



Vera Bruch,  
Coordenadora do curso  
de Educação Física



# Inclusão na prática esportiva

³A prática esportiva na escola é de extrema importância para o desenvolvimento físico, psicológico e social das crianças. Há anos, diversos estudos comprovam essa afirmação. Mas, infelizmente, nem todo mundo lembra dos pequenos com deficiência e de suas necessidades especiais para a realização das atividades. Pensando nisso, os alunos Lucas de Oliveira Inácio, Thiago Fausto de Melo, Teófanos Salviano Neto e João Maria Lemos elaboraram o pôster “A inclusão de deficientes físicos na prática esportiva no âmbito escolar”.

Sob a orientação da professora Anna Waleska Menezes, foi feita uma pesquisa de campo qualitativa em uma escola particular de Natal. Os objetivos do trabalho eram promo-



Teófanos, Thiago, João Maria, Lucas e a professora Vera

ver a inclusão do aluno com deficiência física à prática esportiva no ambiente escolar, fazer adaptações à situação e conhecer formas de trabalhar e lidar com essas situações.

De acordo com os estudantes, o docente entrevistado mostrou preocupação em não

deixar que os alunos com deficiência ficassem excluídos das atividades, mas sempre atento às limitações de cada um.

“É necessário que o professor enfatize a importância da inclusão para seus alunos, crie métodos e varie suas técnicas de aprendizagem, buscando a conscientização entre os alunos. E é muito importante que o aluno se sinta bem na aula e com seus colegas, fazendo assim uma interação entre todos, onde se cria uma cooperação mútua”, comenta Lucas Inácio.

A inclusão do aluno deficiente é fundamental ao seu desenvolvimento, mas nota-se que, no âmbito escolar, ainda há uma série de fatores que precisam ser aprimorados.

## PÉS FIRMES NA TERCEIRA IDADE

O aumento na expectativa de vida da população brasileira está diretamente associado ao índice de quedas de idosos no país, dizem os estudiosos. Tanto que o assunto já é considerado um problema de saúde pública. Em virtude desse processo natural, o corpo humano sofre várias alterações fisiológicas, como a perda de força, massa muscular e equilíbrio, o que pode contribuir para os acidentes.

Todavia, a literatura atual não deixa claro se existe correlação entre a mobilidade dos idosos e o desempenho de força dos flexores plantares. Sendo assim, a aluna Sabrina Ingrid Medeiros de Lima se propôs a verificar uma eventual relação entre força muscular nos flexores plantares com agilidade e equilíbrio dinâmico dos idosos. O trabalho foi intitulado “Correlação entre força dos flexores plantares e mobilidade funcional de idosos”, e teve orientação do professor Filipe Dantas.

Foram incluídos 34 idosos, com idades entre



Sabrina avalia força dos flexores plantares no idoso

72 e 77 anos, na pesquisa. E observou-se que houve uma tendência nas pessoas com maior força dos flexores plantares de apresentarem um menor tempo de execução no teste de agilidade e equilíbrio dinâmico. “Diante dos dados observados, conclui-se que os idosos que fizeram tempos mais baixos no teste de agilidade e equilíbrio dinâmico também apresentam maior força no tríceps sural, obtendo assim uma melhor execução da marcha e, conseqüentemente, no equilíbrio”, afirma Sabrina Medeiros.

## BEBA COM MODERAÇÃO

Estratégias distintas de hidratação têm sido utilizadas na prática esportiva. Contudo, pouco se sabe sobre os efeitos dessas ações em marcadores da modulação autonômica cardíaca e na percepção subjetiva de esforço. Sendo assim, os alunos Igor Duarte, Nielson Flávio Trindade e Charles Lucena Alves, orientados pelo professor Jason Medeiros, pesquisaram o tema no trabalho “Hidratação com isotônico afeta os marcadores da modulação autonômica cardíaca e percepção subjetiva de esforço no exercício aeróbio: um estudo de caso”.

Participou da atividade um paciente com 37 anos, praticante de ciclismo amador há um ano e dois meses. No dia do teste, houve verificação da frequência cardíaca de repouso pré e pós-exercício, bem como da aferição da pressão arterial. Em seguida, o avaliado pedalou durante 30 minutos em uma bicicleta ajustada de acordo com as suas necessidades, com intensidade controlada.

No protocolo com hidratação, houve adminis-



Nielson, Charles e Igor estudam isotônicos

tração de isotônico (Gatorade), com valores de 75 ml administrados a cada 5 minutos de exercícios, o que totalizou 450 ml. No protocolo sem hidratação, o avaliado pedalou durante 30 minutos sem a ingestão de qualquer tipo de bebida, entretanto, os procedimentos de verificação da pressão arterial e frequência cardíaca foram mantidos. “A ingestão de isotônico afetou os marcadores da modulação autonômica cardíaca e percepção subjetiva de esforço”, resumiu Igor Duarte.

## TRABALHOS PREMIADOS

### COMUNICAÇÃO LIVRE

1º - Coordenação Motora em Escolares do 6º Ano do Ensino Fundamental – Autor: Claydston Rodrigues Cezário Júnior – Orientador: Jason Azevedo de Medeiros

1º - Lateralidade em Escolares Praticantes de Futsal: Comparação Entre Categorias de Formação no Passe – Autor: Christian Danyel Magalhães Coelho – Orientador: Marcelo Henrique Alves Ferreira da Silva

2º - Relação Entre Composição Corporal e Potencial Desportivo em Futebolistas de Escolas de Formação – Autor: Pedro Henrique da Costa Cunha – Orientador: Marcelo Henrique Alves Ferreira da Silva

2º - Evasão Escolar nas Aulas de Educação Física em Atletas nas Categorias de Base do Futebol na Cidade de Natal/RN – Autor: Clécio Alves Avelino da Silva – Orientadores: Elys Costa de Sousa e Edeilson Matias da Silva

3º - A Educação Física na Educação Infantil: Quem Ensina? – Autora: Raísa de Araújo Gomes – Orientador: Edeilson Matias da Silva

3º - Correlação Entre Força dos Flexores Plantares e Mobilidade Funcional de Idosos – Autora: Sabrina Ingrid Medeiros de Lima – Orientador: Filipe Fernandes Oliveira Dantas

### PÔSTER

1º - O Desempenho Motor de Jovens Futebolistas Muda de Acordo Com Seu Estágio de Maturação? – Autores: João Pedro Pereira Rangel, Magnus Vinicius Bezerra de Sousa, Lígia Michelly Carlota Cavalcanti e Wesley Jonathan Galvão Rocha – Orientador: Jason Azevedo de Medeiros

1º - Nível de Atividade Física e Coordenação Motora de Escolares em Diferentes Estágios Maturacionais – Autor: Ayrton Bruno de Moraes Ferreira – Orientadores: Jason Azevedo de Medeiros e Edeilson Matias da Silva

2º - A Inclusão de Deficientes Físicos na Prática Esportiva no Âmbito Escolar – Autores: Lucas de Oliveira Inácio, Thiago Fausto de Melo, Teófanos Salviano de Mendonça Neto e João Maria da Silva Lemos – Orientadora: Anna Waleska Nobre Cunha de Menezes

2º - Força Muscular de Pessoas Vivendo Com HIV/AIDS Praticantes e Não Praticantes do Treinamento de Força – Autores: Lucas Edward Cesário de Medeiros Vieira e Phelipe Wilde de Alcântara Varela – Orientador: Jason Azevedo de Medeiros

3º - Inclusão do Aluno Com Deficiência Visual nas Aulas de Educação Física - Um Estudo de Caso – Autora: Jasmin Dias Ribeiro – Orientadora: Marília Rodrigues da Silva

3º - Hidratação Com Isotônico Afeta os Marcadores da Modulação Autonômica Cardíaca e Percepção Subjetiva de Esforço no Exercício Aeróbio: Um Estudo de Caso – Autores: Igor da Silva Duarte e Charles Phillippe de Lucena Alves – Orientador: Jason Azevedo de Medeiros