# PARTICIPAÇÃO FEMININA E DEFICIÊNCIA NA NATAÇÃO EM MAR ABERTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA ATLETA COM DEFICIÊNCIA VISUAL NO REI E RAINHA DO MAR

## *FEMALE PARTICIPATION AND DISABILITY IN OPEN WATER SWIMMING: AN EXPERIENCE REPORT OF A VISUALLY IMPAIRED ATHLETE AT THE REI E RAINHA DO MAR COMPETITION*

## *PARTICIPACIÓN FEMENINA Y DISCAPACIDAD EN LA NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS: REPORTE DE EXPERIENCIA DE UNA ATLETA CON DISCAPACIDAD VISUAL EN LA COMPETICIÓN REI E RAINHA DO MAR*

**Camila Fernandes Silva Faber**
ORCID 0009-0001-2370-1948
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ
Rio de Janeiro, Brasil
camilaa.fernandessilva@gmail.com

**Igor Araujo da Silva**
ORCID 0000-0002-0729-1627
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ
Rio de Janeiro, Brasil
igor.araujos@hotmail.com

**Flávia Barbosa da Silva Dutra**
ORCID 0000-0002-0812-6092
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ
Rio de Janeiro, Brasil
fbsdutra@gmail.com

**Resumo.** A presença feminina em esportes competitivos é marcada por desafios relacionados ao acesso, à permanência e à visibilidade, os quais se intensificam quando associados à deficiência. A participação de pessoas com deficiência em práticas esportivas tem sido reconhecida como um importante fator para a promoção da inclusão social, da autonomia e da qualidade de vida. No contexto das modalidades realizadas em ambientes naturais, como as maratonas aquáticas, novos desafios emergem, especialmente para atletas com deficiência visual, em função das exigências relacionadas à orientação espacial, à adaptação às condições do ambiente e à organização da prática esportiva. Nesse sentido, o presente estudo tem como objetivo relatar e analisar a participação de uma atleta com deficiência visual na natação em mar aberto, considerando sua trajetória esportiva e as experiências vivenciadas em competições, incluindo o evento Rei e Rainha do Mar. Trata-se de um relato de experiência de abordagem qualitativa e caráter descritivo, fundamentado na sistematização e análise das vivências da atleta em maratonas aquáticas. Os resultados evidenciam que a participação em maratonas aquáticas envolve a construção de estratégias corporais e perceptivas específicas, destacando-se a importância da adaptação contínua às condições instáveis do ambiente, como ondas, correntezas e ausência de referências visuais. A presença do atleta guia configura-se como elemento central nesse processo, atuando na mediação da relação entre corpo e ambiente e contribuindo para a segurança e a condução do percurso. Além disso, o estudo aponta para a relevância das instituições na ampliação das oportunidades de participação, ao mesmo tempo em que evidencia desafios ainda presentes no que se refere à acessibilidade e à organização de eventos esportivos inclusivos. Conclui-se que a participação em práticas esportivas em ambientes naturais constitui um processo complexo, que articula dimensões corporais, sociais e ambientais, evidenciando o potencial do esporte como espaço de aprendizagem, autonomia e inclusão.

**Palavras-chave:** mulheres no esporte; prática esportiva inclusiva; atleta guia.

**Abstract.** The presence of women in competitive sports is marked by challenges related to access, retention, and visibility, which intensify when associated with disability. The participation of people with disabilities in sports has been recognized as an important factor in promoting social inclusion, autonomy, and quality of life. In the context of sports practiced in natural environments, such as open water swimming, new challenges emerge, especially for athletes with visual impairments, due to the demands related to spatial orientation, adaptation to environmental conditions, and the organization of sports practice. In this sense, the present study aims to report and analyze the participation of a visually

impaired athlete in open water swimming, considering her sporting trajectory and experiences in competitions, including the King and Queen of the Sea event. This is an experience report with a qualitative and descriptive approach, based on the systematization and analysis of the athlete's experiences in open water swimming. The results show that participation in open water swimming involves the development of specific bodily and perceptual strategies, highlighting the importance of continuous adaptation to unstable environmental conditions, such as waves, currents, and the absence of visual references. The presence of the guide athlete is a central element in this process, mediating the relationship between body and environment and contributing to safety and course guidance. Furthermore, the study points to the relevance of institutions in expanding opportunities for participation, while also highlighting challenges still present regarding accessibility and the organization of inclusive sporting events. It concludes that participation in sports in natural environments is a complex process that articulates bodily, social, and environmental dimensions, demonstrating the potential of sport as a space for learning, autonomy, and inclusion.

**Keywords:** women in sport; inclusive sports practice; guide athlete.

## 1. INTRODUÇÃO

Os debates sobre a participação feminina em esportes competitivos têm ganhado destaque nas últimas décadas, evidenciando desafios relacionados ao acesso, à permanência e à visibilidade das mulheres em diferentes modalidades. Apesar dos avanços observados, persistem desigualdades estruturais que impactam a inserção e o reconhecimento das atletas no meio esportivo (Owen, *et al.*, 2025). Quando associadas à deficiência, essas questões assumem maior complexidade, intensificando os desafios relacionados às vivências no esporte.

A participação de pessoas com deficiência em práticas esportivas tem sido amplamente reconhecida como um importante fator para a promoção da inclusão social, da autonomia e da melhoria da qualidade de vida (Oblak e*t al.*, 2023). Com o passar do tempo, o esporte adaptado se consolidou como um campo que busca ampliar as oportunidades de participação em diferentes modalidades esportivas, contribuindo para a redução de barreiras sociais e para o fortalecimento da cidadania de pessoas com deficiência (Costa & Souza, 2004; Elipe-Lorenzo, *et al*., 2025). O esporte se configura como espaço de construção de identidades, de fortalecimento da autoestima e de ampliação das possibilidades de participação social, não se limitando apenas aos benefícios físicos associados à atividade corporal. Entretanto, no caso de mulheres com deficiência, esses processos são atravessados por desigualdades de gênero que podem influenciar suas oportunidades de acesso e continuidade no esporte.

Indivíduos com deficiência visual enfrentam desafios específicos relacionados à orientação espacial, à mobilidade e ao acesso a ambientes esportivos (Marmeleira *et al.*, 2018). A ausência ou redução da percepção visual pode representar obstáculos para a prática de determinadas modalidades, especialmente aquelas que dependem de referências visuais para a orientação no espaço. O desenvolvimento do esporte adaptado tem buscado criar estratégias que possibilitem a participação segura e autônoma de atletas com deficiência visual em diferentes contextos esportivos, incluindo adaptações nas regras, nos equipamentos e nas formas de orientação durante a prática (Hillan *et al.*, 2023).

Entre as modalidades esportivas praticadas por pessoas com deficiência visual, a natação se destaca como uma atividade que favorece o desenvolvimento da percepção corporal, da coordenação motora e da autonomia nos deslocamentos. O meio aquático possibilita experiências corporais diferenciadas, permitindo que o corpo explore novas formas de movimento e interação com o ambiente. Além disso, a prática da natação tem sido associada a benefícios sociais, psicológicos e físicos, contribuindo para o fortalecimento da autoconfiança e para a ampliação das oportunidades de participação em contextos esportivos e recreativos (Greguol, 2010).

Entre as diferentes formas de prática da natação, as provas de águas abertas, ou seja, maratonas aquáticas, apresentam características específicas relacionadas ao ambiente natural

em que são realizadas. As provas em mar aberto envolvem desafios adicionais associados às condições ambientais, como ondas, correntezas, variações de temperatura e ausência de referências fixas de orientação durante o percurso (FINA, 2015). Essas características tornam a modalidade particularmente desafiadora para atletas com deficiência visual, uma vez que a orientação espacial depende frequentemente do auxílio de um atleta guia e do desenvolvimento de estratégias específicas de comunicação e orientação durante a prática esportiva (Vigário, 2025).

No Brasil, eventos de maratona aquática realizados em ambientes naturais têm se consolidado como importantes espaços de prática esportiva e participação social. Entre esses eventos, destaca-se a prova Rei e Rainha do Mar, tradicional competição de natação em águas abertas realizada, principalmente, no Rio de Janeiro, que reúne atletas de diferentes níveis de experiência e promove diversas modalidades esportivas relacionadas ao ambiente aquático. A realização de eventos dessa natureza amplia as possibilidades de participação de diferentes públicos no esporte, incluindo atletas com deficiência, que passam a experimentar novas formas de relação com o ambiente natural e com a prática esportiva.

Apesar da expansão do esporte adaptado e da ampliação das oportunidades de participação em diferentes modalidades, a presença de atletas com deficiência visual em práticas esportivas realizadas em ambientes naturais, ainda envolve desafios específicos relacionados à orientação espacial, à adaptação ao ambiente e à organização das dinâmicas de participação (Souza & Chaves, 2015). No caso das maratonas aquáticas, realizadas em mar aberto, fatores como ondas, correntezas e ausência de referências visuais interferem diretamente na condução do percurso e na comunicação entre atleta e guia. Assim, as formas particulares de organização da prática esportiva, nas quais estratégias de orientação, cooperação entre os participantes e adaptação às condições do mar tornam-se elementos centrais durante o percurso da competição (Vigário, 2025).

Nesse contexto, evidencia-se a importância da visibilidade e da valorização das atletas femininas em diferentes modalidades, incluindo os desafios relacionados a investimento, profissionalização e reconhecimento. No caso das mulheres com deficiência, essas questões se tornam ainda mais complexas, reforçando a necessidade de compreender seus percursos esportivos.

Para além das dimensões físicas e técnicas, a participação em práticas esportivas pode ser compreendida como um processo de construção social e simbólica, no qual diferentes marcadores sociais atravessam as experiências dos sujeitos. No caso das mulheres com deficiência, essa participação ocorre em um campo marcado por desigualdades históricas, nas quais questões de gênero e deficiência se articulam, produzindo desafios específicos relacionados ao acesso, à permanência e ao reconhecimento no esporte. Dessa forma, compreender essas experiências implica considerar não apenas as barreiras estruturais, mas também os sentidos atribuídos à prática esportiva por essas atletas.

As práticas esportivas realizadas em ambientes naturais, como as maratonas aquáticas, introduzem uma complexidade adicional ao debate, uma vez que envolvem a relação direta com condições ambientais instáveis e imprevisíveis. Nesse contexto, a experiência esportiva passa a demandar não apenas habilidades técnicas, mas também processos contínuos de adaptação, percepção e tomada de decisão em interação com o ambiente. Para atletas com deficiência visual, essas exigências são potencializadas, tornando a prática em mar aberto um espaço privilegiado para a análise das relações entre corpo, ambiente e movimento.

A partir disso, o presente estudo tem como objetivo relatar e analisar a participação de uma atleta com deficiência visual na natação em mar aberto, considerando sua trajetória esportiva e as experiências vivenciadas em competições, incluindo o evento Rei e Rainha do Mar.

## 2. METODOLOGIA

O presente estudo é caracterizado como um relato de experiência de abordagem qualitativa e de caráter descritivo. De acordo com Mussi, Flores e Almeida (2021), o relato de experiência permite sistematizar vivências profissionais, acadêmicas e pessoais, transformando-as em objeto de reflexão e análise científica. A experiência analisada neste estudo refere-se à participação de uma atleta com deficiência visual em maratonas aquáticas em mar aberto, incluindo eventos esportivos como o Rei e Rainha do Mar. O relato aborda o início da prática esportiva, a inserção no esporte adaptado, desafios para a prática e a importância do guia durante a competição.

A opção por esse tipo de abordagem metodológica também se justifica pela possibilidade de valorizar experiências singulares como forma legítima de produção de conhecimento, especialmente em áreas nas quais determinados sujeitos ainda são pouco representados na literatura científica. Nesse sentido, o relato de experiência permite não apenas descrever acontecimentos, mas também problematizar práticas, evidenciar desafios e apontar possibilidades de intervenção no campo da Educação Física e do esporte inclusivo.

A coleta de dados ocorreu com base no método de pesquisa História de Vida, utilizado para compreender aspectos das vivências dos indivíduos a partir de seus relatos pessoais (Glat, 1989). Esse método utiliza entrevistas abertas, orientadas por uma questão norteadora, possibilitando que o participante conduza a narrativa a partir de sua própria perspectiva (Glat *et al.*, 2004). Assim, a pergunta norteadora utilizada foi: “Você poderia nos contar como foram suas participações na competição Rei e Rainha do Mar?”. A entrevista foi gravada em áudio e posteriormente transcrita. E, conforme proposto por Glat *et al.* (2004), a análise dos relatos ocorreu a partir da identificação dos aspectos mais recorrentes e significativos presentes na narrativa da participante.

## 3. RESULTADOS

A trajetória esportiva da atleta possui relação com sua vivência prévia no ambiente aquático, que ocorreu ainda na infância. O contato inicial com a natação aconteceu em contextos informais, especialmente nos momentos de lazer e quando acompanhava seus irmãos em competições locais. Essa experiência contribuiu para o desenvolvimento de familiaridade e segurança no meio aquático, fatores que, posteriormente, facilitaram seu processo de adaptação à prática de natação diante da perda da visão. Esse contato inicial com o ambiente aquático foi um elemento estruturante para a continuidade da prática esportiva, pois favoreceu a construção de referências corporais e perceptivas fundamentais para a adaptação às novas condições impostas pela deficiência visual.

A inserção no contexto do esporte adaptado ocorreu por meio de sua participação em atividades esportivas vinculadas ao Instituto Benjamin Constant (IBC), instituição localizada no Rio de Janeiro reconhecida pela atuação na educação e na formação de pessoas com deficiência visual no Brasil. Durante esse período, ao realizar uma especialização, a atleta soube, por meio de uma amiga, da existência de vagas para a prática de natação, retomando assim sua trajetória esportiva. A partir disso, voltou a praticar o esporte e iniciou a participação em competições. Em sua primeira competição, realizada em outro estado, participou de diferentes provas e conquistou o 1° lugar em uma delas.

O acesso a práticas esportivas estruturadas e o envolvimento com um grupo de atletas com deficiência visual que praticavam natação, foram fundamentais para o seu desenvolvimento no esporte. A partir dessa experiência, novas possibilidades de participação esportiva surgiram, sendo uma delas a oportunidade de experimentar a natação em mar aberto, modalidade que apresenta características distintas da natação em piscina, e exige adaptações específicas

relacionadas à orientação espacial e às condições naturais do ambiente. Assim, desde a década de 1990, a atleta participa dessa modalidade.

A transição da natação em piscina para o ambiente de mar aberto representou um momento significativo no percurso esportivo da atleta. Diferentemente da piscina, que apresenta condições controladas e previsíveis, no mar há variações relacionadas às ondas, correntezas e condições climáticas, configurando-se como um grande desafio. Com o apoio de um dos professores do Instituto Benjamin Constant (IBC), aconteceram os primeiros treinamentos em águas abertas. Esses momentos iniciais tiveram como objetivo promover a adaptação dos atletas às características específicas do mar, permitindo que experimentassem novas formas de deslocamento e orientação no ambiente aquático.

Durante esse processo de adaptação, os participantes puderam vivenciar diferentes situações relacionadas à entrada no mar, ao enfrentamento das ondas e à manutenção da direção durante o percurso. Essas experiências contribuíram para o desenvolvimento de habilidades fundamentais para a participação em provas de maratona aquática, incluindo resistência física, percepção corporal e capacidade de adaptação às condições do ambiente natural. Nessa etapa, o desenvolvimento dessas habilidades não ocorreu de maneira isolada, mas a partir da interação contínua entre o corpo e o ambiente. As situações vivenciadas no mar exigem respostas rápidas e adaptações constantes, indicando que a aprendizagem na modalidade se constrói de forma dinâmica, a partir da experiência prática e da exposição às condições variáveis do ambiente natural.

Logo após os primeiros treinos, a atleta já participou de sua primeira competição junto com outros colegas que também possuíam deficiência visual. A participação ocorreu de maneira informal, pois a atleta e os demais colegas não realizaram inscrição. Como a participação de pessoas com deficiência visual em maratonas aquáticas exige a presença de um guia, responsável por auxiliar na orientação durante o percurso e garantir maior segurança durante a prova, foi designado, também de maneira informal, um guia para acompanhá-la. No entanto, a experiência inicial com esse guia não foi satisfatória, visto que houve dificuldades na comunicação e no alinhamento durante o percurso. Apesar das dificuldades, essa primeira experiência em competições em mar aberto significou muito para a atleta, que relata que se sentiu capaz e realizada.

Em sua segunda competição, não havia guias suficientes para todos os participantes com deficiência visual. Assim, o professor responsável pelo grupo propôs que o irmão da atleta, que seria seu guia na ocasião, utilizasse uma corda para guiar mais de uma pessoa. Com isso, o percurso se tornou muito mais cansativo e a atleta não conseguiu finalizar a prova.

Na terceira maratona, tudo ocorreu bem. Seu irmão foi seu guia mais uma vez e, o entrosamento com ele foi essencial para que a prova fosse concluída em um ótimo tempo. A comunicação entre atleta e guia ocorria principalmente por meio de estratégias corporais e de contato físico, permitindo que a direção do percurso fosse mantida durante a natação. Em algumas situações, o guia realizava toques ou pequenos ajustes no movimento para indicar mudanças de direção ou alertar sobre obstáculos no percurso. Essas estratégias evidenciam a importância da cooperação entre os atletas e do estabelecimento de relações de confiança durante a realização da prova.

Essas primeiras experiências em mar aberto foram marcadas por situações de adaptação às condições naturais do ambiente. Quando comparado com a piscina, o mar apresenta desafios adicionais relacionados à intensidade das ondas, à arrebentação e à instabilidade do percurso, e pode exigir respostas rápidas por parte dos atletas. Entretanto, apesar desses desafios, a vivência também foi descrita como um momento de descoberta e aprendizado. A atleta destaca que, com o tempo, foi possível desenvolver maior confiança no ambiente aquático e aprimorar as estratégias de deslocamento e orientação necessárias para a prática da modalidade. Além disso, relata que essa prática esportiva exige dos atletas e dos guias elevados níveis de

resistência física, habilidades relacionadas à orientação espacial e à manutenção do ritmo durante o percurso.

Após essas experiências iniciais, a atleta ficou um tempo sem praticar atividades aquáticas. Mas, ao relatar suas participações para um professor de Educação Física que trabalhava na academia em que ela frequentava, ele incentivou a sua volta e se ofereceu como guia. Os dois fizeram treinamentos para a adaptação e começaram a participar do maior festival de esportes de praia e águas abertas do Brasil: o Rei e Rainha do Mar.

Ao longo de suas participações no evento, cada prova representou um novo desafio, tanto pelas características do percurso quanto pelas condições variáveis do mar. Além disso, as categorias não se apresentam de forma bem delimitada, especialmente no que se refere à participação de pessoas com deficiência. Segundo o relato da atleta, indivíduos com diferentes tipos de deficiência e até mesmo pessoas com determinadas condições de saúde competem conjuntamente, sem uma classificação mais específica que considere as particularidades de cada caso. Soma-se a isso a ausência de divisão por faixa etária para atletas com deficiência, o que pode gerar desigualdades nas condições de competição.

A atleta também relata sentir-se, de certa forma, invisibilizada, destacando a ausência de recursos básicos de identificação e acompanhamento para as pessoas com deficiência, como a utilização de chip de cronometragem, sendo identificada apenas por numeração no corpo. Esses aspectos evidenciam limitações no processo de organização do evento no que diz respeito à inclusão esportiva, ao mesmo tempo em que reforçam os desafios enfrentados por esses atletas para garantir uma participação mais equitativa.

Para atletas com deficiência visual, a presença do guia é a única diferença observada. O guia é fundamental para garantir a orientação e segurança durante a competição. De acordo com o relato da atleta, a comunicação entre ambos é constantemente aprimorada a partir das experiências vivenciadas nas provas. Assim, a atuação e o condicionamento físico do guia também impactaram diretamente nos seus resultados, que foram bastante positivos ao longo de suas participações. A atleta alcançou o pódio três vezes, garantindo o 2° lugar duas vezes e o 3° lugar uma vez. Durante sua participação nas competições, teve a oportunidade de conhecer outros participantes, ampliando sua rede de contatos no meio esportivo. A partir dessas interações, passou a integrar uma equipe, da qual participa atualmente, o que contribuiu para sua maior inserção no contexto das competições, ainda que sua preparação continue sendo realizada de forma independente, junto ao seu guia.

A participação recorrente em competições também contribuiu para o desenvolvimento de maior familiaridade com a dinâmica dos eventos esportivos, permitindo que a atleta aprimorasse não apenas aspectos físicos, mas também estratégias relacionadas à organização da prova, ao reconhecimento do percurso e à interação com outros participantes. Esse processo evidencia que a experiência competitiva não se limita ao momento da prova, mas envolve um conjunto de aprendizagens construídas ao longo do tempo. Além disso, a inserção em diferentes contextos competitivos possibilitou à atleta ampliar sua compreensão sobre as particularidades da modalidade em mar aberto, especialmente no que se refere às variações ambientais e às exigências específicas de cada percurso. Essa diversidade de experiências contribuiu para o desenvolvimento de maior capacidade de adaptação, indicando que o desempenho na modalidade está diretamente relacionado à vivência acumulada em diferentes condições de prática.

Mesmo com tantos desafios, a experiência no Rei e Rainha do Mar favoreceu o desenvolvimento pessoal e esportivo da atleta. Ela destaca o aumento da segurança e da autonomia durante as provas, além de promover melhorias no condicionamento físico e no seu bem-estar mental. Nesse sentido, a vivência na modalidade mostrou-se não apenas como uma prática esportiva, mas também como um importante espaço de aprendizagem e fortalecimento de capacidades individuais.



**Figura 1.** Fotografia da atleta no Rei e Rainha do Mar

Fonte: Os autores

AUDIODESCRIÇÃO da Figura 1: Atleta no pódio do Evento Rei e Rainha do Mar segurando seu troféu.



**Figura 2.** Fotografia da atleta no Rei e Rainha do Mar com seu guia

Fonte: Os autores

AUDIODESCRIÇÃO da Figura 2: Atleta segurando seu troféu da competição Rei e Rainha do Mar junto ao seu guia.



**Figura 3.** Fotografia da atleta no Rei e Rainha do Mar com seu guia

Fonte: Os autores

AUDIODESCRIÇÃO da Figura 3: Atleta e sua guia saindo do mar na competição Rei e Rainha do Mar.




**Figura 4.** Fotografia da atleta no Rei e Rainha do Mar com seu guia

Fonte: Os autores

AUDIODESCRIÇÃO da Figura 4: Atleta na areia da praia com seu guia, em frente à tenda de sua equipe, após participação no Rei e Rainha do Mar.

**Br. J. Ed., Tech. Soc.**, v.19, n.se1, p.170-183, 2026
DOI https://doi.org/10.14571/brajets.v19.nse1.170-183
ISSN 2316-9907

## 4. DISCUSSÃO

Os resultados apresentados evidenciam a relevância do esporte como espaço de participação social e desenvolvimento pessoal para pessoas com deficiência visual. A trajetória da atleta demonstra que experiências corporais prévias e o acesso a ambientes de prática esportiva favorecem a continuidade da participação no esporte, mesmo diante da perda da visão ou de barreiras sociais e estruturais, incluindo aquelas relacionadas às desigualdades de gênero. O esporte adaptado vem se consolidando como um importante campo de inclusão, ampliando oportunidades de participação e fortalecendo a autonomia de pessoas com deficiência (Costa & Sousa, 2004).

A relação inicial da atleta com a natação, construída ainda na infância em contextos informais de lazer, evidencia a importância das experiências corporais precoces para o desenvolvimento de habilidades motoras e para a construção de confiança no movimento. A vivência de atividades físicas desde a infância contribui para o desenvolvimento das competências motoras e para o fortalecimento da percepção corporal, aspectos fundamentais para a participação em práticas esportivas ao longo da vida (Silva & Trigo, 2022).

A prática da natação por pessoas com deficiência visual, especialmente em ambientes naturais, destaca a centralidade do corpo como mediador da relação com o espaço. Na ausência de referências visuais, a orientação durante o deslocamento passa a depender de outras formas de percepção, como a propriocepção, o equilíbrio, a percepção tátil e a sensibilidade às variações do ambiente (Ribeiro, 2013). Nesse contexto, o corpo deixa de ser apenas executor do movimento e passa a atuar na construção de referências espaciais e na organização da ação motora.

A experiência pode ser compreendida à luz de perspectivas que concebem o corpo não apenas como uma dimensão biológica, mas como uma construção social e relacional, atravessada por contextos históricos, culturais e ambientais. No caso de pessoas com deficiência visual, a reorganização das formas de percepção e ação no espaço evidencia a plasticidade do corpo e sua capacidade de produzir novas referências de orientação e interação com o ambiente. Assim, a prática esportiva em mar aberto não se limita ao desenvolvimento de habilidades técnicas, mas envolve a constituição de modos singulares de estar no mundo, nos quais o corpo se torna simultaneamente meio de percepção, ação e construção de sentido (Wu, 2025). Essa compreensão reforça a necessidade de superar visões restritivas da deficiência, reconhecendo-a como parte de uma diversidade de experiências corporais possíveis.

A atleta desenvolve estratégias de orientação baseadas não em referências externas visuais, mas em elementos internos ao próprio movimento, como o ritmo do nado e a percepção das mudanças no ambiente (Mauerberg-deCastro, 2004). Esse processo evidencia uma reorganização das formas de perceber e agir no espaço, na qual o corpo opera como um sistema sensível às variações do meio, ajustando continuamente suas ações ao longo do percurso (Miranda, 2013).

A adaptação ao ambiente aquático não ocorre de forma imediata, configurando-se como um processo gradual, construído a partir da repetição das vivências no mar. Ao longo desse percurso, o corpo amplia sua capacidade de resposta às demandas do ambiente, desenvolvendo formas mais refinadas de orientação e deslocamento (Miranda, 2013). Esse processo reforça a compreensão de que a prática esportiva, especialmente em contextos não convencionais, envolve aprendizagem corporal contínua.

Outro elemento importante refere-se ao papel das instituições especializadas na ampliação do acesso ao esporte. A participação da atleta em atividades vinculadas ao Instituto Benjamin Constant (IBC) evidencia a importância de espaços que promovem práticas esportivas adaptadas, possibilitando o contato com treinadores, colegas e competições. Instituições educacionais e esportivas desempenham papel central na criação de condições para o

desenvolvimento esportivo de pessoas com deficiência, sobretudo em contextos ainda marcados por limitações de acesso (Begossi & Mazo, 2016).

A análise da trajetória apresentada também permite refletir sobre a importância das redes de apoio na construção da experiência esportiva de pessoas com deficiência. A presença de professores, colegas e familiares ao longo do percurso evidencia que a participação no esporte é sustentada por relações sociais que possibilitam o acesso, a continuidade e o desenvolvimento na prática. Essas redes desempenham papel fundamental na mediação entre o sujeito e o contexto esportivo. A inclusão no esporte não pode ser compreendida apenas como um processo individual, mas como uma construção coletiva, que envolve diferentes atores e condições institucionais. A ausência ou fragilidade dessas redes pode comprometer significativamente as possibilidades de participação, reforçando a necessidade de estratégias que ampliem o suporte oferecido a atletas com deficiência.

A transição da piscina para o ambiente de mar aberto constitui um marco relevante na experiência analisada. Diferentemente dos espaços controlados, como a piscina, as águas abertas apresentam desafios adicionais relacionados às condições naturais do ambiente, como ondas, correntezas e variações climáticas. Para atletas com deficiência visual, essas condições ampliam a complexidade da prática, exigindo adaptações específicas relacionadas à orientação e à comunicação durante o deslocamento.

A prática esportiva em mar aberto introduz uma dimensão de complexidade que ultrapassa os limites das modalidades realizadas em espaços controlados. O mar configura-se como um ambiente dinâmico e instável, no qual o controle absoluto da ação não é possível. Situações como a arrebentação das ondas e a necessidade de reorganização constante do movimento evidenciam a importância da adaptação contínua às condições do espaço. Nessa perspectiva, o desempenho não depende exclusivamente da técnica, mas também da capacidade de lidar com o inesperado (Baldassarre *et al*., 2017).

Essa complexidade se intensifica no caso de atletas com deficiência visual, uma vez que a ausência de referências visuais amplia as exigências relacionadas à orientação no espaço (Ribeiro, 2013). A manutenção da direção, o ajuste do ritmo e a resposta às condições do mar evidenciam uma relação direta entre corpo e ambiente, na qual o espaço atua como elemento ativo na configuração da experiência esportiva. O mar, nesse sentido, não se apresenta apenas como um obstáculo, mas também como um espaço de aprendizagem. A repetição das experiências em águas abertas contribui para o desenvolvimento de maior familiaridade com o ambiente, favorecendo a construção de confiança e autonomia durante a prática esportiva (Baldassarre *et al*., 2017).

A presença do atleta guia destaca-se como elemento fundamental para a realização da prática esportiva em mar aberto. A comunicação corporal e as estratégias de orientação desenvolvidas entre atleta e guia assumem papel central na condução do percurso, contribuindo tanto para a segurança quanto para o desempenho esportivo. A atuação do guia pode favorecer a construção de relações de confiança e cooperação, aspectos fundamentais para a participação de pessoas com deficiência visual em modalidades esportivas (Silva & Winckler, 2022).

A relação entre atleta e guia, nesse contexto, configura-se como uma forma de mediação da prática esportiva. O guia não atua apenas como suporte técnico, mas como elemento que conecta o corpo do atleta ao ambiente, organizando o deslocamento e contribuindo para a manutenção da direção durante a prova. A comunicação entre ambos, frequentemente baseada em sinais corporais e toques, evidencia uma interação construída no próprio movimento. Trata-se de um processo dinâmico, ajustado continuamente em função das condições do ambiente e das demandas da prova. Dessa forma, a condução do percurso se estabelece como uma ação compartilhada, na qual atleta e guia participam conjuntamente da organização do movimento (Baldassarre *et al*., 2017; Silva & Winckler, 2022).

A qualidade dessa relação influencia diretamente a experiência esportiva. Dificuldades de comunicação ou falta de entrosamento podem comprometer o desempenho e a segurança, enquanto relações baseadas na confiança e na coordenação favorecem a fluidez da prática (Seifert *et al*., 2010). Isso evidencia que a participação em maratonas aquáticas envolve não apenas habilidades individuais, mas também a construção de relações interpessoais que sustentam a prática esportiva (Baldassarre *et al*., 2017). A relação atleta–guia, portanto, articula dimensões técnicas, corporais e sociais da prática esportiva, evidenciando que a participação em maratonas aquáticas envolve a construção de formas coletivas de ação no ambiente.

Além dos aspectos técnicos, a narrativa da atleta revela dimensões subjetivas associadas à prática esportiva. Sentimentos de entusiasmo, superação e autonomia aparecem de forma recorrente, indicando que o esporte contribui para a construção da identidade e para a ampliação das possibilidades de participação social (Silva & Souto, 2015). Deste modo, a prática de atividades físicas pode favorecer o fortalecimento da autoestima, da autoconfiança e da percepção positiva do corpo em pessoas com deficiência, contribuindo para uma imagem corporal positiva (Torres & Carvalho, 2023).

Destaca-se ainda o caráter coletivo das estratégias de adaptação desenvolvidas ao longo da prática esportiva. Em diferentes momentos, a função de guia foi desempenhada por atletas com maior experiência, evidenciando a construção compartilhada de soluções para viabilizar a participação. Essa dimensão colaborativa tem sido apontada como fundamental para a criação de ambientes mais inclusivos no esporte (Fitzgerald, 2012).

No entanto, os achados também destacam limitações no processo de organização de eventos esportivos no que se refere à inclusão de pessoas com deficiência. A ausência de classificações mais específicas, a inexistência de divisão por faixa etária e a carência de recursos básicos de acompanhamento, como sistemas adequados de cronometragem, indicam a necessidade de avanços na estruturação dessas competições. Tais aspectos evidenciam as barreiras organizacionais que dificultam a participação equitativa de pessoas com deficiência no contexto esportivo (Elipe-Lorenzo *et al*., 2025).

As limitações observadas na organização das competições evidenciam que, embora haja avanços no campo do esporte adaptado, a inclusão de pessoas com deficiência ainda ocorre de maneira parcial e, por vezes, precarizada. A inclusão não deve ser compreendida apenas como a possibilidade de participação, mas como a garantia de condições justas e acessíveis para o desenvolvimento pleno dos atletas.

## 5. CONCLUSÃO

A experiência analisada neste estudo evidencia que a participação de pessoas com deficiência visual em maratonas aquáticas envolve a articulação de diferentes dimensões que ultrapassam os aspectos técnicos da prática esportiva. Ao longo da trajetória apresentada, observa-se que o envolvimento com o esporte está diretamente relacionado às experiências corporais construídas ao longo da vida, ao acesso a espaços de prática e às relações estabelecidas com outros sujeitos no contexto esportivo.

Os resultados indicam que a inserção em modalidades realizadas em ambientes naturais, como o mar aberto, impõe desafios específicos que exigem do atleta constante adaptação às condições do ambiente. A ausência de referências visuais, associada à instabilidade característica do mar, demanda o desenvolvimento de estratégias corporais e perceptivas que possibilitem a orientação e o deslocamento durante o percurso. Nesse sentido, a prática esportiva evidencia a capacidade do corpo de reorganizar suas formas de ação diante das exigências do espaço, configurando-se como um processo contínuo de aprendizagem.

Outro aspecto central refere-se à importância da relação estabelecida entre atleta e guia, que se configura como elemento fundamental para a realização da prática esportiva em águas abertas. Essa relação, baseada na comunicação corporal, na confiança e na cooperação,

evidencia que a participação de atletas com deficiência visual não se constrói de forma individual, mas a partir de dinâmicas coletivas que sustentam o desenvolvimento da prática esportiva.

Além disso, o relato evidencia que, apesar dos avanços no campo do esporte adaptado, ainda persistem desafios relacionados à organização de eventos esportivos mais acessíveis, à formação de profissionais e à disponibilização de recursos adequados para a participação plena de pessoas com deficiência em diferentes modalidades. Situações como a ausência de guias suficientes, a necessidade de estratégias improvisadas, a falta de categorias específicas e a carência de recursos básicos indicam a existência de lacunas estruturais que precisam ser enfrentadas para a consolidação de práticas esportivas verdadeiramente inclusivas.

A experiência da atleta também revela o potencial do esporte como espaço de construção de autonomia, fortalecimento da confiança e ampliação das possibilidades de participação social. A continuidade na prática, mesmo diante das dificuldades encontradas, evidencia que o esporte pode se constituir como um campo de experimentação no qual novos significados são atribuídos ao corpo, ao movimento e à relação com o ambiente.

Além dos aspectos relacionados à deficiência, é importante destacar que a experiência analisada também evidencia a relevância da participação feminina no esporte, especialmente em modalidades realizadas em ambientes desafiadores, como as águas abertas. A presença de uma mulher com deficiência visual nesse contexto contribui para tensionar desigualdades historicamente construídas no campo esportivo, marcadas por questões de gênero e acesso. Ao evidenciar essa trajetória, o estudo reforça a importância de ampliar a visibilidade e o reconhecimento de atletas mulheres com deficiência, bem como de promover condições mais equitativas para sua participação e permanência no esporte.

Os achados deste estudo também reforçam a necessidade de ampliação do debate sobre inclusão no esporte para além da simples garantia de acesso. A participação de pessoas com deficiência, especialmente mulheres, demanda a construção de condições efetivamente equitativas, que considerem as especificidades dos diferentes sujeitos e promovam não apenas a inserção, mas a permanência qualificada nas práticas esportivas. Isso implica repensar tanto a organização dos eventos quanto as políticas públicas voltadas ao esporte inclusivo.

Destaca-se ainda, a importância de futuras investigações que aprofundem a compreensão sobre as experiências de atletas com deficiência em diferentes modalidades e contextos, especialmente aquelas realizadas em ambientes naturais. Estudos que considerem múltiplos marcadores sociais, como gênero, deficiência e classe social, podem contribuir para a construção de análises mais abrangentes e para o desenvolvimento de práticas esportivas mais inclusivas e acessíveis.

A análise da experiência apresentada contribui para problematizar a compreensão tradicional do esporte como um espaço exclusivamente voltado ao desempenho, evidenciando sua dimensão formativa, social e inclusiva. A trajetória da atleta demonstra que a prática esportiva pode se constituir como um campo de produção de sentidos, no qual o corpo, o ambiente e as relações sociais se articulam na construção de novas possibilidades de participação.

Dessa forma, este estudo contribui para ampliar a compreensão sobre as experiências de atletas com deficiência visual em modalidades esportivas realizadas em ambientes naturais, destacando tanto os desafios quanto as possibilidades presentes nesse contexto. Ao evidenciar aspectos concretos da prática, o relato reforça a importância de se considerar as especificidades dessas experiências na elaboração de políticas, programas e ações voltadas à promoção do esporte inclusivo.

## AGRADECIMENTOS

Os autores expressam seus sinceros agradecimentos a Elizabeth Canejo por sua valiosa contribuição ao compartilhar sua experiência, fundamental para o desenvolvimento deste estudo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Baldassarre, R., Bonifazi, M., Zamparo, P.; & Piacetini, M. F. (2017). Characteristics and Challenges of Open-Water Swimming Performance: A Review. International Journal of Sports Physiology and Performance, 12(10), 1275–1284. https://doi.org/10.1123/ijspp.2017-0230

Begossi, T. D., & Mazo, J. Z. (2016). O processo de institucionalização do esporte para pessoas com deficiência no Brasil: uma análise legislativa federal. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21, 2989-2997. https://doi.org/10.1590/1413-812320152110.20462016

Costa, A. M. da & Sousa, S. B. (2004). Educação física e esporte adaptado: história, avanços e retrocessos em relação aos princípios da integração/inclusão e perspectivas para o século XXI. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 25(3).

Elipe-Lorenzo, P., Diez-Fernández, P., Ruibal-Lista, B., & López-García, S. (2025). Barriers faced by people with disabilities in mainstream sports: a systematic review. *Front Sports Act Living*, 7. https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1520962

FINA. (2015). Part IV: FINA open water swimming rules 2015–2017. In *FINA handbook 2015–2017* (pp. 1–9).

Fitzgerald, H. Paralympic athletes and “knowing disability”. (2012). *International Journal of Disability, Development and Education*, 59(3), 243-255. https://doi.org/10.1080/1034912X.2012.697721

Glat, R., Santos, R. S., Pletsch, M. D, Nogueira, M. L. L & Duque, M. A. F. T. (2004). O método de história de vida na pesquisa em educação especial. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 10(2), 235-250.

Glat, R. (1989) *Somos Iguais a Vocês: Depoimentos de Mulheres com Deficiência Mental.* Editora Agir.

Greguol, M. (2010). *Natação adaptada: em busca do movimento com autonomia*. SP: Manole.

Hillan, O., Smith, L., Bishop, S., & Allen, P. M. (2023). Barriers to and facilitators of physical activity: a qualitative study from the perspective of individuals living with sight loss in Cambridgeshire. *Vision*, 7(4). https://doi.org/10.3390/vision7040070

Marmeleira, J. F. F., Fernandes, J. M. G. A., Ribeiro, N. C., Teixeira, J. A., & Gutierres Filho, P. J. B. (2018). Barreiras para a prática de atividade física em pessoas com deficiência visual. *Revista Brasileira De Ciências Do Esporte*, 40(2). https://doi.org/10.1016/j.rbce.2017.12.001

Mauerberg-deCastro, E., Paula, A. I. de., Tavares, C. P., & Moraes, R. (2004). Orientação espacial em adultos com deficiência visual: efeitos de um treinamento de navegação. *Psicologia: Reflexão E Crítica*, 17(2), 199–210. https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000200008

Miranda, C. P. de. (2013). A contribuição da natação para a saúde e a qualidade de vida de indivíduos com deficiência visual. *Benjamin Constant*, 54. https://revista.ibc.gov.br/index.php/BC/article/view/387

Mussi, R. F. de F., Flores, F. F., Almeida, C. B. de. (2021). Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Revista práxis educacional*, 17(48), 60-77. https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010

Oblak, P. V., Campos, M. J., Lemos, S., Rocha, M., Ljubotina, P., Poteko, K., Kárpáti, O., Farkas, J., Perényi, S., Kustura, U., Massart, A., & Doupona, M. (2023). Narrowing the Definition of Social

Inclusion in Sport for People with Disabilities through a Scoping Review. *Healthcare (Basel, Switzerland), 11*(16), 2292. https://doi.org/10.3390/healthcare11162292

Owen, K. B., Clare, P. J., Eime, R., Ding, D., Nguyen, B., Luo, M., Nau, T., Reece, L. J., & Bauman, A. (2025). Gender gap in physical activity and sport participation across the lifespan in Australia between 2016 and 2023. *BMC public health*, *25*(1), 2889. https://doi.org/10.1186/s12889-025-24011-5

Ribeiro, R. K. C. (2013). Orientação e mobilidade da pessoa com cegueira adquirida: os benefícios do meio aquático como facilitador da aprendizagem. *Benjamin Constant*, 56. https://revista.ibc.gov.br/index.php/BC/article/view/371

Seifert, L., Leblanc, H., Chollet, D., & Delignières, D. (2010). Inter-limb coordination in swimming: effect of speed and skill level. *Human movement science*, *29*(1), 103–113. https://doi.org/10.1016/j.humov.2009.05.003

Silva, J. J. da, Souto, E. C. (2015). A pessoa com deficiência visual: considerações sobre a sua participação nas aulas de educação física. *Revista Educação Especial*, 28(51), 179-190. https://doi.org/10.5902/1984686X13901

Silva, M. C. C; da, & Winckler, C. (2022). A Educação Física como meio de inclusão social e acesso ao esporte paralímpico em jovens com deficiência visual. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, 23(1), 131-144. https://doi.org/10.36311/2674-8681.2022.v23n1.p131-144

Silva, P. P. da, & Trigo, E. L. (2022). ANÁLISE DO DESEMPENHO ENTRE CLASSES DA NATAÇÃO NAS PARALIMPÍADAS ESCOLARES. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, 23(2), 187-196. https://doi.org/10.36311/2674-8681.2022.v23n2.p187-196

Souza, J. V. de, & Chaves, R. de S. (2015). O surfe adaptado para pessoas com deficiência visual: uma “onda” de sensações. *Revista Adapta*, 11(1), 13-18.

Torres, T. L. C., & Carvalho, L. R. de M. (2023). Análise da satisfação da imagem corporal em mulheres praticantes de esporte de rendimento. *RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 17(107), 675-685. https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1630

Vigário, P. (2025). A Natação em Águas Abertas para Pessoas com Deficiência. In: Miranda, R., & Vigário, P. (Orgs.). *NATAÇÃO EM ÁGUAS ABERTAS 2.* (pp. 29-42) Curitiba: Editora CRV.

Wu, ChungYi. Between active and passive: a phenomenological discovery of sports sensation experiences. *Journal of the Philosophy of Sport*, v. 52, n. 1, p. 151-168, 2025. https://doi.org/10.1080/00948705.2024.2435892