



Remo Adaptado



MINISTÉRIO DO
ESPORTE



REMO ADAPTADO

Entenda

A modalidade paralímpica do remo é frequentemente chamada de remo adaptável, pois as adequações são feitas nos barcos e não na prática em si, ou seja, as regras são as mesmas do esporte olímpico – organizadas e administradas pela *Fédération Internationale des Sociétés d'Aviron* (FISA). A única diferença nas normas existentes entre o esporte e o paradesporto é quanto à distância percorrida nas provas: no primeiro é de 2 mil metros e no segundo de mil metros. Em relação ao tamanho das raia, são iguais às olímpicas: 13.5 m de largura por 3 m e meio de profundidade. O objetivo também é o mesmo, alcançar a linha de chegada antes que os concorrentes o façam. Quanto as adaptações feitas nos barcos, diferenciam-se de acordo com o corpo de cada paratleta e relacionam-se ao tamanho dos remos e dos flutuadores, presença de faixas de segurança para suportar o competidor e os assentos que, em alguns casos, podem ser fixos.

Deficientes físicos, visuais e cognitivos podem praticar o remo adaptável. Exemplos de condições físicas presentes no paradesporto são amputações, lesões de medula espinhal e paralisia cerebral. Existem três modalidades de barcos que originam as quatro classes. Os primeiros podem ser individuais, duplos ou quádruplos. As quatro classes são definidas a partir da mobilidade que os atletas possuem. Nas classes ASM1x (masculina) e ASW1x (feminina), os praticantes têm mobilidade de braços e ombros, competem sozinhos em barcos com assentos fixos. Na classe TAMix2x há mobilidade de tronco e braços e as disputas são em duplas (um homem e uma mulher) com bancos fixos na embarcação. A última classe é a LTAMix4+, na qual os competidores conseguem movimentar pernas, tronco e braços, competindo em barcos duplos, em grupos de quatro paratletas, sendo dois homens e duas mulheres, mais um timoneiro – responsável por liderar a equipe e ditar o ritmo, mas que não pode remar – e os assentos são convencionais. É nesta última classe que são inseridos os deficientes visuais. Dentre os quatro paratletas, dois possuem esta deficiência, sendo um homem e uma mulher, podendo apenas um deles ser da classe B3 (amputados em geral). Recentemente, a FISA adicionou uma nova classe, LTAIDMix4+, na qual estão presentes os deficientes cognitivos.

É um paradesporto que, como a maioria, exige disciplina e comprometimento. São necessários para o bom desempenho técnica, força, resistência, velocidade e potência. Caso o iniciante não apresente essas capacidades, elas poderão ser desenvolvidas ao longo do processo de aprendizagem, bem como haverá uma melhora das aptidões cardiovasculares e cardiorrespiratórias. Além destes benefícios físicos, são percebidos o desenvolvimento da independência do atleta e uma maior capacidade de superação das adversidades, entre outros ganhos.

História mundial

Existem muitas suposições sobre a origem do remo. No Egito, na Grécia antiga e em Veneza são algumas das mais difundidas. Porém, confirmado mesmo por meio de fontes históricas foi um evento que ocorreu na Inglaterra, mais especificamente no rio Tâmisa, no ano de 1715. O objetivo era comemorar o aniversário do rei. Tal evento existe até os dias atuais e é vinculado a uma prova esportiva chamada *Dogget's Coat e Boat and Badge*.

Foi no mesmo século, XVIII, que se iniciaram as primeiras competições oficiais da modalidade. Já no início do século XIX, em 1829, o remo foi aceito e caracterizado como esporte moderno, após a realização da primeira prova tradicional, na qual duas universidades inglesas (Cambridge e Oxford) disputaram uma regata. Após



1 Representação do primeiro vencedor da prova Dogget's Boat and Badge, em 1715. Disponível em: <
<http://thames.me.uk/s00049L.htm#top>>.

a sua esportivização houve a expansão pela Europa e por outros continentes e em 1892 foi criada a entidade regulamentadora, a FISA. No ano seguinte, 1893, foi disputado o primeiro campeonato europeu e se as condições ambientais tivessem permitido, já nas primeiras Olimpíadas (Atenas, 1896) o remo estaria presente. Porém, devido a intempéries, só estreou em 1900, em Paris.

Sobre a modalidade paralímpica, sabe-se que na década de 1980 o remo já era praticado com objetivos terapêuticos e de reabilitação para deficientes. Porém, seu desenvolvimento afim de participar de campeonatos e jogos paralímpicos demorou a ocorrer. O primeiro campeonato mundial com participação de paratletas foi o *World Rowing Championships* em Sevilha, em 2002 – principal evento esportivo do remo até hoje, acontece anualmente e participam atletas e paratletas. Neste mesmo ano a FISA se comprometeu a regulamentar o remo adaptável, divulgá-lo e promovê-lo para que o paradesporto seja mais conhecido e praticado globalmente. Sobre a evolução da modalidade, na primeira aparição (2002), este apresentou apenas as categorias com barcos individuais ou para quatro indivíduos. No ano seguinte, 2003, em Milão – segundo campeonato mundial de remo com participação de paratletas – realizaram-se as provas em barcos duplos. Em 2005 foi acrescentado ao programa dos jogos paralímpicos e pôde, em 2008, estar presente nas Paralimpíadas de Pequim.

Na última edição dos Jogos, Londres (2012), mais de 24 nações participaram no paradesporto o que indica um processo de crescimento da modalidade. Por meio da divulgação e da exploração de suas qualidades como esporte adaptado pode-se aumentar cada vez mais o número de praticantes, que serão beneficiados com melhora na qualidade de vida.

Trajetória paralímpica

Apesar de o remo convencional ser uma modalidade clássica nos jogos olímpicos, fazendo parte do programa desde Paris (1900), o remo adaptável não seguiu o mesmo percurso, tendo apenas duas participações, sendo a primeira em Pequim (2008). Ainda que um paradesporto emergente, o remo adaptável teve uma estreia de impacto, visto que 23 nações foram representadas e 12 medalhas foram entregues a atletas de nove países. Dentre esses, um destaque foi a Grã Bretanha, que figurou no primeiro lugar geral, tornando-se a primeira campeã na modalidade, seguida pela China e Itália. Vale ressaltar a importância dos seus principais atletas, Tom Aggar e Helene Raynsford, ambos medalhistas de ouro na disputa individual.



2 Helene Raynsford e Tom Aggar, ouro em Pequim (2008).
Disponível em: <www.rrm.co.uk>

Em Londres (2012), existia uma grande expectativa em cima do campeão Tom Aggar – repórteres, emissoras de televisão, sites de esporte, todos queriam entrevistá-lo, pois, além de campeão olímpico, era também o recordista mundial da modalidade e o número um do ranking mundial. A China, apesar do segundo lugar no evento paralímpico anterior, não recebeu a devida atenção das mídias até que um

paratleta estreante se destacou, Cheng Huang. O país oriental foi o vencedor graças a Cheng e seus companheiros Tianming e Xiaoxian, medalhistas de ouro na disputa em duplas. Em segundo lugar ficou a Ucrânia e em terceiro a ex-campeã Grã Bretanha.



Cheng Huang medalhista de ouro em Londres (2012). Disponível em: <www.m.paralympic.org>

Fez história

Completando 47 anos, no dia 31 de maio (2016), a selecionada da Ucrânia, Alla Lysenko, participou da história do remo paralímpico de forma honrosa, sagrando-se bicampeã mundial, nos anos de 2009 e 2011, e também campeã Paralímpica, em Londres (2012). Ao sofrer um acidente de carro, em 1996, perdeu as duas pernas, além de sofrer uma lesão na coluna espinhal. Iniciou no paradesporto no ano de 2009, conquistando seu primeiro título, como mencionado acima, na prova *arms and*

shoulders women single sculls, classificação ASW1X. Nesse mesmo ano, Lysenko ganhou a Copa do Mundo de Remo Adaptável, repetindo o feito nos anos de 2010, 2011 e 2012. Apesar de ter operado o ombro, recentemente, devido às dores intensas, a paratleta pretende participar dos Jogos do Rio de Janeiro (2016).



3Alla Lysenko, bicampeã mundial e campeã Paralímpica.
Disponível em: <<https://www.paralympic.org/news/shoulder-surgery-not-holding-lysenko-back-rio-2016-aspirations>>

Potência paralímpica

A equipe chinesa de remo paralímpico vem se destacando desde as Paralimpíadas de Pequim (2008), quando obteve uma medalha de ouro, conquistada pelos atletas Zilong Shan e Yangjing Zhou, na prova *Mixed Double Sculls TAM*, ficando atrás somente da favorita Grã Bretanha. Na edição seguinte, em Londres (2012) mostrou melhor desempenho, conquistando duas medalhas de ouro, uma da dupla Tianming Fei e Xiaxian Lou, também na prova *Mixed Double Sculls TAM*, e mais uma de Cheng Huang na prova individual, assumindo a primeira colocação do quadro de medalhas.

O chinês conheceu o remo em 2010 e se tornou profissional apenas em 2012, ano no qual disputaria as Paralimpíadas de Londres. No último dia de disputa, Huang entrou para história ao superar o recorde do favorito Tom Aggar, vencendo a disputa contra os selecionados da Austrália e Rússia. Aggar não teve um bom desempenho e terminou em 4º lugar, sua primeira derrota desde 2007. Huang, quando questionado em uma entrevista cedida ao COI sobre o favoritismo e mau desempenho de Tom Aggar, respondeu: “– Eu pessoalmente acho que o vencedor não pode ser determinado pelos desempenhos e realizações passadas. Eu não estou surpreso que Tom Aggar não tenha ganho uma medalha”.

De olhos neles

Moran Samuel, nascida em Israel no dia 24 de abril de 1982, após muita dedicação, sagrou-se campeã no ano de 2015 no *Rowing World Championships*, também vencedora da *FISA World Rowing's 2015 Para Crew of the Year Award*, bem como uma medalha de prata no *Rowing World Championships* do ano de 2014. Insatisfeita com a sua colocação durante as Paralimpíadas de Londres (2012), classificada apenas na 15ª colocação, a paratleta vem demonstrando um crescimento progressivo nessa modalidade, assim, pode-se aguardar uma melhor participação no ano de 2016, no Rio de Janeiro.

Moran iniciou a sua vida esportiva aos 9 anos de idade na cidade de Carmiel, ao norte de Israel, com o basquete. Rapidamente se apaixonou pelo esporte, o que a levou a buscar o melhor rendimento possível dentro dessa modalidade, tendo feito parte até mesmo da seleção de basquete de seu país. Aos 24 anos a sua vida acabou tomando um rumo diferente, pois as suas pernas acabaram ficando completamente paralisadas, devido a um acidente vascular cerebral da medula espinhal, sendo essa uma patologia bastante rara, com probabilidade de frequência de 1% em relação aos acidentes vasculares cerebrais. Quando ocorre, interrompe o fluxo de sangue da medula espinhal momentaneamente, ocasionando assim a necessidade de utilizar uma cadeira de rodas. Após uma intensiva reabilitação, a agora paratleta decidiu começar a utilizar o seu tempo ajudando a tratar crianças com atrasos em seu desenvolvimento e que possuíam deficiência.

Posteriormente, decidiu retornar para o basquete, este agora adaptado, com o objetivo de se tornar uma paratleta de alto rendimento, mas o Comitê Paralímpico de Israel a direcionou a uma nova modalidade, o remo adaptável, alegando que ela não conseguiria realizar o seu potencial máximo como uma paratleta de basquete adaptado. Seria o melhor para futuramente pleitear uma vaga nos Jogos Paralímpicos. Assim, no ano de 2010, Moran foi encaminhada ao *Daniel Rowing Centre*, localizado na cidade de Tel Aviv, centro promotor de atividades como o remo e outros paradportes náuticos, como forma de capacitação de pessoas com necessidades especiais. Moran Samuel levou alguns meses para começar a se adaptar a essa nova modalidade. Atualmente, a paratleta continua trabalhando duro todos os dias (duas a três vezes por dia) para chegar à excelência.



4 “O esporte me proporciona eliminar todos os meus sentimentos ligados à instabilidade de minha saúde”
- Moran Samuel em depoimento disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=G7VzGWtWO9I>>

Para a remadora, representar Israel foi uma grande conquista, tanto que é difícil para ela explicar essa emoção de poder representar o seu país em um dos maiores eventos esportivos do mundo, as paralimpíadas. Ela também continua praticando o

basquete em cadeira de rodas como uma forma de lazer, já que este esporte proporciona um equilíbrio mental.



5 Preparação para as Paralimpíadas de Londres (2012). Moran Samuel, a member of Israel's Paralympic team, attends a training session in Tel Aviv. David Buimovitch/AFP/Getty Images. Disponível em: <www.theatlantic.com

Remo no Brasil – recente e promissor

Foi no início da década de 1980, no Rio de Janeiro, que profissionais de Educação Física idealizaram a prática do remo para pessoas deficientes. Celby Rodrigues e Dalva Alves iniciaram esse trabalho nomeado de “Projeto Remo Adaptado”, o objetivo não era apenas proporcionar a reabilitação dos indivíduos, mas também oferecer todos os benefícios físicos, psicológicos e sociais que a prática esportiva pode proporcionar. Após aproximadamente 10 anos, já no início dos anos de 1990, a modalidade cresceu significativamente, com o apoio das entidades responsáveis pelo remo e pelos paradesportos em geral, como, por exemplo, a Confederação Brasileira de Remo (CBR), o Comitê Paralímpico Brasileiro, a Secretaria de Esportes, entre outras, além do apoio de técnicos e profissionais formados em Educação Física.

Todo esse movimento, envolvendo profissionais do paradesporto, entidades de fomentos e atletas, gerou ótimos resultados, visto que, no início do século XXI, o remo adaptável apresentava as suas primeiras ações em âmbito internacional. No primeiro Mundial, disputado na Espanha em 2002, o Brasil estava presente. As relações entre a FISA e o *International Paralympic Committee* (IPC) se estreitaram e acordos para a inserção da modalidade nos Jogos Paralímpicos de Pequim foram firmados. Era necessário, então, que o remo adaptável promovesse campeonatos mundiais com um grande número de países, além do comprometimento destes em desenvolver o remo adaptável em seus territórios.

Assim foi. Em 2005 o Brasil acentuou os investimentos visando as Paralimpíadas de Pequim. Foram organizadas várias competições nacionais e paratletas de destaque participaram de eventos internacionais, além da preocupação com a formação de atletas, técnicos, classificadores e a construção de estruturas necessárias ao desenvolvimento do esporte de alto nível.

O ano de 2007 foi decisivo, pois o Mundial de Remo em Munique foi o principal evento classificatório para a estreia da modalidade nos Jogos Paralímpicos de Pequim (2008). O Brasil conseguiu não apenas a classificação com ótimos resultados, mas também a medalha de bronze na disputa em duplas no ano seguinte, nas Paralimpíadas. Os responsáveis por estes feitos foram Josiane Lima e Elton Santana e esta conquista colocou o Brasil em 8º lugar geral. Esta foi a única medalha do país, pois em Londres (2012) o Brasil não obteve nenhuma, ficando na 11ª colocação.

Atualmente o Brasil conta com vários clubes de remo adaptável, como, por exemplo, o Esporte Clube Pinheiros, Botafogo de Futebol de Regatas, Clube de Regatas Flamengo, Clube de Regatas Aldo Luz entre outros de menor destaque. São desses clubes que saem os atletas da seleção brasileira de remo adaptável, que, já está convocada para os Jogos do Rio (2016). Entre os nomes constam a veterana Josiane Lima, que vai para a sua terceira Paralimpíada. O remo nacional irá relembrar as suas origens no Rio de Janeiro, nas Olimpíadas e Paralimpíadas e poderá fazer história na Lagoa Rodrigues de Freitas, onde as disputas irão ocorrer.



6 Josiane Lima e Elton Santana medalhistas de bronze em Pequim (2008). Direitos reservados a Getty Images. Disponível em: <www.gettyimages.com>

Nosso destaque

A paratleta Josiane Lima, nascida no ano de 1975, em Florianópolis, foi escolhida e homenageada como a melhor remadora pelo Prêmio Paralímpicos no ano de 2015, em Copacabana, Rio de Janeiro. Ao longo de 10 anos de prática dessa modalidade, a paratleta já conquistou vários títulos, como o primeiro lugar no Mundial da Alemanha em 2007, prata no Mundial da Polônia em 2009, prêmio de melhor atleta de remo paralímpico do Brasil COB e CPB (2009, 2014 e 2015), conquistou 4 vezes o Mundial de Remo *Indoor* de Boston (2011, 2013, 2014, 2015).

Antes de começar a praticar o remo, Josiane já havia feito outros esportes. Iniciou no vôlei, chegando a competir nesta modalidade nos Jogos Abertos de Santa Catarina, além de ter iniciado em práticas como judô, surfe, trilha de moto e mergulho. No ano de 2004, a catarinense sofreu um acidente de moto e teve que ser submetida a várias cirurgias, levando praticamente um ano para se recuperar. Ao perceber que a sua vida teria que passar por certas adaptações, resolveu procurar a

associação de deficientes físicos de Florianópolis para saber quais os esportes disponíveis. Assim, começou a praticar a natação adaptada, mas logo em seguida teve contato com o remo adaptável.



7 Josiane Lima no Mundial de Remo da Polônia (2009). Disponível em: <www.atletasbrasil.com.br>

Josiane, que já possui a sua vaga garantida nos Jogos Paralímpicos no Rio de Janeiro (2016), é candidata a uma medalha na categoria TAMix2x.

“Fiquei com uma sequela grave, mas foi tudo superado. Sempre tive paixão pelo esporte e pelo mar, e descobri o remo. A minha vida deu uma volta em 360 graus e acabou dando tudo certo.”-Josiane Lima em depoimento no site:<<http://guiapedrabranca.com.br/2016/01/14/entrevista-exclusiva-com-josiane-melo/>>

Para saber mais

ATLETAS BRASIL

<<http://www.atletasbrasil.com.br/josianelima>>

BRITISH PARALYMPIC ASSOCIATION

<<http://paralympics.org.uk/paralympicsports/rowing>>

BRITISH ROWING

<<http://www.britishrowing.org/paralympic-games/>>

CLUBE DE REGATAS BANDEIRANTES

<<http://www.raiaolimpicaderemo.com.br/o-esporte/remo-adaptavel>>

CONFEDERAÇÃO PARALÍMPICA BRASILEIRA

<<http://www.cpb.org.br>>

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

<<http://www.confef.org.br/extra/revistaef/show.asp?id=3719>>

GUIA PEDRA BRANCA

<<http://guiapedrabranca.com.br/2016/01/14/entrevista-exclusiva-com-josiane-melo/>>

INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE

<<https://www.paralympic.org/rowing>>

MED HANDBOOK

<<http://med-handbook.com/pt/pages/796503>>

MELLO, M.C.; WINCKLER, C. **Esporte Paralímpico**. São Paulo: Editora Atheneu, 2012.

PARALYMPIC

<<https://www.paralympic.org/moran-samuel>>

PORTAL INICIAÇÃO DESPORTIVA

<<http://portaliniciaoparadesportiva.blogspot.com.br/p/remo-adaptavel.html>>

RAIA OLÍMPICA - REMO

<<http://www.raiaolimpicaderemo.com.br/o-esporte/remo-adaptavel>>

REMO BRASIL

<<http://www.remobrasil.com/remo/o-que-e-o-remo>>

RIVER AND ROWING MUSEUM

<<http://rrm.co.uk/events/freedom-of-the-river-the-story-of-paralympic-rowing>>

ROWING CANADA

<<http://rowingcanada.org/national-team/paralympics>>

TRAVINHA ESPORTES

<<http://www.travinha.com.br/esportes-aquaticos/9156-remo/3114-remo-historia-e-regras>>

TURISMO ADAPTADO

<<https://turismoadaptado.wordpress.com/2011/03/26/remo-adaptado-a-mais-nova-modalidade-do-quadro-de-esportes-paraolimpicos/>>

YOUTUBE

<<https://www.youtube.com/watch?v=9e5xXtPEdyM>>

ZIMBIO

<<http://www.zimbio.com/photos/Shan+Zilong/Elton+Santana/Paralympics+Day+5+Rowing/tWNA9ACZxWc>>

WORLD ROWING

<<http://www.worldrowing.com/para-rowing/>>