

Paralimpíadas Rio 2016: exercícios após acidente podem melhorar a autoestima e auxiliar na recuperação das vítimas, diz ortopedista

População se emociona e atletas são chamados de super-heróis

13/09/2016 14:24:32

As histórias de superação dos atletas paraolímpicos emocionam os brasileiros e mostram exemplos de superação de quem decidiu enfrentar as limitações da deficiência. A prática esportiva, em nível competitivo, ajuda a difundir as modalidades adaptadas e serve para inspirar a performance de novos atletas. Mas será que todas as pessoas com necessidades especiais podem praticar esporte?

Para o ortopedista especializado em cirurgia da coluna vertebral, Dr. Rogério Vidal, a resposta é sim e os benefícios podem ultrapassar a parte meramente corporal. “Todas as pessoas podem e devem praticar esportes. No caso de pessoas que sofreram um grave acidente, a rotina de treino auxilia na recuperação física e emocional de quem, às vezes, enfrentou meses de internação, restrições e está diante de uma nova realidade. Perceber que a vida continua e que existem muitas opções de recomeço é importantíssimo”, explica o médico.

Nas Paraolimpíadas do Rio, 278 atletas brasileiros estão competindo em 23 modalidades e quase um terço foi vítima de algum tipo de acidente, segundo o Comitê Paraolímpico. No caso dos traumas, segundo o Dr. Rogério Vidal, o tempo entre o acidente e o início da prática esportiva é variável e todas as ações devem ser acompanhadas por equipes de profissionais de saúde e técnicos da modalidade esportiva.

O ex-modelo, paracanoísta brasileiro, Fernando Fernandes, por exemplo, começou a se exercitar ainda no centro de reabilitação depois um grave acidente de carro que o deixou paraplégico. O título de campeão mundial veio após pouco mais de um ano da lesão em duas vértebras da coluna.

“O início dos exercícios deve ocorrer após alta médica e deve ser acompanhado de profissionais para evitar agravamento do caso ou uma nova lesão. A rotina e o tipo de trabalho muscular serão elaborados de acordo com as necessidades de cada pessoa”, finaliza o ortopedista.

Sobre o Dr. Rogério Vidal

Rogério Lima é ortopedista e especialista em Coluna pelo Hospital das Clínicas de SP. É membro SBOT - Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia, membro da Sociedade Brasileira de

Patologias da Coluna e ainda da International Affiliate Membership of AAOS – American Academy of Orthopaedic Surgeons.