

Turismo

# ACESSÍVEL

BEM ATENDER NO TURISMO DE AVENTURA ADAPTADA

BRASIL-2009

Brasil. Ministério do Turismo.

Turismo Acessível: Bem Atender no Turismo de Aventura Adaptada.  
Volume IV. Brasília: Ministério do Turismo, 2009, 88 p.

1. Turismo 2. Acessibilidade 3. Deficiência

MINISTÉRIO DO TURISMO  
ASSOCIAÇÃO PARA VALORIZAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Turismo  
**ACESSÍVEL**  
BEM ATENDER NO TURISMO DE AVENTURA ADAPTADA

Brasília, 2009

**PRESIDENTE DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL**

**LUIZ INÁCIO LULA DA SILVA**

**MINISTRO DO TURISMO**

**LUIZ EDUARDO PEREIRA BARRETTO FILHO**

**SECRETÁRIO-EXECUTIVO**

**MÁRIO AUGUSTO LOPES MOYSÉS**

**SECRETÁRIO NACIONAL DE PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DO TURISMO**

**FREDERICO SILVA DA COSTA**

**SECRETÁRIO NACIONAL DE POLÍTICAS DO TURISMO**

**AIRTON PEREIRA**

**DIRETORA DE QUALIFICAÇÃO E CERTIFICAÇÃO E DE PRODUÇÃO ASSOCIADA AO TURISMO**

**REGINA CAVALCANTE**

**DIRETOR DE ESTRUTURAÇÃO, ARTICULAÇÃO E ORDENAMENTO TURÍSTICO**

**RICARDO MARTINI MOESCH**

**COORDENADOR-GERAL DE QUALIFICAÇÃO E CERTIFICAÇÃO**

**LUCIANO PAIXÃO COSTA**

**COORDENADORA-GERAL DE SEGMENTAÇÃO**

**SÁSKIA FREIRE LIMA DE CASTRO**

**Diretora de Qualificação e Certificação e de Produção Associada ao Turismo** – Regina Cavalcante  
**Coordenador Geral de Qualificação** – Luciano Paixão  
**Equipe Técnica** – Evandro de Souza

**Diretor de Estruturação, Articulação e Ordenamento Turístico** – Ricardo Moesch  
**Coordenadora-Geral de Segmentação** – Sásksia Lima  
**Equipe Técnica** – Ana Beatriz Serpa  
Bárbara Blaudt Rangel

**Prefeita da Estância Hidromineral de Socorro** – Marisa de Souza Pinto Fontana  
**Diretor do Depto. de Turismo e Cultura de Socorro** – Carlos Alberto Tavares de Toledo  
**Diretor de Planejamento e Urbanismo** – Marcos José Lomônico

**Presidente da Associação para Valorização de Pessoas com Deficiência** – Sylvia Cury  
**Presidente do Conselho Deliberativo** – Marcos Antônio Gonçalves

**Coordenação Técnica**  
Eliana Victor  
Marcelo Vitoriano  
Jobair Ubiratan  
Celso Salício

**Equipe Técnica**  
Cristiane Ecker Fornazieri  
Sérgio Salazer Salvati

**Equipe de Apoio**  
Denilson Gobbo Nalin  
Jorge Gonçalves  
Sheila Trigilio  
Fátima Galeazzo

**ONG - Aventura Especial**  
Adail Martins Moreira - Dadá  
Dr. Mauro Martinelli  
Dra. Vanessa Ribeiro de Resende  
Dr. Marcelo Rodrigo Mendes

**CEIP - Centro Educacional e Integração Paulista**  
Alexis Ricardo Muñoz  
Cristina Keller  
Luciana Visibelli  
Lois Neubauer  
Patricia de Oliveira Lima Muñoz  
Ronaldo Franzem Jr

**Colaboradores**  
Anderson Florêncio  
Felipe Arns  
Fernando Palazi  
Jeferson Boaretto  
José Fernando Franco  
Mara Flora Lottici Krahel  
Rose Franchini

**Editoração Eletrônica**  
Flow Design

**Fotos**  
Anderson Florêncio

# APRESENTAÇÃO

Desde o lançamento do Plano Nacional de Turismo – PNT 2007/2010 – uma Viagem de Inclusão o Ministério do Turismo vem trabalhando para transformar o turismo em um importante mecanismo de desenvolvimento econômico do Brasil e um grande indutor de inclusão social.

Para isso, vêm sendo desenvolvidas ações no mercado interno para estruturar os destinos e estimular o consumo de produtos turísticos por clientes potenciais.

Uma dessas ações refere-se ao turismo acessível, no qual o Ministério do Turismo apóia projetos que visam à acessibilidade urbana e a adaptação de atividades turísticas, contribuindo assim para a melhoria da qualidade de vida da população local, bem como ampliando o acesso a turistas com deficiência ou mobilidade reduzida, quer sejam idosos, crianças, gestantes, entre outros.

Nesse sentido, foi firmada parceria entre o Ministério do Turismo e a Associação para Valorização de Pessoas com Deficiência (AVAPE) para execução do projeto Sensibilização para o Turismo Acessível, no município de Socorro, em São Paulo.

Essa iniciativa visa promover o mapeamento da acessibilidade turística e a qualificação do receptivo turístico local para o atendimento adequado a pessoas com deficiência e com mobilidade reduzida, além de propor e divulgar roteiros adaptados em diferentes segmentos turísticos, tais como turismo cultural, ecoturismo e turismo de aventura.

Com o objetivo de apresentar os resultados alcançados por meio desta experiência, foram produzidos quatro volumes, intitulados Turismo Acessível.

O Volume IV apresenta os conceitos e marcos legais em turismo e acessibilidade e orienta os gestores para os procedimentos fundamentais para o bom desenvolvimento do turismo acessível e da prática de atividades de aventura adaptada nos destinos.

Espera-se que essa experiência exitosa possa ser multiplicada em diversos outros destinos turísticos brasileiros, ampliando e qualificando, assim, nossa oferta turística e transformando o Brasil em um país acessível a todos.

Ministério do Turismo

# SUMÁRIO

## BEM ATENDER NO TURISMO DE AVENTURA ADAPTADA

<b>1. Introdução .....</b>	<b>08</b>
<b>2. Marcos legais .....</b>	<b>12</b>
2.1 Informações mínimas aos clientes (NBR 15286:2005) .....	14
<b>3. Bases no turismo de aventura .....</b>	<b>15</b>
3.1 Qualificando condutores .....	16
<b>4. Adaptando espaços e instalações para o turismo aventura acessível .....</b>	<b>21</b>
<b>5. Bem atender nas atividades de aventura .....</b>	<b>25</b>
5.1 Tipologia das deficiências em função das atividades de turismo de aventura .....	26
5.2 As dificuldades das pessoas com deficiência durante a atividade .....	27
5.3 Cuidados e riscos durante as atividades de aventura adaptada .....	28
5.4 Equipamentos que auxiliam na locomoção .....	30
5.5 Equipamentos que ajudam na transferência .....	32
5.6 Atividades de Turismo de Aventura .....	34
5.7 Dicas e técnicas para o bom atendimento à pessoa com deficiência no turismo de aventura .....	35
<b>6. Bibliografia .....</b>	<b>82</b>

# [1

## INTRODUÇÃO

---

## 1. INTRODUÇÃO

As atividades de aventura têm hoje cada vez mais adeptos em todo o Brasil. Isso se deve à potencialidade geográfica do país e seus extensos recursos naturais.

Para os praticantes de atividades de aventura, a preocupação com a segurança é algo primordial, amplamente discutido e cobrado por toda a sociedade. Desde o início da estruturação de atividades de turismo de aventura, os vários atores envolvidos, em especial, organizações não governamentais que atuam na área, têm impulsionado a sua prática com rigorosa segurança. Essa atitude tem beneficiado o aumento da visibilidade, das adesões e do interesse do público em geral.

Atualmente existem várias modalidades de atividades de aventura, exploradas por empresas especializadas ou por praticantes individuais. Estas atividades estão regulamentadas por meio de normas do Comitê Brasileiro do Turismo (CB 54), vinculado à Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT). Nesse sentido, esta apostila tem por objetivo reunir a bibliografia disponível sobre o assunto e oferecer orientações, sugestões e dicas para um melhor atendimento do turismo de aventura adaptada.

Em princípio, a maioria dos praticantes de atividades de aventura é formada por jovens e adultos, apesar de ser cada vez mais comum também o interesse das crianças, que também têm sido estimuladas a praticar diversas atividades de turismo de aventura, tanto em empresas especializadas como outros locais: escolas, parques etc.

O turismo de aventura propicia a prática de atividades de aventura com condições mais controladas, minimizando os riscos e com alto grau de previsibilidade dos resultados, o que requer condutores capacitados e qualificados.

Já para a prática por pessoas com deficiência, serão exigidas adaptações nos equipamentos e qualificação para os condutores, mudanças necessárias para possibilitar e garantir a segurança em cada situação específica, ao que chamamos de turismo de aventura adaptada ou acessível.

Importante esclarecer que a deficiência é um conceito em evolução e que a deficiência resulta da interação entre pessoas com deficiência e as barreiras devidas às atitudes e ao ambiente que impedem a plena e efetiva participação dessas pessoas em igualdade de oportunidades com as demais pessoas. Conforme se reconheceu no preâmbulo da mais recente norma internacional sobre o tema: a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, aprovada em 2006 pela Organização das Nações Unidas (ONU).

Segundo este tratado, ratificado pelo Brasil em 2008, o que o torna lei em nosso país, pessoas com deficiência incluem aquelas que têm impedimentos de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os quais, em interação com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas.

No Brasil, a nossa legislação pormenoriza esta divisão, visando identificar o beneficiário das políticas de inclusão. O Decreto Federal nº. 5.296/2004 (Decreto de Acessibilidade) atualizou o conceito de nossa legislação, que anteriormente foi definido no Decreto Federal nº. 3.298/1999.

As deficiências podem ser oriundas de nascimento, desenvolvidas ou adquiridas a qualquer tempo da vida por intercorrências apresentadas antes ou durante o parto; causas genéticas; acidentes; abuso de álcool e drogas; desnutrição; entre outras causas que poderão limitar a funcionalidade específica de algum membro, do sentido, da visão, e audição, ou do cognitivo intelectual.

Segundo a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF-OMS 2001), as deficiências podem ser parte ou uma expressão de uma condição de saúde, mas não indicam necessariamente a presença de uma doença, não devendo o indivíduo ser assim considerado.

As atividades físicas ou esportivas constituem agente terapêutico atuando de forma eficaz na reabilitação social e psicológica da pessoa com deficiência, especialmente quando realizadas de maneira mais focada, não apenas como uma atividade recreativa. Sua prática deve considerar e respeitar as limitações e potencialidades individuais do sujeito, adequando as atividades propostas a estes fatores, bem como englobar o conjunto de princípios, dentre eles:

- respeito pela dignidade inerente, independência da pessoa, inclusive a liberdade de fazer as próprias escolhas;
- não discriminação;
- estímulo à independência e autonomia individual;
- plena e efetiva participação e inclusão na sociedade;
- respeito pela diferença e pela aceitação das pessoas com deficiência como parte da diversidade humana e da humanidade;
- igualdade de oportunidades;
- acessibilidade;
- igualdade entre o homem e a mulher;
- respeito pelas capacidades de desenvolvimento, em especial, das crianças com deficiência;
- respeito pelo direito a preservar sua identidade;
- promoção da saúde e prevenção de deficiências secundárias;
- melhoria das condições psicológicas e físicas do indivíduo com deficiência, propiciando aprimoramento cognitivo e orgâno-funcional (aparelhos circulatório, respiratório, digestivo, reprodutor e excretor);
- aprimoramento da coordenação motora global, ritmo, força, resistência muscular, equilíbrio estático e dinâmico;

- desenvolvimento de habilidades e capacidades para melhor realização das atividades de vida diária a partir das experiências com suas possibilidades, potencialidades e limitações, melhorando a auto-estima das pessoas com deficiência;
- acesso à prática de turismo de aventura como lazer, reabilitação e competição.

## DEFINIÇÕES DAS ATIVIDADES DE TURISMO DE AVENTURA

TURISMO DE AVENTURA	Turismo de aventura compreende aos movimentos turísticos decorrentes da prática de atividades de aventura de caráter recreativo e não competitivo. (Ministério do Turismo. Marcos Conceituais)
ATIVIDADES DE TURISMO DE AVENTURA	Atividades de turismo de aventura são atividades oferecidas comercialmente, usualmente adaptadas das atividades de aventura, que tenham ao mesmo tempo o caráter recreativo e envolvem riscos avaliados, controlados e assumidos. (ABNT NBR 15500:2007)
ARVORISMO	Locomoção por percurso em altura instalado em árvores e outras estruturas construídas.
BÓIA-CROSS	Descida em corredeiras utilizando bóias infláveis. Também conhecida como acqua-ride.
RAFTING	Descida em corredeiras utilizando botes infláveis.
RAPEL	Técnica vertical de descida em corda. Por extensão, nomeiam-se, também, as atividades de descida que utilizam essa técnica.
TIROLESA	Deslizamento entre dois pontos afastados horizontalmente em desnível, ligados por cabo ou corda.
FORA DE ESTRADA/ OFF-ROAD	Fora de estrada é um termo que designa atividades variadas praticadas em locais desprovidos de estradas pavimentadas, calçadas ou de fácil acesso e trâmite. Ou percursos em vias convencionais e não convencionais, com trechos de difícil acesso, em veículos apropriados.

# 2

## MARCOS LEGAIS

---

### 2.1 INFORMAÇÕES MÍNIMAS AOS CLIENTES (NBR 15286:2005)

## 2. MARCOS LEGAIS

O Ministério do Turismo e a Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) desenvolveram, com o apoio de várias organizações, normas técnicas específicas para as atividades de Turismo de Aventura, no âmbito do Comitê Brasileiro de Turismo (ABNT/CB-54). Estas normas destacam vários setores do turismo e especialidades.

Especificamente para o turismo de aventura devem ser consideradas as seguintes normas, que se encontram disponíveis para consulta no endereço eletrônico [www.abntcatalogo.com.br/mtur](http://www.abntcatalogo.com.br/mtur).

### NORMAS TÉCNICAS PARA GESTÃO DE SEGURANÇA DO TURISMO DE AVENTURA:

- ABNT NBR 15331:2005 – Sistema de Gestão da Segurança – Requisitos;
- ABNT NBR 15334:2005 – Sistema de Gestão da Segurança – Requisitos de competência para auditores;
- ABNT NBR 15370:2006 – Condutores de Rafting – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15383:2006 – Condutores de Turismo fora de estrada em veículos 4x4 ou bugues – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15286:2005 – Informações mínimas preliminares a clientes;
- ABNT NBR 15285:2005 – Condutores – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15397:2006 – Condutores de montanhismo e de escalada – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15398:2006 – Condutores de caminhada de longo curso – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15399:2006 – Condutores de espeleoturismo de aventura – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15400:2006 – Condutores de canionismo e cachoeirismo – Competências de pessoal;
- ABNT NBR 15453:2006 – Turismo fora de estrada em veículos 4x4 ou bugues – Requisitos para produto;
- ABNT NBR 15500:2007 – Terminologia.

Importante esclarecer que a ABNT busca constantemente aperfeiçoar as normas existentes e desenvolver as que ainda não existem e se fazem necessárias para orientar o bom funcionamento técnico de determinados bens e serviços. É fundamental destacar que há revisão periódica das normas a cada quatro anos. Este processo deve contar com a participação de especialistas e organizações de diferentes regiões do país para garantir que as normas possam receber contribuições de diversos atores e contemplar em sua redação final a maior diversidade possível.

Considerando serem nacionais, as normas devem ter aplicação nas várias regiões, onde a reprodução das atividades de aventura obedeçam a um padrão mínimo e respeite também as características típicas locais que, devido às diferenças geográficas e culturais, possuem suas particularidades.

## 2.1 INFORMAÇÕES MÍNIMAS AOS CLIENTES (ABNT NBR 15286:2005)

As informações mínimas ofertadas aos clientes são fundamentais para a minimização de acidentes e a transparéncia da relação com os consumidores, inclusive no cenário internacional.

Entende-se que os clientes devidamente informados estão mais conscientes do produto que estão adquirindo e, consequentemente, menos susceptíveis a acidentes (ABNT).

O cliente, ao chegar ao equipamento de aventura, deverá preencher uma ficha denominada Termo de Responsabilidade e Comunicação de Risco e informar todos os dados solicitados. Em seguida, deverá receber informações detalhadas sobre a atividade.

Caso o cliente tenha deficiência, deverão ser repassadas algumas orientações básicas que podem facilitar a prática da atividade. Será necessária a utilização de equipamentos adequados para cada tipo de deficiência e que o condutor tenha conhecimento básico dos tipos de deficiência, bem como os tipos de ajudas técnicas necessárias para a prática de qualquer atividade de aventura com segurança.

De acordo com o comprometimento físico e/ou cognitivo apresentado, podemos pressupor a diminuição da capacidade de controle corporal, de movimentos voluntários e assim a possível necessidade e tipo de auxílio que precisaremos oferecer antes, durante e após cada atividade sugerida.

### Atenção!

Essas medidas primárias consistem, por exemplo, em definição e inspeção dos equipamentos, informações de segurança para os clientes, treinamento dos funcionários nos protocolos de emergência e comunicação, preenchimento dos termos de comunicação de risco e informações médicas e, por fim, previsão dos possíveis fatores de risco ambientais e humanos (como mudanças no tempo).

# 3]

## **BASES PARA O TURISMO DE AVENTURA**

---

### **3.1 QUALIFICANDO CONDUTORES**

### **3.1 QUALIFICANDO CONDUTORES**

A qualificação deve ter como público-alvo principal os agentes de turismo receptivo e os condutores que venham a trabalhar com pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida.

As ações de qualificação poderão ser desenvolvidas com atividades adaptadas e vivências, contando com a capacidade e experiência de profissionais da área de saúde e de vários docentes envolvidos no processo da criação das normas técnicas, desenvolvidas pelo Ministério do Turismo e a Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

O objetivo da qualificação é apresentar os requisitos para implementação de um sistema de atendimento especial, tanto no receptivo das atividades como nas operações das atividades de turismo de aventura adaptada, com base em algumas das normas, desenvolvidas pelo Ministério do Turismo e a Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT.

## METODOLOGIA

A qualificação poderá ter a duração de 72 horas, divididas em aulas expositivas e atividades práticas, de acordo com a grade curricular sugerida abaixo.

Todos os profissionais docentes devem ser especialistas em sua área de atuação, possuir larga experiência e serem cuidadosamente escolhidos pela equipe gestora do projeto.

Ao final da qualificação, os participantes poderão testar os conhecimentos adquiridos, bem como analisar as medidas de controle sugeridas e o monitoramento.

## PÚBLICO-ALVO

A Tabela a seguir resume a estratégia para melhor desenvolvimento do curso, observando-se o público-alvo definido, período de realização e carga horária.

Especificações	Curso
Público-Alvo	Pessoas atuantes no setor de Turismo de Aventura e Parques, agentes, guias de turismo ou condutores locais.
Carga Horária por Turma	A definir

## DIDÁTICA DE ENSINO

Sugere-se que o curso abranja conteúdo teórico e prático para garantir maior e melhor aproveitamento por parte dos alunos. Diante disso, apresenta-se o conteúdo a seguir:

- Exposição teórica de conceitos a partir do estímulo à participação do grupo;
- Promoção de discussões sobre ações mais práticas e dirigidas ao público-alvo;
- Dinâmicas e atividades onde o grupo pode se envolver física e emocionalmente com o tema proposto;
- Simulações e vivências com equipamentos especialmente adaptados para as atividades de turismo de aventura, práticas e simulações reais com voluntários (pessoas com deficiência), para aprendizado de sistemas de transferência e técnicas de como lidar com cadeirantes e pessoas com mobilidade reduzida, prática de técnicas aplicadas em sala de aula e na prática;

- Os alunos devem ser submetidos às práticas de simulação de transferências aos equipamentos de aventura (bote de rafting, cadeira de rodas adaptada para trilha, veículos fora de estrada etc.), assim como também devem receber instrução sobre como se posicionar nas atividades, caso precise de intervenção durante a mesma, sem colocar em risco o cliente;
- Vivências de uma pessoa com deficiência nas atividades de aventura, ajuda a esclarecer muitas dúvidas;
- Durante o curso deverão ser realizadas práticas em local apropriado para o entendimento das técnicas aplicadas às atividades;
- Uso de filmes ilustrativos;
- Abertura de momentos durante e após o curso, para questionamentos de assuntos relativos ao treinamento efetuado.

Além disso, a metodologia deve seguir as seguintes diretrizes:

- Todos os módulos com presença obrigatória, por meio de assinatura de lista de presença;
- No final das práticas, todos os participantes devem realizar um teste prático, simulando o resgate de uma vítima, assim como um trabalho em equipe, neste último avaliando as técnicas de liderança;
- Ao final do processo, os condutores e facilitadores deverão elaborar relatórios sobre o desenvolvimento dos cursos, envolvimento dos participantes e sugestões de continuidade para consolidar os conceitos apresentados;
- Todos os participantes aprovados deverão receber certificado de conclusão.

## RECURSOS DIDÁTICOS

Sugere-se a elaboração de material técnico em forma de apostila, especialmente desenvolvida para apoio didático aos alunos, cujo conteúdo está descrito na tabela a seguir.

Tópico	Conteúdo
<b>Introdução</b>	Polícia de desenvolvimento do turismo e inclusão social.
<b>Turismo de Aventura Adaptado</b>	Atividades de aventura. Turismo de aventura e suas adaptações. Marcos Legais /Normas da ABNT e seus princípios.
<b>Aventura Segura Normas da ABNT</b>	ABNT NBR 15331:2005 e algumas adaptações e considerações. Aventura Segura para a prática das atividades de aventura adaptada. Informações sobre as deficiências relacionadas às atividades de turismo de aventura.
<b>Informações mínimas preliminares</b>	Informações preliminares para a pessoa com deficiência, sendo vista como cliente. Cuidados e riscos das atividades. Importância do receptivo e das análises dos clientes antes da prática das atividades.
<b>Os diferentes tipos de atividades de turismo de aventura e suas adaptações</b>	Atividades de água e suas adaptações. Atividades de ar e suas adaptações. Atividades de terra e suas adaptações.
<b>Práticas de Resgate e Técnicas Verticais</b>	Treinamento e técnicas em ambiente vertical. Simulado de resgate a uma vítima desacordada em várias situações. Posicionamento e técnicas de abordagem para introduzir uma pessoa com deficiência em um circuito de arvorismo. Técnicas especiais de rapel para pessoas com deficiência. Técnicas de ancoragem e montagem de sistemas de resgates para uma vítima em um circuito de arvorismo. Nós, equipamentos e normas.

## OUTROS RECURSOS DIDÁTICOS

Os seguintes materiais de apoio devem ser disponibilizados nos cursos:

Item	Descrição
<b>Mobiliário e Equipamentos</b>	Tela de projetor Cadeira com braço Mesa e cadeira para o condutor Projetor Microcomputador
<b>Materiais para atividade teórica em sala de aula</b>	Apostila 01 Datashow 01Telão
<b>Materiais práticos</b>	Cadeira de rodas especial adaptada Cadeira de uma roda para trilhas Cadeirinha para atividade de turismo de aventura adaptada Bote de rafting para treino de transferências e posicionamento Cadeira de posicionamento para atividade náuticas 200 metros de cordas estáticas 5 polias simples para treinamento de resgate 6 polias tandem para treinamento em resgate Maca especial para treinamento 5 cadeiras de rodas simples 50 cordeletes para treinamento de nós e ancoragens 12 caderinhas para técnicas verticais 5 peitorais para técnicas verticais 30 mosquetões para treinamento em ambiente vertical 25 cordas de 15 metros para treinamentos de técnicas 20 cordeletes de 3 metros para treinamento 3 rádios comunicadores 5 capacetes 12 freios oito 5 pares de luvas para trabalhos em altura 8 talabartes variados para ancoragem 3 mochilas de cordas para treinamento em resgate

## ADAPTANDO ESPAÇOS E INSTALAÇÕES PARA O TURISMO DE AVENTURA ADAPTADA

---

4 ]

## 4. ADAPTANDO ESPAÇOS E INSTALAÇÕES PARA O TURISMO DE AVENTURA ADAPTADA

As atividades de aventura aqui abordadas como o atrativo principal que identifica o segmento de turismo de aventura podem ocorrer em qualquer espaço: natural, construído, rural, urbano, estabelecidos como área protegida ou não.

Assim, as atividades de aventura pressupõem determinado esforço e riscos relativamente controláveis, e que podem variar de intensidade, conforme a exigência de cada atividade e a capacidade física e psicológica do praticante. Isso requer que o turismo de aventura seja tratado de modo particular, especialmente quanto aos aspectos relacionados à segurança. Devem ser trabalhadas, portanto, diretrizes, estratégias, normas, regulamentos, processos de certificação e outros instrumentos, marcos específicos e a acessibilidade dos meios de hospedagem.

Seguem abaixo as recomendações para o Gestor do Empreendimento de Aventura promover acessibilidade.

Estacionamento	<ul style="list-style-type: none"><li>As vagas para estacionamento de veículos que conduzam ou sejam conduzidos por pessoas com deficiência devem ter sinalização horizontal, contar com um espaço adicional de circulação com no mínimo 1,20 m de largura, quando afastada da faixa de travessia de pedestres;</li><li>Disponibilidade de área especial para embarque e desembarque de pessoa com deficiência ou mobilidade reduzida;</li><li>Sinalização ambiental para orientação das pessoas.</li></ul>
Bilheterias	As bilheterias e atendimentos rápidos, exclusivamente para troca de valores, devem ser acessíveis.
Telefones	Dispor de telefone acessível para usuários de cadeiras de rodas e telefone para surdos (TPS).
Recepção	<ul style="list-style-type: none"><li>Recomenda-se que mobiliário de recepção tenha uma parte da superfície do balcão, com extensão de no mínimo 0,90 m, deve ter altura de no máximo 0,90 m do piso;</li><li>Divulgação, em lugar visível, do direito de atendimento prioritário das pessoas portadoras de deficiência ou com mobilidade reduzida;</li><li>Dispor de pessoal qualificado para prestar atendimento às pessoas com deficiência visual, mental e múltipla, bem como às pessoas idosas;</li><li>Caso conte com funcionários qualificados em LIBRAS, deverá identificar o atendimento através do símbolo internacional de pessoas com deficiência auditiva surdez ou o da LIBRAS;</li><li>Admitir a entrada e permanência de cão-guia junto de pessoa com deficiência.</li></ul>

Estrutura Física do Empreendimento	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nos locais onde as características ambientais sejam legalmente preservadas, deve-se buscar o máximo grau de acessibilidade com mínima intervenção no meio ambiente;</li> <li>Os elementos da vegetação tais como ramos pendentes, plantas entouceiradas, galhos de arbustos e de árvores não devem interferir com a faixa livre de circulação.</li> </ul>
Sinalização	<ul style="list-style-type: none"> <li>O empreendimento deverá ter sinalização visual com a utilização do Símbolo Internacional de Acesso (SIA);</li> <li>Nos locais acessíveis e nas atividades direcionadas a pessoa com deficiência é importante identificá-las por meio do símbolo internacional de acesso. A representação do símbolo internacional de acesso consiste em pictograma branco sobre fundo azul referência Munsell 10B5/10 ou Pantone 2925 C);</li> <li>Poderá dispor de mapas táteis, que são superfícies horizontais ou verticais (até 15% em relação ao piso) contendo informações do parque em Braille;</li> <li>É recomendável que os corrimãos de escadas e rampas sejam sinalizados através do anel com textura contrastante com a superfície do corrimão, instalado 1,00 m antes das extremidades e etiqueta de sinalização em Braille, informando sobre os pavimentos no início e no final das escadas fixas e rampas;</li> <li>A sinalização tátil no piso pode ser do tipo de alerta ou direcional. Ambas devem ter cor contrastante;</li> <li>Em casos de acidentes durante as atividades de aventura, deverão existir planos de emergência, para socorrer a pessoa com deficiência.</li> </ul>
Hospedagem	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pelo menos 5%, com no mínimo um do total de dormitórios com sanitário, devem ser acessíveis;</li> <li>Estes dormitórios não devem estar isolados dos demais, mas distribuídos em toda a edificação, por todos os níveis de serviços e localizados em rota acessível. Deverá ter porta larga, mobiliário acessível e faixa livre mínima de circulação interna de 0,90 m de largura, prevendo área de manobras para o acesso ao sanitário, camas e armários. Os armários devem ter altura acessível e ter pelo menos uma área com diâmetro de no mínimo 1,50 m que possibilite um giro de 360°. Recomenda-se, além disso, que outros 10% do total de dormitórios sejam adaptáveis para acessibilidade.</li> </ul>

Áreas comuns	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Os demais sanitários e vestiários acessíveis nas áreas comuns do Parque devem localizar-se em rotas acessíveis, próximos à circulação principal, preferencialmente próximo ou integrados às demais instalações sanitárias, e ser devidamente sinalizados. Todos os sanitários devem ser sinalizados com o símbolo internacional de sanitário;</li> <li>• Quando existirem vestiários ou provadores para o uso do público, pelo menos um deve ser acessível, prevendo uma entrada com vão livre de no mínimo 0,80 m de largura e dimensões mínimas internas de 1,20 m por 0,90 m livre de obstáculo. Quando houver porta de eixo vertical, esta deve abrir para fora;</li> <li>• Nas áreas esportivas os espaços devem ser acessíveis, exceto os campos gramados, arenosos ou similares;</li> <li>• O acesso à piscina água deve ser garantido através de degraus, rampas submersas, bancos para transferência, equipamentos de transferência ou em último caso atendimento dos funcionários capacitados na transferência de pessoas com deficiência física;</li> <li>• Deve ser prevista a instalação de 50% de bebedouros acessíveis por pavimento, respeitando o mínimo de um, e eles devem estar localizados em rotas acessíveis. Em espaços externos, pelo menos 5% dos telefones, com no mínimo um do total de telefones, devem ser acessíveis para pessoa em cadeira de rodas (P.C.R.).</li> </ul>
Restaurante	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nos restaurantes, refeitórios e bares devem possuir pelo menos 5% do total de mesas;</li> <li>• Prever balcões de auto-serviço acessíveis;</li> <li>• Pelo menos recomenda-se exemplar de cardápio em Braille.</li> </ul>

## BEM ATENDER NO TURISMO DE AVENTURA

---

- 5.1 Tipologia das deficiências em função das atividades de turismo de aventura
- 5.2 As dificuldades das pessoas com deficiência durante a atividade
- 5.3 Cuidados e riscos durante as atividades de aventura adaptada
- 5.4 Equipamentos que auxiliam na locomoção
- 5.5 Equipamentos que ajudam na transferência
- 5.6 Atividades de Turismo de Aventura
- 5.7 Dicas e técnicas para o bom atendimento à pessoa com deficiência no turismo de aventura

5]

## 5.1 TIPOLOGIA DAS DEFICIÊNCIAS EM FUNÇÃO DAS ATIVIDADES DE TURISMO AVENTURA

A seguir são apresentados os tipos de deficiências que permitem à pessoa praticar a atividade de aventura.

### DEFICIÊNCIA FÍSICA

A pessoa com deficiência física é o indivíduo com alteração completa ou parcial de um ou mais segmentos do corpo, acarretando o comprometimento da função física, apresentando-se sob a forma de paraplegia, paraparesia, monoplegia, monoparesia, tetraplegia, tetraparesia, triplegia, triparegia, hemiplegia, hemiparesia, ostomia, amputação ou ausência de membro, paralisia cerebral, nanismo, membros com deformidade congênita ou adquirida, exceto as deformidades estéticas e as que não produzam dificuldades para o desempenho de funções.

### DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

A deficiência intelectual ou mental é aquela em que o indivíduo apresenta funcionamento intelectual significativamente inferior à média, com manifestação antes dos dezoitos anos, e limitações associadas a duas ou mais áreas de habilidades adaptativas, tais como: comunicação, cuidado pessoal, habilidades sociais, utilização dos recursos da comunicação, saúde e segurança, habilidades acadêmicas, lazer e trabalho. Ela tem sido graduada em níveis de comprometimento que variam entre leve, moderado, grave (ou severo) e profundo.

### DEFICIÊNCIA VISUAL /CEGO

Deficiência visual é a cegueira, na qual a acuidade visual é igual ou menor que 0,05 no melhor olho, com a melhor correção óptica; a baixa visão, que significa acuidade visual entre 0,3 e 0,05 no melhor olho, com a melhor correção óptica; os casos nos quais a somatória da medida do campo visual em ambos os olhos for igual ou menor que 60°; ou a ocorrência simultânea de quaisquer das condições anteriores (Decreto 5.296/2004).

### DEFICIÊNCIA AUDITIVA / SURDO

Deficiência auditiva é a perda da capacidade de ouvir, seja perda bilateral, parcial ou total, de quarenta e um decibéis (dB) ou mais, aferida por audiograma nas freqüências de 500Hz, 1.000Hz, 2.000Hz e 3.000Hz. Em termos clínico-patológicos, é classificada conforme o nível de perda: leve, moderada, severa ou profunda.

### SURDOCEGUEIRA

Os indivíduos surdocegos são definidos como aqueles que têm perda substancial de visão e audição, de tal forma que a combinação das duas deficiências causa extrema dificuldade na conquista de metas educacionais, vocacionais, de lazer e sociais.

## **MÚLTIPLA**

Associação de duas ou mais deficiências.

## **PARALISIA CEREBRAL**

Lesão de uma ou mais áreas do sistema nervoso central - podem ter como consequência alterações psicomotoras, podendo ou não causar deficiência mental (paralisia cerebral).

## **PESSOA COM MOBILIDADE REDUZIDA**

Pessoa com mobilidade reduzida é o indivíduo que, não se enquadrando no conceito de pessoa com deficiência, tenha por qualquer motivo, dificuldade de movimentar-se permanente ou temporariamente, gerando redução efetiva de mobilidade, flexibilidade, coordenação motora e percepção. A ABNT NBR 9050:2004 entende por pessoa com mobilidade reduzida, além da pessoa com deficiência, o idoso, o obeso, a gestante, conforme segue:

- Pessoa idosa – Indivíduo que atingiu a plenitude da idade, mas apresenta limitações físicas, cardíacas e neurológicas. No Brasil, é considerada idosa a pessoa com 60 anos ou mais.
- Pessoa obesa – Indivíduo que excede o índice de massa corporal (IMC) adequado para sua constituição física.
- Outros - Mulheres gestantes, pessoas com crianças de colo etc.

## **SÍNDROME DE DOWN**

A síndrome de Down é a forma mais frequente de retardamento mental causada por uma aberração cromossômica microscopicamente demonstrável. É caracterizada por história natural e aspectos fenotípicos bem definidos. É causada pela ocorrência de três (trissomia) cromossomos 21, na sua totalidade ou de uma porção fundamental dele.

## **5.2 AS DIFICULDADES DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DURANTE A ATIVIDADE**

Ao oferecer no mercado de turismo, pacotes com atividades de aventura adaptada, o receptivo local deve ter um olhar especial para as situações possíveis, principalmente as dificuldades do dia a dia da pessoa com deficiência.

Isto é muito importante, pois apesar de existirem elementos genéricos na gestão da segurança dos programas de aventura, cada roteiro adaptado exigirá um alto grau de especialização em itens relacionados ao controle de riscos, segundo as características do ambiente x atividade x pessoa com deficiência. Vale a pena ficar atento às dificuldades a seguir:

### **DIFÍCULDADES LOCOMOTORAS**

Pessoas que usam bengala, muletas, cadeira de rodas, com membros inferiores mutilados, que usam algum tipo de aparato ortopédico fixo ou provisório (gesso, ataduras ou curativos), mães com crianças de colo etc.

### **DIFÍCULDADES CORPORAIS**

Pessoas idosas, cardiopatas, reumáticas, portadoras do mal de chagas, obesas, extremamente baixas ou de muito elevada estatura, com membros superiores lesados, gestantes após o 6º mês de gravidez e convalescentes em geral.

### **DIFÍCULDADES SENSORIAIS**

Pessoas com perda de visão parcial, total ou problemas clínicos como graus elevados de catarratas, astigmatismo, hipermetropia, estrabismo e daltonismo, com perda parcial ou total de audição, com problemas clínicos nos tímpanos e no ouvido médio, com problemas de fala total (mudas) ou parcial.

### **DIFÍCULDADES MENTAIS**

Pessoas com diferentes graus de incapacidade mental.

## **5.3 CUIDADOS E RISCOS DURANTE AS ATIVIDADES DE AVENTURA ADAPTADAS**

A venda é o primeiro momento de comunicação entre uma pessoa com deficiência e um agente receptivo e pode marcar toda uma viagem de sucesso e de futuros clientes.

Mas erros na hora do desenvolvimento da atividade serão fatais. Por isso será necessário que a equipe de condutores esteja atenta às variáveis que poderão ocorrer com a pessoa com deficiência, ocasionando os primeiros socorros e resgate.

### **CONVULSÃO**

É um fenômeno eletro-fisiológico anormal temporário que ocorre no cérebro, uma descarga de energia distribuída de forma anormal no cérebro. Estas alterações podem refletir-se a nível da tonacidade corporal (gerando contrações involuntárias da musculatura, como movimentos desordenados, ou outras reações anormais como desvio dos olhos e tremores), alterações do estado mental, ou outros sintomas psíquicos.

## EPILEPSIA

Caracterizada como um evento desencadeado por descarga elétrica excessiva e súbita proveniente do córtex cerebral. É um grupo de condições neurológicas que tem como característica comum a presença de crises epilépticas, não provocadas. Dá-se o nome de epilepsia à síndrome médica na qual existem convulsões recorrentes e involuntárias.

A crise de ausência se caracteriza pela perda da consciência, em geral sem quedas e sem atividade motora. A pessoa fica com o “olhar perdido” por alguns momentos. Não é necessário nenhum procedimento especial.

### Principais causas da convulsão:

- Acidentes de carro, quedas e outros traumas na cabeça;
- Meningite;
- Desidratação grave;
- Intoxicações ou reações a medicamentos;
- Hipoxemia perinatal (falta de oxigênio aos recém nascidos em partos complicados);
- Hipoglicemias (baixa glicose no sangue);
- Epilepsias (crises convulsivas repetitivas não relacionadas à febre nem a outras causas acima relacionadas; têm forte herança familiar);
- Convulsão Febril (causada por febre).

## ÚLCERAS DE PRESSÃO

São lesões decorrentes de isquemia tecidual local provocada pela alteração da sensibilidade dolorosa. A ausência ou diminuição da motricidade voluntária, a incontinência esfíncteriana, a higiene precária e a deficiência nutricional são fatores que, associados à alteração de sensibilidade, contribuem para a formação dessas lesões em regiões corporais com saliência óssea. A úlcera é classificada do estágio I ao IV em referência a profundidade de comprometimento tecidual e não a gravidade da lesão. Pessoas com alteração de sensibilidade não conseguem dizer que está machucando ou doendo seu ferimento de acordo com a posição que ele foi colocado (por exemplo, em uma cadeira para a atividade) ou quando está sendo transferido.

## TRAQUEOSTOMIA

É uma abertura cirúrgica feita pelo pescoço até a traquéia. Normalmente coloca-se um tubo pela abertura (tubo de traqueostomia ou tubo traqueal) para permitir a passagem de ar e a remoção de secreções do pulmão. Algumas pessoas traqueostomizadas podem falar tampando com o dedo ou válvula o orifício do tubo traqueal. Também podem se alimentar normalmente, mas sugere-se ali-

mentar-se sentado e pausadamente, portanto respeite o tempo necessário para cada pessoa. Caso ocorra saída de alimento pelo orifício é necessário o encaminhamento ao médico o mais rápido possível. Não é indicado atividades aquáticas com a traqueostomia aberta.

### **SONDA GASTROINTESTINAL**

É um tubo que se introduz em canal do organismo, natural ou não para reconhecer-lhe o estado, extraír ou introduzir algum tipo de matéria. Na definição de cateter temos: instrumento tubular que é inserido no corpo para retirar líquidos, introduzir sangue, soro, medicamentos e efetuar investigações diagnósticas. inserção de uma sonda de plástico ou de borracha, flexível, pela boca ou pelo nariz, cujos objetivos são: descomprimir o estômago, remover gás e líquidos, diagnosticar a motilidade intestinal, administrar medicamentos e alimentos. tratar uma obstrução ou um local com sangramento e obter conteúdo gástrico para análise.

### **COLOSTOMIA**

A colostomia faz com que uma parte do intestino fique exposta no abdômen. Esta abertura será o local por onde sairão as fezes, que por sua vez serão armazenadas em uma bolsa coletora. Cuidado para que as fixações dos equipamentos de adaptação das atividades de aventura e o auxílio na transferência (quando necessário) não comprimam o local da colostomia.

### **SONDAGEM VESICAL**

Quando a urina não pode ser eliminada naturalmente, deve ser drenada artificialmente através de sondas ou cateteres que podem ser introduzidos diretamente na bexiga, ureter ou pelve renal. A sondagem vesical é a introdução de uma sonda ou cateter na bexiga, que pode ser realizada através da uretra ou por via supra-pública, e tem por finalidade a remoção da urina. Suas principais indicações são: obtenção de urina asséptica para exame, esvaziar bexiga em pacientes com retenção urinária, em preparo cirúrgico e mesmo no pós operatório, para monitorizar o débito urinário horário e em pacientes inconscientes, para a determinação da urina residual ou com bexiga neurogênica que não possuam um controle esfíncteriano adequado.

## **5.4 EQUIPAMENTOS QUE AUXILIAM NA LOCOMOÇÃO**

Pessoas com deficiência em mobilidade física comumente possuem equipamentos que os auxiliam na locomoção, quais sejam: cadeiras de rodas, andadores, bengalas, muletas, órteses, próteses, entre outros.

Para o deslocamento em veículos com os usuários de cadeiras de rodas, deve-se posicioná-los na mesma direção do condutor do veículo.

## **BENGALAS**

São os equipamentos mais comuns de ajuda para a manutenção da mobilidade. O indivíduo com deficiência física ou mobilidade reduzida deve segurar a bengala com a mão oposta ao lado envolvido, a menos que este lado estiver lesado. Normalmente utilizado por pessoas com mobilidade reduzida ou deficiência física leve, que possuem marcha, certo controle, força e equilíbrio em musculatura global.

## **ANDADORES**

São equipamentos que fornecem mais equilíbrio, segurança, estabilidade e liberdade de transferência de peso na troca de passos. Comumente utilizado por pessoas com mobilidade reduzida, possuem força em membros superiores e tronco; força e controle de membros inferiores reduzidos, déficit de equilíbrio.

## **MULETAS**

Normalmente indicado quando não é permitido descarga de peso nas extremidades inferiores.

## **CADEIRA DE RODAS**

Podem ser de propulsão manual ou motorizada. A manual é a mais convencional. Existem diversos modelos, geralmente encontrados como padrão, infantil, higiênica, para hemiplégicos. É originalmente sem acessórios opcionais ou outros recursos, mas possui variações de peso, de estrutura e de materiais de fabricação.

## **CADEIRA DE RODAS ADAPTADA**

Com base de mobilidade e sistema de apoio postural (apoio para as costas, para os lados e para frente), variações no tipo de superfície de assento e encosto. Com dispositivos específicos para aquele usuário, exemplos: sistema de recliner de encosto, tilt (vários níveis de inclinação do conjunto assento encosto), cintos, assentos e encostos especiais, apoios de tronco, de cabeça entre outras características.

## **CADEIRA DE RODAS MOTORIZADA**

É indicada para usuários com nível de compreensão e coordenação motora compatível para seu acionamento com segurança. Dependem da unidade de motor, bateria ou sistema elétrico e do acesso aos controles do tipo joystick ou switch. Neste grupo também se enquadram os triciclos.

## 5.5 EQUIPAMENTOS QUE AJUDAM NA TRANSFERÊNCIA

### **BARRAS DE TRANSFERÊNCIA/APOIO**

As barras de transferência/apoio foram desenvolvidas para auxiliar as pessoas com dificuldade de se movimentar como os idosos, pessoas com deficiência física, pessoas recém operadas, entre outras.

### **TÁBUA DE TRANSFERÊNCIA**

Facilita a movimentação do corpo nas transferências por deslizamento e é muito utilizada na cama e em carros. Normalmente são de madeira resistente, confortável e segura. Ideais para efetuar transferências quando as cadeiras de rodas não têm apoio de braços removível.

### **GUINCHOS DE TRANSFERÊNCIA ELÉTRICOS OU SISTEMAS LIFT**

Estes equipamentos são de fácil colocação, manejo e retirada do usuário. O lift é uma espécie de guincho ou elevador, com um braço de funcionamento manual ou por motor elétrico. Na ponta deste braço, são presas correias oriundas de uma espécie de bolsa, onde uma pessoa é encaixada para ser levantada, a fim de ajudar nas transferências entre o veículo e a cadeira de rodas. Este aparelho pode ser acoplado ao carro ou ser móvel, com rodas para que alcance os lugares desejados.

### **ÓRTESE**

É um dispositivo que é utilizado externamente ao corpo humano para modificar as características funcionais ou estruturais do sistema musculoesquelético.

### **PRÓTESE**

É um dispositivo acrescentado ao corpo para substituição esteticamente ou funcionalmente um membro perdido por deficiência congênita ou adquirida.

O melhor para a pessoa com deficiência física é seu próprio equipamento, portanto, ao deslocar, transferir, fique atento para providenciar o dispositivo tão logo a atividade termine.

Em caso de um comprometimento alto na forma de se comunicar (como por exemplo: pessoas com paralisia cerebral ou tetraplegia) recomenda-se verificar com a pessoa ou acompanhante (caso possuir um) como realiza sua comunicação: se através do discurso oral, através de prancha de comunicação alternativa, se utiliza gestos naturais, enfim é necessário saber como será o seu diálogo com essa pessoa.

Combine alguns sinais ou figuras para expressar com maior agilidade possível alguns alertas como “quero parar com a atividade”, “preciso de ajuda”, “quero fazer uma pergunta”, “estou feliz”, “quero continuar”, “estou com medo”, “falta muito?”, “banheiro”. Este material precisar estar bem próximo da pessoa para que ela mesma pegue. Para o percurso da atividade em água fica mais fácil combinar a apresentação de dois cartões nas cores vermelha (pare, algum problema) e verde (prossiga, está tudo bem). Os demais cartões podem ser uma explicação dos coloridos realizando o questionamento depois.

Quando a comunicação oral é eficaz sempre questione como a pessoa está se sentindo, se pode continuar, se esta confortável enfim não se sinta satisfeito com o silêncio da pessoa. Risos constantes podem significar o oposto.

Algumas pessoas com deficiência física podem apresentar uma lentidão no processo da fala oral, espere o ritmo de cada um respeitando-a e quando for necessária a agilidade utilize outro recurso para comunicação como os cartões coloridos.

Diante de qualquer instrução fale pausadamente sempre questionando a existência de dúvidas. Tenha a certeza de que a pessoa com deficiência está atenta à suas explicações.

## TIPOS DE TRANSFERÊNCIA

**1. Independente (sem auxílio)** - O condutor deve perguntar se ele necessita de algum auxílio. Se a resposta for negativa, é importante ficar de prontidão, observando como ele faz, onde tem força, como descarrega o peso. Estas informações podem ser usadas na hora da atividade.

**2. Com pouco auxílio** - O condutor deve perguntar o que o turista quer que ele faça, onde ele deve dar o suporte. Não se deve agarrar a pessoa com deficiência. É ela quem se apóia e o segura, conforme a sua necessidade. No caso de dois ajudantes, deve haver sintonia. Eles devem combinar a ação de cada um e o que cada um aguenta. O que suportar mais peso deve ser o responsável pela parte superior do corpo da pessoa com deficiência. As articulações maiores dele, como quadril e cintura escapular, devem ser as partes a serem seguras. Não o pegue pelas pernas e braços. Não utilize seus dedos e sim suas mãos ou braços para segurá-lo.

## FORMAS DE TRANSFERÊNCIA PARA EQUIPAMENTOS

Sempre que a pessoa com deficiência tiver que ser movida de sua cadeira, deve ser executado um procedimento que se chama transferência.

Transferência significa movê-lo de um equipamento para outro, não carregá-lo por longas distâncias (para isto são indicados equipamentos como transferidores, cadeiras ou macas).

### **Cuidados para executar uma transferência:**

- Deve-se analisar o indivíduo: padrão motor, deformidades, escaras (machucados), funcionalidade (o que ele consegue fazer sozinho), experiências (como está habituado a ser transportado), se tem um acompanhante (como faz no dia a dia);
- A dica é observar os equipamentos se os apoios de braço e pé são móveis e se eles podem ser retirados e se tem cintos que o prendem, se tem apoio de cabeça. Deve-se perguntar;
- Sobre o ambiente é importante observar se o piso está estável (se não está molhado, se tem degraus, piso solto etc.), se o outro equipamento está próximo. A segurança é de suma importância.

## **5.6 ATIVIDADES DE TURISMO DE AVENTURA**

A diversidade das práticas de aventura variam sob diferentes aspectos, de acordo com os territórios em que são operadas, dos equipamentos, habilidades e técnicas exigidas em relação ao risco que pode envolver e ao avanço tecnológico.

Comumente agrupam-se as atividades de aventura em três grupos, utilizando os elementos da natureza (água, terra e ar), sabe-se que algumas podem envolver mais que um elemento e ocorrer em ambientes diversos (fechado, ao ar livre, espaços naturais ou construídos). São elas:

### **TERRA**

**Arvorismo** - locomoção por percurso em altura instalado em árvores e outras estruturas construídas.

**Atividades ciclísticas** - percurso em vias convencionais e não convencionais em bicicletas, também denominadas de cicloturismo.

**Atividades em cavernas** - observação e apreciação de ambientes subterrâneos, também conhecidas como caving e espeleoturismo.

**Atividades equestres** - percursos em vias convencionais e não convencionais em montaria, também tratadas de turismo equestre.

**Atividades fora-de-estrada** - percursos em vias convencionais e não convencionais, com trechos de difícil acesso, em veículos apropriados. Também denominadas de Turismo Fora-de-Estrada.

**Bungee jump** - salto com o uso de corda elástica.

**Cachoeirismo** - descida em quedas d'água utilizando técnicas verticais, seguindo ou não o curso da água.

**Canionismo** - descida em cursos d'água transpondo obstáculos aquáticos ou verticais com a utilização de técnicas verticais. O curso d'água pode ser intermitente.

**Caminhadas** - percursos a pé em itinerário pré-definido.

**Curta duração** - caminhada de um dia. Também conhecida por hiking.

**Longa duração** - caminhada de mais de um dia. Também conhecida por trekking.

**Escalada** - ascensão de montanhas, paredes artificiais, blocos rochosos utilizando técnicas verticais.

**Montanhismo** - caminhada, escalada ou ambos, praticada em ambiente de montanha.

**Rapê** - técnica vertical de descida em corda. Por extensão, nomeiam-se, também, as atividades de descida que utilizam essa técnica.

**Tirolesa** - deslizamento entre dois pontos afastados horizontalmente em desnível, ligados por cabo ou corda.

## ÁGUA

**Bóia-cross** - descida em corredeiras utilizando bóias infláveis. Também conhecida como acqua-ride.

**Canoagem** - percurso aquaviário utilizando canoas, caiaques, ducks e remos.

**Mergulho** - imersão profunda ou superficial em ambientes submersos, praticado com ou sem o uso de equipamento especial.

**Rafting** - descida em corredeiras utilizando botes infláveis.

## AR

**Asa delta** - vôo com aerofólio impulsionado pelo vento.

**Balonismo** - vôo com balão de ar quente e técnicas de dirigibilidade.

**Parapente** - vôo de longa distância com o uso de aerofólio (semelhante a um pára-quedas) impulsionado pelo vento e aberto durante todo o percurso, a partir de determinado desnível.

**Pára-quedismo** - salto em queda livre com o uso de pára-quedas aberto para aterrissagem, normalmente a partir de um avião.

**Ultraleve** - vôo em aeronave motorizada de estrutura simples e leve.

Apesar da existência de 24 atividades de aventura, os estudos realizados contemplaram nesta 1ª fase apenas 6 atividades.

## 5.7 DICAS E TÉCNICAS PARA O BOM ATENDIMENTO À PESSOA COM DEFICIÊNCIA NO TURISMO DE AVENTURA

Nas próximas páginas serão discutidas as atividades que foram alvo de testes do projeto Aventureiros Especiais - Promovendo o acesso das Pessoas com Deficiência ou Mobilidade Reduzida no Turismo de Aventura, na cidade de Socorro - SP, em 2005.

# ARVORISMO

Arvorismo é uma atividade que consiste na travessia entre plataformas montadas no alto das copas das árvores, ultrapassando diferentes tipos de obstáculos como escadas, pontes suspensas, tirolesas e outras atividades que podem ser criadas.

A atividade é muito utilizada no turismo de aventura, para lazer e recreação, e para estudos de fauna e flora das camadas mais altas da floresta.

## TIPOS DE ARVORISMO

**Contemplativo** - Nascido na Costa Rica nos anos 1980, esse percurso tem como principal objetivo a observação da natureza. O praticante caminha por passarelas protegidas por redes, que estão suspensas entre as árvores.

**Acrobático** - Neste tipo de percurso os praticantes precisam de um pouco mais de equilíbrio, coordenação e ousadia. Sempre presos a um cabo de segurança e utilizando equipamentos adequados, os praticantes caminham sobre cabos, se penduram em redes e deslizam em tirolesas. Essa atividade nasceu na França no fim dos anos 1990.

## AVALIAÇÃO DA ESTRUTURA LOCAL

O empreendimento que oferece atividades de arvorismo adaptado, deverá realizar uma avaliação completa da infra-estrutura local, banheiros e vestiários, fraldário, guarda-volume, estacionamento e sala de primeiros-socorros.

## ADAPTANDO O ARVORISMO

Critérios de avaliação da dificuldade das diferentes etapas dos testes aplicados:

DIFÍCULDADE MÍNIMA	Quando não existe uma dificuldade específica pela deficiência, sendo a dificuldade nestes casos as mesmas que são observadas para qualquer tipo de participante.
DIFÍCULDADE MÉDIA	Quando a causada deficiência requer da aplicação de adaptações específicas relativamente complexas ou técnicas de operação diferenciadas.
DIFÍCULDADE MÁXIMA	Quando a causa da deficiência requer da aplicação de adaptações específicas altamente complexas ou técnicas de operação especiais ou muito diferenciadas.

## UTILIZAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS

Os equipamentos indicados para esta atividade são:

- Cadeirinhas;
- Cabo de segurança;
- Capacete;
- Luvas;
- Mosquetão;
- Polia;
- Tibloc;
- Vagão;
- Auto-seguro (o participante deverá fazer antes da atividade).

## DIFICULDADES OBSERVADAS NA COLOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

DEFICIÊNCIA X DIFICULDADE
SURDOCEGO E PESSOA COM DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO MÉDIA
PESSOA COM DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO, SÍNDROME DE DOWN E ATAXIA MÍNIMA

## INSTRUÇÃO PARA O PROCEDIMENTO DA OPERAÇÃO DA ATIVIDADE ADAPTADA

- O visitante será encaminhado para a sala de equipamentos onde será marcada a atividade;
- Será realizado o alongamento para início da atividade;
- Condutor dará a instrução com a descrição da atividade, como será o percurso, as medidas de segurança e o uso dos equipamentos;
- Será necessário a formatação de sinais de comandos por toques específicos para surdocegos;
- Criação de um Guia Operacional em LIBRAS para o surdo.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA INSTRUÇÃO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Para esta deficiência em particular, deve-se contar com apoio de um intérprete de LIBRAS e da técnica de TADOMA (técnica de comunicação baseada na vibração da voz).
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÉDIA	No caso de surdos, pode ser criada uma cartilha com as instruções, também em LIBRAS, sendo ainda preferível à presença de um intérprete, já que esta é a forma usual com que se comunicam.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	No caso dos cegos o maior problema reside em explicar em que consiste a atividade, porém se deve utilizar uma descrição com a maior quantidade possível de detalhes. Se deve usar o reconhecimento dos equipamentos por tato. A existência de uma maquete ou então um desenho em relevo do percurso pode ajudar muito.
SÍNDROME DE DOWN	MÁXIMA	Deve-se ser paciente e assegurar-se de que compreenderam as instruções, pois são muito dispersos; utilizar um condutor que deverá acompanhar durante todo o percurso para que a pessoa repita os movimentos / procedimentos adequados.
ATAXIA	MÉDIA	Para complementar a instrução o ideal seria a existência de um local de teste, onde os participantes pudessem praticar um mini percurso, familiarizando-se com o sistema de cabo de segurança e com o trabalho do condutor.

## ACESSO AO LOCAL DE PARTIDA

Deve ser alvo de avaliação.

## PERCURSO

Dificuldades observadas pelos condutores no percurso.

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE
SURDOCEGO	MÉDIA
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÉDIA
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA
SÍNDROME DE DOWN	MÁXIMA
ATAXIA	MÁXIMA

## RECOMENDAÇÕES DAS DEFICIÊNCIAS

A atividade necessita de algumas adaptações, mas pode ser realizada por pessoa com as seguintes deficiências:

DEFICIÊNCIAS	SURDOCEGO
	DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO
	DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO
	ATAXIA
	SÍNDROME DE DOWN

Nos demais casos, a prática se torna impossível, pois é necessário a mobilidade nos quatro membros. Existiria a possibilidade de criar um arvorismo totalmente adaptado, onde o participante poderia fazer o percurso entre as estações utilizando a técnica de tirolesa assistida. Este tipo de possibilidade perderia um pouco da verdadeira emoção da atividade dada pela dificuldade dos diferentes percursos, mas poderia oferecer aos participantes a sensação de estar transitando entre as copas das árvores. Quando o arvorismo é utilizado para fins de ecoturismo, esta opção é mais válida.

Existe também a possibilidade de se criar percursos com passarelas aéreas acessíveis para cadeirantes, mas esta opção requer de um alto investimento para quem oferece este serviço por se tratar de um circuito totalmente diferenciado dos tradicionais.

## **RECOMENDAÇÕES TÉCNICAS - PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO**

1. O usuário deve assinar um termo de comunicação de risco em Braille;
2. Seguro em Braille;
3. Deve-se contar com tinteiros, pois as pessoas sem mobilidade nas mãos assinam com a digital, caso não haja responsável legal;
4. Deve-se colocar as informações em Braille ou algum sistema de comunicação para pessoas com baixa visão nas plataformas, informando altura e distância ate a próxima estação (pode ate se informar a quantidade de degraus que deverão ser percorridos);
5. Disponibilizar o piso tátil na última madeira das plataformas, o melhor é piso emborrachado;
6. Deve-se colocar algum sistema de sensação tátil nos corrimãos para marcar onde estão os degraus;
7. Deve-se colocar algum tipo de guia nas madeiras dos degraus, marcando o centro, para que as pessoas com deficiência visual possam sentir;
8. Elaborar uma explicação detalhada da atividade, escrita em Braille;
9. Deve-se tocar todos os equipamentos no caso dos cegos para dar confiança;
10. Criar um circuito de teste no solo para um melhor treinamento dos participantes, especialmente no caso das pessoas com deficiência visual;
11. Fornecer luvas para as mãos no caso dos cegos, pois eles têm muita sensibilidade e podem se machucar com o uso dos cabos.

## **TÉCNICAS GERAIS**

- Um condutor deve ir de costas acompanhando o participante durante todo o trajeto, olhando sempre para assistir no que for necessário;
- Disponibilizar o piso tátil na madeira das plataformas, o melhor é piso emborrachado;
- Os trechos não devem ser muito longos, a distância máxima recomendada é de 8 a 10 metros;
- Recomenda-se um percurso de 100 metros;
- Os cabos de segurança nas plataformas devem estar postados a uma altura suficiente para não bater na cabeça dos participantes;
- Deve-se colocar etiqueta com informação em Braille para indicar onde estão os degraus;
- As pontes devem estar ao mesmo nível das plataformas para não ter problemas na saída nem na chegada de cada estação;
- É importante criar um sistema de sinais para: seguir – parar – abaixar – balança muito – levantar a perna, por exemplo, graus de dificuldade, falta pouco para chegar à próxima plataforma, ainda falta uma boa distância;
- As plataformas devem ser de no mínimo 2 x 2 metros;
- Aconselha-se levar água para durante o percurso;
- Ter preparada várias vias de escape para abandono da atividade durante o percurso.

# TIROLESA

A tirolesa é uma atividade de aventura originária da região do Tirol, na Áustria. Consiste em um cabo aéreo ancorado horizontalmente entre dois pontos, pelo qual o aventureiro se desloca através de roldanas conectadas por mosquetões a uma cadeirinha de alpinismo. Tal atividade permite ao praticante a emoção de voar por vales contemplando belas paisagens.

A tensão da corda é importante para que não se forme uma “barriga” no cabo, o que prejudicaria a trajetória da carga em movimento, podendo detê-la antes do final do curso pretendido.

## FORAM DESENVOLVIDOS DOIS TIPOS DE TIROLESA:

1. Seco, onde se inicia o trajeto em uma plataforma e o ponto final é em terra;
2. Molhado, onde parte-se de um ponto “x” com destino a um lago, por exemplo.

## ADAPTANDO A TIROLESA

Critérios de avaliação da dificuldade das diferentes etapas da experiência:

<b>DIFÍCULDADE MÍNIMA</b>	Quando não existe uma dificuldade específica pela deficiência, sendo a dificuldade nestes casos as mesmas que são observadas para qualquer tipo de participante.
<b>DIFÍCULDADE MÉDIA</b>	Quando a causa da deficiência requer a aplicação de adaptações específicas relativamente complexas ou técnicas de operação diferenciadas.
<b>DIFÍCULDADE MÁXIMA</b>	Quando a causa da deficiência pede aplicação de adaptações específicas altamente complexas ou técnicas de operação especiais ou muito diferenciadas.

## DETALHES DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi realizada optando por uma tirolesa que apresenta bom acesso, em que a saída não é feita no alto de plataformas nas quais só é possível subir através de escadas.

Esta possui 1 km de percurso, permitindo que o participante desfrute de um minuto literalmente no ar, chegando a uma velocidade de 55 km/ h a 140 metros de altura.

Embora ansiosos, nenhum dos participantes mostrou-se inseguro perante a nova experiência.

## ACESSO AO LOCAL DE PARTIDA

O percurso da base até o local de operação, onde se encontra a saída da tirolesa, possui aproximadamente 1,5 quilômetro, levando até o alto do morro e apresenta trechos íngremes e irregulares, requerendo que o traslado fosse realizado através de veículos 4 x 4. Neste caso, observam-se os mesmo procedimentos técnicos aplicados nos passeios fora de estrada.

Observou-se que esta atividade, sempre que praticada por pessoas com deficiência, requer um planejamento adequado, que atenda às necessidades das pessoas sem mobilidade, devendo ter um local confortável para que aguardarem devidamente até o momento de sua descida. O maior problema reside nos casos em que um aventureiro com deficiência é usuário de cadeira motorizada ou de formato especial, nesse caso se deve transportar também a cadeira numa camionete.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA ESPERA ANTES DA PARTIDA

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO		
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO		
DEFICIÊNCIA VISUAL/ CEGO		
SÍNDROME DE DOWN		
ATAxia	MÍNIMA	Necessitam de acompanhamento.
AMPUTADO		
PARAPLÉGICO		
TETRAPLÉGICO		
PARALISIA CEREBRAL	MÉDIA	Necessitam de uma cadeira para ficar numa posição cômoda durante o período de espera, nos casos que for possível se deve levar a própria cadeira do participante. O local deve possuir cobertura para proteção do sol.

## COLOCAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS

Os equipamentos utilizados nesta atividade foram:

- Cadeirinhas;
- Peitorais nos casos de paraplégicos, tetraplégicos e paralisia cerebral;
- Cabo duplo;
- Capacete.

Nos casos em que a deficiência não afeta a mobilidade, podem ser utilizados as cadeirinhas padrão e equipar estes participantes não apresenta nenhuma dificuldade adicional.

No caso dos paraplégicos ou tetraplégicos foi necessário o uso de peitorais para garantir que, apesar da falta de equilíbrio, os participantes mantivessem a posição correta por todo o percurso.

A colocação do peitoral deve ser realizada com muito cuidado, sendo necessárias três pessoas para esta operação. É necessário ter treinamento prévio para garantir que os movimentos não produzam nenhum tipo de lesão.

Aprendeu-se que a colocação do peitoral poderia ser realizada na base, para que não sejam necessários três condutores no local de saída. Deve haver peitorais para todos os paraplégicos ou tetraplégicos. Em caso de número reduzido de equipamentos, os grupos deverão ser divididos para evitar demoras no retorno do material à base de saída (o que ocasionaria maior tempo de espera. Estas situações podem aumentar a ansiedade entre os participantes e seus acompanhantes).

## INSTRUÇÃO

- A instrução foi rápida, informando em que consiste a atividade, como seria a experiência e as medidas de segurança necessárias. Deve-se explicar também como se comportar na chegada, para que o participante esteja preparado e colabore com essa operação.
- Será necessário a formatação de sinais de comandos por toques específicos para surdocegos.
- E criação de um Guia Operacional em LIBRAS para o surdo.

DEFICIÊNCIA X DIFICULDADE
SURDOCEGO, PESSOA COM DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO E AMPUTADO - MÍNIMA
PESSOA COM DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO, SÍNDROME DE DOWN E ATAXIA - MÉDIA
PARAPLÉGICO, TETRAPLÉGICO E PARALISIA CEREBRAL - MÁXIMA

## DIFICULDADES OBSERVADAS NA COLOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Para esta deficiência em particular, deve-se contar com apoio de um intérprete de TADOMA (técnica de comunicação baseada na vibração da voz), pois muitos surdocegos não conseguem se comunicar através da fala, impedindo a formulação de perguntas e a compreensão das instruções.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÉDIA	No caso de surdos, pode ser criada uma cartilha com as instruções, sendo ainda preferível a presença de um intérprete, já que esta é a forma usual com que se comunicam.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	No caso dos cegos o maior problema está em explicar em que consiste a atividade, porem se deve descrever tudo e usar o reconhecimento dos equipamentos por tacto. A existência de uma maquete ou então um desenho em relevo do percurso pode ajudar muito.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve-se ter muita paciência e assegurar-se de que compreenderam as instruções pois são muito dispersos. Utilizar uma mensagem simples na comunicação.
ATAXIA PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO AMPUTADO PARALISIA CEREBRAL	MÍNIMA	Apesar das dificuldades para se expressar, os participantes não têm problemas com o raciocínio.

No caso dos paraplégicos ou tetraplégicos, recomenda-se oferecer um sistema que permita testar o equipamento antes da prática da atividade. Pode ser criado um sistema que sirva para colocar o mosquetão a uma altura que deixe o participante pendurado simulando o que será experimentado, para que consiga sentir como será a posição em que vai ficar durante a experiência. Tirar esta dúvida fará com que o participante possa desfrutar do passeio com maior intensidade, já que estará mais preparado e seguro.

## PERCURSO

Devem ser realizadas adaptações para os usuários de cadeiras de rodas. No local do teste, o trecho até a rampa de partida propriamente dita é curto, de aproximadamente 15 m. Apresenta uma leve inclinação, em forma de rampa, com uma inclinação muito íngreme na parte final do percurso, de cerca de três metros.

Este trecho pode ser totalmente adaptado para a entrada de cadeiras. Porém, por medidas de segurança preferiu-se transportar os paraplégicos ou tetraplégicos com o auxílio de duas pessoas. Uma vez embaixo do cabo, um terceiro condutor conectou os mosquetões nos cabos. E os ajudantes foram conduzindo os participantes pela rampa de saída até que estes não mais tivessem contato com o chão. Neste momento foram soltos, dando início à descida de um minuto.

No caso dos cegos, foram conduzidos com um acompanhante até a rampa de saída, onde reconheceram tudo, através do tato, por exemplo, onde estavam os cabos e como se colocavam os mosquetões.

Os participantes caminharam até o início da descida. É importante que a instrução seja bem compreendida, para que tenham uma previsão de todas as etapas da experiência.

*Observação: Referência: tirolesa de 1.000 metros, que leva o participante a uma velocidade de cerca de 50 km/h, a 140 metros de altura. O percurso aéreo demora aproximadamente 55 segundos.*

## DIFICULDADES OBSERVADAS NO PERCURSO ATÉ A RAMPA E NA SAÍDA

DEFICIÊNCIA	DIFICULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÉDIA	Deve-se permitir que toquem o cabo e entendam como são colocados os mosquetões. Os participantes devem estar cientes de (aproximadamente) a quantos passos perderão o contato com o chão.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO SÍNDROME DE DOWN	MÍNIMA	
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Deve-se permitir que toquem o cabo e entendam como são colocados os mosquetões. Os participantes devem estar cientes de (aproximadamente) a quantos passos perderão o contato com o chão.
ATAXIA	MÉDIA	Deve ser acompanhado até a rampa de saída por um condutor devido à falta de equilíbrio.

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
PARAPLÉGICO	MÉDIA	Deve ser acompanhado até a rampa por dois condutores. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta. Deve-se ajudar o participante na saída, até que deixe o contato com o chão.
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Deve ser acompanhado até a rampa por dois condutores. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta. Deve-se ajudar o participante na saída, até que deixe o contato com o chão.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Deve ser acompanhado até a rampa por dois condutores. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta. Deve-se ajudar o participante na saída, até que deixe o contato com o chão.
AMPUTADO	MÍNIMA	Deve ser acompanhado até a rampa de saída por um condutor.

Ao final do percurso, após a frenagem, quando o participante é conduzido até a plataforma de chegada, deve-se ser cauteloso ao retirar os mosquetões dos paraplégicos ou tetraplégicos, buscando reproduzir o processo inverso para a transferência que foi realizada na rampa de saída.

Dois condutores devem ajudar na transferência, enquanto um terceiro ajuda a desconectá-lo. Os participantes devem ser conduzidos até suas cadeiras ou até um local onde possam aguardar a chegada dos veículos para o transporte que os levará de volta à base. Os equipamentos para que se sentem durante a espera devem ser cômodos, para evitar qualquer tipo de lesões. Os locais de espera, tanto na saída quanto na chegada, devem possuir proteções para o sol. Ter cuidados especiais com os paraplégicos e os tetraplégicos, pois a perda de sensibilidade (da cintura para baixo ou do ombro para baixo, respectivamente) faz com que não percebam as queimaduras provocadas pelo sol ou lesões causadas pela má postura.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA CHEGADA DA TIROLESA

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Deve-se ter um cuidado especial para evitar inseguranças.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÉDIA	
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	Deve-se ter um cuidado especial para evitar inseguranças.
SÍNDROME DE DOWN	MÍNIMA	
ATAXIA	MÉDIA	Deve-se ter um cuidado especial pela falta de equilíbrio.
PARAPLÉGICO	MÉDIA	Dois condutores devem realizar a transferência, e um terceiro tirar os mosquetões. Para retirar o equipamento também serão necessárias três pessoas. Este procedimento pode ser realizado na chegada à base. Deverão aguardar sentados, em locais confortáveis e sem exposição direta ao sol, até a chegada dos veículos de transporte
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Deve ser acompanhado até a rampa por dois condutores. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta. Deve-se ajudar o participante na saída, até que esteja em contato com o chão.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Deve ser acompanhado até a rampa por dois condutores. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta. Deve-se ajudar o participante na saída, até que esteja em contato com o chão.
AMPUTADO	MÉDIA	Deve-se ter um cuidado especial pela falta de equilíbrio.

## RECOMENDAÇÕES DAS DEFICIÊNCIAS

A atividade necessita de algumas adaptações, mas pode ser realizada por pessoa com as seguintes deficiências:

### DEFICIÊNCIAS

SURDOCEGO  
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO  
DEFICIÊNCIA VISUAL/ CEGO  
ATAXIA  
SÍNDROME DE DOWN  
PARAPLÉGICO  
TETRAPLÉGICO  
PARALISIA CEREBRAL  
AMPUTAÇÃO E/ OU MÁ-FORMAÇÃO DE MEMBROS

## TÉCNICAS GERAIS

- Termo de comunicação de risco em Braille;
- Seguro em Braille;
- Deve-se contar com tinteiros, pois as pessoas sem mobilidade nas mãos assinam o seguro com a digital, caso não haja representante legal;
- Luvas opcionais para as mãos no caso dos cegos;
- Uso de peitoral para paraplégicos, tetraplégicos e paralisia;
- Cadeiras cômodas no local de chegada para aguardar o transporte, com estrutura que proteja do sol;
- Rádios para avisar a saída de cada participante e o tipo de deficiência para os condutores que aguardam na chegada;
- Saber de técnicas de transferência, tanto para a colocação dos equipamentos, o apoio na rampa de saída e a chegada;
- Explicação detalhada da atividade, escrita para surdos e em Braille no caso de cegos;
- Tocar todos os equipamentos no caso dos cegos para dar confiança;
- Criar uma área de simulação para que os participantes possam compreender a posição e a sensação na hora das instruções, dando assim uma maior confiança;
- Verificar a quantidade mínima de condutores para a transferência tanto na saída quanto na chegada;
- Planejar com antecedência toda a logística de transporte e da sequência de saídas que serão utilizadas, em função da quantidade e das deficiências dos participantes, principalmente se forem cadeirantes, que exige o transporte das cadeiras e o uso de peitorais.

# RAPEL

Trata-se de uma técnica de descida que o praticante se utiliza de cordas e cabos para transpor obstáculos como prédios, paredões, cachoeiras, etc. A origem do termo “rappel” é francesa e quer dizer: trazer, recuperar.

Era uma técnica usada pelos espeleólogos, que a usam para explorar cavernas. Como técnica, foi desenvolvida em 1879 por Jean Charlet-Straton e seus companheiros Prosper Payot e Frederic Folliquet, durante a conquista de um paredão de rocha coberta de gelo e neve, próximo a Chamonix, França, de nome Petit Dru. Devido às dificuldades e riscos, os aventureiros foram obrigados a trocar suas cordas de algodão, devido a fragilidade, por equipamentos de mais resistentes.

De um lado, há quem defende que o rapel é uma técnica de trabalho, de esporte ou de outra atividade. Do outro, seguidores fanfarrões o praticam como uma brincadeira. Mas, os mais puristas o encaram como um esporte de aventura. E essa tribo tem crescido consideravelmente, se tornando uma atividade popular. No entanto, até hoje o rapel é usado como técnica praticada pelas polícias militar, do exército e bombeiros em resgates, operações táticas e explorações.

No Brasil, o rapel surgiu 15 anos atrás com os espeleólogos e mais recentemente como esporte. Os “rapeleiros”, como são chamados os que praticam, descem grutas, cachoeiras, pontes, viadutos e até prédios. Fazem uso de um material que garante a segurança e o sucesso da descida.

## ADAPTANDO O RAPEL

Critérios de avaliação da dificuldade das diferentes etapas da experiência:

<b>DIFÍCULDADE MÍNIMA</b>	Quando não existe uma dificuldade específica pela deficiência, sendo a dificuldade nestes casos as mesmas que são observadas para qualquer tipo de participante.
<b>DIFÍCULDADE MÉDIA</b>	Quando a causa da deficiência requer aplicação de adaptações específicas relativamente complexas ou técnicas de operação diferenciadas.
<b>DIFÍCULDADE MÁXIMA</b>	Quando a causa da deficiência requer aplicação de adaptações específicas altamente complexas ou técnicas de operação especiais ou muito diferenciadas.

## **DETALHES DA EXPERIÊNCIA**

O local onde a experiência foi realizada apresenta uma grande dificuldade de acesso até a saída do rapel, e foi escolhido justamente para avaliar as possíveis adaptações que venham a solucionar este tipo de situação, sendo que as técnicas para equipar os participantes como as adaptações que serão criadas para a tirolesa resolvem as adaptações da operação de descida.

## **UTILIZAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS**

O equipamento utilizado nesta atividade foi:

- Cadeirinhas;
- Peitorais nos casos de paraplégico, tetraplégico e paralisia cerebral;
- Corda dupla;
- Capacete.

## **INSTRUÇÃO**

Aproveitando a experiência obtida na prática da tirolesa - vide capítulo tirolesa -, os participantes foram equipados na base, antes da trilha até a saída do rapel. Valendo todas as mesmas recomendações que as observadas para a tirolesa.

Nos casos em que a deficiência não afeta a mobilidade, podem ser utilizadas as cadeirinhas padrão e equipar estes participantes não apresenta nenhuma dificuldade adicional.

A colocação do peitoral deve ser realizada com cuidado, sendo necessárias três pessoas para esta operação. É necessário ter treinamento prévio para garantir que os movimentos não produzam nenhum tipo de lesão.

Em caso de falta de equipamento, os grupos deverão ser divididos para evitar demoras no retorno do material à base de saída (o que ocasionaria maior tempo de espera. Estas situações podem aumentar a ansiedade entre os participantes e seus acompanhantes).

Foi desenvolvido um equipamento especial para melhorar o correto posicionamento e aumentar a comodidade de quem não têm controle de tronco.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA COLOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

DEFICIÊNCIA X DIFÍCULDADE
TETRAPLÉGICO E PARALISIA CEREBRAL MÁXIMA
PARAPLÉGICO MÉDIA
SURDOCEGOS, SÍNDROME DE DOWN, ATAXIA E AMPUTADO MÍNIMA

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA INSTRUÇÃO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Para esta deficiência em particular, deve se contar com apoio de um intérprete de TADOMA (técnica de comunicação baseada na vibração da voz).
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÉDIA	No caso de surdos, pode ser criada uma cartilha com as instruções, sendo ainda preferível a presença de um intérprete de LIBRAS, já que esta é a forma usual com que se comunicam.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	No caso dos cegos o maior problema reside em explicar em que consiste a atividade, porém deve-se descrever tudo, com a maior quantidade possível de detalhes. Se deve usar o reconhecimento do equipamento por tato. A existência de uma maquete ou então um desenho em relevo do percurso pode ajudar muito.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve-se ter muita paciência e assegurar-se de que compreenderam as instruções, pois são muito dispersos. Utilizar uma mensagem simples na comunicação.
ATAXIA PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO AMPUTADO PARALISIA CEREBRAL	MÍNIMA	Apesar das dificuldades para se expressar, os participantes não tem problemas com o raciocínio.

## DIFICULDADES OBSERVADAS NO ACESSO ATÉ A SAÍDA DO RAPEL

DEFICIÊNCIA	DIFICULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Necessitam de ajuda e acompanhamento constante, além de um ritmo mais lento.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	MÍNIMA	Pode necessitar de ajuda em alguns trechos.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	Necessita de ajuda e acompanhamento constante, além de um ritmo lento.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Pode necessitar de ajuda em alguns trechos.
ATAXIA	MÁXIMA	Necessita de ajuda constante pela falta de equilíbrio, além de um ritmo lento.
PARAPLÉGICO	MÁXIMA	Em caso de uso de maca deve-se contar com vários condutores para apoiar a operação.
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Em caso de uso de maca deve-se contar com vários condutores para apoiar a operação.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Em caso de uso de maca deve-se contar com vários condutores para apoiar a operação.
AMPUTADO	MÍNIMA	Em caso de uso de maca deve-se contar com vários condutores para apoiar a operação.

## DIFICULDADES OBSERVADAS NO PERCURSO ATÉ A CORDA DE SAÍDA

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	MÍNIMA	Deve ser acompanhado até a corda de saída por um condutor.
SURDOCEGO	MÉDIA	Deve-se conduzi-los com lentidão, e permitir que toquem a corda e entendam como são colocados os mosquetões. Os participantes devem estar cientes de (aproximadamente) em que momento perderão o contato com o chão.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Deve-se conduzir com lentidão, e permitir que toquem a corda e entendam como são colocados os mosquetões. Os participantes devem estar cientes de (aproximadamente) em que momento perderão o contato com o chão.
SINDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve ser acompanhado até a corda de saída por um condutor.
AMPUTADO	MÉDIA	Deve ser acompanhado até a corda de saída por um condutor.
ATAXIA	MÉDIA	Deve ser acompanhado até a corda de saída por um condutor, devido à falta de equilíbrio.
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Deve ser transferido até a corda por dois condutores e um terceiro deve checar todo o equipamento. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta com o chão.
PARAPLÉGICO	MÁXIMA	Deve ser transferido até a corda por dois condutores e um terceiro deve checar todo o equipamento. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Deve ser transferido até a corda por dois condutores e um terceiro deve checar todo o equipamento. Deve-se atentar para que o peitoral mantenha o praticante na posição correta. Em caso de uso de maca deve-se contar com vários condutores para apoiar a operação.
AMPUTADO	MÁXIMA	Em caso de uso de maca deve-se contar com vários condutores para apoiar a operação.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA DESCIDA

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÉDIA	Devem ter uma correta instrução prévia. Inclusive recomenda-se um teste de simulação em terra.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÉDIA	Devem ter uma correta instrução prévia. Inclusive recomenda-se um teste de simulação em terra.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Devem ter uma correta instrução prévia. Inclusive recomenda-se um teste de simulação em terra.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Devem ter uma correta instrução prévia. Inclusive recomenda-se um teste de simulação em terra.
PARAPLÉGICO	MÁXIMA	Necessita-se desenvolver equipamentos adequados para facilitar a posição deste tipo de participantes durante a descida. Deve ser muito bem planejada a saída, pois pela falta de mobilidade devem ser ajudados até que estejam plenamente no ar.
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Necessita-se desenvolver equipamentos adequados para facilitar a posição deste tipo de participantes durante a descida. Deve ser muito bem planejada a saída, pois pela falta de mobilidade devem ser ajudados até que estejam plenamente no ar. O local deve possuir cobertura para proteção do sol.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Necessita-se desenvolver equipamentos adequados para facilitar a posição deste tipo de participantes durante a descida. Deve ser muito bem planejada a saída, pois pela falta de mobilidade devem ser ajudados até que estejam plenamente no ar.
AMPUTADO	MÍNIMA	Deve ser acompanhado por um condutor.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA CHEGADA DO RAPEL

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÍNIMA	Deve-se ter um cuidado especial para evitar inseguranças.
AMPUTADO	MÍNIMA	Deve-se ter um cuidado especial pela falta de equilíbrio.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÍNIMA	
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÍNIMA	Deve-se ter um cuidado especial para evitar inseguranças.
SÍNDROME DE DOWN	MÍNIMA	
ATAXIA	MÉDIA	Deve-se ter um cuidado especial pela falta de equilíbrio.
TETRAPLÉGICO	MÉDIA	Dois condutores devem realizar a transferência, e um terceiro tirar os mosquetões. Para retirar o equipamento também serão necessárias três pessoas. Este procedimento pode ser realizado na chegada à base. Devem aguardar sentados, em locais confortáveis e sem exposição direta ao sol, até a chegada dos veículos de transporte.
PARAPLÉGICO PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Dois condutores devem realizar a transferência, e um terceiro tirar os mosquetões. Para retirar o equipamento também serão necessárias três pessoas. Este procedimento pode ser realizado na chegada à base. Devem aguardar sentados, em locais confortáveis e sem exposição direta ao sol, até a chegada dos veículos de transporte.

## RECOMENDAÇÕES DAS DEFICIÊNCIAS

A atividade necessita de algumas adaptações, mas pode ser realizada por pessoa com as seguintes deficiências:

### DEFICIÊNCIAS

SURDOCEGO  
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO  
DEFICIÊNCIA VISUAL/ CEGO  
ATAXIA  
SÍNDROME DE DOWN  
PARAPLÉGICO  
TETRAPLÉGICO  
PARALISIA CEREBRAL  
AMPUTAÇÃO E/ OU MÁ-FORMAÇÃO DE MEMBROS

## TÉCNICAS GERAIS

- Termo de comunicação de risco em Braille;
- Seguro em Braille;
- Deve-se contar com tinteiros, pois as pessoas sem mobilidade nas mãos assinam o seguro com a digital, caso não haja responsável legal;
- Luvas opcionais para as mãos no caso dos cegos;
- Uso de peitoral ou cadeira adaptada para paraplégicos, tetraplégicos e paralisia;
- Cadeiras cômodas no local de chegada para aguardar o transporte, com estrutura que proteja do sol;
- Rádios para avisar a saída de cada participante e o tipo de deficiência para os condutores que aguardam na chegada;
- Saber de técnicas de transferência, tanto para a colocação dos equipamentos, o apoio na rampa de saída e a chegada;
- Explicação detalhada da atividade, escrita em LIBRAS e em Braille;
- Tocar todos os equipamentos no caso dos cegos para dar confiança;
- Criar uma área de simulação para que os participantes possam compreender a posição e a sensação na hora das instruções, dando assim uma maior confiança;
- Verificar a quantidade mínima de condutores para a transferência tanto na saída quanto na chegada;
- Planejar com antecedência toda a logística de transporte e da sequência de saídas que serão utilizadas, em função da quantidade e das deficiências dos participantes, principalmente se forem paraplégicos, tetraplégicos, paralisia cerebral, que exige o transporte das cadeiras adaptadas.

# RAFTING

O rafting é a prática de se aventurar por uma corredeira, a bordo de um bote de forma emocionante, mas ao mesmo tempo, segura. Foi no ano de 1869 que o norte-americano Wesley Powel organizou a primeira expedição ao Rio Colorado. Nessa época, os aventureiros não possuíam técnicas para manobras e, com isso, tiveram experiências desastrosas de capotamento e choques em pedras.

No entanto, em plena Segunda Guerra Mundial, no ano de 1942, Lieutenant John Fremont utilizou um barco Air Army Boats, projetado por Horace H. Day, que possuía quatro compartimentos separados. Mas, a revolução do rafting aconteceu em 1986, quando Nataniel Galloway redirecionou as técnicas, mudando a direção do assento do bote, que passou a ficar virado para a frente, facilitando as manobras que passaram a ser encaradas de forma mais clara.

No Brasil, esse esporte de aventura tem um passado mais recente. Foi no ano de 1982 quando uma empresa carioca, a primeira do segmento rafting, surgiu. Por ser um esporte coletivo, onde grupos de amigos e parentes podem praticar em conjunto, tornou-se popular e acessível a todos.

## ADAPTANDO O RAFTING

Critérios para avaliação da dificuldade nas diferentes etapas da experiência:

<b>DIFÍCULDADE MÍNIMA</b>	Quando não existe uma dificuldade específica pela deficiência, sendo a dificuldade nestes casos as mesmas que são observadas para qualquer tipo de participante.
<b>DIFÍCULDADE MÉDIA</b>	Quando a causa da deficiência requer da aplicação de adaptações específicas, relativamente complexas ou técnicas de operação diferenciadas.
<b>DIFÍCULDADE MÁXIMA</b>	Quando a causa da deficiência requer da aplicação de adaptações específicas altamente complexas ou técnicas de cooperação especiais ou muito diferenciadas.

## DETALHE DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi realizada na parte da manhã, aplicando-se as primeiras instruções em um lago artificial próximo ao local de início da atividade. Foram utilizados três botes com capacidade para 6 pessoas (2 condutores e 4 participantes).

## **COLOCAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS**

Por se tratar de uma atividade de água, é necessário que o local possua infra-estrutura de vestiário para troca de roupas.

Além das adaptações recomendadas para infra-estrutura (ver recomendações para infra-estrutura – vestiários), como tamanho das portas, rampas, etc., os vestiários devem contar também com alguns equipamentos específicos.

Os cadeirantes necessitam de um móvel acolchoado para que possam se deitar para a troca de roupa. Este equipamento deve estar a uma altura adequada para a transferência e deve ter um colchão fino e macio, para evitar lesões. O colchão deve estar coberto por um material impermeável, pois os participantes que chegarão molhados ao final da atividade. Deve-se contar também, se possível, com uma ducha adaptada para que os participantes possam tomar um banho quente no final da atividade. No local utilizado para os testes, os vestiários feminino e masculino foram minimamente adaptados para a experiência.

## **UTILIZAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS**

Os equipamentos indicados para esta atividade são:

- Bote inflável;
- Remos;
- Coletes;
- Capacetes;
- Roupas de neoprene.

Os condutores devem estar aptos a ajudar na troca de roupas, caso o participante não consiga fazer isso sozinho.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA TROCA DE ROUPA

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÉDIA	Pode ser necessário um apoio.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Pode ser necessário um apoio.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Pode ser necessário um apoio.
ATAXIA	MÉDIA	Pode ser necessário um apoio.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÍNIMA	Será necessário um apoio.
PARAPLÉGICO	MÁXIMA	Em alguns casos será necessário prestar ajuda na transferência da cadeira para o móvel ou na própria colocação dos equipamentos. Deve-se possuir experiência prévia.
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Estes participantes devem ser totalmente assistidos para a troca de roupas. Deve ter muita experiência prévia em técnicas de transferência e instruções sobre como vestir este tipo de participantes.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Estes participantes devem ser totalmente assistidos para a troca de roupas. Deve ter muita experiência prévia em técnicas de transferência e instruções sobre como vestir este tipo de participantes.
AMPUTADOS	BAIXA	Pode ser necessário um apoio mínimo.

## DIFICULDADES OBSERVADAS NA INSTRUÇÃO TEÓRICA

DEFICIÊNCIA	DIFICULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Para esta deficiência em particular, deve-se contar com apoio de um intérprete de TADOMA (técnica de comunicação baseada na vibração da voz). No caso foi utilizada Libras tático e Tadoma, pois muitos surdocegos não conseguem se comunicar através da fala, impedindo a formulação de perguntas e a compreensão das instruções. Deve-se criar um sistema de comandos de toque, e ter certeza de que os participantes memorizem os sinais dos comandos.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	A cartilha de instruções com os sinais para os comandos deverá estar em braile. Certificar-se que os participantes memorizem os sinais de comando.
ATAXIA	MÍNIMA	
PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO	MÍNIMA	Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete e mostrar imagens (fotos e/ou vídeos) sobre a atividade, para tranquilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
PARALISIA CEREBRAL	MÍNIMA	Apesar das dificuldades para se expressar, são capazes de assimilar todas as informações, pois não apresentam distúrbios no raciocínio. Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete sobre a atividade, para tranquilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
AMPUTADO	MÍNIMA	
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve-se ser paciente e assegurar-se que compreenderam as instruções, pois são muito dispersos e utilizar mensagens simples durante a comunicação.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	MÉDIA	

## **INSTRUÇÃO PARA O PROCEDIMENTO DA OPERAÇÃO DA ATIVIDADE ADAPTADA**

A instrução divide-se em duas fases:

### **INSTRUÇÃO TEÓRICA**

A primeira é uma instrução teórica para contar em que consiste a atividade, como será a experiência, quais serão os comandos, e as medidas de segurança.

Deve-se explicar também como será o percurso para que o participante conheça quantas corredeiras serão cruzadas, o grau de dificuldade etc.

Nos casos de pessoa com deficiência visual, deverão ser criados sinais padrões para representar os comandos. Os condutores devem assegurar-se de que os participantes memorizaram estes comandos. Para isso devem ser feitos testes fora da água, até que estejam seguros. Deve-se conduzi-los até os barcos e permitir que façam o reconhecimento de todos os equipamentos.

### **INSTRUÇÃO PRÁTICA**

A segunda parte da instrução, que consiste em testes práticos, neste caso foi realizada num lago artificial próximo ao rio. O objetivo deste procedimento é treinar as posições, movimentos, comandos e comportamentos dentro do bote durante a descida. Os participantes com mobilidade reduzida devem ser acomodados no bote antes deste ser colocado na água. Para isso, o bote deve contar com uma adaptação que permita que o participante fique semi-sentado na parte traseira do bote. O formato ideal de um bote com esta adaptação está em fase de desenvolvimento, mas deverá consistir em uma espécie de cadeira, macia, onde o participante poderá ser acomodado para efetuar o trajeto, buscando uma posição cômoda, para não haver problemas decorrentes da má postura.

Para ajudar a manter o participante na posição correta, deve-se colocar velcros, unindo as pernas pelos joelhos. No caso de falta de movimento nos membros superiores, estes também devem ser corretamente posicionados e fixados com velcros. Os coletes devem ter um sistema de regulagem na virilha, para evitar que mude de posição durante o percurso.

Encontrou-se certa dificuldade ao transportar o participante da cadeira até sua posição no bote. Esta transferência deve ser bem estudada e treinada pelos condutores. Uma vez acomodados em seus devidos lugares, só então o bote será carregado até o início do percurso.

## DIFICULDADES OBSERVADAS NO TREINAMENTO DO LAGO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÁXIMA	Deve-se deixá-los reconhecer todo o bote para que entendam corretamente a posição em que estarão no bote. Deve-se representar a situação de corredeiras com movimentos no bote, inclusive jogando água para que entendam corretamente em que consiste a atividade. Todos os sinais de comando devem ser testados. Deve-se avisar da água. Nunca assustá-los com surpresas.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÁXIMA	Deve-se deixá-los reconhecer todo o barco, já com os outros participantes posicionados para que entendam corretamente a situação em que estarão no bote. Deve-se representar a situação de corredeiras com movimentos no bote. Todos os sinais de comando devem ser testados.
PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Deve-se prestar muita atenção durante a acomodação no bote, lembrando de posicionar e fixar as pernas. É fundamental que os condutores conheçam técnicas de transferência.
AMPUTADO	MÍNIMA	
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	MÍNIMA	Todos os sinais de comando devem ser testados.

## TESTE DE PERCURSO

Para a descida, foi utilizado um trecho de rio de aproximadamente 2,5 Km, chamado de trecho curto, normalmente utilizado para iniciantes, já que a partir daí o rio se torna mais acidentado. Neste trecho os participantes enfrentam três corredeiras curtas de nível II e III, podendo chegar a mais de III, dependendo do nível do rio. A operação de entrada nos botes não deve ser planejada para as pessoas sem mobilidade nos membros inferiores, já que neste caso deverão estar previamente acomodados e os botes devem ser levados até o rio com o participante já no interior. Com o restante dos participantes a operação é realizada normalmente. Os participantes não apresentaram nenhum problema de ansiedade ou medo, pois o treinamento prévio foi intenso para diminuir estas inseguranças e permitir uma boa descida. Igualmente se treinaram mais uma vez os comandos, tanto no método oral como de sinais de toques. A descida não apresentou grandes problemas e foi altamente gratificante ver os rostos alegres dos participantes.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA DESCIDA DO RIO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
AMPUTADO	MÍNIMA	
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÍNIMA	Deve-se utilizar todos os sinais de comando por toques.
SURDOCEGOS	MÉDIA	Devem ser avisados sobre a aproximação de corredeiras. Deve-se utilizar todos os sinais de comando por toques.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Devem ser avisados sobre a aproximação de corredeiras.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve-se estar alerta, pois este tipo de participante pode apresentar dificuldades para a execução rápida dos comandos.
ATAXIA	MÉDIA	O principal problema é a falta de coordenação, às vezes impossibilitando a execução rápida de comandos.
PARAPLÉGICO	MÁXIMA	Deve-se prestar muita atenção no posicionamento do participante no bote durante todo o trajeto e principalmente antes de cada corredeira. É fundamental que os condutores conheçam técnicas de transferência para poder posicionar corretamente os participantes em casos de necessidade. Deve ser amplamente discutido, testado e treinado um sistema adequado de resgate.
TETRAPLÉGICO	MÁXIMA	Deve-se prestar muita atenção no posicionamento do participante no bote durante todo o trajeto e principalmente antes de cada corredeira. É fundamental que os condutores conheçam técnicas de transferência para poder posicionar corretamente os participantes em casos de necessidade. Deve ser amplamente discutido, testado e treinado um sistema adequado de resgate.
PARALISIA CEREBRAL	MÁXIMA	Deve-se prestar muita atenção no posicionamento do participante no bote durante todo o trajeto e principalmente antes de cada corredeira. É fundamental que os condutores conheçam técnicas de transferência para poder posicionar corretamente os participantes em casos de necessidade. Deve ser amplamente discutido, testado e treinado um sistema adequado de resgate.

### RECOMENDAÇÕES DAS DEFICIÊNCIAS

A atividade necessita de algumas adaptações, mas pode ser realizada por pessoa com as seguintes deficiências:

### DEFICIÊNCIAS

SURDOCEO  
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO  
DEFICIÊNCIA VISUAL/ CEGO  
ATAXIA  
SÍNDROME DE DOWN  
PARAPLÉGICO  
TETRAPLÉGICO  
AMPUTAÇÃO E/OU MÁ-FORMAÇÃO DE MEMBROS  
PARALISIA CEREBRAL

## TÉCNICAS GERAIS

- Contar com instruções escritas e em braile sobre a atividade e de como se comportar durante a atividade para casos de pessoas com deficiência visual e auditiva, principalmente com os sinais de comando e seus significados;
- Termo de comunicação de risco em Braille;
- Seguro em Braille;
- Antecipar todas as situações com sinais para os comandos, remar para frente, remar para trás, parar de remar, assegurar, chegada de corredeira etc;
- Os condutores devem aprender bem a conduzir o cego, como se relacionar com ele, e como fazê-lo sentir confiança o tempo todo. O principal é confiar no condutor e sempre ser avisado do que irá a acontecer;
- Nas instruções se deve contar como será o percurso, e a quantidade de corredeiras que serão percorridas. Avisar antes de cada corredeira o nível de dificuldade;
- Durante o treinamento em águas tranqüilas deve-se simular as situações, mexendo o bote, jogando água, etc. para assim preparar principalmente os cegos;
- Levar água, pois as roupas de neoprene dão muito calor e os participantes ficam com sede;
- No caso de ser um percurso com galhos, deve-se dar proteção para os olhos no caso dos cegos;
- Em casos de tetraplégico, paraplégico ou paralisia cerebral, deve-se contar com um condutor que saiba como acomodar o participante e como proceder para acomodá-lo em caso de existir esta necessidade durante o percurso;
- Adaptar uma cadeira ou assento especial no bote. Estamos avaliando a necessidade de desenvolver um protótipo. A forma como foi realizado o teste respondeu muito satisfatoriamente, mas merece novas idéias para chegar ao desenho adequado. Esta adaptação deve ser pensada com acolchoamento para evitar lesões posturais;
- Os condutores devem ter um curso de transferência de cadeirantes com treinamento específico para a operação de entrar e sair do bote;
- O colete deve ter regulagem pela virilha (para evitar que suba) e ser constantemente acomodado, principalmente para as pessoas sem mobilidade nos membros superiores;
- Membros sem mobilidade devem ser posicionados e fixados com velcro;
- Deve existir um plano adequado para o transporte dos cadeirantes após o desembarque. Em caso de utilizar um veículo para o transporte até a base, este deve atender às necessidades específicas listadas nas orientações para a prática do Fora de Estrada;
- O vestiário deve contar com um local adequado para a troca de roupas dos cadeirantes, como está especificado nas recomendações para adaptação de vestiários;
- Os condutores devem ter conhecimento de como ajudar a trocar de roupas;
- Os banheiros devem estar adaptados para cadeirantes, inclusive as duchas;
- Devem ser criados treinamentos específicos para condutores, com técnicas de resgate para eventuais quedas na água.

# BÓIA-CROSS

Uma atividade de aventura genuinamente brasileiro, o Bóia-Cross surgiu na década de 1970, no Vale do Ribeira, no Petar – Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira. Freqüentado por pessoas que estudam as formações das cavernas, eles sempre levavam bóias de caminhão para o transporte de equipamentos pesados dentro das cavernas que possuíam trechos com água. Terminadas as expedições, antes de irem embora, os espeleólogistas se reuniam em uma ponte que cruzava o rio Bethary. Eles usavam as bóias para flutuarem no poço da ponte.

A diversão ficou famosa na região e logo outros grupos e moradores locais aderiram à brincadeira. No ano de 1984, foi realizado o primeiro campeonato de Bóia-Cross e desde então, todos os anos, no Carnaval, é realizado o Campeonato Brasileiro de Acqua-Ride. A prática cresceu e tem até associação, a Abar – Associação Brasileira de Acqua-Ride.

## ADAPTANDO O BÓIA-CROSS

Critérios para avaliação da dificuldade nas diferentes etapas da experiência:

DIFÍCULDADE MÍNIMA	Não existe uma dificuldade específica pela deficiência, sendo a dificuldade nestes casos as mesmas observadas para qualquer participante.
DIFÍCULDADE MÉDIA	Em função da deficiência, requer a aplicação de adaptações específicas e relativamente complexas ou técnicas de operação diferenciadas.
DIFÍCULDADE MÁXIMA	Em função da deficiência, requer a aplicação de adaptações específicas e altamente complexas ou técnicas de operação especiais ou muito diferenciadas.

## DETALHE DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi realizada na parte da manhã, aplicando-se as primeiras instruções em um espaço aberto e arborizado do parque, bem próximas ao local de início da atividade. Aqui inserimos o Acqua-ride, pois segundo os condutores a operação seria a mesma e talvez alguns aventureiros especiais se adaptem melhor as características desse outro tipo de bóia.

Com as bóias dispostas no chão foi explicado a todos a diferença entre as duas modalidades, para que cada um optasse por aquela mais condizente com suas limitações.

## **COLOCAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS**

Por se tratar de uma atividade de água, é necessário que o local possua infra-estrutura de vestiário para troca de roupas.

Além das adaptações recomendadas para infra-estrutura (seguir NBR 9050:2004), como tamanho das portas, rampas, etc. Os vestiários devem contar também com alguns equipamentos específicos.

As pessoas com deficiência que utilizam cadeira de rodas necessitam de um móvel acolchoado para que possam se deitar para a troca de roupa. Este equipamento deve estar a uma altura adequada para a transferência e deve ter um colchão fino e macio, para evitar lesões. O colchão deve estar recoberto por um material impermeável, pois os participantes chegarão molhados ao final da atividade. Deve-se contar também, se possível, com uma ducha adaptada para que os participantes possam tomar um banho quente no final da atividade. No local utilizado para os testes, os vestiários feminino e masculino foram minimamente adaptados para a experiência.

## **UTILIZAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS**

Os equipamentos indicados para esta atividade são:

- Botes;
- Luvas mãos-de-pato;
- Coletes;
- Capacetes;
- Roupas de neoprene.

Os condutores devem estar aptos a ajudar na troca de roupas, caso o participante não consiga fazer isso sozinho.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA TROCA DE ROUPAS

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGOS SÍNDROME DE DOWN ATAXIA SURDOCEGO MELHOR IDADE AMPUTADO	MÉDIA	Pode ser necessário um apoio.
PARAPLÉGICO	MÁXIMA	Em alguns casos será necessário prestar ajuda na transferência da cadeira para o móvel ou na própria colocação dos equipamentos. Deve-se ter experiência prévia.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO	MÍNIMA	Será necessário apoio.

## INSTRUÇÃO PARA O PROCEDIMENTO DA OPERAÇÃO DA ATIVIDADE ADAPTADA

A instrução divide-se em duas fases.

### INSTRUÇÃO TEÓRICA

A primeira é uma instrução teórica para contar em que consiste a atividade, como será a experiência, quais serão os comandos, e as medidas de segurança. Deve-se explicar também como será o trajeto para que o participante conheça quantas corredeiras serão cruzadas, o grau de dificuldade, etc.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA INSTRUÇÃO TÉORICA

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	MÉDIA	No caso de surdos, pode ser criada uma cartilha com as instruções, sendo ainda preferível a presença de um intérprete, já que esta é a forma usual com que se comunicam.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Instruções em Braile.
SÍNDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve-se ser paciente e assegurar-se de que compreenderam as instruções, pois são muito dispersos e utilizar mensagens simples durante a comunicação.
ATAXIA	MÍNIMA	Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete e mostrar imagens (fotos e/ou vídeos) sobre a atividade, para tranqüilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
PARAPLÉGICO	MÍNIMA	Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete e mostrar imagens (fotos e/ou vídeos) sobre a atividade, para tranqüilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
MELHOR IDADE	MÍNIMA	Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete e mostrar imagens (fotos e/ou vídeos) sobre a atividade, para tranqüilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
AMPUTADO	MÍNIMA	Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete e mostrar imagens (fotos e/ou vídeos) sobre a atividade, para tranqüilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
SURDOCEGO	MÁXIMA	Para esta deficiência em particular, deve-se contar com apoio de um intérprete de TADOMA (técnica de comunicação baseada na vibração da voz).

**Obs:** Nos casos de pessoas com deficiência visual, deverão ser criados sinais padrões para representar os comandos. Os condutores devem assegurar-se de que os participantes memorizaram estes comandos. Para isso devem ser feitos testes fora da água, até que estejam seguros.

Deve-se conduzi-los até as bóias e permitir que façam o reconhecimento de todos os equipamentos.

## INSTRUÇÃO PRÁTICA

A segunda parte da instrução, que consiste em testes práticos, deve ser realizada com as bóias no chão, simulando as situações possíveis durante a descida. O objetivo deste procedimento é treinar as posições, movimentos, comandos e comportamentos durante a prática.

Os participantes com mobilidade reduzida devem ser auxiliados a acomodarem-se nas bóias.

Participantes sem mobilidade nos membros inferiores deverão ter as pernas fixadas por velcro, de forma que não batam em pedras e galhos. No bóia-cross este participante deverá ter as pernas cruzadas à frente (posição de índio), no Acqua-ride, o participante deverá deitar-se de bruços e manter as pernas dentro d'água, mantendo a estabilidade da bóia.

Os coletes devem ter um sistema de regulagem na virilha, para evitar que mude de posição durante o trajeto.

Encontrou-se certa dificuldade ao transportar o participante da cadeira até sua posição na bóia. Esta transferência deve ser bem estudada e treinada pelos condutores.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NO TREINAMENTO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO	MÉDIA	Deve-se deixá-los reconhecer todo o equipamento. Durante a descida, um condutor deve acompanhar o participante de perto, para que possam manter a comunicação durante todo o percurso.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	MÉDIA	Os sinais de comando devem ser testados.
DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	MÉDIA	Deve-se deixá-los reconhecer todo o equipamento.
SINDROME DE DOWN	MÉDIA	Deve-se enfatizar a segurança oferecida pelo colete e mostrar imagens (fotos e/ou vídeos) sobre a atividade, para tranqüilizar os participantes e seus acompanhantes quanto à segurança da prática.
ATAXIA	MÉDIA	Os sinais de comando devem ser testados.
PARAPLÉGICO	MÉDIA	Os sinais de comando devem ser testados.
AMPUTADO	MÍNIMA	Deve-se prestar muita atenção durante a acomodação na bóia, lembrando de posicionar e fixar as pernas. É fundamental que os condutores conheçam técnicas de transferência.

## PERCURSO

Na experiência do projeto, para a descida foi utilizado um trecho de rio de aproximadamente 1 Km, chamada de trecho curto, normalmente utilizada para iniciantes, já que a partir daí o rio se torna mais acidentado. Neste trecho os participantes se encontram com 6 corredeiras curtas de nível I a II+.

Os participantes não apresentaram nenhum problema de ansiedade ou medo, pois o treinamento prévio foi intenso para quitar estas inseguranças e permitir uma boa descida.

## RECOMENDAÇÕES DAS DEFICIÊNCIAS

A atividade necessita de algumas adaptações, mas pode ser realizada por pessoa com as seguintes deficiências:

DEFICIÊNCIAS	SURDOCEGO DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO DEFICIÊNCIA VISUAL/ CEGO ATAXIA SÍNDROME DE DOWN PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO AMPUTAÇÃO E/OU MÁ-FORMAÇÃO DE MEMBROS
--------------	---

## TÉCNICAS GERAIS

- Deve-se providenciar instruções escritas e em braile sobre a atividade e de como se comportar durante a atividade para casos de pessoas com deficiência visual e auditiva, principalmente com os pictogramas dos sinais de comando e seus significados;
- Ter em mãos o termo de comunicação de risco em Braille;
- Seguro em Braille;
- Antecipar todas as situações com sinais para os comandos;
- Os guias devem aprender bem a conduzir a pessoa com deficiência visual, como se relacionar com ele e como fazê-lo sentir confiança o tempo todo. O principal é confiar no guia e sempre ser avisado do que irá a acontecer;
- Nas instruções se deve contar como será o percurso e a quantidade de corredeiras que serão percorridas. Avisar antes de cada corredeira o nível de dificuldade;
- No caso de ser um percurso com galhos, deve-se dar proteção para os olhos no caso dos cegos;

- Os condutores devem ter habilidades de transferência de paraplégicos, tetraplégicos e paralisia cerebral, com treinamento específico para a operação de posicionamento e remoção do bote;
- O colete deve ter regulagem pela virilha (para evitar que suba) e ser constantemente acomodado;
- Membros sem mobilidade devem ser fixados com velcro;
- Deve existir um plano adequado para o transporte dos paraplégicos, tetraplégicos e paralisia cerebral após o desembarque. Em caso de utilizar um veículo para o transporte até a base, este deve atender às necessidades específicas listadas para fora de estrada;
- O vestiário deve contar com uma local adequado para a troca de roupas dos paraplégicos, tetraplégicos e paralisia cerebral, como está especificado nas recomendações para adaptação de vestiários;
- Os condutores devem ter conhecimento de como ajudar as pessoas sem mobilidade a trocar de roupa;
- Os banheiros devem seguir a ABNT NBR 9050:2004;
- Devem ser criados treinamentos específicos para condutores, com técnicas de resgate para eventuais quedas na água.

# FORA DE ESTRADA / OFF ROAD

O Fora de Estrada ou Off Road é um termo que designa atividades variadas praticadas em locais desprovidos de estradas pavimentadas, calçadas ou de fácil acesso e trâmite. Geralmente os locais preferidos para prática do fora de estrada são os mais distantes de cidades e desprovidos de infra-estrutura urbana. O contato com a natureza é algo desejado e apreciado e o objetivo desta atividade é superar as dificuldades de acesso e transposição impostos pela natureza como por exemplo na forma de lama, pedras, erosões, subidas e descidas íngremes, neve, alagamentos, etc. Atualmente o fora de estrada está associado à adrenalina e à velocidade pois as atividades mais comuns utilizam-se de veículos motorizados como motos, jeeps e camionetas, mas também existem atividades fora de estrada praticadas com cavalos, bicicletas e também a pé.

Já no Brasil, a prática desse esporte ganhou notoriedade nos anos 1980, época em que foi criado o Jeep Clube de São Paulo.

## ADAPTANDO O FORA DE ESTRADA

Critérios de avaliação da dificuldade das diferentes etapas da experiência:

DIFÍCULDADE MÍNIMA	Não existe uma dificuldade específica pela deficiência, sendo a dificuldade nestes casos as mesmas observadas para qualquer participante.
DIFÍCULDADE MÉDIA	Em função da deficiência, requer a aplicação de adaptações específicas e relativamente complexas ou técnicas de operação diferenciadas.
DIFÍCULDADE MÁXIMA	Em função da deficiência, requer a aplicação de adaptações específicas e altamente complexas ou técnicas de operação especiais ou muito diferenciadas.
DIFÍCULDADE ALTA	Quando a causa da deficiência requer adaptações altamente complexas ou técnicas operacionais diferenciadas.

## DETALHE DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi realizada por volta das três da tarde. Foram utilizados três jipes com tração 4x4, com lugar para o condutor e um participante na frente e três participantes no banco traseiro.

## COLOCAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS

Esta atividade não requer a colocação de equipamentos adicionais, apenas cintos de segurança. Não se verificaram grandes problemas para equipar aos participantes.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA COLOCAÇÃO DE EQUIPAMENTOS

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGO DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO SÍNDROME DE DOWN ATAXIA	MÍNIMA	
PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO PARALISIA CEREBRAL	MÉDIA	O condutor deve conhecer técnicas de transferência para acomodar o participante no jipe.

## INSTRUÇÃO

A instrução é rápida, e basicamente deve contar em que consiste a atividade, como é o percurso e as medidas de segurança necessárias. Identificou-se a necessidade de incluir sinais de comando para surdocegos.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NA INSTRUÇÃO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	BAIXA	No caso de surdos, deve ser criada uma cartilha com as instruções, embora ainda seja preferível a presença de um intérprete de LIBRAS, já que esta é forma usual de se comunicarem.
SÍNDROME DE DOWN	BAIXA	Deve-se ser paciente e assegurar-se de que compreenderam as instruções, pois são muito dispersos. Procurar utilizar mensagens simples na comunicação.
PARAPLÉGICO	MÍNIMA	Deve-se deixá-los reconhecer todo o equipamento.
PARALISIA CEREBRAL	MÉDIA	Apesar das dificuldades para se expressar, as pessoas com esta deficiência são capazes de assimilar todas as informações, pois não apresentam distúrbios no raciocínio.

## PERCURSO

Foi utilizada uma trilha de aproximadamente 10 km, em 50 minutos de passeio com um alto grau de dificuldade.

## DIFÍCULDADES OBSERVADAS NO PERCURSO

DEFICIÊNCIA	DIFÍCULDADE	RECOMENDAÇÕES
SURDOCEGOS DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	BAIXA	Deve-se avisar os participantes antes de atravessar cada obstáculo.
DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO SÍNDROME DE DOWN ATAXIA	MÍNIMA	Os sinais de comando devem ser testados.
PARAPLÉGICO	MÉDIA	Atentar para que os participantes estejam sempre na posição correta. Fixar os membros inferiores com fitas de velcro para evitar batidas das pernas contra o painel e nas laterais.
PARALISIA CEREBRAL	MÉDIA	Atentar para que os participantes estejam sempre na posição correta. Recomenda-se um acompanhante para maior segurança com a manutenção da postura em casos de trilhas de alta dificuldade. Fixar os membros inferiores com fitas de velcro para evitar batidas das pernas contra o painel e nas laterais.

## RECOMENDAÇÕES DAS DEFICIÊNCIAS

A atividade necessita de algumas adaptações, mas pode ser realizada por pessoa com as seguintes deficiências:

DEFICIÊNCIAS	SURDOCEGO DEFICIÊNCIA AUDITIVA/SURDO DEFICIÊNCIA VISUAL/ CEGO ATAXIA SÍNDROME DE DOWN PARAPLÉGICO TETRAPLÉGICO PARALISIA CEREBRAL AMPUTAÇÃO E/OU MÁ-FORMAÇÃO DE MEMBROS
--------------	---

Dependendo da dificuldade dos obstáculos das trilhas, pode ser criado um sistema de categorização que permita definir quais são os obstáculos que deveriam ser evitados para as deficiências que apresentem grandes problemas posturais.

## TÉCNICAS GERAIS

- Deve-se contar com instruções escritas em braile sobre as atividades e sobre como se comportar durante o passeio para apoio nos casos de pessoas com deficiência visual;
- Termo de comunicação de risco em Braille;
- Seguro em Braille;
- Deve-se contar com tinteiro, pois as pessoas sem mobilidade nas mãos assinam o seguro com a digital, caso não haja responsável legal;
- Criar sistema de sinais de toques para poder antecipar todas as situações às pessoas com deficiência visual;
- Evitar que sejam surpreendidos com obstáculos naturais. Combinar sinais para abaixar, segurar e proteger a cabeça. Todos esses comandos devem ser dados pelo condutor e previamente treinados na etapa de instrução;
- Colocar sistemas de segurança no santo-antônio e nas laterais do jipe, para firmarem-se ao banco em locais onde o veículo salta com freqüência;
- Acolchoar o santo-antônio e outros canos;
- Fornecer ao participante, óculos para proteção de galhos ou barro nos olhos, podendo ser no mesmo modelo dos protetores usados em atividades de motocross;

- Deve ser utilizado um cinto de segurança de quatro pontos;
- Em obstáculos de grande dificuldade, deve-se reduzir a velocidade para evitar saltos e movimento bruscos;
- Para tetraplégicos e pessoas com paralisia cerebral é necessário um acompanhante, que esteja atento para acomodar a posição do participante sempre que for necessário durante o percurso;
- Em caso de percursos com muitos saltos, deve-se utilizar colar cervical para manter o pescoço na posição correta;
- Os bancos para uso de paraplégicos e tetraplégicos devem estar acolchoadas para evitar lesões causadas pela má postura;
- Os condutores devem estar capacitados para a transferência dos paraplégicos, tetraplégicos e paralisia cerebral;
- Deve-se ter um veículo de apoio disponível e um plano de resgate para casos de acidentes, emergências ou outros problemas;
- O jipe deve contar com sistema de comunicação com a base;
- Para participantes que não tenham mobilidade nos membros inferiores é necessário fixar as pernas de forma que não fiquem batendo no painel à frente ou nas laterais do veículo, o que pode causar lesões. A sugestão é que isso seja feito com fitas de velcro.

## RECOMENDAÇÕES

Durante os testes de campo, a equipe do projeto Aventureiros Especiais, empresas parceiras e a Prefeitura Municipal de Socorro observou a ausência de equipamentos adaptados que permitissem a prática de atividades de aventura por pessoas com algum tipo de deficiência, seja física, mental, sensorial ou múltipla. Assim, procurou buscar soluções para viabilizar a inclusão desse público no mercado turístico. Após várias pesquisas, foram desenvolvidos produtos diferenciados, inexistentes no mercado, direcionados para essa parcela da população.

Embora atividades como o rapel, tirolesa e rafting sejam, muitas vezes, oferecidas para pessoas com deficiência, verificamos que se utilizam para a operação os equipamentos tradicionais. Os testes de campo nos demonstraram que o uso desses equipamentos apresenta riscos para a segurança dessas pessoas, podendo existir desconforto e até problemas causados pela postura incorreta.

Com base nas diferentes experiências realizadas nos testes de campo, foi elaborada uma matriz que servirá como referência para identificar quais são as atividades que podem ser praticadas pelas pessoas com deficiência e quais são as adaptações necessárias para algumas atividades.

Foram tomadas em conta as seis atividades selecionadas para este projeto, que foram testadas com seis tipos de deficiências: surdez, cegueira, síndrome de Down, paraplegia, tetraplegia e paralisia cerebral.

As atividades foram categorizadas conforme os seguintes critérios:

1	A atividade pode ser praticada normalmente. Não existe uma dificuldade específica pelo tipo de deficiência, ou a dificuldade para a adaptação é mínima. O operador deverá contar com condutores treinados no atendimento a pessoas com deficiência.
2	A atividade pode ser praticada, mas requer o uso de equipamentos adaptados. O operador deverá contar com os equipamentos adaptados necessários para a atividade e com condutores devidamente treinados no uso destes equipamentos e também no atendimento.
3	A atividade não apresenta, no momento, condições de ser praticada com segurança para este tipo de deficiência.

	PESSOA COM DEFICIÊNCIA VISUAL/CEGO	PESSOA COM DEFICIÊNCIA AUDITIVA/ SURDO	SÍNDROME DOWN	PARAPLÉGICO	TETRAPLÉGICO	PARALISIA CEREBRAL
RAPEL						
TIROLESA						
RAFTING						
BÓIA-CROSS						
ARVORISMO						
FORA DE ESTRADA						

Vale destacar que todas as situações que estão colocadas em amarelo somente podem ser praticadas com equipamentos adaptados, desenvolvidos especialmente pelo projeto. A criação destes protótipos, fruto de parcerias com diferentes fabricantes, possibilitou que a prática das atividades aumentasse consideravelmente, passando de 21 para 37 possibilidades (aumento de 43% nas opções que podem ser oferecidas).

Foram desenvolvidos os seguintes produtos: cadeirinha adaptada para técnicas verticais (rapel, tirolesa, arvorismo etc.), cadeira e colete salvavidas para rafting e cadeira de apenas uma roda para auxiliar na locomoção e passeios por trilhas. Desenvolvidos em parceria com empresas especializadas, os equipamentos, inéditos no mercado, permitem às pessoas com deficiência a prática de atividades antes inacessíveis, melhorando sua auto-estima e qualidade de vida. Todos foram cuidadosamente produzidos com os melhores materiais do mercado. Após vários testes, tiveram resultados plenamente satisfatórios, seja entre praticantes e profissionais das diversas áreas envolvidas.

### CADEIRINHA PARA TÉCNICAS VERTICais

Desenvolvido em parceria com uma empresa fabricante de equipamentos, roupas e acessórios de segurança em altura, esse produto é indicado para a prática de tirolesa, rapel e arvorismo.

O equipamento consiste numa cadeirinha com desenho diferenciado que deixa na posição correta uma pessoa que não tenha sustentação do tronco. Envolve o usuário desde as costas até as pernas, com três sistemas de segurança reguláveis individualmente para dar total suporte ao usuário. Diferentemente do equipamento tradicional, proporciona maior firmeza ao tronco, além de maior conforto e segurança. Esse novo produto, tem como finalidade envolver todo o corpo do participante, para que mantenha o equilíbrio e fique sentado durante a atividade.

Testes realizados por uma equipe multidisciplinar da área da saúde e pelos profissionais da empresa identificaram que adaptações no equipamento tradicional não eram totalmente satisfatórias para atender o aventureiro especial. Por isso, foi necessário desenvolver um novo produto, tendo como base o equipamento utilizado na prática de paraglider (uma espécie de cadeirinha). Os materiais utilizados são mais resistentes: cintos de poliéster de alta tenacidade e fivelas de aço de engate e ajuste rápido. Na parte posterior do equipamento há uma proteção que sustenta as costas.

Deve-se vestir o equipamento pelos braços, sendo uma alça em cada braço. A segunda etapa é prender a parte dos quadris, sendo utilizado para isso o sistema de ancoragem central unido por duas cintas de poliéster de alta tenacidade. A terceira parte envolve as pernas na altura das coxas, passa-se uma tira por cima para poder ajustar-se ao corpo. As três partes são presas por dois mosquetões: o primeiro prende o cinto peitoral ao cinto pélvico e o outro prende este às pernas.

Os dois mosquetões, por sua vez, são fixados em uma cinta regulável que é o ponto de ancoragem principal do equipamento.

## CADEIRA PARA O BOTE DE RAFTING

Esse equipamento atende a pessoa com deficiência durante a atividade de rafting, principalmente aqueles com grande comprometimento no controle do tronco, por exemplo, pessoas com paralisia cerebral severa e tetraplégicos. O intuito desta adaptação é fazer com que o aventureiro especial pratique a atividade com segurança e conforto. Para isso foi desenvolvido um equipamento especial, com base em um modelo de cadeira utilizada em kart.

Feito em fibra de vidro, é totalmente acolchoado e conta com um apoio de cabeça regulável.

A cadeira é fixada no bote com fitas de velcro para possibilitar a colocação e retirada do equipamento. Fica na parte do meio, acomodada entre as duas bisnagas. Na cadeira, a pessoa fica posicionada corretamente, não tombando durante o percurso.

Ela fica apenas encaixada na cadeira, e não presa, podendo praticar a atividade tranquilamente.

É importante destacar que o aventureiro especial não fica preso ao equipamento, garantindo que, em qualquer imprevisto, possa se soltar dele.

Deve-se avaliar caso a caso sobre o melhor posicionamento, em casos de membros inferiores flácidos coloca-se as pernas sobre a bisnaga. Caso as pernas sejam rígidas ou a pessoa tenha movimentos involuntários é recomendável fixar os pés no vão entre a bisnaga e o piso.

## **COLETE SALVA-VIDAS ADAPTADO**

A segurança e o conforto são preocupações no desenvolvimento e adaptação desse produto. Pensando nisso foi criada uma adaptação especial para o colete salva-vidas em parceria com uma empresa conceituada no mercado de coletes e equipamentos para atividades de água. Como as pessoas com lesão medular alta têm dificuldades para flutuar na posição de corredeira, desenvolvemos um colete com maior flutuação na parte frontal, que acompanha duas bóias auxiliares para as pernas.

Fizemos vários testes até chegar na densidade de espuma ideal. Este equipamento foi projetado para atender às pessoas sem mobilidade ou com mobilidade reduzida, permitindo que, em casos de queda na água, o participante da atividade vire com maior rapidez, ficando em posição de corredeira, até ser resgatado. O colete é fabricado na cor vermelha, para que o usuário seja identificado mais facilmente.

## **CADEIRA DE UMA RODA**

A cadeira de uma roda inicialmente foi desenvolvida para facilitar a locomoção, principalmente em locais de solo acidentado. Ampliou-se o uso da cadeira com até 4 rodas visando facilitar a sua utilização para pessoa obesa. Este equipamento atende diversas finalidades, como caminhada, trilhas e passeios de turismo rural, atividades essas que foram testadas durante o projeto Aventureiros Especiais. Mas principalmente na locomoção das pessoas até os locais de início das atividades. Projetada para ser utilizada em lugares com grandes obstáculos naturais, conta com apenas uma roda para passar por locais estreitos ou mais rodas para pessoa obesa, e apoio de pé regulável conforme a altura do usuário.

Este novo produto teve uma aceitação muito satisfatória, atendendo às necessidades que encontramos no decorrer do projeto. Sua utilização é simples como a cadeira de rodas convencional, necessitando apenas ser assistido por dois condutores para sua locomoção, uma vez que conta com apenas uma roda.

Durante o período de testes, solicitamos alguns aprimoramentos no primeiro protótipo:

- Incorporação de um sistema de cinto de segurança peitoral/pélvico;
- Modificação do sistema de tripé para manter a cadeira em pé e dobrável;
- Colocação de um apoio de cabeça regulável;
- Apóia-braços rebatível para facilitar a transferência do usuário;
- Fitas de velcro nos braços e pernas para contensão;
- Pedais com regulagem para abrir e fechar;
- Sistema de freios com trava;
- Apoio de tronco removível.

## **VEÍCULO ADAPTADO**

O veículo utilizado para transporte de pessoas foi totalmente adaptado para atender pessoas com deficiência, por serem o público alvo deste projeto.

Esta foi a solução apresentada para transporte terrestre de média e longa distância.

Com um sistema de elevador pela porta traseira, onde por um controle o equipamento abre e desce até o chão, o cadeirante sobe em cima do elevador, passa um cinto de segurança atrás no chão do elevador para poder continuar a operação.

Caso este cinto não esteja devidamente encaixado o equipamento não obedece aos comandos por uma questão de segurança.

Devidamente posicionado, o cadeirante é erguido até o nível do chão do veículo, onde entra no mesmo e a cadeira fica presa por um sistema de segurança no chão e também é usado o cinto de segurança convencional.

Enquanto houver peso em cima do equipamento ele não se fecha, fato este importante para que não jogue o cadeirante para frente. O veículo comporta até três cadeiras de rodas tirando os bancos traseiros.

# [6]

## BIBLIOGRAFIA

---

## REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

AUSTRALIAN SPORTS COMMISSION SERVICES UNIT. **Give it a go: including people with disabilities in sport and physical activity.** Canberra, Australia, Pirie Printers, 2001.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de saúde da pessoa portadora de deficiência.** Brasília. Editora do Ministério da Saúde, 2008.

BURNS, Yvonne R.; MACDONALD, Julie. **Fisioterapia e crescimento na infância.** 1.ed. São Paulo: Santos, 1999.

BUSCHBACHER, R. M.; BRADDOM, R. L. **Sports medicine and rehabilitation: A sport-specific approach.** Philadelphia, Hanley & Belfus, Inc., 1994.

CAMPION, Margaret, R. **Hidroterapia - Princípios e práticas.** São Paulo. Editora Manole, 2000.

CAVALCANTI, Alessandra & GALVÃO, Claudia. **Terapia Ocupacional Fundamentação & Prática.** Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, 2007.

CLEMENTE, Carlos A. **Vencendo barreiras: histórias de superação e inclusão da pessoa portadora de deficiência.** Osasco: Espaço da cidadania, 2002.

GUTTMANN, L. **Textbook of sport for disable.** Oxford, HM+M Publishers Ltd., 1976.

HOFFMAN, Sonia B.; SEEWALK, Ricardo. **Caminhar Sem Medo e Sem Mito: Conversando sobre orientação e mobilidade,** 1998 Disponível em <http://dited.bn.pt/30149/1142/1559.pdf>

JOHNSON L, Hickey A, Scouller B, Chondros P. **Upper limb sensation in children with congenital limb deficiencies: implications for function and prosthetic use.** British Journal of Occupational Therapy v.65, n 7, p.327-334, July, 2002.

LIANZA, S. **Medicina de reabilitação.** Rio de Janeiro, Ed. Guanabara Koogan, 1985.

LOPES, Laís Vanessa Carvalho de Figueirêdo. **Pessoa com deficiência.** In Dicionário de Gestão Democrática: conceitos para a ação política de cidadãos, militantes sociais e gestores participativos. Instituto Cultiva, Escola de Governo de São Paulo. Belo Horizonte: Autêntica, 2007.

MANREZA, Maria Luiza G. De. **Epilepsia na Infância e na Adolescência.** São Paulo, Lemos editorial, 2003.

MCLETCHIE, Bárbara A. B. **Comunicando com alunos que são surdocegos.** Programa Hilton Perkins, Massachussets, 2001.

ORELOVE & Solsses. **Educating Children with multiple disabilities**. Paul Brookes, 1991.

RATLIFFE, Katherine T. **Fisioterapia clínica pediátrica - guia para a equipe de fisioterapeutas**. São Paulo. Editora Livraria Santos, 1 ed, 2000.

REDFORD, J, Basmajian, J, Trautman, P. **Basic principles of orthotics and rehabilitation technology**. In **Orthotics-Clinical practice and rehabilitation technology**. New York, Churchill Livingstone, 1995.

ROSADAS, S. C. **Educação Física para deficientes**. Rio de Janeiro, Ateneu, 1986.

SOUZA, P.A. **O esporte na paraplegia e tetraplegia**. Rio de Janeiro, Editora Guanabara Koogan, 1994.

## REFERÊNCIA NORMATIVA

- **ABNT NBR 9050:2004** – Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos.
- **ABNT NBR 15331: 2005** – Sistema de Gestão da Segurança – Requisitos.
- **ABNT NBR 15334:2005** – Sistema de Gestão da Segurança – Requisitos de competência para auditores.
- **ABNT NBR 15370:2006** – Condutores de Rafting – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15383:2006** – Condutores de Turismo fora de estrada em veículos 4x4 ou bugues – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15286: 2005** – Informações mínimas preliminares a clientes.
- **ABNT NBR 15285:2005** – Condutores – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15397:2006** – Condutores de montanhismo e de escalada – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15398:2006** – Condutores de caminhada de longo curso – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15399:2006** – Condutores de espeleoturismo de aventura – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15400:2006** – Condutores de cenionismo e cachoerismo – Competências de pessoal.
- **ABNT NBR 15453:2006** – Turismo fora de estrada em veículos 4x4 ou bugues – Requisitos para produto.
- **ABNT NBR 15500:2007** – Terminologia.

## REFERÊNCIAS ATRAVÉS DE SITES

- [www.espirito.com.br](http://www.espirito.com.br)
- [www.gw3-al.com.br](http://www.gw3-al.com.br)
- [www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br)
- [www.intervox.nce.ufrj.br](http://www.intervox.nce.ufrj.br)
- [www.mpdft.gov.br/sicorde/](http://www.mpdft.gov.br/sicorde/)
- [www.oncoguia.com.br](http://www.oncoguia.com.br)
- [www.pvsdeficiente.hpg.ig.com.br](http://www.pvsdeficiente.hpg.ig.com.br)
- [www.3in.org.br](http://www.3in.org.br)
- [www.aacd.org.br](http://www.aacd.org.br)
- [www.abnt.org.br](http://www.abnt.org.br)
- [www.aquabrasil.info](http://www.aquabrasil.info)
- [www.assinoinclusao.org.br](http://www.assinoinclusao.org.br)
- [www.bengalalegal.com](http://www.bengalalegal.com)
- [www.centroauditivo.com.br](http://www.centroauditivo.com.br)
- [www.enfermagemsaocarlos.blogspot.com](http://www.enfermagemsaocarlos.blogspot.com)
- [www.fsp.usp.br](http://www.fsp.usp.br)
- [www.ies.portadoresdeficiencia.vilabol.uol.com.br](http://www.ies.portadoresdeficiencia.vilabol.uol.com.br)
- [www.inca.gov.br](http://www.inca.gov.br)
- [www.turismo.gov.br](http://www.turismo.gov.br)
- [www.un.org/disabilities](http://www.un.org/disabilities)
- [www.watubrasil.com](http://www.watubrasil.com)
- [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

## LEGISLAÇÃO

**Decreto nº 5.296 de 2 de Dezembro de 2004** – Regulamenta as Leis nº 10.048, de 8 de novembro de 2000, que dá prioridade de atendimento às pessoas que especifica, e nº 10.098, de 19 de dezembro de 2000, que estabelece normas gerais e critérios básicos para a promoção da acessibilidade das pessoas portadoras de deficiência ou com mobilidade reduzida, e dá outras providências.

**Lei nº 11.771 de 17 de setembro de 2008** – Dispõe sobre a Política Nacional de Turismo, define as atribuições do Governo Federal no planejamento, desenvolvimento e estímulo ao setor turístico; revoga a Lei nº 6.505, de 13 de dezembro de 1977, o Decreto-Lei nº 2.294, de 21 de novembro de 1986, e dispositivos da Lei nº 8.181, de 28 de março de 1991; e dá outras providências.

Turismo

**ACESSÍVEL**

BEM ATENDER NO TURISMO DE AVENTURA ADAPTADA

