



KAIQUE KAUE CABRAL

**INFLUÊNCIA DO PARADESPORTO NA AUTOESTIMA DE  
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: REVISÃO SISTEMÁTICA**

LAVRAS – MG

2019

KAIQUE KAUE CABRAL

**INFLUÊNCIA DO PARADESPORTO NA AUTOESTIMA DE PESSOAS COM  
DEFICIÊNCIA: REVISÃO SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à  
Universidade Federal de Lavras, como parte das  
exigências do Curso de Graduação em Educação  
Física, para obtenção do título de Bacharel.

Profa. Dra. Nathália Maria Resende  
Orientadora

LAVRAS – MG

2019

KAIQUE KAUE CABRAL

**INFLUÊNCIA DO PARADESPORTO NA AUTOESTIMA DE PESSOAS COM  
DEFICIÊNCIA: REVISÃO SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à  
Universidade Federal de Lavras, como parte das  
exigências do Curso de Graduação em Educação  
Física, para obtenção do título de Bacharel.

APROVADO em 13 de Junho de 2019.

**Banca Examinadora:**

Prof. Gabriel Benedito Lima – Membro externo

Profa. Dra. Nathália Maria Resende – UFLA – Orientadora

LAVRAS/MG

2019

*Dedico este trabalho aos meus familiares, sem vocês eu nada seria.*

## AGRADECIMENTOS

Meus agradecimentos primeiramente a Deus, por ser minha fonte de bênçãos e fé de que tudo daria certo no final.

Aos meus pais Célio e Marli, que durante toda a minha vida foram meu apoio e nunca me deixaram faltar nada. Vocês são a presença viva de Deus na minha vida, muito obrigado.

Aos meus irmãos Anderson e Tatiane, que me ensinaram muito sobre o amor, respeito e amizade. Serei eternamente grato.

Aos meus familiares, que durante toda essa caminhada partilharam comigo um pouco de experiência e dividiram momentos comigo.

Aos meus amigos da vida, Daniela, Pedro, Wellerson, Fernanda e Paulo Henrique. Obrigado por serem amor e carinho na minha vida.

Ao casal Thaís e Alex, por terem sido minha família no início dessa longa caminhada, serei eternamente grato.

Aos amigos que fiz na UFLA, meus companheiros da turma 2015/1. Em especial Paloma, Luiza, Letícia, Lucas, Cacau, Juliano, Rodrigo, Isabela, Débora e Juninho.

Aos meus colegas do NEPE, muito obrigado por dividirem esse trabalho tão maravilhoso, vocês são exemplo de um mundo melhor e de amor ao próximo.

A minha orientadora e mestre Nathália Maria Resende, por desde o início ter sido tão paciente e amorosa comigo. Você é um exemplo de profissional que eu sempre terei como referência na vida, obrigado por absolutamente tudo que me ensinou.

Ao Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Lavras, aos funcionários do DEF e aos meus professores que hoje deixam comigo uma parte de suas experiências. Metade do profissional que estou me tornando eu devo a todos vocês, obrigado por tudo.

E por fim minha eterna gratidão ao meu companheiro de vida Douglas Duarte. Você representa a minha força nesse momento, concluir essa etapa da minha vida só foi possível por que você esteve ao meu lado. Nas inúmeras vezes em que pensei em desistir você estava ali para me lembrar a minha vocação na Educação Física. Serei eternamente grato a você, obrigado.

*“Pelo sonho da igualdade em todos os corações”.*

*César Lemos e Nelson Motta*

## RESUMO

O paradesporto pode ser caracterizado como uma atividade esportiva praticada por pessoas com deficiência (PCD), trata-se de alterações feitas nos esportes convencionais a fim de torná-los aptos para a prática dos PCD. Algumas pesquisas realizadas com esse público mostram que muitos são acometidos por diversas patologias devido às suas limitações, como por exemplo as doenças psicológicas. A autoestima é um dos fatores mais afetados por quem possui alguma deficiência, desencadeando diversas outras doenças que limitam ainda mais a sua vida. Estudos apontam que a prática de atividades físicas pode trazer benefícios para a saúde de qualquer pessoa, tendo influências significativas na qualidade de vida do praticante. Portanto, este trabalho irá abordar as influências que o paradesporto tem na autoestima das pessoas com deficiência através de uma revisão da literatura. Trata-se de um estudo de análise bibliométrica sistematizada, com objetivo de identificar artigos científicos primários envolvendo o paradesporto e a autoestima de PCD. Foram utilizados os bancos de dados: Periódicos CAPES, SCIELO (*Scientific Electronic Library*), Google Acadêmico, para tanto, foram utilizados os cruzamentos das seguintes palavras-chaves, em idioma português: Autoestima, Paradesporto e Pessoa com deficiência. Foram incluídos os artigos primários, completos, realizados com humanos, publicado nos últimos 5 anos (2014 – 2019). A busca eletrônica nas bases de dados resultou na identificação inicial de 45 artigos, sendo excluídos 40 artigos por utilizarem testes não compatíveis com os objetivos e por não tratar da população específicas; ao final, foram incluídos somente 4 estudos para análise. A partir deste levantamento, foi possível compreender que a prática do paradesporto tem influências positivas na autoestima de pessoas com deficiência, pois promove benefícios como: melhora do condicionamento físico, melhora do autoconceito e autoimagem, melhoria na autoestima e qualidade de vida, e também inserção social, cabendo ao profissional de Educação Física conhecer seu papel dentro deste contexto e divulgar cada vez mais o paradesporto como método de melhoria da qualidade de vida de PCD, promovendo a inclusão social dessas pessoas.

**Palavras-chave:** Autoestima. Paradesporto. Pessoas com Deficiência.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>6</b>
<b>2 OBJETIVOS.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1 Geral.....</b>	<b>7</b>
<b>2.2 Específicos.....</b>	<b>8</b>
<b>3 REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>8</b>
<b>3.1 Pessoa com deficiência (PCD) .....</b>	<b>8</b>
<b>3.2 Autoestima .....</b>	<b>12</b>
<b>3.3 Paradesporto .....</b>	<b>13</b>
<b>4 METODOLOGIA .....</b>	<b>18</b>
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>19</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>22</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A vontade para realizar este trabalho nasceu antes mesmo do meu ingresso no curso de Educação Física, quando tive contato com um atleta de paradesporto pela primeira vez e isso mudou completamente as minhas expectativas de vida. Desde então, comecei a me interessar pelo assunto e decidi que me dedicaria em ser um profissional de Educação Física.

Matriculei-me na Universidade Federal de Lavras e logo procurei no departamento de Educação Física algum projeto que atendesse às minhas expectativas acadêmicas, porém não obtive sucesso. O paradesporto começou a fazer parte da minha graduação bem depois, com a chegada da minha orientadora, a professora Nathália. Pouco tempo depois formamos um núcleo de estudos em paradesporto (NEPE) e assim pude começar a jornada acadêmica que eu tanto queria.

Sempre soube que no final desse ciclo tentaria expressar neste trabalho de conclusão a importância do paradesporto na vida das pessoas com deficiência. Vivenciei momentos e relatos de um grande amigo atleta de vôlei sentado e pude perceber como a Educação Física, representada no esporte adaptado, transformou a vida daquele homem em algo que fizesse sentido para ele. Então eu não poderia deixar de dedicar todo o meu trabalho a isso, a comprovar a hipótese de que o paradesporto tem influências positivas na autoestima de pessoas com deficiência.

As pessoas que possuem alguma necessidade específica cada vez mais têm aderido ao paradesporto para diferentes finalidades. Algumas para reabilitação, outras para socialização, a grande maioria pela busca da qualidade de vida e até mesmo para se tornarem atletas de alto rendimento.

Existem muitos estudos que mostram a importância da prática de atividades físicas e como elas possuem papel fundamental na qualidade de vida de qualquer pessoa, visto que a prática regular de exercícios físicos realizados de forma correta traz inúmeros benefícios à saúde dos praticantes.

Um evento que se tornou motivador para a prática do Paradesporto são os Jogos Paralímpicos. Ele acontece de quatro em quatro anos, dias depois dos Jogos Olímpicos, com o intuito de promover a igualdade social entre as pessoas sem deficiência e as pessoas com deficiência (PCD), e dar aos PCD o direito de competirem no maior evento mundial de esportes.

Isso fez com que pessoas com deficiência se sentissem representadas e cada vez mais motivadas a praticarem esportes, mostrando ao mundo que também é possível se tornar um atleta medalhista possuindo algum tipo de limitação.

A autoestima pode ser definida como uma autoavaliação que o indivíduo faz de si mesmo de forma subjetiva, sendo ela positiva ou negativa. A autoestima pode interferir nas ações do indivíduo e assim ter um papel fundamental na sua saúde. Apesar de ser um sentimento que não é explicitamente físico e sim psicológico, se projetada de forma negativa, pode desencadear diversas patologias no indivíduo, como por exemplo, a depressão. Por outro lado, se projetada de forma positiva pode fazer com que uma pessoa consiga até melhorar seu estado clínico.

Este trabalho pretende identificar nas plataformas de textos acadêmicos e científicos se existem atualmente estudos que avaliam as pessoas com deficiência a partir da sua autoestima em relação à prática do paradesporto. O que acontece na grande maioria dos casos de pessoas com algum tipo de deficiência, seja ela congênita ou adquirida, é que devido às limitações, eles não possuem mais ânimo de praticar atividades físicas e em alguns casos perdem até a vontade de viver, o que pode ser considerado baixa autoestima.

Portanto faz-se necessário esta revisão a fim de avaliar se a comunidade científica tem realizado estudos sobre esse tema que é tão relevante para a população que possui alguma deficiência. Este trabalho almeja mostrar a sociedade que essas pessoas precisam e devem ser alvo do interesse de estudos científicos para que existam meios de proporcionar a melhoria do seu bem estar e da qualidade de vida dos PCD.

Devemos nos dedicar e nos comprometer em sermos disponíveis a esse público, que muitas vezes são esquecidos pela população. Precisamos ajudar a aumentar a autoestima e fazer com que eles também acreditem no próprio potencial. Assim tornamos o mundo um lugar com mais igualdade, com mais oportunidades e um lugar melhor para se viver.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 Geral**

Essa pesquisa se caracteriza como uma revisão sistemática sobre a influência entre a prática de paradesporto e a autoestima de pessoas com deficiência.

## **2.2 Específicos**

- Compreender as limitações e potencialidades das pessoas com deficiência;
- Compreender os impactos da inserção das pessoas com deficiência no paradesporto;
- Compreender como o paradesporto influencia na autoestima das pessoas com deficiência.

## **3 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **3.1 Pessoa com deficiência (PCD)**

Greguol (2017) em seu estudo relata que historicamente as pessoas com deficiência eram tratadas com bastante crueldade, muitos quando nasciam eram mortos e isso ainda existe em algumas culturas. Mesmo tempos depois que essa prática foi abolida, ainda assim aqueles que possuíam alguma limitação não poderiam ter convívio com a sociedade. A autora relata que anos depois foram criadas instituições de amparo às pessoas com deficiência, mas que mesmo assim não existia inclusão, pelo contrário, existia uma segregação onde as ações eram direcionadas para pessoas com certo tipo de deficiência e isso acabava excluindo outras desse processo.

Ferreira e Rotermund (2018) se referem a essa época histórica como uma era de rejeição e eliminação das pessoas com deficiência e cita em seu estudo um período da história, mais precisamente no século XX, em que as pessoas com deficiência era submetidas a experiências científicas pelos cientistas nazistas. Em contra partida, nesse mesmo contexto histórico, os sequelados pós guerra eram tratados como heróis nos EUA.

Para Machado et al. (2017) a ascensão da igreja católica teve papel fundamental na mudança desse quadro, inicia-se um paradigma assistencialista, que se baseia na caridade e sentimento de pena. A mudança de quadro das pessoas com deficiência fez com que elas saíssem da condição de animal para a condição humana dependente. O paradigma da inclusão só vem fazer parte do processo histórico a partir da segunda metade do século XX.

Para Motta (2008), a partir da década de 90, a gestão da diversidade como recurso a ser administrado nas organizações, possibilitou a inclusão das PCD no trabalho e maior ou menor adaptação das PCD em função da forma como é gerida a questão da diversidade na organização. Vale ressaltar que:

[...] pessoas com deficiência são, antes de mais nada, PESSOAS. Pessoas como quaisquer outras, com protagonismos, peculiaridades, contradições e singularidades. Pessoas que lutam por seus direitos, que valorizam o respeito pela dignidade, pela autonomia individual, pela plena e efetiva participação e inclusão na sociedade e igualdade de oportunidades, evidenciando, portanto, que a deficiência é apenas mais uma característica da condição humana (BRASIL, 2011, p. 23).

A lei 13.146/2015, art. 2º, “Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual, ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas” (BRASIL, 2015, paginação irregular). A Convenção Internacional sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência admite que a deficiência não está na pessoa, mas na relação entre a pessoa (que tem impedimentos em alguma área) com o meio (barreiras), que impedem sua participação plena na sociedade. Segundo a Classificação Internacional de Funcionalidade (CIF) “a deficiência surge da interação entre problemas de saúde e fatores contextuais – fatores ambientais e pessoais” (OMS, 2012, p. 5). E segundo consta no Relatório Mundial de Saúde (OMS, 2012), o conceito de deficiência é visto não somente pela impossibilidade de realizar tarefas temporária ou permanentemente, mas também pelas dificuldades de acesso aos principais serviços.

Ao longo da história da humanidade, diferentes foram as formas de tratamento da sociedade para com as pessoas com deficiência. Num primeiro momento, pôde ser observado o extermínio de crianças que nascessem com deficiências, sendo que, em algumas culturas, tal prática ainda é admitida. Num segundo momento, embora fosse permitida a sobrevivência dessas crianças, elas não compartilhavam do convívio social com as demais. Nessa ocasião, foram criadas as primeiras instituições voltadas ao atendimento e ao apoio específico às pessoas com deficiência. Tais instituições tinham caráter segregador, ou seja, direcionavam suas ações para crianças com determinado tipo de deficiência. Embora representassem um grande avanço, falhavam ao não estimularem o convívio social com outras pessoas sem deficiência.

Nas décadas mais recentes, especialmente a partir da década de 1980, a deficiência passou a ser reconhecida como uma questão de direitos humanos, e o tema da inclusão social ganhou grande destaque entre os organismos internacionais, sendo foco de debates e documentos elaborados com a finalidade de garantir direitos fundamentais às pessoas com essa condição. Ainda mais recentemente, a deficiência obteve posição de destaque na Agenda para o Desenvolvimento Sustentável – 2030, enfocando preocupações relacionadas à educação, ao crescimento, ao ingresso no mercado de trabalho, à igualdade e à acessibilidade dos ambientes e das instalações. Assim, a mensagem da ONU sobre as pessoas com deficiência, que caracteriza-os como “beneficiárias e como agentes das mudanças na sociedade e desenvolvimento” (GREGUOL, 2017) vem sendo bastante discutida no cenário mundial, reforçando as discussões sobre políticas públicas para a garantia de um desenvolvimento sustentável ao redor do mundo.

De acordo com a abordagem utilizada pela Classificação Internacional de Funcionalidade, Deficiência e Saúde – CIF (WHO, 2001), a deficiência pode ser definida como uma limitação em um domínio funcional que emerge da interação entre a capacidade intrínseca da pessoa, o ambiente e fatores pessoais. Ainda a CIF ressalta que a funcionalidade deve ocorrer em três níveis: função e estruturas corporais, atividades e participação. Para cada domínio, o nível de funcionalidade depende tanto da capacidade intrínseca do indivíduo como de aspectos relacionados ao ambiente que podem reduzir ou elevar a possibilidade do indivíduo de participar da sociedade. Por exemplo, um indivíduo com uma lesão medular incompleta que apresente um quadro de perda parcial de movimentos nos membros inferiores pode apresentar a capacidade de caminhar com algum tipo de órtese (bengala, por exemplo). Porém, caso habite em uma região na qual a acessibilidade urbana seja deficitária, com ruas e calçadas acidentadas, ladeiras íngremes e guias elevadas nas calçadas, a sua capacidade de caminhar será prejudicada ou até impedida. Assim, a CIF não coloca apenas qual é a função remanescente por conta da deficiência, mas também destaca as necessidades particulares para que o indivíduo consiga participar das atividades sociais, tais como uso de bengala, de corrimão, de carro automático, de banheiro adaptado, de rampas de acesso, entre outras.

Também a Convenção das Nações Unidas pelos Direitos das Pessoas com Deficiência, em 2006, reconheceu que a deficiência seria um conceito mais abrangente, resultando da interação entre as pessoas com essa condição e as barreiras atitudinais e ambientais que podem dificultar sua participação ampla e efetiva na sociedade em condição de igualdade com as demais (ONU,

2007). Tal convenção reforçou ainda mais a tendência já observada na segunda metade do século XX de que a deficiência fosse compreendida como uma questão de direitos humanos, em consonância com a Declaração dos Direitos Humanos publicada em 1948, a qual garantia igualdade de direitos a todos, independentemente de quaisquer condições que pudessem apresentar. No Brasil, em consonância com as discussões internacionais, atualmente a Secretaria Nacional de Promoção dos Direitos da Pessoa com Deficiência – SNPD é um órgão integrante da Secretaria de Direitos Humanos da Presidência da República e atua na articulação e coordenação das políticas públicas voltadas para as pessoas com deficiência (SNPD, 2016).

Pessoas com diferentes tipos de deficiência podem experimentar diferentes dificuldades para sua inclusão social. Assim, para que seja possível a elaboração de políticas públicas no sentido de promover a inclusão social plena de pessoas com deficiência nas diversas atividades, é necessário que sejam realizados levantamentos estatísticos sobre a quantidade e a classificação dessa condição nos diversos países. No entanto, existe grande dificuldade na obtenção desses dados, especialmente em países mais pobres, o que torna complexa a compreensão clara sobre o mapeamento da deficiência nas diversas regiões do mundo, bem como o direcionamento de políticas públicas específicas. Um levantamento de abrangência mundial deu conta de que, em todo o mundo, existe uma prevalência de casos de deficiências de em torno de 16%, variando de 12% nos países mais desenvolvidos até 18% nos países em desenvolvimento (WHO, 2011). Já em relação à prevalência de deficiências entre crianças, o mesmo levantamento estima que esta seja de em torno de 6%, no entanto, admite-se que esses números podem sofrer grandes variações dependendo do instrumento de medida utilizado.

O estado de saúde e bem-estar de pessoas com deficiência é visto como ponto crucial que afetará diretamente sua capacidade de socialização, aprendizagem, trabalho e autonomia. Por esse motivo, comportamentos de risco à saúde observados com frequência nessa população, tais como maior tendência ao sobrepeso, alimentação inadequada, tabagismo, consumo excessivo de álcool e sedentarismo, devem ser vistos como preocupações de saúde pública pelos governantes (WHO, 2006). De acordo com essa premissa, o incentivo a um estilo de vida considerável “saudável” pode ser compreendido como um ponto chave na redução dos fatores de risco à saúde de pessoas com deficiência. Entre esses hábitos, a prática de atividades físicas configura-se como ponto de destaque, já que o sedentarismo é considerado como grave problema de saúde pública em todo

mundo, independentemente de gênero, faixa etária e presença ou não de alguma deficiência (WHO, 2016).

### **3.2 Autoestima**

Bednar e Peterson (1995) acreditam que o conceito de autoestima está ligado a como o indivíduo percebe a si mesmo em relação aos seus valores, competências e adequações, em como ele projeta isso de forma negativa ou positiva sobre ele próprio. É o ponto fundamental do aspecto valorativo de como ele elege seus objetivos e suas expectativas para o futuro.

Alguns dos especialistas em estudos sobre a psicologia da personalidade acreditam que a autoestima está relacionada ao bem estar e ao conceito que as pessoas fazem delas mesmas, porém, existem aqueles pesquisadores que se referem a autoestima como um processo que não é estável que ocorre durante o ciclo vital. O autor ainda acredita que a autoestima possui um grande impacto que precede diversos resultados positivos no crescimento do ser humano, pode acometer em influências positivas em diversas áreas da vida, como por exemplo, nas relações interpessoais e vida acadêmica (SBICIGO et al., 2010). Mas por outro lado, se seu impacto for negativo, pode caracterizar em influências negativas como, por exemplo, comportamento antissocial, comportamento agressor e delinquência juvenil.

Para além da sua estrutura unidimensional, a autoestima pode ser caracterizada, como já foi referido, como a componente avaliativa do self, sendo de natureza fundamentalmente afetiva. Leary et al. (1995), por exemplo, afirmam que a autoestima é, fundamentalmente, baseada em processos afetivos, nomeadamente os sentimentos positivos e negativos que a pessoa possui sobre si própria.

Com relação ao autoconceito, Gallahue e Ozmun (2001) definem como a percepção do indivíduo a respeito de suas características, atributos e limitações, sendo similares ou diferentes das outras pessoas. Além disso, a autoestima é considerada como um componente que determina essa variável, indicando de forma consciente ou inconsciente, quem ou o que achamos que somos (BRANDEN, 2000).

Inseridas no processo de ensino, as autopercepções encaram-se como resultado bem como variável preditora/explicativa. Os indivíduos com deficiência encontram com frequência dificuldade em desenvolver autopercepções positivas nas competências físicas. Já a autoestima e

a competência percebida são constructos que influenciam diretamente a motivação, a autoavaliação e o desenvolvimento social das pessoas (SHERRIL, 1997).

A participação na atividade desportiva fornece ao indivíduo, um contexto que permite desafiar as autopercepções de um “corpo deficiente”, pois se os programas forem bem orientados e devidamente estruturado, a natureza física da participação pode realçar mais habilidade do que a própria deficiência (BLINDE; MCCLUNG, 1997).

Para Fox (2000), entre muitos outros autores, defende que uma das formas para potenciar o aumento de autopercepções positivas de um indivíduo com deficiência é a promoção à participação em atividades desportivas de carácter recreativo ou competitivo. Ainda este autor sugere que, níveis elevados de Autopercepções associadas à prática desportiva contribuem para que os indivíduos evitem os efeitos da inatividade física ao nível do bem-estar social, como é exemplo das desistências e do desinteresse por atividades de natureza comunitária. Desta forma e em síntese são retirados os objetivos primordiais do desporto adaptado (ZUCCHI, 2001).

Segundo alguns autores, como Sherrill (1986) e Blinde e McClung (1997) o desporto adaptado é a melhor forma de potenciar as capacidades da pessoa com deficiência, uma vez que a participação na atividade desportiva fornece ao individuo um contexto que permite desenvolver as suas percepções, bem como nos domínios físico e social, pois o individuo interage com os outros, construindo uma biografia individual e social.

### **3.3 Paradesporto**

Para Costa e Sousa (2004), o paradesporto foi criado pelo doutor Ludwig Guttman, em 1948. A proposta inicial de Guttman era a criação de um processo que ajudasse na reabilitação dos soldados sequelados pós guerra, ele portanto criou uma nova perspectiva esportiva que consistia em modificações feitas nas modalidades esportivas convencionais a fim de torna-las atividades que os soldados pudessem praticar. então foram realizadas alterações nas regras, materiais e até em locais, tudo para que a atividade pudesse ser praticada por essas pessoas que agora possuíam algum tipo de limitação.

No ano de 1847, o educador Austríaco Klein edita um livro intitulado de “Ginástica para cegos”, onde estavam incluídas as modalidades para esta população. Nos finais do século XIX realiza-se na Europa o primeiro projeto de desportos para surdos. No entanto, o Desporto

Adaptado só aparece efetivamente após da Segunda Guerra Mundial, donde escaparam uma grande número de pessoas com lesões medulares e amputados, entre outros.

Em 1946, o Dr. Ludwing Guttman, neurocirurgião do Hospital de Stoke Mandeville, implementou pela primeira vez o Desporto sobre cadeira de rodas. Para princípio, Guttman tentava através deste desporto recuperar o bem estar psicológico e um ofício sadio do tempo livre, ao mesmo tempo que se deu conta de que a disciplina desportiva influenciava positivamente o sistema neuromuscular e ajudava o atleta na reinserção na sociedade. Guttman viria ainda criar novas modalidades, tais como o tiro com arco e o atletismo, para em 1960 inserir o halterofilismo. Com o emergência do paradesporto, que consiste basicamente na alteração das modalidades esportivas convencionais, o paradesporto ficou em evidencia.

Os jogos olímpicos que acontecem no mundo todo, passou a ter em sua programação os jogos paradesportivos, intitulado de Paralimpíadas. As Paralimpíadas acontecem após o término das olimpíadas e é disputada por atletas que possuem algum tipo de deficiência. O fato da maior disputa esportiva do mundo também ser realizada por pessoas com deficiência abre uma discussão acerca do quão relevante ela se torna na vida dessas pessoas. Atletas definitivamente são vistos como heróis, isso devido a carga histórica que se iniciou lá na Grécia antiga, onde os atletas disputavam diversas provas a fim de reverenciarem seus Deuses e os campeões ganhavam não somente o premio, mas também o legado de herói daquela edição.

Comisso, até os dias atuais, os atletas mais renomados são aqueles que vencem seus adversários nas disputas finais das olimpíadas, são claramente ovacionados e idolatrados pela população mundial e reconhecidos pelos quatro cantos do mundo. Toda essa evidência desperta nos telespectadores o sentimento de idolatria, muitos jovens se espelham nesses heróis e começam a tentar repetir suas atitudes, o que dentro do paradesporto é uma coisa muito boa. Saber que existem atletas de alto rendimento, heróis olímpicos, é de grande motivação para quem se encontra na mesma condição de pessoa com deficiência, visto que, se outra pessoa conseguiu chegar até o topo, diversas outras também poderão.

Para Gorgatti (2005), o desporto adaptado consiste em modificações feitas nas modalidades esportivas convencionais a fim de torna-las atividades em que as pessoas com deficiência pudessem praticar, então foram feitas modificações nas regras, nos materiais, e até nos locais para que esses PCD conseguissem participar.

Uma das principais características do desporto para deficientes, para além das regras, é o seu sistema de classificação, no qual se tentam agrupar os indivíduos por níveis de capacidade. Dentro do desporto adaptado, existem classificações funcionais ou esportivas, que são determinadas por instituições internacionais responsáveis pelo desporto adaptado direcionado a uma determinada população, estabelecida de acordo com a deficiência e o grau que apresenta (ARAÚJO, 1998).

Os sistemas de classificação apresentam-se em grande número, sendo adaptados pelas diversas organizações. Das mais importantes, são mencionadas o *Comitê Internacional des Sports des Sourds*, a *International Wheelchair & Amputee Sports Federation (IWAS)*, a *International Sports Organization for the Disabled (ISOD)*, o *Special Olympics*, a *Cerebral Palsy – International Sports and Recreation Association (CP- ISRA)* e a *International Blind Sports Association (ISBA)*.

Para Sasaki (1997), o processo de inclusão social ocorre de forma bilateral, quando as pessoas excluídas e a sociedade buscam, juntas, equacionar problemas, definir soluções e efetivar a igualdade de oportunidade para todos. Carvalho (2007), no entanto, acredita que o processo de exclusão social ocorre quando se busca a ‘normalidade’, em vez de defender a diferença, sem preconceitos e discriminações. Para o autor, o processo de exclusão nem sempre é visível; é, no entanto, perverso e às vezes anônimo.

A efetiva prática da inclusão depende, segundo Falkenbach (2010), da aceitação das diferenças individuais e do incentivo e promoção da valorização das pessoas e cooperação entre elas. O conhecimento e as atitudes são importantes fatores ambientais que afetam todas as áreas de fornecimento de serviços e vida social. Elevar a conscientização e desafiar as atitudes negativas costumam ser os primeiros passos para a criação de ambientes mais acessíveis para as PCD. Cabe ressaltar que a “deficiência diminui à medida que se os obstáculos são removidos” (MOTTA, 2008, p. 32).

Maciel (2000) afirma que nos últimos anos, ações de educadores e de pais têm promovido a inclusão de PCD na tentativa de resgatar o respeito humano e a dignidade, possibilitando o pleno desenvolvimento e o acesso a todos os recursos da sociedade e minimizando as dificuldades impostas pela deficiência. Visto que, historicamente, as PCD são excluídas do convívio social, Mello (1997) afirma que pessoas com deficiência quase não são vistas em lugares públicos e quase nunca em situações que envolvem lazer. Faz-se necessário, segundo o

autor, que as PCD tenham acesso aos bens e serviços sociais, como educação, saúde, esporte, trabalho e lazer.

Para Mantoan et al. (1997, p. 7) a diversidade no meio social é “fator determinante do enriquecimento das trocas, dos intercâmbios intelectuais, sociais e culturais que possam ocorrer entre os sujeitos que neles interagem”. E o esporte cria requisitos para os processos de integração. “Um dos aspectos inconfundíveis do esporte é o fato de gerar energias sociais como praticamente nenhuma outra área o faz” (MALINA; CESÁRIO, 2013, p. 74). Em relação à participação de PCD’s em aula de Educação Física, Falkenbach (2010), afirma que a maioria dos alunos com deficiência tende a ser excluída, porém, a participação nessas aulas pode trazer muitos benefícios para os alunos PCD, principalmente no desenvolvimento das capacidades perceptivas, afetivas, de integração e inserção social, levando a uma criação de maior condição de consciência na busca pela independência.

Bier (2010), afirma que, ao longo da história, a prática de atividade física tem sido caracterizada como uma forte ferramenta de via inclusiva e reabilitativa para a população com deficiência. Malina e Cesário (2013, p. 13) afirmam que “a junção entre Educação e esporte contribui para a aprendizagem da convivência (viver juntos, competir, cooperar), além da criação de laços afetivos e políticos entre os membros do grupo”.

Para Araujo (1998) o desporto pode ser visto de forma mais abrangente por seu praticante, como um caminho para o autoconhecimento, a superação de deficiências, a integração na sociedade, a autovalorização, a melhora orgânica e a oportunidade de se posicionar diante das dificuldades estabelecidas pelas suas dificuldades. Dentre essas dificuldades, a de acessibilidade é trazida por Bier (2010), tendo em vista que grande parte das construções são anteriores às leis de acessibilidade. Além da dificuldade de acesso aos espaços físicos, existem dificuldades de deslocamento, de assistência e atendimento pessoal que impossibilitam ou inviabilizam o acesso dessa população ao desporto.

Da mesma forma, o desporto precisa estar de acordo com as condições do seu praticante. Acresce-se a isso, segundo Ribeiro (2016), a preocupação de que os equipamentos para a prática do esporte paraolímpico não devem ser simplesmente adaptados, mas incorporados à sua estrutura fisiológica, além do fato dos equipamentos e as próprias regras do esporte não devem ser concebidos a partir de um olhar de fora, mas partir da realidade do atleta.

Com o tempo, a prática dessas atividades se tornou mais conhecida e utilizada para diversos fins, as pessoas com deficiência começaram a praticar o paradesporto como finalidade esportiva para melhoria da qualidade de vida e como inserção social. Muitas pessoas acometidas por algum tipo de deficiência acabam se tornando pessoas sedentárias, adquirindo baixa autoestima e até depressão, e encontram no paradesporto motivação para continuarem a vida pois o esporte proporciona diversas experiências que contribuem para a melhoria da qualidade de vida.

Em se tratando de pessoas com deficiência, os exercícios físicos possuem benefícios ainda mais perceptíveis, pois além de prover melhorias nas capacidades funcionais, também apresentam grande participação no desenvolvimento biopsicossocial do indivíduo, promovendo uma melhor qualidade de vida (ZUCHETTO; CASTRO, 2002). É em função dessa prerrogativa, que os esportes adaptados têm se tornado parte integrante da vida de muitas pessoas com deficiência, pois além de ajudar no processo de reabilitação e melhora das capacidades, tem papel fundamental na sociabilização e na melhora da autoestima.

Segundo o Instituto Brasileiro dos Direitos a Pessoas Com Deficiência (IBDD, 2008, p. 23), o esporte é utilizado como um recurso para reabilitação, integração social e conscientização da sociedade sobre o potencial da pessoa com deficiência, indicando a relevância da prática esportiva para esta população.

Muitos são os benefícios que podem ser destacados da prática esportiva por pessoas com deficiência, tanto no domínio físico como nos aspectos psicológico e social (QUINTANA; NEIVA, 2008; YAZICIOGLU et al., 2012). Alguns pontos a serem destacados são o aumento na capacidade funcional, a promoção da saúde, o desenvolvimento de relacionamentos sociais e do otimismo, a inclusão em atividades sociais, a melhora na autoconfiança, a auto eficácia, a autoestima, além do aprimoramento da qualidade de vida (WILHITE; SHANK, 2009).

A sociedade foi em diferentes épocas, tomando diversas atitudes face à problemática da deficiência. Neste sentido, a igualdade e a segurança do cidadão deficiente não podem ser esquecidas, mas sim promovidas através de atividades que lhe possibilitem um desenvolvimento completo e harmonioso no seio da sociedade em que está inserido.

Atualmente são diversos os estudos que se reportam a importância e os benefícios da adoção de um estilo de vida ativo para a promoção de saúde (BOUCHARD; SHEPHARD; STEPHENS, 1994). Os benefícios fisiológicos são inúmeros, tais como redução de morbididades e

mortalidade por doenças cardiovasculares, diabetes tipo II, entre outras doenças; ser fisicamente ativo está associado às reduções do risco de depressão, níveis mais elevados de autopercepções físicas e melhoria nos níveis de bem estar mental e do humor (FARIA, 2005; FOX, 2000).

A preocupação não ocorre apenas para com as pessoas ditas normais. Há um grande número de pesquisadores envolvidos para ampliar os conhecimentos que geram melhores condições para as Pessoas com deficiência. É crescente o interesse no bem-estar das populações com deficiência, os estudos que têm a vindo ser desenvolvidos, nomeadamente no seio da psicologia, tem procurado explicar o modo como as pessoas se percebem. Compreender uma pessoa em condição de deficiência significa, primeiro que tudo, compreendê-la como pessoa, para depois entendermos a forma como os seus desvios poderão influenciar o seu desenvolvimento e comportamento (SILVA, 1993).

Desde 1980, que os benefícios ao nível da saúde associados à prática de exercício físico têm vindo a contribuir para o aumento de praticantes com deficiência em atividades de caráter competitivo e recreativo. Marks (1999), enfatizou a importância sociológica do desporto para deficientes, pois a influência desta atividade nos indivíduos pode ser não só verificada através da sua relação com os outros mas também na relação com eles próprios.

Alguns estudos, como os de Alfermann e Stoll (2000) observaram melhorias nas variáveis psicológicas: eles afirmam que o desporto promove a consolidação das autopercepções do domínio físico, demonstrando que o exercício físico tem um papel preponderante na melhoria das capacidades psicomotoras e psicossociais da pessoa com condições de deficiência.

Apesar de apresentarem um déficit intelectual e motor, com as suas características, necessidades e interesses, relembramos que as pessoas em condição de deficiência são cidadãos de pleno direito, a quem deve ser reconhecida a plena dignidade que é devida a todo o ser humano. O desporto adaptado, desta forma, promove benefícios sociais, físicos e motores, sem distinção de sexo, idade ou até deficiência.

#### **4 METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de análise bibliométrica sistematizada, com objetivo de identificar artigos científicos primários envolvendo o paradesporto e a autoestima de pessoas com deficiência. Foram utilizados os bancos de dados: Periódicos CAPES, SCIELO (*Scientific*

*Electronic Library*), Google Acadêmico, para tanto, foram utilizados os cruzamentos das seguintes palavras-chaves, em idioma português: Autoestima, Paradesporto e Pessoa com deficiência.

Foram considerados critérios de inclusão: Artigos originais, completos, realizados com humanos, publicado nos últimos 5 anos (2014 – 2019) os quais ocorreram estudos envolvendo o paradesporto e a sua influência na autoestima de pessoas com deficiência.

Foram excluídos após a leitura do título e dos resumos correspondentes, os trabalhos de revisão e os artigos que não se enquadravam na temática analisada.

Por se tratar da análise de resultados de trabalhos já publicados, não houve a necessidade de aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, conforme orientado pela Resolução CNE nº 510/2017.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca eletrônica nas bases de dados resultou na identificação inicial de 63 artigos, sendo excluídos 31 artigos por utilizarem testes não compatíveis com os objetivos do estudo, 27 por serem artigos que não tratam da população e atividades específicas, mas que serviram de subsídios ao referencial teórico do estudo. Ao final, incluíram-se 4 estudos na presente revisão sistemática que tratam sobre o objetivo geral do estudo, especificamente.

A Tabela 1 apresentam os estudos, organizados cronologicamente, que mostram a relação entre o paradesporto e a autoestima de pessoas com deficiência.

**Tabela 1. Artigos que correlacionam o paradesporto e autoestima de pessoas com deficiência (PCD).**

<b>Autor</b>	<b>Amostra</b>	<b>Metodologia, critérios de inclusão e instrumentos para avaliação</b>	<b>Resultados</b>
Ferreira e Rotermond (2018)	n = 12 7 alunos (PCD diversas) 3 familiares, 1 gestora 1 coordenadora da associação	Pesquisa descritiva de abordagem qualitativa. Foram utilizados questionários fechados e entrevistas, aplicados a onde foi realizado o estudo.	A participação dos alunos no projeto aumentou a autoestima e qualidade de vida após a prática do desporto adaptado.
Milani et al. (2018)	n = 55 Sexo masculino	Foram utilizados o questionário SF-36 e a Escala	Os resultados evidenciaram que a

	(PCD diversas)	Fatorial de Autoconceito – EFA. Para análise dos dados, foram utilizados os testes Kolmogorov-Smirnov, Mann-Whitney e coeficiente de correlação de Spearman, adotando-se ( $P \leq 0,05$ ).	maioria dos atletas possui um alto nível de autoconceito e bom nível de qualidade de vida.
Machado et al. (2017)	Não possui	Relato de experiência sobre a implementação do Programa Paradesporto Escolar de Blumenau/SC. Pesquisa documental retrospectiva, pois a fonte de dados baseou-se na análise de documentos de arquivos públicos, considerados fontes primárias de dados, que foram compilados pelos autores depois do momento em que ocorreram.	Em um dos documentos pesquisados os autores encontraram uma pesquisa onde foi aplicado questionário a 83 pais e/ou responsáveis pelos alunos, sendo que 60,2% ( $n = 50$ ) relataram melhora na autoestima das crianças após o início das atividades.
Grubano (2015)	n = 06 6 atletas amadores (3 do sexo masculino e 3 do sexo feminino) Idade = 23 a 50 anos (PCD diversas)	Qualitativa. Entrevistas com residentes do município Criciúma/SC, que praticam atletismo adaptado.	O estudo deixa claro a imagem do esporte adaptado como fator de inclusão social, ele faz com que as barreiras sejam quebradas e que os atletas se sintam de alguma forma cidadãos com objetivos e dentro desta sociedade vistos pelo seu desempenho e capacidade de realização.

Os estudos realizados mostram a importância da prática desportiva realizada pelas pessoas com deficiência, colocando a ênfase de que a melhoria da qualidade de vida é o fator que mais pôde ser observado nas cinco pesquisas realizadas. O paradesporto tem como característica proporcionar às pessoas com deficiência o contato com várias outras na mesma condição que elas se encontram, e isso traz não somente benefícios à saúde física, mas também à saúde psicológica.

Na pesquisa de **Machado et al.** (2017), o resultado dos questionários aplicados aos responsáveis dos alunos identificou que todos eles acreditam que a prática realizada pelas crianças trouxe inúmeros benefícios para a saúde dos mesmos, incluindo a melhora na autoestima. Dentre os resultados dos questionários vale ressaltar que também foram aplicados aos

professores das crianças, que indicaram também uma melhora na aprendizagem e um melhor rendimento escolar dos escolares.

A autora afirma que o programa de paradesporto escolar da cidade promove a inclusão de crianças com deficiência, ajudando e potencializando a autonomia e independência para a realização de tarefas diárias e também na aprendizagem escolar. Ela conclui que o projeto da cidade de Blumenau serve de exemplo e inspiração para a administração de outros municípios, para que utilizem investimentos também na melhoria da qualidade de vida das pessoas com deficiência.

Na pesquisa de **Milani et al.** (2018), a estatística realizada após a aplicação da metodologia, revela que os atletas possuem de médio a alto o padrão de autoconceito após terem se inserido no paradesporto. Isso reforça que o desporto adaptado tem fortes influências positivas na autoestima desses atletas com deficiência.

O estudo de Milani realizado com atletas da modalidade de basquete em cadeira de rodas tinha como objetivo avaliar a autopercepção dos atletas, especificamente a autopercepção sobre a qualidade de vida. A conclusão do autor foi de que em geral, os atletas possuem uma boa percepção da sua qualidade de vida devido estarem inseridos no desporto adaptado, e que essa prática teve forte influência na melhoria da qualidade de vida de todos eles.

**Grubano** (2015) em sua pesquisa relata que o esporte adaptado como fator de inclusão social de pessoas com deficiência trouxe melhorias para a qualidade de vida dos atletas, fazendo com que eles sintam-se de fato como cidadãos pertencentes a uma sociedade. Em consequência disso pode-se perceber que a autoestima dos praticantes é um fator que teve melhoras significativas e positivas.

O autor teve como objetivo analisar o desporto adaptado como fator de inclusão social de pessoas com deficiência. Em seu trabalho reforça a importância de que é necessários profissionais interessados em abraçar a causa e se dedicarem a este trabalho e da necessidade desses profissionais perceberem a real situação e o nível de potencialidade dessas pessoas.

No trabalho de **Ferreira e Rotermund** (2018) aplicado em uma associação da cidade de Porto Alegre, foi observado através de uma pesquisa em documentos e entrevista com participantes, que o projeto de desporto adaptado da associação também trouxe benefícios a saúde dos praticantes relacionados com a autoestima dos atletas. Além da inclusão social,

melhoria da qualidade de vida, outros aspectos advindos da prática de atividades físicas foram relatados, como por exemplo a melhoria do condicionamento físico.

No estudo dos autores eles reforçam a necessidade da criação de políticas públicas voltadas para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com deficiência. Eles acreditam que quando os cidadãos se empenham em debater e refletir sobre a causa, está participando de forma efetiva para a construção de uma sociedade menos segregacionista e preconceituosa.

Portanto, podemos concluir que os estudos com base na influência do paradesporto na autoestima de pessoas com deficiência nos confirmam que o desporto adaptado contribui de forma positiva para os aspectos psicológicos dos PCD, e isso ajuda a prevenir doenças como a depressão e baixa autoestima. Todos os praticantes que fizeram parte dos estudos se sentiram mais auto confiantes e passaram a ter uma auto imagem melhor após certo tempo de prática desportiva.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Após a revisão da literatura, nota-se que o paradesporto tem influências positivas na autoestima dos praticantes. Pessoas com alguma deficiência, seja ela congênita ou adquirida, possuem diversos agravantes na sua qualidade de vida. A autoestima é um dos fatores mais influenciados de forma negativa, fazendo com que essas PCD estejam sempre desmotivado com a sua própria vida. Em diversos estudos encontram-se afirmações e relatos de que o paradesporto ajudou na melhora da autoestima.

Portanto, a hipótese de que o desporto adaptado tem influências positivas na autoestima de pessoas com deficiência é confirmada com base em todos os estudos encontrados nas plataformas de dados. Porém, a literatura ainda é muito pobre de estudos, visto que pouquíssimos estudos são diretamente ligados a essa correlação paradesporto/autoestima e também a dificuldade de se encontrar artigos em língua portuguesa, logo, acredita-se que se faz necessário o investimento em mais pesquisas nessa área, visto que a melhoria da qualidade de vida dessas pessoas está relacionada também com a prática de atividades desportivas.

Nós enquanto profissionais da área da Educação Física, que é uma ramificação das áreas profissionais da saúde, devemos nos dedicar mais ao desporto adaptado. Por se tratar de uma atividade preventiva para as pessoas com deficiência, o paradesporto merece ser aplicado e ter

cada vez mais profissionais capacitados para este trabalho, dedicando todo esforço e conhecimento à qualidade de vida dos PCD.

## REFERÊNCIAS

AMORIM, Ângelo de Oliveira. **A participação nas aulas de Educação Física e a prática esportiva na escola podem influenciar a orientação esportiva paralímpica em pessoas com deficiência severa? Um estudo retrospectivo.** 2018. Trabalho de Conclusão de Curso.

BRANDEN, Nathaniel. **Auto-estima: como aprender a gostar de si mesmo.** 35. ed. São Paulo: Saraiva, 2000.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília: Imprensa Oficial, 1988.

\_\_\_\_\_. **Lei de diretrizes e bases da educação.** Brasília: Imprensa Oficial, 1996.

\_\_\_\_\_. **Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência: Protocolo Facultativo à Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência – decreto legislativo.** Brasília: Secretaria de Direitos Humanos, Secretaria Nacional de Promoção dos Direitos da Pessoa com Deficiência, 2011.

\_\_\_\_\_. **Estatuto da Pessoa com deficiência.** Brasília: Imprensa Oficial, 2013.

\_\_\_\_\_. **Viver sem Limite – Plano Nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência.** Brasília: SNPD, 2013.

\_\_\_\_\_. **Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência.** Brasília: Imprensa Oficial, 2015.

CARDOSO, Vinícius Denardin. **A reabilitação de pessoas com deficiência através do esporte adaptado.** Revista Brasileira de Ciência no Esporte. Florianópolis, v. 33, n. 2, p. 529-539, 2011.

FERREIRA, Fabiana; ROTERMUND, Maria D.'Lourdes Guimarães. **Inclusão social de pessoas com deficiência a partir do projeto de uma associação.** Revista Metodista de Administração do Sul, v. 3, n. 4, p. 115-149.

GALLAHUE, David; OZMUN, John. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos.** São Paulo: Phorte, 2001.

GREGUOL, Márcia. **Atividades físicas e esportivas e pessoas com deficiência.** 2017.

GRUBANO, Everson Cardoso. **O Esporte Adaptado como fator de inclusão social para pessoas com deficiência física.** 2015.

MACHADO, Mariana Campos Martins et al. **Paradesporto escolar no município de Blumenau/SC: inclusão e acessibilidade para todos.** Extensio: Revista Eletrônica de Extensão, v. 14, n. 25, p. 103-123, 2017.

MILANI, Fernanda Gimenez et al. **Qualidade de vida e autoconceito de atletas paranaenses de basquetebol em cadeira de rodas.** Conexões, v. 16, n. 4, p. 509-521, 2018.

MOTTA, Lubianca Neves da. **Caminhos para a inclusão da pessoa com deficiência: estudo de caso no SENAC/RS.** 2008. 82 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008.

NOCE, F.; SIMIM, M. A. M.; MELLO, M. T. **A Percepção de Qualidade de Vida de Pessoas Portadoras de Deficiência Física Pode ser Influenciada Pela Prática de Atividade Física?** Rev. Bras. Med. Esporte, v. 15, n. 3, mai./jun. 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório mundial sobre a deficiência.** Malta: OMS, 2012.

SBICIGO, J.; BANDEIRA, D.; DELL'AGLIO D. **Escala de Autoestima de Rosenberg. (EAR): validade fatorial e consistência interna. Psico-USF**, v. 15, n. 3, p. 395-403, 2010.

SNPD. 2016. Disponível em: <[http:// www.sdh.gov.br/assuntos/pessoa-com-deficiencia](http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoa-com-deficiencia)>.

SOUZA, A. **A experiência vivida de atletas paralímpicos: narrativas do desporto paralímpico português**. Universidade do Porto, v. 1, p. 1-593, 2014.

ZUCHETTO, Ângela Teresinha; CASTRO, Rosângela Laura Ventura Gomes. **As Contribuições das Atividades Físicas para a Qualidade de Vida dos Deficientes Físicos**. Revista Kinesis, n. 26. p. 26-52. 2002.