



Análise da Prática de Atividade Física em Cadeirantes: Uma Revisão de Literatura

SILVA, Thiago Danillo da ^[11], STRINI, Paulinne Junqueira Silva Andresen ^[21], STRINI, Polyanne Junqueira Silva Andresen ^[31], ALVES, Letícia da Silva, PUTRICK, Simone Cristina ^[41], DENDASCK, Carla Viana ^[51]

SILVA, Thiago Danillo da Silva; et.al. **Análise da Prática de Atividade Física em Cadeirantes: Uma Revisão de Literatura.** Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 03, Ed. 02, Vol. 04, pp. 109-123, Fevereiro de 2018. ISSN: 2448-0959, Link de acesso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/analise-da-pratica>, DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/saude/analise-da-pratica

RESUMO

A prática de atividade física, mostra-se fundamental para indivíduos saudáveis e também se deve considerar sua importância para pessoas com deficiências físicas. Neste sentido, o objetivo do presente estudo foi analisar a literatura sobre a prática de atividade física em pessoas com deficiência física, especialmente cadeirantes, submetidas a avaliação física por meio do instrumento IPAQ. Para isso, foi realizada uma revisão descritiva da literatura, fazendo busca de palavras chaves na base eletrônicas de dados. Foram encontrados 2.005 artigos, mas apenas dois atenderam aos critérios de inclusão e exclusão. Por meio das análises dos artigos, tivemos como resultados poucos estudos na literatura relacionados ao tema. Foi verificado que a partir do instrumento IPAQ foi possível obter resultados suficientes e significativos dos níveis de atividades físicas praticadas pela maioria destes indivíduos, tendo resultados positivos classificando-os como “ativos”, pois apresentavam mais de 150 minutos semanais de atividade física. Pode-se concluir que há limitados estudos na literatura relacionados ao tema, e que por meio do instrumento IPAQ nota-se que indivíduos cadeirantes estão aptos a executarem atividades da vida diária e praticar diversas modalidades esportivas, melhorando sua qualidade de vida.

Palavras-Chave: Atividade Física, Pessoa Com Deficiência Física, Ipaq.

1. INTRODUÇÃO

Segundo NAHAS (2001), um indivíduo que pratica atividade física com baixo gasto de energia, é

compreendido como sedentário. São hábitos do dia-a-dia que os indivíduos realizam como por exemplo, o ato de sentar para assistir um filme no sofá, deitar, dormir, porém sem sair de seu estado de repouso no qual não aumenta o seu gasto calórico (PATE et al.; 2008).

Desta forma podemos notar que as pessoas fazem suas atividades em tempos menores, se exercitando bem menos tendo como consequência o sedentarismo que, por sua vez, contribui para manifestações de doenças como: obesidade, dores na coluna, derrame cerebral, hipertensão arterial, diabetes, dentre várias outras, ocasionadas por indivíduos que não se exercitam e se movimentam comparado com as pessoas ativas (ACSM, 1998; NAHAS et al., 2000).

Assim, surge a necessidade de uma revisão da literatura sobre a prática de atividade física em deficientes físicos, especialmente cadeirantes, com o intuito de identificar a importância do exercício físico; qual a frequência dessa prática no seu cotidiano; bem como, sua relação com o meio social; quais os benefícios relacionados à saúde; e se proporciona uma melhor qualidade de vida.

Sabe-se que a maioria da população com deficiência física, inclusive os cadeirantes, estão desprovidos do acesso aos espaços esportivos, de educação e lazer, pelo simples fato de não haver estrutura física adequada dos ambientes e a falta de interesses e qualificação por parte da maioria dos profissionais de educação (DUARTE, 2006).

Portanto, o presente estudo evidencia a importância e a necessidade da prática esportiva para pessoas com deficiências físicas, especialmente cadeirantes. Neste aspecto, é essencial analisar sua influência, benefícios e limitações, bem como seu impacto na qualidade de vida desses indivíduos, tendo como objetivo avaliar a prática de atividade física em pessoas com deficiência física.

2. REVISÃO DE LITERATURA

Nos dias atuais é bastante comum encontrar pessoas evitando seu desgaste motor, se justificando de que a vida é muito corrida e que não há tempo para perder andando muito ou subindo vários degraus de escadas. Com o avanço das tecnologias, os facilitadores como: escadas rolantes, elevadores, controles remotos etc., vieram de fato para o conforto, agilidade e praticidade nas atividades do dia-a-dia, porém estes hábitos adquiridos e imposto pela sociedade desde os primeiros anos de vida de uma pessoa, influência muito em seu bem-estar físico como também na integração do meio profissional, social, acadêmico, familiar, ambiental definido como um estilo de vida (GONÇALVES e VILARTA, 2004; NAHAS, 2001).

Um indivíduo que pratica atividade física com baixo gasto de energia é conceituado como sedentário, NAHAS (2001). PATE et al.; 2008 diz que são hábitos do dia-a-dia em que os indivíduos realizam como, por exemplo, o ato de sentar para assistir um filme no sofá, deitar, dormir, porém sem sair de seu estado de repouso no qual não aumenta o seu gasto calórico. Assim, percebemos que os indivíduos fazem suas atividades em tempos menores, se exercitando bem menos tendo como consequência o sedentarismo que por sua vez contribui para manifestações de doenças como: obesidade, dores na coluna, derrame cerebral, hipertensão arterial, diabetes, colesterol, dentre várias outras, ocasionadas por indivíduos que não se exercitam e se movimentam comparado com as pessoas ativas (ACSM, 1998; NAHAS et al., 2000).

O movimento corporal é caracterizado pela musculatura esquelética no qual o indivíduo ao ter um gasto

de energia a mais do que em seu estado de descanso é considerado uma atividade física. A mesma pode ser de caráter repetitivo, elaborado e organizado em seu dia-dia, resultando na manutenção e ou aumento da aptidão física (CASPERSEN, 1989). Segundo GUEDES (1996), aptidão física se caracteriza pelos esforços durante a execução de atividades físicas sem que o indivíduo tenha dificuldades cardiorrespiratórias em executar, mantendo-se em condições estáveis.

Para promover e manter a saúde, de acordo com as recomendações do CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC, 2009) e do AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM, 1998), todo indivíduo com maior de 18 anos precisa de no mínimo 30 minutos diárias e cinco dias da semana de atividade física aeróbica de intensidade moderada e 20 minutos durante o dia por três vezes na semana de atividade aeróbica intensa (PATE et al., 1995). De acordo com HASKELL et al., (2007), todo adulto deve praticar atividade física para melhor manutenção e ganho de força muscular, pelo menos duas vezes por semana.

Neste sentido, a prática de esportes mostra-se fundamental para, indivíduos saudáveis e também se deve considerar sua importância para pessoas com deficiências físicas. O termo deficiência é caracterizado pelas limitações, incapacidades, restrições dos indivíduos em participar e realizar certas atividades (OMS, 1989). Anteriormente, no século XX os indivíduos que possuíam qualquer tipo de deficiência eram conceituados como inválidos, defeituosos, dentre outros. Posteriormente, essas terminologias foram modificadas para portadores de deficiência, portadores de necessidades especiais ou pessoas com necessidades especiais. Hoje se utiliza a terminologia “pessoa com deficiência” devido a reivindicações e constantes lutas sociais pelos direitos humanos e em busca da sua inserção na sociedade (COSTA, 2009).

SASSAKI (1997) acredita que inserir as pessoas com deficiências na sociedade é dá-las o direito e oportunidades de acessibilidade a todos os lugares, serviços, ambientes naturais iguais aos demais que não tem deficiência, sem haver preconceito. Na maioria das vezes, nota-se a existência de preconceito frente ao pensamento de que as pessoas com deficiência estão impossibilitadas e não são capazes de realizar atividades, como por exemplo, o esporte (SILVA, 2006). Desta forma a maioria da população com deficiência física inclusive os cadeirantes estão desprovidos do acesso aos espaços esportivos, de educação e lazer, pelo simples fato de não haver estrutura física adequada dos ambientes e a falta de interesses e qualificação por parte da maioria dos profissionais de educação (DUARTE, 2006).

Segundo DUARTE e WAGNER (1995), a deficiência física pode ser adquirida por lesões medulares traumáticas ocasionadas por acidentes, violência, quedas e etc., ou congênita que é desde o nascimento de um bebê. A deficiência provocada pela lesão medular na região cervical é definida como tetraplegia que é a imobilidade dos membros superiores e inferiores, já na parte torácica ocorre à paraplegia imobilizando apenas os membros inferiores (REDE SARAH DE HOSPITAIS DE REABILITAÇÃO, 2017). Com isso a dificuldade que um indivíduo enfrenta de se locomover torna-se bastante restrita, impossibilitando o seu acesso no meio em que está inserido (KIRCHNER et al, 2008).

Segundo SILVA et al. (2005) para uma boa reabilitação é de grande importância a prática esportiva, pois ela ajuda tanto na sua recuperação ou melhora de sua autoestima. Além disso, propicia melhora na oxigenação do organismo, na sua capacidade aeróbica e no condicionamento físico do indivíduo. Com isso, reduz o risco de infecções, doenças cardiovasculares, necessidade de hospitalização e consequentemente beneficia a saúde geral, aumento da longevidade dos níveis de autossatisfação e levando uma melhora na qualidade de vida. Assim, o deficiente se torna mais independente e com maior

capacidade de integração social.

Portanto, a realização de atividade física resulta em grandes benefícios para tanto os indivíduos saudáveis, como para as pessoas com deficiências, como por exemplo, um condicionamento físico melhor, a redução de peso, de doenças cardiovasculares, depressão, diabetes, osteoporose, (LAKA et al., 2003; WAXMAN, 2004; HASKELL et al., 2007). Assim promovendo uma melhor qualidade de vida para o indivíduo relacionado à saúde corporal, longevidade, disposição para a vida, em suas relações com familiares, satisfação no trabalho, dentre outros.

Desta forma, para a avaliação de atividades físicas o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) foi elaborado por um grupo de pesquisadores em 1998, em Genebra, Suíça, e sua reproduzibilidade e validade foi publicada no Brasil em 2001 (MATSUDO S et al., 2001). Seu objetivo é identificar os tipos de atividade física praticadas pelos indivíduos no seu dia-a-dia (ANEXO 1). Constituído por questões relacionadas ao tempo gasto fazendo atividade física em uma semana, sendo classificado em “normal”, “usual” ou “habitual”. Inclui as atividades realizadas no trabalho, as tarefas domésticas, de lazer, esportivas, exercícios em geral e o tipo de transporte utilizado (SILVA et al., 2007).

Diante do exposto, torna-se possível notar a importância da prática de atividades físicas, tanto para a população saudável como para aqueles com deficiência, pelo um método simples, de baixo custo e fácil de preencher, para avaliar as vantagens do esporte, suas limitações e seu impacto sobre a qualidade de vida dessa população que ao longo anos vem crescendo cada vez mais.

3. JUSTIFICATIVA

O presente estudo evidencia a importância e a necessidade da prática esportiva para pessoas com deficiências físicas, especialmente cadeirantes. É de grande importância esta prática, pois ela ajuda tanto na sua recuperação como na melhora de sua autoestima. Além disso, propicia melhora na oxigenação do organismo, na sua capacidade aeróbica e no condicionamento físico do indivíduo. Com isso, reduz o risco de infecções, doenças cardiovasculares, necessidade de hospitalização e consequentemente beneficia a saúde em geral, aumento da longevidade dos níveis de autossatisfação e levando uma melhora na qualidade de vida. Assim, o deficiente se torna mais independente e com maior capacidade de integração social.

Neste aspecto, é essencial analisar sua influência, benefícios e limitações, bem como seu impacto na qualidade de vida desses indivíduos. Para isso, utiliza-se o instrumento Questionário Internacional de Atividade Física- IPAQ, no qual foi traduzido e validado para a língua portuguesa em 2001 (MATSUDO et al., 2001), e apresenta as seguintes características: é reproduzível, tem confiabilidade, consistência interna, aparência, conteúdo e estrutura, de acordo com a análise de estatística feita pelos autores durante sua validação, com o objetivo de identificar os tipos de atividade física praticadas pelos indivíduos no seu dia -a- dia, classificando-os em: sedentário, insuficiente ativo, ativo e muito ativo, mostrando a sua importância e contribuindo para a saúde destes indivíduos, a partir, da análise deste instrumento.

4. OBJETIVOS

4.1 OBJETIVOS GERAIS

O objetivo do presente trabalho é analisar a literatura sobre a prática de atividade física em pessoas com deficiência física cadeirante, submetidas a avaliação física por meio do instrumento IPAQ.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Avaliar a literatura sobre a prática de atividade física em cadeirantes submetidos a avaliação física por meio do instrumento IPAQ;
- Identificar os principais tipos de atividade física praticadas pelos cadeirantes, visando compreender se o indivíduo é sedentário, insuficiente ativo, ativo e muito ativo, cujos dados são fornecidos pelo IPAQ;

5. METODOLOGIA

O presente estudo consistiu em uma revisão descritiva da literatura, realizada por meio de pesquisa nas bases eletrônicas de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Lilacs, Medline, Scielo, Cochrane, Pubmed e Google Acadêmico. Foi realizada a seleção de artigos científicos nos últimos 10 anos. O período de tempo foi estabelecido de acordo com as informações mais atualizadas sobre o tema, contemplando a produção científica entre 2007 e 2017, utilizando as terminologias cadastradas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), pela busca avançada e cruzamento dos termos em português e inglês, como: “atividade física” ou “physical activity” and “pessoa com deficiência física” ou “person with physical disability” e “IPAQ”.

A triagem dos artigos foi realizada a partir da análise dos títulos e resumos, sendo incluídos os que continham os descritores mencionados e também os que abordavam a temática específica sobre a prática de atividade física em pessoas com deficiência/cadeirantes, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Em seguida, os artigos selecionados foram lidos na íntegra e analisados.

Foram incluídos artigos completos, de livre acesso, em língua portuguesa e/ou inglesa, cujo tema incluía atividade física em cadeirantes adultos (de 18 a 60 anos), avaliados por meio do instrumento IPAQ, ou seja, analisar os artigos que utilizaram esta ferramenta. Adicionalmente, foram excluídos artigos repetidos e que não foram encontrados nas bases de dados pesquisadas e aqueles cujo tema principal não envolvem a temática proposta. Também foram eliminados do presente trabalho aqueles artigos que avaliavam a prática de atividade física que não seja pelo IPAQ.

Ainda foram desconsiderados estudos de deficiências físicas que não eram cadeirantes, avaliavam deficiências cognitivas, auditivas, visual, gestante, etc., bem como em idiomas diversos (francês, alemão, etc.), resumos, anais, dissertações, teses, livros e aqueles não disponíveis para acesso livre também foram excluídos da presente análise.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para realizar a pesquisa nas bases de dados foram definidas as palavras chaves de acordo com o DeCS, selecionando as palavras significativas em relação ao tema. Ao aplicá-las foram encontrados 2.005 artigos, considerando todas as bases de dados pesquisadas.

Após aplicar os critérios de inclusão e exclusão, artigos foram selecionados para compor o presente

trabalho, conforme dados da Tabela 01 / Gráfico 01. A tabela 1 mostra os artigos encontrados na base de dados através das palavras chaves buscadas em cada uma delas, sendo: 1080 artigos encontrados no Google Acadêmico, 15 artigos no Pubmed, 10 na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e as demais como Lilacs, Medline, Scielo e Cochrane não foram encontrados nenhum artigo.

De acordo com a metodologia proposta, foram selecionados apenas 02 artigos capazes de atender aos objetivos propostos e critérios de exclusão, conforme explicitado na tabela abaixo (tabela 1):

Tabela 1: Resultados referentes a análise da literatura sobre a prática de atividade física em cadeirantes submetidos a avaliação pelo instrumento IPAQ.

Base de Dados	Número de Artigos	DeCS
BVS	10	“Atividade física” ou “physical activity” e “pessoa com deficiência física” ou “person with physical disability” e “IPAQ”
Lilacs	0	
Medline	0	
Scielo	0	
Cochrane	0	
Pubmed	15	
Google Acadêmico	1080	

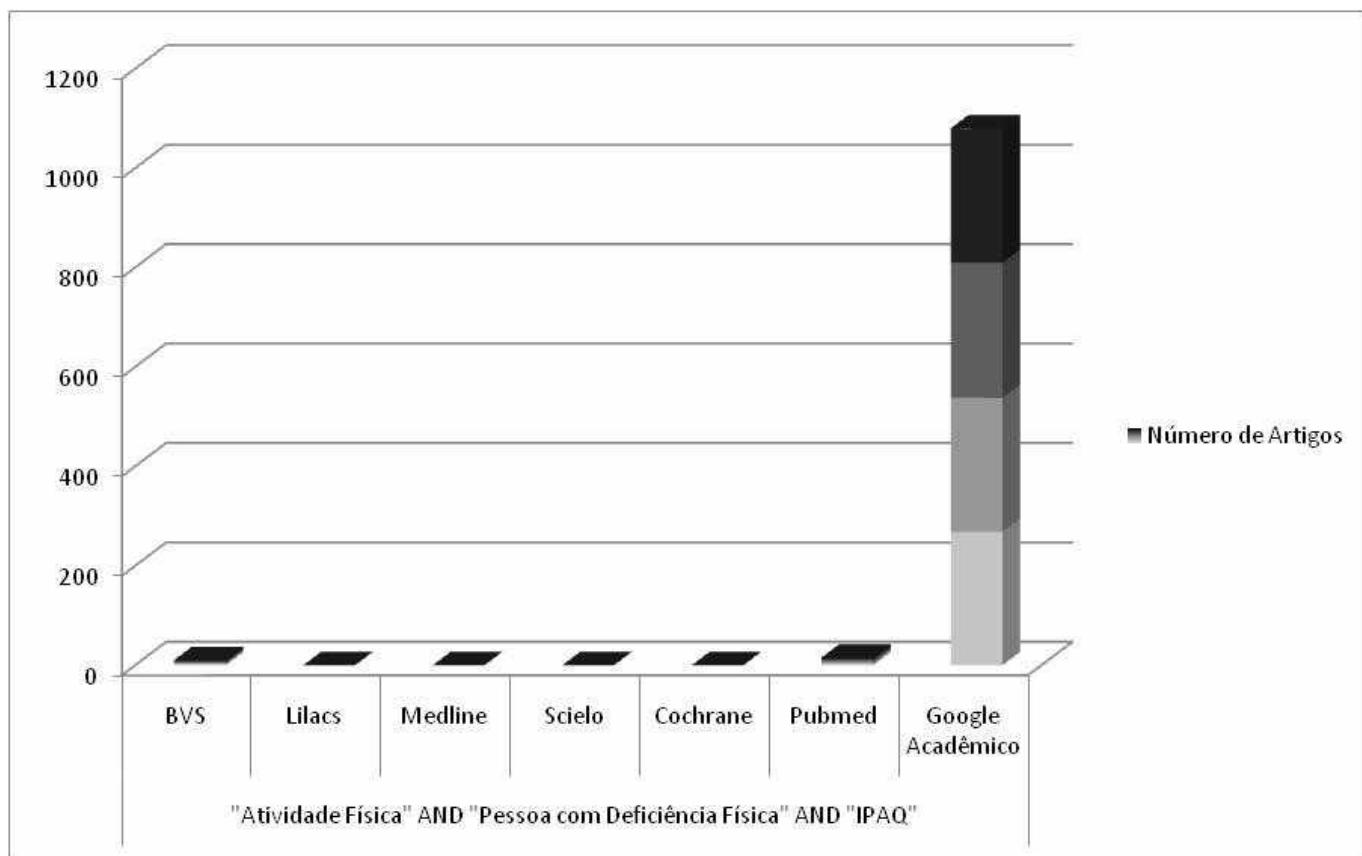


Gráfico 1: Gráfico referente ao quantitativo de artigos após análise da literatura sobre a prática de atividade física em cadeirantes submetidos a avaliação pelo instrumento IPAQ.

A partir das análises dos artigos, apenas dois atenderam aos critérios de inclusão e exclusão, dos quais primeiro artigo selecionado foi sobre “Validação de uma bateria de testes para avaliação da autonomia funcional de adultos com lesão na medula espinhal (KAWANISHI e GREGUOL, 2014) ” e o segundo artigo selecionado era sobre “Avaliação da autonomia funcional de adultos com lesão medular (KAWANISHI e GREGUOL, 2014)”, ambos utilizaram o instrumento IPAQ e avaliavam somente cadeirantes.

Em análise do primeiro artigo, foi elaborado um estudo sobre a autonomia funcional de adultos com lesão na medula espinhal no qual tiveram como objetivo criar e validar uma bateria de testes motores relacionados às atividades do cotidiano, somente para pessoas com paraplegia, de modo a avaliar de forma efetiva a independência funcional de pessoas com lesão da medula espinhal. 22 indivíduos participaram do estudo, com idades variando entre 20 e 53 anos ($33,18 \pm 9,42$) (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Todos os participantes possuíam lesão da medula espinhal. Poderiam participar apenas pessoas que: passaram por processo de reabilitação; tendo no mínimo um ano de lesão; tendo também lesão em nível torácico e/ou lombar; e terem concordado em participar da pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídos da presente pesquisa indivíduos que: apresentaram outra condição física e/ou comprometimento intelectual; lesão em nível cervical ou T1; e que recusaram a participar do estudo após os esclarecimentos (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Para cada indivíduo foi entregue uma anamnese, não validada, na qual os participantes deveriam responder informações gerais sobre sua saúde, deficiência, e possíveis restrições. Os indivíduos responderam ao questionário IPAQ-versão curta sobre o nível de atividade física de mais fácil aplicação. Os resultados do IPAQ foram categorizados em dois níveis, de acordo com o tempo total gasto em atividades físicas ao longo dos sete dias, sendo que indivíduos que tiveram resultados menores que 150 minutos por semana foram classificados como insuficientemente ativo e aqueles com mais que 150 minutos por semana, classificados como ativo. Foi feita a opção pela versão curta do IPAQ, com adaptações para a realidade de pessoas com lesão medular (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Todos os sujeitos leram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina. Foi elaborado uma bateria de testes a partir de relatos dos indivíduos sobre tarefas executadas em seu cotidiano no qual seriam classificados a partir de pontuações para cada categoria: de 0 a 8 pontos – dependência total; de 9 a 18 pontos – independência moderada e de 19 a 27 pontos – independência total (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Os testes foram criados e adaptados para serem realizados em cadeira de rodas. Os testes foram aplicados primeiramente em dois atletas de basquete, para verificar a eficiência das atividades e classificar os níveis de independência em cada um dos testes. Para cada teste foi dado uma pontuação, onde no final era somado os pontos e categorizando a independência funcional dos participantes, sendo os testes de suspensão em cadeira de rodas, resistência muscular de bíceps e tríceps, transpor degrau e teste de 400 metros, todos esses testes foram construídos por meio das informações obtidas dos participantes das atividades realizadas no seu cotidiano (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Os resultados obtidos foram a predominância de homens que participaram da pesquisa num total de 20, a faixa etária de quase todos os participantes eram de 30 a 39 anos. Obtiveram maior frequência dos indivíduos com lesão do tipo completa. A maioria dos participantes (63,6%) confirmaram tempo superior a cinco anos de lesão. Maior parte dos indivíduos (54,5%) foi classificada através do IPAQ como fisicamente ativa. Em relação a baterias de testes os resultados obtidos foram que grande parte dos indivíduos possuem total independência para realização das atividades do dia-a-dia (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Assim, concluíram que com as baterias de testes obtiveram resultados relevantes mostrando total independência dos participantes, e também o nível de atividade física dos mesmos. Sugere-se que, juntamente com a aplicação desses testes, exista a preocupação de avaliar a forma com a qual os indivíduos desempenham tais tarefas, ou seja, a forma pela qual se adaptam a cada caso. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Em análise do segundo artigo, foi elaborado um estudo sobre a avaliação da autonomia funcional de adultos com lesão medular, no qual o objetivo foi avaliar a qualidade de vida a autonomia funcional para a realização de atividades da vida diária de pessoas com lesão medular fisicamente ativas e sedentárias. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Para isto, a amostra foi constituída por 20 homens e duas mulheres, com idade de 20 a 53 anos, todos participantes fazem parte do projeto de atividades para pessoas com lesão medular, realizado pelo Centro de Educação Física e Esporte e pelo Hospital Universitário da Universidade Estadual de Londrina,

Paraná. Participaram do trabalho indivíduos que tinham passado por processo de fisioterapia, ter no mínimo um ano de lesão, ter lesão em nível torácico e/ou lombar e ter concordado em participar da pesquisa, assinando o termo de consentimento. Foram excluídas pessoas com outra condição física e/ou intelectual e aqueles que recusaram a participar logo após os esclarecimentos. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Os participantes responderam a uma anamnese em forma de entrevista, contendo informações gerais da saúde, dados pessoais, e deficiência. Foi aplicado o questionário de verificação do nível sócio econômico pela ABEP. Para a avaliar a qualidade de vida dos indivíduos, aplicou-se o instrumento WHOQOL-bref, versão abreviada. Para a verificação do nível de atividade física aplicou-se o questionário IPAQ na versão curta. Os resultados do IPAQ foram categorizados em dois níveis, de acordo com o tempo total gasto em atividades físicas ao longo dos sete dias, no qual menos que 150 minutos por semana: insuficientemente ativo e mais que 150 minutos por semana: ativo. E para avaliar a autonomia funcional, foi aplicada uma bateria de testes no qual havia vários itens como: suspensão da cadeira de rodas por cinco segundos, transferência da cadeira de rodas para outro assento, resistência muscular e etc. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Os resultados obtidos foram uma maior frequência de lesão do tipo completa dos participantes (68,19%). A maioria dos participantes (63,6%) reportou tempo superior a cinco anos de lesão. Em relação ao nível de atividade física, 12 indivíduos (54,5%) foram classificados pelo IPAQ como fisicamente ativos e 10 (45,5%) como insuficientemente ativos. Sobre a qualidade de vida avaliada através do WHOQOL-bref os domínios que refletiram as piores pontuações da avaliação foram o psicológico e meio ambiente e os mais bem avaliados estavam ligados à saúde física e relações sociais. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Verificou-se, que pessoas mais velhas tendem a perceber de forma insatisfatória fatores relacionados ao meio ambiente, como falta de recursos financeiros, de oportunidades de recreação e lazer, dificuldade com o acesso aos meios de transporte e obtenção de novas informações e habilidades. Já na avaliação da autonomia funcional, os resultados da bateria de testes demonstraram que praticamente todos os participantes tem total autonomia para realização das atividades do dia-a-dia. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Desse modo os autores concluíram que para os indivíduos com lesão medular, a idade e condições socioeconômicas interfere muito na qualidade de vida, avaliada pelo WHOQOL-bref. Notaram que até mesmo nas atividades físicas do dia a dia e pela bateria de testes aplicados a estes indivíduos, os que possuem melhor autonomia são os mais jovens. Assim, sugere-se, novos estudos que beneficiem mais detalhadamente as alterações decorrentes de uma lesão medular adquirida e sua interferência sobre a qualidade de vida e autonomia funcional, de modo que os profissionais da área de saúde possam ter cada vez mais subsídios para orientar suas intervenções. (KAWANISHI e GREGUOL, 2014).

Foi verificado que o instrumento IPAQ analisado dos artigos selecionados foram na versão curta, no qual obtiveram resultados suficientes e significativos dos níveis de atividades físicas praticadas por estes indivíduos, tendo resultados positivos avaliados como “ativos”, pois apresentavam mais de 150 minutos semanais. A versão curta e longa do IPAQ não influenciaram nos resultados obtidos pois ambos possuem confiabilidade na aplicação. Foram identificados que a maior parte dos indivíduos da amostra eram cadeirantes devido a lesões na medula espinhal, e amputações devido a acidentes e violências urbanas.

Considerando o exposto no presente trabalho, observa-se limitados estudos capazes de atender ao tema desta análise, demonstrando a necessidade de estudos adicionais sobre a prática de atividade física. Além disso, avaliações físicas específicas e mais completas podem ser realizadas por meio de testes morfológicos, biomecânicos, cinesiológicas e metodologias de pesquisa adicionais, úteis na verificação da integridade física, hábitos diários, lazer, prática esportiva, dentre outros, propiciando melhor compreensão dos indivíduos.

CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos, pode-se concluir que há limitados estudos na literatura relacionados ao tema capazes de analisar a prática de atividade física em deficientes físicos utilizando o instrumento IPAQ. Adicionalmente, nota-se que indivíduos cadeirantes estão aptos a executarem atividades da vida diária e praticar diversas modalidades esportivas, melhorando sua qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). Position stand – The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**. 1998 v.30:975-991.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). Position stand: exercise and physical activity for older adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**. 1998; v.30:992-1008.

CASPERSEN, JC. Physical Activity epidemiology concepts methods and applications to exercise science. **Exercise and Sport Sciences Reviews**. 1989;v.10;423-73.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC) [cited 2009 Mar 18]. Available from: <<http://apps.nccd.cdc.gov/brfss/education.asp?cat=PA&yr=2007&qkey=4418&state=US>>. Acessado em: 08/06/2017.

COSTA, V. S. P. *Representações sociais da cadeira de rodas na lesão da medula espinhal: de equipamento indispensável à expressão de autonomia*. 2009. 133f. Tese (doutorado) – Escola de Enfermagem do Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, 2009.

DUARTE, E.; WERNER, T. Conhecendo um pouco mais sobre as deficiências. In: AUTOR. Curso de atividade física e desportiva para pessoas portadoras de deficiência: educação à distância. Rio de Janeiro: ABT; UGF, 1995, v. 3.

GONÇALVES A., VILARTA R. Qualidade de vida e atividade física: explorando teorias e práticas. Barueri: Manole; 2004.

GUEDES, D. P., GUEDES, J. E. R. P., BARBOSA, D.S. e OLIVEIRA, J.A. Atividade física habitual e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. **Rev. Bras. Ciênc. e Mov.** v.10, n.1, p. 13-21, 2002.

HASKELL W., et al. Physical activity and public healthy: update recommendation for adults from the centers from the American College of Sports Science Medicine and the American Heart Association.

Med. Sci. Sports Exerc. 2007;v.39, p.1423-34.

KAWANISHI C. Y., GREGUOL M. Avaliação da autonomia funcional de adultos com lesão medular. **Rev Ter Ocup Univ.** São Paulo. 2014 maio/ago.;v. 25, n.2, p. 159-66.

KAWANISHI C. Y., GREGUOL M. Validação de uma bateria de testes para a avaliação da autonomia funcional de adultos com lesão na medula espinhal. **Rev Bras Fís Esporte.** (São Paulo) 2014 Jan-Mar; v. 28, n.1, p. 41-55

KIRCHNER, C. E.; GERBER, E. G.; SMITH, B. C. Designed to deter: Community barriers to physically activity for people with visual or motor impairments. *American Journal of Preventive Medicine*, v.34, n.4, p. 349-352, 2008.

MATSUDO, VKR, MATSUDO S. M. M. Eviências da importância da atividade física nas doenças cardiovasculares e na saúde. *Diagnóstico & Tratamento* v.5, n.2, p.10-17, 2001.

MATSUDO, S. M. M. et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reproduzibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 6, n. 2, p. 5-18, 2001.

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina: Midiograf; 2001.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Classificação Internacional das Deficiências, Incapacidades e Desvantagens (handicaps): um manual de classificação das consequências das doenças. Lisboa; 1989

PATE R., PRATT M., BLAIR S., HASKELL et al. Physical activity and public healthy: a recommendation from the Centers of Disease Control and Prevention and the American College of Sports Science Medicine. *J. Am.Med. Assoc.* 1995;273:402-7.

PATE R.R., O'Neill JR, LOBELO F. The envolving definition of “sedentary”. **Exerc Sport Sci Rev.** 2008;v. 36, p.173-8.

REDE SARAH DE HOSPITAIS DE REABILITAÇÃO. Acessado em: 20/09/2017. Disponível em: www.sarah.br.

SASSAKI, R. K. Inclusão: Construindo uma sociedade para todos. 3^aed. Rio de Janeiro: WVA, p.174,1999.

SILVA, M. C. R.; OLIVEIRA, R. J.; CONCEIÇÃO, M. I. G. Efeitos da natação sobre a independência funcional de pacientes com lesão medular. **Rev. Bras. Med. Esporte**, [s.l.], v.11, n.4, p.251-54, 2006.

¹¹ Tem experiência na área de Educação Física, com atuação em escolas, academias e estágio extracurricular abrangendo o campo da musculação, hidroginástica, ginástica localizada e ergometria. Também atua com educação infantil CMEI e executa atividades na área de anatomia humana com ênfase

em dissecação humana. Realiza ações como voluntário em diversos projetos de extensão na Faculdade de Educação Física e Instituto de Ciências Biológicas da UFG. Sócio da Sociedade Brasileira de Anatomia desde 2015. Membro estudantil filiado a Sociedade Brasileira de Eletromiografia e Cinesiologia desde 2017.

^[2] Possui Graduação (2003) e Mestrado (2008) em Odontologia pela Universidade Federal de Uberlândia e Doutorado em Anatomia Humana pela FOP / UNICAMP. Tem experiência na área de Odontologia e Anatomia Humana, com ênfase em pesquisa musculoesquelética, estudo de Disfunções da ATM, eletromiografia e ultrassonografia muscular. Ampla experiência em de cargos administrativos, coordenação e membro de equipes de avaliadores em extensão universitária.

^[3] Graduada em Odontologia pela Universidade Federal de Uberlândia. Mestre e Doutora em Biologia Buco-Dental com concentração em Anatomia pela Faculdade de Odontologia de Piracicaba FOP / UNICAMP. Especialista em Anatomia Humana. Atualmente atuando como docente do Curso de Medicina, área de Anatomia Humana, na Universidade Federal de Goiás - UFG/Regional Jataí.

^[4] Turismóloga, Doutoranda em Geografia, professora da Universidade Federal do Piauí.

^[5] Teóloga, Doutora em Psicanálise Clínica. Atua há 15 anos com Metodologia Científica (Método de Pesquisa) na Orientação de Produção Científica de Mestrados e Doutorandos. Especialista em Pesquisas de Mercado e Pesquisas voltadas a área da Saúde.

PUBLIQUE SEU ARTIGO CIENTÍFICO EM:

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/enviar-artigo-cientifico-para-submissao>