salgado de Oliveira, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Mestre em Ciências da Atividade Física, aprovada no dia 08 de março de 2023 pela banca examinadora, composta pelos professores:



Prof. Dr. Carlos Alberto Figueiredo da Silva

Professor do PPG em Ciências da Atividade Física da Universidade Salgado de Oliveira
(UNIVERSO)



Prof.ª Dr.ª Adriana Martins Correia

Professora da Universidade Federal Fluminense (UFF)



Prof.ª Dr.ª Grit Kirstin Koeltzsch

Professora da Universidade Salgado de Oliveira /Universidad Nacional De
Jujuy/Conicet

AGRADECIMENTO

Agradeço primeiramente a Deus, por iluminar constantemente o meu caminho e colocar as pessoas certas ao meu lado para que eu conseguisse finalizar essa pesquisa.

Agradeço também aos meus pais Janaina e Marcos e ao meu irmão Henrique por me incentivarem a conquistar mais esta vitória.

A minha companheira de vida Thaís Xavier, que foi essencial desde o início deste ciclo, juntas conseguimos superar muitos desafios. Obrigada por toda sua paciência e ajuda durante a coleta de dados.

Não poderia deixar de agradecer a Marinha do Brasil pelo incentivo profissional, pela oportunidade de conhecer o projeto PARAPROLIM e de realizar a coleta de dados com os atletas da natação no CEFAN.

Enfatizo um agradecimento especial ao meu professor orientador Dr. Carlos Alberto Figueiredo da Silva que demonstrou muita paciência e compreensão no auxílio da elaboração deste trabalho, as pressas de última hora, não deixando que eu desistisse de concluir o mestrado. Minha eterna gratidão, o mundo precisa de professores e profissionais como você.

Um agradecimento especial à Universidade Salgado de Oliveira, que me concedeu uma bolsa integral de estudo, sem a qual este trabalho não poderia ser realizado.

“Talvez não tenha conseguido fazer o melhor, mas lutei para que o melhor fosse feito. Não sou o que deveria ser, mas Graças a Deus, não sou o que era antes.”

Martin Luther King

MATOS, Michelle Clerc de. Qualidade de vida e imagem corporal em para-atletas: uma percepção de nadadores integrantes do PARAPROLIM. Dissertação (Mestrado em Ciências da Atividade Física). Universidade Salgado de Oliveira, Niterói, 2023.

RESUMO

Este estudo tem como objetivo identificar a percepção da qualidade de vida e imagem corporal em para-atletas integrantes do Projeto Paralímpico da Marinha (PARAPROLIM). Trata-se de um estudo com abordagem qualitativa, utilizando referenciais teóricos da análise de conteúdo e da etnometodologia. Foram avaliados sete para-atletas representantes do PARAPROLIM de ambos os gêneros, portadores de deficiência física, visual e intelectual, praticantes da modalidade natação. Os atletas foram entrevistados no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), por meio da técnica de grupo focal. As percepções dos para-atletas avaliados mostraram que os impactos físicos e psicológicos foram positivos na imagem corporal associada à prática profissional, proporcionando melhora da qualidade de vida, o que, por consequência, promove um melhor desempenho nos treinos, na convivência com os amigos e em competições.

Palavras-chave: Atividade física; paralímpico; para-atleta; natação; deficiência; PCD.

MATOS, Michelle Clerc de. Quality of life and body image in para-athletes: a perception of swimmers participating in PARAPROLIM. Dissertation (Master in Physical Activity Sciences). Salgado de Oliveira University, Niterói, 2023.

ABSTRACT

This study aims to identify the perception of quality of life and body image in para-athletes who are members of the Navy's Paralympic Project (PARAPROLIM). This is a study with a qualitative approach, using theoretical references of content analysis and ethnomethodology. Seven para-athletes representing PARAPROLIM of both genders, with physical, visual and intellectual disabilities, swimming practitioners, were evaluated. The athletes were interviewed at the Almirante Adalberto Nunes Physical Education Center (CEFAN), using the focus group technique. The perceptions of the evaluated para-athletes showed that the physical and psychological impacts were positive on the body image associated with professional practice, providing an improvement in the quality of life, which, consequently, promotes a better performance in training, in living with friends and in competitions.

Keywords: Physical activity; paralympic; para-athlete; swimming; deficiency; PCD.

LISTA DE ABREVIATURAS

PCD	Pessoas com Deficiência
PSN	Pesquisa Nacional de Saúde
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
PARAPROLIM	Projeto Paralímpico da Marinha
ADAAN	Associação Desportiva Almirante Adalberto Nunes
QV	Qualidade de Vida
QWB	Instrumento de Qualidade de bem-estar
IC	Imagem Corporal
PMP	Programa Militar Paralímpico
CPB	Cômite Paralímpico Brasileiro
INAS-FID	Federação Internacional de Esportes para Atletas com Deficiência Intelectual
CEFAN	Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

LISTA DE FIGURAS

PÁGINAS

Quadro 1: Participação brasileira em Jogos Paralímpicos

LISTA DE TABELAS

PÁGINAS

Tabela 1 - Caracterização dos participantes com relação a deficiência, idade, sexo, classe na natação paralímpica	34
---	----

APÊNDICES E ANEXOS

PÁGINAS

APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	54
APÊNDICE B – Roteiro de entrevista.....	55

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	
1.1 Objetivo geral.....	
1.2 Justificativa e relevância.....	
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	
2.1 Qualidade de vida em para-atletas.....	
2.2 Imagem corporal em para-atletas.....	
2.3 Prática da natação paralímpica.....	
2.4 Influência da natação na qualidade de vida e imagem corporal de para-atletas.....	
3 MATERIAIS E MÉTODOS.....	
3.1 Critérios de inclusão de participantes.....	
3.2 Critérios de exclusão de participantes.....	
3.3 Ética da pesquisa.....	
3.4 Referencial teórico metodológico para a análise dos dados.....	
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	
4.1 Descrição dos participantes.....	
5 CONCLUSÃO.....	
REFERÊNCIAS.....	

1 INTRODUÇÃO

A prática regular de exercícios físicos é amplamente reconhecida como ferramenta fundamental para a saúde física, social e psíquica dos indivíduos. Segundo Haddad *et al.* (1997) e Silva (1999), pessoas com deficiência (PCD), assim como a população em geral, tendem a alterar os seus hábitos de vida criando uma tendência a se tornarem mais sedentários. Estes hábitos implicam em uma série de consequências como: resistência à insulina, hipertensão, maior prevalência de aterosclerose e aumento da circunferência abdominal, entre outros fatores que tornam o ser humano mais suscetível a inúmeras enfermidades.

A preocupação se torna ainda maior ao falarmos da prática esportiva entre indivíduos com algum tipo de deficiência. Esta, em sua definição, de acordo com Diehl (2008), é caracterizada por algum tipo de comprometimento para a realização dos padrões motores esperados. Ela pode ser congênita ou adquirida. De acordo com Duarte e Werner (1995), a deficiência é congênita quando se apresenta desde o nascimento do indivíduo, e é adquirida quando, em seu desenvolvimento, a pessoa sofre alguma lesão podendo ser um dano cerebral, medular, muscular ou osseoarticular.

Nesta população em questão, é comum observarmos o sentimento de deslocamento social, onde os indivíduos se sentem incapazes e, muitas vezes, desconhecem os benefícios de um treinamento bem estruturado acompanhado por um profissional capacitado, o que os leva por fim a não aderirem algum tipo de treinamento físico (SOUSA, 2020).

Desde a Grécia antiga, há relatos da prática de exercícios físicos por pessoas com deficiência. No entanto, somente após a Segunda Guerra Mundial é que o desporto adaptado teve maior avanço no contexto da prevenção e da reabilitação física, social e psíquica. Já no Brasil, o esporte para estes indivíduos específicos se iniciou em 1958, quando Robson de Almeida, portador de paraplegia, fundou no Rio de Janeiro o primeiro clube de esporte do gênero, chamado de ‘Clube do Otimismo’ (ARAÚJO, 1997).

De acordo com o que consta em nova Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 17,2 milhões de pessoas (8,4% do total) dos brasileiros têm algum tipo de limitação relacionada às suas funções, seja ela: física, mental visual, auditiva ou múltipla. Sendo que a deficiência física (ex: motora) é a mais frequente (22,9%).

Atualmente, apesar da prática de exercícios físicos para pessoas com condição de deficiência ser assegurada por lei, a grande maioria ainda tem pouca acessibilidade ao esporte (SOUSA, 2020).

Um dos projetos que viabiliza a inclusão de para-atletas é o Projeto Paralímpico da Marinha (PARAPROLIM) - projeto em parceria entre Marinha do Brasil e a Caixa Econômica Federal, sendo a Associação Desportiva Almirante Adalberto Nunes (ADAAN) o proponente, patrocinado pelas Loterias Caixa e com a finalidade de apoiar o desporto paralímpico. A missão da ADAAN é desenvolver programas e projetos com comunidades, escolas, famílias, movimentos sociais, associações empresariais e organizações públicas e privadas, que visem a melhoria da qualidade da educação, do desporto e da cultura. As modalidades realizadas no presente projeto são: Natação, Atletismo, Tiro Esportivo e Halterofilismo, todas adaptadas aos para-atletas.

O meio esportivo para estes indivíduos em questão representa um sentido para a vida trazendo ao para-atleta o verdadeiro significado de competição contra si e contra sua deficiência (CAMPEÃO, 2011). É neste contexto que surgem dois fatores que estão diretamente relacionados a esta temática, a qualidade de vida e a imagem corporal. Fox *et al.* (2003) ressaltam a influência da atividade física no desenvolvimento biopsicossocial, proporcionando a melhora da saúde e qualidade de vida do praticante.

A qualidade de vida é definida como a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (ORLEY, 1994; GROUP, WHOQOL, 1994; BAMPI, *et al.*, 2008; PEREIRA, *et al.*, 2012.). Expressa-se através de uma visão que engloba o estado de saúde, longevidade, satisfação pessoal, satisfação no trabalho, relação com a família, disposição e conhecimento popular. É um conceito que envolve os aspectos psicológico, físico, social e espiritual, além de influenciar a vida das pessoas como um todo (PEREIRA, *et al.*, 2012)

A imagem corporal é explicada como uma experiência psicológica de alguém, sobre a aparência e o funcionamento do próprio corpo. Entende-se por autoestima um conjunto de sentimentos e pensamentos do indivíduo sobre seu próprio valor, competência e adequação, que se reflete em uma atitude positiva ou negativa em relação a si mesmo (SHILDER, 1999; SILVA, 2013).

Dentro desse contexto, é importante nos atentarmos para a seguinte reflexão: como os para-atletas percebem a influência da prática esportiva em suas vidas? A fim de investigar este tema mais profundamente, o presente trabalho tem como objetivo buscar a resposta para este questionamento, através da identificação da percepção de para-atletas de alto rendimento do programa PARAPROLIM acerca da influência da prática esportiva relacionada a qualidade de vida e imagem corporal.

1.1 Objetivo geral

Este estudo tem como objetivo identificar a percepção da qualidade de vida e

imagem corporal em para-atletas integrantes do programa PARAPROLIM.

1.2 Justificativa e relevância

Estudos têm mostrado que o exercício físico pode influenciar positivamente na qualidade de vida em indivíduos com alguma deficiência (AIDAR, *et al.*, 2011; AUSTIN, *et al.*, 2012). No entanto, grandes volumes de treinamento físico podem acarretar alterações negativas, principalmente, devido à relação entre o desgaste físico e psicológico que ocorre com o treinamento/competições. Dessa forma, o volume de treinamento pode apresentar uma relação dose-resposta negativa entre nível de atividade física e qualidade de vida (BROWN, *et al.*, 2004).

Além disto, a literatura aponta que a prática de exercícios físicos está relacionada com o aumento do conceito de autoeficácia, autoimagem e melhora da aptidão e capacidade física, levando ao aumento da autoestima (ANTUNES, *et al.*, 2011; BAVOSO, *et al.*, 2018).

Shilder (1999) considera que o movimento traz um conjunto de novas sensações e percepções diferenciadas daquelas adquiridas em estado de repouso, as quais proporcionam uma identidade corporal mais unificada. Apesar da melhora proporcionada na imagem corporal através da prática de exercício físico, poucos estudos avaliam quais os benefícios destas atividades em relação a imagem corporal e a qualidade de vida para as pessoas com deficiência.

Dessa forma, estudos que avaliem a percepção do atleta paralímpico, apresentando os impactos físicos e psicológicos através da identificação da imagem corporal associada a prática profissional do esporte podem vir a colaborar não apenas para a melhora da qualidade de vida, mas também para o desempenho em competições. Além disso, a compreensão de todo este contexto pode auxiliar profissionais das áreas multidisciplinares que trabalhem com para-atletas. Desta forma, a escolha da temática teve início a partir da necessidade de se compreender a percepção desses atletas sobre os principais impactos causados pelo incentivo ao para-atleta do programa ParaProlim.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Qualidade de vida em para-atletas

A Qualidade de Vida (QV) tem sido um tema amplamente discutido, não só pelos profissionais da saúde mas também por toda a sociedade brasileira que tem se mostrado preocupada em alcançar o cenário mais adequado para uma vida mais saudável. Estabelecer uma rotina com hábitos positivos é possivelmente uma das estratégias mais adequadas para se combater os transtornos causados à saúde pela forma de vida atual (SAMULSKI, 2002). Nas últimas décadas, há uma crescente preocupação das pessoas em planejar suas vidas de modo a obterem um maior bem-estar e consequentemente uma melhor qualidade de vida.

A percepção da qualidade de vida na rotina dos para-atletas, ou seja, Pessoas com Deficiência (PCD), que inicialmente buscam no esporte uma possibilidade de recuperação e integração social, vem sendo estudada por diversos autores (DE MACEDO, 2008; ESTEVE, *et al.*, 2015; FREIRE, *et al.* 2019; OLIVEIRA; 2020; PANCOTTO, *et al.*, 2021). Recentemente, essa parcela da população passou a dar uma outra conotação às modalidades esportivas adaptadas, isto é, a busca do profissionalismo e do alto rendimento esportivo. Essa questão tem permitido a estes para-atletas, alcançarem níveis expressivos de resultados tanto no âmbito nacional quanto internacional (SAMULSKI, 2004).

Por outro lado, a qualidade de vida dos atletas paralímpicos também pode ser afetada negativamente através do treinamento excessivo, estresse nas competições e a falta de investimentos, seja quanto aos locais de treinamentos como de profissionais da área da saúde que orientem ou ainda tratem as lesões relacionadas ao esporte, visto que estes fatores dificultam a motivação e a persistência do atleta (OLIVEIRA, 2020).

Através de questionários compostos por um determinado número de itens ou questões que são agrupados por afinidade e mensuram indiretamente um mesmo construto, domínio ou dimensão, a QV pode ser avaliada ou percebida. O domínio se refere à área do comportamento ou experiência que se deseja medir. Os domínios, em geral, são: físico, psicológico ou emocional, social e o ambiental (SANTOS et al. 2008).

De acordo com Noce et al. (2009) é de extrema importância analisar alguns fatores que podem interferir na QV e, por isso, é fundamental a realização de estudos específicos com as PCD, sobre as condições que identifiquem alternativas de intervenção que visem o bem-estar biopsicosocial desses indivíduos. Desta forma, a

cada dia as investigações sobre a QV das pessoas com deficiência vêm aumentando, com praticantes ou não de atividades físicas, buscando levantar as variáveis que interferem ou podem interferir na percepção da mesma nessa população específica.

Stevens et al. (2008) desenvolveram um estudo com 32 homens e 30 mulheres com lesão completa e incompleta na medula, através da utilização do instrumento de qualidade de bem-estar (QWB). Os resultados desta pesquisa mostraram uma relação significativa e positiva entre a prática da atividade física (caminhadas, modalidades esportivas e atividades de lazer) com a qualidade de vida nos indivíduos pesquisados, sugerindo que a atividade física pode ser eficaz na melhoria da QV dessa população.

Já no estudo realizado por McVeigh et al. (2009), com amostra composta por pessoas com lesão medular abaixo da C5 com idade entre 16 a 51 anos, os autores constataram que a maior participação esportiva facilita a conscientização da pessoa com deficiência ao mesmo tempo em que há uma integração com a comunidade e uma melhora da qualidade de vida.

Nesse mesmo contexto, um estudo realizado por Parreiras (2008), que utilizou o questionário WHOQOL-BREF para identificar e analisar a percepção da qualidade de vida de atletas paralímpicos com experiência internacional, praticantes de modalidades individuais e coletivas, concluiu que não houve diferenças significativas entre a percepção da qualidade de vida entre os atletas com deficiência congênita e os atletas com deficiência adquirida, quando comparadas às respostas por domínio.

De Macedo (2008), em um estudo composto por 144 atletas, de ambos os gêneros, com deficiências físicas, congênitas e adquiridas, compreendendo os amputados de membros inferiores e/ou superiores, paraplégicos, tetraplégicos, hemiplégicos, más formações congênitas, sequelados de poliomielite e paralisados cerebrais, observou que os fatores que mais influenciam a QV de atletas paralímpicos em ambientes de treino e competição, destacam-se como os de maior influência, segundo a dimensão biológica, o “nível de condicionamento físico”, “qualidade do sono” e “intervalos adequados de descanso e recuperação nos treinamentos e competições”. No que diz respeito ao domínio psicológico, os fatores percebidos pelos atletas como mais influenciadores são: “o nível de autoconfiança”, “prazer nos treinamentos e competições” e “sentimentos positivos” como alegria, satisfação e felicidade; e em relação ao domínio social, aparecem como os fatores de maior influência: “o apoio familiar”, “o relacionamento com o treinador, equipe técnica e

dirigentes”, bem como a “comunicação e o entrosamento entre os membros da equipe técnica.

2.2 Imagem corporal em para-atletas

Quando nos referimos à imagem corporal (IC) encontramos, na literatura, diversos termos relacionados à temática: autoimagem, esquema corporal, consciência corporal, autoconsciência e percepção corporal. Ainda, termos como percepção corporal, satisfação corporal, estima corporal muitas vezes são usados como sinônimos (CASH, 2002).

A percepção que construímos acerca do nosso corpo é influenciada por diversos fatores, incluindo os constantes estímulos (predominantemente imagens) que recebemos do ambiente. Para Tavares (2003) o sujeito constrói sua identidade corporal baseado na vivência de suas sensações. Como a IC é a representação mental desta identidade corporal, ao ampliar a compreensão sobre a dimensão de cada percepção no contexto existencial do homem poderemos olhar sob novas perspectivas o desenvolvimento da identidade corporal e de sua imagem. Campana e colaboradores (2009) ressaltam que é no corpo existencial que se inscrevem nossos afetos, nossas experiências, nossas vulnerabilidades, potencialidades e limitações.

São vários os fatores que influenciam na construção e reconstrução da imagem corporal e por ser um fenômeno multifacetado, essa sofre modificações constantemente (SCHILDER, 1999; TAVARES, 2003) além de influências da interação com o ambiente (FROIS; MOREIRA; STENGEL, 2011). Dessa forma, grupos de pessoas em diferentes condições de limitações físicas e na saúde são particularmente vulneráveis à distorção de imagem e insatisfação com sua aparência.

PCD's podem apresentar defasagem ou distúrbio da IC por apresentarem alterações funcionais ou mesmo falta de segmentos corporais, agravada por uma reabilitação que muitas das vezes atende apenas o lado prático do processo e esquecendo-se de aspectos importantes que precisam ser trabalhados com a mesma eficiência, como a autoestima.

Esta problemática pode representar a construção negativa da IC fazendo com que o autoconceito do indivíduo também fique negativo, ampliando valores estigmatizantes, preconceituosos e que suportam sentimentos de inferioridade, baixa autoestima e depressão.

Muitos estudos, apresentando metodologias diversas, enfatizam a importância da informação sobre o impacto de uma deficiência na imagem corporal. Segundo Freitas e Cidade (2002) os objetivos das atividades físicas para os deficientes devem englobar o desenvolvimento da autoimagem e da autoestima; além de estimular a independência e a interação com outros grupos, ampliar a experiência intensiva com suas possibilidades e limitações e aumentar a vivência de situações de sucesso, possibilitando a melhoria da autovalorização e autoconfiança.

Já Souza (1994) relata que a vivência da PCD no esporte permite ao indivíduo visualizar um caminho positivo para a sua vida, direcionando-o no seu comportamento em relação à sua personalidade, à sua vida em sociedade.

Numa revisão elaborada por Koslowsky (2004), foi possível perceber que além de todos os benefícios da prática do exercício físico, o corpo com o físico saudável reforça a autoestima do indivíduo, relacionando-a com a sua imagem corporal e também cria em si mesmo uma sensação de viver um estilo de vida saudável, resultado de uma maior autonomia física e uma funcionalidade motriz satisfatória. O autor ainda afirma que todos estes fatores podem influenciar positivamente em aspectos psicológicos, principalmente depois que o indivíduo passa a viver dependente de uma cadeira, órtese ou prótese ou mesmo tendo sua capacidade de se locomover limitada.

Segundo Brazuma (2001), o indivíduo com deficiência é encorajado a engajar-se em atividades com o exercício físico por causa das necessidades terapêuticas, trazendo consequências sociais positivas para os indivíduos que as praticam. Porém, atualmente, a prática da atividade física para as PCDs é considerada muito além de uma terapia, ou seja, entende-se que essa prática pode ser um meio de exposição capaz de levar essas pessoas a superarem as suas próprias limitações motoras, ao mesmo tempo em que contribui para torná-las mais ativas e com uma vida mais saudável.

Corroborando com este achado, Balcon (2003) considera que a prática da atividade física por pessoas com deficiência não tem como finalidade apenas evitar doenças e prolongar a vida, mas também permitir que cada indivíduo possa maximizar seu desenvolvimento físico, mental, social, potencial emocional e espiritual. Através desses estudos é possível perceber que o exercício físico é uma ferramenta fundamental para todo e qualquer tipo de população que ao engajarem-se em atividades esportivas colhem os benefícios físicos, psicológicos e sociais.

Portanto, tratar da percepção da imagem corporal de para-atletas de natação,

pode nos ajudar a enxergar possibilidades de superação dos diversos preconceitos enraizados em nossa sociedade que levam muitos deles a serem excluídos dos diversos momentos de interação social. Quando incluídos em tal prática, e esses alcançam visibilidade e apoio, ocorre um aumento na gama de relações sociais. as quais irão lhes proporcionar possibilidades de compartilhar experiências de vida, frustrações, crescimento profissional, melhorando sua autoestima, qualidade de vida, dentre outros fatores benéficos à sua saúde corporal e psicológica.

2.3 Prática da natação paralímpica

Os Jogos Paralímpicos são considerados um evento internacional de esporte de alto rendimento, e com esta caracterização o evento “[...] enfatiza mais as conquistas do que as deficiências dos participantes” (COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO, 2016, p. 18).

O Quadro 1 mostra a participação do Brasil em Jogos Paralímpicos até a última edição em Tokyo 2020, apontando a cidade-sede, ano, colocação em medalhas e número de atletas participantes divididos por sexo.

Quadro 1 - Participação brasileira em Jogos Paralímpicos

Paraolimpíada	Colocação	Número de atletas
Heidelberg 1972	32	20 atletas (20 homens)
Toronto 1976	31	33 atletas (31 homens e duas mulheres)
Arnhem 1980	42	14 atletas (14 homens)
Stoke Mandeville e Nova Iorque 1984	24	29 atletas (23 homens e seis mulheres)
Seul 1988	25	62 atletas (51 homens e 11 mulheres)
Barcelona 1992	32	43 atletas (33 homens e 10 mulheres)
Atlanta 1996	37	60 atletas (41 homens e 19 mulheres)
Sidney 2000	24	64 atletas (53 homens e 11 mulheres)
Atenas 2004	14	98 atletas (76 homens e 22 mulheres)
Pequim 2008	9	188 atletas (133 homens e 55 mulheres)
Londres 2012	7	182 atletas (115 homens e 67 mulheres)
Rio 2016	8	278 atletas (181 homens e 97 mulheres)
Tokyo 2020	7	259 atletas (163 homens e 96 mulheres)

Fonte: Comitê Paralímpico Brasileiro (2021).

A natação está presente no programa paralímpico desde a edição que aconteceu em Roma, 1960. Na ocasião, a disputa reuniu 77 nadadores com lesões medulares. Atletas com amputações e deficiências visuais entraram na briga por medalhas a partir dos Jogos de Toronto, no Canadá, em 1976. Quatro anos depois, em Arnhem, na Holanda, a disputa foi aberta a nadadores com paralisia cerebral. Em 1984, cadeirantes e pessoas com outros tipos de deficiência locomotora foram incluídos nas edições realizadas, simultaneamente em Stoke Mandeville, na Grã-Bretanha, e Nova York, nos Estados Unidos. Por fim, na Paralimpíada de Sydney-2000, na Austrália, tiveram vez os competidores com deficiência intelectual (SELMO, 2019).

Desde então muitos atletas ganharam destaque nas competições Paralímpicas, servindo de inspiração para muitos praticantes da natação. O principal objetivo do programa militar paralímpico (PMP), é apresentar ao seu público-alvo o esporte paralímpico como uma ferramenta de aprimoramento de sua qualidade de vida. E como segundo objetivo, visa também a detecção de possíveis talentos esportivos.

A natação Brasileira nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020, conquistou 5 medalhas de ouro, sendo o segundo esporte que mais conquistou medalhas, o primeiro foi o atletismo com 7 medalhas de ouro, além de 4 medalhas de Prata e 9 medalhas de bronze. Assim, das 72 medalhas do Time Brasil, somente a natação conquistou 23 medalhas, ou seja, 1/3 de todas as medalhas conquistadas.

Pela regra do Comitê Paralímpico Internacional, a natação paralímpica tem 14 categorias funcionais para abranger todas as PCDs. Atletas com deficiências motoras competem nas categorias S1 a S10; deficiências visuais estão contempladas nas categorias S11 a S13; e esportistas com deficiência intelectual ficam na S14.

Esse processo chamado de classificação tem como objetivo minimizar o impacto da deficiência na atividade que é praticada pelo atleta, ou seja, ter uma deficiência não é suficiente, o impacto dessa deficiência no esporte deve ser comprovado (INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE, 2015).

Os nomes das classes consistem em um prefixo “S”, “SB” ou “SM” e um número, os prefixos significam o nado e os números as classes. O “S” vem do inglês (*swimming*) e são nados de estilo livre, borboleta e costas, “SB” nado peito e “SM” nado medley individual. O atleta é submetido à equipe de classificação, que procederá a análise de resíduos musculares por meio de testes de força muscular; mobilidade articular e testes motores (realizados dentro da água). Vale a regra de que, quanto maior

a deficiência, menor o número da classe e quanto maior o grau de comprometimento, menor o número da classe.

As classes S de 1 a 10 são voltadas a atletas com comprometimento físico-motor, na hora da prova as próteses devem ser retiradas e nas classes mais baixas é comum o competidor largar de dentro da piscina, por causa do tipo de comorbidade. No caso de amputados de membros superiores, alguns se apoiam em uma toalha, usando a boca, para largar no nado costas.

As classes de S11 a S13, competem os deficientes visuais. Na S11 estão os atletas totalmente cegos, que necessitam do *tapper*, um bastão com espuma na ponta, que técnicos ou voluntários utilizam para tocá-los nos metros finais, alertando-os que a borda da piscina está próxima. Em outras categorias, os nadadores com baixa visão podem ou não fazer uso do *tapper*. Nas três classes, os óculos devem ser escuros, para que a competição seja igual.

Entre as categorias físico-motoras (1 a 10), as provas de revezamento são 4x100m livre e medley e 4x50m livre. Na primeira, a soma do número das classes dos nadadores (tanto na disputa masculina como na feminina) não pode superar 34. Na segunda, que reúne atletas com maior grau de comprometimento, a soma máxima é 20.

Nadadores com deficiência visual (11 a 13), além daqueles com deficiência intelectual (S14), também disputam revezamentos 4x100m livre, todos mistos. No primeiro caso, porém, há uma restrição: a combinação do número das categorias de cada integrante não pode ir além de 49.

Os atletas com deficiências intelectuais (S14) – conforme destaca Abrante (2012), devem satisfazer os critérios estabelecidos pela Federação Internacional de Esportes para Atletas com Deficiência Intelectual (INAS-FID). Para obter uma classificação, os atletas são submetidos a alguns testes e são considerados pelos painéis de classificação a partir de três questões, quais sejam: 1) O atleta tem uma deficiência elegível para este esporte? 2) A deficiência elegível do atleta atende aos critérios mínimos de deficiência do esporte? 3) Qual classe esportiva descreve com mais precisão a limitação de atividade do atleta?

A necessidade de atividades esportivas, em alto rendimento, direcionadas para o público PCD fez surgir o projeto PARAPROLIM, fazendo com que esses possam colocar em prática o que mais gostam de fazer e, ainda, podendo ajudar pessoas a ultrapassarem seus limites e seus medos, sem angústia, sem discriminação e sem

preconceito. E com o Comitê Paralímpico Brasileiro, o projeto prepara seus atletas para competições a nível municipal, estadual, regional, nacional e até Parapan-Americano e Paralimpíadas, proporcionando aos para-atletas uma maior experiência esportiva.

2.4 Influência da natação na qualidade de vida e imagem corporal de para-atletas

A natação é a segunda modalidade que mais trouxe medalhas ao Brasil nas Paralimpíadas (COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO, 2019) e é praticada por pessoas com todos os tipos de deficiência, proporcionando uma variedade de benefícios para o público em questão. Adaptando regras, estruturas e materiais, se objetiva garantir o acesso e a participação de acordo com as características de cada deficiência. A evolução do esporte tem contribuído para o desenvolvimento de habilidades físicas, levando em consideração aspectos motores, filosóficos, psicológicos, social-afetivos e cognitivos e, sobretudo, da descoberta de potenciais, de compensação das dificuldades.

Além disto, a natação promove a inclusão social e a ênfase nas capacidades dos indivíduos, corroborando na prevenção de agravos e fornecendo uma preparação para o convívio social (PINTO et al., 2016). Com o tempo de prática e com a participação em competições, o esporte se torna algo ainda mais motivador. A importância da prática esportiva se torna fundamental nas vidas dos para-atletas, dando sentido, direção, força, competência, autoconfiança, autoestima, autovalorização e superação. O desenvolvimento atlético é associado com ganhos significativos não só na capacidade física e manutenção da independência, mas também para a saúde mental, incluindo a percepção de competência e identidade pessoal (BRAZUNA; DE CASTRO, 2001).

Quando abordamos os benefícios da modalidade na vida de pessoas com deficiências, notamos muitos estudos que tratam sobre esse tema, apresentando diversas ideias que podem nos ajudar a compreender o valor que esta prática esportiva pode incidir quanto a questões que envolvem a aceitação, superação e (re)socialização desses indivíduos.

A água proporciona inúmeros benefícios para esta população em evidência, como redução e estimulação de músculos paralisados, fortalecimento da musculatura, alívio de dores, trabalho sem preocupação com o atrito, intervenção perceptivo-motora e independente na mobilidade, entre outras (CASTRO, 2011, p. 412). O que a diferencia

de outros esportes é que o movimento de nadar para quem o pratica pode significar liberdade e independência, proporcionando ao indivíduo com deficiência física, por exemplo, momentos livres, sem auxílio de suas bengalas, muletas, pernas mecânicas ou cadeiras de rodas (NAZAR et al., 2016).

Pensando na qualidade de vida de para-atletas, de acordo Silva et al. (2005), o esporte tem um papel importante para as PCDs pois amplia as alternativas terapêuticas e amplia a capacidade funcional dos mesmos.

Nessa perspectiva, Ferreira e Campos (2006) afirmam que a existência de uma multidimensionalidade de efeitos positivos que conferem à atividade física um papel fundamental na relação existente entre as dimensões física, psicológica e de integração social funcionam como importante instrumento de desenvolvimento e de consolidação de capacidades, competências e de relações tanto no contexto desportivo como no contexto social, profissional e educacional.

O estudo de Sporer et al. (2009), através de uma pesquisa com objetivo de determinar como a participação em eventos esportivos impacta na vida de indivíduos com deficiência, concluiu que após terem iniciado a prática esportiva a vida das PCDs melhoraram, as mesmas mostraram-se ser mais ágeis e houve benefícios psicossociais através do contato com outras pessoas.

Além disso, estudos mostram que a prática do esporte é uma ferramenta que proporciona diversos benefícios como a aceitação da deficiência, diminuição da ansiedade e da depressão, melhora da motivação, autonomia e auto-estima (NOCE et al., 2009; BAGNARA, 2010).

Turtelli (2003) estudou sobre a diferença entre o movimento com atenção no seu próprio corpo ou aquele em que o foco está em outras coisas. De acordo com esta estudiosa, quando nos movemos tendo consciência do nosso corpo estamos formando nossa imagem corporal. Já para Ribeiro (2009), o desenvolvimento da IC implica em desenvolver a percepção de partes do corpo; reconhecer e valorizar as sensações corpóreas; gostar mais do próprio corpo; ter mais satisfação com o mesmo e reconhecê-lo como ele realmente é; ou descobrir as possibilidades corporais ampliando suas ações.

A partir da análise de diversos estudos, é possível perceber que a imagem corporal pode ser positiva em relação ao esporte. Wheeler et al. (1999, p. 219237) em uma pesquisa para analisar o nível de satisfação e auto percepção da imagem corporal em atletas com deficiência física, observou que: o esporte e a superação renovam a

percepção do para-atleta mudando sua autoestima e criando uma imagem corporal positiva. O indivíduo atleta torna-se hábil para competir no mundo, aprende a derrotar seu oponente com respeito e aprende a perder com dignidade. O ambiente esportivo proporciona a criação de um senso de responsabilidade política. O atleta com deficiência aprende a ajudar outros competidores a superar suas limitações físicas e psicológicas.

Portanto, tratar da percepção da imagem corporal de atletas praticantes de natação adaptada, pode nos ajudar a enxergar possibilidades de superação dos diversos preconceitos enraizados em nossa sociedade que levam muitos deles a serem excluídos dos diversos momentos de interação social, fator primordial a sua constituição enquanto ser humano. Quando incluídos em tal prática, ocorre um aumento na gama de relações sociais as quais irão lhes proporcionar possibilidades de compartilhar experiências de vida, frustrações, possibilidades, melhorando sua autoestima, qualidade de vida, dentre outros fatores benéficos à sua saúde geral.

Corroborando, McVeigh et al. (2009) afirmam que há um crescente interesse das PCDs em participar de atividades esportivas na busca do bem-estar psicológico, que é definido por construções de humor, ansiedade-traço, autoestima e autocontrole, de acordo com estas construções que foram validadas em diversos estudos (ROTH e HOLMES, 1987; ZUCHETO E CASTRO (2002); SLATER E MEADE (2004); TASIEMSKI et al., 2005).

3 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo com abordagem qualitativa, de caráter descritivo. Foram avaliados sete para-atletas representantes do PARAPROLIM de ambos os gêneros, portadores de deficiência física e intelectual, praticantes da modalidade natação.

Os atletas foram entrevistados no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), onde treinam, a fim de não interferir na rotina intensa. No dia marcado, cada atleta assinou o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) (APÊNDICE A), onde foram abordados os riscos e benefícios das avaliações, explicado pela pesquisadora e todos os procedimentos da coleta obedecendo às normas e critérios éticos estabelecidos na Resolução CNS 466/2012.

A entrevista seguiu por meio da técnica de grupo focal, considerado como a reunião de pessoas selecionadas para discutir e comentar sobre um tema específico

(foco no tema), objetivando uma análise fiel da fala dos atletas, sem a captação de imagens (vídeo) dos mesmos, propiciando desta forma tranquilidade aos participantes em discutir os temas propostos; mediante a coordenação de um pesquisador central que por sua vez assume uma posição de facilitador do processo de discussão no qual se priorizam os aspectos psicossociais que emergem, enfatizando influências de opiniões sobre determinado tema (GONDIM, 2003).

A estratégia de grupo focal é uma técnica qualitativa que pode ser usada sozinha ou com outras técnicas qualitativas ou quantitativas, procurando aprofundar o conhecimento das necessidades dos entrevistados (VAUGHN; SCHUMM; SINAGUB, 1996).

As vantagens de trabalhar com o grupo focal são: o clima relaxado das discussões; a confiança dos participantes em expressar suas opiniões; participação ativa; obtenção de informações que não ficam limitadas a uma prévia concepção dos avaliadores; bem como a alta qualidade das informações obtidas. Por outro lado, apresenta desvantagens, tais como: dificuldades para conseguir participantes, quando estes devem obedecer critérios muito específicos; além de invalidação dos achados devido à ingerência de alguns dos participantes (VEIGA; GONDIM, 2001).

A descontração proporcionada pelo ambiente é uma das vantagens da técnica de grupo focal, possibilitando obter diversas opiniões e a confiança dos participantes em expressar suas ideias e conceitos. A fala expressa pelos participantes não é apenas descritiva ou exploratória, é uma fala com sentido de debate, uma discussão onde é possível observar os pontos de vista e conceitos de cada participante (DIAS, 2000).

Os participantes da pesquisa foram identificados através de códigos numéricos, a fim de garantir o sigilo da identidade dos mesmos e os princípios éticos de pesquisa.

Os fenômenos estudados nesta pesquisa foram a qualidade de vida, autoestima e a motivação de atletas paralímpicos e teve como base um roteiro de entrevista semiestruturada composto por 12 perguntas. 04 perguntas sobre a trajetória do atleta, 04 sobre motivação, 01 autoestima e 03 sobre qualidade de vida no esporte (APÊNDICE B).

3.1 Critérios de inclusão de participantes

- Ser atleta com deficiência;
- Ambos os sexos;

- Fazer parte do projeto PARAPROLIM na modalidade natação e treinar no CEFAN.

3.2 Critérios de exclusão de participantes

- Faltar no dia da coleta;
- Para-atleta de natação que não seja integrante do projeto PARAPROLIM;
- Para-atleta de natação que seja integrante do projeto PARAPROLIM, mas não realiza seus treinamentos no CEFAN.

3.3 Ética da pesquisa

O estudo foi submetido ao comitê de ética e pesquisa da Universidade Salgado de Oliveira e atendendo às normas sobre pesquisa envolvendo seres humanos, que constam na resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, de 12 de dezembro de 2012 e, antes do estudo todos os participantes concordaram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), contendo o objetivo da pesquisa, procedimentos de avaliação e caráter de voluntariedade (APÊNDICE A).

3.4 Referencial teórico metodológico para a análise dos dados

O referencial utilizado para a análise das entrevistas utilizou a etnometodologia e a análise de conteúdo. O pesquisador ao decidir investigar a qualidade de vida e a autoestima em atletas paralímpicos, necessita conhecer o cotidiano desses atletas, a forma como percebem e significam suas experiências de vida construídas no dia a dia. Para tal, é preciso entender a maneira como os sujeitos atletas se percebem, a forma das suas ações, a estratégia que desenvolvem para treinar em alto rendimento, enfrentar as suas adversidades na rotina, ou mesmo as situações corriqueiras que a vida lhes apresentam.

Posto isso, percebe-se que apoiado no método fenomenológico e na etnometodologia, o pesquisador ao investigar um fenômeno, partindo das experiências vividas pelos sujeitos da pesquisa, obtém as descrições desses sujeitos a respeito da sua experiência e detém em mãos discursos significativos e passíveis de serem compreendidos e desvelados na sua essência.

Dentro do contexto proposto para análise e discussão dos resultados é importante

destacar a etnometodologia, uma corrente da sociologia surgida na Califórnia nos anos 1960 que vai além da concepção singular da construção social que os dados são recolhidos e tratados. Para a etnometodologia, a abordagem quantitativa que só se preocupa com a entrada e a saída dos dados sem observar o processo como eles são edificados não reflete adequadamente o modo de construção da realidade. Representando então uma ruptura, tanto na perspectiva da pesquisa quanto na postura intelectual do pesquisador. Admite-se por hipótese que todos somos sociólogos em estado prático, de modo que o real já se acha compreendido e descrito pelas pessoas comuns, e que cada grupo social é capaz de compreender-se, comentar-se e analisar-se (DA SILVA, 2014).

A etnometodologia privilegia as abordagens microssociais dos fenômenos, dando maior importância à compreensão do que à explicação. As descrições que os atores sociais fazem dos fatos que os cercam são valorizadas, e são essas descrições que passam a ser o objeto essencial da pesquisa etnometodológica (DA SILVA, 2014).

A linguagem que interessa aos etnometodólogos não é a linguagem culta, dos linguistas eruditos ou aquela dos discursos estruturados, mas aquela do dia a dia, utilizada pelo cidadão comum, nas suas ações práticas do cotidiano. Os etnometodólogos utilizam em suas pesquisas, em suas descrições e interpretação da realidade social, os mesmos recursos linguísticos que o homem ordinário, a linguagem comum (COULON, 1995a, p. 32).

Uma das bases do estudo do raciocínio prático consiste na maneira como os membros de uma sociedade utilizam a palavra, narrativas cotidianas, para determinar a posição de suas experiências e de suas atividades. Portanto, o etnometodólogo se interessa pela maneira como os atores se servem da elocução ou da fala para construir um conjunto de ações coordenadas e inteligíveis. Cicourel (1977) estabelece que o método utilizado pelos etnometodólogos deve ser o mesmo do linguista que, pretendendo descrever a estrutura da linguagem, se utiliza da elocução ou da fala para construir a sua gramática.

Uma outra característica decorrente desta perspectiva deriva do fato de que a indicialidade sugere sempre um sentido local e contextual, singular para cada ato interacional. Portanto, a sociologia não pode jamais almejar obter com suas análises generalizações que possam servir para explicar o conjunto dos fatos sociais dispersos nos diferentes contextos históricos e culturais. Desta forma, o pesquisador não deve

solapar as expressões indiciais de suas análises, mas ao contrário, deve privilegiar atenção a elas, de modo a poder absorver o maior conteúdo explicativo possível através das significações contidas nelas.

Como vimos, a etnometodologia se funda sob o estudo do raciocínio prático do cotidiano, buscando a partir desde conjunto de evidências reconstruir uma explicação simples da realidade observada, ou seja, com a conotação de parcialidade e relativa humildade científica, admitindo-se que as explicações servem para dar conta das significações interacionais de um determinado grupo, em determinado contexto histórico e cultural.

Dessa forma, o estudo seguiu essa linha de pensamento ao trabalhar com grupos focais. Myers (2002) percebe que esta técnica produz uma grande quantidade de dados e uma forma de trabalhar com tal quantidade usando as transcrições com dados brutos. Ele objetiva mostrar como os participantes gerenciaram ordenadamente a interação. Para este enfoque, o analista busca a interpretação de um turno (fala de uma pessoa do começo ao fim), examinando a resposta de outro participante no turno seguinte, pois, a chave da organização espacial está nas relações entre os turnos adjacentes.

No tocante à operacionalização da pesquisa de campo, cinco termos chave são destacados neste artigo, considerando-os como os mais importantes para as pesquisas na área da Ciência da Informação. Reconhecendo que a etnometodologia não faz alusão ao método, mas ao campo de investigação, destacam-se os termos-chave que focalizam e explicitam os conceitos: prática ou realização; indicialidade; reflexividade; noção de membro e; relatabilidade (*accountability*) (COULON, 1998).

A prática ou realização é a capacidade do sujeito de produzir e significar suas ações. Parte do pressuposto de que a realidade social é tida como prática construída no cotidiano dos atores sociais.

A indexalidade ou indicialidade se refere às circunstâncias que cercam uma palavra, uma situação. Parte da premissa de que é através da linguagem que a vida social é constituída. Nas relações cotidianas, as pessoas conversam, indagam, respondem. Isso significa que, assim como a língua, as ações sociais precisam ser indexadas. No caso específico de pesquisa sobre leitura, a indexalidade orienta no sentido de adentrar, conhecer o contexto da pesquisa, visto que as falas coletadas nas entrevistas são insuficientes e não podem ser consideradas sem o pesquisador compreender o contexto social em que elas são proferidas.

A indicialidade no grupo pesquisado ocorre quando os leitores partilham as lembranças do tempo vivido na família, na escola, na rua, por meio de nomes e expressões que despertaram a memória afetiva, a imaginação e a criatividade, quando falam de um tempo não vivenciado pelo pesquisador. Segundo Garfinkel (2006), a linguagem natural, ordinária, por meio da qual as pessoas se expressam em seu dia a dia é profundamente indicativa, dá indícios, pois, para cada ator social, o significado de sua linguagem cotidiana depende do contexto em que ela se manifesta.

A reflexividade designa práticas que ao mesmo tempo descrevem e constituem o quadro social e não pode ser confundida com reflexão. A reflexividade evidencia que o processo de ação social se constitui a medida que se fala, constrói-se o sentido, a ordem e a racionalidade do que se está fazendo naquele momento. Por essa linha de raciocínio, compreende-se que os discursos dos sujeitos da pesquisa apresentam características que podem ser utilizadas para descrever o seu mundo social, por isso precisam ser explorados nas entrevistas. Percebe-se, ainda, que ao falarem sobre leitura, descrevem-na e, ao mesmo tempo, constroem a realidade, fazem seus caminhos e por eles são também refeitos, devido o processo de ação-reflexão, no qual as marcas de sujeito no e com o mundo se revelam.

A noção de membro instituída pela etnometodologia, diz respeito a uma pessoa, que tendo incorporado os etnométodos, ou seja, os métodos que as pessoas usam para entender e construir a realidade que as cerca, de um grupo social considerado, exhibe ‘naturalmente’ a competência social que o agrega a esse grupo e lhe permite fazer-se reconhecer e ser aceito. Concebe que uma pessoa é um membro de um grupo, não por ela pertencer a um grupo em relação face a face, mas porque domina a linguagem deste grupo. A noção de membro refere-se à pessoa dotada de um saber fazer, de um conjunto de métodos e procedimentos, que a tornam capaz de inventar mecanismos de adaptação para dar sentido ao mundo que a cerca.

A relatabilidade, descritibilidade (accountability) é a característica que permite fluir a comunicação entre os sujeitos sociais, tornando as atividades práticas racionais compartilháveis, objetivando a intersubjetividade e a constituição da ação social do conhecimento. Possui como premissas básicas: o modo como um indivíduo interpreta os fatos e age perante outros indivíduos ou coisas, depende do significado (ou significados) que ele atribui a esses outros indivíduos e coisas e; o significado, porém, é resultado dos (ou é construído a partir dos) processos de interação social. No caso das histórias e

experiências de leitura, uma primeira aproximação com o princípio da accountability ocorre a partir das descrições e dos relatos de suas histórias e experiências, quando revelaram realidades específicas de suas vidas. Constata-se, assim, que o mundo fornecido pela accountability é a representação de um universo local, centrado principalmente ao redor de um grupo limitado de pessoas, onde acontece objetivação do mundo social como produto de atividades práticas desses atores em interação. Diante ao exposto, pode-se afirmar que os pontos etnometodológicos se complementam.

Os cinco conceitos-chave são norteadores do pensamento de Garfinkel (2006), tomados como referência para o pensar etnometodológico. O conjunto desses conceitos é que possibilita a prática da ‘sociologia profana’ garfinkeliana, relacionada à ênfase que se dá em compreender a construção do cotidiano, assim como valorizar a organização naturalística de um grupo social por meio de suas práticas (COULON, 1998).

Um grande número de trabalhos tem retratado que a prática de esportes é capaz de induzir melhoras tanto na perspectiva física como cognitiva, elevando a percepção da QV entre os atletas com deficiência (YAZICIOGLU et al., 2012; LITCHKE et al., 2012; FEITOSA et al., 2017).

O grupo focal como um procedimento de coleta de dados é um instrumento no qual o pesquisador tem a possibilidade de ouvir vários sujeitos ao mesmo tempo, além de observar as interações características do processo grupal. Tem como objetivo obter uma variedade de informações, sentimentos, experiências, representações de pequenos grupos acerca de um determinado tema (KIND, 2004)

De acordo com Kind (2004) os grupos focais utilizam a interação grupal para produzir dados e insights que seriam dificilmente conseguidos fora do grupo. Estes dados levam em conta o processo do grupo, tomados como maior do que a soma das opiniões, sentimentos e pontos de vista individuais dos participantes.

Segundo Bardin (2009) o tema é a unidade de significação que naturalmente emerge de um texto analisado, respeitando os critérios relativos à teoria que serve de guia para esta leitura. Sendo assim a análise de conteúdo da temática consiste em descobrir os núcleos de sentido que comprem uma comunicação cuja presença ou frequência signifiquem alguma coisa para o objetivo analítico visado (BARDIN, 2009; MINAYO, 2007).

Os discursos da entrevista foram transcritos para um computador, onde foi

realizada a leitura flutuante das falas e retiradas as primeiras impressões, mantendo-se a fala original dos participantes e posteriormente analisadas, observadas em análise de conteúdo segundo a proposta de Bardin (2011) que a determina como, um conjunto de técnicas de análise das comunicações realizadas, visando obter através de procedimentos sistemáticos, indicadores que permitam a inferência de conhecimentos relativos às produções das mensagens obtidas, o qual as organiza em três fases: 1) pré-análise, 2) exploração do material e 3) tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

a) Na pré-análise que é a fase de organização, e tem por objetivo operacionalizar e sistematizar as ideias iniciais de maneira a conduzir a um esquema preciso de desenvolvimento da pesquisa (BARDIN, 2009). Retomam-se as hipóteses e os objetivos iniciais da pesquisa, reformulando-os frente ao material coletado, e na elaboração de indicadores que orientem a interpretação final (MINAYO, 2007).

Esta fase consiste em três tarefas (BARDIN, 2009; MINAYO, 2007): leitura flutuante, constituição do corpus e reformulação de hipóteses e objetivos. Leitura flutuante é tomar contato exaustivo com o material para conhecer seu conteúdo (MINAYO, 2007). O termo flutuante surge como uma analogia a atitude do psicanalista, pois pouco a pouco a leitura se torna mais precisa, em função de hipóteses, e das teorias que sustentam o material. (BARDIN, 2009). Organização do material de forma que se possa responder a algumas normas de validade: exaustividade (todos os aspectos do roteiro devem ser contemplados, deve-se esgotar a totalidade do texto); representatividade (que represente de forma fidedigna o universo estudado); homogeneidade (deve obedecer com precisão aos temas) e pertinência (os conteúdos devem ser adequados aos objetivos do trabalho) (BARDIN, 2009; MINAYO, 2007). Reformulação de hipóteses e objetivos: determinam-se a unidade de registro (palavra ou frase), a unidade de contexto (a delimitação do contexto de compreensão, da unidade de registro), os recortes, a forma de categorização e os conceitos teóricos mais gerais que orientarão a análise (MINAYO, 2007). Nesta fase então, foram levantados os dados da entrevista buscando proporcionar perguntas claras e objetivas em busca de respostas simples tendo em vista que o atual estudo busca avaliar alguns atletas que possuem dificuldade intelectual na compreensão do diálogo, então foram selecionados os pontos-chaves para a conversa, subdivididos então em: Trajetória do atleta, qualidade de vida, motivação, autoestima e qualidade de vida.

b) Tratando da exploração do material que é a operação de analisar o texto sistematicamente em função das categorias formadas anteriormente (BARDIN, 2009; MINAYO, 2007). Foram eles: O encontro com o projeto, que consiste nos relatos dos participantes em como tomaram ciência do esporte e da oportunidade. A dificuldade de ser um para-atleta no dia a dia. O preconceito que possam ter sofrido. O projeto Paraprolim e tudo que ele representa para cada um deles. A motivação e a desmotivação envolvida na rotina. A autoestima e percepção corporal antes e depois da natação. E a relação entre a pressão positiva e negativa de ser um para-atleta.

c) Já no tratamento dos resultados, inferência e a interpretação, onde os resultados brutos, ou seja, as categorias que foram utilizadas como unidades de análise são submetidas a análises estatísticas simples ou complexas dependendo do caso, ressaltando as informações obtidas para que possam serem feitas inferências e as interpretações previstas (BARDIN, 2009; MINAYO, 2007). Foram então identificados alguns benefícios com relação ao objetivo desse estudo com a utilização do grupo focal e da análise de conteúdo como estratégia metodológica clínica-qualitativa que podem contribuir muito para outros estudos.

De acordo com Fontanella (2006), esta metodologia tem auxiliado os profissionais de saúde a ampliar a compreensão científica de fenômenos acerca da vida e de condições adversas que podem surgir no decorrer de sua existência. Essa técnica possibilita o acolhimento do sujeito, devido a criação de um espaço para a expressão das angustias e ansiedades, esta aproximação valoriza os aspectos psicodinâmicos mobilizados na relação afetiva e direta com os participantes do estudo com um cenário confortável.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados são apresentados em conjunto com a discussão. Inicialmente, apresenta-se a descrição dos participantes e em seguida as categorizações realizadas a partir das análises das falas dos participantes, coletadas no grupo focal. Os nomes dos participantes foram omitidos para preservar o anonimato. Eles foram nomeados como P1, P2...

4.1 Descrição dos participantes

A seguir, a descrição dos participantes e os respectivos dados relativos à deficiência, idade, sexo, prática de natação e profissão.

Tabela 1 – Caracterização dos participantes com relação a deficiência, idade, sexo, classe na natação paralímpica.

DEFICIÊNCIA	IDADE	SEXO	CLASSE
P1	19	MAS	S14
P2	24	MAS	S7
P3	26	MAS	S7
P4	20	FEM	S14
P5	18	MAS	S8
P6	30	MAS	S14
P7	18	FEM	S8

Fonte: Autor - dados da pesquisa (2022).

A Convenção Internacional dos Direitos das Pessoas com Deficiência, de 2007, aprovada pelo Decreto Legislativo n. 186, de 2008, e incorporada ao direito brasileiro pelo Decreto n. 6.949, de 2009, considera pessoas com deficiência as que tem impedimentos de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os

quais, em interação com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdades de condições com as demais pessoas. A Lei n. 13.146/2015 (Estatuto da Pessoa com Deficiência) regulamentou a Convenção no Brasil e estabelece no Art. 84. que as pessoas com deficiência “tem assegurado o direito ao exercício de sua capacidade legal em igualdade de condições com as demais pessoas” e portanto gozam de capacidade legal em igualdade de condições com as demais pessoas em todos os aspectos da vida, essa capacidade legal é distinta da capacidade civil em geral, disciplinada no Código Civil brasileiro, estendendo-se à capacidade de exercício, inclusive em relação às pessoas com deficiência mental ou intelectual. Já no Art. 86. Estabelece que “para emissão de documentos oficiais, não será exigida a situação de curatela da pessoa com deficiência” (FEDERAL, 2015).

Sendo assim, todos os participantes, incluindo os com deficiência intelectual (P1-P4-P6) foram totalmente capazes de responder todas as perguntas propostas e assinar o TCLE da presente pesquisa.

Categoria 1 - O encontro com o projeto

Os participantes inicialmente trouxeram informações sobre como conheceram o projeto:

P1 - Minha mãe me inscreveu em um clube e ai eu fiz um teste lá de natação passei no teste e ai eu conheci o técnico e ele me chamou para nadar na equipe dele e o ParaProlim surgiu depois da pandemia

P2 - Tive uma lesão medular com 16 anos e como forma de reabilitação eu comecei a natação paralímpica com o técnico daqui e conforme o desenrolar da carroagem, eu tive que parar de nadar e com o esporte num geral para trabalhar, quando ele falou que tinha o ParaProlim aqui na Marinha e iria me levar e foi assim que eu consegui retornar ao esporte.

P3 - Em 2020 depois de sofrer um acidente, um conhecido postou sobre o projeto e eu me interessei pela natação, depois do acidente eu não via muita oportunidade e dai eu procurei meios de

me comunicar até ser ouvido então consegui falar com o representante do projeto e me passaram o edital, eu preenchi e não passei, continuei correndo atrás, daí o professor me deu atenção e suporte e eu fiz os processos para contratação e consegui me encaixar no projeto e vir treinar aqui.

P4 - Fiz natação desde pequenininha, fiquei apaixonada, eles me ensinaram tudo e na pandemia eu fiquei sem nadar e tava sentindo muita falta, quando tudo voltou o professor me indicou e eu entrei e fiquei muito feliz, muito empolgada, isso mudou muito a minha vida.

P5 - Bom, eu comecei a fazer a natação com treze anos de idade em forma de fisioterapia, por questões de eu ficar torto, coisa assim. E eu fui fazendo até os meus dez, doze, treze anos aonde Patrick me encontrou. Aí eu daí pra frente eu comecei a treinar sério com foco nas competições e através do Patrick depois do tempo de pandemia fiquei muito tempo parado até que surgiu essa oportunidade eu pude estar aqui treinando na Marinha.

P6 - Eu fui indicado pelo Sarah Kubitschek da onde eu vim. Eu sofri um acidente aí tive traumatismo craniano. Estou descobrindo tudo e eu sei que esporte é muito bom e falaram que natação é muito bom na vida que vai dando mais estabilidade no acompanhamento de caminhar de lidar com as pessoas e descobrir tudo de novo, eu só comecei fazendo natação aqui no projeto, eu já fiz outro esporte, já fui do judô, ganhei um monte de medalha também, mas quando era novo, tô com trinta anos já, eu aqui eu vou ver se eu consigo mais medalhas.

P7 - Eu passei a participar aqui do projeto da Marinha depois da pandemia e eu estou amando participar desse projeto muito bom, todo dia eu estou aqui, me dedico mais e me sinto muito feliz de fazer parte desse projeto. Eu nado desde os quatro anos, comecei bem miudinha, por indicação de fisioterapia.

Categoria 2 - Dificuldade de ser um para-atleta

Sobre a maior dificuldade para se tornar um para-atleta temas como cobrança, disciplina, dificuldade de acessibilidade foram citados, mas a menção de superação e a vontade de não desistir se fazem presente nas falas dos participantes:

P1 - É difícil porque vem muita cobrança e tem que ter disciplina, ouvir o que os técnicos falam para você, isso que é difícil.

P2 - Quando você inicia a maior barreira da pessoa com deficiência é essa questão da falta de acessibilidade e isso torna tudo muito mais cansativo, se eu tenho que vir pro treino muito cedo, eu tenho que acordar muito mais cedo para não correr o risco de perder o ônibus, porque diferente de uma pessoa sem deficiência eu não posso correr atrás desse ônibus, aumentando o meu desgaste físico, mental, essa é a maior dificuldade, a falta de acessibilidade torna tudo mais pesado, porém como um atleta eu me desenvolvo com tranquilidade apesar das minhas limitações. isso não é nada que o seu corpo não se adapte para ir conseguindo

P3 - Já passei por muitos momentos difíceis na vida e com isso tudo eu aprendi a ser forte e não desanimar em qualquer barreira, nem em qualquer obstáculo, graças a Deus eu não vejo isso como dificuldade, busco ta superando meus limites.

Contudo, é importante ressaltar a força de vontade dos para-atletas, cada pessoa com sua história, seus medos e seu modo de lidar com seus desafios, tudo que eles vencem no dia a dia e corroborando esses achados Podlog, Heil e Schulte (2014) e Codonhato et al. (2018) demonstram que a resiliência e a superação vivenciados por atletas paralímpicos também têm sido estudados como características essenciais para o processo de reabilitação, considerando que atletas mais resilientes possuem atitudes e comportamentos favoráveis ao processo de reabilitação. Estes aspectos cognitivos podem promover a facilitação de respostas que promovam a realização do melhor desempenho esportivo (SARKAR, 2017; SILVA, 2019).

Categoria 3 - O preconceito

Sobre o preconceito no caminho, tiveram relatos sobre nunca terem passado por nada que realmente os abalasse:

P7 - Nunca passei por uma situação de preconceito, eu procuro ta sempre de bem com as pessoas, e as pessoas que passam por mim são gentis comigo.

Mas, na maioria das situações vivenciadas por eles, a busca por não se abater é o que mais importa:

P2 - Existem esses arquétipos criados pela sociedade, ou sobre o que a gente faz, que é tipo “uau, você faz as coisas sozinho” ou então “não, calma, vamos ter cuidado”, isso porque eu tenho uma deficiência, por estar numa cadeira, como se isso me limitasse, mas, na verdade, o que limita a gente é nossa cabeça, o que está dentro da nossa mente, mas existe preconceito todos os días, toda hora um olhar, uma forma de falar, uma forma de tentar resolver uma situação, ele existe de uma forma direta.

P3 - Sempre tem preconceito, mas eu busco não me abater, é triste isso fazer parte da sociedade, mas é erguer a cabeça, olhar para frente e vamos que vamos.

Afirmando que o preconceito faz parte da realidade dos atletas, uma pesquisa realizada pelo Instituto DataSenado, tendo a parceria do gabinete do senador Romário e apoio do Comitê Paraolímpico Brasileiro, feita com paratletas, onde 12% participaram das parolimpíadas do Rio em 2016, apontou que mais de 70% dos atletas paralímpicos do Brasil já sofreram preconceito social (BRITO, 2019).

Nesse relato é importante ressaltar o abalo emocional da atleta causado por uma pessoa que fez um comentário sobre o seu futuro:

P4 - Tem algumas pessoas que duvidaram, falaram para

mim que eu não tinha que fazer natação que não era para mim, mas é isso que o P3 falou a gente tem que erguer a cabeça e ser forte, porque é nossos planos, nosso futuro, eu gosto muito disso, e eu comecei a chorar muito porque as pessoas não sabem do nosso futuro a gente que sabe.

Já nesta fala é importante destacar a forma que esse para-atleta resolveu reagir a algumas situações de preconceito vivenciadas:

P6 - Já passei muito por isso, mas hoje eu lido bem, isso já é de mim, quando alguém brincava comigo e tava me zoando assim, eu sorria, e isso já era uma resposta bem, bem direta mesmo, que a melhor coisa

é dar um sorriso porque tamo aí ó, tamo desfrutando e ainda se quiser a gente ainda quer, ganha eles, passa bem mais bonito que eles, e eles ficam até com inveja.

Categoria 4 - O projeto e seus benefícios

Os participantes descreveram como o projeto interfere em suas rotinas:

P2 - Financeiramente não me ajuda ainda porque eu entrei a pouco tempo e não consegui muitos resultados para ter a bolsa, mas tem uma expectativa de chegar lá, eu venho cedo tomo café, tenho acesso ao alojamento, então é uma coisa que eu consegui aqui, vir descansar e ter um bom rendimento no dia seguinte por não precisar acordar muito cedo, ainda não tive acesso à fisioterapia e nutrição como outros para-atletas por eu ter começado agora, mas eu já solicitei e vou conseguir ter acesso a isso também.

P3 - Ainda não tenho ajuda financeira mas tô me dedicando e correndo atrás do índice e conseguir a visibilidade

para conseguir a renda, mas a estrutura me ajuda muito com meu problema do acidente a nataçãõ é muito importante para minha recuperaçãõ do acidente de moto, antes eu só vivia de moto, correndo para lá e para cá, e agora eu consigo me dedicar ao esporte, dar o melhor de mim, e aqui a gente tem acesso à alimentaçãõ café, almoço e acesso aos treinos.

P4 - Eu tô me esforçando muito e mudando muito porque isso tudo que a gente tem aqui me ajuda muito com o problema que eu tenho nas pernas e meu problema respiratório.

P5 - Pô, são muitos pontos positivos, questão do local, as pessoas aqui são muito simpáticas, eu gosto muito daqui bons professores, e com os atletas e eu consegui socializar mais, eu gostei daqui por causa disso e é uma oportunidade, né? Estar na Marinha, poder ser um atleta daqui é uma oportunidade muito show de bola. Aqui tem almoço, café da manhã, é muito bom realmente, pois eu não tenho muito tempo e nem condições financeiras de às vezes estar almoçando fora pra vim aqui, então ter acesso a tudo isso eu acho muito bom, porque aqui te dá essa possibilidade de você não ter que ir correndo em nenhum lugar pra voltar aqui, facilita bastante isso, ter alimentaçãõ e transporte para levar a gente também.

P6 - É muito bom porque realmente não preciso me preocupar com essas questões de alimentaçãõ, transporte e treino, porque aqui atende muito bem, tem uma estrutura muito boa pra vim aqui e fazer o máximo de si sem se preocupar com essas coisas. O tratamento é muito bom, muito bom. Ainda não tenho acesso à fisioterapia também, por ser novo, mas logo logo, tô na caminhada.

P7 - É muito muito bom assim o projeto aqui em questão da nataçãõ está sendo ótimo pra mim está sendo muito bom e a gente almoça aí, é legal, o transporte eu uso as vezes, mas a gente tem cartão que facilita muito também.

Um dos aspectos observados foi a possibilidade de socialização, identificado com a convivência no grupo de idade e deficiências heterogêneas, além do clima descontraído entre ele, o ambiente de treino é também um lugar que representa lazer, bem-estar, tranquilidade e amizade. Também foi constatado a realização pessoal e da auto-estima, representadas na valorização da conquista de fazer parte do projeto.

A importância de desenvolver o esporte paralímpico e a inclusão social são objetivos do projeto ParaProlim, mesmo acreditando que esta população ainda seja excluída. Conforme o Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), entidade que rege o desporto paralímpico, hoje existem 25 modalidades esportivas oficiais, onde a natação é a segunda modalidade que mais trouxe medalhas ao Brasil nas Paralimpíadas (COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO, 2019).

Categoria 5 - Objetivo, motivação e desmotivação dos para-atletas

Durante a entrevista observou-se que a disciplina que esses atletas adquirem com o esporte proporciona aos jovens atitudes positivas, pensamentos bons e muita vontade de vencer. Quanto aos objetivos em relação ao esporte os participantes relataram sobre a vontade de chegar a conquistar uma vaga nas Paralimpíadas e nas competições internacionais:

P1 - Meu sonho na natação, eu falei para minha mãe, que é ir para as Paralimpíadas internacionais, porque minha mãe já foi nadadora e ela entende muito dessa parte de natação e vida de atleta, ai eu to treinando forte para poder conseguir.

P4 - O meu sonho é ir para fora, eu gosto muito de viajar para fora, eu já fui uma vez e ganhei 3^a lugar eu gosto muito de ir representar meu país.

P7 - Meu objetivo é chegar nos mundiais, eu sonho muito em chegar nos mundiais e alavancar mesmo na minha carreira.

Também trouxeram questões sobre ser referência para para-atletas mais novos:

P2 - Essa questão de que fisicamente tudo melhora, tendo

um condicionamento bom você consegue ter um prolongamento aí de vida, sem ter que depender mais das pessoas e também por querer ser referência para pessoas mais novas, eu já tive 18. Hoje tô com 26, amanhã vou tá com 30 e eu quero tá dentro do esporte Paralímpico para isso ser referência no esporte, além do físico e independente de qualquer coisa se a gente quer a gente vai conseguir.

Alguns deles comentaram sobre o incentivo da motivação em situações vivenciadas:

P3 - O que me motiva é olhar por lado e ver que nem tudo tá perdido, porque se a gente acha que é caso perdido, a gente vê que tem casos piores que não desistiram, nem desanimaram, então a gente tem que olhar para frente e caminhar.

P5 - O que me dá mais ânimo é as competições quando eu o vejo que tem alguém melhor do que eu em alguma coisa, quando eu vejo que tem alguém lá na frente, eu busco ver essa pessoa e tento me aproximar cada vez mais dela. Mas uma meta que eu tenho é poder um dia estar competindo nas paralímpiadas, é ser o melhor da minha categoria e é isso que eu almejo

P6 - Eu vejo que não podemos desistir, vejo muitas pessoas conseguindo as coisas, aí eu vejo que eu também posso conseguir, que nada é fácil, mas tem que ter muita força e muita motivação, pra gente não parar, a gente sempre tem que continuar olhando pra frente caminhar, caminhar, caminhar, mas nunca parar.

As falas dos atletas confirmam o que Pain (2003) declara, quando diz que a motivação é um elemento importante para o alcance de bons resultados no desempenho dos atletas, e que a mesma é vista como um combustível para o atleta (MARQUES, 2003). Quando questionados sobre algo na rotina os desmotivarem, alguns dos participantes falaram sobre a comparação e cansaço dos treinos, mas o P1 mostra a

importância de receber motivação externa através do apoio de sua mãe, enfatiza que isto lhe motiva a continuar e P6 destaca uma motivação já presente em si e na sua vida.

A respeito dos tipos de motivação que aparecem na fala do para-atleta, Silva, et al., (2019) dizem que a motivação pode ser intrínseca e extrínseca. Quando intrínseca, tem a ver com aspectos internos, como sentimentos próprios da pessoa, que gerará a motivação, como podemos observar na fala do P6. Quando extrínseca, são fatores externos que geram essa motivação, como por exemplo: um elogio feito por outra pessoa ou uma recompensa por algo venha a fazer ou que fez, como podemos observar na fala do P1.

P1 - As vezes fico triste me comparando, acho que não vou conseguir as coisas e fico triste, a minha mãe sempre me motiva a conseguir e me deixa mais forte

P6 - Na vida nada é fácil, mas é difícil eu me sentir desmotivado nem o cansaço da rotina me desmotiva hoje, parar só quando tiver morto.

A maioria dos participantes trouxe a ideia de que focar na motivação é melhor em tudo na vida, eles relataram que independentemente de um dia ruim de treino ou de uma dificuldade encontrada no caminho não é motivo para se deixar desmotivar:

P2 - A gente busca focar na motivação ao invés da desmotivação essa questão do acesso que é dificultoso, que cansa e fadiga, mas na vida é melhor olhar para o caminho bom.

P5 - Até hoje nada me afetou, nada consegui me afetar muito. porque eu sempre tive uma cabeça muito regrada, falo: olha, só depende de mim, eu não vou deixar ninguém dizer o contrário entendeu? Eu sempre tive esse pensamento e então nada disso nunca me abalou.

P7 - Eu quase não tenho desmotivação. porque a natação é realmente a minha vida né? Então, eu todo dia de treino eu tento lá focar no meu objetivo mesmo, quando eu desanimo é só quando o treino não é exatamente como eu esperava né? Quando

o meu rendimento cai, mas fora disso eu não me desanimo. Porque até assim, no dia a dia a gente sabe que tem coisas que não saem exatamente como planejado, a gente acorda no dia seguinte e esse é realmente o único motivo pra eu falar assim: poxa estou desanimada, meu treino não foi o que eu esperava, mas no dia seguinte eu vou lá e tento de novo, né? Tento ser melhor.

De acordo com os resultados obtidos na pesquisa, constatou-se que os valores morais correlacionam-se positivamente com as atitudes pró-sociais (socialmente positivas) e que o mental (foco) desses para-atletas precisam estar fortalecidos dentro de todo o cenário de superação vivenciado.

O fato dos atletas manterem o foco no futuro, nas conquistas e não na derrota é essencial para que superem o momento, pois segundo Rubio (2003), mesmo abatido, é importante acreditar que no futuro as vitórias virão, pois isso se torna decisivo para que os atletas prossigam com suas carreiras. Ele também fala sobre a importância dos mesmos aprenderem a lidar com as dificuldades de forma que não venham desistir imediatamente ao enfrentarem tais situações

Categoria 6 - Autoestima e percepção corporal antes e depois da natação

Pereira e Garcez (2010) afirmam que a natação adaptada em conjunto com as propriedades da água influencia no comportamento de pessoas com deficiência, sendo no aspecto fisiológico ou psicológico, desenvolvendo habilidades motoras que irão contribuir para as atividades de vida diária, eliminação da vergonha do seu próprio corpo, elevação da autoimagem, estímulo à independência, autonomia e socialização com outros grupos.

A natação adaptada além de ser um dos esportes com maior acessibilidade para grande parte das deficiências (LLORET, 2003) constitui uma ferramenta importante na reabilitação e inclusão social, destacando que, atletas com deficiências físicas que praticam natação podem apresentar aumento em força muscular, flexibilidade, diminuição em percentual de gordura, aumento da autoestima e confiança, possibilitando a participação de forma mais efetiva das aulas/treinos.

Na categoria autoestima dos atletas, serão discutidos os resultados encontrados

sobre as unidades de contexto, percepção sobre o corpo, sentimentos de inferioridade pelos atletas, importância do esporte para modificar sentimentos de inferioridade e influência da autoestima nos resultados esportivos.

A melhora da autoestima provocada pela natação foi relatada pelos participantes, a mudança de valências físicas e psicológicas são comparadas por eles em um antes e depois como para-atletas da modalidade:

P1 - A natação me faz ficar com o músculo forte e aí eu me sinto mais forte quando nado borboleta, me sinto mais musculoso.

P2 - O esporte como um todo aumenta sua autoestima por estar com o condicionamento bem melhor, você ganha força, estabilidade e ela faz com que seu corpo fique visivelmente mais forte, mais bonito e isso aumenta a sua vontade de ir para a rua, vestir uma roupa bonita e tudo mais, então, assim, trás de volta a vontade de viver e se mostrar.

P3 - A natação mudou bastante essa questão de parte física, força.

P4- A natação me trás um bem estar e físico e da minha vontade de viver também.

De forma geral os atletas mostram que tem uma boa aceitação do próprio corpo, que se sentem bem com a sua imagem independentemente de terem uma deficiência e há destaque de uma mudança nessa percepção com o começo da prática esportiva.

P5 - Eu me sinto mais bonito, mais forte e até mais alto. A natação também ajudou muito com a minha autoestima. Antes eu não era muito bem com meu corpo aí hoje eu já tenho uma confiança maior. Num geral melhorou a minha qualidade de vida não só na parte corporal, mas também a parte que socializa aí com a galera.

P6 - Tô me sentindo muito feliz, tô ficando fortinho, bonitinho. É muito bom. A natação dá uma motivação boa que a

gente ficava assim, ficava bonito, com mais força no caminhar.

Um relato sobre o impacto da Pandemia do Covid-19 foi mencionado, houve uma percepção de queda e baixa autoestima.

P7 - Eu me sinto mais forte, forte pra caramba e grande, inclusive foi muito difícil de conquistar isso, mas estou conquistando. O período da pandemia foi muito difícil, eu tive que parar e aí acabou impactando nesse sentido, quando eu fui voltar aos treinos ou senti lá que caiu o meu rendimento, mas eu corri atrás em três meses e tô firme e forte, tô sentindo que eu tô evoluindo e eu me sinto cada dia mais feliz com o trabalho. Isso é bom demais.

O fato de os atletas terem apresentado autoestima elevada e uma boa aceitação de si mesmos, pode ter relação com sua carreira esportiva, pois segundo Ashton-Shaeffer et al. (2001), num estudo em que entrevistaram dez atletas paralímpicas, constataram o aumento da autoestima, autoconceito, entre outros fatores, como a aceitação de si mesmas, como sendo benefícios do esporte em suas vidas (BENFICA, 2012).

Categoria 7 - Pressão positiva ou negativa

Sobre o Paraprolim motivar mais ou gerar uma atmosfera negativa com relação à pressão que o esporte proporciona, surgiram relatos variados e apesar de terem que mostrar resultados bons, a figura do técnico parece ajudar os para-atletas a ficarem mais tranquilos:

P2 - Acredito que isso vai de pessoa para pessoa, porque antes do ParaProlim me cobrar, eu tô me cobrando, mas obviamente o técnico sempre fala que primeiro é a saúde de vocês, vocês estão aqui, não esqueçam que é para resultados, mas

também para vocês estarem bem, vocês estando bem a gente fica feliz e tranquilo, e aí você entende que cobrar o resultado é normal de qualquer clube.

P7 - Bom, é os dois, é um pouco dos dois. Porque como eu disse eu tento o máximo dar o meu melhor, mas eu acabo me sentindo às vezes um pouco pressionada. Isso é muito bom porque existe, e isso sempre existe na vida do atleta né? Aquela cobrança. Mas eu sinto que eu tenho que dar bons resultados e tipo em períodos de competição, meu técnico cobra mais principalmente, eu fico um bocadinho assim apreensiva, um pouquinho, mas eu também tenho vários momentos assim que eu to mais relaxada, ele me ajuda e eu só tento dar o meu melhor nas provas mesmo.

Craig (2012) e Davis et al. (2018) argumentam que no ambiente esportivo quando o treinador oferece apoio contínuo, respeito e mostra-se acessível ao atleta quando necessita, tanto para questões esportivas quanto pessoais, ele favorece a prevenção dos efeitos negativos de eventos estressores. Esses achados demonstram que quanto mais os atletas convivem com seus treinadores, mais estas relações transcendem a dimensão esportiva para uma relação mais pessoal (CHEUCZUK et al., 2016; FREIRE et al., 2021; MOURA et al., 2019).

A influência de incentivar o projeto foi destaque sobre quando questionados em relação ao sentimento de como lidam com isso.

P3 - Pra mim não é puxado eu gosto muito do projeto, e de estar presente, é incentivador, a gente tá treinando, tá buscando, no foco da medalha do índice.

P4 - É mais tranquilo aqui no projeto, me motiva mais.

P5 - Então, quando eu soube que eu ia treinar aqui na Marinha isso me motivou muito, tem a pressão de pegar o índice, mas a motivação é bem maior.

P6 - Eu lido muito bem com isso, eu vejo de uma forma que é bom ser pressionado, que você vê que não tá sozinho e você

tem que melhorar, melhorar, melhorar e nunca parar, porque parado, eu sempre falei que é quem tá morto! Eu tô respirando, então sempre temos que melhorar e se parar enferruja, né? Não pode parar, aí dá ruim.

Lidar com a pressão de uma competição é um desafio vivido diariamente por esses atletas, no relato abaixo podemos destacar a importância que o técnico tem nesse momento pré prova:

P1 - Eu não fico tranquilo, fico nervoso, preocupado, fico tenso porque não é fácil, ser atleta não é fácil, por isso que o atleta tem que ser muito forte e trabalhar o psicológico e aí é muita pressão, mas eu sei que o técnico fala pro meu bem, porque ele quer que eu melhore e tenha resultado, mas é muita pressão pro meu bem, o meu treinador quer meu bem.

A relação que o atleta tem com os fatos que envolvem sua rotina e a importância que o apoio do técnico pode oferecer, de acordo com a fala do P1 pode dar sentido a vida dos atletas, fazendo com que os mesmos ganhem independência e autoconfiança, além de ter melhoras em seu autoconceito e na autoestima, para buscar melhores resultados, ou seja, suas melhores marcas, lidando de uma forma mais tranquila com a pressão naturalmente vivenciada por eles, entende-se que o trabalho psicológico é importante, não só pelo técnico mas por todo um conjunto. Coimbra et al. (2008) afirmam que nos dias atuais, as ciências do esporte, são formadas por várias áreas da saúde e que estas são de extrema importância para melhorar o rendimento do atleta, entre estas áreas, cita também a psicologia do esporte como uma importante contribuinte para o rendimento de atletas de alto nível. Ainda sobre o tema, Falcão (2014) diz que a motivação é a base do trabalho de um bom psicólogo do esporte, pois afirma que quando não há um desenvolvimento deste fator, se gera um desequilíbrio entre atletas e equipe técnica.

5 CONCLUSÃO

Este estudo buscou identificar a percepção da qualidade de vida e imagem corporal em para-atletas integrantes do programa PARAPROLIM. Por meio dos relatos dos participantes, realizados com base no grupo focal, a autoestima e qualidade de vida dos para-atletas demonstra ter sido afetada positivamente pelo projeto.

A percepção dos para-atletas avaliados mostrou que os impactos físicos e psicológicos foram positivos na imagem corporal associada a prática profissional e proporcionou a melhora da qualidade de vida dos mesmos, o que por consequência promove um melhor desempenho nos treinos, na convivência com os amigos e em competições com todo suporte do treinador principalmente que foi muito citado pelos participantes no decorrer da entrevista.

Além disso, a compreensão de todo este contexto trouxe a informação de que a maioria deles começou na natação como alternativa de reabilitação pós lesão e hoje se tornaram profissionais, o que corrobora com a ideia de que o trabalho multidisciplinar entre fisioterapeutas e profissionais de educação física que trabalhem com para-atletas, são importantes para a formação profissional dos para-atletas e mudaram a vida deles.

A partir da análise dos resultados, podemos concluir que a motivação e a autoestima são fatores de fundamental importância nos resultados esportivos dos atletas paralímpicos, pois foi identificado que desde as dificuldades na iniciação esportiva dos mesmos até o momento em que precisaram superar momentos de fracasso no esporte, a motivação externa ou interna foi essencial para que prosseguissem com suas carreiras de atleta.

Quanto à autoestima também se manteve presente na fala dos participantes, de forma que eles apresentaram ter confiança no seu potencial e na capacidade de se superar ao longo das fases de sua trajetória, inclusive após passarem por situações julgadas ruins e/ou não alcançarem um objetivo.

Apesar de os achados apresentados neste estudo, é de suma importância destacar algumas limitações. Primeiro, a escassez de estudos sobre a temática com atletas paralímpicos, o que impossibilita a comparação dos achados e estabelecimento de parâmetros. Segundo o tamanho da amostra e o recrutamento de apenas um esporte individual, o que impedem a generalização dos resultados para todo o contexto Paralímpico.

No entanto, a amostra pode ser considerada relevante porque os atletas

competem as principais competições da modalidade no Brasil e fazem parte de um incentivo novo, que começou após a Pandemia do Covid-19 e melhorou de acordo com os achados, a qualidade de vida e a autoestima desses atletas.

Além disso, sugere-se que futuras pesquisas sejam realizadas também com atletas de outras modalidades, a fim de comparar os grupos (coletivas x individual), como também o envolvimento de outras variáveis psicológicas e com design longitudinal para verificar as possíveis alterações da motivação e resiliência individual e de grupo ao longo de uma temporada competitiva.

REFERÊNCIAS

AIDAR, Felipe J. et al. The influence of the level of physical activity and human development in the quality of life in survivors of stroke. *Health and quality of life outcomes*, v. 9, n. 1, p. 1-6, 2011.

ADAAN – Site do projeto paralímpico Paraprolim. Disponível em: >https://www.adaan.com.br/projetoparalimpico?fbclid=IwAR0YcCbFLD_tXdS0IobSV3CL7MkFiYo3NcI29v55glnNJnoNZO21Y1cr42g<. Acesso em: 14 nov. 2021

ANTUNES, Giselli; MAZO, Giovana Zarpellon; BALBÉ, Giovane Pereira. Relação da autoestima entre a percepção de saúde e aspectos sociodemográficos de idosos praticantes de exercício físico. *Revista da Educação Física/UEM*, v. 22, p. 583-589, 2011.

AUSTIN, Shamly; QU, Haiyan; SHEWCHUK, Richard M. Association between adherence to physical activity guidelines and health-related quality of life among individuals with physician-diagnosed arthritis. *Quality of Life Research*, v. 21, n. 8, p. 1347-1357, 2012.

BALCON, W. B. Athlets With physical and cognitive disabilities. *Sports Medicine* Disponível no site: ><https://www.csms.org/upload/files/sportsmed/SportsMedJun 2003>< Data de acesso: 12 de janeiro de 2022.

BAMPI, Luciana Neves da Silva; GUILHEM, Dirce; LIMA, David Duarte. Qualidade de vida em pessoas com lesão medular traumática: um estudo com o WHOQOL-bref. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 11, p. 67-77, 2008.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo* (l. De a. Rego & a. Pinheiro, trads.). Lisboa: edições, v. 70, n. 3, 2006.

BAVOSO, Daniel et al. Motivação e autoestima relacionada à prática de atividade física em adultos e idosos. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, v. 7, n. 2, p. 26-37, 2018.

BRAZUNA, M.; CASTRO, E. A trajetória do atleta portador de deficiência física no esporte adaptado de rendimento. Uma revisão da literatura. Motriz, 2001. Disponível em: Acesso em: 10 de janeiro de 2022.

BROWN, DAVID W. et al. Associations between physical activity dose and health-related quality of life. *Medicine and science in sports and exercise*, v. 36, n. 5, p. 890-896, 2004.

CAMPEÃO, Márcia da Silva et al. O esporte paraolímpico como instrumento para a moralidadedas práticas em saúde pública envolvendo pessoas com deficiência: uma abordagem a partir da bioética da proteção. 2011. Tese de Doutorado.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO. Esportes. Classificação Funcional. Disponível em: ><http://www.cpb.org.br/classificacao-funcional/>< Acesso em 18 de Novembro de 2021.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO. Natação. Disponível em: ><http://www.cpb.org.br/portfolio/hipismo/>< Acesso em 19 de Novembro de 2021.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO, GUIA DE IMPRENSA, DISPONÍVEL EM: >[97d18ac7ec824a31983dec02dd91c281.pdf \(cpb.org.br\)](http://www.cpb.org.br/guia-de-imprensa/)< Acesso em: 16 de janeiro de 2022.

DA COSTA, Alberto Martins; SOUSA, Sônia Bertoni. Educação física e esporte adaptado: história, avanços e retrocessos em relação aos princípios da integração/inclusão e perspectivas para o século XXI. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 25, n. 3, 2004.

DE MACEDO PARREIRAS, Lilian Aparecida. Análise dos fatores que influenciam a qualidade de vida de atletas paraolímpicos em ambientes de treinamento e competição. 2008.

DIEHL, Rosilene Moraes. Jogando com as diferenças. São Paulo: Phorte, 2008.

DOESCHER, Vitória Maria Souza; NUNES, Rodrigo Lima. A INFLUÊNCIA DA NATAÇÃO NA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS FÍSICAS E SENSORIAIS, 2019.

DUARTE, E.; WERNER, T. Conhecendo um pouco mais sobre as deficiências. Curso de atividade física e desportiva para pessoas portadoras de deficiência: educação à distância. Rio de Janeiro: ABT: UGF, v. 3, 1995.

FEDERAL, Senado. Estatuto da pessoa com deficiência. **Senado Federal. Coordenação de Edições Técnicas. Brasília, 2015.**

FRASER, Márcia Tourinho Dantas; GONDIM, Sônia Maria Guedes. Da fala do outro ao texto negociado: discussões sobre a entrevista na pesquisa qualitativa. Paidéia (Ribeirão Preto), v. 14, p. 139-152, 2004.

FREIRE, Gabriel Lucas Moraes et al. Percepção da qualidade de vida em atletas de atletismo e natação paralímpica. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 27, p. 384-389, 2019.

FREITAS, P. S. Fundamentos Básicos da Classificação Funcional do Esporte para Deficientes Físicos. Revista Adapta, Marília, v. 1, n. 1, p.22-26, mar. 2005.

FROIS, Erica; MOREIRA, Jacqueline; STENGEL, Márcia. Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. **Psicologia em estudo**, v. 16, p. 71-77, 2011.

GOMIDE NETO, Ulysses. Método Halliwick de natação: aplicação em crianças com deficiência visual. 2013.

HADDAD, Sandra et al. The effect of short term Aerobic physical training using upper limbs in paraplegic persons with mild to moderate hypertension. *Arquivos brasileiros de cardiologia*, v. 69, n. 3, p. 169-173, 1997.

IMIRANTE – O ESTADO

Disponível em: ><https://imirante.com/oestadoma/noticias/2021/08/27/maranhao-tem-9-de-pessoas-com-deficiencia-aponta-estudo-do-ibge/><. Acesso em: 14 nov. 2021.

INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE

Disponível em: > [International Paralympic Committee | IPC](https://www.ipc.org/) < Acesso em: 20 nov. 2021.

JOSÉ, ROGÉRIO; BORGES, MARIA. QUALIDADE DE VIDA E ATLETAS DE ELITE COM DEFICIÊNCIA FÍSICA PARTICIPANTES DO CIRCUITO PARALÍMPICO BRASILEIRO DE ATLETISMO, NATAÇÃO E HALTEROFILISMO, 2012.

KOSLOWSKY, M. Influências da Atividade Física no Aumento da Qualidade de Vida. *EFDeportes*, 10 (69), 2004

MAGALHAES, Daiana Queiroz. A imagem corporal de pessoas com deficiência praticantes de basquete em cadeira de rodas. 2020. Tese de Doutorado.

MAGALHÃES, Beatriz Lima et al. QUALIDADE DE VIDA E SATISFAÇÃO DE PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ESPORTE PARALÍMPICO, EM RELAÇÃO ÀS SUAS TECNOLOGIAS ASSISTIVAS. *International Journal of Movement Science and Rehabilitation*, v. 1, n. 1, p. 15-23, 2019.

MCVEIGH, Sonja A.; HITZIG, Sander L.; CRAVEN, B. Cathy. Influence of sport participation on community integration and quality of life: a comparison between sport participants and non-sport participants with spinal cord injury. *The journal of spinal cord medicine*, v. 32, n. 2, p. 115-124, 2009.

NAZAR, P. T. et al. O ensino na natação: utilização de tutores para treinos em atletas com deficiência física. *Revista Eletrônica Debates em Educação Científica e Tecnológica*, v. 6, n. 4, dez. 2016.

NOCE, Franco; DE MELO, Cristina Carvalho. *Desafios da Psicologia Esportiva no Esporte Adaptado*, 2009.

OLIVEIRA, Shara Greicy Silvério. *Qualidade de vida em atletas paraolímpicos*. 2020.

PANCOTTO, Heloísa Pereira; TOME, Camila Akemi; ESTEVES, Andrea Maculano. INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE NATAÇÃO NO SONO E NA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 27, p. 179-183, 2021.

PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; SANTOS, Anderlei dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. *Revista brasileira de educação física e esporte*, v. 26, p. 241-250, 2012.

SCHILDER, Paul. *A Imagem do corpo: as energias construtivas da psique*. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SELMO, Gabriela Petry. *A prática da natação paralímpica na associação esporte+: percepções de atletas e professoras*. 2019.

SPORNER, M. L. et al.. Psychosocial impact of participation in the National Veterans Wheelchair Games and Winter Sports Clinic. *Disabil Rehabil.* v. 31, n. 5, p. 410-8. 2009

SAMULSKI, Dietmar; NOCE, Franco. Perfil psicológico de atletas paraolímpicos brasileiros. *Revista Brasileira de Medicina do esporte*, v. 8, p. 157-166, 2002.

Samulski, D., Noce, F., Anjos, D., Lopes, M. (2004). Avaliação Psicológica. In: M.T. Mello. (Ed.). *Avaliação clínica e da aptidão física dos atletas paraolímpicos brasileiros: conceitos, métodos e resultados*. São Paulo: Atheneu, 135-158.

SILVA, A. C. *Atleta portador de deficiência. O Exercício: Preparação Fisiológica, Avaliação Médica, Aspectos Especiais e Preventivos*, 1999.

SILVA, Marisa Santos. *A imagem corporal na amputação: relação com a depressão, a ansiedade, a satisfação com o suporte social e a autoestima global*. 2013.

SLATER, Daniel; MEADE, Michelle A. Participation in recreation and sports for persons with spinal cord injury: review and recommendations. *NeuroRehabilitation*, v. 19, n. 2, p. 121-129, 2004.

STEVENS, S. L., MS, CAPUTO, J. L. FULLER, D. K. and MORGAN, D. W. Physical Activity and Quality of Life in Adults With Spinal Cord Injury. *The journal of spinal Cord Med.* v. 31. n.4, p. 373–378. 2008.

SOUSA, Jaine Neves Pereira. *TREINAMENTO PARADESPORTIVO NA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE ATLETAS DEFICIENTES FÍSICOS*. Educação Física Bacharelado-Tubarão, 2020.

TASIEMSKI, Tomasz et al. The association of sports and physical recreation with life satisfaction in a community sample of people with spinal cord injuries. *NeuroRehabilitation*, v. 20, n. 4, p. 253-265, 2005.

TAVARES, Maria da Conceição. *Imagem corporal: conceito e desenvolvimento*. Barueri, SP: Manole, 2003.

TURTELLI, Larissa Sato et al. Caminhos da pesquisa em imagem corporal na sua relação com o movimento. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 24, n. 1, 2002.

VAUGHN, Sharon; SCHUMM, Jeanne Shay; SINAGUB, Jane M. *Focus group interviews in education and psychology*. Sage, 1996.

WHEELER, G. D. et al. *Personal investment in disability sport careers: an international*

study.adapted. Physical activity quarterly. 16, 219-237, 1999.

ZUCHETTO A, CASTRO R. As Contribuições das Atividades Físicas para a Qualidade de Vida dos Deficientes Físicos. Revista Kinesis, Santa Maria, N° 26, p. 52-166, Maio de 2002.

APÊNDICE A - Termo de consentimento livre e esclarecido

Você está sendo convidado a participar como voluntário do estudo “QUALIDADE DE VIDA E IMAGEM CORPORAL EM PARA-ATLETAS: UMA PERCEPÇÃO DE NADADORES INTEGRANTES DO PARAPROLIM”. Este documento, chamado Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, visa assegurar seus direitos como participante da pesquisa e é elaborado com objetivo de obter seu consentimento após ler e assinar este termo.

Por favor, leia com atenção e calma. Se você não quiser participar, não haverá nenhum tipo de penalização ou prejuízo.

Solicitamos a sua colaboração para participação da coleta de dados através de uma entrevista semiestruturada, é solicitada a sua autorização para que os dados possam constar em uma dissertação de conclusão do curso de Mestrado do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Atividade Física. Além disso, pedimos autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo.

Informamos que os benefícios do estudo serão elevados e estarão relacionados com o autoconhecimento do para-atleta, pois a pesquisa poderá dar ao mesmo e ao seu técnico um feedback a respeito da sua motivação e sua autoestima, além de contribuir para o crescimento de pesquisas nesta área. Os riscos da pesquisa serão mínimos e relacionados com possíveis constrangimentos ao responder a entrevista, que serão minimizados pela pesquisadora na coleta de dados, através de orientações aos participantes sobre a melhor forma de participação na pesquisa.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, você não é obrigado a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelos pesquisadores. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano. A pesquisadora estará à sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido e dou o meu consentimento livre e esclarecido para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do participante

APÊNDICE B – MODELO DO INSTRUMENTO DA PESQUISA

Roteiro de perguntas norteadoras de grupo focal:

1º bloco - (Trajetória do atleta)

- Como vocês se tornaram atletas paralímpicos de natação?
- Vocês já enfrentaram algum tipo de preconceito?
- Qual a maior dificuldade ao longo do caminho até se formar um atleta?
- Recebe ajuda financeira do PARAPROLIM?

2º bloco - (Motivação)

- Qual a sua maior motivação como atleta?
- Já se sentiu desmotivado? Por que?
- A prática da natação/esporte mudou para vocês a percepção quanto a aparência do seu corpo? Você se sente mais bonito/forte?
- Vocês acreditam que a sua motivação e o incentivo do projeto PARAPROLIM influencia em seus resultados esportivos? Positivamente ou gera uma pressão quanto a resultado?

3º bloco -(Autoestima)

- Você acredita que a sua autoestima estando elevada tem influência positiva em seus resultados esportivos? Por que?

4º bloco - (Qualidade de vida)

- Como o esporte de alto rendimento influenciou na sua rotina? Escola/amigos/família
- O cansaço dos treinos afeta a vida social de vocês?
- Você já enfrentou sentimentos como culpa, decepção e frustração após um fracasso numa competição?