

**ARTIGO ORIGINAL**

**FATORES MOTIVACIONAIS DA PRÁTICA DE NATAÇÃO EM PESSOAS COM DEFICIÊNCIA**

Layla Beatriz de Freitas Barros<sup>1</sup>

Raissa Forte Pires Cunha<sup>2</sup>

Winney Aguiar Pimenta<sup>3</sup>

Jéssica do Vale Ribeiro<sup>4</sup>

**RESUMO**

São diversos os motivos que inspiram as pessoas com deficiência a praticarem a natação, e eles variam de pessoa para pessoa e também conforme o objetivo da atividade. O objetivo deste trabalho foi analisar as motivações de pessoas com deficiência para a prática da natação. Participaram da pesquisa, 20 sujeitos com deficiência física e/ou intelectual praticantes de natação. Para coleta de dados foi utilizado um questionário que avalia a motivação, Participation Motivation Questionnaire – PMQ e a Escala de estado de ânimo para análise do estado de ânimo. Os principais resultados apontam que os aspectos aptidão física, reconhecimento social, competição, competência técnica, e diversão motivam mais a prática de natação do que outros aspectos como ganhar prêmios, ganhar dos adversários, e satisfazer os pais. Os estados de ânimo que mais se destacam foram os estados de ânimo positivos tais são felicidade, leveza e energia. Conclui-se que os estímulos que motivam pessoas com deficiência a praticarem natação partem de questões físicas, sociais e emocionais. Muitos pretendem através da natação estabelecer novos vínculos, terem satisfação e ocupação no seu tempo, tratar da saúde, melhorias no humor, relaxamento, e obterem outras experimentações, não se deixando abater pelo seu estado de limitação. A natação se apresenta, portanto, como uma alternativa para melhora do estado de ânimo e qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Deficiência. Natação. Motivação

**MOTIVATIONAL FACTORS OF SWIMMING PRACTICE IN PEOPLE WITH DISABILITIES**

**ABSTRACT**

There are several motives that inspire people with disabilities to practice swimming, and they vary from person to person and also according to the purpose of the activity. The objective of this work was to analyze the motivations of people with disabilities to practice swimming. Twenty subjects with physical and / or intellectual disability participated in the study. For data collection I used a questionnaire that evaluates the motivation, Participation Motivation Questionnaire (PMQ) and the State of Mind Scale for the analysis of the state of mind. The main results point out that physical fitness, social recognition, competition, technical competence, and fun aspects motivate swimming practice more than other aspects such as winning prizes, winning opponents, and satisfying parents. The moods that stand out most were positive moods such as happiness, lightness and energy. It is concluded that the stimuli that motivate people with disabilities to practice swimming proceed from physical, social and emotional issues. Many want through swimming to establish new bonds, to have satisfaction and occupation in their time, to deal with health, improvements in mood, relaxation, and to

obtain other experiments, not being let down by its state of limitation. Swimming is therefore an alternative for improving mood and quality of life.

**Keywords:** Disability. Swimming. Motivation.

## 1 INTRODUÇÃO

A história da natação parte dos tempos mais longínquos, em que os homens nômades aprendiam a nadar desde cedo para garantir a sobrevivência, exploração de novas terras e caçada por alimentos. Na Grécia, o enaltecimento ao corpo tinha uma magnitude valiosa para a sociedade e a natação oferecia o aperfeiçoamento corporal que eles cobijavam, logo ela passou a ser um marco de treinamento e educação entre os gregos, pois eles visavam as atividades físicas apenas para a manutenção da saúde, o que excluía as pessoas com deficiência.

Com o avanço da evolução científica, os exercícios aquáticos começaram a ser utilizados como reabilitação e para fins terapêuticos. No período pós II Guerra Mundial, o esporte surgiu como um componente indispensável, no tratamento de pessoas com lesões medulares e amputações, que através da prática desportiva obtiveram uma recuperação mais rápida e sem problemas secundários decorrente da longa permanência em leitos hospitalares (CASTRO, 2010).

Devido ao relaxamento que o meio líquido proporciona, o indivíduo atinge os melhores resultados na água, tornando a natação uma das modalidades esportivas mais praticadas, por sua capacidade de locomoção flexível, vantagens de materiais auxiliares e lúdicos, menor propensão de dependência, fatores que estimulam a determinação nas atividades.

Souza (1994) ressalta os benefícios da natação, tais como a prevenção de distúrbios secundários e sedentarismo, a melhoria parcial das funções comprometidas ou não afetadas e a melhoria funcional da musculatura do tronco, braços e cintura escapular. Conforme o autor, a natação é um esporte que possibilita maior vantagem de aprendizado, por conta da ação da gravidade, que concede uma facilidade na realização dos exercícios em relação aos outros esportes. Saindo do componente médico-terapêutico, essa prática esportiva, seja na iniciação ou de rendimento, promove a integração do atleta e sua sociabilização (VARELA, 1989).

São diversos os motivos que inspiram as pessoas com deficiência a praticarem a natação, e variam de pessoa para pessoa, conforme o objetivo da atividade. Diante desse contexto, esta pesquisa parte do interesse de analisar os estímulos que conduzem a motivação para a prática de natação em pessoas com deficiência. Desse modo, formulou-se as seguintes indagações: o que motiva pessoas com deficiência a praticarem natação? Que estado de ânimo a prática da natação pode trazer a pessoa com deficiência?

Em uma busca no sítio eletrônico da Scielo com as palavras chaves “deficiência, motivação e natação” não foram encontrados estudos sobre o tema proposto. Mas no Google acadêmico foram encontrados aproximadamente 7.890 resultados, valendo ressaltar um artigo sobre a inclusão da natação na vida da pessoa com deficiência (FREGOLENTE; PRADO JÚNIOR, 2015), em que os autores abordam os benefícios que a natação acarreta, os estímulos relacionados, e a busca pela autonomia. Todavia, nenhum foi ambientado no município de Fortaleza, no estado do Ceará, tal fato também justifica esta pesquisa.

Além da relevância científica, este estudo pode vir a ser importante para os pesquisadores, desportistas, esportistas, pessoas com deficiência, pessoas que buscam vencer desafios, pois essa investigação científica tem como intenção proporcionar incentivo a pessoas com deficiência, a seus familiares que procuram métodos de melhorias para elas, contribuindo de forma científica e social para uma vida de qualidade, apesar das limitações.

Assim sendo, o objetivo de estudo desta pesquisa é analisar as motivações de pessoas com deficiência para a prática da natação. Para isso, será necessário averiguar qual objetivo da prática da natação da pessoa com deficiência, assim como identificar o seu estado de ânimo ao realizar a prática.

## **2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

A pesquisa se classifica como um estudo de campo descritivo, de modo transversal, com uma abordagem quantitativa.

A população do estudo englobou pessoas com deficiência praticantes de natação. A amostra foi composta por 20 indivíduos, compreendendo crianças e adultos, sendo 14 homens e 06(seis) mulheres, com idades entre 12 a 25 anos, com deficiências físicas e intelectuais, regulares nas aulas de natação. Foram incluídos na amostra participantes que possuem alguma deficiência, que são conscientes para responder as perguntas formuladas nos questionários e frequentes nas aulas de natação. Foram excluídos da amostra aqueles que porventura não assinaram o Termo de Assentimento e o Termo de Consentimento.

Os dados foram coletados através do questionário Participation Motivation Questionnaire – PMQ (ANEXO I), elaborado por Gill, Gross e Huddleston em 1983, um instrumento amplamente utilizado em vários estudos sobre motivos que dimensionam a prática de atividades esportivas. Nesta pesquisa, abordam 20 perguntas direcionadas a motivos ou razões que levam pessoas com deficiência a se envolverem na prática de natação contribuindo de maneira decisiva para a realização de comparações mais efetivas e

homogêneas entre diferentes estudos. Os 20 itens equivalentes ao elenco de possíveis motivos que possam levar as pessoas com deficiência a praticar natação foram agrupados em 08 (oito) fatores de motivação: a) reconhecimento social; b) atividade de grupo; c) aptidão física; d) emoção; e) competição; f) competência técnica; g) afiliação; e h) diversão.

Utilizou-se, ainda, para coleta a Escala de Estado de Ânimo (ANEXO II) que consiste em um instrumento projetado para avaliar 12 estados emocionais, divididos em humores positivos e negativos para análise (SANZ, 2001).

O Questionário PMQ foi aplicado individualmente para 20 sujeitos, tanto do sexo masculino como feminino, diversificando entre crianças e adultos, utilizando 20 questões objetivas, ampliando as opções de valores dentre os números (1 = nada importante a 5 = muito importante). Do mesmo modo, também se utilizou a escala de estado de ânimo, com 12 questões baseadas no humor dos participantes com relação ao seu estado na prática de natação, variando entre as opções de números (1 = nada importante a 5 = muito importante) respectivamente.

A fim de responder adequadamente as questões centrais desta pesquisa, os resultados foram analisados através de tabelas e gráficos, explorando os escores obtidos e apresentando seus cálculos em forma de porcentagem.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Neste ponto, apresentam-se os resultados coletados e respectivas discussões, que teve como base a pesquisa realizada com pessoas com deficiência e praticantes de natação, sobre os motivos da sua motivação para a prática esportiva aquática e os estados de ânimo que essa prática promove.

Na Tabela 1, apresentam-se os resultados referentes as respostas dos participantes sobre os fatores que os motivam a participar das aulas de natação.

**Tabela 1** - Questionário de motivação para participação.

	N1 = (%)	N2 = (%)	N3 = (%)	N4 = (%)	N5 = (%)
<b>Estar com amigos</b>	0%	0%	10% (2)	0%	90% (18)
<b>Trabalhar em equipe</b>	0%	0%	0%	10% (2)	90% (18)
<b>Satisfazer família ou amigos</b>	0%	10% (2)	15% (3)	15% (3)	60% (12)
<b>Fazer novas amizades</b>	0%	0%	0%	10% (2)	90% (18)

<b>Aprender novas habilidades</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Fazer exercício físico</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Ter algo para fazer</b>	0%	0%	5% (1)	5% (1)	90% (18)
<b>Sair de casa</b>	0%	0%	0%	15% (3)	85% (17)
<b>Sentir-se importante</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Competir</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Ganhar prêmios</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Superar limites</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Ser conhecido</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Estar em boas condições</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Reabilitação</b>	0%	0%	0%	10% (2)	90% (18)
<b>Pertencer a um grupo</b>	0%	0%	10% (2)	0%	90% (18)
<b>Diversão</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Liberar tensões</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Melhorar as habilidades técnicas</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Ganhar dos adversários</b>	0%	0%	0%	25% (5)	75% (15)

Fonte: Autores da pesquisa. Legenda: N1- Nada importante; N2- Nada importante; N3- Intermediário; N4- Muito importante; N5- Muito importante.

Dentre os 20 participantes que responderam ao questionário, todos destacaram *aprender novas habilidades, fazer exercícios físico, sentir-se importante, competir, superar limites, ser conhecido, estar em boas condições, diversão, liberar tensões e melhorar as habilidades técnicas* como fatores que motivam a prática da natação. Todos esses fatores citados pelos atletas são fatores motivacionais intrínsecos.

Por outro lado, apesar de ainda ter um destaque na relevância da motivação, os fatores motivacionais extrínsecos, como *satisfazer família ou amigos e ganhar dos adversários* não foi um componente abordado com nota máxima pelos participantes. O único fator extrínseco de motivação com nota máxima foi o *ganhar prêmios*.

Na satisfação das suas necessidades, a motivação pode ser analisada do ponto de vista: intrínseca, ligada a recompensas psicológicas; e, extrínseca, relacionadas a recompensas materiais. Sabe-se que todo comportamento é motivado por alguma causa interna ao indivíduo, ou alguma causa externa, do ambiente no qual está inserido, ou seja, os motivos

intrínsecos e extrínsecos (LOPES *et al.*, 2015). Scalon (2004) afirma que pessoas motivadas intrinsecamente têm probabilidade de serem mais persistentes, apresentar níveis de empenho mais alto e realizarem mais tarefas do que as que requerem reforços externos.

Sobre o fator *satisfazer a família*, vale ressaltar a pesquisa de Prado Junior *et al.* (2013) que abordam como fundamental o convívio familiar próximo das atividades físicas da pessoa com deficiência como uma influência indispensável no processo de aprendizagem, pois a família é o alicerce de um indivíduo, que repassa confiança e encorajamento. Quando não se perfaz um processo de motivação partindo do princípio familiar, os alunos produzem certos bloqueios sociais, que são prejudiciais no desenvolvendo da conduta, restringindo vínculos e alterações psicológicas por acreditarem ser desnecessário o fator sociabilização, levando a reflexão, se a própria família que deveria ser a base não demonstra interesse, porque as outras pessoas iriam valorizar. Entretanto, destaca-se que esta aproximação da família acontece no sentido de incentivos e encorajamentos para a participação esportiva e não como uma realização pessoal dos pais.

Como indicam Martin-Albo e Nuñez (1999), conhecer as motivações dos atletas é conhecer a prevenção de um possível abandono. Quando o treinador tem vínculos com os alunos e conhece suas necessidades, a prescrição do treinamento e a efetivação dele pelo aluno é mais preferível, porque ele avista como um prazer, e não um ato de obrigação. Sendo assim, manter o aluno motivado, incluído na atividade, é uma das ferramentas predominantes para o desenvolvimento de resultados. Marques (2003) afirma que a motivação é o combustível do atleta. Por isso, não pode prescindir sem ela. É através desse elemento que os atletas vão conseguir empenhar-se, dedicar-se e até superar obstáculos dentro do meio esportivo.

Os resultados apontam que os sujeitos da pesquisa praticam a natação substancialmente porque gostam de aprender, melhorar suas habilidades e estar em contato com outras pessoas, divertir-se e liberar tensões, consequências que a prática esportiva proporciona.

Em relação ao estado de ânimo que a prática da natação pode proporcionar as pessoas com deficiência, os resultados estão organizados na Tabela 2 que se segue.

**Tabela 2:** Resultados do estado de humor

ESCALA DE ÂNIMO PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO:					
	N1= %	N2=%	N3=%	N4=%	N5=%
<b>Feliz</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)

<b>Agradável</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Calmo</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Leve</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Com energia</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Ativo</b>	0%	0%	0%	0%	100% (20)
<b>Triste</b>	100% (20)	0%	0%	0%	0%
<b>Desagradável</b>	100% (20)	0%	0%	0%	0%
<b>Pesado</b>	100% (20)	0%	0%	0%	0%
<b>Tímido</b>	90% (18)	10% (2)	0%	0%	0%
<b>Com medo</b>	90% (18)	10% (2)	0%	0%	0%
<b>Agitado</b>	60% (12)	20% (4)	15% (3)	5% (1)	0%

Fonte: Autores da pesquisa. Legenda: N1- Nada importante; N2- Nada importante; N3- Intermediário; N4- Muito importante; N5- Muito importante

Conforme os resultados expressos na Tabela 2 acima, constata-se que todos os participantes atribuem a prática da natação estados de ânimo positivos, como feliz, agradável, calmo, leve, com energia e ativo. Rebutini *et al.* (2005) citam que não existe a possibilidade de ignorar que os fatores emocionais interferem sobre o físico, isto representa dizer que não podemos abordar de forma fragmentada, e sim buscar compreender a multidimensionalidade.

Dessa forma, compreende-se que os estados de ânimo positivos são fatores que contribuem para a permanência de pessoas com deficiência no meio esportivo. Carraveta (2006) salienta que surgem numerosos indutores de motivação no processo de desenvolvimento técnico, seja por meio de objetos, pessoas ou situações que impulsionam estados de atuação e humor.

Em vista disso, cabe, portanto, ao professor estar atento aos quadros de humor benéficos à saúde física e mental, gerando entusiasmo na realização esportiva. Ressalta-se que a timidez, o medo e a agitação são fatores normais, sobretudo na iniciação esportiva, que ao longo da prática somem com a adaptação e execução das atividades constantes.

#### 4 CONCLUSÃO

Diante de tudo que foi exposto, apura-se que os estímulos que motivam pessoas com deficiência a praticarem natação partem de questões físicas, sociais e emocionais. Muitos

pretendem através da natação estabelecer novos vínculos, ter satisfação e ocupação no seu tempo, tratar da saúde, melhorar o humor, relaxar e obter outras experimentações.

Com base nos resultados, podemos afirmar que as pessoas com deficiência não se deixam abater pelo seu estado de limitação, pois elas estão à procura de melhorias físicas e engajamento social e um dos meios de se adquirir tais fatores é através do esporte. A motivação é o elemento que as induz a continuar, mesmo diante da exclusão social que ainda está presente na sociedade assim como várias dimensões de barreiras para a prática da atividade física. Sendo assim, baseado nas análises, pode-se constatar que as instituições esportivas, as famílias, as relações sociais, entre outros influenciam de forma direta na motivação dos praticantes.

É importante salientar, que quando um indivíduo, independente da deficiência não se sente motivado em realizar uma atividade o resultado pode ser de frustração ou falta de engajamento futuro.

Acreditar-se com esta pesquisa que outros estudos precisam ser realizados, devido ao desprovimento e recuados estudos com relação a esse tema, para que sejam repassados entre profissionais da área da saúde, professores, familiares e amigos, contribuindo para que outras pessoas com deficiência tenham acesso aos benefícios que a natação proporciona e sejam estimuladas a fazer parte desse processo.

## REFERÊNCIAS

CARRAVETA, E.S. **Modernização da Gestão no Futebol Brasileiro**. Porto Alegre AGE 2006.

CASTRO, Eliane Mauerberg de. **Atividade física adaptada**. 2. ed. Ribeirão Preto: Novo Conceito, 2010.

SANZ, Jesús. Un instrumento para evaluar la eficacia de los procedimientos de inducción de estado de ánimo: La "Escala de Valoración del Estado de Ánimo" (EVEA). **Análisis y Modificación de Conducta**, v. 27, n. 111, p. 71-110, 2001.

FREGOLENTE, Giseli; PRADO JUNIOR, Milton Vieira do. A Inclusão da natação na vida da pessoa com deficiência – uma análise a partir da teoria ecológica do desenvolvimento. **Revista da Sobama**, Marília, v. 16, n. 1, p. 33-38, Jan/Jun., 2015.

GILL, D. L.; GROSS, J. B.; HUDDLESTON, S. Participation motivation in youth sports. **International Journal of Sports Psychology**, Brisbane, v. 14, p. 1-14, 1983.

LOPES, L. M. S. *et al.* Aspectos da Motivação Intrínseca e Extrínseca: uma análise com discentes de ciências contábeis da Bahia na perspectiva da teoria da autodeterminação. **Revista de Gestão, Finanças e Contabilidade**, Salvador, v. 5, n. 1, p. 21-39, 2015.

MARTÍN-ALBO, L.; NÚÑEZ, J. L. Las motivaciones deportivas: ¿Cuestión de tiempo? **Rev. Psicol. Dep.** v. 8, p. 283-293, 1999.

MARQUES, M. G. **Psicologia do Esporte: aspectos em que os atletas acreditam.** Canoas: Ed. ULBRA, 2003.

PRADO JUNIOR, M. V. *et al.*. The importance of parental involvement in swimming lessons for person with disability. **Hacettepe Jopurnal of Sport Sciences**, 24, 168-171, 2013.

REBUSTINI, F. *et al.* Estados de humor e percepção de bem-estar: um estudo com jovens mulheres voleibolistas. **Lecturas**, v. 80, 2005.

SOUZA PA, editor. **O esporte na paraplegia e tetraplegia.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1994.

SCALON, R. M. **A Psicologia do Esporte e a Criança.** Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004.

VARELA, Ana. Desporto para as pessoas com deficiência. **Revista Educação Especial e Reabilitação**, Lisboa, v. 1, n. 5/6, jun. 1989.

## CRENCIAIS DOS AUTORES

### <sup>1</sup> **Layla Beatriz de Freitas Barros**

Graduação em Educação Física pela Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza (2018) e pós-graduação em Fisiologia do Exercício pela Faculdade Lourenço Filho (2018).

E-mail: [laylabeatriz8@hotmail.com](mailto:laylabeatriz8@hotmail.com)

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9517385396515733>

### <sup>2</sup> **Raissa Forte Pires Cunha**

Graduação em Educação Física pela Universidade Federal do Ceará (2012) e mestrado em Educação pela Universidade Federal do Ceará (2015) na área de Educação Inclusiva.

E-mail: [raissa.cunha@professor.fametro.com.br](mailto:raissa.cunha@professor.fametro.com.br)

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6786323848327531>

### <sup>3</sup> **Winney Aguiar Pimenta**

Graduação em Educação Física pela Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza (2018).

E-mail: [winney.pimenta@gmail.com](mailto:winney.pimenta@gmail.com)

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3747053402824564>

### <sup>4</sup> **Jéssica do Vale Ribeiro**

Graduação em Educação Física pela Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza (2018).

E-mail: [jessicadovale15@gmail.com](mailto:jessicadovale15@gmail.com)

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5858954109117227>

**Recebido em:** 06 Jul 2018.

**Aprovado em:** 26 Out. 2018.

ANEXO I - PARTICIPATION MOTIVATION QUESTIONNAIRE (PMQ), VERSÃO TRADUZIDA E ADAPTADA PARA O IDIOMA PORTUGUÊS.

Abaixo estão algumas motivações que podem levar pessoas com deficiência a praticarem natação. Leia com atenção cada item e marque com “X” o quanto cada um desses motivos é importante atualmente para você praticar sua modalidade esportiva.

	Nada importante				Muito importante
Eu pratico natação para:		↓		↓	
1. Estar com os amigos	1	2	3	4	5
2. Trabalhar em equipe	1	2	3	4	5
3. Satisfazer a família ou os amigos	1	2	3	4	5
4. Fazer novas amizades	1	2	3	4	5
5. Aprender novas habilidades	1	2	3	4	5
6. Fazer exercício físico	1	2	3	4	5
7. Ter algo para fazer	1	2	3	4	5
8. Sair de casa	1	2	3	4	5
9. Se sentir importante	1	2	3	4	5
10. Competir	1	2	3	4	5
11. Ganhar prêmios	1	2	3	4	5
12. Superar limites	1	2	3	4	5
13. Ser conhecido	1	2	3	4	5
14. Estar em boas condições físicas	1	2	3	4	5
15. Reabilitação	1	2	3	4	5
16. Pertencer a um grupo	1	2	3	4	5
17. Diversão	1	2	3	4	5
18. Liberar tensões	1	2	3	4	5
19. Melhorar as habilidades técnicas	1	2	3	4	5
20. Ganhar dos adversários	1	2	3	4	5

Fonte: Gill, Gross e Huddleston (1983)

ANEXO II – ESCALA DE ÂNIMO PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO.

Feliz	1	2	3	4	5
Agradável	1	2	3	4	5
Calmo	1	2	3	4	5
Leve	1	2	3	4	5
Com energia	1	2	3	4	5
Ativo	1	2	3	4	5
Triste	1	2	3	4	5
Desagradável	1	2	3	4	5
Pesado	1	2	3	4	5
Tímido	1	2	3	4	5
Com medo	1	2	3	4	5
Agitado	1	2	3	4	5

Fonte: Sanz (2001)