

# PARADESPORTO EM FOCO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DA PRÁTICA DA BOCHA PARA PESSOAS COM A DOENÇA DE PARKINSON.

II Jornada da Rede de Cuidados à Pessoa com Deficiência do RN, 2ª edição, de 04/06/2025 a 06/06/2025  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-153-0

SILVA; Kelly Evangelista Rodrigues da <sup>1</sup>, PINHEIRO; Débora Pereira Pinheiro<sup>2</sup>, SILVA; Emille Estefanne Souza Cruz Silva <sup>3</sup>, CUNHA; Gabriel Alisson da Cunha<sup>4</sup>, SILVA; Candze Maria da Silva<sup>5</sup>

## RESUMO

**INTRODUÇÃO** A Bocha paralímpica é uma modalidade esportiva praticada por atletas com grau severo ou múltiplo de comprometimento motor. Essa modalidade permite uma série de adaptações para diferentes condições neurológicas, desde o posicionamento em cadeira, cadeira de rodas ou espaço demarcado para arremesso, até o uso de calhas de lançamento e ajudantes (calheiros). Paralelamente, a doença de Parkinson consiste em uma condição neurodegenerativa que leva à comprometimentos motores e não-motores, que promovem prejuízos na função, atividades e participação social e, consequentemente, na qualidade de vida. Nessa perspectiva, a inserção deste público às práticas esportivas revela-se essencial, pois favorece a melhora e manutenção da função motora, ao mesmo tempo em que estimula habilidades cognitivas, como atenção e planejamento e promove a construção de vínculos sociais, favorecendo a interação em grupo. **OBJETIVOS** Descrever a experiência com a prática da bocha paralímpica em um grupo de pessoas com doença de Parkinson. **MÉTODOS** A prática em grupo da bocha é conduzida em um Centro de Reabilitação, voltado para pessoas da linha de cuidado do Parkinson. As atividades ocorrem uma vez por semana com duração de 1 hora, totalizando 4 encontros por mês. Os encontros são estruturados de maneira a incluir um primeiro momento dedicado ao aquecimento, que consiste em uma caminhada de 400 metros, seguida por exercícios de alongamento e mobilidade dos membros superiores e inferiores. Em seguida, inicia-se a prática da bocha, com o primeiro momento de atividades educativas, como acertar o alvo, entre outras. Após, é iniciado o jogo propriamente dito, utilizando os implementos específicos para o esporte, como bolas de bocha e pequenos cones para delimitação do espaço e separação dos times. Os cuidadores são igualmente estimulados a participarem ativamente, sendo incentivados a se envolverem nas atividades, contribuindo na interação e engajamento dos usuários na prática em grupo. **RESULTADOS** A modalidade da bocha tornou-se parte das atividades da linha de cuidado do Parkinson no mês de outubro de 2024, contando no ano de 2025 com 9 pessoas com a doença, além de 9 acompanhantes, totalizando 18 participantes. A participação regular na atividade por parte dos usuários e seus acompanhantes, proporcionou notável melhora na autoconfiança, engajamento e humor, o que pode estar associado ao fortalecimento de vínculos dentro do grupo facilitado pela atividade, como também um aparente progresso na mobilidade funcional e coordenação motora global. **CONCLUSÃO** A bocha paralímpica é uma ferramenta potente na inclusão social, saúde e qualidade de vida para as pessoas com deficiência severa. Através do estímulo à participação ativa e interação entre o grupo, fatores relacionados à uma melhor qualidade de vida foram potencializados e observados. Dessa forma, a prática paradesportiva da bocha paralímpica se mostrou um estimulador de benefícios cognitivos, motores e sociais, revelando-se também como uma valiosa estratégia para promover um cuidado integral e humanizado à pessoa com doença de Parkinson e seu cuidador.

**PALAVRAS-CHAVE:** Bocha, Doença de Parkinson, Relato de experiência, Paradesporto

<sup>1</sup> Instituto Santos Dumont , kelly.silva@edu.isd.org.br

<sup>2</sup> Instituto Santos Dumont , debora.pinheiro@edu.isd.org.br

<sup>3</sup> Instituto Santos Dumont , emille.silva@edu.isd.org.br

<sup>4</sup> Instituto Santos Dumont , gabriel.cunha@edu.isd.org.br

<sup>5</sup> Instituto Santos Dumont , candze.silva@isd.org.br

<sup>1</sup> Instituto Santos Dumont , kelly.silva@edu.isd.org.br  
<sup>2</sup> Instituto Santos Dumont , debora.pinheiro@edu.isd.org.br  
<sup>3</sup> Instituto Santos Dumont , emille.silva@edu.isd.org.br  
<sup>4</sup> Instituto Santos Dumont , gabriel.cunha@edu.isd.org.br  
<sup>5</sup> Instituto Santos Dumont , candze.silva@isd.org.br