

Visita ao projeto Corre Pra Ver

Jorge Darque da Rocha Junior¹ e Paulo Eduardo de Oliveira Silva¹

¹Discentes no Curso de Educação Física – Centro Universitário Universo – Belo Horizonte/MG – Brasil

Rosemary Moreira Pouças Martins Teixeira²

²Docente no Curso de Educação Física – Centro Universitário Universo – Belo Horizonte/MG – Brasil

INTRODUÇÃO

No dia 13/10/2023 às 07 horas, na Avenida Bernardo de Vasconcelos, realizamos uma visita ao treino de uma atleta (42 anos, fisioterapeuta, quiropraxista, judoca profissional e com deficiência visual), participante do projeto Corre Pra Ver. Fomos recebidos pela atleta supracitada, pela fundadora e guia Raquel Penna, que nos apresentou em detalhes toda a história e propósito do projeto. O projeto Corre Pra Ver tem como objetivo oportunizar a prática da corrida e da caminhada para pessoas com deficiência visual, sendo ponte entre essas pessoas e os guias voluntários.

RELATO DE EXPERIÊNCIA E DISCUSSÃO

A deficiência visual é a perda ou redução da capacidade visual em ambos os olhos em caráter definitivo, que não pode ser melhorada ou corrigida com o uso de lentes, tratamento clínico ou cirúrgico. Existem critérios rígidos para definir uma deficiência. Portanto, uma pessoa com alto grau de miopia, por exemplo, não é uma pessoa com deficiência visual, uma vez que existem alternativas para correção desta limitação.

Classificação dos diferentes graus de deficiência visual:

- **Baixa visão (leve, moderada ou profunda):** pode ser compensada com o uso de lentes de aumento e lupas com o auxílio de bengalas e de treinamentos de orientação.
- **Próximo à cegueira:** quando a pessoa ainda é capaz de distinguir luz e sombra, mas já emprega o sistema braile para ler e escrever, utiliza recursos de voz para acessar programas de computador, locomove-se com a bengala e precisa de treinamentos de orientação e de mobilidade.
- **Cegueira:** o uso do Sistema Braille, da bengala e os treinamentos de orientação e de mobilidade, nesse caso, são fundamentais.

Foi uma experiência muito rica, pois conhecer o projeto mais profundamente e principalmente conhecer a história de vida de uma atleta e ser humano incrível. Atleta com histórico de retinose pigmentar inversa, com síndrome dos cabelos anágenos frouxos (Syndrome des cheveux anagènes caduques). Alopecia benigna da infância que melhora gradativamente com a idade. É caracterizada por cabelos anágenos (bulbos sem forma e ausência das camadas internas e externas da raiz capilar), cabelos finos e esparsos que saem facilmente. Destrói a retina, pois vai fechando os capilares sanguíneos e acarreta a morte das células da retina, levando à cegueira. É degenerativa, progressiva e irreversível. Uma das frases que foi citada pela atleta e que nos chamou muita atenção foi: “Quanto mais não eu recebia, mais eu me empenhava para fazer!”

- Para se tornar um participante do projeto é preciso enviar uma mensagem através do site www.correpraver.org. A inclusão de novos participantes ocorre em períodos específicos do ano, e todas as instruções serão repassadas após o primeiro contato. São uma entidade sem fins lucrativos, mantida com o apoio de voluntários.

Antes de participar ativamente do treino de corrida da atleta e sua guia, tivemos uma conversa para entendermos como são válidas as dicas abaixo para valorizarmos ainda mais a importância do relacionamento e da inclusão da pessoa com deficiência visual. Dicas estas que auxiliam principalmente para as pessoas que praticam modalidades esportivas como a corrida de rua e atletismo.

Use naturalmente termos como “cego”, “ver” e “olhar”. Os cegos também os usam.

- Ao conversar com uma pessoa cega, não é necessário falar mais alto, a menos que ela o solicite;
- Se for auxiliar uma pessoa cega, pergunte antes se ela precisa de ajuda e de que forma;

- Ao conduzir uma pessoa cega, ofereça seu braço (cotovelo) para que ela segure. Não a agarre, nem a puxe pelo braço ou pela bengala;
- Ao explicar a direção para um cego, indique distância e pontos de referência com clareza: “tantos metros à direita, à esquerda”, “para frente ou para trás”. Evite termos como: “por aqui” e “por ali”;
- Informe sobre os obstáculos existentes, como degraus, desníveis e outros;
- Se observar aspectos inadequados quanto à aparência da pessoa cega (zíper aberto, roupa pelo avesso, maquiagem borrada, etc) avise-a discretamente a respeito;
- Sempre que se ausentar do local, informe à pessoa, caso contrário ela ficará falando sozinha;
- O cão-guia nunca deve ser distraído de seu dever. Evite brincar com o cão, pois a segurança da pessoa pode depender do alerta e da concentração do animal.

E para coroar nossa vivência, tivemos a oportunidade de participar de parte do treino de corrida. Corremos em torno de 5 km próximos da atleta e sua guia, e pudemos entender na prática como é construída a parceria entre elas. Aprendemos os comandos de voz, sobre a utilização de uma corda para treinar/competir unidos pela mão, devendo respeitar duas regras: “Não serem elásticas e não medirem mais de um metro”. Além disso, guia e atleta “devem sempre correr juntos e os guias não podem impulsionar e empurrar seu atleta”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É necessário aprender a nos respeitarmos como seres humanos, com opiniões, culturas e hábitos diferentes, mas fazendo parte da mesma sociedade. Só a partir de uma educação de base, capacitando não só professores, mas também todo o corpo administrativo que compõe o ambiente escolar, além de atividades que integrem famílias e comunidades. Na história da civilização diversos foram os momentos onde o preconceito e a discriminação ocasionaram conflitos sociais e guerras históricas. Hoje, infelizmente continuamos ainda vendo no mundo inteiro as mais variadas formas de exclusão e separatismo, de raças, povos, etnias. O esporte vem nos provar que somos todos iguais, com direitos e deveres da mesma forma.

Precisamos fomentar na sociedade os aspectos positivos do esporte: sejam eles físicos, psíquicos e principalmente os sociais, pois é o ponto crucial defendido neste relato. O esporte é capaz de aperfeiçoar a autoestima e autoconfiança, tornando a pessoa mais segura, enquanto colabora para a inclusão social. É de suma importância pensar na oferta da acessibilidade ao esporte, cultura e lazer para pessoas com deficiência, a cada dia mais e estamos muito atrasados nisso.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

O que é deficiência visual. Disponível em: <https://www.desenvolvimentosocial.pr.gov.br/Pagina/Deficiencia-Visual>. Acesso em: 29 de Outubro de 2023.

Quem somos.. Disponível em: <https://www.correpraver.org/> . Acesso em 29 de Outubro de 2023.

Síndrome dos cabelos anágenos frouxos associada à distrofia macular: descrição de uma família. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abd/a/hzPQtLg3rhY8HYsC7KLCZhz/>. Acesso em: 29 de Outubro de 2023.