UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO

PHELIPE LINS DE MOURA

ATIVIDADE FÍSICA DE UNIVERSITÁRIOS COM DEFICIÊNCIA EM TEMPOS DE PANDEMIA DA COVID-19

MACEIÓ – AL
2022

PHELIPE LINS DE MOURA

ATIVIDADE FÍSICA DE UNIVERSITÁRIOS COM DEFICIÊNCIA EM TEMPOS DE PANDEMIA DA COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado do Curso de Educação Física do Instituto de Educação Física e Esporte da Universidade Federal de Alagoas como requisito parcial para obtenção da nota final do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC).

Orientadora: Profª. Dr. Neiza de Lourdes Frederico Fumes
Coorientadora: Profª. Dra. Soraya Dayanna Guimarães Santos

MACEIÓ – AL
2022

Catalogação na fonte
Universidade Federal de Alagoas
Biblioteca Central
Divisão de Tratamento Técnico Bibliotecária
Responsável: Jorge Raimundo da Silva – CRB-4 – 1528

M929a Moura, Phelipe Lins de.
Atividade física de universitários com deficiência em tempos de pandemia da COVID-19. / Phelipe Lins de Moura – Maceió, 2022.
37 f.

Orientadora: Neiza de Lourdes Frederico Fumes
Corrientadora: Soraya Dayanna Guimarães Santos
Monografia (TCC em Educação Física : bacharelado) – Universidade Federal de Alagoas. Instituto de Educação Física e Esporte, Maceió, 2022.

Bibliografia: f. 28-33.

1. Educação física. 2. Atividade física – pessoas com deficiência. 3. Atividade física – pandemia COVID-19. I. Título.

CDU: 796.03

Folha de Aprovação

PHELIPE LINS DE MOURA

ATIVIDADE FÍSICA DE UNIVERSITÁRIOS COM DEFICIÊNCIA EM TEMPOS DE PANDEMIA DA COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado do Curso de Educação Física da Universidade Federal de Alagoas como requisito parcial para obtenção da nota final do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC).

Banca Examinadora:

Profa. Dra. Neiza de Lourdes Frederico Fumes (Orientadora)
IEFE/UFAL

Profa. Dra. Soraya Dayanna Guimarães Santos (Coorientadora)
IEFE/UFAL

Profª. Dra. Maria do Socorro Meneses Dantas (Presidente)
IEFE/UFAL

Profª. Esp. Maria Quitéria da Silva (Convidada)
CEDU/UFAL

Dedico mais essa etapa da minha vida acadêmica ao meu PAI (Izaias de Vasconcelos Almeida, *in memorian*) que sempre me ensinou que a educação é a melhor escolha de um homem, com seu exemplo, apoio e incentivo, concluo a segunda etapa de um sonho. As minhas conquistas não são só minhas, são também daqueles que não estão

mais aqui, mas ainda assim, fazem parte delas!

AGRADECIMENTOS

À Deus, que me permitiu chegar até aqui, me concedendo saúde e força para superar as adversidades. Sem o Seu auxílio não conseguiria terminar essa etapa de minha vida.

À minha família, pelo amor com que me auxiliam e cuidam de mim. Minha família é o meu alicerce. Todos vocês têm uma importância única, cada um do seu jeito.

Não posso deixar de agradecer à minha noiva Roberta, por todo apoio e companheirismo, por estar sempre ao meu lado durante o meu percurso acadêmico.

Agradeço à minha Orientadora, Neiza, por ter aberto as portas da pesquisa em minha vida acadêmica, me auxiliando com tanta atenção e paciência. Sendo parte fundamental da minha formação, através de programas institucionais, grupo de pesquisa e monitoria com inúmeras contribuições que levarei para sempre.

À esta Universidade e ao corpo docente do IEFE por me proporcionar uma formação profissional com qualidade e me tornar uma pessoa melhor a cada dia.

“Não acredites nos que sabem tudo.
Os que muito sabem, sabem que têm muito a aprender.
A educação é do tamanho da vida.
Não há começo, não há fim.

Só travessia.”
(Rubem Alves)

Resumo

Atualmente passamos por um momento muito complicado no cenário mundial, estamos vivendo uma pandemia da COVID-19, que apresenta um espectro clínico variando de infecções assintomáticas a quadros graves. Sendo assim, aumenta a preocupação em relação às pessoas com deficiência, pois muitas dessas pessoas não têm acesso à prática de atividades físicas e o nível de atividade física geralmente é menor entre pessoas com deficiência do que pessoas sem deficiência. A população de pessoas com deficiência apresenta estilo de vida menos ativo em comparação às pessoas sem deficiência. E vale ressaltar que a atividade física é incremento fundamental para uma melhor qualidade de vida, que impacta diretamente na saúde do indivíduo. Dessa forma, o presente ensaio teórico tem como objetivo buscar descrever a prática de atividade física de universitários com deficiência em tempos de pandemia. A metodologia do trabalho caracteriza-se por uma pesquisa quantitativa. Participaram de forma voluntária deste estudo 32 universitários com deficiência de uma Universidade Federal, 18 homens e 14 mulheres. A coleta de dados se deu através de um questionário construído para esse estudo, composto de 27 questões, com 14 questões fechadas e 13 questões abertas. Para a análise foi utilizada a estatística descritiva. Especificamente, aferimos percentual e frequência referente às categorias determinadas. Os resultados encontrados mostraram que 56,3% (n= 18) dos universitários não conseguiram manter a prática da atividade física durante a pandemia e 47,1% (n= 8) realizam caminhada, outra parte consegue fazer exercícios em casa, 29,4% (n= 5) e os outros, atividades diversas, como artes marciais, karatê, hidroginástica com natação e bicicleta, com um percentual de 5,9% (n= 1). Dos participantes que praticaram atividade física na pandemia, 43,1% (n= 6) tem intenção na saúde e apenas 22,4% (n= 2) na qualidade de vida. Conclui-se que a maioria dos universitários com deficiência teve dificuldades em manter a prática de atividades físicas no período da pandemia. A pandemia impactou negativamente na prática de atividade física, de modo particular dos universitários com deficiência, ocasionando em uma baixa percentagem na prática de atividade física da população, o que preocupa ainda mais os fatores de impedimento e barreiras que dificultam a realização das práticas.

Palavras-chave: Atividade Física; Pessoas com deficiência; Ensino Superior.

ABSTRACT

We are currently going through a very complicated moment in the world scenario, we are living in a pandemic of COVID-19, which presents a clinical spectrum ranging from asymptomatic infections to severe cases. Thus, the concern about people with disabilities increases, since many of these people do not have access to physical activity and the level of physical activity is usually lower among people with disabilities than among people without disabilities. The population of people with disabilities has a less active lifestyle compared to people without disabilities. And it is worth pointing out that physical activity is a fundamental increment for a better quality of life, which directly impacts the individual's health. Thus, this theoretical essay will seek to describe the practice of physical activity by college students with disabilities in times of pandemic. The methodology of the work is characterized by quantitative research. Thirty-two college students with disabilities from a Federal University, 18 men and 14 women participated voluntarily in this study. The data collection was done through a questionnaire, composed of 27 questions, with 14 closed questions and 13 open questions. For the analysis, we used descriptive statistics. Specifically, we measured percentage and frequency referring to the determined categories. The results found showed that 56.3% (n = 18) of university students were unable to maintain the practice of physical activity during the pandemic and 47.1% (n = 8) walk, another part manages to do exercises at home, 29, 4% (n= 5) and the others, various activities, such as martial arts, karate, hydro gymnastics with swimming and bicycle, with a percentage of 5.9% (n= 1). Of the participants who practiced physical activity during the pandemic, 43.1% (n=6) had a health intention and only 22.4% (n=2) had a health intention. It is concluded that most university students with disabilities had difficulties in maintaining the practice of physical activities during the pandemic period. The pandemic had a negative impact on the practice of physical activity, particularly among university students with disabilities, resulting in a low percentage of the population practicing physical activity, which further concerns the impediment factors and barriers that make it difficult to carry out practices.

Keywords: Physical Activity; People with Disabilities; Higher Education.

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICOS

Gráfico 1 - Gênero……. 16

Gráfico 2 - Campus…… 17

Gráfico 3 - Tipo de Deficiência……...… 18

Gráfico 4 - Cursos……...…… 20

Gráfico 5 - Realização da prática de atividades físicas no período da pandemia 22

Gráfico 6 - Tipos de atividade física realizadas na pandemia…… 24

Gráfico 7 - Intenções para prática de atividade física durante a pandemia…….. 26

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO 11

2 METODOLOGIA 13

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO 15

3.1 Perfil dos Universitários: gênero, cursos, campus e deficiência 15

3.1.1 Gênero 15

3.1.2 Polo Universitário de Vinculação 17

3.1.3 Tipos de Deficiência 18

3.1.4 Cursos Frequentados pelos Universitários com Deficiência 19

3.2 Atividade Física em tempos de COVID-19 21

3.2.1 Prática de atividade física 21

3.2.2 Intenção para a prática de Atividade Física durante a Pandemia 26

4 CONCLUSÃO 28

REFERÊNCIAS 29

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO 35

1 INTRODUÇÃO

Atualmente passamos por um momento muito complicado no cenário mundial, estamos vivendo uma pandemia da COVID-19, que de acordo com o Ministério da Saúde é uma doença infecciosa, extremamente contagiosa, causada pelo coronavírus, denominado SARS-CoV-2, que apresenta um espectro clínico variando de infecções assintomáticas a quadros graves.

Em caráter emergencial, medidas de enorme impacto social, sanitário e econômico foram adotadas. As medidas incluem o incentivo à higienização das mãos; ao uso de máscaras faciais; e medidas progressivas de distanciamento social, com o fechamento de escolas e universidades. Diante do exposto, sabemos que as atividades físicas também foram impactadas nesse momento.

No tocante às pessoas com deficiência essas medidas foram rigorosamente estreitadas, em razão desta população ser mais sensível e suscetível a COVID-19, constituindo-se em importante grupo de risco. Além disso, são mais vulneráveis aos impactos de serviços de saúde de baixa qualidade ou até mesmo, inacessíveis. Dessa forma, os cuidados precisam ser redobrados nesse momento de pandemia.

De acordo com Nahas (2017), a população de pessoas com deficiência apresenta estilo de vida menos ativo em comparação às pessoas sem deficiência. E vale ressaltar que a atividade física é incremento fundamental para uma melhor qualidade de vida, que impacta diretamente na saúde do indivíduo.

Sendo assim, aumenta a preocupação em relação às pessoas com deficiência, pois muitas dessas pessoas não têm acesso à prática de atividades físicas e o nível de atividade física geralmente é menor entre pessoas com deficiência do que pessoas sem deficiência (ZWIER *et al.,* 2010; CARLON, *et al.,* 2012). A prática regular de atividade física promove muitos benefícios para todas as populações e as recomendações de participação em atividade física podem prevenir doenças (WHO, 2010).

Nesse sentido, há inúmeras barreiras que impedem a prática e participação de pessoas com deficiência nos programas de atividade física. Isso decorre na maioria das vezes pela falta de acessibilidade, o que ocasiona pessoas mais propensas ao comportamento sedentário (SCHERER, 2012).

Coadunando com essa discussão, Carroll *et al* (2014) apresentam dados da sua pesquisa com adultos com deficiência dos EUA, em que metade dos participantes, cerca de

10,1 milhões são inativos. Assim, esse público tem maior probabilidade de terem uma ou mais doenças crônicas associadas à inatividade do que aqueles que eram fisicamente ativos.

Os autores citados anteriormente ainda afirmam que comparado aos tipos de deficiência, a inatividade foi mais prevalente entre adultos com alguma deficiência visual. Vários autores afirmam que o baixo nível de atividade física regular em adultos com deficiência visual é um fato bem documentado na literatura (LOPRINZI; JOYNER, 2016; LOPRINZI *et al.,* 2015; LOPRINZI *et al.,* 2014; RURANGIRWA *et al.,* 2006; SERON *et al.,* 2012).

Nesse contexto, compreender os diversos fatores relacionados à prática de atividade física que envolve o grupo populacional das pcd pode contribuir para a elaboração e implantação de políticas públicas que auxiliem na construção de possibilidades para a prática de atividades físicas.

Com a expansão do Ensino Superior, os universitários com deficiência, a cada dia, vêm representando uma esfera maior em nosso país. De acordo com o Censo do Ensino Superior, realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, houve aumento significativo de matrículas entre os anos de 2012 e 2018, com quantitativo de 26.663 em 2012 e 43.633 em 2018 alunos, um percentual de crescimento de aproximadamente 35% no ingresso de pessoas com deficiência nas IES (BRASIL, 2019).

Fator esse que deve ser cuidadosamente estudado, pois este grupo, com as novas experiências acadêmicas, que pode implicar em sair da casa dos pais, ou mudar de cidade, além de toda as exigências da vida acadêmica e as novas redes sociais, tende a modificar hábitos de suas vidas, assumindo algumas condutas nocivas à saúde, dentre elas, a diminuição do nível de atividade física.

Quando pensamos em atividades físicas, segundo a Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte, estas podem ser “qualquer movimento como resultado de contração muscular esquelética que aumente o gasto energético acima do repouso e não necessariamente a prática desportiva” (LAZZOLI, *et al.,* 1998, p.107).

Desse modo, vemos que todas as formas de atividade física podem promover benefícios à saúde, se realizadas regularmente e com duração e intensidade suficientes (WHO, 2018). Ela pode e deve ser integrada aos ambientes em que as pessoas vivem, trabalham e se divertem. Esporte e lazer, por exemplo, podem ajudar a promover a atividade física para pessoas de todas as idades e habilidades (WHO, 2018).

Com isso, a atividade física é recomendada para todas as idades e é importante que se crie o hábito e o interesse pela prática da atividade física. De acordo com as Diretrizes da OMS para Atividade Física e Comportamento Sedentário, recomenda-se que:

> Os adultos com deficiências devem realizar pelo menos de 150 a 300 minutos de atividade física aeróbica de moderada intensidade; ou pelo menos de 75 a 150 minutos por semana de atividade física aeróbica de vigorosa intensidade; ou uma combinação equivalente de atividades físicas de moderada e vigorosa intensidade ao longo da semana para obter benefícios substanciais para a saúde. Em pelo menos 3 dias na semana (WHO, 2020).

No Brasil, foi desenvolvido o Guia de Atividade Física para a População Brasileira, no qual recomenda para adultos com deficiência:

> Deve realizar pelo menos 150 minutos de atividade física moderada ao longo da semana ou pelo menos 75 minutos de atividade vigorosa, ou uma combinação equivalente. Atividades de fortalecimento muscular devem ser realizadas envolvendo os principais grupos musculares em dois ou mais dias da semana (BRASIL, 2021).

Apesar dos avanços legais das últimas décadas, ainda se percebe grande tendência desta população à não participação em atividades promovidas com o objetivo de aprimoramento da saúde e qualidade de vida, tais como programas de atividades físicas. Comparados com os demais indivíduos, aqueles com deficiência demonstram com maior frequência comportamentos sedentários, prevalência de sobrepeso e obesidade e níveis mais precários de aptidão física (CERVANTES; PORRETA, 2010).

Interdonato e Greguol (2012) coadunam que é importante que pessoas com deficiência pratiquem atividade física, a fim de manter a saúde e melhorar a qualidade de vida. Mesmo assim, as pessoas com deficiência não têm oportunidades de acesso aos programas oferecidos para pessoas sem deficiência. Isso se confirma na pesquisa Seron, Arruda e Greguol (2015), que apontaram que a adesão da população quanto a prática de atividade física regular é pequena, e menor ainda quando se trata das pessoas com deficiência.

A partir destas informações, levantou-se a hipótese de que pessoas com deficiência física têm pouca participação na atividade física durante o período pandêmico. Dessa forma, o presente artigo buscou descrever a prática de atividade física de universitários com deficiência em tempos de pandemia.

2 METODOLOGIA

A metodologia do trabalho caracteriza-se por uma pesquisa quantitativa, com um estudo transversal. Segundo Knechtel (2014), a pesquisa quantitativa é uma modalidade de pesquisa que atua sobre um problema humano ou social, é baseada no teste de uma teoria é composta por variáveis quantificadas em números, as quais são analisadas de modo estatístico, com o objetivo de determinar se as generalizações previstas na teoria se sustentam ou não.

Esclarece Fonseca (2002, p. 20) que:

> Diferentemente da pesquisa qualitativa, os resultados da pesquisa quantitativa podem ser quantificados. Os resultados são tomados como se constituíssem um retrato real de toda a população alvo da pesquisa. A pesquisa quantitativa se centra na objetividade. Influenciada pelo positivismo, considera que a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com o auxílio de instrumentos padronizados e neutros. A pesquisa quantitativa recorre à linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno, as relações entre variáveis, etc. A utilização conjunta da pesquisa qualitativa e quantitativa permite recolher mais informações do que se poderia conseguir isoladamente.

Participaram de forma voluntária deste estudo 32 universitários com deficiência de uma Universidade Federal, 18 homens e 14 mulheres. Vale destacar que na Universidade no ano de 2020 foram atendidos pelo Núcleo de Acessibilidade (NAC) programas oferecidos um total de 41 universitários com deficiência. O questionário foi entregue para os 41 universitários, mas só tivemos retorno de 32.

A coleta de dados se deu através de um questionário, construído para esse estudo, composto de 27 questões, com 14 questões fechadas e 13 questões abertas, para efeitos de validação do questionário, as questões elaboradas no questionário foram debatidas por especialistas na área, sendo aplicado de forma online, enviando um link do *Google Forms* pelo *Whatsapp*, devido às condições de distanciamento e isolamento social impostas pela pandemia de COVID-19. O questionário estava distribuído em 6 seções: seção 1 – apresentação da pesquisa e termo de acordo; seção 2 – dados pessoais; seção 3 – conhecimentos iniciais em relação à COVID-19; seção 4 – saúde mental durante a pandemia da COVID-19; seção 5 – autocuidados durante a pandemia da COVID-19; e seção 6 – ensino remoto durante a pandemia da COVID-19.

Para a análise foi utilizada a estatística descritiva que “tem o objetivo principal de descrever detalhadamente os dados e se apoiar em pesquisas anteriores que conduzam a uma conclusão” (MALHEIROS, 2011, p. 179). Após a apresentação dos dados foi feita a análise. Especificamente, aferimos percentual e frequência referente às categorias determinadas.

A pesquisa obedeceu aos aspectos éticos e legais, sendo submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Alagoas, sob o CAAE 47081721.8.0000.5013. Os participantes aceitaram participar da pesquisa, voluntariamente, após

ter sido esclarecido e os mesmos marcaram a opção no questionário onde constava o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

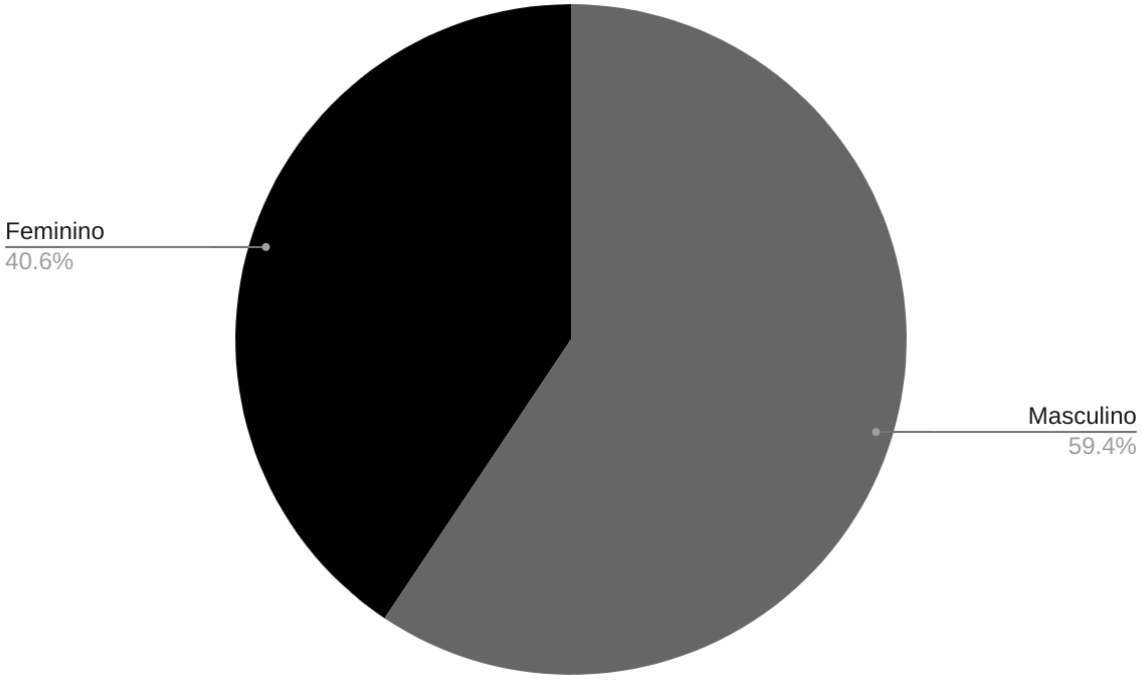
Inicialmente os dados apresentarão um panorama do perfil dos universitários com deficiência de uma universidade pública do nordeste do país. No entanto, apresentaremos não apenas o que está aparente, o que nos foi dado, mas também os complexos que estão imbricados no perfil dos estudantes universitário com deficiência. Continuando, também discutiremos sobre a prática de atividade física dos universitários com deficiência em tempos de pandemia e as suas intenções com a prática. No decorrer da discussão apresentaremos alguns gráficos para leitura das informações quantitativas.

3.1 Perfil dos Universitários: gênero, cursos, campus e deficiência

Nos resultados discutiremos os dados que compõem o perfil dos universitários, que perpassam pelas questões de gênero, campus universitário onde estudam, tipo de deficiência e cursos que frequentam. Iniciamos apresentando o gráfico 1, que compõe os dados a respeito da questão de gênero, em seguida discutimos sobre o campus que os participantes da pesquisa estudavam, no gráfico 2, depois foi mostrado no gráfico 3 o tipo de deficiência, e o gráfico 4, que contém os dados dos cursos escolhidos e cursados pelos universitários.

3.1.1 Gênero

Gráfico 1 - Gênero



Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

No gráfico acima, podemos ver uma quantidade de 18 homens totalizando uma porcentagem de 59,4% de universitários homens com deficiência, e 14 mulheres, que representa 40,6% de universitárias mulheres com deficiência.

Historicamente, é possível constatar as desvantagens das mulheres em relação aos homens, ainda hoje são evidenciadas na análise de diversos indicadores sociais brasileiros (trabalho, renda, na política etc.), trazendo assim várias implicações para a política educacional. Neste contexto, as mulheres com deficiência vivem um ciclo de impossibilidades, que dificultam a inclusão desta população em espaços de privilégio social, como universidades (SILVA, 2019).

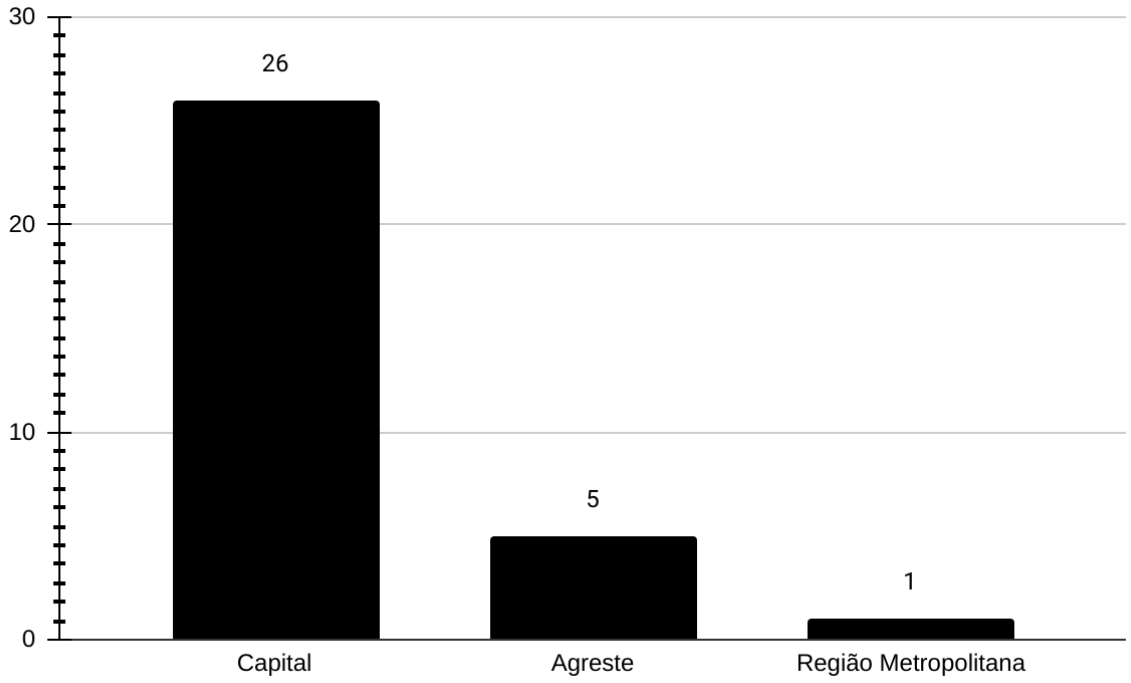
As mulheres com deficiência sofrem barreiras sistemáticas durante todo o percurso da vida educacional. Assim, a Educação Superior é uma realidade muito distante para a grande maioria das representantes desse grupo. Provas disso são os dados da ONU (2000) que destacam, no início deste século, o número menor de 1% de meninas com deficiência alfabetizadas nos seis grandes continentes. Além disso, os relatórios das agências internacionais mostram a privação que sofrem as mulheres com deficiência nas três maiores áreas da vida humana: saúde, renda e educação (ONU, 2000; OMS, 2011). Nesta linha, a exclusão que se percebe hoje no sistema educacional é resultado de uma série de fatores históricos, sociais, econômicos e culturais.

Em relação à Educação Superior, as mulheres são maioria, tanto nos cursos de graduação, quanto de pós-graduação. Contudo, quando situamos os dados com relação à deficiência, as mulheres são minoria na Educação Superior. Em pesquisa realizada por Melo (2011), observou-se que, dos estudantes com deficiência que ingressaram em uma Universidade Federal até o ano de 2010, 40% deles compreendiam sujeitos do sexo feminino e 60% do sexo masculino, indicador este que contribui para levantar questionamentos sobre possibilidades explicativas para tal realidade.

Os estudos que discutem a perspectiva de gênero e deficiência são escassos, especialmente no que diz respeito às relações estabelecidas com o acesso de mulheres com deficiência à Educação Superior, escondendo as barreiras e a opressão que estão por trás das inacessibilidades e invisibilidade.

3.1.2 Polo Universitário de Vinculação

Gráfico 2 - Campus



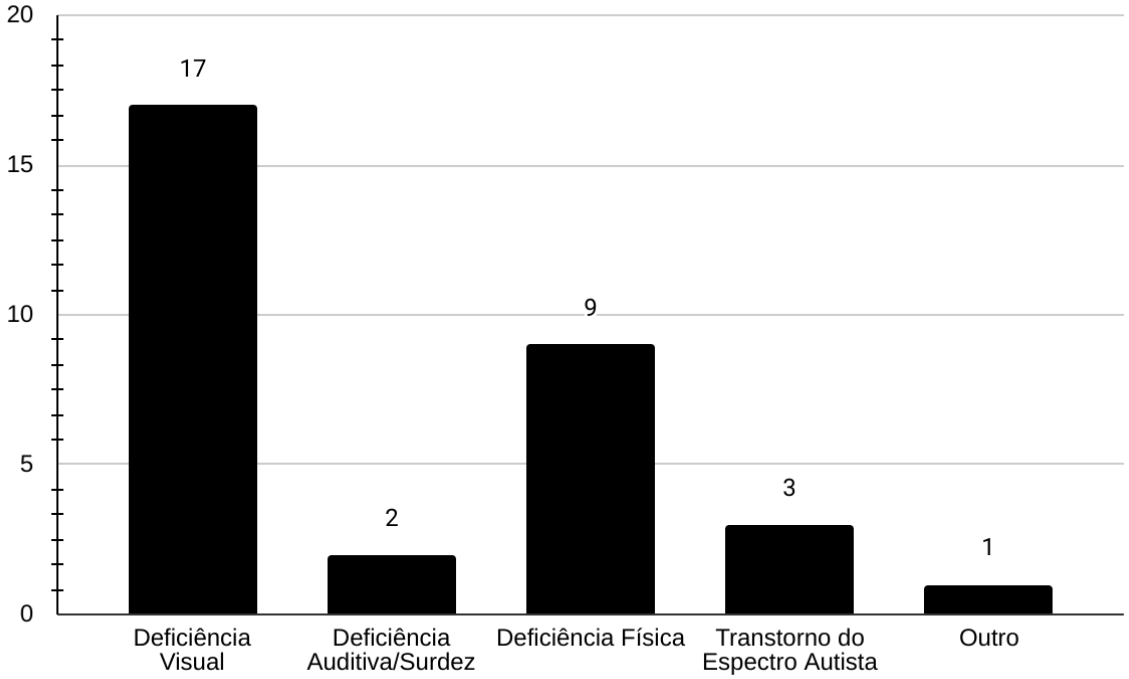
Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

No tocante ao campus, conforme os dados, todos os estudantes com deficiência que participaram da pesquisa estudam nos campus Maceió, Arapiraca e Engenharias e Ciências Agrárias.

As que possuem, existe limitação de ofertas de cursos, o que deixa o sujeito sem muita opção de escolha. Partindo desse pressuposto, justifica-se um maior quantitativo de estudantes com deficiência que estudam no campus da capital.

3.1.3 Tipos de Deficiência

Gráfico 3 - Tipo de Deficiência



Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

O gráfico 2 mostra que o quantitativo é de 17 pessoas com deficiência visual, 9 pessoas com deficiência física, 3 pessoas com transtorno do espectro autista, 2 pessoas com deficiência auditiva/surdez e 1 pessoa declarando a opção outro.

O conceito de deficiência geralmente está associado a alguma falta, incapacidade, impedimento ou anormalidade. A Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (LBI) em seu art. 2º considera,

> 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 participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas (BRASIL, 2015).

Ao longo do tempo, as pessoas com deficiência sofrem por muitas vezes serem consideradas incapazes de levar uma vida com autonomia e independência funcional. Muitas dessas pessoas enfrentam constantemente barreiras de acesso igualitário à educação, à saúde, ao emprego, bem como aos serviços que supram suas necessidades específicas da deficiência, e sentem-se excluídas das atividades da vida cotidiana.

No Brasil, de acordo com a nota técnica do Censo do IBGE (2018) existem 12 milhões de pessoas com deficiência, ou seja, 6,7% das 190.755.048 recenseadas, sendo 3,4% com deficiência visual, 2,3% com deficiência física, 1,4% com deficiência intelectual e 1,1% com deficiência auditiva/surdez.

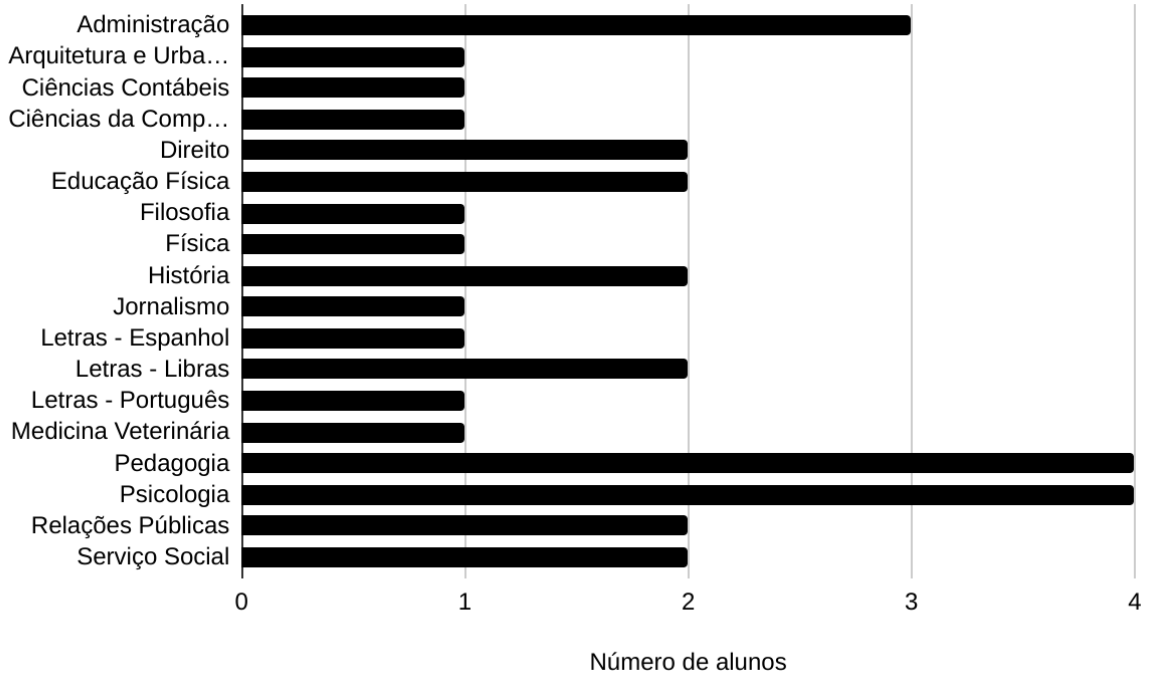
O gráfico mostra que a grande maioria dos(as) estudantes têm deficiência visual. De acordo com Silva (2013, 63) a deficiência visual "é considerada a perda total ou parcial, congênita ou adquirida da visão, variando de acordo com o nível ou acuidade visual. Está classificada em cegueira e baixa visão".

Porém, a deficiência não é o único fator que determina a subjetividade do sujeito, ou seja, as pessoas, as pessoas com a mesma deficiência possuem personalidades e conhecimentos diferentes, como também características biológicas diferentes, que não estão necessariamente atreladas à deficiência visual. Nesse sentido, Silva, Amorim e Fumes (2020) corroboram quando analisam que os sujeitos são diferentes, ainda que tenham a mesma deficiência, mas cada sujeito é singular, cada um tem vivências diferentes, necessidades diferentes, habilidades e preferências suas.

3.1.4 Cursos Frequentados pelos Universitários com Deficiência

Agora, para compor o perfil dos universitários com deficiência, apresentaremos os diversos cursos escolhidos pelos universitários com deficiência.

Gráfico 4 - Cursos



Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

Observando o gráfico 2, podemos perceber uma variedade de cursos frequentados pelos alunos com deficiência. Há uma predominância no curso de Pedagogia e Psicologia, cada um respectivamente tendo 4 alunos. Não apareceu nenhum participante cursando cursos na área biológica/saúde.

Considerando o resultado do gráfico 2, nos debruçamos nos nexos causais que constituem o fenômeno, e que não estão em aparente. Nesse sentido, é preciso refletir sobre a ausência de estudantes com deficiência em cursos na área da saúde.

As pessoas com deficiência trazem na sua história os estigmas e os preconceitos da incapacidade, apenas por ter a deficiência. Isto está no imaginário das pessoas, e nesse constructo social também se mostra o significado que foi produzido socialmente acerca das pessoas com deficiência, e o sentido que são os eventos psicológicos associados às experiências sociais que formam a subjetividade do sujeito.

Com isso, entende-se que a estrutura econômica distancia as pessoas que têm deficiência dos cursos considerados de caráter mais práticos e elitizados, tendo em vista que o capacitismo é um fenômeno que se faz presente no âmbito universitário, inclusive nos cursos majoritariamente frequentados pela classe que detém o poder, dentre eles os da área da saúde.

Desse modo, a discussão nos permite trazer situações sociais remetidas aos futuros profissionais com deficiência, que encontrarão resistências e preconceitos de suas habilidades e

possibilidades no mundo do trabalho. Como afirmam Coutinho, Rodrigues e Passerino (2017), o contexto social ainda não assume a acessibilidade como uma condição social a ser garantida, prevalecendo o “antigo paradigma da integração convivendo com o almejado processo de inclusão” (p. 276).

Neste sentido, o âmbito das Ciências Humanas pode ser visto também como potencialmente mais inclusivo do que as outras áreas do conhecimento. Fazendo com que a escolha dos universitários seja por essa área, havendo assim, uma predominância dos cursos de Pedagogia, Psicologia e licenciaturas, isso devido às maiores possibilidades de inclusão.

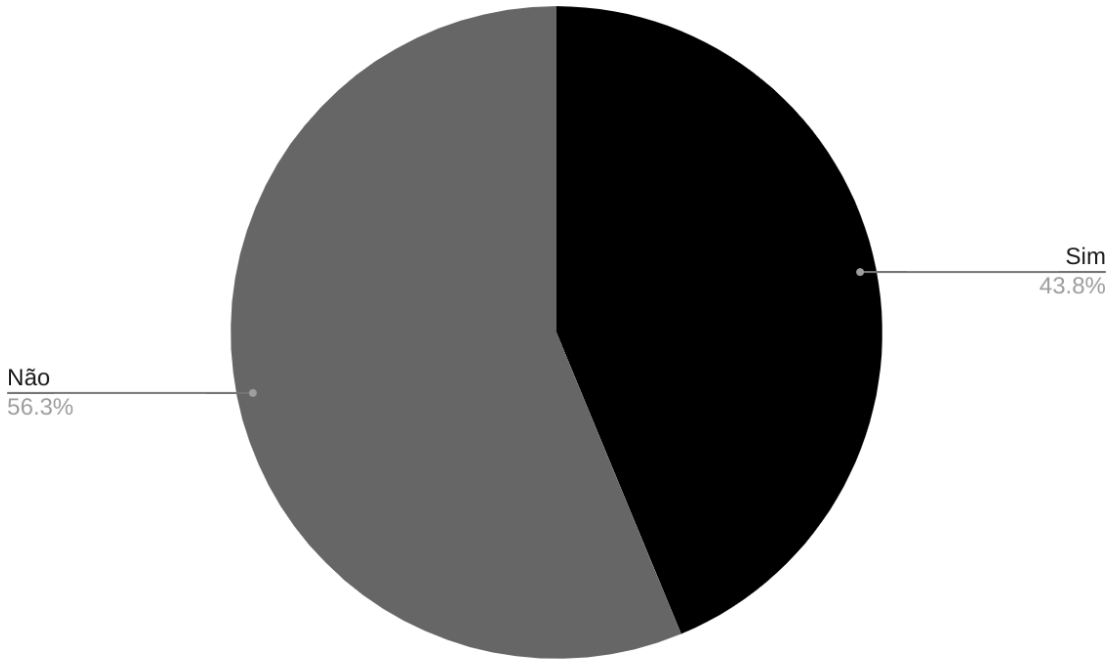
Vale destacar a trajetória dos alunos com deficiência, que é marcada por situações de exclusão, discriminação, descaso e desistência. O que nos faz interpretar a respeito do resultado da prova do Enem, que por sua vez os cursos menos frequentados pelos estudantes com deficiência têm um grau de exigência e pontuação bem mais altas que os demais. E se fizermos uma retrospectiva do processo educacional percebemos diversas barreiras que dificultam a aprendizagem dos estudantes com deficiência e consequentemente dificulta a escolha dos cursos.

3.2 Atividade Física em tempos de COVID-19

Nessa seção, buscaremos discorrer sobre os impactos da pandemia de COVID-19 na prática de atividade física de universitários com deficiência, falando também sobre qual tipo de atividade física foi possível realizar e a intenção de prática desses participantes.

3.2.1 Prática de atividade física

Gráfico 5 - Realização da prática de atividades físicas no período da pandemia



Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

Os resultados, encontrados no gráfico 5, apresentam os dados a respeito da realização da prática de atividades físicas durante a pandemia e apontam que que 56,3% (n= 18) dos universitários não conseguiram manter a prática da atividade física durante a pandemia. Dentre os 18 que não conseguiram manter a prática, 12 eram homens e 6 mulheres. Com isto, podemos afirmar que os universitários com deficiência foram os que mais conseguiram manter a prática de atividade física.

A pesquisa mostrou resultados semelhantes ao que se pode encontrar na literatura. Nesse caso, os homens conseguiram manter uma maior frequência na prática de atividade física. De acordo com Matsudo (2000), as barreiras existem para ambos os sexos, sendo mostrado nas pesquisas que o público feminino está ainda mais desfavorecido com relação a elas: falta de tempo, conhecimento, habilidade e recursos.

A pandemia afetou negativamente a prática de atividade física dos universitários com deficiência, ocasionando em uma exponencial queda nos níveis de atividade física da população.

O distanciamento social e a proibição das pessoas circularem no *Lockdown* foi a principal medida de prevenção e controle de transmissão do vírus, com isso, surgiram barreiras para que as pessoas conseguissem atingir os níveis mínimos de atividade física. Durante esse período atípico, tivemos os locais como academias, espaço de treinamento,

piscinas, parques e outras áreas para prática de atividades físicas fechados. Esse fechamento colaborou para a diminuição da prática de atividade física dos universitários com deficiência.

Coadunando com essa discussão a Sobama, o CBE, a SBB e a SBAFS[1], elaboraram uma nota sobre a reabertura de academias para as práticas corporais e atividades físicas no contexto da pandemia, reafirmando a importância em papel das práticas corporais e atividades físicas no desenvolvimento humano, e recomendando a sua realização em casa, considerando gostos, preferências, possibilidades, estrutura dos ambientes e aspectos de segurança.

De acordo com Jaarsma *et al*. (2014), a pouca participação de pessoas com deficiência nas práticas de atividade física é devido às situações complexas e multifatoriais. Nesse sentido, diversas barreiras têm sido apontadas como fatores para a baixa aderência em atividade física, como por exemplo, informações e conhecimento da deficiência, instalações inadequadas, falta de transporte, falta de programas e profissionais capacitados (SHIELDS *et al,* 2012)

Diante disso, é amplamente propagado na literatura que a prática regular de atividade física promove benefícios à saúde, tais como redução do risco de doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade, câncer, entre outras e, consequentemente, reduz a taxa de mortalidade. (EKELUND *et al*. 2016)

Os resultados da pesquisa nos deixam em alerta, pois a inatividade física vem crescendo na população mundial, na qual hoje pode ser considerada como mais uma pandemia (*HALL et al*., 2020). Em alguns estudos foi possível identificar um aumento da inatividade física durante a transição dos estudos (CROMBIE *et al.,* 2009; PULLMAN *et al*., 2009; KWAN *et al*., 2012). De acordo com Pengpid *et al*. (2015), se estima que a prevalência de inatividade física entre estudantes universitários em 23 países de baixa, média e alta renda foi de 41%.

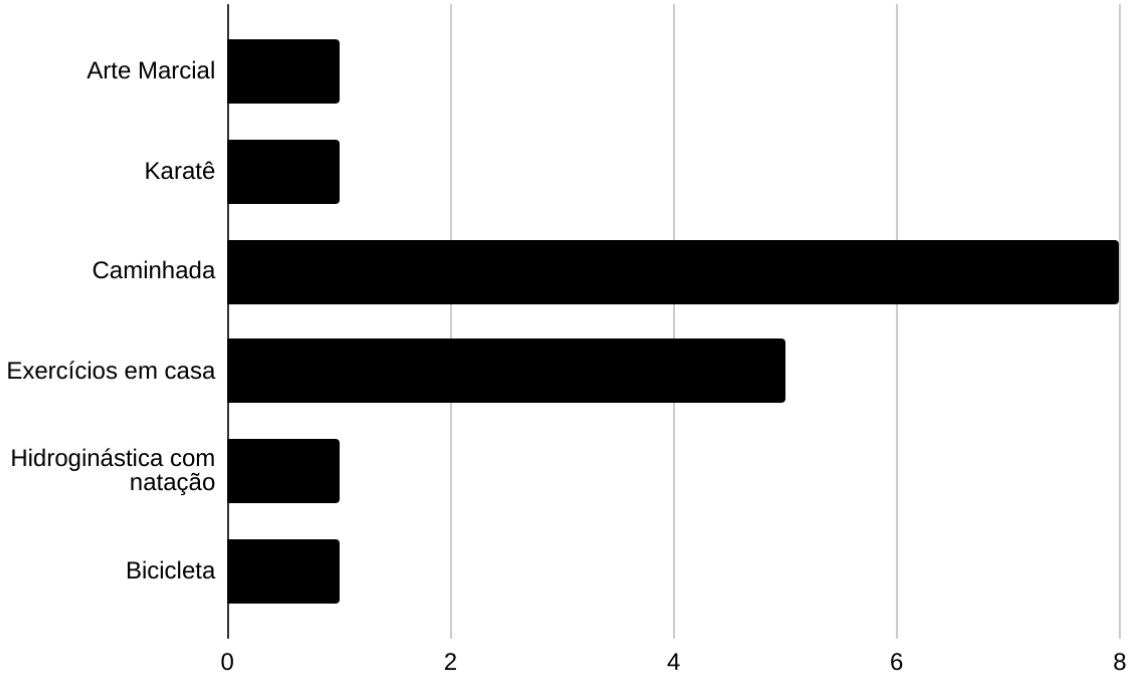
Estudos reportam que pessoas com deficiência gastam menos tempo praticando atividade física e maior tempo em comportamento sedentário quando comparados à população em geral (TREMBLAY *et al.,* 2017; MELVILLE *et al.,* 2017 e LOBENIUS-PALMÉR *et al.,* 2018). Isso é preocupante, devido à situação de vida que muitas pessoas com deficiência têm, carregadas muitas vezes de comorbidades que são associadas à própria deficiência, como a obesidade, doenças cardiovasculares, osteoporose (HSIEH et al., 2017).

---

[1] Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada; Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte; Sociedade Brasileira de Biomecânica; Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde.

Coadunando com os estudos Cervantes e Porreta (2010) relatam que comparados com os demais indivíduos, aqueles com deficiência demonstram com maior frequência comportamentos sedentários, prevalência de sobrepeso e obesidade e níveis mais precários de aptidão física.

Gráfico 6 - Tipos de atividade física realizadas na pandemia



Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

No gráfico 6 vemos as práticas de atividade física que foram realizadas durante a pandemia pelos universitários com deficiência, 47,1% (n= 8) realizam caminhada, outra parte consegue fazer exercícios em casa, 29,4% (n= 5) e os outros, atividades diversas, como artes marciais, karatê, hidroginástica com natação e bicicleta, com um percentual de 5,9% (n= 1).

Diante disso, destaco a fala do diretor de Promoção da Saúde da OMS, quando ele diz que “Qualquer tipo de atividade física, de qualquer duração, pode melhorar a saúde e o bem-estar, mas quanto mais exercício melhor”, assim, percebemos que cada movimento conta, especialmente durante esse tempo atípico que restringiu as possibilidades de atividade física.

Diante dessa situação, é imprescindível a participação dos órgãos de Saúde, Ministério da Saúde e as Secretarias, que se mobilizem em planos para a promoção de

atividade física, fortalecendo o combate à inatividade física, e a promoção de estilos de vidas saudáveis como prevenção e tratamento de doenças crônicas

Na literatura encontramos que programas de atividades físicas domiciliares são considerados eficazes, seguros e de baixo custo, e quando realizados de forma direcionada, de acordo com a especificidade de cada indivíduo, promovem ganhos nos componentes da aptidão física relacionados à saúde e habilidades, impactando positivamente na funcionalidade global e qualidade de vida destes (SOUZA FILHO *et al,* 2019).

Jiménez-Pavón *et al*. (2020), ressaltaram a importância do exercício físico feito ao ar livre ou em casa como terapia para combater as consequências físicas e mentais da quarentena em função da pandemia do COVID-19.

O Colégio Americano de Medicina do Esporte e alguns pesquisadores brasileiros publicaram chamando atenção sobre a importância da prática da atividade em casa ou ao ar livre, enfatizando, também, a importância da redução dos comportamentos sedentários durante a pandemia. Enfatizaram ainda, em outro ponto de vista, a necessidade da atividade física ser considerada atividade essencial em qualquer determinação legal que venha a ser publicada por órgãos governamentais (PITANGA, *et al.* 2020).

Souza Filho e Tritany (2020) reforçam que realizar atividades físicas, incluindo as feitas em casa, deve ser uma questão de saúde pública com grande divulgação, que se adapte às novas dinâmicas sociais e também incentive as pessoas a autonomia e independência, aumentando o autocuidado com apoio correto.

Os benefícios da prática de atividade física são amplos e duradouros, tanto para pessoas com deficiência quanto para as pessoas sem deficiência. A literatura reforça particularmente as melhoras de medidas fisiológicas, aptidão física, cognição e fatores neuropsicológicos na vida de pessoas com deficiência que praticam regularmente atividades físicas (RIMMER et al., 2012; GASPAR et al., 2019).

A caminhada foi uma das práticas mais realizadas pelos universitários durante a pandemia. Na literatura nós encontramos que além de ser considerada uma das práticas mais seguras do ponto de vista cardiovascular e ortopédico, apresenta maior índice de aderência em exercícios para prevenção e promoção da saúde. A prática de caminhada não necessita de equipamentos especiais, podendo ser praticada em qualquer ambiente, próximo de casa ou do trabalho, além de poder ser praticada de forma individual ou coletiva (LIMA, 1998).

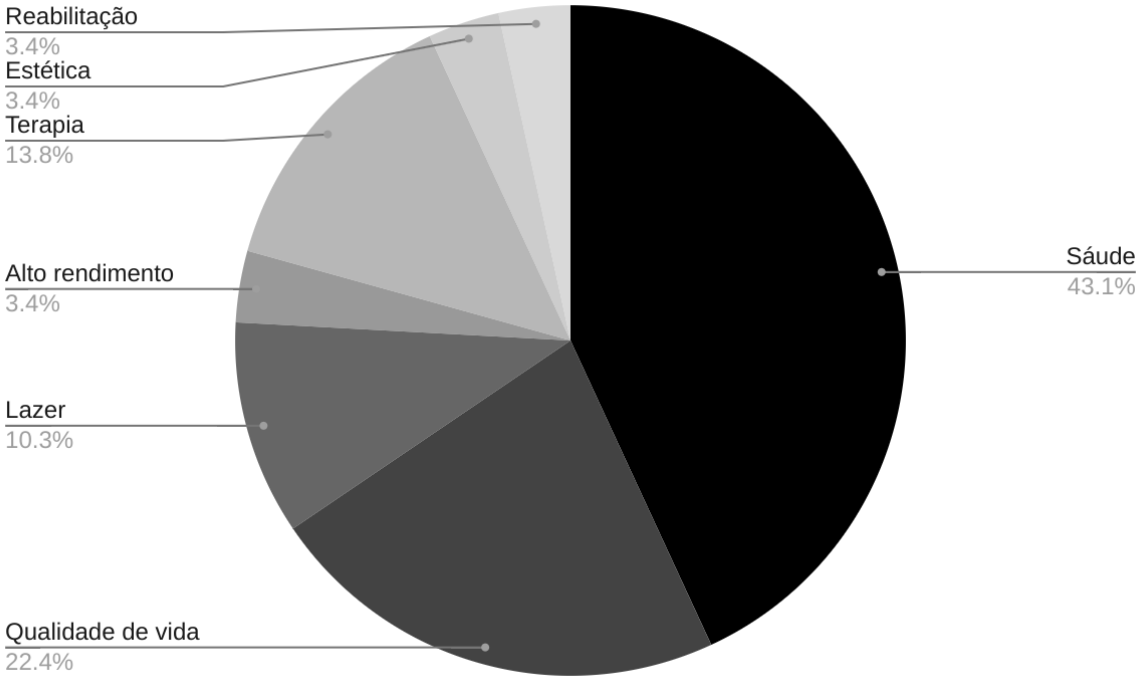
Por ser uma atividade física de baixo impacto e intensidade, que reduz a incidência de lesões, a caminhada pode ser realizada em qualquer lugar, sendo acessível e segura para a maioria das pessoas (SILVA *et al*, 2006). Desse modo, como modalidade de atividade física

aeróbica, a caminhada tem grande procura com fins de saúde e inúmeras vantagens por ser plenamente adaptada ao nível de condicionamento de cada indivíduo.

Diante disso, percebe-se que a caminhada foi uma das saídas encontradas pelos universitários com deficiência para se manter praticando algum tipo de atividade física. Por isso, é imprescindível destacar a importância da caminhada na prevenção de doenças crônicas, para isso, campanhas de promoção e de informação sobre os benefícios da caminhada poderiam atuar como elementos relevantes no aumento do número de pessoas engajadas neste tipo de atividade e, consequentemente, na elevação da participação em atividades físicas e de lazer, o que poderá favorecer a saúde física e mental (MARTINEZ-GONZALEZ *et al,* 2001).

3.2.2 Intenção para a prática de Atividade Física durante a Pandemia

Gráfico 7 - Intenções para prática de atividade física durante a pandemia



Fonte: Elaborado pelos Autores (2022)

Dos participantes que praticaram atividade física na pandemia, 43,1% (n= 6) tem intenção na saúde e apenas 22,4% (n= 2) na qualidade de vida. Os benefícios da atividade física estão relacionados à sua prática, sua realização apresenta efeitos benéficos de curto a longo prazo.

Interdonato e Greguol (2012) afirmaram que é importante que pessoas com deficiência pratiquem atividade física, a fim de manter a saúde e melhorar a qualidade de vida. Mesmo assim, as pessoas com deficiência não têm oportunidades de acesso aos programas oferecidos para pessoas sem deficiência, e ainda se percebe "grande tendência desta população ao isolamento social e a não participação em atividades promovidas com o objetivo de aprimoramento da saúde e qualidade de vida, tais como programas de atividades físicas" (SERON, *et al.,* 2012, p.231). Isso se confirma na pesquisa Seron, Arruda e Greguol (2015), que apontaram que a adesão da população quanto a prática de atividade física regular é pequena, e menor ainda quando se trata das pessoas com deficiência.

A prática regular de atividade física é amplamente reconhecida na literatura científica como uma forma de tratamento e prevenção de inúmeras doenças (LUAN *et al*, 2019).

Com a mudança de hábitos devido a pandemia os cuidados com a saúde aumentam e a atividade física é um fator predominante para uma vida mais saudável. Dessa forma, entendemos que a atividade física é uma estratégia para auxiliar e combater os efeitos negativos relacionados à decorrente quarentena e isolamento social.

De acordo com Schwendinger e Pocecco (2020) demonstram que a atividade física está associada à melhoria na saúde física, satisfação com a vida, funcionamento cognitivo e bem-estar psicológico, e sugerem que devem ser realizados pelo menos 30 minutos de exercícios aeróbios, com intensidade moderada, na maioria dos dias da semana.

Os benefícios da atividade física vão além da saúde física, contribuindo também para saúde mental, Alimohamadi *et al.* (2020) demonstram que a atividade física regular está associada a diminuição de sintomas de depressão e ansiedade. Os benefícios, causados pelo exercício físico regular, na saúde mental, ocorrem independentemente do gênero. Sendo também identificado que aumentos significativos na aptidão cardiorrespiratória e da prática de atividades físicas, foram responsáveis pela melhora no bem-estar mental dos participantes.

Desse modo, diante do atual cenário vivenciado pelos universitários, consideramos a atividade física essencial para manutenção da saúde mental desses sujeitos, visto que a literatura aponta que estudantes universitários foram um dos grupos mais afetados psicologicamente pela pandemia de COVID-19. Entre as principais causas, destacam-se aquelas associadas à implementação da quarentena: quebra da rotina acadêmica, afastamento de amigos e colegas, preocupação com o atraso de atividades, interrupção de aulas práticas e estágios e perdas de aprendizagem (GUNDIM et al, 2021).

4 CONCLUSÃO

De acordo com os resultados deste estudo, a maioria dos universitários com deficiência tiveram dificuldades em manter a prática de atividades físicas no período da pandemia.

Verificou-se que a pandemia afetou negativamente a prática de atividade física dos universitários com deficiência, ocasionando em uma exponencial queda nos níveis de atividade física da população, o que preocupa ainda mais os fatores de impedimento e barreiras que dificultam a realização das práticas.

No estudo, conclui-se que os homens conseguiram manter uma maior frequência na prática de atividade física em relação as mulheres. A prática de atividade física com maior frequência realizada durante a pandemia foi a caminhada, isso pelo fato de ser uma atividade de fácil execução e acesso em diversos espaços.

As intenções na prática de atividade física são na sua maioria relacionadas à saúde. Isso relaciona-se com a busca de alternativas para cuidar da saúde, devido ao aumento no número de casos e de mortes pela COVID-19. Diante disso, a atividade física tornou-se uma das formas de cuidar da saúde, fato que se dá pela ampla divulgação sobre os efeitos e benefícios da atividade física frente a uma possível contaminação de COVID-19.

Desse modo devem ser elaboradas medidas que colaborem para uma maior participação dos universitários com deficiência em programas de atividades físicas, de modo a promover a saúde e o bem-estar dessa população.

REFERÊNCIAS

ALIMOHAMADI, Y. et al. Effect of Social Distancing on COVID-19 Incidence and Mortality in Iran Since February 20 to May 13, 2020: An Interrupted Time Series Analysis. **Risk Management and Healthcare Policy**, v. 13, p. 1695–1700, set. 2020.

ACSM | The American College of Sports Medicine. Staying Physically Active During the COVID-19 Pandemic. ACSM_CMS. Disponível em: <https://www.acsm.org/>. Acesso em: 10 nov. 2022.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Censo da Educação Superior.** Brasília: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais, 2019. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/docman/setembro-2018-pdf/97041-apresentac-a-o-censo-superior-u-ltimo/file>. Acesso em: 30 nov. 2021.

BRASIL, 2015, Lei n. 13.146, de 6 de jul. de 2015. **Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência.** Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm; acesso em: 24 abr. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2021.

CAMPBELL, J. P.; TURNER, J. E. Debunking the Myth of Exercise-Induced Immune Suppression: Redefining the Impact of Exercise on Immunological Health Across the Lifespan. **Frontiers in Immunology**, v. 9, 16 abr. 2018.

CARLON, S. L. et al. Differences in habitual physical activity levels of young people with cerebral palsy and their typically developing peers: a systematic review. **Disability and Rehabilitation**, v. 35, n. 8, p. 647–655, 17 out. 2012.

CARROLL, D.D. et al. Vital signs: disability and physical activity--United States, 2009-2012. **MMWR. Morbidity and mortality weekly report**, v. 63, n. 18, 2014.

CERVANTES, C. M.; PORRETTA, D. L. Physical Activity Measurement Among Individuals With Disabilities: A Literature Review. A **dapted Physical Activity Quarterly**, v. 27, n. 3, p. 173–190, jul. 2010.

COUTINHO, K. S.; RODRIGUES, G. F.; PASSERINO, L. M. O Trabalho de Colaboradores com Deficiência nas Empresas: com a Voz os Gestores de Recursos Humanos. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 23, n. 2, p. 261–278, jun. 2017.

CROMBIE, A. P. et al. The freshman weight gain phenomenon revisited. **Nutrition Reviews**, v. 67, n. 2, p. 83–94, fev. 2009.

EKELUND, U. et al. Does physical activity attenuate, or even eliminate, the detrimental association of sitting time with mortality? A harmonised meta-analysis of data from more than 1 million men and women. **The Lancet**, v. 388, n. 10051, p. 1302–1310, set. 2016.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

GASPAR, R. et al. Physical Exercise for Individuals With Spinal Cord Injury: Systematic Review Based on the International Classification of Functioning, Disability, and Health. **Journal of Sport Rehabilitation**, v. 28, n. 5, p. 505–516, jul. 2019.

GUNDIM, V. A. et al. Saúde Mental De Estudantes Universitários Durante A Pandemia De Covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 25 nov. 2020.

HALL, G. et al. A tale of two pandemics: How will COVID-19 and global trends in physical inactivity and sedentary behavior affect one another? **Progress in Cardiovascular Diseases**, v. 64, p. 108–110, jan. 2021.

HSIEH, K. et al. Low Levels of Physical Activity and Sedentary Behavior in Adults with Intellectual Disabilities. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 14, n. 12, p. 1503, 4 dez. 2017.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Brasileiro de 2010.** Rio de Janeiro: IBGE, 2012.

INTERDONATO, G. C.; GREGUOL, M. Qualidade de vida e prática habitual de atividade física em adolescentes com deficiência. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, v. 21, n. 2, p. 282-295, 2011.

JAARSMA, E. A. et al. Barriers to and facilitators of sports participation for people with physical disabilities: A systematic review. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 24, n. 6, p. 871–881, 15 abr. 2014.

JIMÉNEZ-PAVÓN, D.; CARBONELL-BAEZA, A.; LAVIE, C. J. Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: Special focus in older people. **Progress in Cardiovascular Diseases**, v. 63, n. 3, p. 386–388, maio 2020.

KNECHTEL, M. R. Metodologia da pesquisa em educação: uma abordagem teórico-prática dialogada. Curitiba: **Intersaberes**, 2014.

KWAN, M. Y. et al. Physical Activity and Other Health-Risk Behaviors During the Transition Into Early Adulthood. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 42, n. 1, p. 14–20, jan. 2012.

LAZZOLI, J. K. et al. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 4, n. 4, p. 107–109, ago. 1998.

LIMA, D. F. **Caminhadas**: Teoria e Prática. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

LOBENIUS-PALMÉR, K. et al. Accelerometer-Assessed Physical Activity and Sedentary Time in Youth With Disabilities. **Adapted Physical Activity Quarterly**, v. 35, n. 1, p. 1–19, 1 jan. 2018.

LOPRINZI, P. D.; JOYNER, C. Accelerometer-determined physical activity and mortality in a national prospective cohort study: Considerations by visual acuity. **Preventive Medicine**, v. 87, p. 18–21, jun. 2016.

LOPRINZI, P. D.; ZEBARDAST, N.; RAMULU, P. Y. Cardiorespiratory Fitness and Vision Loss among Young and Middle-Age U.S. Adults. **American Journal of Health Promotion**, v. 29, n. 4, p. 226–229, mar. 2015.

LOPRINZI, P. D. et al. Accelerometer-Assessed Physical Activity and Diabetic Retinopathy in the United States. **JAMA Ophthalmology**, v. 132, n. 8, p. 1017, 1 ago. 2014.

LUAN, X. et al. Exercise as a prescription for patients with various diseases. **Journal of Sport and Health Science**, v. 8, n. 5, p. 422–441, set. 2019.

MALHEIROS, B. T; **Metodologia da pesquisa em educação** - Rio de Janeiro: LTC, 2011.

MARTÍNEZ-GONZÁLEZ, M. A. et al. Prevalence of physical activity during leisure time in the European Union. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, p. 1142–1146, jul. 2001.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R.; NETO, T. L. B. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 7, n. 1, 2001.

MELO, F. A. S. C., **Educação e Acessibilidade**: um estudo sobre estudantes com deficiência em Universidade Pública do estado de Sergipe. São Cristóvão. Programa de Pós-Graduação em Educação (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Sergipe, 2011.

MELVILLE, C. A. et al. Definitions, measurement and prevalence of sedentary behaviour in adults with intellectual disabilities — A systematic review. **Preventive Medicine**, v. 97, p. 62–71, abr. 2017.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Florianópolis, Ed. do Autor, 2017.

ONU. **Alguns Fatos e Números sobre as Pessoas com Deficiência de 2000**. Disponível em: http://www.unric.org/pt/pessoas-com-deficiencia/5459.

PENGPID, S. et al. Physical inactivity and associated factors among university students in 23 low-, middle- and high-income countries. **International Journal of Public Health**, v. 60, n. 5, p. 539–549, 30 abr. 2015.

PITANGA F. J. G.; BECK, C. C.; PITANGA, C. P. S. Atividade Física e Redução do Comportamento Sedentário durante a Pandemia do Coronavírus. **Arq. Bras. Cardiol.**, v. 114, n. 6, p. 1058–1060, 29 jun. 2020.

PITANGA, F. J. G.; BECK, C. C.; PITANGA, C. P. S. Should Physical Activity Be Considered Essential During the COVID-19 Pandemic? **International Journal of Cardiovascular Sciences**, 1 jun. 2020.

PULLMAN, A. W. et al. Effect of the transition from high school to university on anthropometric and lifestyle variables in malesPresented in part at the Canadian Society for Nutritional Sciences, Canadian Nutrition Congress, held in Winnipeg, Manitoba, from 18–21 June 2007. **Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism**, v. 34, n. 2, p. 162–171, abr. 2009.

RIMMER, J. H.; SCHILLER, W.; CHEN, M.-D. Effects of Disability-Associated Low Energy Expenditure Deconditioning Syndrome. **Exercise and Sport Sciences Reviews**, v. 40, n. 1, p. 22–29, jan. 2012.

SCHERER, R. L. **Qualidade de Vida de Adultos com Deficiência Visual da Grande Florianópolis** (Dissertação). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2012.

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

SERON, B. B. et al. Prática de atividade física habitual entre adolescentes com deficiência visual. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n. 2, p. 231–239, jun. 2012.

SCHWENDINGER, F.; POCECCO, E. Counteracting Physical Inactivity during the COVID-19 Pandemic: Evidence-Based Recommendations for Home-Based Exercise. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 11, p. 3909, 1 jun. 2020.

SHIELDS, N.; SYNNOT, A. J.; BARR, M. Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: a systematic review. **British Journal of Sports Medicine**, v. 46, n. 14, p. 989–997, 26 set. 2011.

SUSANN, J. **Indicadores de accesibilidad para la educación superior desde la perspectiva de la equidad de género**. Tese (Doutorado em Educação). Universidad de Salamanca, Espanha: 2019.

SILVA, L. G. S. Orientações didáticas para atuação pedagógica junto a estudantes com deficiência visual, no ensino superior. **Inclusão no ensino superior**: docência e necessidades educacionais especiais/ Organização Francisco Ricardo Lins Vieira de Melo. - Natal: Edufrn, 2013.

SILVA, M. Q; AMORIM. R. O; FUMES, N. L. F. O uso das tecnologias digitais por

alunos com deficiência na educação superior. **Anais VII CONEDU** - Edição Online... Campina Grande: Realize Editora, 2020.

SILVA, T. A. DE A. et al. Sarcopenia associada ao envelhecimento: aspectos etiológicos e opções terapêuticas. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 46, n. 6, dez. 2006.

SOUZA et al. Efeito de 12 semanas de exercício físico domiciliar na aptidão física de idosas com câncer de mama em hormonioterapia: ensaio clínico randomizado. **Acta fisiátrica**, p. 6–13, 2019.

SOUZA FILHO, B. A. B. DE; TRITANY, É. F. COVID-19: importância das novas tecnologias para a prática de atividades físicas como estratégia de saúde pública. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 5, 2020.

TREMBLAY, M. S. et al. Sedentary Behavior Research Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 14, n. 1, 10 jun. 2017.

WHO – World Health Organization. **Global action plan on physical activity 2018 – 2030**: more active people for healthier world. Geneva: World Health Organization, 2018.

WHO – World Health Organization. **Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour**: at a glance. Geneva: World Health Organization, 2020.

ZBINDEN‐FONCEA, H. et al. Does High Cardiorespiratory Fitness Confer Some Protection Against Proinflammatory Responses After Infection by SARS‐CoV‐2? **Obesity**, v. 28, n. 8, p. 1378–1381, 9 jul. 2020.

ZWIER, J. N. et al. Physical activity in young children with cerebral palsy. **Disability and Rehabilitation**, v. 32, n. 18, p. 1501–1508, jan. 2010.

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO

DIMENSÃO SUBJETIVA DA REALIDADEEM TEMPOS DE COVID-19 PARAESTUDANTES COM DEFICIÊNCIA DAEDUCAÇÃO SUPERIOR

Prezado(a) estudante,
Convidamos você, que é uma pessoa com deficiência e está matriculado(a) em um curso regular da Universidade Federal de Alagoas, para responder este questionário. Nosso objetivo é analisar a dimensão subjetiva da realidade dos universitários com deficiência durante o ensino remoto implementado em decorrência da pandemia da COVID-19.
A pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética da UFAL sob o CAAE 54914715.1.0000.5013
Ressaltamos que a sua participação na pesquisa é voluntária. Todas as informações apresentadas serão mantidas em sigilo e serão utilizadas para fins desta pesquisa e os dados coletados poderão ser publicados futuramente para ciência da comunidade acadêmica
e científica.
Caso você queira tirar alguma dúvida, poderá entrar em contato:
Núcleo de Estudos em Educação e Diversidade (NEEDI) / Universidade Federal de Alagoas
(UFAL)
Pesquisadora Responsável: Dra. Neiza Fumes
E-mail: neiza.fumes@iefe.ufal.br
Desde já, agradecemos a sua participação!

*Obrigatório

1. Termo de Acordo: *

Marcar apenas uma oval.

◯ Aceito participar da pesquisa, voluntariamente, após ter sido esclarecido(a).

Dados pessoais:

2. Nome completo: *

____

3. E-mail: *

_____

4. Telefone(s): *

_____

5. Curso: *

_____

6. A que campus você está vinculado/a? *

Marcar apenas uma oval.

- ◯ Campus Maceió
- ◯ Campus Arapiraca
- ◯ Campus Sertão
- ◯ Campus de Engenharias e Ciências Agrárias
- ◯ Outro

7. Qual é a sua deficiência? *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Deficiência Auditiva / Surdez
- ☐ Deficiência Física
- ☐ Deficiência Intelectual
- ☐ Deficiência Visual
- ☐ Deficiência Múltipla
- ☐ Surdocegueira
- ☐ Transtorno do Espectro Autista
- ☐ Sofrimento Psíquico
- ☐ Outro

Autocuidados durante a pandemia da COVID-19:

8. No período da pandemia você tem conseguido manter a prática das atividades físicas? *

Marcar apenas uma oval.

- ◯ Sim
- ◯ Não

9. Se você tem praticado atividades físicas, quais são elas? *

_____

_____

_____

_____

_____

10. Se você pratica atividades físicas, quais são as suas intenções? *

Marcar apenas uma oval.

- ◯ Saúde
- ◯ Qualidade de vida
- ◯ Terapia
- ◯ Lazer
- ◯ Estética
- ◯ Reabilitação
- ◯ Alto rendimento
- ◯ Outros

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários