



ESPORTE ADAPTADO EM CADEIRA DE RODAS: FATORES E DESAFIOS DA PRÁTICA PARA PESSOAS COM LESÃO MEDULAR

Jamili Andrian Roessle
Luiz Felipe
Paloma de Paula
Lucio Mauro Braga Machado

Resumo: A lesão medular (LM) é vista como uma das situações mais difíceis para uma pessoa, trazendo a perda de movimento e mudanças profundas na vida social, emocional e funcional. No Brasil, milhares de pessoas por ano passam a viver com paraplegia ou tetraplegia, sobretudo jovens homens entre 18 e 40 anos. Essa condição exige um processo de reabilitação longo e custoso, que busca adaptação e melhor qualidade de vida, com foco em autonomia, autoestima e inclusão social, e não apenas na cura (Medola; Elui; Santana, 2010).

As consequências físicas da LM vão além da ausência de movimento. A fraqueza muscular, a redução da capacidade respiratória e as alterações cardiovasculares limitam o físico e favorecem o sedentarismo, aumentando o risco de doenças cardíacas e outros problemas de saúde. Nesse cenário, o esporte adaptado se torna essencial, pois contribui para diminuir os riscos de doenças, melhorar a resistência física, favorecer a independência e fortalecer a autoestima dos praticantes (Costa e Silva et al., 2013).

O esporte adaptado surgiu após a Segunda Guerra Mundial, quando Ludwig Guttmann utilizou o esporte na reabilitação de soldados lesionados, demonstrando benefícios físicos, psicológicos e sociais. No Brasil, o movimento começou na década de 1950, com clubes voltados a pessoas com deficiência, inicialmente com foco médico e reabilitador. Atualmente, o esporte adaptado se consolidou em diferentes contextos, desde o lazer até o alto rendimento, ganhando visibilidade nos Jogos Paralímpicos e reforçando valores de inclusão e superação (Medola; Elui; Santana, 2010).

Mais do que reabilitação, o esporte adaptado é um fenômeno complexo e multifatorial. Aspectos biológicos, como força e resistência; psicológicos, como autoestima; sociais, como acesso e garantia de direitos; e pedagógicos, como regras adaptadas, precisam ser considerados. Cada atleta apresenta singularidades, trajetórias e desafios próprios, o que exige atenção específica dos profissionais envolvidos (Costa e Silva et al., 2013).

Assim, a LM e o esporte demonstram que reabilitar vai além do cuidado físico: significa reconstruir vidas. O esporte adaptado proporciona independência, dignidade e novas

conquistas, representando não apenas inclusão, mas uma transformação social, emocional e humana (Medola; Elui; Santana, 2010; Costa e Silva et al., 2013).

Palavras-chave: Esporte; Deficiência; Treinamento; Lesão Medular.

REFERÊNCIAS

COSTA E SILVA, A. A. et al. Esporte adaptado: abordagem sobre os fatores que influenciam a prática do esporte coletivo em cadeira de rodas. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 27, n. 4, p. 679-687, out./dez. 2013.

MEDOLA, Fausto Orsi; ELUI, Valéria Meirelles Carril; SANTANA, Carla da Silva. A lesão medular e o esporte adaptado em cadeira de rodas. Revista Digital-Buenos Aires, v. 15, p. 43, 2010. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd143/o-esporteadaptado-em-cadeira-de-rodas.htm>. Acesso em: 17 set. 2025