

MERGULHO AUTÔNOMO RECREATIVO ADAPTADO

Mergulhar: Conceito e Objetivos

Lucia Helena Monteiro Sodré
(Diretora da Sociedade Brasileira de Mergulho Adaptado - Handicapped Scuba Association Brasil. Diretora de Curso da Handicapped Scuba Association International. Professora do Centro Universitário da Cidade - UniverCidade, na Disciplina Educação Física Adaptada e Delegada Regional da Sociedade Brasileira de Atividade Motora Adaptada - SOBAMA) Tel./Fax: (21)22870623 / (21)93149303
Email: sbma@vetor.com.br
Página: <http://intervox.nce.ufrj.br/~sbma>

O Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado é uma opção de Lazer. É um meio para conhecer a vida exuberante que existe no fundo do Mar. É uma atividade educativa, que se utiliza da natureza, para a conscientização sobre a necessidade do respeito diante de todas as formas de vida; bem como, sobre a necessidade de responsabilidade individual e coletiva no sentido da valorização da vida.

Mergulhar é ser capaz de compreender que cada pessoa é única neste infinito oceano da vida, e que a compreensão e o respeito, sobre a individualidade humana, significam a capacidade de convivermos com as diferenças aparentes ou não, inerentes a cada um de nós.

Mergulhar é um meio para expandir o autoconhecimento, o autocontrole, a autoconfiança, a iniciativa, a responsabilidade e a disciplina.

Mergulhar é um meio para substituir os hábitos ou atitudes destrutivas, por uma conduta saudável e, com isso, adquirir melhor qualidade de vida.

Mergulhar é ter a oportunidade de vivenciar ricas opções de lazer, com o prazer de se fazer sempre novos amigos.

O Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado é um valioso instrumento para a transformação de valores equivocados sobre a pessoa com limitação, inclusive, para aquelas que ainda não tiveram a oportunidade de adquirir valores corretos a seu próprio respeito.

O Mergulho Autônomo alcança o homem integral; indivisível, que funde o corpo, o afetivo e o cognitivo, com o social, e traduz o sentido de capacidade, realização, eficiência, bem-estar, saúde e alegria, em oposição ao conceito social, que associa deficiência à doença, a incapacidade, a tristeza e a frustração para todos os campos de realização humana.

Portanto, o Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado desperta em primeiro lugar, a percepção do ser humano, de suas potencialidades, viabilizando a compreensão de que a deficiência ou limitação passa a ser diferença, e não, doença, limite e impedimento para realizações quando essas diferenças são compreendidas e respeitadas.

A percepção inicial despertada através da imagem do mergulho é transportada do universo mar para os universos de vida social e pessoal da pessoa com limitação; permeia a sociedade, ainda carente de educação e informação, e a própria pessoa com limitação ainda inserida neste contexto carente, viabilizando transformações de valores, que se refletirão nas atitudes de todos.

Por meio do Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado, informamos, educamos e contribuimos para transformar os valores equivocados da sociedade na qual vivemos, formando uma consciência coletiva correta, à respeito da pessoa com limitação, e contribuindo, de fato, para que essa pessoa se insira no contexto social com naturalidade, usufruindo seus direitos e colaborando com seus deveres na vida social.

O Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado é um meio valioso, para ampliar e solidificar este processo educativo na busca de uma sociedade que, naturalmente, isto é, por uma necessidade que brote espontaneamente da consciência de cada um, e não por imposição, seja capaz de respeitar a todos que a constituem, e juntos, a cada dia, através de cada ação, palavra e pensamento, construir uma Sociedade Inclusiva.

Atividades recreativas como o Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado, ou esportivas como o Atletismo, quando praticadas por pessoas com limitação, são denominadas adaptadas. Então temos, Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado ou Atletismo Adaptado, entre outras.

Refletindo sobre o significado da palavra adaptado, e compreendendo os rótulos de necessidade especial, discapacidade, deficiência ou limitação, como **diferença característica da individualidade**, podemos perceber que adaptados são os recursos, regras, técnicas, metodologias de ensino e formas de realização, utilizadas **quando necessário** para a execução da atividade em função das necessidades individuais.



Partindo desta reflexão, no caso do Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado, o mergulhador poderá **realizar de forma compartilhada ou não**, o conjunto de habilidades necessárias para a sua formação.

Sendo assim, podemos afirmar que o Mergulho Autônomo Recreativo é um só; não existe um Mergulho diferenciado e a designação Mergulho Adaptado representa, apenas, um sentido de referência quando participam desta atividade pessoas com limitação, independentemente da causa, que pode ser motora, visual, auditiva, audiovisual, entre outras. Da mesma forma, o Mergulho Autônomo Recreativo Convencional representa a prática do Mergulho Autônomo por "pessoas convencionais", isto é, sem limitações aparentes, pois, as limitações são inerentes aos seres humanos, mesmo as que não são percebidas por todos simultaneamente.

Mergulhar: Reflexões e Considerações sobre Compartilhar

Compartilhar é palavra chave para o sucesso de qualquer realização, inclusive a de Mergulhar. É muito importante para se compreender, de forma cristalina, o conceito

e aplicabilidade no Mergulho das palavras compartilhar, conhecer, ver, prazer, capacidade, eficiência, sentido e opção, palavras estas inseridas na formação do Mergulhador com algum tipo de limitação, bem como, para se compreender e respeitar o porque das escolhas de cada um, que todas as pessoas "videntes", "ouvintes", "andantes", isto é; pessoas convencionais e muitas pessoas com limitação, saiam de si mesmas, das suas referências pessoais limitadas e limitadoras, para perceber que o que pensamos, sentimos, acreditamos pode pertencer exclusivamente a nós mesmos.

Que o que nos entristece não entristece o outro; que o que nos alegra pode não alegrar o outro; que os valores que nos direcionam podem não ser os mesmos que os do outro; que o que nos liberta pode enclausurar o outro; que o que nos enclausura e angustia pode não enclausurar ou angustiar o outro. É necessário sair do "eu faria", "eu não faria", "eu diria", "eu morreria", "eu preferiria", "eu não consigo entender a graça, o sentido", do "eu" para perceber o outro, seu mundo de valores e possibilidades de realização, de prazer, da sua capacidade em bem viver a vida.

E então, após se libertar das referências pessoais e estar aberto para uma visão ampla e irrestrita, conhecer, perceber, compreender, e ser capaz de enxergar que a forma de execução para se fazer algo, no nosso caso Mergulhar, deverá ser de acordo com as necessidades de cada pessoa, e que o importante, é **uma forma de realização que explore o potencial de ação, compreenda e respeite a limitação: a diferença.** E que cada pessoa pode compartilhar com eficiência a sua realização e se sentir plena de alegria, bem-estar, em suas opções de lazer, em suas opções de vida. Compreender que devemos transcender as restrições culturais e pessoais e aprender que não existe problema algum em compartilharmos a vida, inclusive, motoramente, para a realização do que desejamos; do escovar os dentes a ir dar um passeio pelo fundo do mar. Ninguém se torna dependente, no conceito de independente por isso, pois dependência e independência é uma questão de atitude perante a si mesmo e a vida.

Por este motivo, inserimos no trabalho com o Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado, visando transformar conceitos errôneos relacionados ao aprendizado e a execução das habilidades, necessárias para a formação do mergulhador com limitação, o conceito de Realização Compartilhada (RC) e Realização Não Compartilhada (RNC). Queremos ressaltar, **a importância e a diferença, entre fazer com e fazer por, depender e estabelecer uma ação conjunta.** Para o sucesso da atividade no campo individual e social, devemos fazer sempre com o mergulhador e nunca por ele ou para ele. Esta diferença é essencial para o seu máximo aprendizado e contínuo desenvolvimento, como também, para uma abordagem correta quando nos referimos ao assunto.

A Realização Compartilhada pode ser com auxílio direto ou indireto, pois a execução da habilidade realizada pode necessitar, para sua concretização, de uma habilidade anteriormente compartilhada. Por exemplo, um mergulhador com limitação motora (tetraplegia), compartilha para colocar a máscara no rosto e não compartilha, diretamente, para desalaga-la, pois realiza esta habilidade -desalagar a máscara- através da expiração pelo nariz com extensão parcial da cabeça.

Podemos afirmar que a realização compartilhada pode e deve ser plena em eficiência e que nunca devemos desvalorizar a qualidade de sua ação, pois, compartilhar não

significa depender passivamente, perder, não poder. Significa, apenas, **realizar em conjunto para se obter a ação desejada, de acordo com individualidade de cada um.**

Na tentativa de sintetizar estas questões, escrevemos abaixo o seguinte poema, que representa a Filosofia do Mergulho Adaptado:

Principais Atividades do Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado

Batismo em Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado:

O Batismo é uma atividade recreativa que oferece uma rica vivência no meio aquático e pode despertar o interesse dos participantes pela prática do Mergulho Autônomo Recreativo. É um momento de Lazer, no qual o aluno realiza, de forma supervisionada, o Turismo Subaquático, na piscina e/ou no mar; descobrindo dessa forma, o fascinante mundo submerso.

Curso Básico de Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado:

No Curso Básico de Mergulho Autônomo Recreativo, o aluno adquire conhecimentos teóricos e práticos que lhe possibilitam explorar e conhecer o fascinante Mundo Submerso, de forma segura e agradável.

Curso Avançado de Mergulho Autônomo Recreativo Adaptado:

O Curso Avançado de Mergulho Autônomo Recreativo foi desenvolvido para mergulhadores que desejem ampliar seus conhecimentos sobre o Mergulho Autônomo Recreativo.

Turismo Submarino:

Mergulhadores certificados poderão participar do Turismo Submarino, nos locais mais belos, com acompanhamento de Instrutores Assistentes, Supervisores e Companheiros de Mergulho (duplas), inclusive, quando necessário, formados em Mergulho Adaptado.

Cursos de Especialidades no Mergulho Autônomo Recreativo:

Além dos Cursos para formação básica e avançada, Batismo e Turismo Submarino, o Mergulho Autônomo Recreativo, oferece Cursos de Especialidade para mergulhadores certificados, tais como: Identificação da Vida Marinha, Fotografia Submarina, Filmagem Submarina, Naufrágio, Caverna, Resgate e Primeiros Socorros. O Mergulho Autônomo Recreativo é muito rico como uma atividade de lazer.