

AMBIENTE E ACESSIBILIDADE NO TRABALHO E NAS ATIVIDADES FÍSICAS.

A PERSPECTIVA DE UM CADEIRANTE.

Autor: XAVIER, de Rosso Rudson

Coautores: PLAUTZ, Niumar Ander; STRAPASSON, Ana Claudia;

MEDEIROS, Suzeli Lima; MACHADO, Felipe

Orientador (a): PAIM, Maria Cristina Chimelo

Universidade Luterana Do Brasil – ULBRA – Campus – Santa Maria/RS

E-mail: derosso.derosso@gmail.com

RESUMO:

Este artigo descreve como a cadeirante e funcionária da Universidade Luterana do Brasil, enfrenta há três anos a recuperação dos movimentos dos membros inferiores, lesão decorrente da hérnia de disco, com o agravamento da compressão medular. E as dificuldades na mobilidade até a ULBRA, na cidade de Santa Maria, estado do Rio Grande do Sul. O levantamento foi realizado no período entre junho de 2016 e julho de 2016. A partir da revisão da literatura que aborda os aspectos sociais, legais e técnicos, foram feitos estudos teóricos de como deve ser um ambiente universitário acessível para a cadeirante, tendo como base o que propõe a Lei (NBR 9050/2004). Para a verificação da acessibilidade da cadeirante no seu dia a dia, foi feito um acompanhamento durante um mês, com a finalidade de observar o ambiente, a sua recuperação e as dificuldades encontradas no percurso utilizado por ela para deslocar-se. Posteriormente questionada com uma entrevista de 12 perguntas, todas relacionadas à sua vivência antes e após a lesão, e diante disto como ela enfrenta sua recuperação, e o que a prática de atividades físicas ajudou e ainda ajuda ela neste processo. A acessibilidade dos cadeirantes vem cada vez mais ganhando destaque preocupante perante a sociedade, pois a falta de acesso que esses portadores de deficiência encontram é imensa, exemplo disto, são as ruas que eles utilizam para deslocarem-se até algum lugar desejado, seja um posto de atendimento onde ofereçam tratamentos, bancos, farmácias, lojas, supermercados, e claro as instituições de ensino.

Palavras Chaves: Atividade Física; Acessibilidade; Cadeirante.

INTRODUÇÃO:

Entende-se por acessibilidade urbana, com base na Norma Brasileira 9050 (NBR 9050/2004), a partir do estudo formalizado por (Lima, 2010), a “possibilidade e condição de alcance, percepção e entendimento para a utilização com segurança e autonomia de edificações, espaços ou equipamentos urbanos”. Nesse sentido, a garantia de acessibilidade urbana, possibilita a conquista de espaços livres de barreiras físicas e implica a possibilidade e condição de alcance e utilização do espaço urbano, todas as suas dimensões materiais e imateriais de forma independente. A acessibilidade passou a fazer parte do cenário educacional, no instante em que o direito de ir e vir com autonomia torna-se elemento importantíssimo para auxiliar na inclusão escolar e social (Tanaka, 2006).

A acessibilidade significa algo que pode ser observado, implementado, medido e avaliado, ou, uma forma de criar condições para que as pessoas tenham acesso aos locais e ou a determinadas situações (Manzini, 2006). Desta forma, a importância da acessibilidade e a eliminação de barreiras arquitetônicas é um ponto crucial para favorecer a inclusão dos alunos com deficiência física em todos os ambientes da escola, inclusive nos ambientes de prática de atividades físicas. Segundo (Correia, 2013), a cadeira de rodas é vista como a extensão do corpo do indivíduo, pois ela se molda, acoplando-se ao corpo.

Com base no exposto acima, o nosso corpo precisa se movimentar, e fugir do sedentarismo é uma necessidade, até mesmo para os cadeirantes que têm uma deficiência física que dificulta sua mobilidade. O importante sempre é respeitar as condições do corpo e procurar um esporte ou uma atividade física mais compatível com as limitações atuais. Se exercitar e praticar uma atividade física, faz bem tanto para o corpo quanto para a mente. Os benefícios físicos como agilidade, equilíbrio, força muscular, coordenação motora, como também os benefícios psicológicos na melhora da autoestima, confiança, mais independência, convívio e reintegração social, motivação para o exercício de novas atividades são conquistas muito importantes. Para quem está numa cadeira de rodas, mas tem o movimento da cintura para cima, precisa se exercitar, por que já existe uma tendência à musculatura atrofiar. Isso pode gerar problemas na coluna, um desgaste maior, dores e também anormalidades posturais. É necessário fortalecer toda musculatura dessa região. Onde se tem o movimento, ele tem que ser trabalhado. Afinal, o cadeirante precisa de muita força para realizar atividades de locomoção, transferência de um lugar para outro, como passar para a cama ou entrar num carro. A sobrecarga nos músculos dos membros superiores é muito grande. Os

músculos precisam estar preparados e fortalecidos para essa função. Uma das opções é a hidroginástica, para esse treinamento de força muscular, sempre com ajuda de um educador físico.

METODOLOGIA:

A pesquisa foi desenvolvida com a cadeirante Angélica Cassânego, atualmente residente na cidade de Santa Maria-RS, no bairro Juscelino Kubitschek, rua Miguel Nascimento s/n. Diariamente se desloca até a Universidade Luterana do Brasil – Campus – Santa Maria – RS, onde é bibliotecária. A entrevista semiestruturada foi gravada e transcrita, para posterior análise de conteúdo, a fim de estabelecer categorias para conhecimento sobre o tema. O instrumento utilizado foi um questionário, contendo 12 questões, o roteiro englobava perguntas referentes à identificação da participante; sua história de vida e deficiência; atividades da vida diária e locomoção; hábitos cotidianos; atividade física em diferentes fases; se participava das aulas de Educação Física; e quais os fatores que levavam à prática de atividades físicas. O questionário foi respondido em um espaço reservado, dentro do Campus, respeitando a privacidade da cadeirante. A pesquisa foi no modo descritivo, com abordagem qualitativa.

RESULTADOS E CONCLUSÕES:

Com base no questionário, foi possível constatar que a acessibilidade em relação ao transporte público, da sua residência ao Campus é exemplar, pois a empresa disponibiliza uma linha que passa na frente da sua residência, e se desloca até a parada central do Campus da ULBRA-SM. A Universidade internamente segue as normas da (NBR 9050/2004), exemplo disto são as portas com seu diâmetro igual ou maior que 0.80 metros, corredores com seu diâmetro igual ou maior que 1.50 metros, banheiros adaptados nos três andares, elevador funcionando regularmente, refeitório com acessibilidade, salão de eventos com rampa e etc. Quanto ao deslocamento para o centro de Santa Maria – RS, é totalmente diferente que o deslocamento para o Campus da ULBRA – SM, pois o ônibus neste caso não passa na frente da sua residência, e devido a isto ela necessita deslocar-se três quadras, sendo que o calçamento da via é com paralelepípedos e não há calçadas. Quando chega ao centro da cidade, as vias são

totalmente irregulares para a mobilidade da cadeirante, exemplo disto são os desníveis, as calçadas onde não há rampas ou que não respeitam o diâmetro estabelecido por Lei, esquinas onde há faixa de pedestres sem rampas, e vários outros exemplos, da calamidade que os órgãos públicos tratam da acessibilidade para os cadeirantes em pleno ano de 2016. Diante desta infraestrutura ela já tem bancos, farmácias, lojas e supermercados que seguem a legislação, e respeitam a necessidade de acessibilidade. Por isso tornou-se cliente desses locais. Não precisando enfrentar, toda a falta de infraestrutura, que ainda há no restante dos imóveis na região central da cidade.

Relacionado à infraestrutura externa da Ulbra, Angélica Cassânego se diz otimista e confiante, pois a coordenadora do curso de Arquitetura da Universidade há alguns meses atrás lhe procurou, para responder um questionário, sobre como é a sua acessibilidade no campus, e a partir disto, ela vem desenvolvendo com seus alunos um projeto arquitetônico para regularizar a parte externa do campus.

Quanto à busca pela fisioterapia, a cadeirante relatou que após a lesão, imediatamente obteve tratamento fisioterápico. O tempo que os médicos alegam como padrão para os primeiros sinais de recuperação ocorrem até um ano e quatro meses. Mas foi a partir do segundo ano e meio, que ela começou a obter os primeiros resultados. Sendo que realiza a fisioterapia cinco vezes por semana, e a hidroginástica uma vez por semana. Nas seções de fisioterapia, sempre o esporte está incluído. Quanto à atividade física antes da lesão, Angélica Cassânego praticava uma vez na semana futsal, e na média de três vezes na semana realizava caminhadas. Tinha uma vida ativa, pois sempre gostou de atividades físicas, e nunca percebeu ou deu atenção para a falta de infraestrutura que a cidade tem para um cadeirante, tanto no bairro onde mora, quanto no próprio centro da cidade. Sobre a recuperação, se diz feliz e confiante, pois ao longo desses três anos, o grau de evolução cada vez está aumentando, um exemplo é a sensibilidade dos membros inferiores, hoje ela diz ter sensibilidade até a metade da região da tibial/medial, já na parte tibial/lateral a sensibilidade é menor.

Este estudo foi relevante no sentido de ampliar o conhecimento, acerca da história de vida e do acesso de pessoas com deficiência física na sua mobilidade diária. Com este conhecimento, foi possível identificar as limitações de acesso que essa população enfrenta dia após dia. Neste contexto, ações podem ser planejadas no intuito de oferecer atividades físicas ao longo da vida dos indivíduos que possuem deficiência física. Além disso, a deficiência física não se mostrou um limitador para a participação em atividades físicas. Também ficou evidente, que a cadeirante teve acesso a esportes

durante a infância e a adolescência, pois as atividades físicas eram praticadas nas aulas de Educação Física, ou através de brincadeiras e esportes convencionais. Apesar disso, essas práticas foram importantes no sentido de desenvolver o gosto por elas, o que colaborou para a participação em atividades físicas ao longo da vida. Também notou-se que por meio das diversas práticas, a cadeirante passou a perceber que é possível inserir-se em diferentes atividades, quando são feitas as necessárias adaptações. Neste sentido, ressalta-se a relevância das aulas e do professor de Educação Física, que foram determinantes no sentido de desenvolver o gosto pela prática de atividades físicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 9050. **Acessibilidade de Pessoas Portadoras de Deficiência a Edificações, Espaço, Mobiliário e Equipamento Urbano**. Rio de Janeiro, 2004;

BERTONELLI, João Freitas. **Legislações exigidas nas vias de rodagem para pedestres e portadores de deficiência**. Prefeitura Municipal. Santa Maria, 2002;

GEMELLY, Sheylla Oliveira; TAGLIARI, Carina Abreu. **Análise e acessibilidade dos portadores de deficiência**. 2006;

LIMA, Samara Santler Correa. **Repercussão psicossociais de acessibilidade urbana**, 2013;

MANZINI, E.J. (Org.). **Inclusão e acessibilidade**. Marília, SP: ABPEE, 2006;

TANAKA, E. D. O. **Acessibilidade: um dos caminhos para auxiliar na inclusão**. **Revista Brasileira de Educação Especial**. Marília, jan./abr. 2006, v. 12, n.1, p. 139-142.