

MODELO DE INTERVENÇÃO EUROPEIA DE DESPORTO INCLUSIVO PARA PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN



COMO IMPLEMENTAR ATIVIDADES E PROGRAMAS DESPORTIVOS INCLUSIVOS



Co-funded by
the European Union



ERASMUS-SPORT-2022-SCP Project N° 101090055

Coordenado por:



Em colaboração com:



KIRIKKALE
ÜNİVERSİTESİ



Co-funded by
the European Union

Esta publicação foi financiada pela União Europeia. Os pontos de vista e opiniões expressados correspondem ao(s) do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelos mesmos.



EU JOIN US Intervention Model © 2024 licenciado de acordo com CC BY-NC-ND 4.0. Para visualizar uma cópia da licença, visite <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Índice

1. Introdução ao EU JOIN US

2. Início dos desportos inclusivos na Europa

3. Evolução e regulamentação

O direito das pessoas com síndrome de Down praticarem desporto

Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência

Regulamentação Europeia numa perspetiva comparativa

A Nova Lei do Desporto Espanhola: Lei 39/2022, de 30 de dezembro

4. A prática desportiva para pessoas com deficiência intelectual

Benefícios diretos e impacto noutras áreas da vida

Barreiras e catalizadores da prática desportiva inclusiva

Agentes envolvidos na promoção do desporto inclusivo para pessoas com síndrome de Down e deficiência

5. Desporto inclusivo: Definição e aspetos-chave

6. Modelo de Intervenção Europeia de Desporto Inclusivo

Missão e visão do Modelo EU JOIN US

Métodos de atuação

1. Introdução ao EU JOIN US

O **EU JOIN US** é um projeto que visa promover o desporto inclusivo como modelo de referência para a prática desportiva de pessoas com síndrome de Down e deficiência intelectual, reforçando o estabelecimento de relações interpessoais, a formação e a sensibilização dos agentes envolvidos e analisando o impacto que as ações desportivas inclusivas têm nos clubes desportivos e nas próprias pessoas com síndrome de Down. O nosso projeto está em consonância com a prioridade horizontal do ERASMUS+ “Inclusão e diversidade em todos os domínios da educação, formação, juventude e desporto”.

No domínio desportivo, o Modelo EU JOIN US prossegue a prioridade de “Combater a violência e o racismo, a discriminação e a intolerância no desporto, bem como a radicalização violenta”. Contribui, particularmente, para a luta contra a discriminação no desporto através da promoção da igualdade, tendo em consideração a perspetiva de género. Para alcançar os seus objetivos, o projeto conta com um consórcio constituído por associações de especialistas no domínio da síndrome de Down e das deficiências intelectuais, clubes desportivos e federações com experiência na promoção do desporto inclusivo e universidades com uma vasta experiência em investigação social acerca do impacto do desporto inclusivo na vida das pessoas com deficiência.

Graças ao trabalho conjunto coordenado pela DOWN ESPAÑA, **estes parceiros criaram um Modelo de Intervenção Europeia de desporto inclusivo para guiar organizações sociais e desportivas na implementação de programas desportivos inclusivos**, promovendo, assim, a participação igualitária de pessoas com síndrome de Down e deficiências intelectuais.

2 . Início dos desportos inclusivos na Europa

A participação de pessoas com deficiência em atividades desportivas comuns deve ser incentivada ao máximo, como afirmado na Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (ONU, 2006). Para garantir que pessoas com deficiência tenham a oportunidade de participar em atividades desportivas comuns a todos os níveis, de desenvolver atividades desportivas e recreativas especializadas e de usufruir de condições iguais ao lado de pessoas sem deficiência, é essencial proporcionar educação, formação e recursos adequados, bem como um acesso apropriado a instalações para o efeito. Isto permitirá a pessoas com deficiência explorar e utilizar os seus talentos em pé de igualdade. Neste sentido, a DOWN ESPAÑA tem sido uma das principais forças motrizes no desenvolvimento e promoção de eventos de entretenimento para benefício da sociedade, independentemente dos seus próprios interesses.

A nova Lei do Desporto Espanhola n.º 39/2022, de 30 de dezembro, confere a todos o direito de praticar desporto. A mesma impõe medidas concretas contra todos os tipos de discriminação, orientando as pessoas para a atividade física e o desporto. Introduz, também, novas questões nunca antes postas em prática, baseadas no género, orientação sexual, etnia e deficiência. Ao promover o desporto inclusivo praticado por pessoas com deficiência, a prática apresenta uma igualdade de oportunidades para este grupo em termos de acesso ao desporto, incluindo a garantia de igualdade no desporto para mulheres e homens com deficiência. Foi essencial para promover a integração de todos os atletas sob a mesma federação e para separá-los de acordo com as suas próprias condições.

Embora a prática desportiva seja uma componente essencial para se ter uma boa qualidade de vida, infelizmente, nem todos têm as mesmas oportunidades de acesso a este tipo de atividades. Todas as pessoas, sem discriminação, deveriam ter as mesmas oportunidades. No entanto, tal não pode ser conseguido devido a fatores tais como a falta de educação, de recursos económicos e a disponibilidade limitada de ajuda.

Existem várias barreiras às atividades para inclusão de pessoas com deficiência no desporto. Tratam-se, portanto, de técnicos qualificados, voluntários e respetivos salários, falta de grupos etários adequados nos programas, falta de informação sobre onde ir e o que fazer, falta de espaço nas oportunidades atuais e acessibilidade, falta de sensibilização social para a coletividade no desporto, dificuldades no acompanhamento de veículos de transporte e falta de recursos humanos e de apoio técnico. A necessidade de apoio à formação de pessoal sobre o tema decorre de dificuldades de adaptação às modalidades em regulamentos e práticas, ignorância e desconhecimento, fatores pessoais, tais como personalidade, gostos, interesses, preferências, ramos desportivos, divulgação de experiências com visibilidade, oportunidades de aplicação para a difusão do desporto inclusivo, assistência publicitária e promocional e apoio financeiro a todos os representantes, formação de todos os representantes, formação de base das universidades ou cursos em que se envolvam dirigentes, pessoal técnico, famílias e atletas, investigação e divulgação da educação inclusiva nas escolas, apoio aos recursos humanos com cursos e formações, adaptações personalizadas para criar atividades inclusivas.

Considerando estas barreiras e facilitadores, o foco deve ser a promoção do desporto para pessoas com síndrome de Down. As pessoas com síndrome de Down devem ter acesso à oportunidade de escolher e tomar decisões. Deve ser-lhes dada a oportunidade de escolher o tipo de desporto que mais lhes interessa. Os indivíduos com necessidades especiais querem desenvolver-se independentemente do grau evolutivo em que se encontram e adaptá-lo de acordo com os seus gostos, interesses e necessidades. Para se envolverem ativa e eficazmente em qualquer desporto, precisam de dispor de ferramentas que facilitem o processo, que considerem as diversas possibilidades e recomendações.

As pessoas com síndrome de Down acreditam no empenho das instituições, bem como de todos os representantes na promoção do desporto inclusivo, independentemente da idade, do ramo desportivo, do género e da região geográfica.

Por conseguinte, esta questão está muito desenvolvida nos países europeus, onde está disponível informação sobre os impactos sociais do desporto inclusivo e onde há consciência da importância do desporto e da atividade física. Particularmente na Alemanha, França, Espanha, Itália e Inglaterra, as práticas e os projetos desenvolvidos para o desporto inclusivo são exemplos muito bons de desporto inclusivo. Deve ser utilizada uma abordagem holística, baseada numa rede de parcerias institucionais e comunitárias, crucial para o êxito e a manutenção de tais projetos. Um quadro europeu de normas que vise encontrar o equilíbrio adequado ao desejo de integrar indivíduos com síndrome de Down na sociedade é, igualmente, muito importante.

3 . Evolução e regulamentação

O direito das pessoas com síndrome de Down praticarem desporto

O artigo 30.º da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, parágrafo 5, estabelece, entre outros, que os países signatários adotarão as medidas adequadas para:

1. **Incentivar e promover a participação**, na medida do possível, das pessoas com deficiência **nas principais atividades desportivas comuns** a todos os níveis;
2. Assegurar que as pessoas com deficiência tenham a oportunidade de organizar-se, desenvolver as suas capacidades e participar em atividades desportivas e recreativas específicas para pessoas com deficiência e, para esse efeito, **incentivar a disponibilização de instrução, formação e recursos adequados, em condições de igualdade com os demais**;
3. Assegurar que as pessoas com deficiência **tenham acesso** a instalações desportivas, recreativas e turísticas;

Os princípios acima enumerados têm sido o principal motor de desenvolvimento e promoção da DOWN ESPAÑA nos últimos anos. Posteriormente, foi implementada uma área específica de trabalho sobre o Desporto Inclusivo como um dos eixos fundamentais para garantir a inclusão social de pessoas com síndrome de Down.

A Nova Lei do Desporto Espanhola: Lei 39/2022, de 30 de dezembro

A 22 de dezembro de 2022, a sessão plenária do Congresso de Deputados Espanhol aprovou a Lei 39/2022, de 30 de dezembro de 2022, do Desporto, assim substituindo a anterior Lei 10/1990, de 15 de outubro de 1990. Como escrito no Preâmbulo desta nova lei:

O modelo desportivo espanhol tem estado sujeito a uma evolução constante devido às mudanças contínuas que afetam este fenómeno social, que todos os dias estende a prática desportiva a um maior número de cidadãos e alcança uma projeção social que dificilmente se previa há algumas décadas atrás.

A nova Lei 39/2022, de 30 de dezembro, do Desporto reconhece o **direito de todos à atividade física** e ao desporto e, entre outras novidades, introduz uma série de medidas concretas a favor da **igualdade** e **contra qualquer tipo de discriminação** no desporto, baseada no género, orientação sexual, etnia ou deficiência.

Introduz, igualmente, **novos aspetos**, tais como:

- Promoção do desporto inclusivo praticado por pessoas com deficiência.
- Garantir a igualdade de oportunidades para este grupo no acesso ao desporto.
- Alcançar a igualdade no desporto para homens e mulheres com deficiência.
- No que diz respeito às Federações Desportivas, exigir a integração de todos os atletas em estruturas organizacionais comuns.

Em seguida, analisamos estes desenvolvimentos dentro das Secções e Artigos correspondentes da Lei.

Secção XII

*É comunicado um **mandato** às diferentes autoridades públicas para que as instalações desportivas cumpram, pelo menos, as normas de acessibilidade universal, de modo a que as pessoas com deficiência possam usufruir das instalações desportivas em condições de igualdade. Estas normas devem ter em consideração as especificidades do equipamento desportivo utilizado pelas pessoas com deficiência.*

Artigo 6. Pessoas com deficiência e desporto inclusivo

1) De acordo com o disposto no artigo 49 da Constituição Espanhola, a Administração Geral do Estado, em colaboração com o resto das Administrações Públicas, promoverá as políticas necessárias para garantir a plena autonomia, inclusão social e igualdade de oportunidades para pessoas com deficiência na área desportiva, prestando especial atenção às necessidades específicas das mulheres e raparigas com deficiência, eliminando os obstáculos à sua plena integração.

6) As entidades desportivas incluídas na presente lei promoverão e incentivarão o desenvolvimento da prática desportiva das pessoas com deficiência, incluindo, quando apropriado, a **celebração de atividades desportivas inclusivas**.

Artigo 11. Interesse público estatal em desporto de alto nível

6) Em adição às competições de alto nível, as competições nas quais o **desporto inclusivo** é promovido [...] e qualquer evento desportivo que siga os valores desportivos do século XXI relacionados com a igualdade, participação e aperfeiçoamento da condição física, mental ou emocional serão também tidas como interesse público.

Artigo 18. Critérios gerais de gestão de desportos inter-administrativos

f) Objetivos-chave comuns para a promoção de desporto para pessoas com deficiência e atividades desportivas inclusivas, em coordenação com outros departamentos ministeriais especialistas no assunto.

Artigo 14. Competências do Conselho Superior do Desporto

ab) Em colaboração com o resto das Administrações Públicas, com as federações desportivas espanholas e com o movimento associativo de pessoas com deficiência, melhorar as políticas públicas para a promoção da prática desportiva para pessoas com deficiência, mantendo uma visão transversal das necessidades dessas pessoas em todas as áreas do desporto.

Artigo 34. Currículo de formação

Nos programas de formação de técnicos desportivos e de outras qualificações relacionadas com a saúde no desporto, serão incluídas determinações específicas para garantir que os professores possuam os conhecimentos necessários [...] com referência às necessidades específicas das mulheres e dos homens, dos menores, dos idosos e das **pessoas com deficiência**.

Artigo 38. Técnicos desportivos

6) As federações desportivas espanholas devem prever um programa específico de formação contínua do pessoal técnico para assegurar a sua permanente atualização e progresso profissional, adotando, quando necessário, formação específica para aqueles que vão desenvolver a sua atividade com **atletas com deficiência**.

Artigo 46. Conteúdo mínimo dos estatutos das federações desportivas espanholas.

5) Os estatutos devem prever a existência de comissões de igualdade e desporto para pessoas com deficiência.

A comissão desportiva para pessoas com deficiência será responsável, entre outras funções que lhe possam ser atribuídas [...] por promover a prática do desporto entre as pessoas com deficiência, **de preferência com uma abordagem inclusiva**.

Numa perspetiva comparativa: A regulamentação italiana

Na sequência de um estudo pormenorizado da regulamentação italiana, o direito ao desporto, os direitos, a deficiência, os desportos paralímpicos e a promoção do desporto para todos foram recolhidos nos seguintes textos legislativos:

Constituição da República Italiana (22 de dezembro de 1947)

Artigo 3. Igualdade

1. Todos os cidadãos possuem igual dignidade social e são iguais perante a lei, sem distinção de sexo, etnia, língua, religião e orientação política, condições pessoais e sociais.

2. É dever da República eliminar os obstáculos económicos e sociais que, limitando a liberdade e a igualdade dos cidadãos, impeçam o pleno desenvolvimento da pessoa singular e a efetiva participação de todos os trabalhadores na organização política, económica e social do país.

Artigo 33. Liberdade de arte, ciência e ensino

6. A República reconhece o valor educativo e social da atividade desportiva em todas as suas formas e o seu papel no apoio ao bem-estar físico e psíquico.

Lei 104/92, (5 de fevereiro de 1992), lei-quadro da assistência, da integração social e dos direitos das pessoas com deficiência.

Artigo 23º. Eliminação dos obstáculos às atividades desportivas, turísticas e recreativas

1. A atividade e a prática das disciplinas desportivas são favorecidas sem quaisquer limitações.

Lei 162/98, (21 de maio de 1998), alterações à Lei n.º 104 de 5 de fevereiro de 1992

Artigo 1.º. A Lei n.º 104, de 5 de fevereiro de 1992, é alterada nos seguintes termos:

(a) No artigo 10.º, após o parágrafo 1, é inserido o seguinte texto:

1-bis. Os organismos referidos no parágrafo 1 podem organizar serviços e prestações para a proteção e integração social das pessoas referidas no presente artigo para as quais falta apoio do agregado familiar.

Decreto-lei 43, (17/02/2017), Reorganização das administrações públicas, relativo ao Comité Paralímpico Italiano.

Artigo 1. O Comitato italiano paralimpico (Comité Paralímpico Italiano), com personalidade jurídica de direito público e sede em Roma, a seguir designado por CIP, é criado sem encargos novos ou adicionais para as finanças públicas. É dotado de autonomia organizativa, regulamentar, administrativa, contabilística e orçamental e está sob a tutela da Presidência do Conselho de Ministros, nos termos do artigo 1.º, n.º 19, alínea a), do Decreto-Lei n.º 181, de 18 de maio de 2006, a seguir designada por Autoridade de Tutela.

Lei 189/03, (15 de julho de 2003), Regulamento para a promoção da prática desportiva por pessoas com deficiência.

Artigo 1. Contribuição extraordinária para a Federação Italiana de Desporto para Pessoas com Deficiência

1. Para a promoção e o desenvolvimento da prática desportiva de base e de competição de pessoas com deficiência, é autorizada uma contribuição extraordinária para a Federação Italiana de Desportos para Pessoas com Deficiência (FISD).

Em Itália, tal como noutros países, a prática do desporto é um direito garantido a todas as pessoas, incluindo as pessoas com deficiência.

Uma vez que nem sempre é esse o caso na prática, existem várias leis nacionais e internacionais que protegem este direito.

O país ratificou a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, aprovada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 2009. Este facto constitui um marco importante para todo o país.

No que diz respeito às leis nacionais, podemos encontrar como lei fundamental a lei 104 de 92. Esta lei diz respeito à proteção das pessoas com deficiência e aborda extensivamente, em vários artigos, o direito ao desporto para as pessoas com deficiência e a remoção de barreiras arquitetónicas que impeçam o acesso e a utilização de instalações.

Outro regulamento importante é a Lei 162 de 1998, que completa a Lei 104 de 1992, relativa às medidas de apoio a favor de pessoas com deficiências graves. Prevê a colaboração entre as regiões e as autoridades locais para a execução de programas de apoio a pessoas com deficiências permanentes e limitações graves da autonomia pessoal, no desempenho de funções essenciais da vida.

Outro regulamento é o Decreto Legislativo 43 de 27 de fevereiro de 2017. Este decreto constitui o Comité Paralímpico Italiano (CIP) e reconhece o seu papel como o principal organismo de referência para as atividades desportivas praticadas por pessoas com deficiência; promove e incentiva a difusão do desporto em condições de igualdade e de igualdade de oportunidades; regula e gere as atividades desportivas; e procura travar o fenómeno da discriminação no desporto.

Por último, em 2022, o artigo 33.º da Constituição italiana foi alterado para reconhecer ao desporto uma função educativa e social. Por esta razão, o desporto deve tornar-se parte integrante da educação dos jovens e deve ser garantido a todas as crianças e adolescentes.

Constituição da República da Turquia

Preâmbulo. Todo o cidadão turco tem o direito e o poder inatos de levar uma vida honrada e de melhorar o seu bem-estar material e espiritual sob a égide da cultura nacional, da civilização e do Estado de Direito, através do exercício dos direitos e liberdades fundamentais consagrados na presente Constituição, em conformidade com as exigências da igualdade e da justiça social;

X. Igualdade perante a lei

Artigo 10.º ... (Parágrafo adicionado em 12 de setembro de 2010; Lei n.º 5982)
As medidas a tomar a favor das crianças, dos idosos, dos deficientes, das viúvas e dos órfãos dos mártires, bem como dos inválidos e dos veteranos, não são consideradas uma violação do princípio da igualdade.

Lei sobre as pessoas com deficiência n.º 5378, publicada no Jornal Oficial de 07/07/2005.

Artigo 4.º, alínea b): É proibida a discriminação com base na deficiência e o combate à discriminação é a base fundamental das políticas relativas às pessoas com deficiência.

Artigo 4.º, alínea c): É essencial garantir a igualdade de oportunidades para que as pessoas com deficiência possam beneficiar de todos os direitos e serviços.

Decreto Presidencial sobre a Organização Presidencial n.º 1, 10/07/2018.

Artigo 189/1(ç): Atribuições da Direção-Geral dos Serviços de Desporto do Ministério da Juventude e Desportos: Permitir e promover o desporto para pessoas com deficiência, assegurando que as instalações desportivas são adequadas à utilização por pessoas com deficiência, desenvolvendo programas de formação desportiva e tecnologias de apoio, fornecendo o equipamento necessário, realizando campanhas de informação e sensibilização para pessoas com deficiência, formando profissionais do desporto e colaborando com organizações relevantes para permitir que as pessoas com deficiência pratiquem desporto.

Lei dos Clubes Desportivos e das Federações Desportivas n.º 7405, de 26 de abril de 2022.

Artigo 2.º: Clubes desportivos

Pessoas jurídicas de direito privado que se inserem no Ministério com o objetivo de participar nas atividades do Ministério e das federações desportivas.

Artigo 2.º: Federações desportivas

Refere-se às federações criadas por lei ou decreto presidencial para desenvolver atividades relacionadas com uma disciplina desportiva específica. Estas federações têm órgãos eleitos e gozam de autonomia administrativa e financeira.

Comentários

É muito importante sensibilizar para a participação efetiva das pessoas com deficiência na sociedade, tendo em conta as suas necessidades nos planos e políticas de educação, comunicação e emprego. Os obstáculos físicos e sociais devem ser eliminados, visto que a existência de um estilo de vida independente para as pessoas com deficiência afetará positivamente a sua participação na vida social. São tomadas as medidas sociais necessárias para que as pessoas com deficiência possam participar na sociedade e em todos os domínios da vida social, com direitos e liberdades iguais aos dos outros indivíduos. Para além da participação na vida social, verifica-se que o desporto aumenta a motivação vital de pessoas com deficiência. Portanto, esta motivação afeta positivamente a motivação de pessoas com deficiência a participarem no desporto. Ao implementar a **política desportiva turca**, os objetivos e as práticas de política social do Estado e do governo não são independentes uns dos outros. A utilização do poder através dos instrumentos criados na estrutura do Estado, no âmbito da constituição, da lei, do estatuto, do decreto, dos planos e programas anuais e a longo prazo, faz emergir formas de controlo que incluem o desporto, bem como muitas áreas sociais. Assim, existe apenas um regulamento sobre a participação de pessoas com deficiência no desporto na Turquia. Sendo a política social de grande importância para a proteção dos segmentos sociais desfavorecidos e melhoria das suas oportunidades, espera-se a criação de leis sobre o desporto inclusivo para pessoas com deficiência.

Constituição da República Portuguesa (2 de abril de 1976, 7ª rev. 2005)

Artigo 79. Cultura física e desporto

1. Todos têm direito à cultura física e ao desporto.
2. Compete ao Estado, em colaboração com as escolas e as associações e grupos desportivos promover, estimular, orientar e apoiar a prática e a difusão da cultura física e do desporto, bem como prevenir a violência no desporto.

Lei 5/2007, de 16 de janeiro, Lei de Base da Atividade Física e do Desporto

Artigo 2. Princípios da universalidade e da igualdade

1. Todos têm direito à atividade física e desportiva, independentemente da sua ascendência, sexo, etnia, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica, condição social ou orientação sexual.
2. A atividade física e o desporto devem contribuir para promover uma situação equilibrada e não discriminatória entre homens e mulheres.

Artigo 12. Comité Paralímpico Português

1. O Comité Olímpico de Portugal é uma associação sem fins lucrativos, dotada de personalidade jurídica, que se rege pelos seus estatutos e regulamentos, no respeito pela lei e pela Carta Olímpica Internacional.
2. O Comité Olímpico de Portugal tem competência exclusiva para constituir, organizar e dirigir a delegação portuguesa que participa nos Jogos Olímpicos e noutras competições desportivas realizadas sob a égide do Comité Olímpico Internacional, colaborando na sua preparação e incentivando a prática das atividades aí representadas.
3. O Comité Olímpico de Portugal mantém atualizado o registo dos participantes em desportos olímpicos.
4. O Comité Olímpico de Portugal tem o direito à utilização exclusiva dos símbolos olímpicos em território nacional, nos termos da lei.

Artigo 13º. O Comité Paralímpico de Portugal

O Comité Paralímpico de Portugal aplica, com as necessárias adaptações, o disposto no artigo anterior, no que respeita aos praticantes desportivos com deficiência e às respetivas competições desportivas internacionais.

Artigo 29. Pessoas com deficiência

A atividade física e a prática desportiva das pessoas com deficiência são promovidas e incentivadas pelo Estado, pelas Regiões Autónomas e pelas autarquias locais, com ajudas técnicas adequadas e adaptadas às respetivas especificidades, tendo em vista a sua plena integração e participação social, em igualdade de oportunidades com os demais cidadãos.

Comentários

O desporto inclusivo desafia preconceitos de longa data sobre a deficiência. Além disso, as artes e a cultura inclusivas permitem que as pessoas com deficiência ocupem o lugar que lhes é devido como criadores e consumidores da cultura que molda a nossa sociedade. O desporto tem vários pontos em comum com os direitos humanos: defende o respeito pelos outros, a igualdade e a equidade; promove a justiça e o cumprimento das normas; incentiva o espírito de equipa e o trabalho conjunto para um bem comum, etc.

O desporto está presente no nosso quotidiano, é considerado uma atividade de lazer que contribui ativamente para o bem-estar e a saúde. Em Portugal temos o chamado “PNDpt” (Desporto para todos) que prioriza o apoio a programas de desenvolvimento desportivo que promovam a prática desportiva dos alunos de todos os níveis de ensino, através de projetos que incluam estabelecimentos de educação e/ou ensino, no âmbito da medida “e depois da escola??” (Plano 23|23 Escola+).

A Constituição da República Portuguesa (1976) consagra o direito à cultura física e ao desporto para todos, aspeto reforçado pelo artigo 1.º da Lei 30/2004 Lei de Bases do Desporto, que assume o desporto como fator indispensável à formação da pessoa e ao desenvolvimento da sociedade, acautelando a prática desportiva dos cidadãos portadores de deficiência.

De igual modo, a Lei 38/2004, na Lei de Bases da Prevenção, Reabilitação e Integração das Pessoas com Deficiência, faz referência ao valor da prática desportiva para os cidadãos com deficiência, nomeadamente no que se refere ao desporto e à recreação como medidas de reabilitação. Além disso, estabelece que “compete ao Estado adotar as medidas específicas necessárias para garantir o acesso de pessoas com deficiência à prática desportiva e ao aproveitamento do tempo disponível”.

No entanto, sabemos que da lei para a prática existe uma grande diferença. A nossa investigação não nos permitiu encontrar muitas práticas desportivas totalmente inclusivas (ver Relatório sobre o Estado da Arte). Infelizmente, ainda precisamos de um modelo de diretiva que ajude e oriente para programas verdadeiramente inclusivos.

O que alcançamos com o Modelo de Intervenção Europeia para a aplicação da regulamentação relativa ao desporto inclusivo?

- ✓ **Facilita-se a integração de todos os atletas na mesma federação.**
- ✓ **Advoga-se as considerações relativas ao desporto inclusivo e a programas de interesse geral, incluindo mas não se limitando ao desporto de alto nível.**
- ✓ **Encorajam-se as federações a implementar modelos de integração para pessoas com deficiência, para que todos os praticantes do mesmo desporto sejam incorporados.**
- ✓ **Promove-se a integração social de pessoas com deficiência em eventos desportivos para pessoas sem deficiência.**

4 . Prática desportiva para pessoas com deficiências intelectuais

Benefícios diretos

Os desportos recreacionais são **essenciais para completar o processo de inclusão** de pessoas com síndrome de Down e deficiência intelectual.

Os mesmos geram benefícios a vários níveis (Pérez-Tejero & Ocete, 2018) e e transferem-se diretamente para outras áreas que afetam processos de inclusão social.



A nível psicológico

- Capacidade de correr riscos físicos
- Autoavaliação do corpo
- Maturidade
- Desenvolvimento da personalidade e da afetividade individual
- Segurança
- Consciência e satisfação pessoal
- Progressos na autoestima e no conceito de “eu”



A nível psicossocial

- Competências de trabalho em equipa
- Regulação e gestão emocional
- Aumento da comunicação corporal
- Aquisição de hábitos de higiene
- Capacidade de autocontrolo
- Melhoramento do desempenho a nível educacional



A nível físico

- Desenvolvimento psicomotor
- Prevenção de obesidade e aumento de peso
- Crescimento saudável
- Contribuição para o aumento da massa muscular



A nível cognitivo

- Melhoramento da imagem e perceção do corpo
- Domínio da esquemática do corpo
- Controlo temporal e espacial
- Domínio cinestésico

Impacto noutras áreas da vida

O desporto melhora a relação do atleta com o ambiente envolvente

- Treinador
- Professor
- Família
- Amigos
- Conhecidos em comum
- Novas pessoas a conhecer

O desporto permite a aquisição de competências para uma vida independente

- Uso do transporte público
- Uso respeitoso de balneários e espaços comuns
- Responsabilidade com equipamento desportivo
- Atenção às instruções do treinador
- Lembrança de datas importantes e da agenda de treinos e competições
- Capacidade de gestão e resolução de conflitos

O desporto encoraja ao processo de tomada de decisão

- A pessoa decide se quer continuar no mesmo desporto ou experimentar um novo
- A pessoa decide se quer treinar desportos de alto nível
- A pessoa decide o grupo no qual prefere treinar
- A pessoa decide se quer treinar com alguém sem deficiência
- A pessoa decide se quer treinar com alguém do género oposto

Embora a prática desportiva seja uma componente fundamental da qualidade de vida nas sociedades modernas, nem toda a população tem igual acesso à atividade física e ao desporto (Pérez-Tejero e Ocete, 2018).

Todas as pessoas, sem distinção, devem ter oportunidades iguais ao praticar desporto, independentemente da sua situação pessoal. No entanto, a falta de formação, de recursos económicos e a reduzida ajuda externa, fazem com que os clubes desportivos e outras instituições de promoção do desporto de base experimentem a inclusão de atletas com deficiência com uma dificuldade acrescida a uma gestão diária já complicada.

Embora seja verdade que, dependendo do tipo de deficiência intelectual, há certas barreiras mais pronunciadas do que outras, em geral uma das principais barreiras à participação de pessoas com síndrome de Down no desporto é a **ausência de oferta desportiva**.

A isto acrescenta-se a escassez de dados disponíveis sobre a prática desportiva de pessoas com síndrome de Down, para além das licenças federativas das federações adaptadas e dos estudos que mostram a situação de acesso ao desporto por parte de pessoas com deficiência mental.

No âmbito do estudo sobre os processos de integração no desporto para pessoas com deficiência na Federação: “Ajuda as Federações Desportivas Espanholas à Realização de Projetos Desportivos Inclusivos no Ano 2021” (Ocete e Cherta, 2021), destacam-se os **fatores condicionantes da inclusão desportiva de pessoas com deficiência**.

Entre eles, destacamos os seguintes:

BARREIRAS

Falta de formação em todos os perfis desportivos incluindo famílias e atletas sem deficiência	<i>"A localização de técnicos qualificados e voluntários e a sua remuneração."</i>
Falta de programas e oferta desportiva	<i>"Ausência de grupos etários diversos"</i>
Falta de informação	<i>"Ignorância acerca do que fazer, a quem perguntar..."</i>
Instalações acessíveis e disponíveis	<i>"Falta de espaços acessíveis e inclusivos"</i>
Consciência social acerca da deficiência	<i>"Falta de empatia e perconceito persistente direcionado a grupos com necessidades especiais"</i>
Meios de transporte	<i>"Falta de apoio e assistência pessoal"</i>
Necessidade de apoio técnico	<i>"Falta de recursos humanos de apoio técnico"</i>
Problemas relacionados com a regulamentação e as suas adaptações	<i>"Dificuldades de adaptar a mobilidade desportiva a certas deficiências."</i>
Ignorância	<i>"A sociedade olha para um grupo de pessoas com deficiência intelectual como menos importantes e válidos."</i>
Falta de dados	<i>"Falta de conhecimento e de informação compreensível acerca de hábitos e participação desportiva de pessoas com síndrome de Down"</i>
Fatores pessoais	<i>"Personalidade, gostos, interesses, preferências desportivas."</i>

Catalizadores

Formação de todos os envolvidos (agentes, técnicos, famílias e atletas) no processo de inclusão	<i>"Formação na universidade ou em cursos básicos acerca de desporto inclusivo"</i>
Oportunidades de prática	<i>"Mais iniciativas desportivas inclusivas"</i>
Visibilidade	<i>"Partilha de experiências"</i>
Investigação e disseminação	<i>"Disseminação de resultados científicos e de boas práticas acerca de desporto inclusivo em escolas, federações, clubes e instituições estatais"</i>
Recursos humanos para apoio aos treinos/aulas	<i>"Apoio técnico dos professores durante as aulas."</i>
Uso de recursos e instituições comunitárias	<i>"Colocar os espaços disponíveis ao serviço de todos"</i>
Redução do tamanho das sessões	<i>"Sessões organizadas para grupos menores"</i>
Acomodação dependendo das necessidades da pessoa	<i>"São feitas as acomodações necessárias e adaptadas às necessidades de cada pessoa com deficiência"</i>
Criação de espaços para a prática desportiva inclusiva	<i>"Criação de grupos formados por pessoas com e sem deficiência"</i>
Aconselhamento e apoio	<i>"Aconselhamento acerca da adaptação de modalidades desportivas. O impulso federativo. Desenvolvimento de programas acerca do melhoramento económico e de recursos".</i>

Agentes envolvidos na promoção de desporto para pessoas com síndrome de Down



Tendo em conta estas barreiras e facilitadores, os **agentes envolvidos** na promoção do desporto para pessoas com síndrome de Down devem **concentrar os seus esforços em:**

1. Escolha e decisão: Dar a oportunidade de escolher o tipo de desporto que querem desenvolver, independentemente da fase evolutiva da vida em que se encontrem; adaptando-se aos seus gostos, interesses e necessidades.

2. Possibilidades de participação: Dispor de ferramentas que facilitem o processo de inclusão desportiva para participar ativa e eficazmente em qualquer sessão, seja de treino e/ou competição.

5 . Desporto inclusivo: Definição e aspetos-chave

Definição

A prática desportiva que favoreça a inclusão das pessoas com deficiência na sociedade, desempenhando um papel relevante as atividades que prevejam esta **prática conjunta entre pessoas com e sem deficiência**, procurando sempre a **igualdade de oportunidades e condições** entre pessoas com e sem deficiência no domínio do desporto. **Fonte: Lei Espanhola do Desporto, 2022**

Aspetos-chave

Mais concretamente, o desporto inclusivo:

- **Não** surge para **substituir o desporto adaptado**.
- **Não é um conteúdo** em si, uma vez que **é uma abordagem ligada aos desportos convencionais ou aos desportos adaptados**.
- **Não requer uma metodologia de ensino diferente** da que já conhecemos ou utilizamos regularmente como professores e/ou técnicos desportivos.
- **É uma forma de aproximar o desporto das pessoas com deficiência que, de outra forma, não o poderiam fazer**.

- **É um instrumento de inclusão.** É preciso aprender a utilizá-lo, tendo em conta para que serve e quais são as suas funções. 3 princípios fundamentais: âmbito de ação; modalidade desportiva; tipo de deficiência.
- **Por vezes, trata-se de uma fase de iniciação do jogador com deficiência.**
- Serve para **sensibilizar e consciencializar sobre a situação das pessoas com deficiência no desporto ou em geral.** São necessárias ações de visibilidade, divulgação, formação e investigação.
- **Necessita de uma “conexão”:** coordenação e compreensão entre os agentes envolvidos e as estratégias utilizadas.
- **Tem de ser progressivo,** evoluir gradualmente. O desporto inclusivo não é uma opção estática, não tem uma forma única, mas sofre “transmutações” ao longo do tempo.
- Apresenta diferentes níveis de inclusão (Burns e Jhonston, 2019):
- **Atividade aberta:** todos os jogadores com e sem deficiência podem participar na mesma atividade, sem a necessidade de acomodação.
- **Atividade modificada:** exige ou requer modificações (espaço, regras, equipamento, técnica/tática) para permitir que todos os jogadores participem juntos.
- **Atividade paralela:** consiste em agrupar os jogadores de acordo com o seu nível de capacidade. Cada grupo trabalha na mesma atividade, uma vez que tem o mesmo objetivo a atingir, mas em grupos independentes e a um nível adequado aos indivíduos de cada grupo.
- **Atividade específica:** deve ser utilizada atempadamente no desenvolvimento de uma sessão, uma vez que o seu objetivo é trabalhar especificamente uma competência de forma autónoma ou em grupo com outras pessoas com o mesmo nível de capacidade.

6. O Modelo Europeu de Desporto Inclusivo

Considerações gerais

O Modelo Europeu considera o desporto inclusivo **como uma ferramenta fundamental para a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida** de pessoas com síndrome de Down.

Uma ferramenta que também favorece a transferência de competências e capacidades para outras áreas da vida que afetam os processos de inclusão, como a interação social e o desenvolvimento de relações interpessoais.

No Modelo de Desporto Inclusivo considera-se que as diferenças individuais das pessoas são um elemento enriquecedor das relações sociais e, portanto, da comunidade e da sociedade em geral.

O modelo baseia-se na promoção da inclusão de pessoas com síndrome de Down desde o início do processo, ou seja, na livre escolha do tipo de prática desportiva e da modalidade como manifestação máxima da autonomia e independência da pessoa.

A inclusão é um objetivo e temos de o alcançar todos juntos. Por isso, o modelo baseia-se no propósito do comprometimento das instituições que fazem parte dos processos de inclusão de pessoas com deficiência no desporto com mais do que apenas ações e projetos específicos, incluindo nas suas ideias qualquer aspeto relacionado com a inclusão.

Missão e visão do modelo

A nossa **missão** é gerar o nosso próprio modelo desportivo inclusivo, **colocando as pessoas com síndrome de Down no centro do processo**, cujo objetivo é alcançar um modelo desportivo no qual todas as pessoas com e sem deficiência participem em igualdade de oportunidades. Além disso, facilitar e promover a presença e a participação das pessoas com deficiência nas atividades desportivas, não só como atletas, mas também como outros agentes (voluntários, jurados, pessoal de apoio) e como público.

Fazer do desporto inclusivo mais uma possibilidade de prática desportiva a ser escolhida pelas pessoas com síndrome de Down, independentemente da idade, modalidade desportiva, género e área geográfica onde vivem. Para isso, acreditamos no compromisso das instituições, bem como de todos os agentes envolvidos.

A nossa **visão** é que o **nosso modelo de desporto inclusivo se torne padrão em todas as modalidades** desportivas nacionais existentes, considerando todos os elementos e estruturas como agentes de mudança em busca da transformação social. Este processo de inclusão social envolve entidades, famílias, pessoas com e sem deficiência, e quaisquer profissionais.

Métodos de atuação

O Modelo Europeu de Desporto Inclusivo consiste em três guias gerais de atuação. Em cada um, distinguimos um objetivo específico e uma série de estratégias de atuação para alcançá-lo.

Método 1: FORMAÇÃO

Método 2: IMPULSO, CRIAÇÃO E REDE DE CONTACTO

Método 3: MULHERES COM SÍNDROME DE DOWN E DESPORTO

Método 1: FORMAÇÃO

É necessário formar para a implementação de modelos desportivos inclusivos e para o seu potencial transformador. Esta formação deve ser dirigida a todos os agentes e organismos envolvidos na promoção do desporto para pessoas com síndrome de Down: clubes, treinadores, técnicos, profissionais de associações, professores, árbitros, jurados, voluntários desportivos específicos, etc.

O **objetivo** do Modelo dentro deste método de atuação é fornecer o conhecimento e ferramentas necessários aos agentes desportivos para a implementação de processos de desporto inclusivos.

Ações estratégicas para alcançar o objetivo:

Formação específica e especializada dos diferentes agentes envolvidos (clubes, federações, famílias, PSD, etc.), bem como colaborar na formação de outras entidades.

Lançamento de campanhas e ações de sensibilização que tornem visíveis as barreiras que as pessoas com síndrome de Down enfrentam para poderem praticar desporto em ambientes inclusivos.

Implementar Programas Educativos para sensibilizar alunos e professores para o desporto inclusivo e a sua prática.

Promover o avanço do conhecimento através da investigação e inovação desportiva.

Método 2: IMPULSO, CRIAÇÃO E REDE DE CONTACTO



O conhecimento gerado através da formação deve servir para promover e incentivar novas ações de promoção do desporto inclusivo por parte das diferentes estruturas e instituições envolvidas. Por conseguinte, para consolidar o desporto inclusivo como uma realidade, é necessário estabelecer redes institucionais que gerem estruturas sólidas, permanentes e estáveis ao longo do tempo e que estejam orientadas para a geração de modelos, boas práticas e espaços para a prática desportiva inclusiva.

O **objetivo** do modelo é aconselhar, colaborar e estimular o ambiente transformativo através do desenvolvimento de projetos e ações para a prática desportiva inclusiva. Em adição, devem-se promover a coordenação e o estabelecimento de relações interpessoais a nível internacional com os diferentes agentes envolvidos para a promoção do desporto para pessoas com síndrome de Down.

Ações estratégicas para alcançar o objetivo:

- Promover a prática desportiva inclusiva de pessoas com síndrome de Down desde a infância como forma de alcançar a inclusão, a participação social e um estilo de vida saudável.
- Comunicar o valor do desporto inclusivo e as suas conquistas, divulgando exemplos de boas práticas que possam ser transferidas para outros contextos.
- Tornar visíveis e divulgar ao resto da sociedade as ações em que participam pessoas com deficiência mental.
- Promover o Modelo de Desporto Inclusivo em toda a União Europeia.
- Estabelecer uma rede de contactos como meio de transferência de conhecimentos através de projetos e programas que permitam o desenvolvimento de novos modelos e o intercâmbio de boas práticas transferíveis e escaláveis para novos contextos.

- Analisar e avaliar os programas e ações implementados com o objetivo de tirar conclusões válidas e eficazes na procura da melhoria da qualidade da atenção dada às pessoas com deficiência na inclusão desportiva.
- Procurar a melhoria da qualidade da atenção às pessoas com síndrome de Down na inclusão desportiva.
- Procura de acordos e convênios de colaboração com as instituições responsáveis pela promoção do desporto a nível regional, nacional e internacional

Método 3: MULHERES COM SÍNDROME DE DOWN E DESPORTO

As mulheres com síndrome de Down sofrem uma dupla discriminação: uma por serem mulheres e outra pela sua deficiência. Por isso, são frequentemente relegadas para outras atividades que não estão relacionadas com a atividade física e recreativa.

O **objetivo** do modelo é o de consolidar um espaço igualitário para as mulheres com síndrome de Down na área desportiva, bem como o de conseguir o comprometimento de instituições, clubes e famílias para alcançá-lo.

- Tornar o desporto visível para as mulheres com síndrome de Down e com outras deficiências intelectuais (campanhas de comunicação).
- Sensibilizar os profissionais do desporto e da educação para o seu papel neste processo (formação e criação de recursos).
- Sensibilizar as famílias para a importância de decidirem e apoiarem a prática desportiva das suas filhas.

Referências

ESPAÑA

- Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte. <https://www.boe.es/buscar/pdf/1990/BOE-A-1990-25037-consolidado.pdf>
- Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del Deporte. <https://www.boe.es/boe/dias/2022/12/31/pdfs/BOE-A-2022-24430.pdf>
- Naciones Unidas. (2006). Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad. Viena: 30 de noviembre 2020.
- Ocete, C (2020; adaptado de Burns y Johnston, 2019). Espectros de inclusión.
- Ocete, C. (2021). Deporte inclusivo. Aplicaciones prácticas: Junta de Andalucía. Instituto andaluz del deporte.
- Ocete, C. & Cherta, X. (2021). Ayudas a las Federaciones Deportivas Españolas para la Realización de Proyectos de Deporte Inclusivo en el año 2021. Estudio sobre los procesos de integración para personas con discapacidad en la federación. Federación Española de Deportes de Hielo.
- Organización Mundial de la Salud (Ed.). (2001). Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud. Madrid: IMSERSO.
- Pérez-Tejero, J. (2013). El deporte adaptado a personas con discapacidad. In D. adaptado (Ed.), Serie “Infórmate sobre...”, nº 5 (pp. 9-30). Madrid: Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (CEAPAT) – IMSERSO.
- Pérez-Tejero, J., & Ocete, C. (2018). Personas con discapacidad y práctica deportiva en España. In L. Leardy, Mendoza, N., Reina, R., Sanz, D., Pérez-Tejero, J. (Coords) (Ed.), Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España (pp. 55-77). Madrid: Comité Paralímpico Español, Fundación Once y Comité Estatal de Representantes de Personas con Discapacidad.

Referências

ITÁLIA

- Constitution of the Italian Republic. https://www.quirinale.it/allegati_statici/costituzione/costituzione_inglese.pdf
- Constitutional Law of 26 September 2023, No. 1, in Official Gazette No. 235 of 7 October 2023, provided, by Art. 1, para 1, for the insertion of this paragraph. <https://www.normattiva.it/uri-res/N2Ls?urn:nir:stato:costituzione:1947-12-27~art33>
- Legislative Decree No. 242, 23 July 1999. <https://www.normattiva.it/uri-res/N2Ls?urn:nir:stato:decreto.legislativo:1999;242>
- Law 104/92, (5 February 1992), framework law for assistance, social integration and the rights of handicapped persons.
- Law 162/98, (21 May 1998), Amendments to Law No 104 of 5 February 1992.
- Decree Law 43, (17/02/2017), Reorganisation of public administrations, concerning the Italian Paralympic Committee.
- Law 189/03, (15 July 2003), Rules for promoting the practice of sport by

PORTUGAL

- Constitution of the Portuguese Republic. <https://www.parlamento.pt/sites/EN/Parliament/Documents/Constitution7th.pdf>
- Law 5/2007, of 16 January, the Basic Law of Physical Activity and Sports. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/5-2007-522787>

Referências

TURQUIA

- Constitution of Republic of Türkiye. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=2709&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5>
- Law on Disabled People No. 5378, published in Official Gazette dated 07/07/2005. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5378&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5>
- Presidential Decree on the Presidential Organization (No. 1), published in Official Gazette dated 10/07/2018. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/19.5.1.pdf>
- Sports Clubs and Sports Federations Law No. 7405, published in Official Gazette dated 26 April 2022. <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.7405.pdf>