

UNIÃO DAS INSTITUIÇÕES DE SERVIÇOS, ENSINO E PESQUISA - UNISEPE
FACULDADE PERUÍBE - FPbe
CURSO EDUCAÇÃO FÍSICA

O surf como ferramenta no processo de inclusão social

Surf para todos

Fabio José Cunha ramalho
Isaias Dos Santos
Magno Inácio da Silva

PERUÍBE - SP

2020

Fabio José Cunha ramalho

Isaias Dos Santos

Magno Inácio da Silva

O surf como ferramenta no processo de inclusão social

Surf para todos

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de Artigo apresentada à Faculdade Peruíbe – FPbe como exigência parcial para a obtenção do título de Graduação no Curso de Bacharel Em Educação Física, sob a orientação da Professora Milena Pedro de Moraes e Coordenação do Professor Lucas Maceratesi Enju .

PERUÍBE- SP

2020

Catálogo na fonte

Bibliotecária responsável: Lylia Lyna Lopes – CRB-8ª SP- 010486/O

Fabio José Cunha ramalho

Isaias Dos Santos

Magno Inácio da Silva

O surf como ferramenta no processo de inclusão social

Surf para todos

Trabalho de conclusão de curso aprovado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel no curso de Educação Física da Faculdade Peruíbe - FPbe, pela seguinte banca examinadora:

Coordenador do Curso de Educação Física

Lucas Maceratesi Enjiu .

Banca Examinadora

Professor Orientador: Milena Pedro de Moraes

Professor Examinador: Igor Gomes Albuquerque

Professor Examinador: Estefânia de Araújo Santos Noronha

Peruíbe, 14 de outubro de 2020.

TERMO DE ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE

Declaro para todos os fins de direito, que assumo total responsabilidade pelo aporte ideológico e técnico conferido ao presente trabalho, isentando integralmente a União das Instituições de Serviços, Ensino e Pesquisa – UNISEPE, a Faculdade Peruíbe – FPbe, a Coordenação do Curso de educação Física a Banca Examinadora e o Orientador de toda e qualquer responsabilidade acerca do mesmo.

Peruíbe/SP, 14 de Outubro de 2020.

Fabio Ramalho
Isaias Dos Santos
Magno Inácio da Silva

Dedicamos esta monografia à nossa orientadora, Professora Milena Pedro de Moraes cuja dedicação e paciência foram pilares de sustentação para a conclusão deste trabalho. Gratos por tudo.

AGRADECIMENTO

Agradecemos, primeiramente agradeço a Deus pelo dom da vida, em seguida aos nossos familiares e a todos os professores que participaram dessa caminhada rumo ao tão sonhada formatura.

Uma imensa admiração em especial à professora orientadora da nossa pesquisa Milena Pedro de Moraes, que não poupou esforços para nos ajudar acreditando que juntos podemos ser capazes de elaborar e desenvolver e finalizar esse estudo, obrigado pelo o empenho e dedicação.

Agradecemos à Faculdade de Peruíbe que acreditou na cidade e vem fazendo a diferença na história, nosso respeito e profundo carinho pela instituição, à Prefeitura Municipal de Peruíbe e ao Departamento de Esporte pelo Projeto “Escola Municipal de Surf” pelo e respeito pelas pessoas e a todos os alunos da Escolinha Municipal de Surf de Peruíbe.

RESUMO

O objetivo geral deste estudo foi analisar de que forma o surf contribui para o processo inclusivo e como objetivos específicos, buscamos analisar quais benefícios o Surf apresenta para pessoas com deficiência em seus aspectos motor, cognitivo, social e afetivo. Esta é uma pesquisa de natureza qualitativa, onde foram participantes 29 alunos do Projeto Escola Municipal de Surf do município de Peruíbe. A coleta de informações ocorreu através da aplicação de um questionário online constituído por informações pessoais dos participantes e por questionamentos que buscaram atender aos objetivos do estudo. A análise das informações coletadas foi realizada por intermédio da análise de conteúdo. Concluímos que o projeto da Escola Municipal de Surf vem mudando de forma positiva a vida das pessoas e com isso está contribuindo de forma direta para o desenvolvimento do município através das pessoas que participam das atividades promovidas no sentido de prover um estilo de vida saudável e ativo.

Palavras-Chave: surf, Inclusão social, estilo de vida.

ABSTRACT

The general aim of this study was analyze how Surf contributes to the inclusive process and as specific objectives we seek to analyze what benefits Surf has for people with disabilities in its motor, cognitive, social and affective aspects. This is a qualitative research. Participated 29 students from the Municipal Surf School Project of the municipality of Peruíbe. The collection of information occurred through the application of an online questionnaire consisting of personal information of the participants and questions that sought to meet the objectives of the study. The analysis of the collected information was carried out through content analysis. We conclude that the Municipal Surf School project has been positively changing people's lives and with this, it is contributing directly to the development of the municipality through the people who participate in the activities promoted in order to provide a healthy and active lifestyle. .

Keywords: surfing; social inclusion; lifestyle.

Data de submissão:

Data de aprovação:

LISTA DE ABREVIATURAS

Prof. Professor
Prof.^a Professora

LISTA DE SIGLAS

ANS - Agência Nacional de Saúde Suplementar/MS

FPbe – Faculdade Peruíbe

MS – Ministério da Saúde

UNESCO - United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization –

Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
2 OBJETIVO.....	14
3 MATERIAL / MÉTODO ou METODOLOGIA	15
4 RESULTADOS.....	17
5 DISCUSSÃO	19
6 CONCLUSÃO	20
REFERÊNCIAS.....	21

1 INTRODUÇÃO

Muito se fala sobre o surf, mas, pouco se sabe sobre essa atividade e sobre seus adeptos. O fato é que, nas últimas seis décadas, o esporte que era considerado um passa tempo ou uma forma de estilo de vida se tornou um dos maiores influenciadores da cultura jovem no mundo. De forma que, os hábitos do consumo dos praticantes, principalmente dos consumidores aspirantes formam um mercado importante e isso se reflete nas manifestações culturais, nas prioridades e nos objetivos de quem orbita essa Cultura (LINHARES e ZUCH,2016).

Segundo Steinman (2003) o Surf tem sido considerado como o elixir da longevidade, isto porque, a prática desta modalidade esportiva produz efeitos terapêuticos que se estendem muito além da prática regular do Surf.

Além de eliminar o sedentarismo, combater a obesidade e contribuir para o controle da glicemia em pessoas que tem Diabetes, a prática do surf reduz também o colesterol, triglicérides, ácido úrico, níveis da hipertensão arterial ao atuar como um tranquilizante natural (STEINMAN, 2003).

Entretanto, ainda conforme o autor, para que um exercício aeróbico como o surf tenha um efeito de proteção sobre o corpo humano, ele deve ser praticado com frequência de 3 a 5 vezes na semana com no mínimo uma hora de duração por sessão de prática. A intensidade deve ser moderada propiciando a produção do hormônio Endorfina, responsável pela sensação de bem estar e mudança favorável no estado de humor (STEINMAN, 2003).

Através da prática regular de esportes aquáticos são obtidos pelos praticantes alguns benefícios para a nossa saúde física e emocional, como a liberação de alguns hormônios como a dopamina e serotonina, os quais aumentam a atividade cerebral e auxiliam na redução dos sintomas de ansiedade e depressão (STEINMAN, 2003)

De acordo com Nichols (2014) as atividades que são realizadas na água do mar também ativam os receptores de temperatura da epiderme, que libera hormônios como a endorfina, adrenalina e o cortisol. Assim, proporciona benefícios como o fortalecimento do sistema cardiorrespiratório e muscular para os praticantes das modalidades aquáticas (NICHOLS, 2014).

O Surf é também é uma modalidade esportiva considerada inclusiva, pois, conforme Siqueira et al. (2020) as a pessoas com deficiência estão cada vez mais atrás destes benefícios proporcionados pelas atividades aquáticas, porém, o autor ressalta que os praticantes com deficiência, sobretudo, com deficiência física dependem do acesso adequado às praias, além da adaptação do equipamento a ser utilizado para a prática desses esportes como, por exemplo, o surf adaptado .

Conforme Rodrigues (2020) a inclusão é um processo que conta com a participação de todos, e tem o objetivo de identificar e eliminar todas as barreiras que atrapalham o aprendizado de qualquer que seja o aluno, fazendo com que possam pertencer ou sentir que pertencem a certa comunidade. A proposta da inclusão social é criar e desenvolver ações que permitam a participação de todos da sociedade, garantindo vidas mais dignas, independentemente de suas condições.

Sendo assim, dando a possibilidade para que todos os alunos possam usufruir dos benefícios da pratica esportiva, para o desenvolvimento de aptidões desportivas básicas de todos e garantindo a cada um a possibilidade de melhorar o seu nível de rendimento e de realizar o seu real potencial de desenvolvimento pessoal. De forma que, considerando o contexto inclusivo a atividade motora adaptada é um programa variado de atividades, jogos, esportes e ritmos, adequados aos interesses, capacidades e limitações do aluno com necessidades especiais (RODRIGUES, 2020).

Nesses últimos anos temos visto a evolução do movimento de inclusão e acesso às atividades motoras adaptadas e com avanço das pesquisas sabemos que o processo de evolução não para. Com isso caminhamos para uma sociedade mais justa sem desigualdades, com igual oportunidade para todos, ressaltando que a pessoa com deficiência tem seus direitos e são iguais em dignidade e direito. (RODRIGUES, 2020).

Conforme Mantoan (2015) a inclusão pode ser considerada como a importância de se conviver com as diferenças, pois, pauta-se na preparação de uma sociedade mais justa e solidária, contrária a todo o tipo de discriminação e preconceito (ZOIA, 2006).

Este processo inclusivo teve início em meados da década de 1990 como um movimento que se prolonga até os dias atuais, onde a busca pela plena inclusão de todos os estudantes com deficiência nas classes regulares para que todos tenham acesso ao conhecimento e valorizem o convívio em diversidade (ZOIA, 2006).

A UNESCO especificou bem ao dizer sobre o processo de educação inclusiva, afirmando que ele não pode acontecer pela metade, que tem como premissa a participação e sucesso de todos os alunos, sendo a identificação das barreiras da aprendizagem um fator determinante e o objetivo principal, o desenvolvimento das pessoas (RODRIGUES, 2020).

Neste sentido, o desporto inclusivo é um meio privilegiado de inclusão, onde podemos ter a participação de todos, basta a adaptação adequada conforme as capacidades de cada um. O desporto inclusivo, promove direitos humanos para todas as pessoas, os benefícios do desporto não é só pro campeão é pra todos e o ambiente se torna um das principais parte do processo de inclusão, pela capacidade do envolvimento capacitado, riquíssimo em sua essência capaz de produzir a vontade de estar, sentir participar cada vez mais (RODRIGUES, 2020).

Segundo Souza (2003), o Surf vem obtendo aceitação pelo público em geral, pois, exatamente por se tratar de uma modalidade inclusiva segundo o autor talvez este seja um dos possíveis segredos para o sucesso do esporte, que demonstra estar relacionado á promoção de valores e valorização de sentimentos tais como a liberdade, a alegria, a emoção, o cuidado com a saúde, a juventude independente da idade e o prazer pela aventura ao estar em contato com a natureza.

Neste sentido a questão norteadora deste estudo busca saber quais são os benefícios da prática do surf para a inclusão social?

2 OBJETIVO

Almejamos como Objetivo Geral, analisar de que forma o surf contribui para o processo inclusivo e como Objetivos Específicos, analisar quais benefícios o Surf apresenta para pessoas com deficiência em seus aspectos motor, cognitivo, social e afetivo.

3 MATERIAL / MÉTODO ou METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa. A pesquisa qualitativa é um tipo de método de investigação de base linguístico semiótica usada principalmente em ciências sociais, costumam-se considerar técnicas qualitativas todas aquelas diferente a pesquisa estatística e no experimento científico, isto é, entrevistas abertas, grupos de discussão ou técnicas de observação de participantes, a abordagem qualitativa utiliza diversas modalidades de investigação (TURATO, 2005).

Antes da coleta de Informações, todos os participantes tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido declarando que estão cientes dos objetivos do estudo, de que a participação é anônima e de que todas as informações coletadas são confidenciais sendo utilizadas apenas para a pesquisa.

A coleta de informações foi realizada através de um questionário online o qual foi disponibilizado aos participantes do estudo no seguinte link: <https://docs.google.com/forms/d/1mNFHOWyz5mD-i0pZs5seuV3wiB5qBujudb0CZ2-ed7c/edit>. Este questionário é composto pelos seguintes questionamentos (nome; gênero; idade; cidade; você tem algum tipo de deficiência?; Você gosta de praticar a modalidade surf?; Classifique seu nível de satisfação na prática do surf; Tempo que pratica a modalidade; Você já se sentiu excluído alguma vez na aula por causa de algo não conseguiu fazer durante a aula?; Necessita de algum tipo de adaptação para a prática do Surf?; Se necessita, de algum tipo de adaptação para a prática do Surf, indique qual é ?; Qual o nível de satisfação com os benefícios adquiridos? ; Indicaria a pratica dessa modalidade para outras pessoas com algum tipo de deficiência?; Qual é a sua opinião sobre o projeto da escolinha de surf municipal?; O que surf representa para você hoje?; Houve alguma melhora na sua vida através do surf?; As pessoas que moram com você notaram alguma diferença depois do inicio da prática do surf?; Porque a escolha do surf?; Você acha que o surf é para todos?; Através do surf você fez novas amizades?)

As informações coletadas foram analisadas por meio da análise de conteúdo mantendo o foco em seis questões principais sendo: “Você necessita de algum tipo de adaptação para a prática do Surf?”; “Quais benefícios os participantes relatam advindos da prática do Surf?”; “Porque estes participantes escolheram o Surf?”; “Porque acreditam que a prática do Surf foi importante na vida deles?”; “Porque

acreditam que o Surf pode ser um instrumento de inclusão social?” ; “Porque você indicaria o Surf para pessoas com Deficiência ?”; “Você acredita que o Projeto "Escola Municipal de Surf de Peruíbe" promove a Inclusão social por intermédio da prática do Surf?”

4 RESULTADOS

Foram participantes do estudo um total de 29 alunos, os quais estão matriculados na escolinha municipal de surf do município de Peruíbe, com idade entre 28 e 66 anos ($M=48$). Dentre estes participantes, 41,9% são mulheres e 58,01% são homens.

Quando perguntados se apresentam algum tipo de deficiência, um participante declarou ter paralisia cerebral e um participante declarou ser uma pessoa com Deficiência Auditiva.

A respeito da adaptação de equipamento para a prática do surf, um participante relatou utilizar *“bóia porque ja tomei muito caldo”* e um participante relatou *“acompanhamento individual nas aulas, porque tenho muito medo das ondas e estou tentando vencer isso”*.

Ao falar sobre os benefícios advindos do Surf, observamos que os relatos dados pelos alunos foram positivos, com destaque à parte terapêutica, do relaxamento e alívio depois das aulas, agindo como um antidepressivo natural conforme colocado pelos próprios participantes e como pode ser observado nas seguintes falas: *“saúde física e mental, bem estar e alívio de dores crônicas”*; *“Me acalma, além de servir de exercício físico”*; *“relaxamento, combater o sedentarismo”*; *“alívio de stress, condicionamento físico e sensação de prazer”*.

Sobre as razões em terem escolhido o Surf, os participantes relatam que a escolha da modalidade tem muito haver com o contato direto com a natureza e a vontade de conhecer como se fosse uma paixão antiga, sempre teve vontade, mas não teve oportunidade na época por causa da correria do trabalho quando mais novo.

Ao serem questionados sobre porque acreditam que a prática do Surf foi importante na vida deles, os participantes relataram que o impacto da pratica do Surf foi muito positivo, pois, sentem-se com a auto estima mais elevada e sentem-se mais auto confiantes também, além de sentirem-se *“mais vivos”* conforme relatam alguns participantes sendo o Surf uma razão para a evolução a cada dia.

Estes relatos podem ser observados nas seguintes falas *“bem - estar, melhora na condição física e me sinto com mais energia”* ; *“renovação da alma, calma, felicidade, esperança e vontade de aprender mais sobre a modalidade”*; *“melhora da saúde mental e física”*; *“agrega prazer, saúde física e mental”*.

Quando perguntados sobre porque acreditam que o Surf pode ser um instrumento de inclusão social, os participantes relataram que o surf é fundamental como instrumento de inclusão social, devido o ambiente ser diferenciado, o seu envolvimento com a natureza e a capacidade que o esporte tem de se adaptar ao aluno, independente de sua condição e que o Surf foi feito para todos. Estes relatos são observados nas seguintes falas *“porque na agua podemos ultrapassar os nossos limites e superar muitas coisas”*; *“É um esporte que é possível fazer adaptações”*; *“Com devido acompanhamento é um desafio saudável que vai fazer com que o praticante evolua”*; *“O surf é uma modalidade de fácil adaptação, além de incluir portadores de deficiência física ou mentais”*.

Ao serem questionados se indicariam a prática do Surf para pessoas com deficiência, todos os participantes disseram que sim e ao serem perguntados porque fariam esta indicação, os participantes relataram que *“pelo poder que o surf tem em elevar a auto estima ,faz com que a pessoa se sinta capaz de praticar e vivenciar o momento da prática e isso acaba contagiando e motivando os alunos e aumenta o envolvimento com o ambiente e a energia do mar, trazendo a sensação de bem estar”* .

Quando questionados se acreditam que o Projeto "Escola Municipal de Surf de Peruíbe" promove a Inclusão social por intermédio da prática do Surf, os participantes relataram que *“a escolinha municipal de surf trabalha atendendo de forma diferenciada com equidade”*; *“Este projeto que envolve a família, pai, filho e avó representa a riqueza do esporte e favorece neste quesito a inclusão social”*; *“o fato de quando estamos dentro da água, somos todos iguais acabam as diferenças”*.

5 DISCUSSÃO

Conforme Beltrame et al. (2015) as práticas esportivas são consideradas como elementos importantes na formação do indivíduo, porém, os autores ressaltaram que dentre os projetos esportivos ofertados, poucos se direcionam para uma prática educativa inclusiva, estando desta forma, distante do propósito da educação inclusiva.

Neste sentido, Silva et al. (2015) colocam que o esporte adaptado pode promover efeitos positivos sobre variáveis como reabilitação e inclusão social, sendo fundamentado e definido não apenas com base nestas questões, mas, sim como um fenômeno complexo e abrangente indo ao encontro de Martin et al (2012) que ressaltam a importância de se atentar para a qualidade da relação interpessoal e da infraestrutura para a oferta do Esporte adaptado.

O Esporte Adaptado tem grande relevância e contribuição para o desenvolvimento das pessoas e segundo Melo e Fumes (2013) ainda é presente a falta de políticas públicas para prover a participação de pessoas com deficiência em práticas esportivas, ficando esta ação a cargo de ações individualizadas de pessoas e/ou associações/instituições não governamentais especializadas no atendimento da pessoa com deficiência.

6 CONCLUSÃO

Através deste estudo podemos observar a riqueza e o potencial que o surf tem, independente da pessoa, sua religião ou sua raça, quando estamos ali na frente da onda somos todos iguais. O contato direto com a natureza, sua energia e a sensação gerada por este contato faz com que as pessoas se sintam melhor.

A possibilidade de adaptação pela prática do esporte e os benefícios adquiridos por esta prática, são fatores fundamentais para fortalecer um cuidado preventivo e de promoção à saúde.

O projeto da Escola Municipal de Surf vem mudando de forma positiva, a vida das pessoas e com isso está contribuindo de forma direta para o desenvolvimento do município através das pessoas que participam das atividades promovidas no sentido de prover um estilo de vida saudável e ativo.

REFERÊNCIAS

- BELTRAME, A, L. N. ;SAMPAIO, T. M. V. Atendimento especializado em esporte adaptado: discutindo a iniciação esportiva sob a ótica da inclusão. **Revista Educação física**. v. 26, n.3, p.377-388, 2015.
- LINHARES, E.; ZUCH, L. **Reconhecendo o surf**, 2016. Disponível em: <https://surfari.me/> Acesso em: 08 de Abril de 2020.
- MANTOAN, M.T.E. **A integração de pessoas com deficiência: contribuições para reflexão sobre o tema**. Editora Memnon, 2015.
- MARTIN, J. E. et al. Análise do Processo Inclusivo de Pessoas com Deficiência no Clube Esportivo: Um estudo de Caso. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**. v. 13 n. 1, 2012.
- MELO, F.A; FUMES, N.L. O Esporte Adaptado no Município de Maceió/AL: Des/Caminhos Traçados Pela s Políticas Públicas. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**. v. 14 n. 2, 2013.
- NICHOLS, W. **Blue Mind: The Surprising Science That Shows How Being Near, In, On, or Under Water Can Make You Happier, Healthier, More Connected, and Better at What You Do**. Little, Brown, Back Bay Books, 2014.
- RODRIGUES, D. A. **O desporto como espaço e veículo de inclusão**, Debates em Atividade Motora Adaptada, Grupo de Trabalho de Formação da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada, SoBAMA, 2020.
- SIQUEIRA, et al. Praias acessíveis e surf adaptado no Brasil ; Inovação social baseada no design universal. **Revista Cuaderno 83**, ano 21, n.83, 2020.
- SILVA, A. A. C. et al. Esporte adaptado: abordagem sobre os fatores que influenciam a prática do esporte coletivo em cadeira de rodas. **Revista Brasileira Educação física e esporte** v.27, n.4, p.679-687, 2013.
- SOUZA, P.C. Surf: do desenvolvimento histórico ao profissionalismo. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 3, n.3, p.84 – 98, 2013.
- STEINMAN, J. **Surf Saúde**. Editora Tao, 2003.
- TURATO, E. R. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetivos de pesquisa, **Revista Saúde Pública**, 2005.
- ZOÍÁ, A. **Todos iguais, todos desiguais**. In: ALMEIDA, D. B. de (Org). Educação: diversidade e inclusão em debate. Goiânia: Editora Descubra, p. 13- 25, 2006.