

SURF: COMO PROPOSTA DE LAZER PARA PESSOA COM DEFICIÊNCIA

**RENATO ROCHA BISSOLOTTI
IVAN FERREIRA DOS SANTOS
APABB ASSOCIAÇÃO DOS PAIS E AMIGOS E PESSOA COM DEFICIÊNCIA, DE FUNCIONÁRIOS DO BANCO DO BRASIL E DA COMUNIDADE
SÃO PAULO SP BRASIL
renaterarb@terra.com.br**

Resumo

A Apabb, Associação dos Pais Amigos e Pessoas com Deficiência de Funcionários do Banco do Brasil e da Comunidade teve seu início em 1986, e dentro dos programas de Lazer oferece sessões de surf durante viagens ao litoral, que recebem destaque pela grande adesão dos participantes e por atrair a atenção do público frequentador da praia. Há uma necessidade de incluirmos as pessoas com deficiência dentro de todas as atividades realizadas pela sociedade, dando a elas as condições necessárias, adaptações e adequações para compartilhar de programas de lazer e esporte. O objetivo deste estudo é reconhecer a prática do surf de pessoas com deficiência como opção de atividade recreativa para esta camada da população brasileira. O enfoque deste trabalho está na pessoa com deficiência e sua relação com o surf dentro de seus momentos de lazer. Para este estudo, foi realizada uma pesquisa qualitativa que pudesse ajudar a identificar a importância da prática do surf entre as pessoas com algum tipo de deficiência e suas implicações no lazer, analisando o que existe na literatura a respeito de suas possibilidades e necessidades como adaptações e adequações para realização de uma sessão lúdica de surf. A prática do surf por pessoas com deficiência no Brasil é quase tão antiga quanto a própria modalidade e começou pela atitude de seus praticantes, que pelo forte contato com a praia ou por experiências anteriores à deficiência na modalidade, serviram como facilitador para o seu começo ou retorno ao surf. O primeiro surfista com deficiência no Brasil foi Carlos “Mudinho”, um dos pioneiros deste esporte, um garoto surdo que se interessou pelo surf ainda aos 9 anos de idade. Hoje em dia há um crescente número de pessoas com deficiência praticando esta modalidade, entre eles estão Robson Careca (lesado medular), Paulo Eduardo Aagard “Pauê” (amputado de MMII), Alcino Neto “Pirata” (amputado MI esquerdo), Waldomiro (deficiente visual), Rodrigo (síndrome de Down) entre outros que dão créditos ao surf pela sua reabilitação e melhora na qualidade de vida. Segundo BASE et al. (2007), o surf é uma das modalidades mais populares do Brasil. Os surfistas com deficiências citados acima ajudam a popularizar o esporte também para esta camada da sociedade. Algumas Associações, ONGs, Clubes e Escolas de surf vêm preparando-se para atender as pessoas com deficiência na medida em que esta diversidade vem surgindo. Outras instituições surgem especificamente com este intuito. É importante ressaltar que, de acordo com SCHWARZ e HABER (2009), citando a convenção da ONU, os Estados deverão assegurar que as pessoas com deficiência tenham acesso aos serviços prestados por pessoas envolvidas na organização de atividades recreativas, turísticas, esportivas e de lazer. Os materiais utilizados por um surfista são adequados às suas necessidades e as condições do local para a prática do surf também devem estar adequadas. No caso de uma pessoa com deficiência, essa regra é um pouco mais complexa. O

surf praticado por pessoas com deficiência é um grande gerador de benefícios, já que há prática de uma atividade física saudável e de baixo risco de lesão. O surf recreativo se enquadra perfeitamente em uma proposta de lazer por ser tratar de uma atividade lúdica, atraente e desafiadora. Como este é um tema pouco explorado pelos meios científicos e acadêmicos, sugerimos que invistam na produção de novas publicações referentes à prática do surf por pessoas com deficiência.

Abstract

Apabb, Association of Parents, Friends and People with Deficiency, of Employees of the Bank of Brazil and the Community began in 1986, and inside of the programs of Leisure, it offers sessions of surf during trips to the coast, that receive prominence for the great adhesion from the participants and for attracting the attention of people of the beach. It has a necessity to include the people with deficiency of all the activities carried through for the society, giving them necessary conditions, adaptations and adequacies to share of leisure programs and sport. The objective of this study is to recognize the practical of surf for people with deficiency as an option of playful activity for this layer of the Brazilian population. The approach of this work is in the person with deficiency and its relation with surf in their moments of leisure. For this study, a qualitative research was carried through that could help to identify the importance of the practical of surf to people with some type of deficiency, possibilities and necessities as adaptations and adequacies for accomplishment of a playful session of surf. The practical of surf for people with deficiency in Brazil is almost so old how much the proper modality and started for the attitude of its practitioners, by the strong contact with the beach or for previous experiences in the modality. The first practitioner of surf with deficiency in Brazil who is known was Carlos "Mudinho", one of the pioneers of this sport, a deaf boy 9 years old. Nowadays, this modality has an increasing number of practitioner

with deficiency, between them Bald Robson (medullar injured), Pablo Eduardo Aagard "Pauê" (legs amputated), Alcino Grandson "Pirata" (amputated left leg), Waldomiro (appearance deficient), Rodrigo (syndrome of Down) among others that they give credits to surf for its whitewashing and improves in the quality of life. According to BASE et al. (2007), surf is one of the modalities most popular of Brazil. The cited practitioners of surf above help to also popularize the sport for this layer of the society. Some Associations, ONGs, Clubs and Schools of surf

come preparing itself to take care of the people with deficiency in the measure where this diversity comes appearing.

Other institutions appear specifically with this intention. It is important to stand out that, in accordance with SCHWARZ and HABER (2009), citing the convention of the ONU, the States will have to assure that the people with deficiency have access to the services given for involved people in the organization of playful, sport activities, tourist, and of leisure. The materials used for a practitioner of surf are adjusted to its necessities and the conditions of the place for the practical. In the case of a person with deficiency, this rule is a little more complex. Surf practiced by people with deficiency is a great generator of benefits, since it has practical of a healthful physical activity and low risk of injury. Surf can fits perfectly in a proposal of leisure for being a playful, attractive and challenging activity. Another important aspect of surf is related to the improvement of the emotional and social aspects beyond being a completely inclusive activity for the same making use of space those other not deficient practitioners: the sea. Being thus, surf is an excellent adapted physical activity that the person with deficiency can practice of pleasant form and with great resulted positive for its life. As this is a subject little explored by the scientific and academic ways, we suggest that more invest in the production of new referring publications to the surf practical for people with deficiency.

Introdução

A Apabb, Associação dos Pais Amigos e Pessoas com Deficiência, de Funcionários do Banco do Brasil e da Comunidade teve seu inicio a partir de junho de 1986, um grupo de funcionários do Banco do Brasil em São Paulo, pais de pessoas com deficiência, começaram a se reunir, tendo por motivação a genérica vivência dos mesmos problemas e enfrentamento dos mesmos desafios. A evolução deste movimento fez com que, em 08 de Agosto de 1987, fosse oficialmente fundada Apabb. Em 03 de fevereiro de 1997 tornou-se de utilidade pública federal, e em 15 de maio de 1998 recebeu o certificado de entidade com fins filantrópicos.

O programa do lazer oferecido pela Apabb consiste em promover diversão, autonomia, independência, inclusão social e bem estar das pessoas com deficiência e suas famílias e amigos. Possibilita a inclusão social da pessoa com deficiência através de atividades com abordagens lúdicas /recreativas, sócio afetivo e educacional. Estas atividades acontecem em lugares públicos, como clubes, parques, praia e cinemas, e propiciam troca de experiências e novas relações da pessoa com e sem deficiência.

Entre os eventos oferecidos pelo programa são realizados, Acantonamentos e Encontro de Famílias, estes eventos, tem duração de dois a três dias, e uma vez por ano são realizados na praia, entre as atividades recreativas propostas durante este programa, as sessões de surf recebem destaque pela grande adesão dos participantes e por atrair a atenção do público freqüentador da praia por se tratar de uma atividade comum e realizada por um grupo diferenciado.

De acordo com o decreto 5.996 de 2 de dezembro de 2004, pessoa com deficiência são as que possuem limitação ou incapacidade para o desempenho de atividades e se enquadram nas seguintes categorias: deficiência física, deficiência auditiva, deficiência visual, deficiência mental e deficiência múltipla.

Segundo Schwars e Haber (2009), Pessoas com deficiência são aquelas que têm impedimento de natureza física, intelectual ou sensorial, os quais em interação com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade com as demais pessoas.

O termo pessoa com deficiência, faz parte do texto aprovado pela Convenção Internacional para Proteção e Promoção dos Direitos e Dignidade das Pessoas com Deficiência SASSAKI (2005), este termo foi aprovado pela Assembléia da ONU, em 2006 e ratificado no Brasil em julho de 2008, segundo dados da secretaria municipal da pessoa com deficiência e mobilidade reduzida.

O esporte desenvolve um papel fundamental na vida da pessoa com deficiência completando e ampliando as alternativas, para o estímulo e desenvolvimento dos aspectos físicos, psicológicos e sociais define SILVA, OLIVEIRA E CONCEIÇÃO (2005).

Entre os esportes que se destacando na prática de pessoas com deficiência está o surf que de acordo com SOUZA (2003) tem um número crescente de praticantes e simpatizantes a cada dia e hoje é uma modalidade com um número muito grande de escolas para iniciação.

Segundo ARAÑA (2007) a origem do Surf é complexa e desconhecida, mas sabemos que sua cultura e desenvolvimento começaram no Havaí, sendo relatado pela primeira vez pelo capitão da marinha Britânica James Cook em: 1777, após avistar nativos havaianos brincando nas ondas, utilizando pedaços de arvores cortados.

De acordo com COLEMAN (2004) o surf se tornou mundialmente conhecido por volta de 1915, através do Havaiano Duke Paoa Kahanamoku que além de surfista era atleta olímpico de natação e viajava pelo mundo, desta forma divulgava o surf.

Ainda ARAÑA (2007) descreve que no Brasil o surf apareceu primeiramente em 1938, com Osmar Gonçalves, Jua Hafers e Silvio Malzoni, que construíram uma prancha, copiando um projeto da revista mecânica popular, e a utilizaram na praia do Gonzaga em Santos, mas o esporte só veio a se desenvolver nos ano 50, no Rio de Janeiro.

No Brasil após anos de marginalização e discriminação social, a prática do surf expandiu por entre todas as classes econômicas e profissionais se firmando como um esporte definitivamente saudável, que coloca o surfista em contato profundo e direto com os elementos da natureza conclui STENMAN (2003).

Hoje em dia a um crescente número de pessoas com deficiência praticando esta modalidade, entre eles estão Robson Careca (lesado medular), Paulo Eduardo Agard “Pauê” (amputado de MMII), Alcino Neto “Pirata” (amputado MI esquerdo), Waldomiro (deficiente visual), Rodrigo (síndrome de Down) entre outros que dão créditos ao surf pela sua reabilitação e melhora na qualidade de vida.

Podemos encontrar diversas definições para a recreação na literatura, entre estas alguns que podemos citar são QUEIROZ, (1994) citado por SANTOS (2007). Que define recreação, como divertimento, prazer, coisas que recreiam, lugar onde se recreia, ato de criar de novo, recriar, proceder um ato criador e que proporciona prazer, satisfação e bem estar; MARINHO, (1996) citado por SANTOS (2007), que define como atividade física ou mental, à qual o indivíduo é naturalmente impelido a satisfazer necessidades de ordem física, psíquica ou social, de cuja realização lhe advém o prazer; e BALTAZAR, (2001) citado por SANTOS (2007) que define a recreação, compreendendo como todas as atividades espontâneas, prazerosas e criadoras, que o indivíduo busca, para atender seus diferentes interesses. É importante que nessa atividade, o prazer seja gerado.

Em comum todos colocam como atividade realizada no tempo livre nos momentos de lazer, geradora de prazer. Já BRASIL et al (2001) classifica o surf recreacional como atividade sem a característica oficial de competição da modalidade. E desta maneira podemos completar como realizada no tempo livre nos momentos de lazer, que tem como resultado gerar prazer.

Este estudo se justifica pela importância em incluirmos as pessoas com deficiência dentro de todas as atividades realizadas pela sociedade dando a elas as condições necessárias, adaptações e adequações para compartilhar de programas de lazer e esporte.

O objetivo deste estudo é reconhecer a prática do surf de pessoas com deficiência como opção de atividade recreativa para esta camada da população brasileira.

Metodologia

O enfoque deste trabalho está na pessoa com deficiência independente de sua categoria, sexo ou idade e sua relação com o surf dentro de seus momentos de lazer.

Para este estudo foi realizada uma pesquisa qualitativa que pudesse ajudar a identificar a importância da prática do surf entre as pessoas com algum tipo de deficiência e suas implicações no lazer, analisando suas possibilidades e verificando o que existe de

adaptações e adequações necessárias para realização de uma sessão lúdica de surf.

Revisão e Análise da Literatura

A prática do surf por pessoas com deficiência no Brasil é quase tão antiga quanto a modalidade e começou pelas suas próprias atitudes, que pelo forte contato com a praia ou por experiências anteriores a deficiência na modalidade serviram como facilitador para o seu começo ou retorno ao surf.

Pioneiros do Surf adaptado

A primeira pessoa com deficiência a surfar no Brasil que se tem notícia foi Carlos “Mudinho” um dos pioneiros deste esporte, se interessou pelo surf ainda garoto aos 9 anos de idade. Surdo congênito motivado por sua paixão as ondas, superou as dificuldades físicas, as de sua época e o preconceito. Hoje com 60 anos, continua surfando se consagrou também como shaper e é reconhecido por muitos surfistas como o mestre Mudinho, se tornou um exemplo de vida, amor ao esporte e fé.

Outro surfista com deficiência Alcino Neto o “Pirata”, nasceu e foi criado no Guarujá litoral de São Paulo, sofreu um acidente de moto aos 15 anos de idade e devido a gravidade dos ferimentos e pela falta de assistência adequada teve a perna esquerda amputada. Após seis meses do acidente recomeçou a fazer natação, onde sentiu segurança para voltar a pratica do surf. Atualmente aos 38 anos continua surfando e tem uma escola de surf na praia de Pitangueiras Guarujá.

STEINMAN (2003) relata que o surfista de São Vicente, Paulo Eduardo Agard, sofreu um grave acidente e teve suas duas pernas amputadas abaixo dos joelhos, Pauê como e conhecido voltou a surfar com a utilização de próteses e tornou-se o primeiro surfista no Planeta, com amputação bilateral.

Robson, 36 anos, mais conhecido como "Careca" morador de São Sebastião em outubro de 1998, voltando de Ubatuba, depois de uma seção de surf, o carro em que estava bateu em outro veículo. Como estava no banco de trás foi arremessado e bateu com a cabeça no vidro dianteiro. Fraturou a cervical (altura C5 C6) e sofreu uma lesão medular que o deixou tetraplégico traumático. Mas mesmo assim retornou a praticar o surf de forma adaptado, sempre acompanhado de um profissional.

O surfista Waldomiro morador de Santos iniciou a prática do surf após a perda da visão, já cego procurou a Escola Radical da Prefeitura em Santos e com a ajuda do professor Francisco Araña o “Cisco” iniciou no Surf e colaborou para a elaboração da primeira prancha adaptada para deficientes visuais.

Rodrigo é mais um surfista com deficiência, se tornou conhecido em 2005, após o lançamento do filme “Do Luto a Luta”. Documentário

que focaliza as deficiências, mas também as potencialidades das pessoas com Síndrome de Down, problema genético que atinge cerca de 8 mil bebês a cada ano no Brasil de acordo com MOCARZEL (2005). Neste filme ele aparece surfando com Rico de Souza surfista renomado que tem sua vida dedicada ao universo do surf.

O surf é uma das modalidades mais populares do Brasil. Segundo BASE et al (2007) atualmente tendo aproximadamente 2,7 milhões de surfistas, os surfistas com deficiências citados a cima ajudam a popularizar o esporte também para esta camada da sociedade.

O atendimento da pessoa com deficiência no surf

Algumas Associações, ONGs, Clubes e Escolas de surf vem preparando-se para atender as pessoas com deficiência na medida em que está diversidade vem surgindo. Outras instituições surgem especificamente com este intuito, neste momento procuramos identificar alguns destes projetos de acordo com o objetivo deste estudo, nos aspectos relacionados à recreação e a prática esportiva.

A Escola de Surf Radical, em Santos, tem na sua filosofia o surf fazendo parte de um modelo de atividade inclusiva, respeitando todos os seus alunos, tendo em seus 15 anos de atividades, contribuído para a popularização do Surf em todas as camadas da sociedade.

O público atendido é muito variado, com pessoas de diferentes idades, atividades, níveis sociais e com diferentes capacidades e limitações. Estas pessoas freqüentam as mesmas aulas participando de um processo natural de inclusão e integração com seus colegas.

A escola de surf do Pirata surge com o objetivo de atender as pessoas com deficiências físicas e crianças carentes. Com o sucesso destas aulas passa a expandir seu trabalho proporcionando um grande incentivo e motivação para aqueles que as freqüentavam. A idéia era que essas pessoas descobrissem seus potenciais através do esporte e superassem seus próprios limites.

O projeto Mão na Borda, realizado com pessoas com deficiência física vem promovendo o surf e remadas adaptadas na praia da baleia no litoral norte, sempre acompanhado de monitores, professores, instrutores e voluntários que participam do projeto.

A ADAPTSURF é uma Instituição que promove a inclusão e integração social das pessoas com deficiência, garantindo igualdade de oportunidades e acesso ao lazer, esporte e cultura, através do contato direto com a Natureza e a prática do surf.

Outro projeto de surf é desenvolvido e realizado pela Apabb, que dentro dos programas de lazer, durante as viagens para o litoral promove sessões recreativas de surf com os seus participantes.

Estes são alguns dos projetos conhecidos que ajudam a desenvolver o surf para pessoas com deficiência, é importante ressaltar que atualmente de acordo com SCHWARZ e HABER

(2009) citando a convenção da ONU ressalta que os Estados deveram assegurar que as pessoas com deficiência tenham acesso aos serviços prestados por pessoas envolvidas na organização de atividades recreativas, turísticas, esportivas e de lazer.

Adaptações e noções de segurança

Os materiais utilizados por um surfista são adequados as suas necessidades individuais com tamanho, peso, tempo de surf e forma como surfa e as condições em que vai praticar o surf como local tipo de onda e tamanho das ondas, para as pessoas com deficiência esta regra também se aplica, e é um pouco mais complexa.

Alguns surfistas com deficiência não necessitam de adaptações como o Pirata, que adequou o seu estilo de surf utilizando uma mão na frente e a perna direita atrás encontrando o centro de gravidade perfeito no qual se sente totalmente seguro.

Outros surfistas com diferentes limitações fazem uso de adaptações como Robson Careca que utiliza uma prancha de surf de 3 metros, adaptada com alças laterais para surfar e fazer remadas no mar necessitando de acompanhamento qualificado.

A Escola de Surf Radical mantém dentro de suas várias atividades um projeto no qual desenvolve adaptações em pranchas de surf, para que os surfistas com deficiências tenham condições de praticar, de forma segura e confortável, a modalidade respeitando as suas limitações.

Em 2006 foi idealizado pelo professor Cisco Araña a primeira prancha adaptada para pessoas com deficiência visual. Entre as principais adaptações estão uma linha em alto relevo acompanhando todo comprimento da prancha e um marcador de altura no bico da prancha para que o surfista possa se posicionar na prancha, guizos colocados no bico e rabeta da prancha caso quando cair da prancha perceber se ela está voltando na sua direção ou encontrar a prancha mais rapidamente após a queda.

Outra adaptação utilizada constantemente em escola de surf é no material da prancha sendo fabricada com um material mais fofo e resistente evitando que a prancha machuque o surfista de acordo com BASE et al (2007) permite concluir que a maioria das lesões dos atletas profissionais brasileiros e de natureza traumática, sobretudo nos membros inferiores e na cabeça com a prancha aparecendo como principal agente etiológico.

Além das adaptações nas pranchas o surfista com deficiência necessita da acessibilidade das praias, as Associações, ONGs, Clubes e Escolas de Surf tem um papel fundamental neste sentido devendo cobrar e ajudar as autoridades competentes com informações pra realizarem a acessibilidade necessária adequadamente.

Sempre que for instruir uma pessoa em uma sessão de surf é necessário conhecer a sua habilidade no mar e no surf para realizar uma avaliação do melhor local e condições do mar ARAÑA (2007),

para minimizar os riscos. Outros itens de segurança devem ser utilizados caso seja necessários como capacete, colete salva vida e roupa de borracha.

Benefícios da atividade física para pessoas com deficiência

Após as paraolimpíadas de Sidney na Austrália em 2000 foram publicadas pela Revista Brasileira de Medicina do Esporte em um número especial. Todas as avaliações realizadas pelos atletas no período de preparação para este evento.

Segundo o Dr. Marco Túlio de Mello em seu edital, considera está as avaliações mais criteriosas já realizada em território nacional, passando desde critérios simples de avaliações antropométricas até avaliações mais complicadas de auto custo financeiro.

De acordo com SILVA (2002) que avaliou a força muscular isocinética de atletas com deficiência física (futebol paralisados cerebral), deficiência intelectual (basquete) e cegos (judô) que participaram das paraolimpíadas de Sidney 2000, concluindo que apenas os atletas com paralisia cerebral tiveram valores mais baixos do que os estabelecidos para a população não deficiente com o mesmo nível de atividade.

Outros dois estudos realizados nesta ocasião foram o de LEITÃO (2002) e os de SILVA e TORRES (2002) que avaliaram nesta ordem o Perfil Eletrocardiográfico e a Ergoespirometria de atletas participantes das paraolimpíadas de Sidney 2000, obtendo resultados próximos aos valores previstos para população não deficiente.

Estes estudos mostram como a prática de atividade física sistemática pode auxiliar na manutenção da saúde e do condicionamento físico de pessoas com deficiência.

LABRONICI (2000) procurou mensurar mudanças nos aspectos sociais em pessoas com deficiência física praticantes de atividade esportiva, todos os avaliados tiveram melhora neste quesito mostrando evolução nas atividades sociais, de lazer e relacionamento com amigos.

Segundo depoimento de Sérgio H. Boudakian que nasceu com uma deficiência física genética e em sua auto biografia, após um ano de natação considerava está atividade indispensável, porque além das melhorias físicas, tirava a sua tensão, o que o deixava satisfeito. E muito importante para pessoa com deficiência se sentir um membro ativo da sociedade, mostrar para si próprio que é capaz de realizar e de melhorar destacam LIMA, BOUDAKIAN E SOCI (2003).

Para FECHIO et al (2009), para que ocorra a inclusão social, deve haver um movimento bilateral, ou seja, a sociedade deve assumir responsabilidades, aceitar e valorizar as diferenças e o cidadão com deficiência deve se prepara para assumir papéis sócias.

SILVA et al (2005) e CARDOSO et al (2003) avaliaram os efeitos da natação na independência e AVDs de Lesados Medulares concluindo que esta atividade proporciona uma melhor qualidade de vida e mais eficiência nas AVDs. SILVA et al (2005) completa dizendo que não resta dúvida que a atividade física e a recreação trazem inúmeros benefícios as pessoas com lesão medular.

Benefícios do Surf

São muitas as melhorias que podem ser sentidas por qualquer pessoa após iniciarem na prática do surf, e as pessoas com deficiência também são beneficiadas por estas mudanças.

Steinman (2003) avaliou a incidência de lesões encontradas em praticantes de surf de Santa Catarina que requereram atendimento médico são de 2,5 casos de lesões para cada 1.000 dias de surf.

Em um estudo mais recente BASE (2007) encontrou números ainda mais baixos entre surfistas profissionais com a ocorrência de 112 lesões entre todos os participantes do estudo, sendo que a proporção calculada foi de 0,76 lesão para cada 1.000 dias de prática da modalidade.

O que nós leva a confirmar que o surf é uma atividade física segura para seus praticantes e adequada para toda a sociedade.

De acordo com DALBETO et al [2000?] e ARCIE et al [1999?] concluirão em seus estudos que os praticantes de surf tem uma aptidão física relacionada à saúde considerada boa. Já BRASIL et al (2001) define que esta modalidade se constitui numa estratégia excelente para a manutenção de atividade física que apontem para a promoção da saúde.

Considerações Finais

O surf praticado por pessoas com deficiência e um grande gerador de benefício iniciando com a utilização de seu tempo livre com uma atividade física extremamente saudável e com pouco risco de lesão.

O surf recreativo enquadra perfeitamente em uma proposta de lazer por ser uma atividade lúdica atraente e desafiadora o que auxilia na independência de seus praticantes.

Outro aspecto importante do surf está relacionado à melhora dos aspectos emocionais e sociais, além de ser uma atividade completamente inclusiva por fazer uso de um espaço aberto com outros surfistas não deficientes o mar.

Sendo assim, o surf mostra ser uma excelente opção de atividade física adaptada no qual a pessoa com deficiência, assistida de acordo com a sua necessidade pode praticá-la de forma prazerosa e com grandes resultados positivos para sua vida.

Como este é um tema pouco explorado pelos meios científicos e acadêmicos, sugerimos que invistam na produção de novas publicações feita com relação ao surf e a pessoa com deficiência.

Referências:

ADAPTSURF / Quem Somos Apresentação, 2008. Disponível em: http://www.adaptsurf.org.br/quem_somos_apresentacao.html acesso em: 02/09/2009.

APABB / Conheça nossa historia. Disponível em: <http://www.apabb.org.br/>, acesso em 02/09/2009.

ARAÑA, F. **Aprenda a Surfar**. Santos, Everest, 2007.

ARCIE C.J. **Valores de indicadores de aptidão física em praticantes de surf do sexo masculino**. [sino loco], [1999?].

BASE, L.H. Lesões em surfistas profissionais. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. MG, v.13, n. 4, 2007.

BOUDAKIAN, S.H. **Transpondo Barreiras**. São Paulo, Palas Athena, 1990.

BRASIL, F.K. et al. Freqüência cardíaca e tempo de movimento durante o surfe recreacional - estudo piloto. **Revista Brasileira de Ciências e Movimento**, v.9 n.4 p. 65-75, 2001.

CARDOSO, J.R.; ERICHSEN, O.A.; NAMPO, F.K.; TOOKUNI, K.S.; DOURADO, V.Z. Condicionamento aeróbico em indivíduos prtadores de lesão medular. **Fisioterapia em Movimento**. Curitiba, vol. 16, n.1 p.25-28, 2003.

COLEMAN, S.H. **Eddie would go**, São Paulo, Gaia, 2004.

DALBETO, A.V. FILARDO R.D.; ARCIE C. J.;AOTO, F. **Valor e indicadores antropométricos e da composição corporal de praticantes de surf residentes na cidade de Guaratuba-PR**, [sino loco], [2000?].

DURAN, M. **Pesquisa Científica**, Campinas, 2009.

GORGATTI, M.G.; COSTA, R.F. **Atividade Física Adaptada: qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais**. Barueri, SP: Manole, 2005.

FECHIO, M.B.; PACHECO, K.M.B.P.; KAIHAMI, H.N., ALVES, V.L.R. Arepercursão da lesão medular na identidade do sujeito. **Acta Fisiátrica**. Vol.16, n.1, p.38-42, São Paulo, 2009.

LABRONICI, R.H.D.D. et al. Esporte como fator de integração do deficiente físico na sociedade. **Arquivo Neuropsiquiátrico**, v. 58, n. 4, 1092-1099, 2000.

LEITÃO, M.B. Perfil eletrocardiográfico dos atletas integrantes da equipe brasileira dos XI Jogos Paraolímpicos de Sidney 2000, **Rev. Brasileira de Medicina do Esporte**. vol.8, n.3, p.102-106, 2002.

LIMA, W.U.; BOUDAKIAN, S.H. **Natação e Liberdade**. São Paulo. Referencia, 2003.

MELLO, M.T. Paraolimpíadas de Sidney 2000, **Rev. Brasileira de Medicina do Esporte**. vol.8, n.3, p.63, 2002.

MOCARZEL, E. **Do Luto a Luta**, Circuito Espaço de Cinema Casa Azul Produções, 2005.

NETO, A. Pirata Surf / Biografia do Pirata. Disponível em: <http://www.piratasurf.com.br/biografia.asp>, acesso em 02/09/2009.

NUNES, R. Carlos Mudinho Surf Desingns / O mestre do estilo clássico por Twunay, 2009. Disponível em: <http://carlosmudinho.blogspot.com/2009/08/o-mestre-do-estilo-classico-por-twunay.html>, acesso em: 02/09/2009.

ROBSON "CARECA" Surf Especial / Biografia. Disponível em: <http://www.surfespecial.com.br/conteudo/biografia.asp>, acesso em 02/09/2009.

SANTOS, I.F. **O que é recreação?** Treinamento de Capacitação APABB. São Paulo, SP, 2007.

SASSAKI, R. K. **Como chamar as pessoas que tem deficiência?** p. 1-6 São Paulo, 2005.

SCHWARZ, A; HABER J. **Guia Brasileiro para todos Roteiro Turístico e Cultural para pessoa com deficiência**. Áurea Editora, 2009.

SILVA, A.C.; ANDRADE, M.S. Avaliação isocinética em atletas paraolímpicos. **Rev. Brasileira de Medicina do Esporte**. vol.8, n.3, p.99-101, 2002.

SILVA, A.C.; TORRES, F.C. Ergoespirometria em atletas paraolímpicos brasileiros. **Rev. Brasileira de Medicina do Esporte**. vol.8, n.3, p.107-116, 2002.

SILVA, M.C.R.; OLIVEIRA, R.J.; CONCEIÇÃO, M.I.G. Efeitos da natação sobre a independência de pacientes com lesão medular. **Rev. Brasileira de Medicina do Esporte**. Vol.11, n.4 p.251-256, 2005.

STEINMAN, J. **Surf & Saúde**. Florianópolis, L.G. Meyer, 2003.

SOUZA, T.F. **Regulamentação e desenvolvimento das escolas de surf do Brasil**. Monografia, Universidade de São Paulo, Bacharel em Esporte. Disponível em: http://www.ibrasurf.com.br/home/estpesq/pesquisas.php?show_filter_tfi_listadbiblioteca_biblioteca3=1 acesso em 01/09/2009.

TAROUCO, J. **Fisioterapia preventiva da dor lombar na prática do surf**. Projeto de Iniciação Científica, Unisul unidade Pedra Branca. Disponível em: <http://unic.unisul/2007/UNIC.pdf>, acesso em 24/05/2009.

UNIVERSIDADE FACUDADES METROPOLITANAS UNIDAS. Pós Graduação em natação e atividades aquáticas. **Manual de trabalho de conclusão de curso**. São Paulo, 2009.