

## **PROJETO PARAMOVIMENTO**

Coordenador: MAURO GOMES MATOS

Autor: TOBIAS ZART JACOBY

Segundo dados do IBGE, atualmente no Brasil existem cerca de 35 milhões de deficientes, sendo aproximadamente 17 milhões de deficientes visuais e 8 milhões de deficientes físicos. A deficiência visual e física traz consigo importantes alterações posturais além de alterações no padrão de marcha. Ocorre também diminuição das habilidades para atividades de vida diária (AVDs) devido a perda de força muscular, equilíbrio sensório-motor e diminuição de noção espaço-temporal. Sabe-se que exercícios físicos são ferramentas indispensáveis no processo de melhoria da qualidade de vida e da saúde da população em geral, além disso, é um importante instrumento para a inclusão e integração social, em especial para pessoas com deficiência. Pensando nessas alterações e no declínio de condicionamento cardiorrespiratório e neuromuscular que a falta de atividade física regular pode acarretar, o Projeto ParaMovimento pretende proporcionar um espaço interdisciplinar de atividade física orientada, através dos cursos de Educação Física e Fisioterapia do Centro Universitário Metodista do IPA, oportunizando a promoção da saúde física, mental e social de pessoas com deficiência física e visual. Portanto, o objetivo do Projeto ParaMovimento é prestar atendimento fisioterápico e de condicionamento físico através de uma ação interdisciplinar. Como objetivo secundário, há a intenção de desenvolver pesquisas científicas na área do paradesporto, incentivando alunos a realizarem seus trabalhos de conclusão de curso (TCC) na área. No ano de 2011 participaram do projeto 08 pessoas com deficiência visual, vinculadas ao Programa ParaMovimento do Centro Universitário Metodista do IPA. Foram realizadas avaliações morfológicas, testes da funcionalidade músculo-esquelético, avaliação postural e a escala de equilíbrio de Berg. As sessões de atendimento possuíam duração de 1 hora diária e frequência de três vezes por semana, possuindo atividades físicas e fisioterapêuticas planejadas e supervisionadas pelos alunos-bolsistas dos cursos de fisioterapia e educação física. As atividades incluem exercícios para a melhoria do condicionamento físico, da postura e da funcionalidade nas AVDs. Concluímos que a interdisciplinaridade entre os cursos de Educação Física e Fisioterapia do Centro Universitário Metodista IPA, objetivo principal do projeto, foi alcançado com êxito refletindo diretamente nos resultados apresentados pelos participantes, como por exemplo a melhora do condicionamento físico e regulação postural.