

Futebol 5 adaptado para portadores de Síndrome de Down¹

Fútbol 5 adaptado para portadores de Síndrome de Down

Universidade Estadual do Centro-Oeste-Unicentro
Setor de Ciências da Saúde. Departamento de Educação
Física
Campus Universitário de Irati, PR
(Brasil)

Leandro Sansana de Cristo*

leandrosansana@yahoo.com.br

Gilmar de Carvalho Cruz**

gilmar@irati.unicentro.br

Resumo

Devido a falta de dados sobre os procedimentos de ensino do futebol para portadores da Síndrome de Down, foi desenvolvido um trabalho específico, cujo objetivo principal foi elaborar uma proposta de adaptação da modalidade do futebol 5 para portadores de Síndrome de Down e sua implantação em instituições ou escolas especiais como por exemplo as APAE's. Com atividades que possam proporcionar a aprendizagem desta modalidade através de procedimentos adequados e adaptados, respeitando as características individuais dessa população. Objetivamos também que, além dos alunos poderem aprender os fundamentos básicos da modalidade, que também eles possam apresentar melhoras em relação ao comportamento adaptativo tais como, autonomia, aptidões sociais, participação comunitária, saúde, segurança e o lazer.

Unitermos: Qualidade de vida. Futebol 5. Síndrome de Down.

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 154, Marzo de 2011. <http://www.efdeportes.com/>

1 / 1

Introdução

A pesquisa apresentada é uma idéia de incentivo a prática de atividade física através da adaptação do futebol 5 para indivíduos portadores de Síndrome de Down. O objetivo principal deste trabalho é criar uma nova modalidade de futebol adaptado que vise melhorar ou amenizar os problemas de saúde e de âmbito social característicos dos Portadores de Síndrome de Down (PSD) são acometidos. Foi realizado um estudo bibliográfico com base em autores e estudos relacionados ao assunto já existentes na área. A atividade física orientada por profissionais da área é uma maneira correta de fazer com que esses indivíduos melhorem sua saúde e a socialização. Com base em textos literários podemos ver o quanto a atividade física e o exercício ajudam na manutenção da saúde e na inclusão (no aspecto de desenvolvimento social, motor, cognitivo e comportamental) e em outras diversas formas de relacionamento e aprendizagem¹. Os portadores desta Síndrome sofrem com diversos problemas de saúde, e mais o atraso no desenvolvimento. Problemas como cardiopatia congênita em 40% dos casos, hipotonia em 100% dos casos, problemas respiratórios, obesidade e envelhecimento precoce. Problemas estes que

¹ Publicado em: *Lecturas Educación Física y Deportes* (Buenos Aires), v. Ano 15, n.154, p.1-10, 2011. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd154/futebol-5-adaptado-para-portadores-de-sindrome-de-down.htm> >

podem ser amenizados com a intervenção da educação física². A atividade física é uma oportunidade de se combater os problemas de saúde que os Portadores Síndrome de Down (PSD) sofrem. E o futebol adaptado exigirá uma ampla diversidade de movimentos e isso irá melhorar ou amenizar problemas como hipotonia, condição cardiorrespiratória, equilíbrio, obesidade e o envelhecimento precoce³. Mesmo que a participação do deficiente na prática esportiva ainda seja muito recente conforme a literatura, pode se perceber os benefícios biopsicossociais que esta prática com caráter pedagógico oferece a essas pessoas. A implantação de um programa da Educação Física Especial para portadores da Síndrome de Down propõe uma relação direta entre atividades motoras e sociais, oportunizando novas experiências em diversos ambientes, utilizando jogos e brincadeiras como ferramentas para o entendimento das regras sociais e culturais, permitindo vivenciar o que é ou não aceito no convívio social⁴. Como o futebol é uma modalidade esportiva coletiva e muito praticada em nossa cultura, também contribuirá na integração e socialização desses indivíduos à sociedade. Os portadores de Síndrome de Down apresentam problemas de socialização e integração à sociedade, sendo necessário considerar as limitações de deficiência de cada um⁵. Segundo dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística)³, as pessoas portadoras de deficiência representam de 15 a 20% da população brasileira; dentre eles, de 30 a 50% tem deficiência mental e ainda 25% são portadores da Síndrome de Down. Com a verificação através da revisão de literatura, ficou evidenciado que neste contexto existe certa escassez de estudos sobre o futebol para portadores de Síndrome de Down, e foi o que de certa forma acabou estimulando a pensar na possibilidade de iniciar um trabalho específico com esse público. Com a idéia de oportunizar o desenvolvimento da capacidade de cada indivíduo, optamos por essa modalidade esportiva, pois o futebol, além de melhorar a capacidade motora do PSD através as diversas exigências motoras peculiares dessa modalidade esportiva e uma prática sócioeducativa coerente e identificada com a necessidade de cada um, pode promover a socialização e normalização. Para as aulas de futebol, serão utilizados os materiais básicos da modalidade (bolas, mini-gols, apitos, coletes, redes e cones), e também se for o caso materiais alternativos tais como: luvas de goleiro, arcos, bolas de espuma, bolas de borracha e plástico de diferentes tamanhos, bolas de meia, dentre outros. A formação do profissional em Educação Física, que culturalmente vem privilegiando o desenvolvimento de capacidades e habilidades físicas, que tem priorizado o desempenho físico, técnico e o corpo enquanto objeto de

consumo, pode-se dizer que o papel do professor dessa área é acompanhar a evolução com uma postura ética diante das novas formas de consumo e com senso crítico⁶.

Síndrome de Down

É uma síndrome que teve os primeiros estudos em meados do século XIX mais precisamente no ano de 1866 pelo pesquisador inglês John L.H. Langdon Down que descreveu pela primeira vez, as características de uma criança com Síndrome de Down. Esta é considerada a mais comum das anomalias genéticas e das deficiências mentais⁴. A incidência da Síndrome de Down (SD) em nascidos vivos é de 1 para cada 600/800 nascimentos, tendo uma média de 8.000 novos casos por ano no Brasil⁷. A expectativa média de vida das pessoas com SD, que era de apenas 9 anos em 1920, chega, hoje, a 56 anos em países desenvolvidos⁴. A Síndrome de Down é considerada uma disfunção genética e caracterizada por alterações nos cromossomos, ou seja, existência de um cromossomo extra no par 21 o responsável pelos traços físicos específicos, função intelectual limitada e outras anomalias internas, características frequentes nos portadores da Síndrome de Down, também conhecida como Trissomia do cromossomo 21³. A trissomia pode ser a simples (corresponde a 96% dos casos), quando os pais têm cariótipo normal, ocorrendo a trissomia por acidente genético, cujas causas são ainda discutidas; a de translocação, quando o cromossomo adicional está montado sobre um cromossomo de outro par (G ou D). Pode ocorrer durante a formação das células reprodutoras, mas também pode ser herdada do pai ou da mãe; a de mosaïcismo que, ao contrário dos demais casos, os portadores possuem células normais (com 46 cromossomos) e células trissômicas (com 47 cromossomos)³. O comprometimento mental ocorre, pois normalmente o cérebro é menor e com menos células nervosas, devido a presença do cromossomo extra em todas as células, inclusive as cerebrais e as conexões são mais pobres. Devemos mesmo assim, entre outras coisas, respeitar seu ritmo mais lento, uma vez que acreditamos que ele é capaz de aprender e viver em sociedade⁷.

Futebol 5 Adaptado

O futebol é considerado pela mídia a modalidade esportiva de maior popularidade do mundo. Como fenômeno tem o poder de integrar nações, socializar as pessoas, e propiciar diversos benefícios biopsicossocial.

O futebol de cinco teve origem no Brasil com a prática exclusiva para cegos ou deficientes visuais. Jogado em quadra de futsal com regras adaptadas para a prática dos cegos. O primeiro evento oficial do futebol 5 ocorreu no ano de 1978 em Natal-RN nas Olimpíadas das APAE's conforme dados da Confederação Brasileira de Desportos para Cegos (CBDC) Disponível no site <http://www.urece.org.br/novosite/content/futebol-para-cegos>.

Como já descrito neste trabalho, o objetivo é adaptar esse jogo coletivo para a realização de pessoas portadoras de Síndrome de Down. E isso é possível já que conforme relatos da literatura a grande maioria dos pacientes portadores desta síndrome podem realizar atividades físicas leves ou moderadas, com exceção daqueles acometidos por um nível severo da síndrome que tem suas atividades limitadas².

O futebol 5 para portadores de Síndrome de Down é baseado no futsal. São quatro jogadores na linha e um goleiro. As regras são adaptadas as limitações dessas pessoas para que possam praticar o desporto com emoção, e segurança.

As regras são as mesmas usadas pela Confederação Brasileira de Futsal- CBFS com algumas exceções citadas a seguir:

- Dimensões: a quadra de jogo será um retângulo de comprimento máximo de 25 m e a largura de máximo de 15 m.
- A bola usada será da categoria juvenil Sub 17, as bolas em sua circunferência terão no mínimo 62 cm e no máximo de 64 centímetros. Seu peso será de mínimo 400 gramas e no máximo 440 gramas.
- O tempo de duração de uma partida de Futsal será cronometrado dividido em dois períodos iguais, com tempo de até 15 minutos por período e descanso de 10 minutos entre os períodos.

Aprendizagem motora de portadores de Síndrome de Down

Podemos definir a aprendizagem como sendo uma mudança interna no indivíduo relativamente permanente, pois nos acompanha desde o nascimento até a morte, que envolve um conjunto de processos no sistema nervoso central, no qual o comportamento é modificado pela experiência ou como resultado da prática, ocorrendo nos três domínios do comportamento humano: cognitivo (desenvolvimento de capacidades intelectuais), afetivo (emoções, valores e atitudes) e motor (habilidades ativas práticas) ³. Indivíduos portadores da síndrome de Down apresentam tanto particularidades estruturais como funcionais. Como a existência de um cerebelo menor, um número menor de sulcos cerebrais e ativação diferenciada de algumas estruturas frente a diferentes estímulos⁸. Mesmo que ainda haja muita discussão quanto à natureza do processo de desenvolvimento do portador de Síndrome de Down, havendo argumentações que se dirigem a entender esse desenvolvimento como mais lento do que o desenvolvimento neuropsicomotor típico, os portadores de Síndrome de Down devem se desenvolver da mesma maneira, com limitações de aprendizagem e de desenvolvimento cognitivo, assim como de habilidades sociais e de peculiaridades comportamentais, até agora conhecidas⁹. No âmbito da intervenção por meio de programas de atividade motora é pertinente destacar a existência de duas grandes possibilidades: (a) o desenvolvimento de propostas voltadas para a aptidão física; (b) o desenvolvimento de programas voltados para a aquisição de habilidades motoras³. A aprendizagem e desempenho de habilidades motoras também é um desafio para a vida toda, está relacionada com as etapas de desenvolvimento em que se encontra a criança e, podemos dizer que esse processo começa cedo com a aquisição do controle postural e a habilidade para agarrar objetos com as mãos, depois com as habilidades locomotoras e então, as habilidades manipulativas tal como rebater⁷. Com o passar das respostas aos estímulos das atividades essas habilidades são naturalmente refinadas e combinadas em seqüências de movimentos, produzindo habilidades mais complexas. Assim sendo, a idéia é dar ao futebol ⁵ uma conotação mais sistematizada, pois os alunos portadores da Síndrome de Down, apesar das características de “mais lentos”, podem aprender e atingir o objetivo da modalidade, ou seja, a marcação de gols.

A importância do esporte para portadores de Síndrome de Down

Sabemos da importância da prática da atividade física e esportes de modo geral para a vida das pessoas. E na literatura existem várias adaptações de forma específica para cada público alvo. Com os portadores de Síndrome de Down não é diferente, desde que essas atividades sejam acompanhadas por uma equipe profissional competente à área e com aval de um médico. A atividade física é de suma importância para a manutenção da qualidade de vida, da saúde e na prevenção de doenças. A atividade física para pessoas com Síndrome de Down deve ser adequada as suas características e principalmente as suas necessidades⁴. A importância de se trabalhar com os jogos psicomotores, é possibilitar a estas pessoas vivenciar as sensações reais de praticar algo que proporcione trabalhar suas expectativas para o aprimoramento do repertório motor e suas experiências de vida como seres humanos em um processo ensino-aprendizagem¹⁰. Apesar da participação do deficiente na prática esportiva ser muito recente, podem-se perceber os benefícios biopsicossociais que esta prática com caráter pedagógico oferece a essas pessoas. O programa da Educação Física Especial para portadores da Síndrome de Down propõe uma relação direta entre atividades motoras e sociais, oportunizando vivências novas em ambientes distintos, utilizando jogos e brincadeiras como intermediários para o entendimento das regras sociais e culturais, permitindo vivenciar o que é ou não aceito no convívio social⁴.

Quanto ao trabalho psicomotor deve-se enfatizar os seguintes aspectos:

- o equilíbrio
- a coordenação de movimentos
- a estruturação do esquema corporal
- a orientação espacial e propriocepção
- o ritmo
- a sensibilidade
- os hábitos posturais
- os exercícios respiratórios

Todos estes aspectos devem ser trabalhados dentre as atividades desenvolvidas para o portador desta síndrome. Dando ênfase maior nas atividades aeróbicas e contra-

resistidas já que conforme visto, a hipotonia e a deficiência cardiorrespiratória são os problemas que mais acometem os portadores desta síndrome¹¹.

As principais limitações e problemas específicos do portador de Síndrome de Down

O conhecimento das principais limitações dos portadores de Síndrome de Down é importante para todos, principalmente as pessoas envolvidas diretamente neste contexto, assim poderemos combater ou diminuir o preconceito e o estigma que essas pessoas sofrem na sociedade. Mesmo que de forma limitada é importante sabermos que eles são capazes de realizar diversas atividades tanto de caráter pessoal ou social.

Principais características do indivíduo com Síndrome de Down

Aspectos Clínicos	Frequência (%)
Comprometimento Intelectual	100
Hipotonia muscular generalizada	99
Ângulo palpebral oblíquo	90
Aumento de vascularização retiniana	90
Ausência do Reflexo de Moro	85
Microcefalia	85
Occipital achatado	80
Hiperextensão articular	80
Mãos largas, dedos curtos	70
Baixa Estatura	60
Clinodactilia do 5º dedo	50
Defeitos Cardíacos	50

Orelhas de implantação baixa	50
Orelhas displásicas	50
Epicanto	40
prega palmar transversa única	40
Instabilidade atlanto-axial	40
Instabilidade rótulo-femural	10

Fonte: Fundação Síndrome de Down 12

A síndrome caracteriza-se por: hipotonia, hiperflexibilidade articular devido a frouxidão, face achatada, pavilhões auriculares com implantação baixa, aumento do epicanto interno, macroglossia, baixa estatura, deficiência mental, postura anteriorizada com antepulsão de ombro e semi- flexão de tronco, base aumentada pela falta de equilíbrio¹¹. De modo geral, é possível dizer que as particularidades de ordem estrutural e funcional encontradas no aparelho locomotor, composição corporal, sistema cardiorrespiratório e metabolismo relacionam-se fundamentalmente às capacidades de proficiência física desses indivíduos, tais como, capacidade aeróbia, flexibilidade, resistência muscular localizada⁷. Com as limitações que são características dessas pessoas, outro problema que ocorre neste caso é o sedentarismo com a falta de movimentos corporais ou atividade física. Ocasionalmente uma possível obesidade que também é comum entre os portadores de Síndrome de Down¹².

Considerações finais

O esporte para pessoas especiais tem um parâmetro de alto nível que são os jogos paraolímpicos que direta ou indiretamente elitiza e de certa forma inibe a prática esportiva neste meio. Penso que após a aprendizagem do futebol 5, a maioria dos alunos poderão melhorar algumas características peculiares da Síndrome de Down, como por exemplo o déficit cardiorrespiratório e a hipotonia muscular. Os portadores de Síndrome de Down, além de conseguirem aprender a prática do jogo de futebol 5, terão a oportunidade de se expressar através desta atividade e de experimentar uma modalidade esportiva que praticada em todo o Brasil, podendo assim fazer parte da cultura nacional. Portanto, o objetivo do esporte adaptado hoje é auxiliar essas pessoas a se desenvolverem, criando para eles uma oportunidade de lazer, prazer e principalmente de bem estar físico e social. E também se espera que tenham condições de descobrirem suas potencialidades tanto corporais quanto cognitivas, e de serem participativos no meio social.

Referências

AGUIAR, João Serapião de; DUARTE, Édison. Educação inclusiva: um estudo na área da educação física. *Rev. bras. educ. espec.*, Marília, v. 11, n. 2, Aug. 2005.

ANDRADE, S.L.S. *Alterações na sociabilidade de crianças portadoras de Síndrome de Down a partir da prática esportiva em projeto social na percepção de pais / responsáveis*. Rio de Janeiro, 2005.

BELAN, I. FERNANDES, L.A. VENDITTI JÚNIOR, R. Estudos preliminares da importância da Educação Física em instituições especializadas em Síndrome de Down na região metropolitana de Campinas-SP. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 13 - N° 126 - Novembro de 2008. <http://www.efdeportes.com/efd126/importancia-da-educacao-fisica-em-instituicoes-especializadas-em-sindrome-de-down.htm>

BISSOTO, M.L. O desenvolvimento cognitivo e o processo de aprendizagem do portador de Síndrome de Down: revendo concepções e perspectivas educacionais. *Ciências & Cognição*. Ano 02, Vol 04, mar, 2005.

BORGES et al. Futebol e basquete: adaptações de regras para o ensino-aprendizagem de alunos com necessidades educacionais especiais. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 12 - N° 112 - Setembro de

2007. <http://www.efdeportes.com/efd112/futebol-e-basquete-para-alunos-com-necessidades-especiais.htm>

CALDAS, M.H.; GIMENEZ, R. Desempenho de indivíduos portadores da síndrome de Down na aprendizagem de uma tarefa motora seqüencial frente a estímulos visual e sonoro: um estudo exploratório. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 14 - Nº 141 - Fevereiro de

2010. <http://www.efdeportes.com/efd141/desempenho-de-individuos-portadores-da-sindrome-de-down.htm>

COSTA ROCHA, C.M. Iniciação esportiva do aluno portador de Síndrome de Down: relatos de uma instituição Sul - Capixaba. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 14 - Nº 142 - Março de

2010. <http://www.efdeportes.com/efd142/iniciacao-esportiva-do-portador-de-sindrome-de-down.htm>

GESTAL, S.B.P. MANSOLDO, A.C.A importância da atividade física na melhoria da qualidade de vida dos portadores da síndrome de down. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 13 - Nº 119 - Abril de

2008. <http://www.efdeportes.com/efd119/atividade-fisica-dos-portadores-da-sindrome-de-down.htm>

GIMENEZ, R. Atividade motora para indivíduos portadores da síndrome de Down. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 12 - Nº 113 - Octubre de 2007. <http://www.efdeportes.com/efd113/atividade-motora-sindrome-de-down.htm>

LEITÃO, M.T.K. Tênis de campo para portadores de síndrome de dow: desafios pedagógicos. *Conexões*, v. 1, n. 2, 1999.

MELO, A.C. R.; LÓPEZ, R.F.A. O Esporte Adaptado. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 8 - Nº 51 - Agosto de

2002. <http://www.efdeportes.com/efd51/esporte.htm>

WINNICK, J.P. *Educação Física e Esportes Adaptados*. Barueri-SP: Editora Manole, 2004.