

**UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

JEOVANA RODRIGUES DOS SANTOS

**BOCHA PARALÍMPICA COMO INSTRUMENTO DE MELHORIA DA
AUTOESTIMA: Um estudo de caso.**

Juazeiro do Norte
2022

JEOVANA RODRIGUES DOS SANTOS

**BOCHA PARALÍMPICA COMO INSTRUMENTO DE MELHORIA DA
AUTOESTIMA: Um estudo de caso.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, Artigo Científico.

Orientador: Prof. Me. Renan Costa Vanali

Juazeiro do Norte

2022

JEOVANA RODRIGUES DOS SANTOS

**BOCHA PARALÍMPICA COMO INSTRUMENTO DE MELHORIA DA
AUTOESTIMA: Um estudo de caso.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Licenciatura em Educação Física do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus
Saúde, como requisito para obtenção do Grau de
Licenciado em Educação Física.

BANCA EXAMINADORA:

Prof^o. Me. Renan Costa Vanali
Orientador

Prof^a. Ma. Márcia Clébia Araújo Damasceno
Examinador (a)

Prof^o. Esp. Ricardo Pereira Lemos
Examinador (a)

Juazeiro do Norte

2022

Dedico esse trabalho aos meus pais, os responsáveis e motivo de toda a minha caminhada até aqui, e ao meu professor orientador Renan Vanali, por todo incentivo e apoio na construção desse projeto.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus, ele que permite que todas as coisas se concretizem, por me guiar em todos os momentos e proporcionar a oportunidade de concluir mais uma etapa na minha vida.

Aos meus pais, Geusa Cristina Carlos dos Santos e Edmilson Rodrigues Vieira, pelo incentivo, amor e apoio, por não terem medido esforços em cada degrau percorrido na minha vida, não tenho palavras para agradecê-los, então dedico essa conquista aos dois, como forma de agradecimento.

Agradeço também as amigas que fiz durante a graduação, que tiveram paciência comigo, me deram apoio e pela cooperação mútua durante esses anos, nossa amizade levarei para vida, Ana Beatriz e Arielle, obrigada. Assim como também agradeço a minha amiga Michelle, que esteve presente quando eu mais precisei.

Não poderia faltar o meu orientador Renan Vanali, que foi essencial nesse processo, agradeço pelos conhecimentos, pela disponibilidade, correções e paciência fornecida. Enfim, a todos que fizeram parte dessa jornada comigo, o meu muito obrigada.

BOCHA PARALÍMPICA COMO INSTRUMENTO DE MELHORIA DA AUTOESTIMA: Um estudo de caso.

¹Jeovana Rodrigues dos SANTOS

²Renan Costa VANALI

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

RESUMO

A bocha paralímpica é um esporte particularmente focado e adequado para pessoas com deficiências físicas graves. É composto por quatro categorias funcionais, das quais BC1 e BC2 são reservadas para paralisia cerebral e as outras duas estão abertas às outras deficiências. Esse estudo é um estudo de caso qualitativo, ou seja, essa abordagem utiliza esse método com intuito de verificar e de identificar os dados que não podem ser analisados numericamente, como sentimentos, comportamentos e percepções. O presente estudo tem o objetivo de verificar os benefícios da melhoria e da autoestima em pessoas com deficiência, por meio da prática de bocha paralímpica. A população e a amostra desse estudo constitui-se de um único voluntário adulto, do sexo masculino de 51 anos de idade, acometido ainda quando bebê pela Poliomielite, possuindo como sequelas, a atrofia muscular nos membros inferiores e os dois pés tortos, conhecidos como pés equinos. Esse trabalho possui como critérios de inclusão: pessoas maiores de 18 anos que possuem deficiência física, paralisia muscular e atrofia muscular e os critérios de exclusão: pessoas que apresentarem deficiência física grave nos quatro membros. Essa pesquisa tem o objetivo de verificar os benefícios da melhoria da autoestima de pessoas com deficiência, por meio da prática da bocha paraolímpica. Diante disso, o estudo realizado constatou que é possível realizar a melhoria da autoestima de pessoas com deficiência através da execução do esporte citado, interferindo positivamente na percepção deles sobre a sua autoestima, após a realização das sessões aplicadas sobre a satisfação em relação a prática. Desse modo, conclui-se que é importante incentivar mais as práticas esportivas para pessoas com deficiência, uma vez que o esporte paralímpico ou adaptado traz muitos benefícios e pode ser uma boa estratégia para a melhoria da qualidade de vida e da autoestima de pessoas com deficiência física.

Palavras-chave: Esporte Adaptado; Autoestima; Bocha Paralímpica.

ABSTRACT

Paralympic boules is a particularly focused sport suitable for people with severe physical disabilities. It comprises four functional categories, of which BC1 and BC2 are reserved for cerebral palsy and the other two are open to other disabilities. This study is a qualitative case study, that is, this approach uses this method in order to verify and identify data that cannot be analyzed numerically, such as feelings, behaviors and

perceptions. The giftThe study aims to verify the benefits of improvement and self-esteem in people with disabilities, through the practice of Paralympic boccia. The population and sample of this study consists of a single adult volunteer, male, 51 years old, still affected as a baby by Poliomyelitis, with sequelae, muscle atrophy in the lower limbs and two clubfeet, known as equine feet. This work has as inclusion criteria: people over 18 years old who have physical disability, muscle paralysis and muscle atrophy and exclusion criteria: people who have severe physical disability in the four limbs. This research aims to verify the benefits of improving the self-esteem of people with disabilities through the practice of Paralympic boccia. In view of this, the study carried out found that it is possible to improve the self-esteem of people with disabilities through the execution of the mentioned sport, positively interfering with their perception of their self-esteem after carrying out the sessions applied on satisfaction with the practice. Thus, it is concluded that it is important to encourage more sports practices for people with disabilities, since Paralympic or adapted sports bring many benefits and can be a good strategy for improving the quality of life and self-esteem of people with disabilities. physics.

Keywords: Adapted Sport; Self esteem; Paralympic Boccia.

INTRODUÇÃO

A autoestima é definida por Brotto (2020) como uma união de sensações e pensamentos particulares do ser humano, na qual refletem atitudes positivas ou negativas com relação a si mesmo, ou seja, ela representa a forma em que as pessoas se reconhecem, idealizam suas expectativas e reconhecem o outro. Relaciona-se com a satisfação e insatisfação do indivíduo com os acontecidos da vida diária. Ela é tida como um indicador importante para a saúde mental, já que envolve-se com condições sociais, afetivas e psicológicas das pessoas (VINCENZO, 2013).

Segundo Côrtes (2021), os indivíduos começam a praticar esporte com o objetivo principal de mudar de vida, seja para perder peso ou seja para sair do sedentarismo. No entanto, há também outros benefícios: o controle emocional, a saúde e a melhoria da autoestima, ou seja, o esporte produz bem-estar, proporciona mais qualidade de vida e assim é perceptível os efeitos internos proporcionados por ele. Logo, é perceptível como a atividade física está relacionada à autoestima.

“O esporte impacta positivamente na qualidade de vida, pois transforma a rotina com novos hábitos saudáveis. O que muitos não percebem é que ele vai além de manter o corpo ativo, pois está ligado com o aumento da confiança, do autoconhecimento e até do equilíbrio emocional, ou seja, está em contato constante com a autoestima.” (CÔRTEES,2021)

Um indivíduo com baixa autoestima não consegue notar suas habilidades e muito menos se sentir capaz de realizar alguma atividade positiva, em consequência do sentimento de insegurança, de insuficiência e de inferioridade. Desta forma, a prática de esportes é apontada como uma ação eficaz para a manutenção da autoestima, porque é através da prática de exercícios que são desenvolvidas habilidades, sensação de bem-estar, ânimo e competências que se estendem para a vida diária e que alteram o comportamento e o pensamento. Segundo Machado (2009), quando compreendido e definidas as diferenças genéticas de cada um e esclarecido o processo natural do desenvolvimento, os receios em relação ao corpo são amenizados.

De acordo com Oliveira (2021), a Bocha Paralímpica refere-se a um esporte particularmente dedicado e adaptado para pessoas com deficiência motora severa. A mesma é constituída por quatro classes funcionais, na qual a BC1 e BC2 são

destinadas unicamente para à paralisia cerebral, os outros dois tipos são abertos para as demais deficiências. Essa categoria pode ser praticada individualmente, em duplas ou em trios, se desenvolvendo de forma mista. A Bocha é definida por ser um esporte relacionado ao aspecto de precisão. Os atletas realizam revezamentos em lances consecutivos para que assim se aproximem do alvo.

Além disso, a Bocha estimula a amizade, o convívio social e contribui com o desenvolvimento e o crescimento pessoal dos jogadores. Com ela o atleta adquire a ampliação de suas capacidades e a superação de preconceitos, garantindo o retorno da autoestima, através da reinserção das pessoas com deficiência (CRAIDE, 2019).

De acordo com o Ministério da Saúde (MS) diante do cenário pandêmico, o qual houve a necessidade de intensificar o isolamento social, também se discutiu a necessidade de praticar exercícios físicos para manutenção e melhoria da qualidade de vida e da autoestima. Para uma pessoa em situação de deficiência, as várias barreiras que existem inibem e dificultam o processo de se exercitar, daí surge a indagação: será que a Bocha Paralímpica pode ser uma boa estratégia de melhoria da autoestima de pessoas cadeirantes?

Segundo a CPB (Comitê Paralímpico Brasileiro), o jogo de Bocha Paralímpica é uma modalidade executada por atletas com grau elevado de paralisia cerebral ou deficiências severas. Sendo assim, esse estudo visa contribuir positivamente para pessoas com deficiência e especialmente para o indivíduo inspirador da realização do estudo sobre esse tema, que dispõe uma deficiência física causada pela Poliomielite. Com isso, o estudo destaca os benefícios desenvolvidos através da prática da Bocha Paralímpica como por exemplo, o equilíbrio, a concentração, a coordenação motora e a autovalorização. Enfatizando, a melhoria da autoestima por meio da prática do jogo.

Portanto, o trabalho dispõe como objetivo geral verificar os benefícios para a melhoria da autoestima de pessoas com deficiência, através da prática da Bocha Paralímpica. Buscando apontar os benefícios da prática da Bocha Paralímpica para aumento da autoestima, apresentá-la como melhoria da qualidade de vida e mostrar o esporte como forma de inclusão.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de um estudo de caso, qualitativo, ou seja, essa abordagem utiliza esse método no intuito de verificar e identificar os dados que não podem ser analisados numericamente, como sentimentos, comportamentos e percepções.

De acordo com Oliveira (2018), o estudo de caso é usado para responder questões sobre as quais o pesquisador não tem muito controle sobre o fenômeno em estudo. Esse estudo ajuda a entender fenômenos individuais, onde os processos organizacionais e políticos da sociedade são melhorados. O estudo de caso é uma ferramenta usada para entender os padrões e as razões que levam a uma determinada decisão. É uma estratégia de pesquisa, um método que engloba tudo em abordagens específicas de coleta e de análise de dados.

“O estudo de caso é próprio para a construção de uma investigação empírica que pesquisa fenômenos dentro de seu contexto real - pesquisa naturalística - com pouco controle do pesquisador sobre eventos e manifestações do fenômeno” (Martins,2013).

A população é a amostra do presente estudo, que constitui-se de um único voluntário, adulto, do sexo masculino de 51 anos de idade, acometido ainda quando bebê pela Poliomielite, possuindo como sequelas a atrofia muscular nos membros inferiores e possuindo os dois pés tortos, conhecido como pés equinos.

A pesquisa possui como critérios de inclusão: ser maior de 18 anos e apresentar deficiência física, paralisia muscular e atrofia muscular. Já para os critérios de exclusão, será adotado: pessoas que apresentarem deficiência física grave nos quatro membros.

Para realização da presente pesquisa, foram utilizados dois questionários Pré e Pós Intervenção com a Bocha Paralímpica, estes idealizados pelos proponentes da pesquisa. Inicialmente aplicou-se um questionário pré – intervenção com a bocha paralímpica, que consiste em cinco questões objetivas sobre a relação da autoestima, da capacidade para realização de atividades físicas e da percepção atual da autoestima do voluntário da pesquisa.

Após a aplicação do primeiro questionário foi realizado uma intervenção com a Bocha Paralímpica com 2 sessões semanalmente no período de 4 semanas,

executadas na cidade de Potengi, na Rua Manoel Monteiro, na praça pública José Alves Batista. Esse jogo possui como instrumentos seis bolas azuis, seis bolas vermelhas e uma bola alvo branca, de aproximadamente 260g cada. E é praticado por atletas com paralisia cerebral avançada ou deficiências graves. O jogo consiste em lançar as bolas coloridas o mais próximo possível da bola branca, onde o voluntário se posiciona em uma cadeira de rodas, disposta pelo voluntário, ficando limitado ao espaço de lançamento designado.

IMAGENS – Seções de intervenção com a Bocha Paralímpica.



QUADRO 01 – Aplicação da Bocha paralímpica.

DATA	ATIVIDADE DESENVOLVIDA
04/10/22	Inicialmente, foi realizado a aplicação do questionário Pré-intervenção com a Bocha Paralímpica. Logo após, a proponente da pesquisa esclareceu ao voluntário sobre como iria acontecer as seções de intervenção, sanando possíveis dúvidas do participante. Em seguida, realizou-se a 1º aplicação das seções de intervenção com o mesmo, tendo uma duração de 20 min. Para a execução da atividade, o participante escolheria a cor da bola que usaria para o seu primeiro lançamento, logo após, com a bola escolhida teria que tentar acertar a bola alvo (bola branca) e assim, repetia-se o processo até que fossem utilizadas todas as bolas disponíveis.
07/10/22 à 30/10/22	Realizou-se as aplicações das intervenções com duração de 20 minutos, seguindo o mesmo método utilizado na 1º aplicação.
01/11/22	Realizou-se a 8º aplicação da intervenção com duração de 20 minutos, seguindo o mesmo método utilizado na 1º aplicação. Em seguida, realizou-se com o participante a aplicação do questionário Pós – Intervenção com a bocha Paralímpica e por fim, para a finalização das seções a proponente agradeceu ao voluntário pela participação e disponibilidade que o mesmo dispôs para ajudar na realização da pesquisa.

FONTE: Dados da pesquisa (2022)

O voluntário realizou a escolha das cores das bolas (vermelho ou azul) para iniciar os lançamentos. A bola seria considerada fora quando ultrapassasse as linhas demarcadas, não sendo considerada para pontuação. Foi classificado seus

resultados de acordo com as sessões realizadas. Após a realização das sessões, o participante conduziu-se para a realização da aplicação de um segundo questionário pós-intervenção com a bocha paralímpica, constituído de 6 questões, estas também objetivas para que fosse identificado a percepção atual da autoestima do voluntário pós realização das sessões aplicadas.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO), estando ainda em fase de apreciação ética, com o CAAE: 59627122.7.0000.5048. O participante foi informado de todos os procedimentos adotados na pesquisa. Após a aprovação e a aceitação da metodologia a ser empregada os participantes foram orientados a assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) de acordo com resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

O estudo apresenta um risco mínimo, pois pode apresentar constrangimento ao voluntário da pesquisa por não conseguir realizar as tarefas propostas da Bocha Paralímpica, devido a precisão exigida para a sua execução ou por se sentir constrangido com as perguntas dos questionários. Sendo assim, a proponente da pesquisa esteve sempre presente apoiando, orientando e permanecendo próxima à realização dos testes. E caso fosse necessário, juntamente com o orientador encaminharia o voluntário ao Núcleo de Apoio Psicopedagógico e Inclusão (NAPI), como forma de medida para amenizar o risco de constrangimento ao participante da pesquisa.

Em relação à pandemia do novo corona vírus, foram adotadas todas as medidas de segurança indicadas pelas autoridades de vigilância competentes, tanto nacional, quanto estadual e municipal.

Ademais, foi orientado ao participante que os dados provenientes do estudo estariam de posse apenas dos pesquisadores envolvidos na pesquisa e no momento da publicação dos resultados do estudo em periódicos e/ou em eventos científicos nacionais e/ou internacionais serão mantidos em sigilo quanto à identidade do voluntário.

Para a análise qualitativa foi realizado a análise do sujeito, a qual o mesmo envolve o uso de informações pessoais para descobrir e entender situações gerais.

RESULTADOS

TABELA 01: Percepção autoestima pré e pós prática da bocha paralímpica.

QUESTIONÁRIO PRÉ-INTERVENÇÃO	
QUESTÃO	RESPOSTA
01	Satisfeito
02	Indiferente
03	Muito satisfeito
04	Satisfeito
05	Não
QUESTIONÁRIO PÓS-INTERVENÇÃO	
QUESTÃO	RESPOSTA
01	Satisfeito
02	Muito satisfeito
03	Satisfeito
04	Sim
05	Satisfeito
06	Sim

FONTE: Dados da pesquisa (2022)

DISCUSSÃO

Percebe-se que o participante relatou que tem uma sensação satisfatória com sua autoestima. Nesse sentido, segundo Brotto (2020), ter uma percepção de autoestima satisfatória é importante para alcançar seus propósitos com uma maior facilidade, dispondo uma perspectiva otimista quando alguma adversidade ocorre.

A prática esportiva de acordo com Côrtes (2021) atinge positivamente a saúde, tornando o dia-a-dia dos indivíduos com hábitos saudáveis, encontrando-se conectado com o crescimento da confiança, do equilíbrio emocional e do autoconhecimento, estando em uma ligação contínua com a autoestima. Entretanto, o voluntário apresentou uma sensação de indiferença em relação a sua percepção de incapacidade a realizações de atividades físicas. E se apresentou-se muito satisfeito em relação a melhoria da sua autoestima através da prática de esportes.

De acordo com um estudo de Oliveira (2001), os indivíduos que realizam a prática de atividades físicas manifestam níveis mais positivos em relação a autoestima quando comparados aos que não executam os exercícios.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde é um estado total de bem-estar físico, social e mental e não simplesmente a ausência de doença.

Portanto, o participante declarou na pesquisa uma sensação de satisfação com o seu nível de atividade física. Nessa perspectiva, Catarina (2018) cita que a atividade física tem um impacto cada vez maior na qualidade de vida e na satisfação.

A Bocha Paralímpica apresenta-se como um dos esportes mais desafiadores e de um relevante crescimento mundialmente, pois é direcionada para pessoas que apresentam um quadro de disfunção motora, possibilitando as mesmas uma posição de igualdade e de inclusão (SENA, 2014). Bem como o esporte dispõe de uma posição de destaque, pois atualmente é considerado como esporte de padrão alto (PEREIRA, MONTEIRO e PEREIRA, 2011). Contudo, o voluntário da pesquisa declarou não possuir ainda conhecimento sobre a Bocha Paralímpica.

De acordo com Fermino (2020), a bocha paraolímpica desenvolve nos indivíduos que a praticam o auto reconhecimento e uma oportunidade positiva em vínculo com o crescimento de habilidades pessoais que concedem a promoção da autonomia do praticante, auxiliando na qualidade de vida, no bem estar e na autoestima. Previamente o participante novamente foi instruído a relatar como estava a sua relação com a autoestima, onde também continuou salientando estar satisfeito com a sua ligação com a mesma. Posteriormente às aplicações das intervenções com a bocha paraolímpica, o voluntário expôs uma sensação muito satisfatória em conexão com a sua autoestima. Logo, o sujeito consegue se perceber sensivelmente motivado ao notar necessidades psicológicas básicas satisfatórias a partir de uma determinada atividade (RIBAS, 2019).

A atividade física está relacionada à autoestima e ao bem-estar individual, ela é considerada a prática mais sugerida e assegurada de forma positiva para uma qualidade de vida saudável em alguns aspectos da saúde. Durante a prática dela, produz-se a serotonina, responsável por auxiliar o desenvolvimento do indivíduo, proporcionando mais confiança, combatendo à baixa autoestima (CARVALHO *et al.*, 2010). Assim, o voluntário declarou estar satisfeito com a sua capacidade de realizar atividades físicas.

As pessoas com deficiência se sentem representadas através dos atletas/esportes paralímpicos, com isso, conseguem revelar um olhar novo sobre suas deficiências. Em razão disso, é repassado para eles a motivação necessária para o seu dia a dia através do exemplo de superação (SILVA, 2019). Portanto, o participante da pesquisa mencionou que a partir das intervenções realizadas com a Bocha paralímpica, percebeu que ela conseguiu interferir na sua percepção sobre sua

autoestima e que se sente satisfeito em relação a prática dessas seções. Como citado por Silva (2019), o esporte motiva as pessoas com deficiência, fazendo com que os mesmos se sintam capazes.

Segundo Cardoso (2011), através das atividades esportivas os praticantes conseguem obter grandes benefícios, entre eles a melhoria do autoconceito e autoestima. Sendo assim, através das sessões de intervenções realizadas com a bocha paralímpica houve a percepção de melhoria da autoestima do voluntário. E além desse desenvolvimento o participante declarou que recomendaria a prática da Bocha Paralímpica para os seus amigos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo da pesquisa foi verificar os benefícios para a melhoria da autoestima de pessoas com deficiência através da prática da Bocha Paralímpica. Diante disso, o presente estudo constatou que é possível realizar a melhoria da autoestima de pessoas com deficiência através da execução do esporte citado, interferindo positivamente na percepção deles sobre a sua autoestima após a realização das seções aplicadas e sobre a satisfação em relação a prática.

A pesquisa não apresentou tantas dificuldades, entretanto, a aquisição dos materiais foi o único impasse para a realização das intervenções, devido o kit oficial de Bocha Paralímpica apresentar um alto custo.

Conclui-se, que é importante incentivar práticas esportivas para pessoas com deficiência, pois como foi exposto durante o estudo, o esporte paralímpico ou adaptado traz benefícios e pode ser uma boa estratégia para a melhoria da qualidade de vida e autoestima de pessoas com deficiência.

REFERÊNCIAS

BROTTO, Thaiana. Autoestima: o que é e como melhorá-la. **Psicólogos Berrini**.

São Paulo, 22, jun., 2020.

Disponível em: <<https://www.psicologosberrini.com.br/blog/autoestima-guia-completo/>>

Acesso em: 26 de Setembro de 2022

CATARINA, L. et al. Exercício físico e satisfação com a vida. **PsychTech & Health Journal**, v. 1, n. 2, 2018.

Disponível em: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/239/2391126005/html/>

Acesso em: 10 de Novembro de 2022

CARDOSO, V.D. A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 529–539, junho. 2011.

Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rbce/a/KVK8XWkSVGyMZLxqXgB8kqH/?lang=pt&format=pdf>> Acesso em: 14 de Novembro de 2022

CARVALHO, E. D. DE *et al.* Atividade física e qualidade de vida em mulheres com 60 anos ou mais: fatores associados. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 32, p. 433–440, set. 2010.

Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgo/a/ntTtrzbyB3Wbxnyz5CVXKZs/?lang=pt>

Acesso em: 02 de Novembro de 2022

CÔRTEZ, Victor. Existe alguma relação entre esporte e autoestima? **Transpire, o blog da treinus**. Belo Horizonte, 01, out. 2021

Disponível em: <<https://www.treinus.com.br/blog/esporte-e-autoestima/>>

Acesso em: 03 de Setembro de 2022

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO. **Bocha**. Brasília, DF, 2019.

Disponível em:

[https://www.cpb.org.br/modalidades/51/bocha#:~:text=Praticada%20por%20atletas%20com%20elevado,branca%20\(jack%20ou%20bolim\).](https://www.cpb.org.br/modalidades/51/bocha#:~:text=Praticada%20por%20atletas%20com%20elevado,branca%20(jack%20ou%20bolim).)

Acesso em: 25 de Setembro de 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Covid-19: como se manter saudável quando ficar em casa é a sua única opção?** 2022.

Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-queru-me-exercitar/noticias/2020/covid-19-como-se-manter-saudavel-quando-ficar-em-casa-e-a-sua-unica-opcao>>.

Acesso em: 25 de Setembro de 2022.

CRAIDE, Sabrina. Esporte adaptado pode ajudar no resgate da autoestima de pessoas com deficiência. **Agência Brasil**. Brasília, 03, nov., 2019.

Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/rio-2016/noticia/2016-09/esporte-adaptado-pode-ajudar-no-resgate-da-autoestima-de-pessoas-com?amp>>

Acesso em: 15 de Setembro de 2022

FERMINO, A. L. **Os benefícios e os significados da participação em um grupo de bocha paraolímpica no município de Curitiba-PR.** Curitiba, p. 171, Julho, 2020. Disponível em:

<https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/69158/r%20-%20t%20-%20antonio%20luis%20fermino.pdf?sequence=1&isallowed=y>

Acesso em: 01 de Novembro de 2022

MACHADO, Dalmo. O conceito corporal e autoestima: A responsabilidade de quem ensina. **Revista EFDeportes.com, Buenos Aires, n. 138, novembro, 2009.**

Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd138/o-conceito-corporal-e-a-auto-estima.htm>

Acesso em: 08 de Novembro de 2022

MARTINS, Thiago. Influência da atividade física na autoestima da pessoa com Deficiência do Núcleo de Educação Física e Esporte Adaptado da Universidade Estadual de Feira de Santana, Bahia, Brasil. **Revista EFDeportes.com, Buenos Aires, n. 182, julho, 2013.**

Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd182/atividade-fisica-na-auto-estima.htm>

Acesso em 16 de Outubro de 2022

OLIVEIRA, Emanuelle. **Estudo de caso. Info Escola, navegando e aprendendo.** Minas Gerais, out. 2018

Disponível em: <https://www.infoescola.com/sociedade/estudo-de-caso/>

Acesso em: 17 de Outubro de 2022

OLIVEIRA, José Igor. Et al. Protocol for assessing the precision of paralympic boccia players. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, [S.l.], v. 27, n. 6, p. 1-5, março, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbme/a/9FbjnJ6bxFdyC93Ks6sd7mM/?lang=en>

Acesso em: 09 de Outubro de 2022

OLIVEIRA, Susana. **O impacto do exercício físico na Auto-estima, Investimento corporal e sentimentos de Auto-eficácia em estudantes universitárias: estudo exploratório.** Disponível em:

<https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo_licenciatura.php?codigo=TL0010>.

Acesso em: 14 de Novembro de 2022.

PEREIRA, O.; MONTEIRO, I.; PEREIRA, A. L. A visibilidade da deficiência – Uma revisão sobre as Representações Sociais das Pessoas com Deficiência e Atletas Paralímpicos nos media impressos. **Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto**, v. 22, n.2, p.119- 217, 2011.

Disponível em: <https://ojs.letras.up.pt/index.php/Sociologia/article/view/1442>

Acesso em: 12 de Novembro de 2022

RIBAS, Marcelen, et al. **Anais do VII Seminário Internacional e XI Curso de Capacitação Técnica da ANDE.** Rio de Janeiro, [s.n], 2019, 120 páginas.

Apostila

SENA, Angêla et al. Fatores psicossociais que beneficiam os atletas de bocha adaptado. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, nº 188, Janeiro, 2014. Disponível em:

<https://efdeportes.com/efd188/fatores-que-beneficiam-os-atletas-de-bocha-adaptado.htm>.

Acesso em: 07 de Novembro de 2022

SILVA, Isabel. Motivação e autoestima entre atletas paralímpicos do Estado da Paraíba. **Repositório institucional da UFPB**, João Pessoa, outubro, 2019.

Disponível em:

<https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/17580/1/IPGS04022020.pdf>

Acesso em: 05 de Novembro de 2022

VINCENZO, Thais. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, São Paulo, v. 5, n. 1, p. 36-48, maio, 2013.

ANEXOS

ANEXO 1 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado Sr.(a).

O prof. Me. RENAN COSTA VANALI de CPF 02247400329 do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO) e JEOVANA RODRIGUES DOS SANTOS estudante do curso de Licenciatura em Educação Física da UNILEÃO com matrícula 2019118139 e CPF 065.260.073-50 estão realizando a pesquisa intitulada “BOCHA PARALÍMPICA COMO INSTRUMENTO DE MELHORIA DA AUTOESTIMA: Um estudo de caso”, que tem como objetivo geral: Verificar os benefícios para a melhoria da autoestima de pessoas com deficiência através da prática da Bocha Paralímpica. E como Objetivos Específicos: 1. Apontar os benefícios da prática da Bocha Paralímpica para aumento da autoestima. 2. Apresentar a Bocha Paralímpica como melhoria da qualidade de vida. 3. Mostrar o esporte como forma de inclusão. Para isso, está desenvolvendo um estudo que consta das seguintes etapas: Aplicação de um questionário pré – intervenção com a bocha paraolímpica, sobre a relação da autoestima, da capacidade para realização de atividades físicas e sobre a percepção atual da autoestima do voluntário da pesquisa. Em seguida, a aplicação do primeiro questionário, a realização de uma intervenção com a Bocha Paralímpica, através de 2 sessões semanalmente no período de 4 semanas. E Após a realização das sessões, ocorrerá a aplicação de um segundo questionário pós – intervenção com a bocha paraolímpica, para identificar a percepção atual da autoestima do voluntário pós realização das sessões aplicadas.

Por essa razão, o (a) convidamos a participar da pesquisa. Sua participação consistirá em realizar intervenções com a Bocha Paralímpica. Os procedimentos utilizados serão lançamentos de bolas coloridas o mais próximo possível da bola branca, posicionado em cadeira de rodas e limitado ao espaço de lançamento designado. O tipo de procedimento apresenta um risco mínimo, pois pode apresentar constrangimento ao voluntário da pesquisa, por não conseguir realizar as tarefas propostas da Bocha Paralímpica, devido ao esporte exigir precisão para a sua execução.

Sendo assim, os proponentes da pesquisa estarão sempre presente apoiando, orientando e próxima a realização dos testes e se necessário, juntamente com o orientador encaminhará o voluntário ao Núcleo de Apoio Psicopedagógico e Inclusão (NAPI), como forma de medida para amenizar o riscos de constrangimento ao participante da pesquisa.

Em relação a pandemia do novo corona vírus, serão adotadas todas as medidas de segurança indicadas pelas autoridades de vigilância competentes, tanto nacional, estadual e municipal.

Os benefícios esperados com este estudo são no sentido de destacar os benefícios desenvolvidos através da prática da Bocha Paralímpica para melhoria da autoestima.

Toda informação que o(a) Sr.(a) nos fornecer será utilizada somente para esta pesquisa. As (RESPOSTAS, DADOS PESSOAIS, DADOS DE EXAMES LABORATORIAIS, AVALIAÇÕES FÍSICAS, AVALIAÇÕES MENTAIS ETC) serão confidenciais e seu nome não aparecerá em (QUESTIONÁRIOS, FITAS GRAVADAS, FICHAS DE AVALIAÇÃO, ETC.), inclusive quando os resultados forem apresentados.

A sua participação em qualquer tipo de pesquisa é voluntária. Caso aceite participar, não receberá nenhuma compensação financeira. Também não sofrerá qualquer prejuízo se não aceitar ou se desistir após ter iniciado (ENTREVISTA, AVALIAÇÕES, EXAMES ETC.). Se tiver alguma dúvida a respeito dos objetivos da pesquisa e/ou dos métodos utilizados na mesma, pode procurar (RENAN COSTA VANALI (88) 999548179 e JEOVANA RODRIGUES DOS SANTOS (88) 994525436, a partir das 13hs até as 22hs de Segunda a Sexta Feira.

Se desejar obter informações sobre os seus direitos e os aspectos éticos envolvidos na pesquisa poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO) Unidade Lagoa Seca: Av. leão Sampaio Km 3 – Lagoa Seca – Juazeiro do Norte – CE. Telefone (88) 2101-1033. Caso esteja de acordo em participar da pesquisa, deve preencher e assinar o Termo de Consentimento Pós-Esclarecido que se segue, recebendo uma cópia do mesmo.

Local e data

Assinatura do Pesquisador

ANEXO 2 – TERMO DE CONSENTIMENTO PÓS-ESCLARECIDO

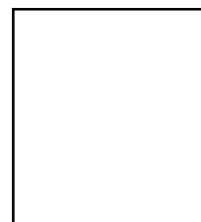
TERMO DE CONSENTIMENTO PÓS-ESCLARECIDO

Pelo presente instrumento que atende às exigências legais, eu _____, portador (a) do Cadastro de Pessoa Física (CPF) número _____, declaro que, após leitura minuciosa do TCLE, tive oportunidade de fazer perguntas e esclarecer dúvidas que foram devidamente explicadas pelos pesquisadores.

Ciente dos serviços e procedimentos aos quais serei submetido e não restando quaisquer dúvidas a respeito do lido e explicado, firmo meu CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO em participar voluntariamente da pesquisa “BOCHA PARALÍMPICA COMO INSTRUMENTO DE MELHORIA DA AUTOESTIMA: Um estudo de caso”, assinando o presente documento em duas vias de igual teor e valor.

_____, _____ de _____ de _____.

Assinatura do participante ou Representante legal



Impressão dactiloscópica

Assinatura do Pesquisador

APÊNDICES

QUESTIONÁRIO PRÉ – INTERVENÇÃO COM A BOCHA PARALÍMPICA

NOME: _____
IDADE: _____
SEXO: F () M ()
ESTADO CIVIL: _____
CLASSIFICAÇÃO DE SATISFAÇÃO DA AUTOESTIMA: 1- NADA SATISFEITO 2- POUCO SATISFEITO 3- INDIFERENTE 4- SATISFEITO 5- MUITO SATISFEITO
1. COMO ESTÁ SUA AUTOESTIMA HOJE? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
2. QUÃO VOCÊ SE SENTE INCAPAZ DE REALIZAR ATIVIDADES FÍSICAS? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
3. VOCÊ ACREDITA QUE A PRÁTICA DE ESPORTES PODE MELHORAR A SUA AUTOESTIMA? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
4. QUÃO SATISFEITO VOCÊ ESTÁ COM O SEU NÍVEL DE ATIVIDADE? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
5. VOCÊ CONHECE A BOCHA PARALÍMPICA? SIM () NÃO ()

QUESTIONÁRIO PÓS – INTERVENÇÃO COM A BOCHA PARALÍMPICA

NOME: _____
IDADE: _____
SEXO: F () M ()
ESTADO CIVIL: _____
CLASSIFICAÇÃO DE SATISFAÇÃO DA AUTOESTIMA: 1- NADA SATISFEITO 2- POUCO SATISFEITO 3- INDIFERENTE 4- SATISFEITO 5- MUITO SATISFEITO
1. COMO ESTÁ SUA AUTOESTIMA HOJE? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
2. QUÃO SATISFEITO VOCÊ ESTÁ COM A SUA AUTOESTIMA APÓS AS REALIZAÇÕES DA BOCHA PARALÍMPICA? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
3. QUÃO VOCÊ SE SENTE CAPAZ DE REALIZAR ATIVIDADES FÍSICAS? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
4. VOCÊ ACREDITA QUE A PRÁTICA DA BOCHA PARALÍMPICA INTERFERIU NA SUA PERCEPÇÃO DA AUTOESTIMA? SIM () NÃO ()
5. QUÃO SATISFEITO VOCÊ ESTÁ EM RELAÇÃO A PRÁTICA DAS SEÇÕES DA BOCHA PARALÍMPICA? (1)-(2)-(3)-(4)-(5)
6. VOCÊ RECOMENDARIA A PRÁTICA DA BOCHA PARALÍMPICA PARA OS AMIGOS? SIM () NÃO ()

