



# Bem-Estar, Desempenho e Inclusão Social em Paratletas: Teorias e Implicações

Gabriela Bertoletti Diaz<sup>1</sup> , Luiza Santos D'Azevedo 

Bruno Luis Schaab , Caroline Tozzi Reppold 

Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre – UFCSPA, Porto Alegre-RS, Brasil

## RESUMO

O esporte desempenha um papel crucial na promoção do bem-estar físico, mental e social dos paratletas, contribuindo para sua inclusão na sociedade. Desse modo, o presente estudo visa investigar o bem-estar em paratletas por meio de uma revisão sistemática, abordando (a) a avaliação do bem-estar sob diferentes modelos teóricos; (b) a relação entre bem-estar e desempenho esportivo e; (c) o papel do esporte no enfrentamento dos desafios relacionados à deficiência e às políticas governamentais de inclusão social. A revisão foi realizada nas bases de dados MEDLINE (via PubMed), Web of Science, Scopus e SciELO, utilizando os termos “well-being” e “parathlete”. Foram incluídos estudos que abordassem a influência do bem-estar em paratletas. A busca inicial resultou em 467 artigos, nove foram selecionados para análise final. As abordagens de bem-estar mais comuns foram hedônica e eudaimônica. A revisão destaca a importância de políticas que fomentem a acessibilidade e o suporte necessário para paratletas.

*Palavras-chave:* Equidade social; Deficiência; Saúde mental; Esporte adaptado; Avaliação psicológica.

## ABSTRACT – Well-Being, Performance, and Social Inclusion in Parathletes: Theories and Implications

Sports play a crucial role in promoting the physical, mental, and social well-being of parathletes, contributing to their broader inclusion in society. This study aimed to investigate the well-being of parathletes through a systematic review, addressing: (a) the evaluation of well-being across different theoretical models; (b) the relationship between well-being and sports performance; and (c) the role of sports in confronting disability-related challenges and the significance of governmental policies for social inclusion. The review was conducted in the MEDLINE (via PubMed), Web of Science, Scopus, and SciELO databases using the terms “well-being” and “parathlete.” Studies examining the influence of well-being among parathletes were included. The initial search yielded 467 articles, of which nine met the criteria for final analysis. The most commonly used frameworks for well-being were hedonic and eudaimonic approaches. The review highlights the importance of public policies that promote accessibility and provide adequate support for parathletes.

*Keywords:* Social equity; Disability; Mental health; Adapted sport; Psychological assessment.

## RESUMEN – Bienestar, Desempeño e Inclusión Social en Paratletas: Teorías e Implicaciones

El deporte juega un papel crucial en la promoción del bienestar físico, mental y social de los paratletas, contribuyendo a su inclusión en la sociedad. Este estudio tuvo como objetivo investigar el bienestar de los paratletas mediante una revisión sistemática, abordando (a) la evaluación del bienestar bajo diferentes modelos teóricos, (b) la relación entre el bienestar y el rendimiento deportivo y (c) el papel del deporte en enfrentar los desafíos relacionados con la discapacidad y las políticas de inclusión social. La revisión se realizó en MEDLINE (vía PubMed), Web of Science, Scopus y SciELO, utilizando los términos “well-being” y “parathlete”. Se incluyeron estudios que abordaron la influencia del bienestar en paratletas. La búsqueda inicial resultó en 467 artículos, nueve fueron seleccionados para el análisis final. Los enfoques más comunes del bienestar fueron hedónico y eudaimónico. La revisión destaca la importancia de políticas que promuevan la accesibilidad y el apoyo necesario para los paratletas.

*Palabras clave:* Equidad social; Discapacidad; Salud mental; Deporte adaptado; Evaluación psicológica.

A literatura já evidencia de forma robusta associações significativas e positivas entre a prática de atividade física regular e melhores indicadores de saúde física e mental (Vieira et al., 2024). Estudos demonstram que o esporte pode ser uma ferramenta efetiva na redução do estresse, ansiedade e depressão, promovendo uma melhor qualidade de vida (Liu et al., 2023; Nascimento et al., 2024). Especialmente para indivíduos com deficiências, a participação em atividades esportivas pode trazer benefícios

significativos, como a melhoria da mobilidade, o aumento da autoestima, a promoção da autonomia e independência, de modo a facilitar a integração desse grupo na sociedade (Ramsden et al., 2023; Puce et al., 2023b). No entanto, a compreensão do bem-estar de paratletas ainda apresenta lacunas na literatura, especialmente em relação aos modelos teóricos adotados e à influência de fatores socioculturais e políticas públicas. Assim, este estudo tem como objetivo revisar sistematicamente a temática,

<sup>1</sup> Endereço para correspondência: Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre – UFCSPA, Rua Sarmento Leite, 245, Centro Histórico, 90050-170, Porto Alegre, RS. E-mail: [gabrielabertolettipsi@gmail.com](mailto:gabrielabertolettipsi@gmail.com)

investigando os principais modelos teóricos, sua relação com o desempenho esportivo e o impacto do esporte na inclusão social de pessoas com deficiência.

O paradesporto engloba todas as manifestações esportivas praticadas por pessoas com deficiência, independentemente da modalidade ou do tipo e nível da deficiência (Ministério do Esporte, 2023). Enquanto o paratleta, segundo o Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB), é o indivíduo com deficiência física, visual ou intelectual que pratica esportes em nível recreativo, competitivo ou profissional, com regras adaptadas às suas necessidades e características funcionais (Comitê Paralímpico Brasileiro, 2024). Dentro desse contexto, o esporte oferece não apenas uma oportunidade de competir, mas também um meio de superar barreiras e desafios específicos enfrentados por esse público. Entre essas as barreiras, destacam-se as arquitetônicas e urbanísticas, as de acesso ao transporte, comunicação, informação e tecnologia e as barreiras atitudinais, ou seja, aquelas que dizem respeito a atitudes e comportamentos que são indicadores de discriminação e injustiça social (Ayyildiz et al., 2024; Van Biesen & Morbee, 2023). Além disso, paratletas frequentemente lidam com falta de recursos e apoio especializado. Nesse contexto, é fundamental considerar fatores como o tipo (visuais, auditivas, físicas, motoras ou mentais) e a natureza das deficiências (congenitas ou adquiridas) de cada atleta, pois suas necessidades variam significativamente. Todos esses fatores impactam o modo como as pessoas se percebem no mundo e portanto devem ser considerados quando se objetiva avaliar o bem-estar da população de paratletas (Ayyildiz et al., 2024; Macdougall et al., 2016; Puce et al., 2023b; Van Biesen & Morbee, 2023).

A compreensão do bem-estar de paratletas e sua influência no desempenho esportivo é limitada na literatura atual (Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Puce et al., 2023a). Os estudos disponíveis enfatizam a necessidade de utilizar abordagens que integrem a saúde física, mental e social dos paratletas (Henriksen et al., 2020; Trainor & Bundon, 2023), mas divergem quanto ao modelo teórico adotado para avaliação do bem-estar. Parte baseia-se na teoria de bem-estar hedônico, que fundamenta o modelo de bem-estar subjetivo, o qual envolve a avaliação da satisfação com a vida e dos afetos (Diener, 1984). Outras pesquisas baseiam-se na perspectiva eudamônica, e abrangem elementos como autoaceitação, relações positivas, autonomia, domínio ambiental, propósito na vida e crescimento pessoal para caracterizar o bem-estar psicológico (Deci & Ryan, 2012). No entanto, ainda são incipientes a definição de quais contribuições cada modelo traz para compreender o bem-estar de paratletas (Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2016; Miller et al., 2024; Puce et al., 2023b).

Uma limitação encontrada nos estudos que tangem a investigação do bem-estar em paratletas é o fato de terem amostras pequenas e pouco representativas (Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024).

Além disso, os diferentes contextos culturais e sociais em que os atletas vivem e competem precisam ser levados em consideração nas análises. Isso porque existem diferenças significativas entre modalidades esportivas (Puce et al., 2023a; Van Biesen & Morbee 2023), sexo dos participantes (Ayyildiz et al. 2024; Macdougall et al., 2016), tipos de deficiências (Macdougall et al., 2016; Puce et al., 2019) e variáveis psicológicas que interferem no bem-estar dessa população. Dentre os atributos psicológicos, cita-se motivação (Ayyildiz et al., 2024; Bundon et al., 2022), autoestima (Olive et al., 2021), autoconfiança e senso de propósito (Macdougall et al., 2016). Todas essas variáveis são associadas aos níveis de bem-estar em atletas com deficiência e também a indicadores de melhor desempenho (Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Puce et al., 2023a; Bundon et al., 2022; Van Biesen & Morbee, 2023). Portanto, há necessidade de integrar dimensões culturais e sociais ao estudo do bem-estar e desempenho para o público de paratletas.

Nesse sentido, é importante aos pesquisadores da área considerar a complexidade de fatores envolvidos na avaliação do bem-estar de paratletas e na busca de parâmetros que atendam aos critérios de inclusão e justiça social, o que é ainda um desafio, seja no âmbito da pesquisa ou do exercício profissional. Para abordar essas lacunas, este estudo adota a metodologia de revisão sistemática por sua capacidade de sintetizar evidências de forma estruturada, identificar padrões na literatura e oferecer uma visão comparativa dos modelos teóricos existentes. Com base nessa abordagem, levantam-se as seguintes hipóteses: 1. modelos teóricos de bem-estar apresentam contribuições complementares; 2. a prática esportiva está associada a melhorias no bem-estar e no desempenho esportivo, variando conforme o tipo de deficiência e contexto.; e 3. o bem-estar de paratletas é influenciado por fatores socioculturais e políticos.

## Método

O protocolo da seguinte pesquisa foi registrado no PROSPERO sob o número CRD42024538102. Esta revisão sistemática da literatura foi desenvolvida seguindo as diretrizes estabelecidas pelo “*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*” (PRISMA) (Moher et al., 2009).

## Estratégia de Busca

A questão de pesquisa “Qual é o impacto do bem-estar na vida e no desempenho esportivo dos paratletas?” foi formulada com base no acrônimo PICO – População, Intervenção, Comparador e Desfecho (Huang et al., 2006). A população-alvo consistiu de atletas com deficiências, sem intervenção específica, e o desfecho de interesse foi o desempenho esportivo em relação ao bem-estar dos atletas. A busca foi realizada de abril até maio de 2024 nas bases de dados MEDLINE (via PubMed),

LILACS e SciELO, utilizando os descritores “*well-being*” e “*parathlete*” em títulos e resumos, além de suas traduções em português e espanhol.

Os resultados foram extraídos em formato RIS e importados para a plataforma Rayyan (Ouzzani et al., 2016). Dois revisores independentes avaliaram os artigos utilizando critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Inicialmente, não houve restrições quanto ao delineamento dos estudos, exceto pela exclusão posterior de revisões de literatura. A inclusão final dos artigos foi decidida por consenso entre os revisores, com base nos critérios de elegibilidade definidos. Em caso de discordância, um terceiro revisor avaliava os estudos.

### CrITÉRIOS de Elegibilidade

Os critérios de inclusão dos artigos foram: (a) estudos que discutissem a influência do bem-estar na prática esportiva de paratletas; e (b) estudos escritos em inglês, português ou espanhol. Os critérios de exclusão foram: (a) definição ausente ou incompleta do que foi considerado bem-estar; (b) definição vaga ou ausente do que foi considerado paratleta; (c) estudos que apresentassem o formato de revisão sistemática da literatura; e (d) estudos que não estivessem no formato de artigo científico. Todos os artigos que atenderam aos critérios de inclusão foram lidos integralmente. Artigos duplicados e aqueles incluídos indevidamente na revisão foram excluídos nesta etapa.

### Extração de Dados

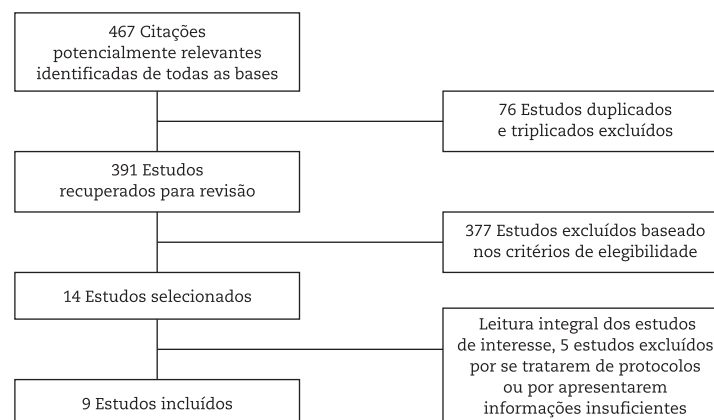
A coleta de dados foi realizada por dois pesquisadores de forma independente, seguindo um protocolo

de extração previamente estabelecido. Esse protocolo orientou a extração de informações essenciais de todos os artigos incluídos na revisão. Os dados extraídos foram organizados em tabelas no formato documento por um dos pesquisadores. Adicionalmente, a qualidade dos estudos incluídos foi rigorosamente avaliada para garantir a robustez dos achados. Os critérios de avaliação consideraram a clareza dos objetivos de pesquisa, o rigor metodológico, o tamanho e as características da amostra, a análise de dados, as questões éticas, além da validade e confiabilidade dos dados e dos resultados. Essa avaliação foi conduzida de forma independente por dois pesquisadores, assegurando uma análise crítica e imparcial. Qualquer discordância durante as fases do processo de seleção foi resolvida por consenso. Esse processo metódico foi essencial para garantir a inclusão de estudos de alta qualidade, a confiabilidade das conclusões obtidas a partir da revisão, e a mitigação de possíveis vieses.

### Resultados

A busca inicial resultou em 467 estudos. Destes, 56 foram identificados como duplicados e 10 como triplicados, eles foram removidos, restando 391 estudos para a triagem. Na etapa seguinte, esses estudos foram avaliados com base nos critérios de elegibilidade previamente estabelecidos. Após a aplicação rigorosa desses critérios, apenas nove estudos foram selecionados para inclusão na revisão final. A Figura 1 apresenta um diagrama detalhado do processo de seleção dos estudos, ilustrando cada etapa, desde a identificação inicial até a seleção final dos artigos incluídos.

**Figura 1**  
Diagrama do processo de seleção dos estudos



Os estudos foram publicados no período entre 2016 e 2024 e suas respectivas revistas apresentaram um fator de impacto relevante para a ciência (entre 1,6 e 4,5). Dos estudos incluídos, um foi realizado no Reino

Unido (Miller et al., 2024), dois no Canadá (Bundon et al., 2022; Todd et al., 2023), três na Austrália (Olive et al., 2021; Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019), um na Turquia (Ayyildiz et al., 2024), um na

Bélgica (Van Biesen & Morbee, 2023) e um na Itália (Puce et al., 2023a).

Em relação às modalidades esportivas, todos os estudos incluíram modalidades diversas, sendo que dois não especificaram quais eram as modalidades (Ayyildiz et al., 2024; Olive et al., 2021). Três artigos compararam resultados de paratletas com não-paratletas. As amostras variaram entre: atletas candidatos a vaga olímpica

(Bundon et al., 2022), atletas recreativos, em que ambas amostras tinham lesão de medula espinhal (Todd et al., 2023) e atletas de elite não-paratletas (Olive et al., 2021). As características principais desses estudos encontram-se na Tabela 1, como autores, ano de publicação, periódico publicado e fator de impacto, delineamento, número amostral (sexo e idade dos participantes) e modalidades esportivas avaliadas.

**Tabela 1**

Características dos estudos incluídos

| Código do estudo | Autores e ano            | Periódico (FI)   | Delineamento   | n/Idade (M e DP)   | Modalidades Esportiva   |
|------------------|--------------------------|--|--|--|---|
| Estudo 1         | Ayyildiz et al. (2024)   | <i>BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation</i> (1.9) | Estudo transversal   | 253 participantes (150 homens e 103 mulheres); A idade variou de 18 até 47 anos. (M e DP=nc)   | Membros de associações e clubes de esportes para deficientes. Categorias específicas=nc   |
| Estudo 2         | Bundon et al. (2022)     | <i>Frontiers in Sports and Active Living</i> (2.3)           | Estudo qualitativo   | 21 participantes<br>7 paratletas (5 mulheres e 2 homens); A idade variou de 21 até 38 anos (M=29,57; DP=nc).<br>14 atletas (sexo, M e DP=nc)   | Paratletismo, paraciclismo, paratriatlo, vôlei sentado e basquete em cadeira de rodas   |
| Estudo 3         | MacDougall et al. (2016) | <i>The sport psychologist</i> (1.6)                          | Estudo qualitativo   | 32 participantes. Desses, 23 paratletas (10 homens e 13 mulheres) A idade variou de 16 até 53 anos (M=28,5; DP=nc).<br>9 funcionários do Comitê Paralímpico Australiano (5 homens e 3 mulheres). (M e DP=nc) | Esportes paralímpicos: Atletismo, boccia, canoagem, slalom, ciclismo, hipismo, natação, tênis de mesa, triatlo, basquete em cadeira de rodas, rugby em cadeira de rodas   |
| Estudo 4         | MacDougall et al. (2019) | <i>European Journal of Adapted Physical Activity</i> (1.0)   | Ensaio clínico randomizado com medidas repetidas. Aplicação do programa MAC. | 18 participantes. Desses, 9 paratletas formaram o grupo intervenção (2 homens e 7 mulheres) (M=34; DP=12);<br>9 paratletas formaram o grupo controle (3 homens e 6 mulheres) (M=31; DP=12)                   | Esportes paralímpicos: atletismo, natação, tênis de mesa, levantamento de peso, basquetebol em cadeira de rodas.  |
| Estudo 5         | Miller et al. (2024)     | <i>Sport, Exercise and Performance Psychology</i> (2.5)      | Estudo qualitativo   | 21 participantes (12 homens e 13 mulheres)*. A idade variou de 22 a 47 anos. (M=28,8; DP=nc)   | Esportes paralímpicos: atletismo, bocha, ciclismo, judô, levantamento de peso, tênis de mesa, Triatlo, Tiroteio, Natação, Remo, Basquete em cadeira de rodas, Rugby em cadeira de rodas.                        |
| Estudo 6         | Olive et al. (2021)      | <i>Sports Medicine Open</i> (4.5)                            | Estudo transversal   | 749 participantes. Desses, 110 paratletas (63 homens e 47 mulheres) (M=30,7; DP=10,6).<br>639 Não paratletas (280 homens e 359 mulheres) (M=24,6 anos; DP=4,7)   | Esportes individuais e em equipe. Categorias específicas=nc   |
| Estudo 7         | Puce et al. (2023a)      | <i>Frontiers in Psychology</i> (3.9)                         | Estudo transversal   | 1.208 participantes. Desses, 849 paratletas e 359 indivíduos com deficiência que não participam de esportes competitivos (705 homens e 503 mulheres) (M=17,39; DP=3,44)                                      | Paratletismo, rugby em cadeira de rodas, bocha, futebol de cegos, goalball, judô, natação paralímpica, tênis de mesa paraolímpico, vela paraolímpica, basquetebol em cadeira de rodas                           |
| Estudo 8         | Todd et al. (2023)       | <i>Sports Medicine Open</i> (4.5)                            | Estudo não randomizado, quase-experimental.                                  | 47 atletas com lesão medular. Desses, 22 paralímpicos (13 homens e 9 mulheres) (M=32,3; DP=6,1); 25 recreativos (19 homens e 6 mulheres) (M=43,6; DP=13,2)   | Esportes paralímpicos: esqui nórdico, para canoagem, hóquei no gelo, natação, tênis em cadeira de rodas, tênis de mesa, atletismo em cadeira de rodas, basquete em cadeira de rodas e rugby em cadeira de rodas |

**Tabela 1 (continuação)**

Características dos estudos incluídos

| Código do estudo | Autores e ano              | Periódico (FI)                | Delineamento       | n/Idade (M e DP)   | Modalidades Esportiva   |
|------------------|----------------------------|-------------------------------|--------------------|--|---|
| Estudo 9         | Van Biesen e Morbee (2023) | Frontiers in Psychology (3.9) | Estudo transversal | 32 participantes (24 homens; 8 mulheres) (M=33,2; DP=6,75) | Esportes paralímpicos: ciclismo, bocha, golbol, atletismo, badminton, para-hipismo, tênis em cadeira de rodas e tênis de mesa |

Nota. FI=fator de impacto; n=número da amostra; nc=não consta no artigo; M=média de idade; DP=Desvio Padrão; \*houve um erro na publicação original quanto ao número de participantes da subamostra

Em relação aos construtos abordados nos manuscritos, quatro artigos tinham como foco principal analisar somente o bem-estar em paratletas (Bundon et al., 2022; Miller et al., 2024; Puce et al., 2023a; Macdougall et al., 2016). Apenas um analisava a relação do bem-estar com outras variáveis, como: intensidade da dor neuropática, catastrofização da dor, estratégias de enfrentamento e afeto positivo (Todd et al., 2023). Adicional a isto, o estudo de Macdougall et al. (2019) buscavam investigar se haveria aumento do bem-estar após intervenção de um programa de oito sessões que integra o protocolo de redução de estresse baseado em *mindfulness* e a terapia de aceitação e compromisso. Dois estudos analisaram o bem-estar de maneira secundária, tendo como construto principal a motivação (Ayyildiz et al., 2024; Van Biesen & Morbee, 2023). O artigo de Olive et al. (2021) analisava o construto mais amplo de saúde mental em paratletas, que abarcava o bem-estar como

uma ramificação. As visões mais recorrentes de bem-estar em todos os estudos corresponderam a hedônica e/ou eudaimônica (Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024; Todd et al., 2023; Puce et al., 2023a).

Sobre os instrumentos utilizados nos estudos, quatro artigos utilizaram instrumentos qualitativos, como entrevistas semiestruturadas para avaliar o bem-estar em paratletas (Bundon et al., 2022; MacDougall et al., 2016; Miller et al., 2024; Van Biesen & Morbee, 2023). Outros quatro artigos utilizaram escalas específicas de bem-estar (MacDougall et al., 2019; Olive et al., 2021; Puce et al., 2023a). Enquanto Ayyildiz et al. (2024) utilizaram termo “*welfare*”, medido através de um questionário em que o participante assinalava o nível de bem-estar. Os objetivos principais, instrumentos específicos e principais achados desses estudos encontram-se na Tabela 2.

**Tabela 2**

Objetivos, instrumentos e principais achados dos estudos

| Código do estudo | Objetivos  | Instrumentos                                 | Principais resultados   |
|------------------|--|--|---|
| Estudo 1         | Examinar as motivações para a participação esportiva de atletas com deficiência auditiva e física.   | <i>Sports Participation Motivation Scale</i> | Na comparação, a participação em atividades físicas foi diferente entre deficientes auditivos e físicos. Pessoas com deficiência auditiva participavam mais de atividades físicas. O nível de bem-estar dos deficientes físicos foi significativamente melhor do que o dos deficientes auditivos. As pessoas com menor motivação para a prática desportiva são os diplomados do ensino primário e aquelas com elevado bem-estar têm também elevada motivação para a prática de esportes.                |
| Estudo 2         | Examinar como atletas com deficiência que se prepararam para Tóquio 2020 vivenciaram a pandemia e explorar como essas experiências foram moldadas pelas estruturas capacitistas do ambiente esportivo em que operam e o impacto subsequente dessas experiências em seu bem-estar psicológico | Duas entrevistas semiestruturadas            | A partir da análise temática, foram desenvolvidas três categorias interrelacionadas: “Estamos todos no mesmo barco... ou não?”, “Vulnerabilidade e o atleta paralímpico” e “Honestamente, já experimentei isso antes”. Descrevem como sete candidatos paralímpicos experienciaram o adiamento dos Jogos Olímpicos, explorando identidades sociais como solidariedade, marginalização, inferioridade e vulnerabilidade. Os atletas usaram aprendizados de lesões anteriores para proteger seu bem-estar. |



**Tabela 2 (continuação)**

Objetivos, instrumentos e principais achados dos estudos

| Código do estudo | Objetivos  | Instrumentos  | Principais resultados  |
|------------------|--|---|--|
| Estudo 3         | Investigar as necessidades e pontos fortes dos paratletas australianos em termos de bem-estar psicológico, social e físico   | Entrevistas semiestruturadas e grupos focais  | Necessidades de bem-estar subjetivo (BES) global incluíam a gestão do estresse e episódios de depressão. Necessidades de BES específicas do esporte incluíam a transição emocional pós-competição e lidar com emoções negativas. Forças de BES global incluíam a capacidade de lidar com a vida e injetar positividade. Forças de BES específicas do esporte incluíam alcançar emoções positivas através do esporte. Necessidades de bem-estar psicológico (BEP) global incluíam a falta de autoaceitação e propósito fora do esporte. Forças de BEP global incluíam fortes redes de suporte social e crescimento pessoal. Necessidades de bem-estar social global incluíam a falta de aceitação dentro das comunidades. Forças de bem-estar social global incluíam a contribuição social e integração com a comunidade. |
| Estudo 4         | Verificar se um programa de oito sessões de compromisso e aceitação de mindfulness (MAC) entregue dentro de uma estrutura de entrevistas motivacionais melhoraria o bem-estar  | <i>Scale of Positive and Negative Experience; Satisfaction with Life Scale; Psychological Well-Being Scale; Social Well-Being Questionnaire; Athlete Burnout Measure; Pain Catastrophizing Scale; Acceptance and Action Questionnaire-II e Cognitive and Affective Mindfulness Scale-Revised</i>  | Aumento significativo na satisfação com a vida, afeto positivo, bem-estar psicológico e social no grupo de intervenção. Relação positiva entre mudanças na satisfação com a vida e bem-estar psicológico e mudanças na autopercepção de desempenho esportivo.  |
| Estudo 5         | Explorar as experiências de bem-estar dos paratletas de elite e compreender os aspectos únicos do ambiente do paratleta de elite que podem impactar seu bem-estar.   | Entrevistas Semiestruturadas  | Quatro temas principais identificados: Compreensão do Bem-Estar: Bem-estar como um constructo holístico envolvendo aspectos físicos, mentais, sociais, financeiros e emocionais; Suporte Especializado: Necessidade de suporte mais específico e personalizado; Identidades Conflitantes: Desafios na gestão de múltiplas identidades e estresse relacionado ao processo de classificação; Oportunidades: Benefícios da participação no para-esporte.  |
| Estudo 6         | Comparar a prevalência e os correlatos de sintomas de saúde mental em paratletas de elite com as taxas entre atletas de esportes não paralímpicos, utilizando uma amostra nacional de atletas representativa da população do Instituto Australiano de Esportes (AIS) | <i>General Health Questionnaire-28; Kessler 10; Rosenberg Self Esteem Scale; Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale; Problem Gambling Severity Index; Male Depression Risk Scale; Eating Disorders Examination Questionnaire; Alcohol Use Disorders Identification Test; Satisfaction with Life Scale; General Help Seeking Questionnaire; Billings and Moos Coping Scale</i> | Não foram encontradas diferenças significativas entre paratletas e não paratletas na maioria dos sintomas de saúde mental, com exceção de consumo de álcool e autoestima, com menores escores em paratletas. Houve tendência de interação para os construtos de ansiedade/insônia com paratletas do sexo masculino, com pontuação mais alta do que os homens não paratletas e, inversamente, mulheres não paratletas relatando maior ansiedade/insônia do que mulheres atletas do paraesporte.   |
| Estudo 7         | Testar a hipótese específica de que a prática de esportes competitivos teria um impacto positivo no bem-estar dos participantes.   | <i>Psychological General Well-Being Index</i>   | Paratletas relataram níveis significativamente mais altos de bem-estar hedônico em comparação com indivíduos com deficiência que não praticam esportes competitivos. Esportes como paratletismo e para-natação estavam associados aos maiores níveis de bem-estar, enquanto rugby em cadeira de rodas foi associado a níveis mais baixos.  |
| Estudo 8         | Comparar as experiências de dor neuropática entre dois grupos de indivíduos (atletas paralímpicos e recreativos) fisicamente ativos com LME que relataram dor neuropática crônica.   | <i>International SCI Pain Basic Data Set; Douleur Neuropathique-4; Leisure Time Physical Activity Questionnaire for people with SCI; Single-item coping strategies questionnaire; Pain Catastrophizing Scale; SCI-Quality of Life</i>   | Atletas paralímpicos relataram maior intensidade de dor neuropática do que atletas recreativos. Eles também apresentaram níveis mais altos de afeto positivo e bem-estar do que atletas recreativos. Não houve diferenças significativas no uso de estratégias de enfrentamento da dor ou catastrofização da dor entre os dois grupos.   |

**Tabela 2 (continuação)**

Objetivos, instrumentos e principais achados dos estudos

| Código do estudo | Objetivos   | Instrumentos   | Principais resultados  |
|------------------|---|--|--|
| Estudo 9         | Examinar se diferentes perfis motivacionais entre atletas paralímpicos podem ser identificados e a vincular esses perfis com os resultados emocionais, cognitivos e relacionados ao desempenho dos atletas em tempos de pandemia. | Dados demográficos; <i>Behavioral Regulation in Sport Questionnaire</i> ; <i>Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale</i> ; <i>Perceived Stress Scale</i> ; <i>Patient Health Questionnaire</i> ; <i>Visual Analog Scale</i> ; <i>The Motivational Self-Regulation Strategies in Sports Questionnaire</i> ; <i>Actual Game Performance Questionnaire</i> e <i>Perceived Games Performance</i> | Perfis Motivacionais: Amotivados, Autonomamente e Motivados. Atletas com perfis amotivados apresentaram menor bem-estar geral e maior nível de estresse, embora não em níveis clinicamente preocupantes Em relação ao desempenho nos jogos, atletas autonomamente motivados tiveram um desempenho superior e maior número de medalhas. |

### Discussão

A presente revisão sistemática teve como objetivo investigar o bem-estar em paratletas, explorando os fatores que influenciam sua saúde mental e desempenho esportivo. Apenas nove estudos preencheram os critérios de elegibilidade, destacando a escassez de literatura disponível sobre essa temática. Esta revisão visa não apenas preencher essa lacuna, mas também oferecer uma análise abrangente das definições de bem-estar utilizadas; quais as particularidades do público paratleta; a relação entre bem-estar e desempenho esportivo; a influência da cultura e das políticas governamentais nos desafios dos atletas com deficiência; e os benefícios psicológicos e sociais do esporte. Ao integrar essas diferentes dimensões, buscamos fornecer uma visão holística e contextualizada do bem-estar dos paratletas.

Em relação ao conceito de bem-estar na população de paratletas, nota-se que seis estudos trouxeram uma discussão robusta e concisa da variável. Dentre esses, quatro estudos (Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024; Todd et al., 2023) integravam ambas as visões hedônica e eudaimônica, um estudo (Bundon et al., 2022) abordava a visão eudaimônica e um estudo (Puce et al., 2023a) focava nas dimensões hedônicas. Essas definições variavam entre a consideração do bem-estar subjetivo, incluindo satisfação com a vida e afetos (Diener, 1984); e o bem-estar psicológico e social, que abrangem autoaceitação, relações positivas, autonomia, domínio ambiental, propósito na vida e crescimento pessoal (Deci & Ryan, 2012). A integração dessas abordagens torna-se essencial para o público paratleta, pois uma análise mais precisa sobre o seu bem-estar deve levar em conta não apenas indicadores internos de saúde mental e satisfação, mas também as dinâmicas socioculturais que influenciam a forma como discursos de habilidade e deficiência são (re)produzidos no contexto esportivo e social (Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2019). Nesse sentido, Henriksen et al. (2020) reforçam

que uma abordagem holística, que integre aspectos físicos, mentais e sociais, é fundamental para promover o bem-estar global dos atletas.

Van Biesen e Morbee (2023) fundamentaram o conceito de bem-estar em seu estudo na Teoria da Autodeterminação (*Self-Determination Theory – SDT*) (Deci & Ryan, 2012). A SDT sugere que o bem-estar é alcançado quando as três necessidades psicológicas básicas são satisfeitas: autonomia, competência e relacionamentos. Estas necessidades são vistas como essenciais para o desenvolvimento e funcionamento saudável dos indivíduos (Van Biesen & Morbee, 2023). Olive et al. (2021) e Ayyildiz et al. (2024) não discorrem sobre nenhuma teoria específica para fundamentar o bem-estar. Respectivamente, no primeiro estudo eles mensuram a variável usando a *Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale* (Stewart-Brown et al., 2008); enquanto no segundo estudo os autores utilizaram o termo “*welfare*” (bem-estar), que foi medido através de questionário em que o participante assinalava o nível de bem-estar entre: *well, middle and low*, em tradução literal “bem”, “médio” e “baixo” (Ayyildiz et al., 2024). Percebe-se a utilização ampla do termo “*well-being*”, através de diferentes teorias ou de forma isolada. Essa noção vaga do conceito corrobora com os achados de Trainor e Bundon (2023).

Referente à amostra, é consenso entre os autores que os atletas com deficiências representam um público negligenciado nas investigações (Ayyildiz et al., 2024; Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024; Olive et al., 2021; Puce et al., 2023a; Todd et al., 2023; Van Biesen & Morbee, 2023). Sobre as particularidades das amostras dos estudos incluídos, nota-se que todos apresentaram modalidades esportivas variadas. No entanto, apenas três estudos identificaram diferenças significativas entre essas categorias de esportes. Puce et al. (2023a) detectaram que atletas que praticavam paratletismo e para-natação relataram os maiores níveis de bem-estar hedônico, enquanto os de basquete em cadeira de rodas apresentaram níveis

intermediários e os de rugby em cadeira de rodas exibiram os níveis mais baixos (Puce et al., 2023a). Macdougall et al. (2016), por sua vez, encontraram diferenças nas necessidades e forças de bem-estar entre atletas de esportes individuais e coletivos. Paratletas de esportes coletivos relataram benefícios significativos em termos de integração e suporte social dentro de suas equipes, enquanto atletas de esportes individuais enfatizaram mais a importância de autoaceitação e crescimento pessoal (Macdougall et al., 2016). Van Biesen e Morbee (2023) também identificaram diferenças entre esportes individuais e coletivos. Os paratletas que praticavam um esporte individual apresentaram escores significativamente maiores para motivação autônoma ( $M=21,12\pm4,71$ ), comparados aos atletas de equipe ( $M=16,67\pm3,27$ ;  $p=0,035$ ). Como não há estudos semelhantes ainda, os autores pontuam uma dificuldade em comparar seus achados (Macdougall et al., 2016; Puce et al., 2023a; Van Biesen & Morbee 2023).

Outras variáveis analisadas referentes à amostra incluíram o sexo. Van Biesen e Morbee (2023) verificaram diferenças significativas em alguns indicadores de desempenho percebido. Essas diferenças de sexo foram encontradas tanto para atletas (masculino= $9,85\pm2,73$  versus feminino= $5,60\pm3,05$ ;  $p=0,03$ ) quanto no desempenho interpessoal avaliado pelo treinador (masculino= $11,42\pm2,39$  versus feminino= $8,17\pm3,37$ ;  $p=0,04$ ), assim como no aspecto mental do desempenho intrapessoal avaliado pelo treinador (masculino= $10,22\pm1,48$  versus feminino= $8,57\pm1,81$ ;  $p=0,03$ ). Ayyildiz et al. (2024) identificam na amostra masculina escores significativamente mais altos de motivação intrínseca ( $p<0,001$ ;  $ES=0,411$ ) e extrínseca ( $p<0,001$ ;  $ES=0,510$ ) em comparação com as mulheres. Em contraste, as mulheres apresentam escores mais altos de desmotivação ( $p=0,003$ ;  $ES=0,369$ ). O estudo qualitativo de Macdougall et al. (2016) igualmente demonstraram diferenças significativas entre paratletas masculinos e femininos. As mulheres destacaram mais frequentemente desafios relacionados à imagem corporal e autoaceitação, enquanto os homens enfatizaram a importância de ter um propósito fora do esporte e a dificuldade em equilibrar a vida esportiva com outras responsabilidades (Macdougall et al., 2016).

A respeito da categorização relacionada ao tipo de deficiência estudada, a maioria dos autores dividiu a amostra em deficiência adquirida e congênita (Bundon et al. 2022; Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024; Puce et al., 2023a). Porém, apenas dois estudos indicaram diferenças significativas dentro dessa categorização (Macdougall et al., 2016; Puce et al., 2023a). No estudo de Puce et al. (2023a) o grupo com deficiência adquirida relatou menor bem-estar ( $OR\ 0,19\ [0,13-0,26]$ ,  $p<0,001$ ). Macdougall et al., (2016) encontraram que paratletas com deficiências adquiridas frequentemente relataram desafios significativos relacionados à autoaceitação e adaptação à nova realidade, enquanto aqueles com deficiências congênitas

apresentaram uma maior aceitação de suas condições desde cedo (Macdougall et al., 2016). Puce et al. (2019) apresentaram uma descoberta interessante sobre essa questão. Em sua amostra, o grupo intervenção, formado por 100 nadadores paralímpicos, não apresentou diferença significativa nas pontuações de bem-estar entre aqueles com deficiências adquiridas e congênitas. Em contraste, entre o grupo de controle, 100 indivíduos que não praticavam esporte competitivo, os participantes com deficiências adquiridas apresentaram pontuações significativamente mais baixas de bem-estar psicofísico comparados aos com deficiências congênitas ( $U=121,5$ ,  $p=.00014$ ,  $r=.69$ ,  $d=2.25$ ) (Puce et al., 2019). Esse resultado indica que a prática esportiva competitiva pode atenuar o impacto negativo das deficiências adquiridas.

Ainda quanto à categorização relacionada ao tipo de deficiência estudada, o estudo de Ayyildiz et al. (2024) compôs uma amostra de paratletas deficientes auditivos e de paratletas deficientes físicos. Das diferenças significativas, o estudo apresentou que atletas com deficiência auditiva participavam mais frequentemente de atividades físicas em comparação com os atletas com deficiência física (nenhuma participação: 44,4% vs. 55,6%; participação rara: 66,7% vs. 33,3%; participação às vezes: 36,0% vs. 64,0%; participação sempre: 61,5% vs. 38,5%;  $p<0,001$ ). Além disso, os atletas com deficiência física apresentaram maior nível de escolaridade em comparação com os atletas com deficiência auditiva (ensino primário: 58,3% vs. 41,7%; ensino médio: 63,0% vs. 37,0%; graduação: 19,5% vs. 80,5%;  $p<0,001$ ) (Ayyildiz et al., 2024). Já Van Biesen e Morbee (2023) compuseram para o estudo uma amostra de atletas com deficiência física (IP=60%), atletas com deficiência visual (VI=34%) e atletas com deficiência intelectual (II=6%). Seus resultados indicaram que os atletas com deficiências visuais usaram significativamente menos estratégias de autorregulação autônoma ( $M=18.09\pm3.53$ ) em comparação aos atletas com deficiências físicas ( $M=21.64\pm4.13$ ;  $p=0.022$ ), mas não diferiram significativamente dos atletas com deficiências intelectuais ( $M=19.00\pm4.24$ ). Por sua vez, Tood et al. (2023) reuniram uma amostra de atletas que diferiram em termos de nível de lesão medular (cervical, torácica, lombar), severidade da lesão (completa vs. incompleta) e classificação AIS (classificação de lesão pela *American Spinal Injury Association Impairment Scale*). A maioria dos participantes tinha paraplegia (53%) e experimentou uma LM traumática (94%). Porém, os resultados não indicaram diferenças significativas baseadas nesses critérios de categorização. O único estudo que não forneceu uma categorização detalhada dos paratletas com base no tipo de deficiência foi o de Olive et al. (2021). Embora os autores reconheçam a importância de fatores específicos da deficiência para a saúde mental, como discriminação e desafios logísticos, não há uma divisão explícita dos paratletas em subcategorias baseadas em tipos específicos de deficiência (Olive et al., 2021).



Referente à relação entre bem-estar e desempenho esportivo nessa amostra, cinco estudos mencionam sua possível associação. Especificamente, indicam que melhorias no bem-estar do paratleta correspondem a uma melhor performance (Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Puce et al., 2023a; Bundon et al., 2022; Van Biesen & Morbee, 2023). Puce et al. (2023a) evidenciaram em seu estudo que a participação em esportes competitivos está associada a níveis mais altos de bem-estar hedônico, em comparação com pessoas com deficiências que não participam de esportes competitivos, sugerindo uma possível influência indireta na performance. Macdougall et al. (2016) sugerem que o bem-estar psicológico pode impactar indiretamente a performance esportiva por meio de variáveis como qualidade do treinamento e suporte social. De forma similar, Macdougall et al. (2019) destacam que atletas com maior bem-estar psicológico tendem a apresentar melhor desempenho em competições, devido à maior autoconfiança e capacidade de lidar com o estresse (Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Puce et al., 2023a; Bundon et al., 2022; Van Biesen & Morbee, 2023).

Outra variável importante relacionada a melhorias na performance foi a motivação. Bundon et al. (2022) exploram principalmente a perspectiva eudaimônica do bem-estar, correlacionando perfis motivacionais autônomos com melhores resultados de performance. Os resultados indicam que a realização do potencial e a vida com propósito são cruciais para a performance atlética. De forma similar, Van Biesen e Morbee (2023) relatam que atletas com perfis motivacionais autônomos apresentam melhor desempenho, sugerindo que intervenções voltadas para melhorar o bem-estar podem ter um efeito benéfico indireto na performance. Em contrapartida, Ayyildiz et al. (2024) encontraram um dado discrepante, no qual a motivação interna foi significativamente maior no grupo de baixo bem-estar em relação aos grupos de nível médio e bom de bem-estar ( $p < 0,001$ ;  $ES = 0,893$ ). Resultados semelhantes foram observados também na motivação externa ( $p < 0,05$ ;  $ES = 0,699$ ). Como possível justificativa, os autores retratam que, na Turquia, os governos locais e o Ministério dos Desportos proporcionam oportunidades importantes às pessoas com deficiência, principalmente pessoas de baixa renda. Nesse caso, indivíduos com menores recursos financeiros mostraram um impacto significativamente maior na motivação para a prática esportiva, pois essas ações ajudam a superar barreiras econômicas e sociais que poderiam impedir sua participação (Ayyildiz et al., 2024; Bundon et al., 2022; Van Biesen & Morbee, 2023).

Pensando nesse cenário em que os paraesportes estão agrupados, a cultura e as políticas governamentais se tornam ferramentas essenciais para a prática da atividade esportiva. Estudos sugerem que paratletas enfrentam desafios únicos relacionados a sua condição física, como dificuldades de acesso (à mobilidade,

informação, tecnologia, etc.), barreiras comunicacionais e financeiras, além de atitudes discriminatórias da sociedade (Ayyildiz et al., 2024; Van Biesen & Morbee, 2023). No entanto, as políticas públicas e os modelos de inclusão nem sempre garantem a equidade no acesso ao esporte de alto rendimento e, muitas vezes, perpetuam desigualdades estruturais. Bundon et al. (2022) destacam as limitações da integração esportiva no Canadá, evidenciando como raça e classe social interagem com a deficiência, influenciando de maneira significativa a experiência esportiva, especialmente para atletas de comunidades marginalizadas.

Além disso, o capacitismo e o estigma social continuam a ser barreiras significativas ao bem-estar dos paratletas. A classificação funcional dos atletas, por exemplo, tem sido identificada como um fator gerador de estresse e insegurança, dada sua subjetividade e impacto direto nas oportunidades de competição (Miller et al., 2024). O discurso midiático que os retrata como "super-humanos" ou "inspiracionais" contribui para uma visão romantizada da deficiência, ignorando as reais dificuldades estruturais e sociais que enfrentam (Miller et al., 2024). Nesse sentido, Macdougall et al. (2016) argumentam que o esporte paralímpico ainda opera, em grande parte, dentro de um modelo médico da deficiência, no qual o foco está na limitação física e na tentativa de "superá-la", em vez de reconhecer e adaptar o ambiente para promover maior inclusão.

Essa estrutura limitada do esporte paralímpico levanta questionamentos sobre como melhorar o suporte aos paratletas. Uma alternativa que vem sendo implementada são os programas centralizados de treinamento, que oferecem acesso imediato a recursos e suporte, como psicólogos esportivos e profissionais de saúde, embora também apresentem desafios logísticos adicionais (Puce et al., 2023b). A literatura vai ao encontro desses achados, e evidencia a necessidade de políticas governamentais que promovam a acessibilidade, apoio financeiro e tecnologias assistivas para superar essas barreiras e promover uma participação igualitária e inclusiva no esporte (Macías et al., 2022). Destaca-se dessa forma a importância de desenvolver e implementar estratégias para superar esses desafios. Olive et al. (2021), por exemplo, trouxeram entre as limitações de seu estudo a incapacidade de adaptar a pesquisa para atletas com deficiência visual, algo que deve ser considerado em estudos futuros. Corroborando com esse achado, Vaz e Melo (2023) sublinham, em sua revisão de literatura sobre avaliação psicológica em pessoas com deficiência visual, essa problemática. Apesar do respaldo do Conselho Federal de Psicologia para o uso de tecnologias assistivas e do modelo do Desenho Universal, as autoras não encontraram estudos que utilizem esses recursos. No entanto, a adaptação de materiais para que outros sentidos, como tato e audição, sejam utilizados se mostrou eficaz. Ressalta-se que ainda há uma grande lacuna na avaliação psicológica

para pessoas com deficiência visual em processos seletivos, orientação profissional e avaliação clínica para adultos e idosos (Vaz & Melo, 2023).

Dentre as demais limitações apresentadas nos estudos incluídos, ressalta-se o uso da metodologia transversal, o que impossibilita o estabelecimento de relações causais e o estudo das mudanças ao longo do tempo (Ayyildiz et al., 2024; Olive et al., 2021; Puce et al., 2023a; Van Biesen & Morbee, 2023). Além disso, a generalização dos achados é frequentemente comprometida pelo tamanho reduzido das amostras e pela restrição geográfica ou demográfica dos participantes, como no caso de estudos que incluem apenas indivíduos de um único país ou com tipos específicos de deficiência. Desta forma, é notório que a falta de representação equilibrada de diferentes sexos, tipos de deficiência e modalidades esportivas em alguns estudos pode influenciar a validade dos resultados e a sua aplicabilidade a populações mais amplas (Ayyildiz et al., 2024; Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024; Olive et al., 2021; Puce et al., 2023a; Todd et al., 2023; Van Biesen & Morbee, 2023). Também destaca-se a escassez de estudos nacionais sobre a temática, o que consideramos um fator preocupante, pois impede uma compreensão mais aprofundada da realidade dos paratletas em diferentes contextos socioculturais. A maior parte das pesquisas analisadas são de países desenvolvidos, onde há maior suporte institucional para a prática esportiva adaptada. No entanto, em países com menor investimento em políticas inclusivas, a realidade pode ser significativamente diferente.

Nesse sentido, ressalta-se a necessidade de mais estudos na área, considerando a importância da prática de esportes para essa população. Conforme os estudos incluídos e a literatura na área evidenciaram, a atividade física regular nesse grupo melhorou sua condição física geral, aumentando a força muscular, a flexibilidade, e a capacidade cardiovascular dos paratletas. Além disso, associou-se à redução da dor e à melhoria na mobilidade. O paraesporte promoveu, dessa forma, a inclusão física desses indivíduos, garantindo acesso a infraestruturas esportivas adaptadas (Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Puce et al., 2023a; Ramsden et al., 2023; Todd et al., 2023). Para além dos benefícios da saúde física, encontram-se os psicológicos e sociais. Evidenciou-se que a prática esportiva contribuiu para a realização do potencial pessoal e proporcionou um senso de propósito e pertença na vida dos paratletas. Essas melhorias se correlacionaram com níveis mais altos de bem-estar, maior autoconfiança, autoaceitação e capacidade de lidar com o estresse. Concomitantemente, o paraesporte também facilitou a inclusão psicológica ao melhorar a saúde mental e promover reflexões sobre as melhorias necessárias na prática da avaliação psicológica nesse grupo. Ademais, a prática esportiva dos paratletas

promoveu a inclusão econômica e cultural ao aumentar a visibilidade e representação das pessoas com deficiências. Essas iniciativas favoreceram maior integração social na comunidade esportiva e na sociedade em geral, contribuindo para uma transformação positiva nas percepções sociais sobre as capacidades dos paratletas (Ayyildiz et al., 2024; Bundon et al., 2022; Macdougall et al., 2016; Macdougall et al., 2019; Miller et al., 2024; Olive et al., 2021; Puce et al., 2023a; Puce et al., 2023b; Todd et al., 2023; Van Biesen & Morbee, 2023).

Nesse sentido, torna-se evidente que os paratletas vivenciam desafios que vão além da dimensão individual. As definições tradicionais de bem-estar (hedônica e eudaimônica) são insuficientes isoladas. Os estudos sobre o bem-estar de paratletas precisam considerar não apenas suas experiências subjetivas, mas também as condições estruturais em que o esporte é praticado e as concepções sociais de deficiência nesses espaços. Ou seja, é essencial a integração das abordagens de bem-estar subjetivo, psicológico e global para avaliar esse grupo.

## Conclusão

Esta revisão sistemática destacou a importância multifacetada do bem-estar dos paratletas, abordando aspectos físicos, psicológicos, sociais e estruturais. Os modelos teóricos de bem-estar analisados demonstraram contribuições complementares, reforçando a necessidade de abordagens integrativas que contemplem tanto dimensões hedônicas quanto eudaimônicas. A prática esportiva mostrou-se benéfica para o bem-estar e o desempenho esportivo dos paratletas, embora sua influência varie conforme o tipo de deficiência e o contexto esportivo. No entanto, limitações metodológicas indicam a necessidade de mais pesquisas longitudinais e diversificadas para aprofundar essas relações. Além disso, evidenciou-se que o bem-estar dos paratletas não é apenas uma questão individual, mas também um reflexo de fatores socioculturais e políticos. Políticas públicas e suporte governamental desempenham um papel essencial na promoção da atividade física entre paratletas, exigindo infraestruturas acessíveis, programas de treinamento especializados, instrumentos precisos para medir variáveis psicológicas e apoio financeiro adequado. Assim, a colaboração entre a comunidade científica, formuladores de políticas e organizações esportivas torna-se fundamental para o desenvolvimento de práticas inclusivas que atendam às necessidades específicas dessa população, promovendo um ambiente equitativo e sustentável que possibilite aos paratletas alcançar seu pleno potencial.

## Agradecimentos.

Os autores agradecem ao apoio institucional da UFCSPA e ao financiamento do CNPq para a realização deste estudo.

## Financiamento

Todas as fontes de financiamento para elaboração e produção do estudo (coleta, análise e interpretação dos dados, bem como, escrita dos resultados no presente no manuscrito) foram fornecidas pelo projeto de pesquisa ‘código do financiamento e agência de fomento.

## Contribuições dos autores

Declaramos que todos os autores participaram da elaboração do manuscrito.

## Disponibilidade de dados e materiais

Todos os dados e sintaxes gerados e analisados durante esta pesquisa serão tratados com total sigilo devido às exigências do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos. Porém, o conjunto de dados e sintaxes que apoiam as conclusões deste artigo estão disponíveis mediante razoável solicitação ao autor principal do estudo.

## Conflito de interesses

Os autores declaram que não há conflitos de interesses.

## Referências

- Ayyildiz, E., Aras, D., Yagin, F. H., Güllü, M., Yapici, H., & Alwhaibi, R. (2024). Investigation of sports participation motivation in people with disabilities: a cross-sectional study of individuals with physical and hearing impairments. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 16(1), 56. <https://doi.org/10.1186/s13102-024-00846-0>
- Bundon, A., Trainor, L. R., Bennett, E. V., Tremblay, M. I., Mannella, S., Crocker, P. R. E., (2022). From minding the gap to widening the gap: Paralympic athletes' experiences of well-being during the postponement of the Tokyo 2020 games. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4(1), 1-15. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.921625>
- Comitê Paralímpico Brasileiro. (2024). *Classificação esportiva paralímpica*. <https://cpb.org.br/classificacao/classificacao-esportiva/>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. In R. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of human motivation* (1<sup>a</sup> ed., pp. 85-107). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399820.013.0006>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Henriksen, K., Schinke, R., Moesch, K., McCann, S., Parham, W. D., Larsen, C. H., & Terry, P. (2020). Consensus statement on improving the mental health of high-performance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 553-560. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1570473>
- Huang, X., Lin, J., & Demner-Fushman, D. (2006). Evaluation of PICO as a knowledge representation for clinical questions. Proceedings of the Annual Meeting of the American Medical Informatics Association (AMIA). *American Medical Informatics Association*. 359-363. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17238363/>
- Liu, Y., Zhang, H., & Xu, R. (2023). The impact of technology on promoting physical activities and mental health: a gender-based study. *BMC Psychology*, 11(1), 1-16. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01348-3>
- Macdougall, H., O'Halloran, P., Sherry, E., & Shields, N. (2016). Needs and strengths of Australian para-athletes: Identifying their subjective psychological, social, and physical health and well-being. *The Sport Psychologist*, 30(1), 1-12. <https://doi.org/10.1123/tsp.2015-0006>
- Macdougall, H., O'Halloran, P., Sherry, E., & Shields, N. (2019). A Pilot Randomised Controlled Trial to Enhance Well-Being and Performance of Athletes in Para Sports. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 12(2), 7. <https://doi.org/10.5507/euj.2019.006>
- Macías, M. R., Fuentes-Guerra, F. J. G., & Robles, M. T. A. (2022). The sport training process of para-athletes: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 1-19. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127242>
- Miller, B., Barker, J. B., Hunton, E., & Plateau, C. R. (2024). Understanding experiences of and influences on well-being in elite para-sport: A qualitative exploration of U.K. para-athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 13(2), 126-143. <https://doi.org/10.1037/spy0000342>
- Ministério do Esporte. (2023). *Paradesporto*. <https://www.gov.br/esporte/pt-br/composicao/orgaos-especificos/esporte/paradesporto>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D., & The PRISMA Group (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Annals of Internal Medicine*, 151, 264-269. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Nascimento, P. A. R., de Souza, J. C., Veloso, V. F., Gonçalves, J. T. T., & de Oliveira, M. V. M. (2024). Depressão, ansiedade e estresse em ciclistas e não ciclistas do norte de Minas Gerais. *Caderno Pedagógico*, 21(13), e11565-e11565. <https://doi.org/10.54033/cadpedv21n13-082>
- Olive, L. S., Rice, S., Butterworth, M., Clements, M., & Purcell, R. (2021). Do Rates of Mental Health Symptoms in Currently Competing Elite Athletes in Paralympic Sports Differ from Non-Para-Athletes? *Sports Medicine – Open*, 7(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s40798-021-00352-4>
- Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan – a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>
- Puce, L., Biz, C., Cerchiaro, M., Scapinello, D., Giarrizzo, L., Trompetto, C., Marinelli, L., Trabelsi, K., Samanipour, N. H., Bragazzi, N. L., & Ruggieri, P. (2023a). Young para-athletes display more hedonic well-being than people with disabilities not taking part in competitive sports: Insights from a multi-country survey. *Frontiers in Psychology*, 14, 1176595. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1176595>
- Puce, L., Marinelli, L., Girtler, N. G., Pallecchi, I., Mori, L., Simonini, M., & Trompetto, C. (2019). Self-perceived psychophysical well-being of young competitive swimmers with physical or intellectual impairment. *Perceptual and Motor Skills*, 126(5), 862-885. <https://doi.org/10.1177/0031512519865849>
- Puce, L., Okwen, P. M., Yuh, M. N., Okwen, G. A. N., Miong, R. H. P., Kong, J. D., & Bragazzi, N. L. (2023b). Well-being and quality of life in people with disabilities practicing sports, athletes with disabilities, and para-athletes: Insights from a critical review of the literature. *Frontiers in Psychology*, 14, 1071656. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1071656>

- Ramsden, R., Hayman, R., Potrac, P., & Hettinga, F. J. (2023). Sport Participation for People with Disabilities: Exploring the Potential of Reverse Integration and Inclusion through Wheelchair Basketball. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2491. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032491>
- Stewart-Brown, S., & Janmohamed, K. (2008). *Warwick-Edinburgh mental well-being scale*. User guide. Version, 1. <http://www.mentalhealthpromotion.net/resources/user-guide.pdf>
- Todd, K.R., Olsen, K., Hamamoto, G., Hirschfeld, T. J., Kramer, J. L. K., & Ginis, K. A. M. (2023). A Comparison of Neuropathic Pain Experiences Among Paralympic Versus Recreational Athletes with Spinal Cord Injury. *Sports Med – Open*, 9(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00645-w>
- Trainor, L. R., & Bundon, A. (2023). Clarifying concepts: “Well-being” in sport. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, 1256490. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1256490>
- Van Biesen, D., & Morbec, S. (2023). “The show must go on”: How Paralympic athletes safeguarded their mental well-being and motivation to train for the postponed Tokyo 2020 games. *Frontiers in Psychology*, 14(1), 1099399. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1099399>
- Vaz, L., & Melo, D. (2023). Avaliação psicológica em pessoas com deficiência visual: uma revisão de literatura. *Cadernos de Psicologia*, 4(8).
- Vieira, L. A., Guerra, P. H., Spósito, L. A. C., Motta-Santos, D., Bocalini, D. S., & Carvalho, F. F. B. de. (2024). Aconselhamento breve sobre atividade física no Sistema Único de Saúde: Uma possibilidade para todos os profissionais de saúde. *Revista Brasileira De Ciências Do Esporte*, 46(1). <https://doi.org/10.1590/rbce.46.20240080>

recebido em setembro de 2024  
aprovado em março de 2025

## Sobre os autores

**Gabriela Bertoletti Diaz** é graduada em psicologia pela UFCSPA. Mestre em Psicologia e Saúde pelo PPG Psicologia e Saúde/ UFCSPA. Doutoranda do PPG Ciências da Reabilitação /UFCSPA, bolsista de Pesquisa do CAPES. Formada em Psicologia do Esporte pela instituição CEPPE.

**Luiza Santos D'Azevedo** é graduada em Psicologia pela UFCSPA. Mestre em Psicologia e Saúde pelo PPG Psicologia e Saúde/ UFCSPA. Especialização em Terapias cognitivo-comportamentais na infância e a adolescência. Terapeuta certificada pela Federação Brasileira de Terapias Cognitivas (FBTC).

**Bruno Luis Schaab** é graduado pela UNISINOS. Mestre em Psicologia pela UFRGS. Doutorando no PPG Ciências da Saúde da UFCSPA.

**Caroline Tozzi Reppold** é professora titular da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Docente do PPG Ciências da Reabilitação, do PPG Ciências da Saúde e do PPG Psicologia e Saúde na UFCSPA. Doutora em Psicologia pela UFRGS, com pós-doutorado em Psicologia (UFRGS), em Avaliação Psicológica (USF) e em Ciências da Educação (Universidade do Minho/Portugal). Coordenadora do Laboratório de Pesquisa em Avaliação Psicológica/UFCSPA. Bolsista Produtividade em Pesquisa do CNPq.

## Como citar este artigo

Diaz, G. B., D'Azevedo, L. S., Schaab, B. L., & Reppold, C. T. (2025). Bem-estar, desempenho e inclusão social em paratletas: Teorias e implicações. *Avaliação Psicológica*, 24, nº especial 1, e25595, 1-12. <https://doi.org/10.15689/ap.2025.24.e25595>