

# INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS NAS PRÁTICAS DE ESPORTES DE COMBATE

Maysa Araújo Sousa<sup>1</sup>

Educação Física



**cadernos de  
graduação**

ciências humanas e sociais

ISSN IMPRESSO 1980-1785

ISSN ELETRÔNICO 2316-3143

## RESUMO

Esta pesquisa é uma revisão bibliográfica que tem como objetivo identificar e problematizar como é realizada a inclusão as práticas em esportes de combate para pessoas deficientes intelectuais. Trazendo uma discussão acerca das lutas marciais para as pessoas com deficiência em diferentes contextos, além de discutir possibilidades de aplicação pedagógica das modalidades que incluem judô adaptado e capoeira adaptada. Como, também, a problemática como os profissionais devem agir para a inclusão das pessoas com deficiências intelectuais nas práticas de lutas adaptadas, e compreender a Educação Física enquanto possibilidade de inclusão de pessoas com deficiência intelectual. Partindo do questionamento: como as práticas de esporte de combate podem auxiliar na inclusão de pessoas com deficiência intelectual? A pesquisa possuiu o objetivo de apresentar o histórico das práticas de lutas Inclusivas. Uma das principais conclusões é que as artes marciais podem trazer inúmeros benefícios físicos, emocionais e sociais para pessoas com deficiência. O treinamento nas artes marciais pode melhorar a coordenação motora, a força, o equilíbrio e a flexibilidade, além de proporcionar uma atividade física estimulante e desafiadora. Além disso, a prática das artes marciais pode aumentar a autoconfiança, a disciplina, a concentração e a capacidade de defesa pessoal.

## PALAVRAS-CHAVE

Lutas Marciais. Pessoas com Deficiência. Educação Física. Ensino Adaptado.

## ABSTRACT

This research is a bibliographic review that aims to identify and problematize how the inclusion of practices in combat sports for people with intellectual disabilities is carried out. Bringing a discussion about martial arts for people with disabilities in different contexts, in addition to discussing possibilities of pedagogical application of modalities that include adapted judo and adapted capoeira. intellectuals in the practices of adapted fights, and understand Physical Education as a possibility of inclusion of people with intellectual disabilities. Starting from the question: how can combat sports practices help in the inclusion of people with intellectual disabilities? The research had the objective of presenting the history of practices of Inclusive struggles. One of the main conclusions is that martial arts can bring numerous physical, emotional and social benefits to people with disabilities. Martial arts training can improve hand-eye coordination, strength, balance, and flexibility, as well as providing a stimulating and challenging physical activity. In addition, the practice of martial arts can increase self-confidence, discipline, concentration and self-defence.

## KEYWORDS

Martial Fights. People with Disabilities. Physical Education. Adapted Teaching.

## 1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho pretende investigar como ocorre a inclusão de pessoas deficientes que escolhem praticar lutas marciais. A educação física nos traz a possibilidade de vivenciar várias modalidades esportivas, dentre elas, os esportes de combates que podem ser adaptados para pessoas com deficiência. É preciso ter cuidado e domínio quando se fala de qualquer inclusão principalmente quando estamos falando de deficientes que buscam as práticas de esportes de combate.

Dentre tantos, é relevante a participação de pessoas com deficiência que vem configurando-se como uma nova forma de apropriação de sua corporeidade e potencialidades, possibilitando-lhes o acesso e a permanência em espaços que até pouco tempo não eram comuns, tais como clubes e academias (Antunes, 2013; Antunes, 2016).

Com isso, este estudo tem a finalidade de demonstrar a cultura do movimento corporal em lutas como ferramenta inclusiva para a melhoria da auto-estima de pessoas com deficiência. Descrevendo o potencial da capoeira e do judô como ferramenta inclusiva, buscando compreender como a capoeira e o judô beneficiam a inclusão de estudantes com deficiência ao reconhecer o poder que as lutas exercem na melhoria da auto-estima dessas pessoas.

Dentre as diversas possibilidades de prática, o judô representa uma atividade física rica em ações motoras e práticas educacionais (Araújo; Mapurunga Neto, 2017). Além desses fatores, ele contribui de modo direto na socialização, mesmo sendo um

esporte individual, a modalidade privilegia a coletividade, o respeito, a amizade e a disciplina, auxiliando, de fato, no desenvolvimento global dos praticantes com deficiências. A capoeira, também é uma ferramenta para a motricidade, devendo compreender que, enquanto movimento, pode ser adaptada, desde que mantenha suas características fundamentais.

Esta análise nos permite um viés mais inclusivo, de uma psicomotricidade, estudando assim as relações e as influências recíprocas entre o psiquismo e a motricidade (Costa *et al.*, 2011).

A inclusão, segundo Bueno (2001), vem como acolhimento para os deficientes, ou seja, vem propor um repensar nas práticas pedagógicas tradicionais, focadas em conteúdos generalistas e de práticas homogêneas, para um novo modo de fazer educação incluindo as diferenças. Segundo o autor, esta prática vai muito além dos exercícios, se dá como um movimento de luta que vem como a possibilidade de um trabalho mais plural e com a participação de todos.

## 2 MÉTODO

A revisão bibliográfica deste presente estudo vem por meio de um levantamento da literatura onde foram encontrados elementos de bastante importância ao processo de inclusão de pessoas deficientes intelectuais (DI) nos esportes de combate. Para a elaboração do trabalho foram utilizadas as bases Google Acadêmico e SciELO. Os artigos apresentados foram publicados entre os anos de 2019 e 2023. Os termos-chave utilizados no idioma português foram Inclusão, Lutas Para Pessoas Com Deficiência Intelectual.

## 3 RESULTADOS

A partir dos dados obtidos, evidencia-se que as artes marciais adaptadas para pessoas com deficiência têm ganhado destaque nos últimos anos, proporcionando uma oportunidade para que todos possam desfrutar dos benefícios físicos, mentais e emocionais dessas práticas. Essas modalidades podem variar de acordo com o tipo de deficiência, mas algumas das mais conhecidas incluem o judô adaptado e a capoeira adaptada.

O resultado das lutas marciais para pessoas com deficiência pode ser extremamente positivo em vários aspectos. Seguem alguns dos principais benefícios que essas práticas podem proporcionar: condicionamento físico, autoconfiança, coordenação motora, disciplina e foco e interação social.

Quanto ao condicionamento físico, dependendo do tipo de deficiência, pode ser necessário fornecer treinamento adicional e desenvolver habilidades específicas. Por exemplo, para pessoas com deficiência visual, pode ser necessário focar no desenvolvimento da audição, do tato e da percepção espacial. Já para pessoas com deficiência física, podem ser aplicados exercícios de fortalecimento muscular e treinamento de equilíbrio.

Já para a inclusão e respeito, a luta marcial adaptada deve ser um ambiente inclusivo, onde todas as pessoas são respeitadas e encorajadas a participar. Instrutores

e praticantes devem ter consciência das necessidades e limitações de cada pessoa, promovendo a igualdade de oportunidades e a integração social.

Quanto a avaliação individual, antes de iniciar a prática da luta marcial, é essencial realizar uma avaliação individual para entender as necessidades específicas de cada praticante com deficiência. Isso envolve conhecer o tipo e o grau de deficiência, as limitações físicas e as habilidades motoras de cada pessoa.

Sobre a adaptação das técnicas, com base na avaliação individual, as técnicas da luta marcial devem ser adaptadas para atender às necessidades individuais de cada praticante.

A conclusão deste tópico, baseada em Gomes (2008), é que as lutas, de maneira geral, proporcionam uma infinita gama de possibilidades de soluções para os problemas do combate, sendo que as respostas táticas e a compreensão lógica destas devem ser apresentadas aos alunos com comprometimentos de forma que estes possam utilizar meios diferenciados para solucionar este problema apresentado.

Além disso, é de responsabilidade principalmente do professor oferecer ao aluno essa variedade de possibilidades e não, somente, modificar um movimento/técnica. Isso torna o papel do educador físico fundamental durante o processo de aprendizagem do aluno deficiente, no que se refere às estratégias de ensino, adaptações dos procedimentos pedagógicos e orientação dos alunos deficientes e não-deficientes para que haja o compartilhamento adequado da prática vigente para todos os alunos.

A análise da bibliografia demonstra que a falta de capacitação dos profissionais pode trazer receios aos praticantes de lutas que são portadores de deficiência, já que sabemos muito bem que o risco de se machucar para um deficiente é maior já que as atividades são adaptadas. Sem a qualificação necessária será impossível a prática de esportes de combate para os deficientes.

Com isso, é nítida a importância dos profissionais estarem sempre se atualizando para que as experiências deles possam trazer mais e mais pessoas para as práticas de esportes sendo pessoas deficientes ou não. As lutas marciais trazem uma educação muito consistente em respeito a todos, além de ser umas das maiores portas abertas para a prática, pois existem vários projetos que trazem a luta até a população mais carente e para as pessoas com deficiência.

## 4 DISCUSSÃO

Os estudos sobre as lesões são importantes para dar informações aos praticantes sobre os riscos de lesões, e para que os deficientes possam cuidar da saúde e possa intervir de maneira mais assertiva para prevenir as lesões. A simples participação no esporte leva a pessoa com deficiência a correr riscos para o surgimento de lesões relacionadas à sua prática. Quanto maior o nível da competição maior o número de lesões possíveis (Morato, 2007; Schalock *et al.*, 2007).

As lesões por acidente, ou seja, lesões que acontecem durante o treino ou competição devido a um impacto de uma técnica aplicada, as mais frequentes são as de cabeça e pescoço. Já as de sobrecarga são aquelas que vão acontecendo por repeti-

ção e não são recuperadas por completo antes que outra aconteça. Estas estão intimamente ligadas a fatores psicológicos que se associam à qualidade de vida do para atleta (Ferrara *et al.*, 2000).

Observa-se que as lesões em praticantes que possui deficiência no esporte de combate seguem o mesmo padrão que no esporte de combate convencional. A localização da lesão esportiva aparenta estar relacionada ao tipo de deficiência e modalidade praticada; membros inferiores são mais frequentes em atletas deambulantes (deficientes visual, amputados e paralisia cerebral) e membros superiores em atletas que utilizam cadeira de rodas; ciclismo, hipismo, judô, futebol, basquete e rúgbi em cadeira de rodas são considerados modalidades de alto risco (Santos *et al.*, 2021). Lesões dos tecidos moles como abrasões, contusões, estiramentos e entorses são os tipos mais comuns de lesão. Fraturas e luxações parecem estar menos presentes (Ponchillia *et al.*, 2002; Silva *et al.*, 2011; Ianof *et al.*, 2014).

## 5 CONCLUSÃO

A prática de esportes tem um efeito positivo para as pessoas com deficiência. O envolvimento com o esporte influencia não apenas a saúde física e mental de uma pessoa, mas também o autoconceito, a autoestima, a aparência física percebida por si, por fim, a satisfação de que por ser deficiente a vida não parou e a possibilidade de esta incluso nas práticas de esportes de combates é algo satisfatório.

A inclusão de pessoas com deficiência nas artes marciais é um tema importante que tem sido abordado e promovido em todo o mundo. Embora cada pessoa com deficiência tenha suas próprias limitações e necessidades específicas, existem várias modalidades de lutas marciais que podem ser adaptadas para permitir a participação ativa e significativa dessas pessoas.

As lutas trazem varias possibilidades de prática envolvendo pessoas com deficiência, já que lutas é uma temática da educação física ainda pouco explorada. Para que pessoas com deficiências pratiquem, têm que ser considerado as necessidades comuns de cada pessoa, trabalhando-se nas adaptações dos os métodos de ensino, dos cenários a serem utilizados para as aulas, bem como o uso de materiais que facilitem e proporcionem a assimilação das praticas de lutas para deficientes.

Uma das principais conclusões é que as artes marciais podem trazer inúmeros benefícios físicos, emocionais e sociais para pessoas com deficiência. O treinamento nas artes marciais pode melhorar a coordenação motora, a força, o equilíbrio e a flexibilidade, além de proporcionar uma atividade física estimulante e desafiadora. Além disso, a prática das artes marciais pode aumentar a autoconfiança, a disciplina, a concentração e a capacidade de defesa pessoal.

É necessário por parte dos profissionais envolvidos o ensino-aprendizagem de habilidades motoras para alunos DI, a partir da adaptação destes elementos a prática do judô e da capoeira, para que estas artes marciais possam ser transmitidas à população DI de forma mais eficiente e estimulante, respeitando suas individualidades.

É importante que as adaptações e modificações são fundamentais para garantir a acessibilidade e a segurança das pessoas com deficiência nas artes marciais. Os instrutores e treinadores devem estar familiarizados com as necessidades individuais de cada participante e serem capazes de adaptar as técnicas, equipamentos e ambientes de treinamento conforme necessário. É crucial garantir que todas as pessoas, independentemente de suas habilidades ou deficiências, possam desfrutar dos benefícios e do prazer das artes marciais.

Além disso, é importante promover a conscientização e a aceitação da diversidade nas artes marciais. A inclusão de pessoas com deficiência ajuda a quebrar estereótipos e preconceitos, promovendo uma cultura de respeito e igualdade. É essencial que as comunidades marciais sejam abertas e acolhedoras, fornecendo suporte e oportunidades para que todos possam participar e se desenvolver.

## REFERÊNCIAS

BATISTEL, Juliana; CARVALHO, Hilda Alberton. Acessibilidade e inclusão da pessoa com deficiência em centros esportivos – estudo de caso. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, p. 12279-12294, 2021.

BRITO, Joice Nicoli de. **Conhecer para praticar**: a prática da capoeira como ferramenta para a inclusão nas diversas esferas sociais. 2019. 39 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Licenciatura em Educação Física) – Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco, UFPE, Vitória de Santo Antão, PE, 2019.

COUTO, Crislaine Rangel *et al.* Efeitos da Prática do Judô na Coordenação Motora de Crianças e Adolescentes Autistas. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 22, n. 1, p. 3-14, 2021.

FAVRIN, Marina *et al.* Atletas com deficiência visual no esporte paralímpico: revisão de literatura. **Revista da Faculdade Paulo Picanço**, v. 2, n. 2, p. 10-10, 2022.

MACHADO, Thaynara *et al.* Efeitos da prática de artes marciais na aptidão física e características comportamentais de pessoas com deficiência intelectual: uma revisão sistemática. **Revista Andaluza de Medicina del deporte**, v. 14, n. 3, p. 192-201, 2021.

SANTOS, Bruno Lima. **Ensino da capoeira para pessoas com deficiência motora**. 2019. 37 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Licenciatura em Educação Física) – Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco, UFPE, Vitória de Santo Antão, PE, 2019.

SILVA, Roberta Ferreira *et al.* Capoeira como espaço de inclusão e melhoria da autoestima e interação de estudantes com TEA: Capoeira as a space for inclusion and improvement of the self-esteem and interaction of students with TEA. **Europub Journal of Multidisciplinary Research**, v. 1, n. 1, p. 14-30, 2020.

---

**Data do recebimento:** 8 de novembro de 2023

**Data da avaliação:** 24 de novembro de 2023

**Data de aceite:** 24 de novembro de 2023

---

---

1 Graduada em Educação Física. E-mail - maysavxx53@gmail.com.