

316

**PROGRAMA DE HIDROGINÁSTICA PARA PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN.**

*Carla Rosana da Silva Severo; Ana Carolina Fialho Ravazzolo; Cristine Lima Alberton; Ana Cristina Fialho Ravazzolo; Luiz Fernando Martins Krueel.* (Grupo de Pesquisa em Atividades Aquáticas – GPAA,

Laboratório de Pesquisa do Exercício – LAPEX / CENESP, Escola de Educação Física – ESEF / UFRGS).

A Síndrome de Down foi a primeira anormalidade cromossômica descrita no homem, por John London Down em 1886. Essa população após os dezessete anos é privada de atividades físicas extra-classe, mesmo que possa se beneficiar, em sua maioria, da atividade física regular. Sendo assim a proposta do presente estudo foi verificar os efeitos dos exercícios de hidroginástica na qualidade, funcionalidade e autonomia de indivíduos com Síndrome de Down. A amostra foi composta por dez alunos, (cinco homens e cinco mulheres), que participaram de duas aulas semanais com duração de quarenta e cinco minutos cada, perfazendo um total de trinta e duas aulas. Para esse estudo foi usado o parecer descritivo quantificando as ações que os alunos realizavam em cada aula, através de um bolsista que traduzia o que havia ocorrido na mesma, na tentativa de compreensão dos sentimentos dos alunos e o porquê de suas ações. Esses diários de atividades nos possibilitaram a montagem dos seguintes quadros de comportamentos: permanência com o grupo (pré: 3 alunos; pós: 9 alunos); permanece com conduta social adequada (pré: 1 alunos; pós: 9 alunos); demonstra segurança no meio aquático (pré: 8 alunos; pós: 10 alunos); interação com o grupo (pré: 3 alunos; pós: 7 alunos). O estudo demonstra a importância do programa de hidroginástica na funcionalidade e autonomia dos portadores de Síndrome de Down, desta forma melhorando sua qualidade de vida (PROEXT).