

RELATO DE EXPERIÊNCIA: PROJETO PROSPORT21 FUTSAL DOWN

LILIAN SOUZA SOARES DA COSTA E SILVA, MARIA JÚLIA DA SILVA
BINOTTO, MARCELE FLORÊNCIO DAS NEVES

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade Ciências da Saúde, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, liliansouzasoares@gmail.com, mariaj.binotto@gmail.com, mneves@univap.br

Resumo - A Síndrome de Down é uma alteração genética advinda de um erro durante o processo de divisão celular que resulta em alterações físicas, motoras e psicológicas para seus portadores. O papel do fisioterapeuta está relacionado à facilitação da atividade física, otimização das habilidades motoras e minimização do desenvolvimento de padrões de movimento compensatórios anormais, maximizando, dessa forma, a saúde física e mental do paciente, podendo utilizar o esporte futsal como um recurso. O objetivo deste trabalho foi relatar a experiência vivenciada no Centro de Treinamento ProSport21 Futsal Down e relacionar com os achados da literatura. Na vivência foi observado que os alunos eram diferentes, mesmo que apresentassem o mesmo diagnóstico, além da abordagem de diferentes exercícios propostos durante os treinamentos e seus benefícios. Achados da literatura demonstraram que a vivência prática enriquece a formação do futuro fisioterapeuta e que a inserção do paciente com Síndrome de Down no meio esportivo garante uma melhor qualidade no processo de reabilitação e uma maior qualidade nas atividades de vida diária.

Palavras-chave: Fisioterapia. Futsal. Síndrome de Down.

Área do Conhecimento: Fisioterapia.

Introdução

A Federação das Associações de Síndrome de Down (2019) aponta que a incidência mundial de crianças que nascem com a Síndrome é de 1 para cada 1000 nascidos. No Brasil, estima-se que seja 1 em cada 700 nascimentos. A Síndrome de Down, também conhecida como Trissomia 21 (T-21) é uma alteração genética advinda de um erro durante o processo de divisão celular. A T-21 é causada pela presença de três cromossomos 21 (Oliveira, 2022), resultando em alterações físicas, motoras e psicológicas para seus portadores (Ramos et al., 2020), como pregas palpebrais oblíquas para cima, base nasal plana, protusão lingual, orelhas de implantação baixa, clinodactilia do 5º dedo da mão, afastamento entre o 1º e o 2º dedos do pé, pé plano, hipotonia muscular generalizada, frouxidão ligamentar, hiper mobilidade articular, déficit de equilíbrio e de controle postural (Brasil, 2013).

A Síndrome de Down está entre as condições genéticas mais complexas compatíveis com a sobrevivência humana (Antonarakis et al., 2020). Para a melhora da qualidade de vida dos portadores dessa síndrome, o exercício físico é essencial, visto que garante um bom desenvolvimento pessoal para executar movimentos simples que são fundamentais para viver em sociedade (Campos; Ferreira, 2017). Apesar disso, existem obstáculos que impedem a inclusão de pessoas especiais nas práticas esportivas, como por exemplo as limitações físicas decorrentes da Síndrome de Down e limitações externas, como a superproteção dos pais, discriminação faltas de incentivo por familiares (Jung; Kalinoski; Maques 2017), dentre outros, ainda que existam políticas de educação inclusiva como leis.

O futsal é um esporte que se concentra meio de interação social, o trabalho em equipe, o lado cognitivo, motor e sensorial, visando que é um exercício que realiza diversos movimentos e ainda precisa conduzir a bola (Spyrou et al., 2020), podendo-se deduzir que ele pode colaborar tanto para a melhora das funções físicas atreladas à prática de uma atividade física periódica e supervisionada, quanto para a socialização e desenvolvimento psicomotor de pessoas com Síndrome de Down. Além de ser uma maneira saudável de lidar com emoções, como frustração e ansiedade, enfrentando desafios, superando obstáculos e a celebrarem vitória (Popov, 2020).

Dessa forma, o projeto Futsal Down – SJC desenvolvido pelo Centro de Treinamento ProSport, com o objetivo treinos quinzenas de um time de futsal para pessoas com síndrome de Down em São José

dos Campos, interior de São Paulo. O projeto é gratuito e aberto para crianças, jovens e adultos do município joseense e da região do Vale do Paraíba. O foco do projeto é proporcionar às pessoas com síndrome de Down os benefícios da prática de esporte, como o aperfeiçoamento de habilidades motoras, o condicionamento físico e a socialização. A Liga Acadêmica de Neurofuncional (LANF) do curso de Fisioterapia da Universidade do Vale do Paraíba tem apoiado esse projeto desde 2022.

A participação em ligas acadêmicas desempenha um papel crucial na formação dos estudantes da área da saúde. Projetos como o Futsal Down oferecem uma oportunidade única para que os alunos apliquem conhecimentos teóricos em contextos práticos, enfrentando situações reais que enriquecem sua compreensão das necessidades específicas de diferentes populações. Além disso, esses projetos promovem o desenvolvimento de habilidades essenciais, como comunicação eficaz, trabalho em equipe e resolução de problemas, preparando os futuros profissionais para os desafios que encontrarão na prática clínica e contribuindo significativamente para a construção de uma trajetória profissional sólida e bem fundamentada. Nesse sentido, o objetivo do presente trabalho foi relatar a experiência adquirida nas atividades desenvolvidas no Futsal Down em parceria com a LANF, correlacionando com os achados na literatura.

Metodologia

Este estudo é um relato de experiência baseado nas atividades realizadas por discentes do 3º período do curso de Fisioterapia vinculadas à Liga Acadêmica de Neurofuncional (LANF) da Faculdade de Ciência da Saúde (FCS) da Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP). A experiência foi vivenciada no projeto Futsal Down SJC – ProsporT21, realizado no centro de treinamento Prospor, localizado no bairro Residencial União, na cidade de São José dos Campos – SP. O projeto Futsal Down SJC visa à inclusão social de pessoas com Síndrome de Down por meio do futsal, promovendo o relacionamento interpessoal, a compreensão de regras, e o estímulo cognitivo e motor, independentemente do sexo, patologia, religião ou nível socioeconômico dos participantes.

As atividades ocorreram quinzenalmente no primeiro semestre de 2024, aos sábados, durante o turno da manhã. Durante as atividades, as discentes atuaram como auxiliares nas aulas de futsal, sob a supervisão da profissional de educação física responsável pelo projeto. Suas funções incluíam o suporte aos participantes na execução das atividades propostas, como chutar ao gol, driblar e conduzir a bola, e realizar exercícios proprioceptivos. Além disso, as discentes contribuíram sugerindo atividades adicionais que poderiam enriquecer as aulas e promover um maior engajamento e desenvolvimento dos participantes.

Resultados

A Liga Acadêmica de Neurofuncional (LANF) é um órgão acadêmico sem fins lucrativos que visa aprofundar estudos em Neurofuncional, vinculado a Faculdade de Ciências da Saúde (FCS) da UNIVAP. Os encontros da LANF acontecem de forma mensal às segundas-feiras às 19 horas, horário proposto pela professora orientadora da liga para que os alunos que façam estágio e outras dificuldades consigam participar, visto que a liga proporciona vivências diferentes das que um aluno não ligante possui, incentivando a participação em congressos, feiras e vivências, como foi o caso da inclusão das alunas no Futsal Down. As alunas cursam, atualmente, o 4º período do curso de Fisioterapia da Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP), mas participaram de 3 encontros entre os meses de maio e junho do ano de 2024, enquanto eram alunas do 3º período.

No início das atividades, a LANF entrou em contato com a equipe do ProSporT21 Futsal Down para uma possível vivência dos ligantes nas aulas de futsal. O projeto do Futsal Down T21 na arena ProSport ocorre aos sábados no período matutino, com intervalos definidos de 2 semanas (14 dias) entre os treinos, ou seja, são totalizados 2 treinos ao mês.

Após a conversa entre a presidente da LANF e a representante do ProSporT21 Futsal Down, as alunas compareceram no dia 4 de maio às 10 horas da manhã para a atividade na primeira visita e dia 18 de maio também às 10 horas da manhã na segunda visita. A profissional de educação física responsável pelo projeto reforçou a importância do projeto e os objetivos que possuíam ao realizar aqueles encontros para que, dessa forma, as alunas colaborassem através das suas participações nas aulas. Os perfis dos jogadores participantes do projeto eram bem diversificados, desde indivíduos na fase da infância a indivíduos adultos; alunos sociáveis e que gostavam de jogar futsal a alunos que não

possuíam muita afetividade com o esporte, mas realizavam pela interação social que aquele ambiente proporcionava.

Durante os treinamentos, a conduta do preparo físico era voltada para treino de atividades funcionais e orientações gerais, tanto para o jogador quando para os seus tutores. O treino de futsal seguia um planejamento, no qual os jogadores realizavam exercícios de aquecimento, seguidos de exercícios que preparavam e estimulavam a cognição dos indivíduos com Síndrome de Down para atividades mais complexas e, ao final dos treinos, eram separados em dois times para um jogo. As estudantes de fisioterapia ficaram responsáveis por auxiliar os jogadores a executar tarefas nas quais poderiam ter dificuldades (Figura 1).

Figura 1 – Treinamento de FutsalDown realizado na arena ProSport



Fonte: autores

Por conta dos déficits motores e cognitivos advindos da Síndrome de Down, alguns jogadores possuíam dificuldades para entender qual era o comando fornecido pela profissional de educação física. Os treinamentos contavam com aproximadamente 20 alunos e, portanto, para que cada participante fosse bem assistido e para auxiliar no andamento da aula, as alunas ajudavam dessa forma. Para a melhor organização, as alunas foram separadas para que conseguissem ajudá-los em diferentes etapas de um mesmo exercício. Além disso, os treinadores reforçavam diversas vezes o comando que foi dito, além de demonstrar o que deveria ser feito para uma melhor captação da orientação por parte dos alunos que participavam do Futsal Down.

Além dos exercícios físicos, também se percebeu a importância do diálogo com os jogadores e o incentivo à prática esportiva de forma verbal. As estudantes de fisioterapia também contribuíram para a inserção de um novo aluno no grupo, que no início se mostrou envergonhado para realizar as atividades que estavam sendo propostas. Após dialogar e incentivá-lo, ele conseguiu acertar bolas no gol, efetuar tarefas que exigiam um nível de destreza mais elevado e, ao final do treino, se mostrou contente com o que havia sido capaz de fazer.

Discussão

Apesar dos portadores da Síndrome de Down apresentarem atraso no desenvolvimento psicomotor, essa condição não os impede de se desenvolver na sociedade, como todo o resto da população (Oliveira, 2022). Nos anos de 2019 e 2022, ocorreu o Campeonato Mundial de Futsal Down, dos quais a Seleção Brasileira conquistou os títulos. De acordo com Oliveira (2022), as conquistas demonstram que o esporte pode ser uma alternativa para a inclusão social, visto que são explorados sentimentos de emoção, entendimento da busca pelo sucesso e entendimento de regras.

O relato de experiência descrito do Projeto ProSport21 Futsal Down diz respeito ao incentivo às práticas esportivas através da modalidade do futsal para pessoas com Síndrome de Down, ampliando o entendimento teórico-prático do estudante de fisioterapia.

Durante a participação das estudantes no projeto ProSport21 Futsal Down, foi notório que alunos que participavam do projeto a mais tempo eram mais acostumados às práticas esportivas, possuíam melhor destreza dos movimentos e os comandos eram interpretados de forma mais rápida. Carneiro Junior, Neves, Ferreira (2020) realizaram um projeto de intervenção com 5 adolescentes de 11 a 17 anos com o diagnóstico de Síndrome de Down no qual avaliaram os efeitos da prática esportiva sobre a aptidão física dos alunos. Foi verificado que a prática esportiva melhorou a aptidão física dos participantes significativamente nos aspectos de flexibilidade e força explosiva de membros inferiores e superiores.

A profissional de educação física responsável pelas sessões de treinamento de futsal exigiu das alunas uma abordagem humanizada e respeitosa com o aluno portador da Síndrome de Down. No trabalho de Júnior (2009) os modelos de formação em fisioterapia no Brasil são relatados, de forma que geralmente o aluno é instruído a se preocupar prioritariamente com a reabilitação e deixar de lado a promoção da saúde, como reservar algum tempo do atendimento para dar orientações aos pais ou até mesmo prestar atenção no paciente que está sendo atendido, seja em ambiente hospitalar, de clínica ou durante um treinamento, visto que são estratégias diferentes mas viáveis se usadas da maneira correta para um bom processo de reabilitação e treinamento. Durante a prática na arena ProSport, as participantes da LANF prestaram ajuda de variadas formas, visto que cada paciente/aluno com Síndrome de Down apresentava diferentes déficits, entre eles motores, sociais, cognitivos e sensitivos. Portanto, coube à profissional responsável pelo projeto e às estudantes entender as necessidades de cada um e fornecer o suporte de maneira equilibrada, sem tirar a independência do aluno. Dessa forma, forneceram apoio e um comportamento profissional coerente para os portadores da síndrome, fatores que foram observados por Seron, Arruda e Greguol (2015) como os principais facilitadores para a prática de atividade física dos pacientes.

Nos treinos de futsal, as alunas puderam observar os procedimentos e exercícios que foram passados aos alunos. As alunas adquirem bastante prática além da troca de experiências com a profissional de Educação Física responsável pelo FutsalDown. Hall e colaboradores (2016) citam em seu estudo a importância da vivência prática para o aprendizado em fisioterapia, pois permite aos alunos que observem e, com o apoio e auxílio da supervisora do Futsal Down ProSport21, apliquem conhecimentos, habilidades e comportamentos da teoria em um ambiente supervisionado por um profissional formado, que além de supervisionar, é capaz de oferecer novas experiências e discutir sobre aquelas já vivenciadas na sua área de atuação.

A educação dos profissionais de saúde deve pautar-se nos conhecimentos experimentados, vividos, pois esses permitem formar profissionais com capacidade de solucionar problemas (Vilela; Mendes, 2003). Portanto, as alunas puderam vivenciar uma experiência de trabalho interdisciplinar entre a fisioterapia e a educação física, considerado este por diversos autores como alternativa para se alcançar um tratamento eficaz e que seja capaz de promover a saúde da melhor maneira possível.

Conclusão

A nossa participação como membro da Liga Acadêmica de Neurofuncional no projeto Futsal Down proporcionou uma vivência prática enriquecedora, que ampliou sua compreensão teórica e prática sobre a inclusão social, o desenvolvimento psicomotor de pessoas com Síndrome de Down, os desafios e os benefícios da prática desportiva na vida destas pessoas. As atividades realizadas demonstraram a importância da prática esportiva na melhora das habilidades físicas e cognitivas desses indivíduos,

além de fortalecer o entendimento das alunas sobre abordagens humanizadas e interdisciplinares na promoção da saúde. Essa experiência ressaltou a relevância do trabalho colaborativo entre fisioterapeutas e educadores físicos, contribuindo para a formação de profissionais mais preparados para enfrentar os desafios da prática clínica e promover a saúde de maneira integral. Assim, projetos como o Futsal Down não apenas beneficiam os participantes com Síndrome de Down, mas também desempenham um papel crucial na formação acadêmica e profissional de futuros fisioterapeutas, destacando a importância das experiências práticas na construção de uma carreira sólida e comprometida com a saúde e bem-estar de todos.

Referências

ANTONARAKIS, S.E. et al. Down syndrome. *Nature Reviews Disease Primers*, v. 6, n. 1, p. 9, 6 fev. 2020. DOI 10.1038/s41572-019-0143-7. Disponível em <https://www.nature.com/articles/s41572-019-0143-7>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Diretrizes de atenção à pessoa com síndrome de Down. Brasília, DF, 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_atencao_pessoa_sindrome_down.pdf

CAMPOS, M. J.; FERREIRA, J. Aferição da Aptidão Física em Jovens com Síndrome de Down. *Debates em Educação* - ISSN 2175-6600. Maceió, v. 9, n. 17, Jan./Abr.2017.

CARNEIRO JUNIOR E. D.; NEVES D. C. P; FERREIRA P. R. C. Efeitos da prática esportiva na aptidão física de alunos com síndrome de down da APAE do município de Santarém/PA. *Conhecimento & Ciência*, p. 33-51, 2020.

FEDERAÇÃO DAS ASSOCIAÇÕES DE SÍNDROME DE DOWN. Síndrome de Down. 2019. Disponível em: <http://federacaodown.org.br/sindrome-de-down/>. Acesso em: 26 ago. 2024.

HALL, M. et al. An Exploration of Canadian Physiotherapists' Decisions about Whether to Supervise Physiotherapy Students: Results from a National Survey. *Physiother Can.*, v. 68, n. 2, p.141-148, 2016.

JUNG, L. G.; KALINOSKI, A. X.; MARQUES, A. C. Barreiras e facilitadores para a atividade física em pessoas com déficit intelectual. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*. 22(4):362-372;2017.

JÚNIOR, J. P. B. Formação em fisioterapia no Brasil: reflexões sobre a expansão do ensino e os modelos de formação. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, v.16, n.3, p.655-668, 2009.

MARQUES, A. C. **O perfil do estilo de vida de pessoas com syndrome de down e normas para avaliação da aptidão física**. 2008. 148 f. Tese de Doutorado - Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008.

OLIVEIRA, C. D. **Relatório para desenvolvimento do podcast: “O esporte como inclusão social, através do Futsal Down”**. 2022. 24f. Trabalho de Conclusão de Curso – Jornalismo, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2022.

POPOV, A. N. Crianças com síndrome de Down: educação física e esportes facilitaram o roteiro de adaptação social. **Teoria e Prática da Cultura Física**, 2020. Disponível em: <http://tpfk.ru/index.php/TPPC/issue/archive>.

RAMOS, B. B. ; MÜLLER, A. B. Marcos motores e sociais de crianças com Síndrome de Down na estimulação precoce. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 4, n. 1, p. 37-43, 2020.

SERON, B. B.; ARRUDA G. A.; GREGUOL M. Facilitadores e barreiras percebidas para a prática de atividade física por pessoas com deficiência motora. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 37, n. 3, p. 214-221, 2015.

SHIELDS, N. Physiotherapy management of Down syndrome. **Journal of Physiotherapy**, v. 67, n. 4, p. 243-251, 2021.

SPYROU, K.; FREITAS, T. T.; MARÍN-CASCALES, E.; ALCARAZ, P. E. Physical and physiological match-play demands and player characteristics in futsal: a systematic review. **Frontiers in Psychology**, v. 11, art. 569897, 6 nov. 2020. DOI 10.3389/fpsyg.2020.569897. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.569897/full>.

VILELA, E. M.; MENDES I. J. M. **Interdisciplinariedade e saúde: estudo bibliográfico**. Rev. Latino-AM Enfermagem, v.11, n.4, p.525-531, 2003.

Agradecimentos

Agradecimento especial à Liga Acadêmica de Neurofuncional do curso de fisioterapia pertencente a Faculdade de Ciências da Saúde (FCS) da Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP) e a toda equipe do Centro de Treinamento ProSport responsáveis e colaboradores do projeto ProSport21 Futsal Down, a todos os seus jogadores e tutores que permitiram a nossa participação neste projeto.