

IMAGEM CORPORAL E A DEFICIÊNCIA VISUAL: A EDUCAÇÃO FÍSICA NA COMPREENSÃO DO CORPO¹

Júlio César Nasário²
Taynah Naiami Ernest³

RESUMO

O presente artigo trata de um estudo bibliográfico no qual se buscou compreender como as pessoas deficientes visuais constroem sua Imagem Corporal e qual o papel e necessidade da Educação Física nesta construção. A Imagem Corporal é a forma como o indivíduo compreende o próprio corpo; é a imagem subjetiva de si mesmo formada na mente. Essa Imagem é necessária para uma vida saudável nos aspectos motores, sociais, afetivos e psicológicos. A visão é muito importante nessa construção, pois permite uma observação concreta dos segmentos corporais, principalmente através da imagem especular. Por isso, os deficientes visuais podem apresentar maior dificuldade para formar a sua Imagem Corporal. Dificuldade que pode ser vencida, se trabalhada da maneira correta. Não tendo a visão, o deficiente visual deve ser estimulado a utilizar os outros sentidos, chamados remanescentes, especialmente o tato e audição. A Educação Física tem papel de destaque, auxiliando os deficientes visuais na formação da Imagem de seu corpo, através de atividades como expressão corporal, dança, esportes adaptados, equoterapia, entre outros. Esse destaque se dá pelo fato de a Educação Física utilizar essencialmente o corpo como instrumento, permitindo ao deficiente visual vivências corporais significativas, o que leva à construção da consciência corporal e, conseqüentemente, à formação da Imagem Corporal.

Palavras-chave: Imagem Corporal, Deficientes Visuais, Educação Física.

ABSTRACT

This article comes from a study in the literature which tried to understand how people construct their visually impaired body image and what the role and necessity of physical education in this construction. The body image is how the individual understands his own body, is the subjective image of himself formed in the mind. This image is necessary for a healthy life in the motor aspects, social, emotional and psychological. The vision is very important in this construction because it allows a concrete observation of body segments, primarily through the mirror image. Therefore, the visually impaired may have greater difficulty forming your body image. Difficulty can be overcome, if worked properly. Not having the vision, the blind must be encouraged to use other senses, called remnants, especially touch and hearing. Physical education has an important role, assisting the visually impaired in forming the image of your body, through activities such as body language, dance, adapted sports, equine therapy, among others. This emphasis is partly because of the physical education using essentially the body as an instrument, enabling the visually handicapped significant bodily experiences, which leads to the construction of body awareness, and consequently the formation of the Body Image.

Keywords: Body Image, Blind, Physical Education.

1 Trabalho de Conclusão de Curso de Educação Física da UNIDAVI (2011);

2 Professor orientador, Mestre em Educação pela FURB - Fundação Universidade Regional de Blumenau;

3 Graduada em Educação Física pela UNIDAVI.

INTRODUÇÃO

A Imagem Corporal é um aspecto necessário às relações sociais e afetivas, às relações com o meio (orientação espacial, mobilidade...) e, conseqüentemente a uma vida subjetiva e psicológica saudável. A visão é um sentido essencial para a construção desta imagem corporal. Os deficientes visuais, privados deste sentido, podem ter um atraso nesta formação, sendo prejudicados em diversos aspectos. Por outro lado, em virtude da falta total ou parcial da visão, esses indivíduos acabam realizando uma compensação, através da utilização dos outros órgãos sensoriais. A Educação Física pode e deve auxiliar os deficientes visuais na obtenção da consciência e percepção corporal.

Assim, este tema se justifica e se mostra relevante para aqueles que trabalham com os cegos e indivíduos de baixa visão, uma vez que é essencial entender como estes compreendem seu próprio corpo e seus mecanismos e como a Educação Física pode auxiliá-los na construção da Imagem Corporal.

O pressuposto apresentado é o de que a formação da Imagem Corporal é essencial para uma vida saudável, o que inclui os aspectos físicos, sociais, psicológicos e afetivos. E que, dessa forma, o Deficiente Visual, na falta de um sentido importantíssimo para a definição da Imagem Corporal, explora os demais sentidos na busca de conhecer e compreender a si próprio, formando, em sua mente, a imagem subjetiva de seu corpo.

Os objetivos principais a serem alcançados por meio desta revisão bibliográfica são: compreender como ocorre a construção da Imagem Corporal pelo Deficiente Visual, conhecer as maneiras que o Deficiente Visual encontra de descobrir seu corpo, descrever a importância da Imagem Corporal para as relações sociais e afetivas e para as relações com o meio (orientação espacial, mobilidade...), identificar a importância da Educação Física para a formação da Imagem Corporal, especialmente dos Deficientes Visuais, discutir as diferentes atividades que podem auxiliar na construção desta Imagem Corporal. Utilizando esses pontos específicos, o que se pretende, de maneira geral, é compreender como ocorre a construção da Imagem Corporal pelo Deficiente Visual, indicando qual o papel da Educação Física com relação a esse aspecto.

A presente Revisão de Literatura utilizou artigos científicos, artigos de periódicos, artigos apresentados em Congressos Científicos, além de livros que tratam de psicomotricidade e Educação Física para Deficientes. A pesquisa não se limitou a espaços geográficos específicos. Foram utilizados referenciais datados a partir do ano de 2000 até o ano de 2010. São estudos recentes, pois a discussão do tema e a importância dirigida a esta discussão são recentes.

IMAGEM CORPORAL

Imagem Corporal, primeiramente, é um dos aspectos da Psicomotricidade. É um conceito simples e, ao mesmo tempo, complexo. Simples quando é tratado como a noção que cada pessoa tem de seu próprio corpo e complexo quando assume sua conotação subjetiva, resultado das interações do corpo com o meio e com o outro. Pois imagem corporal não é a consciência dos membros do corpo e de suas funções, não é o conhecimento biológico da estrutura física que compõe o ser humano. Para Barreto (2000, p. 74), a “Imagem corporal é a imagem que formamos do nosso corpo, em nosso espírito, ou seja, é o modo como nosso corpo se apresenta a nós mesmos”.

Esse conceito de Imagem Corporal é citado por diversos autores que, de forma geral, não diferem uns dos outros. Gonçalves (2010, p. 106) destaca que a Imagem Corporal “Caracteriza-se pela imagem que se tem do próprio corpo, em um contexto mais psíquico e subjetivo”. E ainda: “Relaciona-se com os aspectos emocionais e com as necessidades biológicas e relacionais [...]”.

Para Schilder (1994, p. 11, citado por SOARES, 2010, p. 12), “Entende-se por imagem do corpo humano a figuração de nosso corpo formada em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós”. Também Maturana (2004, p. 1, citado por SOARES, 2010, p. 14) apresenta um conceito semelhante afirmando que “Imagem corporal é a figuração do próprio corpo formada e estruturada na mente do mesmo indivíduo, ou seja, a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio [...]”.

Assim, em concordância com todos os autores citados, pode-se afirmar que a Imagem Corporal é a imagem que cada pessoa tem de seu próprio corpo, imagem esta formada na mente de forma subjetiva e emocional. É a forma como cada indivíduo se vê diante do mundo e diante das pessoas que o cercam. Sendo de caráter subjetivo, necessariamente “A imagem do corpo é a própria experiência que a pessoa tem de seu corpo (vivência)”. (BARRETO, 2000, p. 69) Ou seja, “Nossa imagem corporal é, pois, o resultado da experiência vivida, ou seja, das trocas entre o corpo e o meio ambiente”. (BARRETO, 2000, p. 74, grifo do autor)

Sendo o ser humano um ser essencialmente social, as experiências vividas pelo indivíduo serão influenciadas e sofrerão interferência daqueles que estão ao seu redor. Dessa forma, a Imagem Corporal também é influenciada pelo outro, pelas relações sociais e pelo contato com indivíduos que compartilham o mesmo espaço. “Na verdade, a imagem corporal do outro age sobre a nossa imagem, numa

troca constante e vice-versa, de forma intimamente interligada”. (BARRETO, 2000, p. 69)

Assim, a formação da Imagem Corporal acontece através das experiências vividas pelo corpo com o meio e com o outro, mas alguns aspectos podem auxiliar nesta constituição da Imagem Corporal. Uma delas é a imagem especular, aquela que a pessoa vê quando se olha no espelho. “A imagem especular auxilia muito no processo de constituição da imagem corporal, pois a criança se enxerga como unidade corporal e como um todo organizado, e não fragmentada”. (GONÇALVES, 2010, p. 106)

Após a discussão do conceito de Imagem Corporal e de sua formação na mente humana pode-se afirmar que

Alguns aspectos que compõem a imagem corporal são:

- Percepção e organização do eu individual;
- Percepção da imagem total no espelho;
- Percepção dos limites corporais. (GONÇALVES, 2010, p. 106)

A formação da Imagem Corporal acompanha o indivíduo durante toda a sua vida, mas, obviamente, a fase mais importante dessa composição é a infância. A infância é um momento contínuo de novas experiências e de contato com o mundo. E, por isso,

A criança deve ter a possibilidade de experimentar o seu corpo para que conheça seus limites, para que perceba esse corpo como ocupante de um espaço único. A noção de corpo traz a consciência do ser como vivente e pertencente a um meio particular. A criança com uma boa noção de corpo executa suas ações apoiando-se nos segmentos corporais, atribuindo a cada um deles a sua porcentagem de responsabilidade por um movimento bem executado. A criança precisa viver os conceitos de limite, espaço, capacidade e desejo, em seu corpo, para depois ser capaz de transferir esses conceitos para fora dele. (GONÇALVES, 2010, p. 108)

IMAGEM CORPORAL E DEFICIÊNCIA VISUAL

Após realizar uma discussão sobre o conceito de Imagem Corporal, chega-se à conclusão de que “A imagem corporal deve ser encarada como um

processo complexo, dinâmico, vulnerável e extremamente dependente de nossas percepções”. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 147)

Ainda sobre a formação da Imagem Corporal, relacionando-a com as percepções corporais, Schilder (1999, citado por MORGADO et al, 2010), destaca que o estímulo visual é essencial e se destaca na construção da imagem corporal, pois a visão é extremamente importante para a percepção corporal e é um dos sentidos mais utilizados na relação do indivíduo com o mundo.

De acordo com Interdonato e Greguol

Diante desta vivência com o mundo, os órgãos cinestésicos têm um papel fundamental para nos ‘habituar-mos’ perante a tudo em nossa volta. Dentre os órgãos cinestésicos destacamos a visão, pois é através dela que criamos e desenvolvemos grande parte de nossas experiências e percepções sobre o mundo que nos cerca. (INTERDONATO e GREGUOL, 2009, p. 2)

Sendo a Imagem Corporal dependente de nossas percepções e considerando a visão um dos sentidos de percepção mais importantes, surge o seguinte questionamento: E as pessoas que não possuem a visão? Como os deficientes visuais criam e convivem com sua Imagem Corporal?

Antes de responder ao questionamento, é necessário esclarecer quem são os deficientes visuais.

Segundo Melo (1991, p. 11, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 148), a deficiência visual “caracteriza-se por perdas visuais parciais ou totais, que após correção óptica ou cirúrgica, limitem seu desempenho normal”.

De acordo com Petini (2005, citado por PONTES, 2006, p. 12), a definição é a seguinte: “[...] Deficiente visual é todo aquele que possui uma acuidade visual igual ou inferior a 0,3 no melhor olho, depois de toda correção, cirúrgica ou não, ou campo visual igual ou inferior a 60°, considerando ambos os olhos ou as duas ocorrências”.

Acuidade Visual é a capacidade de definir detalhes. Ela é medida a partir da relação entre o tamanho do objeto e a distância em que o mesmo está situado. Enquanto a acuidade visual determina a função macular (visão central), o campo visual é determinado pelo restante da retina (visão periférica). (SOUZA et al, 2005) Quando um ponto é fixado, ele é fixado com a mácula, mas cada olho poderá ver em torno dele uma área ampla, que é determinada “campo visual”. (FUNDAÇÃO HILTON ROCHA, 1987, p. 36, citado por SOUZA et al, 2005)

Entendendo quem são os deficientes visuais e voltando ao questionamento anterior, para auxiliar na construção do pensamento, Morgado et al (2010, p. 1) afirma que “[...] A imagem corporal é maior e mais abrangente do que uma imagem unicamente visual, sendo um constructo complexo e multifacetado, passível de ser construído e reconstruído por todos os sujeitos existenciais, inclusive aqueles que não possuem o estímulo visual do próprio corpo”.

Assim, a visão é necessária na construção da Imagem Corporal, mas não é a única via pela qual se chega à ela. “Para os sujeitos cegos, a produção de imagens é singular, baseada em outros estímulos que não sejam o visual”. (MORGADO et al, 2010, p. 4)

Como os deficientes visuais não conseguem construir a Imagem Corporal através dos estímulos visuais, eles encontram outras maneiras de fazê-lo, especialmente através da utilização dos outros sentidos do corpo humano.

Como afirma Morgado et al (2010, p. 3), “Os cegos são capazes de formular sua imagem corporal, pois o fator preponderante não é a função específica do estímulo visual, mas a organização de outras vias sensoriais – táteis, cinestésicos, auditivos entre outros”.

A imagem do corpo, bem como sua relação com o meio ambiente, são conceitos abstratos para os cegos, tendo em vista que eles não dispõem ou possuem poucas referências visuais. Eles constroem o seu mundo físico basicamente através de sensações táteis, olfativas e auditivas. (DIEHL, 2006, p. 68, citado por SOARES, 2010, p. 23)

Ainda com relação aos órgãos sensoriais que podem auxiliar a construção da Imagem Corporal, pode-se dizer que

“A presença da deficiência visual não acarreta a elaboração de uma imagem corporal característica. A cegueira ou baixa visão traduz-se na construção da imagem corporal por outros meios sensoriais que não os visuais. Os principais canais sensoriais atuantes nesse processo são o tato, a audição e a propriocepção, em que o tato exerce um papel preponderante [...]” (ALVES e DUARTE, 2008, p. 153)

Dentre os sentidos utilizados pelos deficientes visuais para a construção da imagem corporal, podem-se considerar o tato e a audição como os mais requisitados. “Não obstante a visão ser o principal meio para construção da imagem corporal, os adolescentes com cegueira conseguem a construção dessa

imagem através do tato e da audição, principalmente”. (FRANÇA e AZEVEDO, 2003, p. 183)

Quanto ao reconhecimento do corpo, o tato é indispensável. Isso se confirma quando Ormelezi (2000, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 151) diz que “O desenvolvimento da imagem corporal na cegueira é fundamentado principalmente no reconhecimento tátil do próprio corpo e do corpo do outro. As sensações táteis possibilitam a vivência concreta do seu corpo e do outro”.

Surge, neste momento, a presença do “outro”, essencial para a construção da imagem corporal do deficiente visual, bem como de tantos outros aspectos.

“As relações sociais são essenciais para o cego desenvolver uma imagem adequada do mundo e de si”. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 153)

A relação que o deficiente visual, especialmente a criança, tem com os seus pais, é determinante na maneira como este percebe a si mesmo.

Os pais e parentes próximos exercem papel importante no desenvolvimento da imagem corporal da criança com cegueira. Aspectos como autoestima e autoconceito estão relacionados com a sua crença de como seus pais e pessoas próximas avaliam seu corpo. As atitudes e comentários a respeito de seu corpo, bem como os relacionados com valores corporais, como, por exemplo, a obesidade, influenciam o processo de desenvolvimento da imagem corporal dessas crianças. (PIERCE e WARDLE, 1996, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 151)

A importância dos pais na formação da Imagem Corporal da criança cega é ainda maior nos casos em que a deficiência visual é congênita.

“[...] Principalmente nos cegos congênitos, além da necessidade do toque corporal, há também a necessidade de diálogo verbal com os pais, sobre o esquema corporal e a imagem do seu corpo. No entanto, se este diálogo verbal não for bem esclarecido, devido à perda de elementos da comunicação não-verbal (posturas, gestos e expressões faciais), a imagem do corpo do cego congênito poderá ficar deturpada, influenciando no seu movimento.” (SOUZA, 2007, p. 1)

Os pais têm papel fundamental na construção da Imagem Corporal da criança deficiente visual. Não apenas através da avaliação que fazem do corpo de seus filhos, mas através da redução das experiências corporais dos mesmos. Muitas

vezes por medo e superproteção, os pais podem atrasar o desenvolvimento dessas crianças.

“Muitas vezes, pais e professores, por excesso de preocupação, podem superproteger crianças e adolescentes com deficiências visuais, no entanto, esta superproteção normalmente levará a uma quantidade reduzida de oportunidades de explorar livremente o próprio corpo e o ambiente, criando dessa forma possíveis atrasos no desenvolvimento motor, perceptivo e psicossocial, tais como na sua noção de corpo (imagem corporal) e no quanto ele aprecia seus atributos (auto-estima)”. (INTERDONATO e GREGUOL, 2009, p. 2)

De acordo com Bernardi e Costa (2008, p. 140), “Esta privação social acarretará algumas possíveis conseqüências: atraso de desenvolvimento de esquema corporal, organização e estimulação espacial, organização e identificação de objetos e pessoas e de linguagem, influenciando, portanto o processo de escolarização”.

Outra afirmação que comprova um possível atraso no desenvolvimento de diversos aspectos, entre eles a Imagem Corporal é a seguinte:

Durante o desenvolvimento da pessoa com deficiência visual, esta pode apresentar atrasos em determinados aspectos. Tais atrasos não se devem a alterações físicas ou psicológicas da deficiência em si, mas à redução no número e na qualidade das informações que a pessoa cega ou com baixa visão recebe do meio e dos outros, resultando em diminuição das experiências por ela vivenciadas. Dessa forma, o deficiente visual tem de estruturar sua imagem corporal a partir de outros meios de informação que não os visuais e pode, assim, apresentar alterações no desenvolvimento da mesma. (CRAFT, 1990, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 148)

Por não possuir a visão, a criança já é prejudicada no recebimento de informações. Por isso, ao invés de diminuir as experiências corporais dos deficientes visuais, é necessário criar situações que valorizem estas vivências.

Para a pessoa com deficiência visual a percepção de si e do mundo à sua volta é alterada devido às informações serem reduzidas e suas representatividades, pobres. Assim, tais informações, feitas através da exploração do ambiente pelas mãos e outros sentidos, têm sua representatividade, às vezes, distorcida, gerando ansiedade e insegurança.

Seus conceitos se formam ao longo do tempo e a partir de seus relacionamentos sociais, com informações produzidas a partir da descrição de objetos e espaço, por pessoas não cegas”. (DIEHL, 2007, p. 02)

Então, é papel das pessoas próximas às crianças auxiliá-las na construção dos conceitos necessários à vida corporal, social, afetiva e relacional.

“Para que a construção e o desenvolvimento da imagem corporal de pessoas com deficiência visual sejam satisfatórios, é necessário que sejam estimuladas de diversas formas desde seu nascimento”. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 154)

É necessário estimular o deficiente visual, para que este explore o seu próprio corpo, o outro e o meio em que vive.

Tanto quanto a relação com o outro, a relação com o meio, com o espaço, também influencia a construção da Imagem Corporal, e vice-versa. Segundo Morgado et al (2010, p. 4), “A sua relação com o meio possui elevada importância para a formulação da imagem corporal, tendo a falta do estímulo visual um papel relevante, mas não inibidor da construção dessas imagens”.

Como já citado, a criança precisa explorar o meio, descobrir, por ela mesma, o mundo ao seu redor, pois “A criança só apreende aquilo que vive concretamente. É importante que ela faça suas próprias descobertas através da manipulação e exploração do ambiente físico-social”. (DIEHL, 2007, p. 04)

Assim, não é suficiente escutar sobre o ambiente e as pessoas que a cercam, é necessário que os deficientes visuais vivenciem as sensações, uma vez que “O desenvolvimento de nossa identidade corporal está intimamente ligado ao processo de vivenciar sensações dimensionadas à singularidade de nossas pulsões e de nossa existência desde a mais tenra idade”. (TAVARES, 2003, p. 81, citado por DIEHL, 2007, p. 04)

A criança precisa “sentir”, por si só. Precisa criar sua identidade, sua singularidade. Estando seguro de si, “É preciso estimular o indivíduo com deficiência visual para que se mostre através de sua imagem corporal, prestando atenção à sua maneira de mover-se, de relacionar-se com o mundo”. (DIEHL, 2007, p. 05)

Os movimentos, a exploração dos objetos, auxiliam na formação da Imagem Corporal em proporção igual à situação contrária, quando a Imagem Corporal é necessária para a execução de movimentos, pois “Nossa imagem corporal é de suma importância para a execução de qualquer tarefa motora, sendo fundamental para o início de movimentos, principalmente aqueles voltados para nosso próprio corpo”. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 147)

Conquistando um corpo seguro, o deficiente visual relaciona-se melhor com o mundo e com os outros. Mas apenas conquista um corpo seguro aquele que interage com as pessoas ao seu redor.

“Não se pode negar que é através da interação que estabelece com o outro que o deficiente visual conquista um corpo seguro, ganhando confiança para a delimitação do espaço físico em que convive”. (DIEHL, 2007, p. 06)

Conquistar um corpo seguro é ter autoestima, é relacionar-se de forma positiva consigo mesmo.

Uma imagem corporal bem desenvolvida promove unidade e coesão do eu corporal, proporcionando ao indivíduo que não enxerga sensações positivas com seu corpo. O contrário pode colocar o sujeito em uma situação de insatisfação, solidão e depressão, e como consequência, ele pode acomodar uma imagem corporal negativa. (MORGADO et al, 2010, p. 05)

Por isso, “Uma pessoa cega que conhece seu corpo e tem segurança em sua orientação espacial e mobilidade corporal é um ser confiante, possuidor de auto-estima, em suma é um indivíduo mais feliz”. (DIEHL, 2006, p. 67, citado por SOARES, 2010, p. 22)

Destaca-se aqui a necessidade da Imagem Corporal para a vida psicológica, afetiva e social do indivíduo, especialmente do deficiente visual.

“A construção de nossa imagem é responsável pelo conhecimento que temos acerca de nós mesmos. Dessa forma, quando este conhecimento é incompleto ou imperfeito, todas as ações em que ele é necessário também se tornam imperfeitas”. (SCHILDER, 1994, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 147) Nesta afirmação pode-se notar a necessidade de uma Imagem Corporal bem desenvolvida para tudo aquilo que a envolve, desde a mobilidade até as relações sócio-afetivas. Não tendo um conhecimento e uma consciência bem estruturados de seu corpo, não há como “utilizá-lo” por completo.

A criança deficiente visual, por natureza, tem uma maior dificuldade de formar sua Imagem Corporal, o que irá dificultar esse conhecimento pleno de seu corpo.

A ausência ou limitação na capacidade visual traz para a pessoa com deficiência visual uma série de consequências para o desenvolvimento de sua imagem corporal. A visão aparece como um fator importante no processo de diferenciação e individualização vivenciado pela criança,

bem como no desenvolvimento de seu autoconceito. (OBIAKOR e STILE, 1990, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 150)

Surge uma nova expressão: autoconceito. Entende-se aqui por autoconceito aquilo que a criança pensa de si mesma, suas limitações, possibilidades, entre outros. O autoconceito está diretamente ligado à autoestima, o que reporta, novamente, à necessidade da Imagem Corporal para a vida psicológica, afetiva e social do deficiente visual.

“[...] Características como níveis de autoestima e autoconceito serão construídas a partir das relações estruturadas pela pessoa com deficiência durante sua vida, não sendo resultado apenas pela falta de visão”. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 153)

Assim, não é falta de visão que irá definir a autoestima ou autoconceito de uma pessoa, e sim o resultado de suas vivências e experiências, sendo que isso acontece durante toda a vida, desde o nascimento até a morte.

Segundo Pierce e Wardle (1996, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 151) “De forma geral, as crianças cegas apresentam boa autoestima, que se traduz em uma visão positiva sobre si mesma. A ausência ou limitação da capacidade visual impede que a criança seja imposta aos exigentes valores culturais relacionados com a aparência física”.

É possível perceber uma diferença no julgamento de um corpo “bom ou ruim” para os deficientes visuais. Além, obviamente, dos comentários de pessoas sobre o seu corpo, o deficiente visual valoriza muito a sua funcionalidade.

A imagem corporal de crianças com cegueira é construída sob uma perspectiva funcional, em detrimento de uma perspectiva centrada na aparência física. Para elas, o corpo é visto como um bom corpo quando capaz de desempenhar bem suas funções. Assim, podemos observar que o aspecto principal durante o desenvolvimento de sua imagem corporal reside na funcionalidade do corpo, e não na aparência física. (PIERCE e WARDLE, 1996, citado por ALVES e DUARTE, 2008, p. 152)

Basicamente, quanto à construção da Imagem Corporal pelo deficiente visual, pode-se concluir que “A imagem corporal do cego ou da pessoa com baixa visão está relacionada com as mudanças provocadas em suas experiências corporais, e estas, por sua vez, são encaradas de modo peculiar por cada pessoa”. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 153)

Dessa forma, a Imagem Corporal é resultado direto das experiências corporais, das vivências motoras e relacionais, o que demonstra a necessidade do movimento corporal e a possibilidade de utilização dos conteúdos da Educação Física como instrumento para a construção de uma Imagem Corporal fiel ao deficiente visual.

EDUCAÇÃO FÍSICA E IMAGEM CORPORAL NA DEFICIÊNCIA VISUAL

Iniciando a discussão sobre os benefícios que podem ser alcançados pela utilização da Educação Física com deficientes visuais, mais especificamente para a formação de sua Imagem Corporal, é necessário destacar que “É de importância fundamental o incentivo, estimulação e prevenção com relação a atividades motoras para que não ocorram desvios, atrasos e dificuldades na aquisição de habilidades sensório-motoras”. (MONTEIRO, 2004, citado por PONTES, 2006, p. 37)

Isso se justifica quando Gallahue e Ozmun (2003, citado por DIEHL, 2007, p. 3) afirmam que “Uma vida fisicamente ativa e habilidade para desenvolver tarefas da vida diária, são fatores que podem ter efeito positivo no conceito que adultos têm de si e na maneira como os outros os vêem”.

Especialmente para os deficientes visuais, essa independência, a capacidade de realizar as atividades diárias, é fundamental, auxiliando na construção de uma Imagem Corporal positiva.

Por isso, “É fundamental que os pais, bem como profissionais de diferentes áreas da saúde, como professores de Educação Física, Fisioterapeutas, Médicos, entre outros, propiciem um ambiente favorável e rico de estímulos sensoriais para a criança”. (MORGADO et al, 2010, p. 04)

O movimento corporal, a ação física é importante não apenas para o desenvolvimento motor da criança, como também para o seu desenvolvimento afetivo e cognitivo, como afirma Pontes (2006, p. 33), quando diz que “A ação física é necessária para que a criança harmonize de maneira integradora as potencialidades motoras, afetivas e cognitivas”.

Quanto à necessidade da prática de atividades, de exercícios físicos, não apenas para o desenvolvimento motor, destaca-se que

[...] Esta contribui para a manutenção de sua saúde e de suas capacidades funcionais, possibilitando um aumento de suas habilidades motoras, o que poderá contribuir com um significativo ganho de auto-confiança e auto-estima, principalmente pelo fato delas perceberem que são capazes de executar habilidades motoras de forma independente.” (INTERDONATO e GREGUOL, 2009, p. 8)

Especificamente quanto à Imagem Corporal, Alves e Duarte citam que

A prática esportiva exerce papel importante na reconstrução da imagem corporal pela pessoa com deficiência visual, pois proporciona a descoberta do corpo, de seus limites e possibilidades. Nesse sentido, o esporte é fundamental já que fornece experiências corporais positivas para o praticante deficiente. Este vivencia seu corpo de variadas formas e o descobre como um corpo possível e repleto de potencialidades. (ALVES e DUARTE, 2008, p. 148)

A descoberta de seu corpo é “peça chave” na construção da Imagem Corporal, e isso acontece, principalmente, pela prática de atividades motoras, inclusive, e de forma especial, o esporte, que proporciona a vivência do próprio corpo, suas possibilidades e limites. Como os autores afirmam, a descoberta não de um corpo doente e limitado, mas de “um corpo possível e repleto de potencialidades”.

Segundo Alves e Duarte (2008), os profissionais de Educação Física tem a possibilidade de oferecer aos deficientes visuais atividades que facilitem e sejam positivas para a formação da imagem corporal.

Isso porque

A educação física enfatiza o conhecimento e domínio corporal e busca, através de atividades lúdicas e esportivas, servir como importante elemento de desenvolvimento geral, aumentando o potencial de experimentação corporal de situações de aprendizagem e de aquisição de conceitos básicos. Desenvolve a auto-confiança, a auto-iniciativa e a auto-estima, além de atuar como elemento facilitador de um desenvolvimento motor adequado e propiciador de situações de interação social. (SOUZA, 2007, p. 2)

Pode-se afirmar que

Na Educação Física, é fundamental a utilização do corpo como instrumento de comunicação e expressão no desenvolvimento do indivíduo com deficiência visual. Atividades que busquem satisfazer as necessidades pessoais e sociais no dia a dia, de forma independente e auto-suficiente são, por exemplo: expressão corporal, música, dança, teatro e atividades esportivas adaptadas. (DIEHL, 2007, p. 02)

Neste momento aparecem algumas atividades que podem ser trabalhadas com os deficientes visuais. É necessário ressaltar que todas elas auxiliam na formação da Imagem Corporal, uma vez que algumas utilizam o corpo como forma de expressão (expressão corporal, música, dança e teatro), e a outra (atividades esportivas adaptadas), como já citado, permite a vivência e experiência do próprio corpo.

Os estímulos e atividades devem ser realizados desde o início da vida da criança cega, caso esta tenha a deficiência visual como congênita. Quanto aos bebês

Deve-se proporcionar diferentes tipos de atividades na água e de massagens; estimular o movimento; expressar amor no contato físico; providenciar o contato corpo a corpo e assistir o bebê conforme suas necessidades afetivas e biológicas. Eles devem encorajar a criança cega a explorar seus próprios limites, permitindo que aflore um sentimento de competência, diante das barreiras superadas. Devem oferecer oportunidades para que ela experiencie seu corpo de forma positiva e, ainda, encorajá-la a monitorar seus sinais internos indicadores de fome, satisfação, fadiga, entre outros. (KEARNEY-COOKE, 2004, citado por MORGADO et al, 2010, p. 4)

Experimentar o corpo de forma positiva. Esta é a grande questão. A criança cega deve “testar” seu corpo e entendê-lo como capaz de realizar os movimentos que ela necessita. Essa experiência do corpo deve acontecer através da utilização dos outros sentidos que não a visão. Pois, “Não tendo a visão, os sentidos remanescentes – audição, tato, olfato e paladar – têm de se adaptar para funcionarem sem a integração que a visão proporciona imediatamente”. (SANTIN e SIMONS, 2000, citado por PONTES, 2006, p. 28)

O indivíduo não utiliza um dos sentidos, mas ainda possui outros quatro que podem e devem ser estimulados na busca de um conceito de si mesma.

“A busca pelo movimento deve ser incentivada com estímulos multissensoriais sendo facilitado muitas vezes com brincadeiras utilizando o

próprio corpo”. (MONTEIRO, 2004; RODRIGUES, 2002; GIL, 2000, citados por PONTES, 2006, p. 34)

Utilizando, através de brincadeiras, o próprio corpo, a criança consegue o movimento, e, ao mesmo tempo, vivencia situações de descoberta do mesmo.

Assim, pode-se dizer que

“A criança cega apresenta, por sua vez, privação de um dos mais importantes canais de recepção de informações sobre o mundo que a cerca. Por isso, acreditamos ser necessário um trabalho direcionado com o intuito de provocar aprendizagem por meio da priorização de outros sentidos”. (BERNARDI e COSTA, 2008, p. 135)

Dessa forma, a busca do conhecimento através da priorização de outros sentidos é uma das maneiras mais eficazes de aprendizado nos aspectos motor, afetivo, social e psicológico, sendo que os sentidos remanescentes serão utilizados em todas as situações da vida do deficiente visual, inclusive para a formação de sua Imagem Corporal.

Pode-se dizer que a Educação Física servirá como um campo de estimulação, na busca de compensar os déficits. (CUTSFORTH, 1969, citado por TINOCO e OLIVEIRA, 2009)

Através das atividades realizadas, o aluno deficiente visual deve entender que ele não tem apenas um corpo, mas que ele é um corpo, que se relaciona com o ambiente e com as pessoas. (DARIDO e RANGEL, 2005, citado por TINOCO e OLIVEIRA, 2009)

Trabalhando com deficientes visuais alguns cuidados devem ser tomados, como nos diz Oliveira Filho (2003, p. 24):

Ao buscarmos estimular uma criança com cegueira ou baixa visão estaremos oferecendo subsídios para promover um desenvolvimento harmônico, observando principalmente os estímulos que lhe são escassos ou ausentes, e buscando desenvolver os que são mal aproveitados. Nesse processo, é muito importante a variação e mudanças constantes de métodos e técnicas, para não criar vícios, nem esquecer conteúdos. (OLIVEIRA FILHO, 2003, p. 24)

Não se pode esquecer, ao trabalhar a Educação Física, que cada indivíduo é único; que cada pessoa, em sua individualidade, apresenta limites e potencialidades, e que cada atividade deve favorecer esse aluno, buscado sempre o seu desenvolvimento e aprendizagem.

Já foram comentadas algumas atividades que podem ser trabalhadas com deficientes visuais buscando a construção de sua Imagem Corporal: expressão

corporal, dança, música, teatro, esportes adaptados. Outro exercício que pode ser explorado, e que apresenta muitos benefícios é a equoterapia. Entre esses benefícios, pode-se citar o melhoramento da psicomotricidade como um todo:

Nos aspectos do tônus, da mobilidade das articulações da coluna e da bacia, do equilíbrio e da postura do tronco ereto, da obtenção da lateralidade, da percepção do esquema corporal, da coordenação e dissociação de movimentos, da precisão de gestos e integração do gesto para compreensão de uma ordem recebida ou por imitação. (SILVA e GRUBITS, 2004, p. 6)

A equoterapia é um exercício que movimentava praticamente todas as partes do corpo, o que faz o indivíduo perceber, sentir e vivenciar as formas corporais. Segundo Silva e Grubits (2004), a equoterapia exige a participação do corpo inteiro, o que auxilia no desenvolvimento global, inclusive promovendo percepções das diferentes partes do corpo.

Basicamente, funciona da seguinte maneira:

“[...] A cada passo do cavalo, o centro de gravidade do praticante é defletido da linha média, estimulando as reações de equilíbrio, que proporcionam a restauração do centro de gravidade dentro da base de sustentação. O sistema vestibular é assim repetidamente solicitado, estimulando continuamente suas conexões com o cerebelo, tálamo, córtex cerebral, medula espinhal e nervos periféricos. Por meio de inúmeras repetições do movimento do andar do cavalo, o mecanismo de reflexos posturais e a noção de posição dos vários segmentos corporais no espaço são reeducados durante 30 minutos da sessão de equoterapia”. (BOTELHO, 1999, p. 149, citado por SILVA e GRUBITS (2004, p. 9)

A consciência da posição dos segmentos corporais é essencial para a formação da Imagem Corporal, da visão de si mesma, o que concede à equoterapia um lugar importante como atividade de estímulo à construção da Imagem Corporal.

“Assim, o cavalo proporciona ao praticante a criação de uma nova imagem corporal, devido às informações recebidas da montaria e à relação com a equipe, o que favorece a estruturação do eu [...]”. (SILVA e GRUBITS, 2004, p. 11)

Dessa forma, são muitas as atividades que favorecem a construção da Imagem Corporal de indivíduos deficientes visuais, e que podem ser utilizados pela Educação Física na busca de uma melhor qualidade de vida. De maneira geral, pode-se dizer que todas as atividades que utilizem a expressão corporal, o

corpo como instrumento ou que permitam desenvolver a percepção dos segmentos corporais, ou seja, todas as situações de vivência corporal, auxiliam na formação da Imagem do próprio corpo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Realizando uma análise da discussão apresentada, é possível constatar que os objetivos inicialmente apresentados foram alcançados e os pressupostos se tornaram pertinentes.

Considerando como Imagem Corporal a imagem subjetiva do corpo formada na mente do indivíduo, pode-se afirmar que o deficiente visual, não tendo a visão, utiliza outros meios para construí-la. Ou seja, de maneira geral, a pessoa cega ou com baixa visão utiliza os outros sentidos na busca dessa imagem, especialmente o tato e a audição. Para conhecer e relacionar-se consigo mesmo, com o outro e com o meio, o deficiente visual precisa vivenciar experiências corporais que permitam essas descobertas. Em todas essas situações, a influência daqueles que estão ao seu redor é grande e decisiva.

Construindo positivamente sua Imagem Corporal, o indivíduo torna-se seguro, independente, capaz de relacionar-se com tudo e todos ao seu redor, o que demonstra a importância da Imagem Corporal para as relações sociais e afetivas e para as relações com o meio.

Nesta formação da Imagem Corporal, a Educação Física é essencial. Utilizando o corpo como instrumento, ela permite e proporciona as vivências corporais necessárias. Atividades como expressão corporal, dança, esporte adaptado, teatro, música, equoterapia, entre outros, permitem ao deficiente visual conhecer seu corpo, o que leva ao conhecimento do outro e daquilo que está ao seu redor, tornando-o saudável e capaz de realizar o que deseja, e, conseqüentemente, transformando-o em uma pessoa mais feliz.

REFERÊNCIAS

ALVES, Maria Luiza Tanure; DUARTE, Edison. Imagem corporal e deficiência visual: um estudo bibliográfico das relações entre a cegueira e o desenvolvimento da imagem corporal. **Acta Scientiarum Human and Social Sciences**, Maringá, v. 30, n. 2, p. 147-154, 2008. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHumanSocSci/article/view/1936/1936>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

BARRETO, Sidirley de Jesus. **Psicomotricidade:** educação e reeducação. 2. ed. Blumenau: Acadêmica, 2000. Item 6.1 – A imagem do corpo, p. 69-77.

BERNARDI, Daniela Filocomo; COSTA, Juliana. A criança cega: uma ação multidisciplinar com enfoque escolar. **Anuário da Produção Acadêmica Docente**, São Paulo, v. 2, n. 3, p. 133-145, 2008. Disponível em: <<http://www.sare.unianhanguera.edu.br/index.php/anudo/article/viewArticle/703>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

DIELH, Rosilene Moraes. Imagem corporal: corporeidade da pessoa com deficiência visual. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE/ CONGRESSO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 15./ 2., 2007, Recife. **Anais...** Recife: CBCE, 2007. Disponível em: <<http://www.cbce.org.br/cd/resumos/255.pdf>>. Acesso em: 22 fev. 2011.

FRANÇA, Dalva Nazaré Ornelas; AZEVEDO, Eliane Elisa de Souza e. Imagem corporal e sexualidade de adolescentes com cegueira, alunos de uma escola pública especial em Feira Santana, Bahia. **R. Ci. med. biol.**, Salvador, v. 2, n. 2, p. 176-184, jul./dez. 2003. Disponível em: <<http://www.portalseer.ufba.br/index.php/cmbio/article/viewArticle/4284>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

GONÇALVES, Fátima. **Do andar ao escrever:** um caminho psicomotor. Cajamar: Editora Cultura RBL Ltda, 2010. Item 1.2.2.1 – Noção de corpo, p. 45-48.

INTERDONATO, Giovanna Carla; GREGUOL, Márcia. Auto-análise da imagem corporal de adolescentes com deficiência visual sedentários e fisicamente ativos. **Conexões: revista da faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 7, n. 3, p. 1-13, set./dez. 2009. Disponível em: <<http://polaris.bc.unicamp.br/seer/feff/viewarticle.php?id=545&layout=abstract>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

MORGADO, Fabiane Frota da Rocha et al. Imagem corporal do deficiente visual: um estudo de revisão. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE IMAGEM CORPORAL/ CONGRESSO BRASILEIRO DE IMAGEM CORPORAL, 1., 2010, Campinas. **Anais...** Campinas: UNICAMP, 2010. Disponível em: <<http://www.fef.unicamp.br/hotsites/imagemcorporal2010/cd/anais/trabalhos/portugues/Area3/IC3-24.pdf>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

OLIVEIRA FILHO, Ciro Winckler de. Atividade físico-esportiva para pessoas cegas e com baixa visão. In: DUARTE, Edison; LIMA, Sonia Maria Toyoshima (org.). **Atividade física para pessoas com necessidades especiais:** experiências e intervenções pedagógicas. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003. p. 23-32.

PONTES, Renata. **Enxergar através do corpo**. Rio de Janeiro, 2006. 41 f. Monografia (Especialização em Educação Inclusiva) Universidade Cândido Mendes. Disponível em: <http://urece.org.br/novosite/sites/default/files/Enxergar_atraves.pdf>. Acesso em: 23 fev. 2011.

SILVA, Carlos Henrique; GRUBITS, Sonia. Discussão sobre o efeito positivo da equoterapia em crianças cegas. **PSIC – Revista de Psicologia da Vetor Editora**, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 06-13, dez. 2004. Disponível em: <<http://www.equoparaiso.com.br/artigos/DISCUSSAO%20SOBRE%20O%20EFEITO%20POSITIVO%20DA%20EQUOTERAPIA%20EM%20CRAINCAS%20CEGAS.pdf>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

SOARES, Luciane Silveira. **A construção da imagem corporal na mulher deficiente visual**. Porto Alegre, 2010. 64 f. Monografia (Especialização em Arte, Corpo e Educação) Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/22834/000741162.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

SOUZA, Cintia Moura de et al. A educação física e suas contribuições em um programa de orientação e mobilidade para crianças deficientes visuais. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 10, n. 91, dez. 2005. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd91/visuais.htm>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

SOUZA, Michele Pereira de. Educação física adaptada para pessoas portadoras de necessidades visuais especiais. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 12, n. 111, ago. 2007. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd111/educacao-fisica-adaptada.htm>>. Acesso em: 23 fev. 2011.

TINOCO, Daniele Freire; OLIVEIRA, Flavia Fernandes de. A inclusão do portador de deficiência visual nas aulas de educação física. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 14, n. 138, Nov. 2009. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd138/portador-de-deficiencia-visual-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>>. Acesso em: 23 fev. 2011.