

INCLUSÃO SOCIAL DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA EM ACADEMIAS DE MUSCULAÇÃO

SOCIAL INCLUSION OF PEOPLE WITH DISABILITIES IN BODYBUILDING ACADEMIES

Claudemir Alberto do Espírito Santo¹, Stefanie Epiphany Prado da Silva¹, Roberto Rocha Costa^{1,2}

¹ UniFUNVIC Centro Universitário, Pindamonhangaba-SP

² Univap- Universidade do Vale do Paraíba, São José dos Campos-SP

*Correspondência: claudemir1235@gmail.com

Resumo

A prática docente é um espaço privilegiado que tem sido esquecida por uma sociedade cada vez mais autocentrada. Em 2015 foi instituída pelo Congresso Nacional a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência que garante, entre outras coisas, condições de acesso à educação e à saúde e estabelece punições para atitudes discriminatórias contra essa parcela da população. Programas de exercícios resistidos, se estruturados corretamente, além de melhorar a capacidade funcional e a qualidade de vida, podem promover diversos benefícios psicológicos e sociais às pessoas com deficiência. Tendo como base esse direito conquistado por essa parcela da população e a questão da saúde, essa pesquisa tem como objetivo analisar a possibilidade de inclusão social de pessoas com deficiência nas academias de musculação. Fizeram parte da pesquisa 5 (cinco) academias de Pindamonhangaba selecionadas, sendo utilizado para coleta de dados um questionário respondido pelos gestores/responsáveis de cada local e uma ficha de observação da infraestrutura. Os resultados apresentam que 100% das academias visitadas já atenderam e possuem atualmente clientes com algum tipo de deficiência, em todas elas o nível de aceitação por parte dos alunos sem deficiência em relação aos com alguma deficiência e o nível de preparação dos colaboradores foram satisfatórios, já no que diz respeito a infraestrutura, nenhuma das academias visitadas está totalmente preparada para receber clientes com diversos tipos de deficiência. Podemos concluir que mesmo com a lei destinada a assegurar e a promover a inclusão social e cidadania de pessoas com deficiência, ainda existem barreiras enfrentadas por eles ao ingressarem nas academias, pois elas não apresentaram, de maneira geral um ambiente acessível para essas pessoas.

Palavras-chave: Inclusão social. Acessibilidade. Pessoas com deficiência.

Abstract

In 2015, the Brazilian National Congress instituted the Law for the Inclusion of Persons with Disabilities, which guarantees, among other things, conditions of access to education and health and establishes penalties for discriminatory attitudes against this population. Resistance exercise programs, if structured correctly, in addition to improving functional capacity and quality of life, they can promote various psychological and social benefits to people with disabilities. Based on this right conquered by them, this research aims to analyze the possibility of people with disabilities' social inclusion in bodybuilding gyms. Five (5) gyms took part in the research, and a questionnaire answered by the managers of each location and an infrastructure observation form, were used. The results show that 100% of the gyms visited have already attended and currently have clients with some type of disability, in all of them the level of acceptance by non-disabled students in relation to the disabled and the level of preparation of employees were satisfactory, but in infrastructure, none of the gyms visited are fully prepared to receive clients with different types of disabilities. We can conclude that even with the law designed to ensure and promote the social inclusion of people with disabilities, there are still barriers faced by them when entering the academies, as they did not present, in general, an accessible environment for disabled students.

Keywords: Social inclusion. Accessibility. People with disabilities.

INTRODUÇÃO

Mesmo que alguma forma de debate aconteça em nossa sociedade, por exemplo em associações, entidades e organizações que trabalham pela inserção social de pessoas com deficiência, Maciel (2000) indica que a sociedade em geral, por falta de conhecimento, transforma a deficiência em uma doença crônica que atrapalha a vida da pessoa com deficiência e de quem convive com ela, uma consequência disso é que muitos são segregados, por serem considerados incapazes e sem direitos. Por isso, em seus estudos, Diniz et al. (2009) afirma que corpos com deficiência são corpos impedidos, mas mesmo que tenham dificuldades de realizar autonomamente as atividades cotidianas habituais, não devem ser impossibilitados de ter uma real inclusão social.

Gaudenzi e Ortega (2016) ressaltam que nos anos sessenta já havia, em diversos países ocidentais, alguns movimentos sociais que reivindicavam os direitos de grupos específicos, como mulheres e negros e, neste contexto, a politização das pessoas com deficiências também ganhou força e reconhecimento. Com o passar do tempo, para garantir livre acesso a lugares públicos e seus direitos preservados, foram promulgadas leis que assegurassem esses direitos e integrasse essa população ao meio social.

No Brasil, no ano de 2015, foi instituída pelo Congresso Nacional a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência, também conhecida como Estatuto da Pessoa com Deficiência, que entrou em vigor em janeiro de 2016. Essa Lei garante, entre outras coisas, condições de acesso à educação e à saúde e estabelece punições para atitudes discriminatórias contra essa parcela da população (GAUDENZI; ORTEGA, 2016). Assim, essa lei trouxe integração e inclusão desse grupo especial em nosso meio, pois mesmo sendo a minoria, não quer dizer que podem ou vão ser desrespeitados pelas demais parcelas da população.

A lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015, capítulo I do Estatuto da Pessoa com Deficiência (BRASIL, 2015), indica:

[...]Art. 1º É instituída a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência), destinada a assegurar e a promover, em condições de igualdade, o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais por pessoa com deficiência, visando à sua inclusão social e cidadania.

Entre outras coisas, a lei deste estatuto, que se encontra no Título III, Art. 57 da acessibilidade, as edificações públicas e privadas de uso coletivos já existentes devem garantir acessibilidade à pessoa com deficiência em toda estrutura interna e externa, utilizando como referência as normas de acessibilidade presentes na constituição da lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (BRASIL, 2015). Enquanto a Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT (2004) define acessibilidade, por meio da norma NRB 9050, como a possibilidade e condição de alcance, percepção e entendimento para a utilização com segurança e autonomia de edificações, espaços, mobiliários, equipamentos urbanos e elementos. Essas leis servem para que possamos ter a ciência que estamos vivenciando em nosso dia a dia várias mudanças feitas para o bem-estar dessas pessoas e sua batalha contra o preconceito. Mas somente isso não é suficiente para promover a inclusão social das pessoas com deficiência.

Fávero (2004) define inclusão como: fazer parte, pertencer, trazer para dentro de um grupo alguém que já faz parte dele. É uma ação da sociedade, que deve envolver parte dessa mesma sociedade que está excluída por falta de condições adequadas. Neste contexto, Pitanga (2004) cita que a inclusão está relacionada aos padrões da normalidade, necessitando de superação e compreensão, o que só acontece quando a sociedade transmite seus conhecimentos e passam a ter uma boa relação com as pessoas com deficiência. Ou seja, não basta acessibilidade, ter rampas, portas largas, piso tátil entre outras normas para efetivamente incluir socialmente. É necessário que as pessoas com deficiência tenham oportunidade como quaisquer outras pessoas, em todas as diferentes atividades, e a prática de exercícios físicos é uma dessas possibilidades.

Entre as possibilidades de prática de exercícios físicos, os programas de exercícios resistidos, se estruturados corretamente, além de melhorar a capacidade funcional e a qualidade de vida, podem promover diversos benefícios psicológicos e sociais às pessoas com deficiência (MUTTI et al., 2010). Neste contexto, as academias de musculação podem ser uma ótima opção para quem quer praticar exercício físico, com o intuito de obter melhorias no bem-estar geral de qualquer pessoa, inclusive das que têm algum tipo de deficiência.

Apesar de todos os benefícios que proporcionam os exercícios físicos e do Estatuto da Pessoa com Deficiência assegurar e promover a todas essas pessoas as condições de igualdade, exercício dos direitos e das liberdades fundamentais visando à sua inclusão social e cidadania, ainda são muitas as barreiras

encontradas por elas. Por isso nos questionamos: Será que as academias de musculação estão preparadas para promover a inclusão social de pessoas com deficiência? Se sim, o que tem sido feito para esse fim?

Com objetivo de analisar a possibilidade de inclusão social de pessoas com deficiência nas academias de musculação no município de Pindamonhangaba-SP, buscamos levantar informações sobre se, e/ou como, essas academias estão preparadas para incluir pessoas com deficiência. Para tanto, verificamos se existem alunos com deficiência nas academias, bem como o nível de aceitação por parte de outros alunos (que não tenham deficiências), a qualificação de profissionais, o quanto estão preparados para atenderem esses alunos com deficiências, além disso, descrevemos as condições de acessibilidade nesses locais e se existem equipamentos adequados ou adaptados para a prática de exercícios desses alunos.

MÉTODO

A pesquisa foi realizada em Pindamonhangaba, no interior do estado de São Paulo. Para isso, foi solicitado à Prefeitura Municipal da cidade, uma lista com as academias cadastradas que possuem Alvará de Licença para funcionamento. A amostra foi selecionada de forma não probabilística por conveniência, utilizando cinco academias de fácil acesso à população, localizadas na região central do município e que estão devidamente registradas ao CREF/SP. A partir disso realizou-se o contato com os profissionais responsáveis pelas academias selecionadas, que assinaram uma carta de autorização concordando em participar da pesquisa.

Para coleta de dados, foi utilizada uma ficha de observação da infraestrutura baseada nos trabalhos de Palma et al. (2011) e Lima et al. (2018). Para isso, foi feita uma adaptação utilizando informações dos dois artigos. Também foi utilizado como instrumento de coleta de dados, um questionário composto por questões fechadas e abertas ajustado a partir de Palma et al. (2011), elaborado para identificar aspectos relacionados ao atendimento, serviços oferecidos e o comportamento de alunos sem deficiência. Gestores/responsáveis pelas academias, após assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, responderam esse questionário, pois somente a avaliação da infraestrutura, não daria a amplitude de informações que nos permitiria discutir sobre a inclusão social. Após aprovação no Comitê de Ética e Pesquisa (sob o registro número 4.897.227), iniciou-se o agendamento dos dias e horários para responder o questionário e também para observação da infraestrutura, previamente autorizada pelos gestores/responsáveis para realizarmos a vistoria local e fazermos o levantamento das informações enquanto o questionário era respondido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Infraestrutura

Na Tabela 1 estão indicados todos os quesitos presentes na ficha de observação da infraestrutura, com suas respectivas respostas, de acordo com cada academia observada, identificadas sequencialmente de 1 a 5.

Com as informações obtidas, podemos observar que das 5 (cinco) academias estudadas, no que diz respeito ao acesso à porta de entrada, 4 (quatro) delas estavam de acordo com a NBR 9050/04 (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS, 2004). Em 2 (duas) delas a entrada é através de uma rampa, em 1 (uma) através de degraus e rampa e 1 (uma) não necessita de rampa por ser de piso de mesmo nível. Mas, em 1 (uma) das academias a avaliação foi negativa, visto que o portão lateral à catraca de acesso não tinha a largura adequada para passagem de pessoas que utilizam cadeira de rodas, muletas e/ou andadores, o que contraria esta norma que determina que os acessos aos ambientes, quando houver escadas ou degraus, devem estar associadas a uma rampa, da mesma forma as portas de entrada devem ser amplas, com sinalização e sem barreiras físicas.

Mesmo sem a devida adequação encontrada em uma das academias, podemos especular uma possível melhoria nos últimos anos, pois quando observamos este mesmo quesito nas pesquisas feitas por Palma et. al (2011), em academias na cidade de Santa Maria no Rio Grande do Sul, que teve como objetivo analisar a acessibilidade e a participação em atividades físicas por pessoas com deficiência, observamos que das 14 (quatorze) academias pesquisadas, em 10 (dez) delas, o acesso à porta de entrada se dava por escada sem a presença de rampa, o que pode demonstrar uma preocupação em estabelecer cada vez mais a acessibilidade às pessoas com deficiência, o que reforça os apontamentos de Bolonhini (2010), quando afirma que a acessibilidade é uma preocupação constante da arquitetura e urbanismo nas últimas décadas, ao oferecer melhores condições às pessoas com deficiência.

Tabela 1 - Nível de acessibilidade (observação da infraestrutura) para pessoas com deficiências físicas, visuais e auditivas nas academias pesquisadas.

| QUESITOS | | ACADEMIA | | | | | |
|---|-------------------------|----------|---|---|---|---|------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | % |
| Acesso à porta de entrada | Com degraus | | | | | | 0% |
| | Com rampa | | | X | X | | 40% |
| | Com degraus e rampa | | X | | | | 20% |
| | Sem degrau e sem rampa | X | | | | X | 40% |
| Portas amplas e sem barreiras físicas | | X | X | | X | X | 80% |
| Corrimão com placas em braile | | | | | | | 0% |
| Áreas de circulação internas amplas para deslocamento | | X | X | | X | X | 80% |
| Espaços adequados para deslocamento entre equipamentos | | X | X | X | X | X | 100% |
| Acesso entre ambientes | Com degraus | | X | X | | | 40% |
| | Com rampa | | | | | | 0% |
| | Com degraus e rampa | | | | | | 0% |
| | Sem degrau e sem rampa | X | | | X | X | 60% |
| | Não há outros ambientes | | | | | | 0% |
| Acesso aos banheiros e vestiários | Com degraus | | X | X | | | 40% |
| | Com rampa | | | | | | 0% |
| | Com degraus e rampa | | | | | | 0% |
| | Sem degrau e sem rampa | X | | | X | X | 60% |
| Banheiros adaptados | | X | | | | X | 40% |
| Vestiários adaptados | | X | | | | X | 40% |
| Pisos antiderrapantes e regulares | | X | X | X | | X | 80% |
| Pisos táteis para deficiente visual | | | | | | | 0% |
| Portas automáticas | | | | | | | 0% |
| Elevadores com painel em braile | | | | | | | 0% |
| Equipamentos adaptados para exercícios | | | | | | | 0% |
| Balcões acessíveis para pessoas que utilizam cadeira de rodas | | | | | X | X | 40% |
| Bebedouros e pias adaptados para pessoas que utilizam cadeira de rodas | | | | | | | 0% |
| Bebedouros e pias com sensores | | | | | | | 0% |

Com relação às áreas de circulação no interior das academias, podemos observar que 2 (duas) delas encontram-se inadequadas para deslocamento de alunos que necessitam da utilização de cadeira de rodas ou muletas, contrariando a NBR 9050/04 (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS, 2004), que designa que esses espaços devem ser dimensionados, assegurando-se uma faixa de circulação livre de barreiras. Observou-se que nas 5 (cinco) academias pesquisadas, os espaços permitem um livre acesso entre os equipamentos, porém nas 2 (duas) academias citadas o acesso aos banheiros e vestiários se dava somente através de degraus sem a presença de rampa de acesso, o que dificulta ou impede o deslocamento desses alunos para áreas essenciais.

Os banheiros e vestiários só foram considerados adaptados em 2 (duas) academias visitadas, pois as outras 3 (três) não apresentavam espaço suficiente nos boxes com chuveiros e nas áreas dos vasos sanitários. Da mesma forma, não possuíam corrimão/barra de segurança em nenhum desses ambientes, embora a adequação dos banheiros também seja um elemento fundamental para a frequência e permanência de alguns alunos com deficiência. Esse resultado (40%) ainda é inferior se comparado aos estudos de Lima et. al. (2018), cujo objetivo foi conhecer o nível de acessibilidade em algumas academias de ginástica da Barra da Tijuca na Zona Oeste do Rio de Janeiro-RJ, onde os resultados apontaram que 53% das academias pesquisadas possuíam banheiros adaptados, mas podem ser considerados melhores se comparados à pesquisa de Palma et. al (2011), na qual foi constatado que nenhuma academia visitada possuía banheiro adaptado.

Outro item analisado na infraestrutura das academias de musculação foi em relação ao tipo de piso, em que 4 (quatro) das 5 (cinco) academias cumpriam o quesito e possuíam pisos antiderrapantes e regulares de acordo com a NBR 9050/04 (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS, 2004) que define que os pisos devem ter superfície regular, firme, estável e antiderrapante sob qualquer condição, que não provoque trepidação em dispositivos com rodas. Apesar de 80% das academias possuírem esse tipo de piso, em nenhuma delas observamos pisos táteis, ou seja, um piso diferenciado em textura e cor, que tem como objetivo orientar e facilitar a percepção das pessoas com baixa visão e deficiência visual.

Nenhuma das academias visitadas possui portas automáticas, corrimões com placas em braille para deficientes visuais, bebedouros e pias com sensores ou adaptados para pessoas que utilizam cadeira de rodas, elevadores com painel em braille (em três delas a área de musculação fica na parte superior do prédio) ou algum tipo de equipamento adaptado ou específico para pessoas com deficiência, porém em duas delas pudemos observar que possuíam balcões acessíveis para pessoas que utilizam cadeira de rodas.

Questionário

Os resultados obtidos no questionário preenchido pelos gestores/responsáveis apontam que, na percepção deles, 100% das academias de musculação visitadas já atenderam pessoas com algum tipo de deficiência, sendo que em 4 (quatro) delas a procura se deu por pessoas com deficiência física, 3 (três) com deficiência visual e 2 (duas) com deficiência auditiva. Também pudemos observar nas respostas que todas as academias entrevistadas possuem atualmente alunos com algum tipo de deficiência praticando musculação. Três dessas academias são frequentadas por alunos com deficiência física e visual e em 2 (duas) delas por alunos com deficiência auditiva.

Um ponto muito interessante nessa pesquisa foram as respostas que indicaram que, de acordo com a percepção dos gestores/responsáveis, em todas as academias o nível de aceitação por parte dos alunos sem deficiências em relação aos alunos com algum tipo de deficiência foi satisfatório. Com isso, podemos inferir que esses alunos são bem aceitos e possivelmente se sentem incluídos nesse meio social.

Quando perguntado se atualmente existem profissionais capacitados e treinados para atenderem alunos com deficiência física, visual e auditiva, as respostas foram muito satisfatórias, pois na opinião dos gestores/responsáveis a preparação de seus colaboradores foi considerada “excelente” em 4 (quatro) das academias e “Muito Bom” em 1 (uma) das academias visitadas, visto que, nas pesquisas realizadas por Lima et al. (2018), somente 20% das 15 (quinze) academias relataram possuir profissionais capacitados e treinados para esta finalidade.

Quando perguntado aos gestores/responsáveis se eles acham que a falta de acessibilidade e equipamentos adaptados influenciam aos deficientes físicos, visuais e auditivos a não praticarem musculação, 4 (quatro) responderam que sim. Isso indica que há necessidade e consciência de oferecer uma estrutura adequada a esses alunos, mesmo que ainda não tenham esses equipamentos. Um dos gestores/responsáveis respondeu que não, porém o direito à acessibilidade é um meio de garantir que as pessoas com deficiência ou com mobilidade reduzida possam desfrutar do direito de circular e se utilizarem dos espaços de forma plena e livre de barreiras (LIMA et al., 2018).

CONCLUSÕES

A partir dos resultados obtidos podemos concluir que mesmo com a lei destinada a assegurar e a promover a inclusão social e cidadania de pessoas com deficiência, ainda são grandes as barreiras enfrentadas por elas ao ingressarem nas academias de musculação, pois essas academias ainda não apresentam um ambiente totalmente acessível para alunos com deficiência. Mesmo que 100% das academias visitadas ofereçam espaços adequados para deslocamento entre equipamentos, essas pessoas ainda se deparam com obstáculos que dificultam a utilizarem outros ambientes (estacionamento, banheiro, vestiários etc.). É notável a busca pela melhoria por parte de alguns gestores/administradores ao longo dos anos, mas pode-se observar que as academias ainda se encontram em um processo lento para tornar seu espaço totalmente adaptado e adequado.

Apesar de todas as dificuldades estruturais encontradas, podemos notar que, de acordo com os gestores/responsáveis, em todas as academias de musculação visitadas os alunos com alguma deficiência que ali frequentam, estão sendo bem tratados e aceitos por todos. Uma limitação dessa pesquisa é ter a opinião somente dos gestores/responsáveis, gostaríamos de ter entrevistado também os alunos com deficiência e os alunos que convivem com eles, mas devido à pandemia de COVID-19, as academias estavam com seu funcionamento proibido ou bastante reduzido, além disso em razão do risco de contaminação e seguindo as

orientações de isolamento/distanciamento físico consideramos deixar para outro momento o contato direto com os alunos. Contudo, podemos observar que 100% das academias pesquisadas já tiveram procura e possuem alunos com algum tipo de deficiência, isso nos demonstra que existe uma demanda e que as pessoas com deficiência se interessam e querem exercer a modalidade da musculação.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 9050: Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos**. 4 ed. Rio de Janeiro: ABNT, 2020.

BOLONHINI, J. R. **Portadores de necessidades especiais: as principais prerrogativas dos portadores de necessidades especiais e a legislação brasileira**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

BRASIL. Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui o Código federal. **Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência)**. Brasília, DF: Subchefia para Assuntos Jurídicos, p. 1-7 jul. 2005. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm>. Acesso em: 11 abr. 2021.

DINIZ, D. et al. Deficiência, Direitos Humanos e Justiça. **Sur. Revista Internacional de Direitos Humanos**, São Paulo, v. 6, ed. 11, p. 65-77, 2009.

FÁVERO, E. A. G. **Direito das pessoas com deficiência: garantia e igualdade na diversidade**. Rio de Janeiro: WVA, 2004.

GAUDENZI, P.; ORTEGA, F. Problematizando o conceito de deficiência a partir das noções de autonomia e normalidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 3061-3070, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2016.v21n10/3061-3070/#>>. Acesso em: 09 dez. 2021

LIMA, K. N. et al. Os desafios encontrados pelos deficientes para o ingresso nas academias de ginástica da barra da tijuca no rio de janeiro. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 19, n. 1, set. 2018.

MACIEL, M. R. C. Portadores de deficiência: a questão da inclusão social. **São Paulo em perspectiva**, v. 14, n. 2, p. 51-56, 2000.

MUTTI, L. C. et al. Os Benefícios dos Exercícios Resistidos na Melhoria da Capacidade Funcional e Saúde dos Paraplégicos. **Revista Brasileira Medicina do Esporte**, Niterói, v. 16, n. 6, dez. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922010000600014&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 abr. 2021.

PALMA, L.E. et al. Acessibilidade e academias de ginástica: a participação das pessoas com deficiência. **EFDeportes.com**, Buenos Aires, v. 15, n. 152, 2011. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd152/acessibilidade-e-academias-de-ginastica.htm>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

PITANGA, F. J. G. **Epidemiologia da atividade Física, Exercício Físico e Saúde**. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2004.