

## EFEITO DO PARADESPORTO NA AUTOPERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM LESÃO MEDULAR

TALARICO NETO, T., TEIXEIRA-ARROYO, C., FERNANDES, A. L., HAHNS JÚNIOR, H. C., OLIVEIRA, E. L.

Centro Universitário UNIFAFIBE, Bebedouro-SP, Brasil.

**Introdução:** A prática de exercício físico regular é referência em estudos científicos como fator importante para manutenção e melhoria da Qualidade de vida (QV). Ainda, cabe ressaltar que pessoas com deficiência tendem a obter maiores índices de sedentarismo como consequência da escassez de programas específicos para este público, o que pode refletir diretamente na QV desses indivíduos. **Objetivo:** Avaliar e comparar a autopercepção de qualidade de vida (APQV) entre grupos com lesão medular espinhal (LME) praticantes e não praticantes de atividades paradesportivas. **Metodologia:** Participaram 20 pessoas com LME, distribuídos em 2 grupos: praticantes (n=10) e não praticantes (n=10) de atividades paradesportivas, que foram avaliados por meio do questionário SF36, que avalia a APQV. Para verificar a diferença entre os grupos na APQV, os dados foram analisados por meio do teste não paramétrico U de Mann Whitney, com nível de significância de  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** As pessoas com LME paradesportistas apresentaram melhor APQV, especialmente, no domínio “aspectos físicos” (TABELA 1).

TABELA 1. Médias e desvios padrão da APQV de ambos os grupos. (\*) Diferença significativa para aspectos físicos.

Domínios da QV	Paradesportistas	Não Paradesportistas	Valor de <i>p</i>
Capacidade Funcional	73,5	50,5	0,099
Aspectos Físicos	97,5	67,5	0,040*
Aspectos Emocionais	93,3	90	0,942
Dor	82,6	76,2	0,874
Aspectos Sociais	98,8	82,5	0,101
Saúde Geral	94,1	84,8	0,067
Vitalidade	89,0	82	0,420
Saúde Mental	89,6	86,4	0,818

**Considerações finais:** Esses achados sugerem que o paradesporto auxilia na superação de barreiras ambientais, estruturais e emocionais, contribuindo com a melhora em face da APQV, com ênfase no domínio mais relacionado à sua lesão/deficiência. Além disso, a QV engloba fatores complexos que podem ser equilibrados pelo ambiente e pelos estímulos oriundos do contexto social, familiar, econômico e cultural de cada pessoa com deficiência. Desta forma, acredita-se que a prática regular do paradesporto apresentou efeito positivo na APQV da amostra avaliada.

**Palavras-chaves:** Qualidade de Vida, Deficiência Física, Exercício Físico, Esporte Adaptado.