

Promoção de Qualidade de Vida para Pessoas com Deficiência: contribuições de um Projeto de Extensão em tempos de pandemia

Marina Almeida Pereira¹

Maria Clara Moreira dos Santos²

Lucas Magno Marques de Abreu³

Cláudia Barsand de Leucas⁴

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo buscar quais contribuições o projeto de extensão “Qualidade de Vida para Todos” (PQVT) pode proporcionar remotamente para a qualidade de vida das pessoas com deficiência (PCD) em período de pandemia. O PQVT tem como objetivo específico a promoção de qualidade de vida para pessoas com deficiência por meio da atividade aquática. Ele é formado por uma equipe multidisciplinar de discentes dos cursos de Educação Física, Fonoaudiologia, Fisioterapia e Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas). Seu público inclui pessoas com deficiência intelectual, física, múltipla, auditiva, visual e Transtorno do Espectro Autista. Diante do período pandêmico da COVID-19, mostrou-se necessária a reformulação das práticas desse projeto, a fim de adaptá-las ao ambiente virtual e manter o atendimento dos beneficiários à distância. Como metodologia de pesquisa, foi utilizada a pesquisa bibliográfica, por meio da busca de teorias que fundamentam a necessidade de auxílio da pessoa com deficiência no período vigente e, posteriormente, esta foi articulada com as atividades realizadas no PQVT e com relatos de seus beneficiários. Conclui-se que as práticas reformuladas pelo projeto contribuíram para as esferas socioafetiva, física e cognitiva, além de surtir efeitos positivos no enfrentamento do desafiador momento atual, de forma que manteve sua proposta de promover qualidade de vida para as PCD. Ressalta-se, também, o potencial da extensão universitária para uma formação profissional mais humanística e para a contribuição com o desenvolvimento humano.

Palavras-chave: Deficiência. Pandemia. Coronavírus. Projeto de extensão. Multidisciplinaridade.

¹ Graduanda de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais no *campus* Coração Eucarístico. Extensionista do Projeto de Extensão Qualidade de Vida para Todos. E-mail: marina.ap@hotmail.com.

² Graduanda de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais no *campus* Coração Eucarístico. Extensionista coordenadora do Projeto de Extensão Qualidade de Vida para Todos. E-mail: maria-clara901@hotmail.com.

³ Graduando de Educação Física (Bacharel/Licenciatura) da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais no *campus* Coração Eucarístico. Extensionista coordenador do Projeto de Extensão Qualidade de Vida Para Todos. Membro do grupo de estudos em práticas corporais para pessoas com deficiência/inclusão. E-mail: lucas._magno@hotmail.com.

⁴ Doutora em Ciências da Educação. Mestre em Educação. Especialização em Educação Física Escolar, Educação Inclusiva, Gerontologia e Psicomotricidade. Membro do Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte e membro do Comitê Científico do Grupo Temático de Trabalho 8 - Inclusão e Diferença, da Academia Paralímpica Brasileira do Comitê Paralímpico Brasileiro (APB/CPB), e do Centro de Estudos em Educação Física, Esporte e Lazer (coordenadora do grupo de estudos em práticas corporais para pessoas com deficiência/inclusão). Coordenadora do Projeto de Extensão "Qualidade de Vida para Todos PUC MG". Docente do Departamento de Educação Física. Professora de educação física da Prefeitura Municipal de Belo Horizonte - Ensino Especial. E-mail: cbarsand@gmail.com.

Quality of Life Promotion for People with disabilities: contributions from an Extension Project in pandemic times

ABSTRACT

This study aims to find out what contributions the extension project “Qualidade de Vida para Todos” (PQVT) can provide remotely for the quality of life of people with disabilities (PWD) in a pandemic period. PQVT has the specific objective of promoting quality of life for people with disabilities through aquatic activity. It is formed by a multidisciplinary team of students from the Physical Education, Speech Therapy, Physiotherapy and Psychology courses from Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas). Its audience includes people with intellectual, physical, multiple, hearing and visual disabilities as well as Autism Spectrum Disorder. In view of COVID-19's pandemic period, it was necessary to reformulate the practices of this project, in order to adapt them to the virtual environment and continue the regular contacts with the beneficiaries at a distance. As a research methodology, the bibliographic research was adopted through the search of theories that justify the necessity to assist people with disabilities in the current period and, later, this was articulated with the activities carried out in PQVT and with the reports of its beneficiaries. It is concluded, in the end, that the practices reformulated by the project contributed to the socio-affective, physical and cognitive spheres, in addition to having positive effects in coping with the challenging current moment, in a way that PQVT maintained its proposal to promote quality of life for PWD. The potential of university extension for a more humanistic professional qualification and its contribution to human development is also highlighted.

Keywords: Disability. Pandemic. Coronavirus. Extension project. Multidisciplinarity.

1 INTRODUÇÃO

O Projeto Qualidade de Vida para Todos (PQVT), extensão universitária multidisciplinar da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas), tem como público pessoas com deficiência (PCD) e visa proporcionar qualidade de vida a elas por meio da atividade aquática. Diante da pandemia do novo coronavírus, para se adaptar às demandas de distanciamento social, o PQVT suspendeu as aulas presenciais e adotou práticas virtuais, a fim de continuar proporcionando qualidade de vida para seu público e para auxiliar nos desafios particulares relacionados ao momento atual.

O presente artigo é norteado pelo seguinte questionamento: no contexto da pandemia, quais contribuições essa extensão universitária pode proporcionar remotamente para a qualidade de vida das pessoas com deficiência? Para responder a essa pergunta, pretende-se explicar como era a atuação presencial do Projeto Qualidade de Vida para Todos. Objetiva-se, também, esclarecer a visão desse projeto acerca dos conceitos de “qualidade de vida” e de “deficiência”. Em seguida, será explicitada a importância da esfera social e das atividades físicas na vida de seu público, assim como as particularidades de tais vivências para esses indivíduos na situação pandêmica. Por fim, definiremos como ocorre a atuação remota do projeto atualmente e quais têm sido seus resultados.

O interesse em realizar essa investigação surgiu devido à necessidade de trazer visibilidade para a situação das pessoas com deficiência na pandemia, visto que esse grupo apresenta diversos desafios particulares a serem enfrentados no momento atual, inclusive um maior risco de contaminação por COVID-19 e desenvolvimento de quadros graves da doença (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2020). Espera-se demonstrar o grande potencial da extensão universitária em acolher as especificidades desse público e em contribuir para sua qualidade de vida, a fim de estimular a criação de novos projetos e pesquisas acerca do tema.

Como metodologia, optamos pela pesquisa bibliográfica que, conforme Tachizawa e Mendes (2006 *apud* Vilaça (2010)), tem como objetivos compreender e discutir a revisão de literatura sobre o tema da pesquisa. Essa metodologia consiste em consultas e estudos de artigos, livros, monografias, jornais e enciclopédias (VILAÇA, 2009). A partir do domínio da bibliografia fundamental, toma-se conhecimento da produção já existente acerca de um assunto (DEMO, 1985).

Sendo assim, pesquisamos obras de autores de diversas áreas do conhecimento, como a Psicologia, a Fisioterapia e a Educação física, além de documentos oficiais de instituições como, por exemplo, a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), na intenção de esclarecer conceitos relacionados ao tema da pesquisa. Posteriormente, apontamos as atividades desenvolvidas pelos extensionistas com os beneficiários, que foram realizadas por videoconferência de março a junho de 2020, semanalmente. Ao final desse período, os extensionistas entraram em contato com os beneficiários e seus familiares para obter a opinião deles a respeito da atuação remota do projeto. Apresentamos, por fim, as falas dessas pessoas, extraídas de mensagens escritas do *WhatsApp*. Buscou-se articular esses relatos com a pesquisa teórica e com as atividades realizadas, com a finalidade de verificar quais foram os resultados da prática da extensão e quais contribuições ela proporcionou para o público de pessoas com deficiência no contexto da pandemia.

2 O PROJETO QUALIDADE DE VIDA PARA TODOS

Fundado em 2014 pelo Departamento de Educação Física da PUC Minas e financiado pela Pró-Reitoria de Extensão (PROEX), o projeto de extensão universitária Qualidade de Vida Para Todos (PQVT) promove a qualidade de vida para pessoas com deficiência por meio da atividade aquática. O projeto é composto por graduandos dos cursos de Educação Física, Fisioterapia, Fonoaudiologia e Psicologia e atende 48 alunos beneficiários regulares, sendo eles pessoas com deficiência intelectual, física, múltipla, auditiva, visual e Transtorno do Espectro Autista. A extensão universitária possibilita que os acadêmicos envolvidos se aproximem da produção de conhecimento, experimentando o exercício entre teoria e prática de forma humanística. Tal relação é instituída por

meio da tríade “Ensino, Pesquisa e Extensão”, o que promove um diferencial na formação acadêmica e o compromisso social (FELIPPE, 2006).

Em concordância com a atual Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência, o PQVT considera a pessoa com deficiência “aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas” (BRASIL, 2015). Ainda de acordo com a legislação vigente, acredita-se na importância de uma avaliação biopsicossocial da deficiência, de forma que as práticas do projeto levam em consideração os impedimentos nas funções e nas estruturas corporais do aluno, a sua limitação no desempenho de atividades, a restrição de participação em diversas esferas e, também, os fatores socioambientais, psicológicos e pessoais da realidade do indivíduo.

A proposta principal do projeto é possibilitar o acesso das PCD à prática regular de atividades aquáticas, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos participantes. Segundo Nahas (2010), qualidade de vida é o grau de satisfação de um indivíduo com múltiplos aspectos que vão além da esfera física. Ela é a medida da própria dignidade humana e leva em consideração aspectos como moradia, segurança, assistência médica, educação, cultura, controle do estresse, atividade física habitual, comportamento preventivo e relacionamentos.

Em consonância com esse conceito, as intervenções do projeto envolvem práticas aquáticas, realizadas por extensionistas da Fisioterapia, da Fonoaudiologia e da Educação Física, que levam em consideração as demandas físicas, cognitivas e afetivas dos alunos. A atividade física se apresenta como potencializadora de efeitos positivos para a saúde física, mental e social, auxiliando a pessoa com deficiência a se identificar como integrante de um grupo - que é o de pessoas que praticam atividades físicas - e a obter uma qualidade de vida melhor.

Os extensionistas do curso de Psicologia atuam mais diretamente com os familiares e acompanhantes dos beneficiários, com a proposta de promover um momento de descanso e de descontração enquanto os alunos estão na piscina. Isso é feito a partir de diálogos, reflexões e atividades em grupo, contribuindo também com a qualidade de vida desses acompanhantes. É importante ressaltar que se mantém, sempre, o contato interdisciplinar com os demais extensionistas, a fim de cooperar com ações e discussões necessárias a respeito dos beneficiários e dos resultados das atividades do projeto.

Dentro das perspectivas supracitadas, conclui-se que os objetivos específicos do PQVT estão atrelados à formação dos graduandos da PUC Minas, visando: acrescentar experiências no processo de formação dos extensionistas; planejar intervenções adequadas referentes a cada área de atuação; realizar reuniões semanais com a equipe de execução do projeto para discussão coletiva e estudos de

casos e, por fim, desenvolver produtos acadêmicos, trocas de informações e fornecer qualidade de vida para as pessoas com deficiência.

Reconhecemos que a vivência da deficiência é permeada por particularidades. Faz-se necessário um aprofundamento sobre quais especificidades são essas, que impactos ocasionam e de quais maneiras é possível lidar com elas. Além disso, é importante problematizar as implicações da pandemia sobre tais particularidades, refletindo sobre as novas dificuldades relacionadas ao contexto atual. Para tanto, serão feitas considerações acerca dos aspectos sociais e físicos presentes na vida das pessoas com deficiência, considerando sua importância e sua situação no contexto atual.

3 A PESSOA COM DEFICIÊNCIA E A PANDEMIA

Em uma realidade tão nova e árdua como a atual, é evidente que as adversidades vivenciadas pelas pessoas com deficiência estão amplificadas. É pertinente refletir sobre como o presente cenário da saúde pública está afetando a vida dessa população que, mesmo em condições pré-pandêmicas, já enfrentava desafios específicos relacionados à saúde, à acessibilidade e à igualdade.

Em decorrência de dificuldades financeiras, físicas ou cognitivas, as pessoas com deficiência enfrentam impedimentos para se deslocar e acessar diferentes serviços. Isso é agravado pela falta de acessibilidade nos meios urbanos, comunicacionais e tecnológicos, assim como pela inclusão precária presente em alguns contextos sociais (CURY *et al*, 2020). Dessa forma, muitas das PCD experimentam uma convivência social bastante estreita e limitada à família, o que pode ser visto como uma condição de isolamento social (HOLANDA *et al*, 2015). Os membros da família ou os cuidadores tendem a ficar sobrecarregados, pois ficam responsáveis por todos os cuidados necessários ao indivíduo com deficiência, o que contribui para um desgaste do relacionamento entre eles (RIBEIRO, 2010). Assim, a qualidade da vida social da PCD é ainda mais agravada.

Segundo, Cury *et al* (2020), a convivência social é intrínseca aos seres humanos e é imprescindível para que estes se desenvolvam socioafetivamente. A frágil rede social das PCD pode ser muito prejudicial, na medida em que a possibilidade desse desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais fica comprometido. Ainda, essa fragilidade acentua as limitações decorrentes da deficiência, uma vez que a ajuda de terceiros é essencial para que as PCD acessem serviços de saúde. Visto isso, é de suma importância que esses indivíduos tenham acesso a uma rede de apoio social, isto é, a um conjunto de pessoas, além da família, que propicie auxílios materiais, informais, afetivos e sociais. Esse apoio envolve a concessão de recursos materiais, de carinho, de empatia, de escuta, de interesse e a presença de pessoas com quem se divertir (HOLANDA *et al*, 2015). O resultado é a

possibilidade de superar dificuldades e de ter mais participação social, corroborando para o desenvolvimento de competências socioemocionais.

Diante da pandemia do novo coronavírus, diversas medidas foram tomadas pelos governos a fim de restringir sua propagação. Uma delas foi a recomendação de isolamento social de toda a população. Pode-se refletir que, impor essa restrição para quem já vive isolado, como é o caso das PCD, é ainda mais agravante. Os laços afetivos e as redes de apoio desses indivíduos, já escassos, são ainda mais limitados devido à necessidade de distanciamento social. Isso, somado às incertezas, ao medo de perder entes queridos e à recessão econômica, pode implicar em impactos emocionais que vão desde o sofrimento à problemas de saúde mental, tal como ansiedade e depressão (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020).

Outra esfera a ser considerada é a das atividades físicas, que possibilitam grandes ganhos para a pessoa com deficiência. Seus benefícios incluem o desenvolvimento físico, relacionado com alterações orgânicas (aspectos metabólicos, cardiorrespiratórios e músculos-ostearticulares) e o desenvolvimento das características psicológicas, como aumento do bom humor, redução do estresse e autoconceito mais positivo. O esporte também está relacionado com o desenvolvimento das qualidades sociais, como a empatia pelas pessoas e o desenvolvimento de relacionamentos dentro de diferentes grupos sociais (ZUCHETTO; CASTRO, 2002). Ademais, o exercício físico pode contribuir para a melhoria de funções cognitivas específicas em adultos e crianças. Parecem beneficiar o controle inibitório, o planejamento, a memória, a tomada de decisão e a flexibilidade cognitiva, funções muito relevantes para a execução de atividades cotidianas (MACHADO, 2017).

Para a população de pessoas com deficiência, é de suma importância que esses aspectos sejam trabalhados dentro das particularidades de cada indivíduo. É necessário que o ganho seja social, físico e mental, estimulando as vivências e as práticas que corroboram com ganhos no desenvolvimento dos sentidos e dos sistemas.

Devido à atual recomendação de distanciamento social, vários serviços foram fechados. Dessa maneira, instituições fundamentais ao cotidiano das PCD interromperam seu funcionamento, como escolas, projetos, clínicas e centros de saúde. Seus usuários ficaram sem acesso aos serviços previamente oferecidos, impossibilitando, assim, a realização de atividades físicas e de boa parte dos exercícios de estimulação cognitiva. Considerando a importância destes para a manutenção da qualidade de vida dessas pessoas, é extremamente prejudicial que elas fiquem sem esse tipo de prática, posto que os benefícios que elas trazem também serão interrompidos.

No Brasil, a Recomendação nº 031, de 30 de abril de 2020 do Conselho Nacional de Saúde orienta que o Ministério da Saúde, o Conselho Nacional de Secretários da Saúde e o Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde incluam, em todos os seus âmbitos de competência, as

PCD como grupo de risco, “reconhecendo que a condição de deficiência coloca essa população em maior risco de infecção pelo COVID-19” (BRASIL, 2020). Isso se deve às particularidades vivenciadas por essas pessoas no cotidiano. Além das dificuldades já citadas no presente artigo, é de suma importância que outros aspectos sociais e biológicos sejam considerados, como os apontados pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2020) em seu documento “Considerações sobre pessoas com deficiência durante o surto de COVID-19”.

De acordo com os autores, as PCD podem sofrer dificuldades em praticar medidas básicas de higiene, como lavar as mãos apropriadamente, devido à falta de estruturas adaptadas ou por conta de limitações físicas ocasionadas pela deficiência. Muitos necessitam de tocar em objetos e em outras pessoas para se apoiarem, devido a deficiências físicas, ou para obterem informações a respeito do espaço onde estão, em virtude de deficiência visual. Como geralmente precisam do auxílio de cuidadores e familiares ou se encontram em instituições de saúde e de assistência, muitas delas não conseguem manter um distanciamento físico efetivo.

Enfrentam, também, a dificuldade de acessar informações sobre a saúde pública, pois, como indicam Araújo e Fernandes (2020):

As informações oficiais veiculadas pelos canais de saúde não possuem quesitos de acessibilidade para este grupo: janela em Libras para atender a comunidade surda usuária desta língua, a legenda de texto para hipoacúsicos (baixa audição) [sic], a áudio descrição para deficientes visuais e informativos com imagens ilustrativas para o grupo que necessita de suporte por não ser usuário da língua portuguesa escrita, como muitos jovens e adultos com deficiência intelectual ou autistas. (ARAÚJO; FERNANDES, 2020, p. 5471).

Ainda, segundo a OPAS (2020), algumas pessoas com deficiência apresentam uma probabilidade maior de desenvolver quadros graves da doença caso sejam infectadas. Elas podem possuir problemas de saúde relacionados à deficiência que são fatores de risco da COVID-19, além de poderem apresentar outros fatores de vulnerabilidade que intensificam esse risco, como serem idosos ou viverem em espaços sem condições sanitárias adequadas (ARAÚJO; FERNANDES, 2020). Segundo Fiorati e Elui (2015, p. 333), "A produção das deficiências tem relação direta com condições precárias de nutrição, moradia, saneamento básico, acesso aos serviços de saúde, equipamentos sociais e baixa renda (...)", de forma que as pessoas com deficiência estão entre os indivíduos com menor grau de escolaridade e de padrão de renda no Brasil e no mundo. Portanto, a situação de vulnerabilidade social, frequentemente atrelada à realidade dessa população, intensifica sua exposição à doença.

Faz-se necessário que os serviços voltados para esse público se atentem às considerações supracitadas e reúnam esforços para garantir os direitos desse grupo no momento vigente, levando em conta suas necessidades específicas. É de suma importância elencar novas maneiras de alcançar a população, a fim de manter ou adaptar as práticas que já eram oferecidas, como o apoio social, as atividades físicas e as atividades de estimulação cognitiva. Dessa forma, o Projeto Qualidade de Vida para Todos assumiu o compromisso de atender não só as demandas relativas à pandemia, mas também as pré-existentes, por meio das tecnologias de comunicação.

4 ATIVIDADES REMOTAS REALIZADAS NO PROJETO

As ações do projeto são realizadas na piscina do complexo esportivo da PUC Minas. Porém, devido ao enfrentamento da pandemia de COVID-19, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomendou o cancelamento de grandes eventos e de atividades de escolas e universidades (LEMOS, 2020). Sendo assim, a proposta da realização das atividades do PQVT passou por um processo de modificação, o que trouxe as práticas para o meio virtual no chamado Regime Letivo Remoto (RLR).

A partir de março de 2020, a interação entre os extensionistas e os beneficiários passaram a ocorrer por meio de videochamadas nas plataformas *WhatsApp* e *Google Meet*. Dentro das demandas, a equipe multidisciplinar de extensionistas do PQVT elaborou atividades que foram repassadas aos beneficiários ou aos seus respectivos responsáveis. Esse contato foi feito uma vez por semana com cada aluno, com duração de trinta minutos, buscando seguir uma rotina de horários marcados com os beneficiários. Participavam das videochamadas um extensionista de cada área do conhecimento, como educação física, fonoaudiologia, fisioterapia e psicologia, além do aluno e, geralmente, um ou mais membros de sua família para auxiliá-lo. Ademais, foram realizados registros de relatórios de todos os atendimentos, pesquisas bibliográficas para fundamentação do planejamento e da avaliação das atividades e, por fim, a capacitação dos familiares para auxiliar nos atendimentos.

As atividades foram planejadas pelos extensionistas de forma multidisciplinar de acordo com as especificidades de cada beneficiário. Dessa forma, buscava-se trabalhar as potencialidades e habilidades de cada aluno dentro de suas particularidades. As intervenções eram elaboradas de acordo com as demandas fisioterapêuticas, físicas, fonoaudiológicas e psicológicas de cada indivíduo. Para exemplificar, serão explicadas algumas das várias atividades realizadas ao longo do RLR, que trabalham tanto aspectos físicos, quanto aspectos cognitivos e sociais.

Foram trabalhados, em sua maioria, exercícios que geram benefícios para o desenvolvimento motor, para a coordenação, para o tônus muscular, para o sistema cardiorrespiratório e que possibilitam melhorias na amplitude de movimento das articulações de todo o corpo. Objetivou-se o

desenvolvimento de situações pedagógicas que estimulam a interação do aluno com o ambiente onde vive, trazendo benefícios por meio de estímulos auditivos, visuais e somatossensoriais.

Com determinados beneficiários, foi realizada a atividade do cachimbo do sopro. A finalidade desse exercício é que o indivíduo obtenha a percepção da sua respiração e, conseqüentemente, uma melhor coordenação pneumofonoarticulatória. Ele também auxilia no processo de selamento labial. Durante o exercício, o aluno deve segurar o "brinquedo" com os lábios e, com o sopro, movimentar a bolinha, de acordo com o que lhe é solicitado (mantê-la mais alta ou mais baixa).

Foram trabalhados, também, exercícios para a coordenação motora, alcance e manipulação e pinças, por meio de utensílios presentes no dia a dia do aluno, gerando resultados satisfatórios no manuseio desses e na destreza. A título de exemplo, em algumas intervenções, os acompanhantes dos beneficiários eram orientados a posicionar objetos com diferentes formas geométricas em diversos planos. O aluno deveria se manter em uma postura fixa com os membros superiores livres, de forma que ele conseguisse movimentá-los, mesmo com limitações. Ele deveria tentar fazer exercícios para alcançar e manipular os objetos, a fim de trabalhar práticas que se aproximem das atividades de vida diária (AVD).

Sabe-se que mais de 50% do público do PQVT é formado por pessoas com deficiência intelectual e crianças. Faz-se necessário que as práticas tenham um fim lúdico, pois reconhece-se que é possível desenvolver habilidades neuropsicomotoras por meio de brincadeiras, músicas, cores e outros artifícios. Com isso, uma das atividades realizadas foi o jogo da memória auditivo, cujo objetivo é trabalhar a acuidade auditiva do aluno de maneira lúdica. A brincadeira consiste em colocar diferentes materiais dentro de potes, de forma que, ao chacoalhá-los, o aluno escute diferentes sons e tente memorizá-los para reconhecê-los posteriormente. Outra intervenção comumente empregada era a utilização de músicas, devido ao seu potencial de estabelecer vínculos (CUNHA; ARRUDA; MARIS, 2010). A estimulação sensorial por meio de estímulos proprioceptivos, vestibulares, táteis e visuais, de forma ativa, permite ao indivíduo dar sentido ao mundo, enquanto recebe, registra, modula, organiza e interpreta as informações (SHAMSODDINI, 2009).

A viabilidade dessa metodologia só foi concretizada a partir dos esforços tanto dos extensionistas, quanto dos beneficiários e de seus familiares. Foi necessária uma mútua cooperação entre os envolvidos para que os desafios da distância e da comunicação virtual fossem enfrentados, de forma que as atividades pudessem ser realizadas adequadamente. Porém, a constatação de quais foram os reais resultados e benefícios das intervenções realizadas ao longo do semestre só é possível a partir da articulação entre as atividades propostas, a fundamentação teórica e os relatos dos beneficiários e de seus familiares a respeito do funcionamento remoto do projeto.

5 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Dentre as contribuições da atuação remota do PQVT para a qualidade de vida das PCD no contexto pandêmico, pode-se citar o suporte no âmbito socioafetivo. A manutenção das atividades do projeto foi de suma importância para que os indivíduos continuassem interagindo com pessoas fora do núcleo familiar, de forma a não perder uma rede social de apoio mais ampla. Isso proporciona a perpetuação do desenvolvimento de competências socioemocionais (CURY *et al*, 2020) e da concessão de carinho, de escuta e de momentos de diversão. Pode-se pensar que isso contribui para evitar sofrimento psíquico e desenvolvimento de problemas de saúde mental, o quais - como mencionado anteriormente - são recorrentes no contexto pandêmico atual (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020, p.4).

Essa contribuição pode ser corroborada pela fala dos familiares dos beneficiários do projeto. Os nomes, quando mencionados, serão fictícios para preservar a privacidade dos indivíduos e manter o sigilo. Um familiar relatou aos extensionistas que “Os momentos das ligações do PQVT foram descontraídos, alegres e serviram para que o Orlando matasse as saudades das atividades na piscina e também das pessoas. Para ele, as pessoas são o projeto, a piscina que ele tanto gosta.” (DINIZ, 2020). Ademais, Araújo (2020) relatou que:

O PQVT sempre foi muito presente em atenção, afeto e sensibilidade às nossas necessidades. Durante essa pandemia não foi diferente, mesmo distantes fisicamente, conseguimos manter o carinho e trazer um pouco de alento para os dias difíceis. As chamadas por vídeo passaram a fazer parte de uma nova rotina. (ARAÚJO, 2020).

Ressaltou-se, ainda, que a iniciativa dos colaboradores do projeto foi ótima e evidenciou que “[...] se preocupam em saber como os alunos estão, o que significa que se importam para além do trabalho.” (AZEVEDO, 2020). Torna-se evidente, então, o eminente valor afetivo que a atuação remota do PQVT proporcionou, mantendo vínculos e criando momentos de alegria.

Outra contribuição proporcionada pelo projeto foram os benefícios decorrentes da atividade física. Por meio das aulas online, foi possível manter a realização de exercícios físicos com os beneficiários, assim como seus resultados positivos. Conforme Zuchetto e Castro (2002), essa prática é fundamental para as pessoas com deficiência, visto que promove o desenvolvimento biopsicossocial desses indivíduos caso seja conduzida adequadamente. Ela deve levar em consideração as demandas particulares dos alunos, a fim de propiciar o desenvolvimento de movimentos fundamentais para atividades básicas do dia a dia. As intervenções realizadas pelos extensionistas, em concordância com a perspectiva supracitada, envolveram exercícios físicos que trabalham aspectos como a resistência,

a força, a flexibilidade e a amplitude de movimentos. Para exemplificar a ocorrência de resultados satisfatórios nesse âmbito, pode-se citar a fala de Moraes (2020), familiar de um aluno, o qual alega que:

[...] ele está se sentindo melhor e sem dores. Está ajudando mais, porque ele está ficando menos enrijecido. Mesmo à distância as aulas e exercícios estão ajudando bastante, está sendo tudo o que eu queria para a melhora dele. Ele sente mais cansaço depois das aulas e isso significa que está ajudando. Estou amando e a musculatura dele está melhorando. (MORAES, 2020).

Por meio de orientações precisas e adaptadas às particularidades do indivíduo, foi possível obter ganhos relevantes para o aperfeiçoamento da prática. Silva (2020), devido ao auxílio dos extensionistas, afirmou que:

[...] cada hora que vocês ensinam uma coisa, a gente vai pegando o jeito e vamos indo, gostei muito do atendimento que vocês deram pro G., dessas orientações que são muito benéficas tanto para ele, quanto para mim, porque às vezes a gente fica meio perdido, e assim temos sempre um profissional para orientar. (SILVA, 2020).

De acordo com Machado (2017), a atividade física também tem o potencial de auxiliar no desenvolvimento de funções cognitivas, como o planejamento, a memória, a tomada de decisões e a flexibilidade intelectual. Esses aspectos são muito pertinentes para a realização de tarefas cotidianas. Dessa forma, os exercícios repassados aos beneficiários estimulam não só a esfera física, mas também a da cognição, de forma articulada com a ludicidade. Segundo Diniz (2020):

Sabemos que por trás das brincadeiras realizadas com ele no projeto existem objetivos que visam seu desenvolvimento físico, emocional e cognitivo. Durante a quarentena tivemos uma certeza ainda maior, do que o PQVT representa na vida de seus assistidos e quanta falta o projeto faz. (DINIZ, 2020).

Antunes (2020) confirmou que “[...] têm sido muito proveitosas as atividades, grande oportunidade de aprendizado e descontração”. Evidencia-se o papel das práticas do projeto de promover a estimulação cognitiva, posto que estas propiciam novos aprendizados para o aluno e para seus acompanhantes.

Os relatos fomentam o que aplicamos na prática e agregam valores que se relacionam com os objetivos gerais e específicos do projeto. Geram-se resultados positivos diante da atuação do PQVT no período da pandemia, os quais estão em concordância com as teorias referentes às áreas de conhecimento atuantes no projeto e ao trabalho multidisciplinar. Portanto, felizmente, o objetivo de possibilitar qualidade de vida aos beneficiários foi mantido.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível concluir que é viável e necessário manter a atuação do projeto de extensão Qualidade de Vida para Todos no período vigente de pandemia do novo coronavírus. Por meio de videochamadas, foi possível que os extensionistas continuassem a repassar atividades e brincadeiras para seus alunos, com o auxílio de seus respectivos familiares ou acompanhantes. Apesar da interrupção das atividades aquáticas na piscina da PUC Minas, executou-se uma série de intervenções remotas que abrangem as esferas física, social e cognitiva dos beneficiários, mantendo o objetivo principal de possibilitar qualidade de vida às pessoas com deficiência. Ressalta-se que, sem o apoio fundamental da família dos beneficiários, a continuação das práticas não teria tal eficácia.

No contexto de pandemia, o PQVT proporcionou de forma remota diversas contribuições para a qualidade de vida seu público. Dentre elas, foi possível constatar a oportunidade de interação dos alunos com pessoas além do núcleo familiar, o que contribuiu para a manutenção dos vínculos e do desenvolvimento de competências socioemocionais. Foi possível, ainda, proporcionar momentos de alegria, evitar o sofrimento psíquico e o desenvolvimento de problemas de saúde mental.

Por meio das aulas *online*, também foi possível manter a realização de exercícios físicos com alguns dos beneficiários, assim como seus resultados positivos. Estes, nos relatos supracitados, envolveram o aumento da resistência, da força, da flexibilidade e da amplitude de movimentos, surtindo efeitos na prevenção e na reabilitação. Além disso, nos casos exemplificados na seção anterior, as práticas do PQVT proporcionam a estimulação cognitiva por meio da aprendizagem de novos exercícios e brincadeiras, que contribuem com a realização de tarefas cotidianas e com a descontração.

É de grande valia ressaltar que a presente pesquisa apresenta algumas limitações. Não foi possível, por exemplo, coletar dados quantitativos para corroborar os resultados e nem realizar entrevistas mais estruturadas com os beneficiários e seus acompanhantes. Seria interessante que mais pesquisas sobre o tema fossem realizadas com o auxílio de estudos de caso mais aprofundados a respeito dos exercícios realizados com cada aluno e de seus respectivos resultados. A transposição das atividades para a modalidade remota em contexto de isolamento social é muito recente. Por isso, ainda demanda muitos estudos e investigações, a fim de se descobrir como realizar atividades online de maneira adequada e efetiva. Espera-se, assim, que novas pesquisas e projetos relacionados à pessoa com deficiência na pandemia sejam desenvolvidos.

Portanto, a reorganização e reorientação das práticas do PQVT no RLR, gerou a busca por novas abordagens e metodologias de ensino, tornando o processo rico em transformações, devido à adversidade que nos sobreveio de maneira imprevisível. Como membros da comunidade acadêmica,

temos a responsabilidade de utilizar as ferramentas de ensino, pesquisa e extensão em favor das pessoas com deficiência, considerando que elas são parte integrante do nosso público e que a Universidade é dotada de valor social e de potencial para promover desenvolvimento humano (SILVA, 2020). Reforça-se que a incessante busca pelo diferencial deve ser adotada ao exercermos nossas respectivas profissões.

REFERÊNCIAS

- ANTUNES, Antônio. [Opinião sobre a atuação remota do PQVT e seus resultados]. Destinatário: [Maria Clara Moreira dos Santos]. [S,l.]. 1 jun, 2020. 1 mensagem eletrônica.
- ARAÚJO, Fernanda. [Opinião sobre a atuação remota do PQVT e seus resultados]. Destinatário: [Lucas Magno Marques de Abreu]. [S,l.]. 4 jun, 2020. 1 mensagem eletrônica.
- ARAÚJO, Luiz Antonio Souza de; FERNANDES, Edicléa Mascarenhas. O cuidado com pessoas com deficiência em tempos do COVID-19: considerações acerca do tema. **Brazilian Journal Of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 3, p. 5469-5480, maio/jun. 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/10849>. Acesso em: 15 ago. 2020.
- AZEVEDO, Frederico. [Opinião sobre a atuação remota do PQVT e seus resultados]. Destinatário: [Lucas Magno Marques de Abreu]. [S,l.]. 6 jun, 2020. 1 mensagem eletrônica.
- BÖCK, Geisa Letícia Kempfer; GOMES, Débora Marques; BECHE, Rose Clér Estivalet. A experiência da deficiência em tempos de pandemia: acessibilidade e ética do cuidado. **Criar Educação**, Criciúma, v. 9, n. 2, p. 122-142, ago. 2020. Disponível em: <http://periodicos.unesc.net/criaredu/article/view/6049>. Acesso em: 22 ago. 2020.
- BRASIL. **Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015**. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa Com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Brasília, DF: Presidência da República [2015]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em: 21 set. 2020
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Recomendação nº 031**, de 30 de abril de 2020. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/recomendacoes-cns/1146-recomendacao-n-031-de-30-de-abril-de-2020>. Acesso em: 10 set. 2020.
- CURY, Carlos Roberto Jamil; FERREIRA, Luiz Antonio Miguel; FERREIRA, Luiz Gustavo Fabris; REZENDE, Ana Mayra Samuel da Silva. **O Aluno com Deficiência e a Pandemia**. Instituto Fabris Ferreira, 2020. Disponível em: <http://miguelferreira.com.br/2020/07/21/o-aluno-com-deficiencia-e-a-pandemia/>. Acesso em: 22 set. 2020.
- CUNHA, Rosemyriam; ARRUDA, Mariana; SILVA, Stela Maris da. Homem, música e musicoterapia. **Revista do Núcleo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares em Musicoterapia**, Curitiba, v.1, p. 9-26, 2010. Disponível em: <http://periodicos.unespar.edu.br/index.php/incantare/article/view/168/169>. Acesso em: 26 set. 2020.

- DEMO, Pedro. **Introdução à metodologia da ciência**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1985.
- DINIZ, Iracema. **[Opinião sobre a atuação remota do PQVT e seus resultados]**. Destinatário: [Maria Clara Moreira dos Santos]. [S.l.]. 10 jun, 2020. 1 mensagem eletrônica.
- FELIPPE, W. C. **Histórico**. Disponível em: <http://portal.pucminas.br/proex/index-padrao.php?pagina=4937>. Acesso em: 20 ago. 2020.
- FIORATI, Regina Celia; ELUI, Valeria Meirelles Carril. Determinantes sociais da saúde, iniquidades e inclusão social entre pessoas com deficiência. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 23, n. 2, p. 329-336, mar./abr. 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692015000200020&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 12 ago. 2020.
- FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Suicídio na pandemia COVID-19**. Brasília, 2020.
- HOLANDA, Cristina Marques de Almeida; ANDRADE, Fabienne Louise Juvêncio Paes de; BEZERRA, Maria Aparecida; NASCIMENTO, João Paulo da Silva; NEVES, Robson da Fonseca; ALVES, Simone Bezerra; RIBEIRO, Kátia Suely Queiroz Silva. Redes de apoio e pessoas com deficiência física: inserção social e acesso aos serviços de saúde. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 175-184, jan. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000100175&lng=en&nrm=iso. Acesso em 16 ago. 2020.
- LEMOS, Vinícius. **Coronavírus: eventos devem ser adiados e aulas devem ser suspensas no Brasil? O que dizem os especialistas**. BBC News Brasil, São Paulo, 12 mar. 2020. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-51844880>. Acesso em: 10 ago. 2020.
- MACHADO, Jéssica Madeira. **Os efeitos da atividade física na aprendizagem e no desenvolvimento motor infantil**. 2017. 38 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Centro Universitário Ibmr, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <https://www.ibmr.br/files/tcc/os-efeitos-da-atividade-fisica-na-apreinoizagem-e-no-desenvolvimento-motor-infantil-jessica-madeira-machado.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2020.
- MORAES, M. de Fátima. **[Opinião sobre a atuação remota do PQVT e seus resultados]**. Destinatário: [Maria Clara Moreira dos Santos]. [S.l.]. 3 jun, 2020. 1 mensagem eletrônica.
- NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 5. ed. rev. atual. Londrina: Midiograf, 2010. 318p.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Considerações Sobre Pessoas Com Deficiência Durante O Surto de COVID-19**. 2020. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52063>. Acesso em: 10 set. 2020.
- RIBEIRO, Kátia Suely Queiroz Silva. A Relevância das Redes de Apoio Social no Processo de Reabilitação. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, [S.l.], v. 13, n. 2, p. 69-78, ago. 2010. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/view/3662>. Acesso em: 22 set. 2020.
- SHAMSODDINI, A.R., HOLLISAZ, M.T. Effect of sensory integration therapy on gross motor function in children with cerebral palsy. **Iran. J. Child Neurology**, jan. 2009. Disponível em: <https://journals.sbmu.ac.ir/ijcn/article/view/992>. Acesso em: 26 set. 2020.
- SILVA, Abraão Ramos da. Oportunidades para Extensão Universitária nos Tempos de Pandemia - COVID-19. **Revista Práticas em Extensão**, São Luis, v. 4, n. 1, p. 40-41, jun. 2020. Disponível em: <http://ppg.revistas.uema.br/index.php/praticasemextesao/article/view/2181>. Acesso em: 18 ago. 2020.

VILAÇA, Márcio Luiz Corrêa. Pesquisa e ensino: considerações e reflexões. **E-Scrita**: Revista do Curso de Letras da UNIABEU, Nilópolis, v. 1, n. 2, p. 59-74, maio/ago. 2010. Disponível em: <https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/RE/article/view/26>. Acesso em: 21 set. 2020.

ZUCHETTO, Ângela Terezinha; CASTRO, Rosângela Laura Ventura Gomes de. As Contribuições das Atividades Físicas para a Qualidade de Vida dos Deficientes Físicos. **Revista Kinesis**, Santa Maria, n.26, p. 52-67, mai. 2002. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/kinesis/article/view/8010>. Acesso em: 20 set. 2020.