

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**ANA PAULA BET STEFANSKI
MIRYAM EDUARDA DA COSTA DE AMORIM**

**VIDAS EM MOVIMENTO: O PODER TRANSFORMADOR DO HANDEBOL EM
CADEIRA DE RODAS**

CASCADEL

2024

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**ANA PAULA BET STEFANSKI
MIRYAM EDUARDA DA COSTA DE AMORIM**

**VIDAS EM MOVIMENTO: O PODER TRANSFORMADOR DO HANDEBOL EM
CADEIRA DE RODAS**

Trabalho de Conclusão de Curso
TCC-Artigo para obtenção da
aprovação e formação no Curso de
Educação Física Bacharelado pelo
Centro Universitário FAG.

**Professora Orientadora: Me. Dirleia
Aparecida Sbardelotto Castelli.**

**CASCADEL
2024**

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**ANA PAULA BET STEFANSKI
MIRYAM EDUARDA DA COSTA DE AMORIM**

**VIDAS EM MOVIMENTO: O PODER TRANSFORMADOR DO HANDEBOL EM
CADEIRA DE RODAS**

Trabalho de Conclusão de Curso TCC como requisito para a obtenção da formação no Curso
de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG

BANCA EXAMINADORA

Orientadora Prof. Dirleia Ap. Sbardelotto Castelli

Prof Jean Carlos Coelho
Banca avaliadora

Prof Alceu Martins Junior
Banca avaliadora

VIDAS EM MOVIMENTO: O PODER TRANSFORMADOR DO HANDEBOL EM CADEIRA DE RODAS

Ana Paula Bet STEFANSKI¹
Miryam Eduarda de Costa AMORIM²
apbstefanski@minha.fag.edu.br
mecamorim@minha.fag.edu.br

RESUMO

Nos últimos anos, a importância do desenvolvimento psicomotor, social e psicológico para paratletas tem sido amplamente reconhecida. Em Cascavel, o handebol em cadeira de rodas é praticado desde 2012, com crescimento contínuo dos times masculino e feminino, refletindo um aumento no número de atletas e conquistas. Este estudo teve como objetivo analisar o impacto do handebol na vida de paratletas, focando nos aspectos sociais, físicos e psicológicos. A pesquisa foi um estudo de campo onde envolveu 11 atletas com deficiência física, sendo 10 homens e 1 mulher, com idades entre 20 e 52 anos, todos praticando o esporte em alto rendimento por mais de 6 meses. Para a coleta de dados, foram utilizados quatro formulários: um sobre dados gerais, outro abordando o meio social, um focado no desenvolvimento psicomotor e o último sobre o desenvolvimento psicológico. Os relatos dos participantes revelaram que o handebol contribui significativamente para a autonomia, autoestima e aceitação pessoal. O esporte desempenha um papel fundamental na vida de pessoas com e sem deficiência, promovendo um ambiente de inclusão e crescimento pessoal. A pesquisa concluiu que o handebol em cadeira de rodas impacta positivamente o desenvolvimento psicomotor, social e psicológico dos atletas, resultando em uma vida mais ativa e emocionalmente saudável. Esses achados destacam a importância do esporte adaptado na promoção do bem-estar e da qualidade de vida de paratletas.

Palavras-chave: Handebol em Cadeira de Rodas, Psicomotricidade, Meio Social, Bem - Estar Psicológico.

Ana Paula Bet STEFANSKI¹
Miryam Eduarda de Costa AMORIM²
Dirleia Ap. SBARDELOTTO³

LIVES IN MOTION: THE TRANSFORMATIVE POWER OF WHEELCHAIR HANDBALL

Ana Paula Bet STEFANSKI¹
Miryam Eduarda de Costa AMORIM²
apbstefanski@minha.fag.edu.br
mecamorim@minha.fag.edu.br

ABSTRACT

In recent years, the importance of psychomotor, social, and psychological development for para-athletes has been widely recognized. In Cascavel, wheelchair handball has been practiced since 2012, with continuous growth in both men's and women's teams, reflecting an increase in the number of athletes and achievements. This study aimed to analyze the impact of handball on the lives of para-athletes, focusing on social, physical, and psychological aspects. The research was a field study involving 11 athletes with physical disabilities, 10 men and 1 woman, aged between 20 and 52 years, all practicing the sport at a high-performance level for more than six months. Data collection used four questionnaires: one on general information, another addressing the social environment, one focusing on psychomotor development, and the last on psychological development. Participants' reports revealed that handball significantly contributes to autonomy, self-esteem, and personal acceptance. The sport plays a fundamental role in the lives of people with and without disabilities, promoting an inclusive environment and personal growth. The study concluded that wheelchair handball positively impacts the psychomotor, social, and psychological development of athletes, resulting in a more active and emotionally healthy life. These findings underscore the importance of adapted sports in promoting the well-being and quality of life of para-athletes.

Key words: Wheelchair Handball, Psychomotricity, Social Environment, Psychological Well-Being,

Ana Paula Bet STEFANSKI¹
Miryam Eduarda de Costa AMORIM²
Dirleia Ap. SBARDELLOTTO³

1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos vem se compreendendo cada vez mais a devida importância do desenvolvimento psicomotor, social e psicológico para a prática de esportes, os aprimoramentos dessas áreas em um paratleta cria uma base para o bem-estar dos mesmos promovendo crescimentos significativos.

A psicomotricidade é essencial para o desenvolvimento humano, sendo responsável por habilidades como esquema corporal, lateralidade, estruturação espacial, orientação temporal, tônus, postura, equilíbrio e coordenação motora fina. Segundo Silva (2002), a psicomotricidade é uma área do conhecimento que estuda o corpo e seu desenvolvimento em contextos sociais e produtivos. Vayer e Toulouse (1982) explicam que o Sistema Psicomotor Humano (SPMH) baseia-se em estruturas simétricas e assimétricas do sistema nervoso, que permitem a integração e organização de funções motoras e cognitivas exclusivas da espécie humana.

Acredita-se também que o esporte adaptado tem o potencial de promover aprimoramento cognitivo e social para seus praticantes. A Conferência de Consenso de Copenhagen, em sua declaração conjunta, aborda o consenso sobre os efeitos da atividade física na aptidão física, saúde, funcionamento cognitivo, engajamento, motivação, bem-estar psicológico e inclusão social de crianças e jovens, além de sugerir estratégias para a implementação educacional e da prática de atividade física (Bangsbo et al., 2016). O documento ressalta a importância especial de atividades físicas bem estruturadas para crianças e jovens, destacando que, além de melhorar a saúde e a qualidade de vida, essas atividades contribuem para o desenvolvimento cognitivo.

De acordo com os pesquisadores envolvidos, indivíduos mais ativos demonstram um melhor desenvolvimento relacionado ao aumento da sua capacidade intelectual, maior motivação, maior comprometimento, maior sensação de bem-estar, maior facilidade de inclusão social e maior desenvolvimento da autoestima (Bangsbo et al., 2016). Além desses fatores, ao considerar que as pessoas com deficiência, ao praticarem atividades físicas e esportivas, ganham mais independência em suas atividades diárias. Na Teoria da Autodeterminação, o conceito de autonomia não está relacionado ao significado comum da palavra, mas sim à percepção do “eu”, que se refere à noção de individualidade, única e distinta das demais (Ryan & Deci, et al., 2000).

A necessidade de competência, por sua vez, está associada à adaptação ao ambiente, à capacidade do indivíduo de ser eficaz no meio em que está inserido. Isso

envolve tanto o processo de aprendizagem em geral quanto o desenvolvimento cognitivo, abrangendo desde a busca pela sobrevivência e a realização de atividades práticas até a participação social de forma competente e eficaz (Ryan & Deci, et al., 2000).

Segundo Araújo (1997), surge no início dos anos de 1970 um movimento na área da educação física denominado “Esporte para Todos”. A atividade física e desportiva para a pessoa com deficiência cresceu muito desde os anos de 1980, e o Brasil tem sido representado nas grandes competições.

Na cidade de Cascavel no setor de Paradesporto é praticada a modalidade de handebol em cadeira de rodas desde o ano de 2012, segundo a professora e coordenadora, os times masculino e feminino da modalidade vem crescendo e se destacando no esporte, com cada vez mais atletas e mais títulos, onde eles atualmente são bi campeões brasileiros com o time masculino e campeões brasileiros com o time feminino.

Desta forma, este estudo teve como objetivo, analisar o impacto que o handebol em cadeira de rodas trouxe na vida do praticante nos aspectos sociais, físicos e psicológicos por meio de uma pesquisa de campo.

2 MÉTODOS

O processo para a realização deste estudo iniciou-se primeiramente com o contato com a coordenadora do Paradesporto no município de Cascavel-PR, verificando a possibilidade de realização da pesquisa. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que, segundo Chizzotti (2003), é um campo interdisciplinar e transdisciplinar, abrangendo não apenas as ciências sociais e humanas, mas também algumas áreas das ciências naturais e da saúde.

O estudo foi realizado com paratletas com deficiência física que praticam handebol em cadeira de rodas no Complexo Esportivo Ciro Nardi. A pesquisa envolveu 11 atletas, sendo 10 do sexo masculino e 1 do sexo feminino, com idades entre 20 e 52 anos, que praticam handebol em cadeira de rodas de alto rendimento há mais de 6 meses.

Para a coleta de dados, foram utilizados quatro formulários. O primeiro formulário focou nos dados gerais dos participantes e consistiu em uma entrevista com

questões abertas, direcionada aos atletas. O objetivo era obter informações básicas sobre cada um deles, como idade, tempo de prática do esporte e histórico de participação em competições.

O segundo formulário, denominado "Entrevista Semiestruturada - Meio Social", continha três questões abertas que enfatizavam o meio social dos atletas. As perguntas exploravam como a prática do handebol em cadeira de rodas afetou suas relações sociais, sua integração na comunidade e o apoio que recebiam de familiares e amigos.

O terceiro formulário, chamado "Entrevista Semiestruturada - Desenvolvimento Psicomotor", foi composto por quatro questões abertas. Este formulário abordava o desenvolvimento de psicomotricidade dos atletas, incluindo aspectos como o esquema corporal, lateralidade, estruturação espacial, orientação temporal, tônus, postura, equilíbrio e coordenação motora fina. As perguntas visavam entender como a prática do esporte impactava essas áreas do desenvolvimento físico.

Por fim, o quarto formulário, intitulado "Entrevista Semiestruturada - Desenvolvimento Psicológico", incluía três questões abertas. Esse formulário explorava o desenvolvimento psicológico dos atletas e solicitava um breve relato sobre como eram suas vidas antes e após o handebol em cadeira de rodas. O objetivo era identificar mudanças na autoestima, motivação e bem-estar emocional dos praticantes.

Em conjunto, esses formulários forneceram uma visão abrangente dos impactos do handebol em cadeira de rodas nos atletas, abrangendo aspectos gerais, sociais, psicomotores e psicológicos.

As entrevistas foram marcadas individualmente e realizadas no próprio local de treino, antecedendo os mesmos. Foram gravadas com um *SAMSUNG A11* para garantir que o entrevistado não perdesse o ritmo durante os relatos. Após a gravação, as entrevistas foram transcritas fielmente, sem alterações nas falas.

Para preservar a identidade dos participantes e garantir o sigilo das informações, os atletas foram nomeados como A1 (Atleta 1), A2 (Atleta 2), e assim sucessivamente. Com todas as entrevistas transcritas e as fichas de observação em mãos, iniciou-se a análise e discussão dos resultados, levando em consideração as falas mais citadas de acordo com o objetivo do estudo, associando-as ao que foi observado.

3 RESULTADOS

Analisando a coleta de dados, foi possível perceber que a maioria da amostra é composta por pessoas com mais de 28 anos, sendo predominantemente pessoas com deficiência adquirida, entre as quais a maioria são amputados. Os demais têm deficiências como artrogripose (que é congênita), lesão medular, paraplegia, entre outras.

Quatro dos participantes conheceram a modalidade do handebol em cadeira de rodas por meio da fisioterapia, três através de amigos, e os demais por intermédio de professores de Educação Física ou familiares. Nove deles praticam mais de uma modalidade esportiva, enquanto dois se dedicam exclusivamente ao handebol em cadeira de rodas. A maioria treina a modalidade de 2 a 10 anos, sendo que três deles treinam há mais de 10 anos.

Quanto às pontuações dentro do handebol em cadeira de rodas, um participante tem a pontuação mais baixa, quatro têm pontuação 2 ou 3, e seis têm a pontuação máxima, que é 4. Quatro dos participantes já participaram de um campeonato mundial, e sete competiram em outros torneios, como o Brasileiro, o Pan-Americano, entre outros.

Em relação às expectativas futuras, cinco desejam alcançar o nível da seleção brasileira, dois têm como objetivo participar das Paralimpíadas, e os demais pretendem continuar como atletas de alto rendimento ou se aposentar.

Em seguida podemos observar nas tabelas abaixo as demais questões, sobre os âmbitos sociais, psicomotores e psicológicos em ambas as tabelas a amostra foi composta por 11 (onze) participantes.

Tabela 1 - Perguntas do Âmbito Social.

SOCIAL		
Integração na Sociedade	SIM	NÃO
	9	2

Fonte: Criação Própria.

Impacto na Vida Social e Relações Pessoais	NOVAS OPORTUNIDADES	AMIZADE	SENSAÇÃO DE VIVER NOVAMENTE
	5	4	2

Fonte: Criação Própria.

Visibilidade das Práticas Paradesportivas	NÃO TEM VISIBILIDADE	O ESPORTE TRAZ VISIBILIDADE
	6	5

Fonte: Criação Própria.

Na tabela 1 podemos observar que quando foram questionados se o handebol em cadeira de rodas auxiliou a integração na sociedade, 9 (nove) deles responderam que sim e 2 (dois) responderam que não. Na pergunta seguinte a amostra foi questionada sobre qual foi o impacto na vida social e relações pessoais que o handebol em cadeira de rodas trouxe para suas vidas, 5 (cinco) deles disseram que trouxe novas oportunidades, 4 (quatro) disseram que fizeram novas amizades e 2 (dois) deles relataram que tem a sensação de viver novamente.

Tabela 2 - Perguntas do Âmbito Psicomotor

PSICOMOTOR		
Melhoria na Coordenação e no Equilíbrio	SIM	NÃO
	11	0

Fonte: Criação Própria.

Melhoria na Agilidade e Flexibilidade	SIM	NÃO
	11	0

Fonte: Criação Própria.

Maior Independência	SIM	PARCIAL	NÃO
	8	2	1

Fonte: Criação Própria.

Percepção da Conscientização Corporal	SIM	NÃO
	11	0

Fonte: Criação Própria.

Na tabela 2, observamos as perguntas do âmbito psicomotor, a primeira pergunta foi se os participantes perceberam melhorias na coordenação motora após começarem a praticar o handebol em cadeira de rodas, todos os 11 (onze) participantes responderem que sim, na pergunta seguinte foram questionados se eles perceberam melhorias na agilidade e flexibilidade, todos os 11 (onze) responderam que sim, na terceira pergunta eles foram questionados se tiveram maior independência após começar a praticar o handebol em cadeira de rodas, 8 (oito) responderam que sim, 2 (dois) parcial e 1 (um) não, e na última pergunta eles foram questionados se houve melhora na percepção da conscientização corporal e todos os 11 (onze) responderam que sim.

Tabela 3 - Perguntas do Âmbito Psicológico.

PSICOLÓGICO		
Autoconfiança	SIM	NÃO
	11	0

Fonte: Criação Própria.

Desmotivação	SIM	DESMOTIVOU APÓS O ACIDENTE	JÁ QUIS DESISTIR DE TUDO
	7	2	2

Fonte: Criação Própria.

Superação	HCR ME AJUDOU A SUPERAR	HRC ME INCENTIVOU
	8	3

*HCR - Handebol em Cadeira de Rodas.

Fonte: Criação Própria.

Convivência com Outros Paratletas - Bem Estar Emocional	AJUDA COM A TROCA DE EXPERIÊNCIAS	CICLO DE AMIZADES
	10	1

Fonte: Criação Própria.

Na tabela 3 podemos observar as perguntas do âmbito psicológico, na primeira pergunta eles foram questionados se o handebol em cadeira de rodas auxiliou na melhora da autoconfiança e todos os 11 (onze) responderam que sim, em seguida foram questionados se em algum momento já se desmotivaram, 7 (sete) responderam que sim, 2 (dois) desmotivaram após o acidente e 2 (dois) já quiseram desistir de tudo, e na próxima pergunta foram questionados se o handebol em cadeira de rodas os ajudou a superar a desmotivação, 8 (oito) disseram que o handebol em cadeira de rodas ajudou a superar e 3 (três) que o handebol em cadeira de rodas os incentivou. E por último foram questionados se a convivência com outros paratletas os ajuda no seu bem estar emocional, 10 (dez) disseram que ajuda pois a uma troca experiências e 1 (um) disse que ajuda pois é seu ciclo de amizades.

Tabela 4 - Relatos De Como Eram Suas Vidas Antes E Após O Handebol Em Cadeira De Rodas.

RELATOS DE ANTES E APÓS	
Antes eu era Sedentário, Agora sou Ativo	8
Não Sabia o que Fazer, e Após Voltei a Viver	3

Fonte: Criação Própria.

E por fim na tabela 4, pedimos para que eles relatassem brevemente como eram suas vidas antes e após a prática de handebol em cadeira de rodas, 8 (oito) deles relataram que antes eram sedentários e agora tem uma vida ativa, e 3 (três) deles relataram que não sabiam o que iriam fazer de suas vidas após o acidente e após começar a praticar o handebol sentiram que voltaram a viver.

4 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os relatos dos atletas revelam suas percepções sobre o impacto do esporte em

suas vidas, mostrando como o handebol contribui para a autonomia, autoestima e a aceitação pessoal. O esporte pode desempenhar um papel fundamental na vida de pessoas com e sem deficiência. O esporte pode ter um impacto positivo na vida das pessoas com deficiência, mas muitos desafios eles enfrentam para se envolver no esporte, especialmente nos países em desenvolvimento (PAES; BALBINO, 2005). O esporte adaptado consegue dar um sentido para a vida de vários atletas, além disso desempenha o papel de incluir a percepção de competência e identidade pessoal, identidade está como atleta e não como deficiente físico. (BRAZUNA; CASTRO, 2001).

Enquanto o desporto tem valor na vida de todos, é ainda mais importante na vida de uma pessoa com deficiência. Isso é por causa do esporte ser uma influência de reabilitação e pode exercer bons resultados não só sobre o corpo físico, mas também na reabilitação de pessoas com deficiência na sociedade. (IBDD, 2008)

O esporte ensina independência e, por isso, as pessoas com deficiência participam de atividades de alto desempenho, bem como no desporto de competição e de lazer. O número de pessoas com deficiência envolvidos no esporte é cada vez maior em todo o mundo com esportes organizados para atletas com deficiência divididos em três grupos de deficiência principais, esportes para surdos, esportes para pessoas com deficiências físicas e esportes para pessoas com deficiência intelectual. (TEODORO, 2006)

O atleta A3 compartilha sua visão: *“A sociedade acha que, para uma pessoa com deficiência, a vida acabou, mas é o contrário. O que eu tento mostrar é que a minha vida começou agora, quero demonstrar que consigo fazer mais do que imaginam.”* Sua fala é reforçada pelos estudos de Carvalho Freitas et al. (2009), que destacam como a autonomia e o tratamento sem exclusão ajudam a pessoa com deficiência a construir uma identidade focada em suas possibilidades, não se limitando à deficiência. Essa mudança de perspectiva contribui para melhorias não apenas no desempenho esportivo, mas também no ambiente laboral. É comum a sociedade associar a pessoa com deficiência a falta de produtividade, ou seja, o fracasso é facilmente apontado e o sucesso é pouco percebido e quando percebido é atribuído com mérito, não sendo valorizado o esforço depositado para tal proeza. O esporte adaptado ocupa/desempenha um papel importante na sociedade porque ele combate este tipo de preconceito e estereótipo em torno das pessoas com deficiência. (HEIL, 2008).

A participação no esporte também contribui para o fortalecimento da confiança

pessoal. O atleta A2 reflete sobre sua jornada: *“Antes, eu tinha muita insegurança por ser cadeirante, não me aceitava muito bem, mas conhecendo outras pessoas do esporte, percebi que podemos ser como quisermos. Não precisamos ter insegurança, porque é apenas uma forma diferente de se locomover. O esporte ajuda a mostrar à sociedade que não somos 'coitados' e que podemos fazer tudo que desejarmos.”*

Além da superação física, o esporte oferece uma nova perspectiva de vida. O atleta A6 compartilha: *“No início, eu mexia só o pescoço, mas, com a prática do handebol, comecei a recuperar movimentos e me tornei mais independente. Eu já tinha desistido da minha vida, mas o esporte me trouxe a sensação de que eu poderia viver novamente.”* Pesquisas mostram que indivíduos mais ativos tendem a apresentar melhor desenvolvimento físico, maior motivação, autoestima e facilidade de inclusão social (Bangsbo et al., 2016). Os esportes adaptáveis proporcionam inúmeros benefícios aos indivíduos, incluindo: menos estresse, mais independência, maior realização em educação e emprego, menor dependência de dor e depressão medicada, menos condições médicas secundárias, isto é, a diabetes, hipertensão. (JESUS; FREITAS, 2010)

No entanto, apesar do impacto positivo do esporte, desafios ainda persistem. Como relatado pelo atleta A8: *“O handebol salvou minha vida, é tudo para mim. Conheci muitos lugares e fiz muitos amigos, mas ainda temos pouco apoio da sociedade, acredito que seja pela falta de divulgação.”*

Embora a visibilidade do esporte para pessoas com deficiência tenha avançado, especialmente em eventos como as Paralimpíadas, é necessário investir mais em oportunidades para a prática esportiva adaptada. Os paratletas enfrentam uma série de barreiras que limitam sua visibilidade nos meios de comunicação e na sociedade em geral. Segundo Silva (2018), a falta de cobertura midiática é uma das principais barreiras. Mesmo durante eventos importantes, como os Jogos Paralímpicos, a cobertura é frequentemente limitada e focada em poucos atletas ou esportes específicos. Além disso, a mídia tende a adotar uma abordagem sensacionalista, retratando os paratletas como "heróis" ou "super-humanos", em vez de reconhecer suas habilidades e esforços de maneira equilibrada (Silva, 2018).

Outro desafio significativo é a falta de patrocínios. Marques e Oliveira (2020) destacam que, devido à menor visibilidade, os paratletas têm mais dificuldade em atrair patrocinadores. Isso cria um ciclo vicioso: sem visibilidade, não há patrocínio, sem patrocínio, os paratletas não conseguem recursos para treinar e competir em alto nível, o

que, por sua vez, reduz ainda mais sua visibilidade.

O esporte, como aponta Bento (1999), é polissêmico e polimorfo, devendo ser acessível a todos. Porém, barreiras como a falta de programas específicos, ausência de profissionais qualificados e dificuldades de transporte ainda limitam o envolvimento dessas pessoas no esporte (Biduski et al., 2021).

Além disso, a mídia desempenha um papel crucial. Lima (2019) sugere que os meios de comunicação precisam adotar uma abordagem mais inclusiva e diversificada na cobertura esportiva. Isso inclui dar mais espaço e destaque aos eventos paralímpicos e aos paratletas, e adotar uma narrativa que valorize suas habilidades atléticas sem recorrer ao sensacionalismo.

Outra estratégia é a promoção de parcerias entre organizações esportivas, empresas e governos. Segundo Souza e Ferreira (2021), essas parcerias podem resultar em maior financiamento e suporte para os paratletas, além de campanhas de marketing mais eficazes que ajudem a aumentar sua visibilidade.

O handebol em cadeira de rodas, assim como outros esportes adaptados, tem o poder de transformar vidas e promover a inclusão social. Para isso, é essencial que suas diversas facetas sejam reconhecidas e valorizadas, garantindo que todos tenham a oportunidade de usufruir dos benefícios que o esporte oferece.

5 CONCLUSÃO

O handebol em cadeira de rodas impacta positivamente o desenvolvimento psicomotor, social e psicológico dos atletas, contribuindo para uma vida mais ativa, inclusiva e emocionalmente saudável.

No desenvolvimento psicomotor, melhora a coordenação, força e mobilidade, exigindo controle preciso da cadeira e da bola. Socialmente, promove a inclusão, trabalho em equipe e novas amizades, ajudando os atletas a se integrarem melhor à sociedade. No aspecto psicológico, aumenta a autoconfiança, resiliência e bem-estar, pois os jogadores superam desafios e reduzem o estresse por meio da prática esportiva.

Sendo assim podemos concluir que o handebol em cadeira de rodas é mais do que um esporte, ele representa um caminho para a inclusão, superação e a construção de uma nova identidade para pessoas com deficiência. Através de entrevistas realizadas com atletas dessa modalidade, é possível compreender como suas experiências moldam a relação entre o esporte, a superação pessoal e a quebra de estereótipos sociais.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, P. F. de. **Desporto adaptado no Brasil : origem, institucionalização e atualidade.** 1997. 140f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas.
- BANGSBO J, Krstrup P, Duda J, et al. **The Copenhagen Consensus Conference 2016: children, youth, and physical activity in schools and during leisure time.** Br J Sports Med 2016;50:1177-8.
- BENTO, J.O.O. Contexto e Perspectivas. In. BENTO, J.O.; GARCIA, R.; GRAÇA, A. **Contextos da Pedagogia do desporto.** Lisboa: Horizonte, 1999.
- BIDUSKI, G. M. et.al. **Barreiras e facilitadores percebidos por pessoas com deficiência praticantes de esportes.** Kinesis, v.39, 2021.
- BRAZUNA, M.; CASTRO, E. **A trajetória do atleta portador de deficiência física no esporte adaptado de rendimento.** Uma revisão da literatura. Motriz, 2001.
- CALEGARI, D. R.; GORLA, J. I; CARMINATO, R. A.; COSTA e SILVA, A. A. **Regras do Handebol em Cadeira de Rodas.** In: CALEGARI, D. R.; ARAÚJO, P. F.; GORLA, J. I. Handebol em Cadeira de Rodas: Regras e treinamento. São Paulo: Phorte Editora, 2010.
- CARVALHO - FREITAS: **RAC, Curitiba, v. 13, Edição Especial,** art. 8, p. 121-138, Junho 2009.
- CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais: evolução e desafios.** **Revista Portuguesa de Educação,** v. 16, n.2, Universidade de Minho: Braga, 2003.
- HEIL, E. **A percepção de atletas com deficiência visual sobre o esporte adaptado.** (2008).

IBDD. Instituto Brasileiro dos Direitos da Pessoa com Deficiência. Inclusão social da pessoa com deficiência: medidas que fazem a diferença. Rio de Janeiro: IBDD, 2008. 312 p.

JESUS, Fabio de; FREITAS, Alessandro de. **Handebol adaptado para cadeirantes na escola.** EFDeportes.com, Revista Digital - Buenos Aires - Año 15 - Nº 144 - Mayo de 2010.

LIMA, R. **Mídia e Paratletismo: Análise da Cobertura e das Narrativas Midiáticas.** *Comunicação & Esporte*, 10(1), 50-72. (2019).

MARQUES, L., & Oliveira, P. **Patrocínio Esportivo e Inclusão: Desafios e Oportunidades para Paratletas.** *Journal of Sports Marketing*, 18(4), 213-229. (2020).

PAES, Roberto Rodrigues; BALBINO, Hermes. F. **Processo de ensino aprendizagem no basquetebol: perspectivas pedagógicas.** In: ROSE JR, Dante de; TRICOLI, Valmor. *Basquetebol: uma visão integrada entre ciência e prática*, Barueri, Manole, 2005.

RYAN,R.M., & Deci,E.L. (2000). **Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions.** *Contemporary educational psychology*, 54-67.

SILVA, A. **Heróis ou Atletas? A Representação dos Paratletas na Mídia Brasileira.** *Revista de Comunicação e Cultura*, 30(2), 45-61. (2018).

SILVA, Giuliano Roberto da, et al. A importância do desenvolvimento psicomotor na educação escolar, junto à educação física: uma revisão literária. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, v.12, n.1, p. 313-331, 2017.

SOUZA, V., & Ferreira, J. **Parcerias Estratégicas no Esporte Paralímpico: Um Caminho para a Visibilidade e Sustentabilidade.** *Gestão Esportiva e Sociedade*. 22(1), 78-92. (2021).

TEODORO, Célia Maria. **Esporte adaptado de alto rendimento praticado por pessoas com deficiência: relatos de atletas paraolímpicos.** 2006. 135 f. Dissertação (Mestrado em Distúrbios do Desenvolvimento) – Programa de Pós-Graduação em

Distúrbios do Desenvolvimento, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2006.

VAYER, P.; TOULOUSE, P. **Linguagem corporal**. 1 ed. Porto Alegre, RS: Editora Artes Médicas, 1982.