

# A Psicomotricidade

2016



ASSOCIAÇÃO  
PORTUGUESA *de*  
PSICOMOTRICIDADE



19



ASSOCIAÇÃO  
PORTUGUESA *de*  
PSICOMOTRICIDADE

**Coordenação e Administração de Edição**

APP - Associação Portuguesa de Psicomotricidade

Faculdade de Motricidade Humana

Estrada da Costa

1499-002 Cruz Quebrada

<http://www.appsicomotricidade.pt>

**ISSN:** 1645-748X

**Periodicidade:** Anual



## Ficha Técnica

### Editor-Chefe

*Sofia Santos*

### Comissão Científica

*Adriana Gehres* (Portugal – Instituto Piaget - Viseu)

*Ana Rodrigues* (Portugal – Faculdade de Motricidade Humana /Universidade Técnica de Lisboa)

*Andreia Castro* (Portugal – Universidade Fernando Pessoa)

*Celeste Simões* (Portugal – Faculdade de Motricidade Humana /Universidade Técnica de Lisboa)

*Klaus Fischer* (Alemanha – Faculdade de Educação Especial / Departamento de Educação Motora e Terapia pelo Movimento)

*Jean Michel Albaret* (França – Institut de Formation en Psychomotricité, Faculté de Médecine Rangueil)

*Jorge Fernandes* (Portugal – Universidade de Évora)

*Juan Garcia Nunez* (Espanha - CITAP)

*Juan Milla* (Uruguai – Escuela Universitaria de Tecnología Médica, Facultad de Medicina Universidad de la República)

*Lone Frimodt* (Dinamarca – Presidente do Fórum Europeu de Psicomotricidade)

*Luzia Lima* (Portugal – Instituto Piaget - Almada)

*Pascal Bourger* (França – Institut Supérieur de Rééducation Psychomotrice et de Relaxation)

*Paula Mota* (Portugal – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro)

*Pedro Morato* (Portugal – Faculdade de Motricidade Humana /Universidade Técnica de Lisboa)

*Ruud Boscher* (Holanda – Universidade Livre de Amesterdão)

*Rui Martins* (Portugal – Faculdade de Motricidade Humana / Universidade Técnica de Lisboa)

*Vítor Cruz* (Portugal – Faculdade de Motricidade Humana /Universidade Técnica de Lisboa)

*Vítor da Fonseca* (Portugal)

## Colaboram neste número



**Adriana Frazão**

- Mestre em Reabilitação Psicomotora
- ams.frazao@gmail.com



**Andreia Silva**

- Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, CIDESD, Vila Real, Portugal
- andreiasilva.pm@gmail.com



**Alice de Sousa**

- Universidade de Lisboa
- Faculdade de Motricidade Humana
- Mestrado de Reabilitação Psicomotora
- alicenetodesousa@gmail.com



**Carla Afonso Varajidás**

- Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro



**Ana Cláudia Pinheiro**

- Universidade de Lisboa
- Faculdade de Motricidade Humana
- Mestrado em Reabilitação Psicomotora
- pinheiro.claudia92@gmail.com



**Eduarda Coelho**

- Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro



**Ana Moraes**

- Doutoranda em Motricidade Humana na Especialidade Reabilitação
- Faculdade de Motricidade Humana, Ulisboa
- arodriguesmoraes@gmail.com



**Isabel Mourão Carvalhal**

- Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, CIDESD, Vila Real, Portugal
- mimc@utad.pt



**Ana Rita Bodas**

- Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro



**Maria Melo**

- Mestre em Reabilitação Psicomotora
- mariafragosomelo@gmail.com



**Paula Lebre**

- Instituto de Etnomusicologia  
Faculdade de Motricidade Humana  
Universidade de Lisboa
- pmelo@fmh.ulisboa.pt



**Susana Guimarães**

- Psicomotricista, Doutoranda em Reabilitação  
Faculdade de Motricidade Humana  
Universidade de Lisboa
- sus.guimaraes@gmail.com



**Sara Duarte**

- Mestre em Reabilitação Psicomotora
- saraduarte06@gmail.com



**Susana Toledo**

- Licenciada em Motricidade Humana – Reabilitação Psicomotora
- susanadiastoledo@gmail.com



**Serenela Cruz**

- Mestrado de Reabilitação Psicomotora  
Faculdade de Motricidade Humana  
Universidade de Lisboa
- ccserenela@gmail.com



**Tânia Pinto**

- Doutoranda em Ciências do Desporto  
Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro,  
Psicomotricista na Clínica Infantojuvenil Eugénia Teixeira



**Sofia Santos**

- Faculdade de Motricidade Humana  
Universidade de Lisboa
- sofiasantos@fmh.ulisboa.pt



**Telma Sena**

- Mestrado Reabilitação Psicomotora  
Faculdade de Motricidade Humana  
Universidade de Lisboa



**Solange Moura**

- Mestrado de Reabilitação Psicomotora  
Faculdade de Motricidade Humana  
Universidade de Lisboa
- solangeamoura@gmail.com



## SUMÁRIO

### SUMÁRIO

#### *EDITORIAL 7*

*Sofia Santos*

#### *ENVELHECIMENTO PSICOMOTOR DAS PESSOAS COM DIFICULDADE INTELLECTUAL E DESENVOLVIMENTAL 9*

*Ana Cláudia Pinheiro & Sofia Santos*

#### *COMPARAÇÃO DA PROFICIÊNCIA MOTORA DAS CRIANÇAS DO 1º ANO DO 1º ANO DO CEB, DE ACORDO COM AS VIVÊNCIAS EDUCACIONAIS ANTERIORES AO PRÉ-ESCOLAR 37*

*Andreia Silva & Isabel Carvalhal*

#### *O CORPO DO PSICOMOTRICISTA: DO CORPO AGIDO E VIVIDO AO CORPO RELACIONAL E TERAPÊUTICO 47*

*Susana Guimarães, Adriana Frazão, Maria Melo, Sara Duarte & Susana Toledo*

#### *ATITUDES DE ESTUDANTES DE REABILITAÇÃO PSICOMOTORA FACE À POPULAÇÃO COM DIFICULDADES INTELLECTUAIS E DESENVOLVIMENTAIS: DINAMARCA, FRANÇA, HOLANDA, PORTUGAL E SUÍÇA 66*

*Alice de Sousa, Patricia Fernandes, Serenela Cruz, Solange Moura & Sofia Santos*

#### *PERFIL PSICOMOTOR E AUTOESTIMA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS COM E SEM INTERVENÇÃO PSICOMOTORA 88*

*Tânia Pinto, Ana Morais, Carla Afonso Varajidás, Ana Rita Bodas & Eduarda Coelho*

#### *OS SINAIS NEUROLÓGICOS MOTORES DISCRETOS EM PESSOAS COM ESQUIZOFRENIA 106*

#### *E A SUA CONTRIBUIÇÃO NA INTERVENÇÃO PSICOMOTORA 106*

*Susana Guimarães, Sofia Santos & Paula Lebre*

#### *UMA EXPERIÊNCIA DE ERASMUS: A REABILITAÇÃO PSICOMOTORA NA ALEMANHA 129*

*Telma Sena*

#### *NORMAS PARA A ELABORAÇÃO E PROPOSIÇÃO DE ARTIGOS 137*



## EDITORIAL

*Sofia Santos*

A realização de diversos eventos científicos, a nível nacional e internacional, no âmbito da Reabilitação Psicomotora, tem vindo a impor-se como uma necessidade e um momento de partilha e de brainstorming entre as diferentes formações existentes na área na Europa. Decorrente de diversos encontros científicos, este número da revista A Psicomotricidade marca mais uma etapa na afirmação da atividade profissional, visando a consolidação da identidade dos psicomotricistas, relevando a qualidade dos seus trabalhos e na discussão de ideais emergentes e com impacto ao nível prático e social da população-alvo que beneficia de intervenção psicomotora. Por outro lado, sente-se a necessidade de maturar o que a investigação nos apresenta e sobre a forma como os técnicos da área entendem poder melhorar o

sistema de apoios e serviços nacional. Continuamos a apostar na divulgação do que de bom se faz em Portugal e na área da Reabilitação Psicomotora, através da publicação de mais artigos na área. Uma ideia fica: estamos a caminhar no sentido de viabilizar e disseminar resultados e ideias, estudos e investigações...

O aumento exponencial da população com mais de 65 anos a nível mundial é já uma realidade e que se começa a repercutir ao nível da população com dificuldade intelectual e Desenvolvidamental, o que faz do envelhecimento destas pessoas uma questão social recente que necessita de ser alvo de reflexões e readaptações em consequência dos novos desafios que este “novo” grupo social, gerontes com DID, coloca. Do ponto de vista do sistema nacional, constata-se que os apoios e programas

## ENVELHECIMENTO PSICOMOTOR DAS PESSOAS COM DIFICULDADE INTELECTUAL E DESENVOLVIMENTAL

*Ana Cláudia Pinheiro & Sofia Santos*

### RESUMO

Nos últimos 40 anos, a população idosa portuguesa duplicou, correspondendo a 16.7% da população total, prevendo-se que este índice venha a aumentar. De igual modo, o envelhecimento nos indivíduos com Dificuldade Intelectual e Desenvolvidamental (DID) aumentou de uma forma considerável e segundo os Censos de 2011, 45.2% da população com DID tem idades entre os 45-90 anos, devido aos recentes avanços da tecnologia/medicina e das mudanças no estilo de vida, que permitiram um aumento da esperança média de vida (EMV) deste subgrupo populacional. Esta nova questão social trouxe repercussões significativas para as instituições, famílias e para os prestadores de cuidados, que passam a necessitar de recursos que contemplem o novo grupo populacional, os Gerontes com DID, i.e., serviços que não estejam segmentados e especializados para estes dois grupos populacionais, considerando-os como distintos. Na intervenção, em geral, e na intervenção psicomotora, em particular, é fundamental que se conheça o processo de envelhecimento nas pessoas com DID, para responder às novas necessidades e desafios emergentes, decorrentes do mesmo. Desta forma, este artigo foca o processo de envelhecimento psicomotor desta população para uma melhor adequação dos programas a implementar, visando a melhoria das competências psicomotoras, aumento da autonomia e participação na comunidade.





## **ABSTRACT**

Over the past 40 years, the Portuguese elderly population doubled, corresponding to 16.7% of the total population, and it is expected that this ratio will increase. Similarly, aging in individuals with Intellectual and Developmental Disability (IDD) has increased and according to the Census (2011), 45.2% of the population with IDD is aged between 45-90 years-old. This fact is due to the advances in technology, medicine and changes in lifestyle, which allowed an increase in life expectancy of this population, with significant repercussions for institutions, families and caregivers, which now require capabilities that address the new population group, seniors with IDD, i.e, services that are not still targeted and specialized for these two population groups. In psychomotor intervention is essential to know the aging process in people with IDD, to respond to new needs and emerging challenges arising therefrom. This article goal is describe and understand the psychomotor aging of people with IDD in order to develop and provide new supports and services adequate to their needs, implementing more suitable programs for independent functioning and participation in the community, through psychomotor therapy.

## **RÉSUMÉ**

Au cours des 40 dernières années, la population âgée portugaise a doublé, ce qui représente 16,7% de la population totale, il est prévu que ce ratio augmentera. De même, le vieillissement chez les personnes avec intellectuelle et difficulté du développement (DID) a augmenté dans une mesure appréciable et selon le Recensement de 2011, 45,2% de la population DID a vieilli 45-90 ans, en raison des récentes avancées dans la technologie/la médecine et les changements de mode de vie, ce qui a permis une augmentation de l'espérance de vie (EMV) de cette sous-population. Cette nouvelle question sociale a des répercussions importantes pour les institutions, les familles et les soignants, qui exigent maintenant des capacités qui incluent le nouveau groupe de population, personne âgée avec DID, à savoir, les services qui ne sont pas ciblés et spécialisés pour ces deux groupes population, considérant comme distincts. Dans l'intervention psychomoteur, en particulier, il est essentiel de connaître le processus de vieillissement chez les personnes avec DID, pour répondre aux nouveaux besoins et les nouveaux défis qui en découlent. Ainsi, cet article se concentre sur le vieillissement psychomoteur de la population pour une meilleure adaptation des programmes à mettre en œuvre afin d'améliorer les compétences psychomotrices, une plus grande autonomie et la participation à la communauté.

**PALAVRAS-CHAVE**

Envelhecimento, Dificuldade Intelectual e Desenvolvimental, Alterações Psicomotoras, Avaliação, Intervenção Psicomotora

**KEYWORDS**

Aging, Intellectual and Developmental Difficulties, Psychomotor Changes, Evaluation, Psychomotor Intervention

**MOTS-CLÉ**

Viellissement, Difficultés Intellectuelle et Développement, Troubles Psychomoteurs, Évaluation, Intervention en Psicomotricité

## COMPARAÇÃO DA PROFICIÊNCIA MOTORA DAS CRIANÇAS DO 1º ANO DO 1º ANO DO CEB, DE ACORDO COM AS VIVÊNCIAS EDUCACIONAIS ANTERIORES AO PRÉ-ESCOLAR

*Andreia Silva & Isabel Carvalhal*

### RESUMO

As crianças antes de ingressarem no ensino pré-escolar passam os seus primeiros anos ao cuidado de familiares, amas e/ou creches. Os diferentes contextos onde a criança está inserida apresentam variações a nível do ambiente possibilitando o contato com os seus pares, assim como uma estimulação adequada às suas necessidades, de acordo com a idade. Este estudo tem como objetivo comparar a proficiência motora (PM) das crianças do 1º ano do 1º Ciclo do Ensino Básico (CEB), de acordo com as vivências educacionais anteriores ao ingresso no pré-escolar. A amostra incluiu 72 crianças (34 rapazes e 38 raparigas), com idades compreendidas entre os 5 e 7 anos ( $78,31 \text{ meses} \pm 3,45$ ). Foi utilizado o Teste de Proficiência Motora de Bruininks-Oseretsky-2 Forma Reduzida (TPMBO-2 FR) para avaliar a PM. Para comparar as Pontuações Estandarizadas, de acordo com os diferentes tipos de cuidados, foi utilizado o teste Oneway ANOVA. Os resultados revelam que não se registaram diferenças significativas na PM das crianças que frequentaram os diferentes contextos educativos antes de ingressarem no ensino pré-escolar. Concluindo, apesar da frequência de diferentes contextos educativos, anteriores ao pré-escolar, as crianças apresentaram resultados semelhantes de proficiência motora.

## **ABSTRACT**

Before entering preschool, children spend their early years in family care, child care provider and / or day care centers. The different contexts in which the child is inserted presents variations on the type of environment with the possibility to contact with peers and the promotion of appropriate stimulation suitable to the child's needs according to the age. This study aims to compare the motor proficiency (MP), of children in the 1st year of the 1st Cycle of Basic Education (CBE), according to their previous educational experiences before entering preschool. The sample included 72 children (34 boys and 38 girls), aged between 5 and 7 years (78,31 months  $\pm$  3,45). The Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency-2, Brief Form (BOT-2 BF) was used to evaluate the MP. To compare the results of the Standard Score, according to the different types of care, it was used the Oneway ANOVA. The results reveal that there were no significant differences in motor proficiency of children who attended different educational contexts, before entering preschool. In conclusion, despite the frequency of different educational contexts before preschool, the children showed similar results of motor proficiency.

## **RÉSUMÉ**

Avant d'entrer dans l'enseignement pré-primaire, les enfants passent leurs premières années sous la supervision des membres de leur famille, des infirmières et/ou des centres de soins aux enfants. Les différents contextes dans lesquels l'enfant est inséré présentent des variations au niveau de l'environnement, rendant possible le contact avec leurs pairs, ainsi qu'une stimulation adaptée à leurs besoins, en fonction de l'âge. Cette étude vise à comparer les compétences motrices (PM) des enfants dans la première année du 1er cycle de l'éducation de base (CEB), en fonction des expériences éducatives avant d'entrer en maternelle. L'échantillon comprenait 72 enfants (34 garçons et 38 filles), âgés de 5 à 7 ans (78,31 mois  $\pm$  3,45). Le test Bruininks-Oseretsky-2 de motricité réduite en forme (TPMBO-2 FR) a été utilisé pour évaluer les PM. Pour comparer les scores standardisés, en fonction des différents types de soins, le test Oneway ANOVA a été utilisé. Les résultats montrent qu'il n'y avait pas de différences significatives dans les PM des enfants qui ont fréquenté différents contextes éducatifs avant d'entrer dans l'éducation préscolaire. En conclusion, malgré la fréquence des différents contextes éducatifs préscolaires, les enfants ont présenté des résultats similaires en matière de motricité.

## **PALAVRAS-CHAVE**

Proficiência motora, crianças, contexto educativo

## **KEYWORDS**

Motor proficiency, children, educational context

## **MOTS-CLÉ**

Compétences motrices, enfants, contexte éducatif

A criança ao nascer pode ficar ao cuidado de um dos pais durante 120 dias, podendo prolongar-se até 150 dias. Este cuidado pode ser partilhado entre os pais aumentando a licença parental em mais 30 dias (Instituto da Segurança Social, 2015). Findo este tempo e até aos 3 anos de idade, a criança poderá permanecer ao cuidado dos pais, ou de outros familiares como avós ou tios (Stoppard, 2010; Afonso, 2010), ou passar ainda para cuidados externos à família (Wagner & Tarkiel, 2009).

Quando um dos pais é doméstico ou está desempregado, de forma a diminuir as despesas é recorrente a escolha de familiares para cuidar da criança. Quando não existe essa possibilidade ou por opção dos pais, existem alternativas como o serviço de ama e creche (Wagner & Tarkiel, 2009). Os diferentes contextos têm em comum o objetivo de cuidar da criança, promover o seu desenvolvimento e assegurar as suas necessidades básicas, num ambiente

emocionalmente seguro (Wagner & Tarkiel, 2009; Stoppard, 2010; Instituto da Segurança Social, 2015).

No serviço de Ama encontra-se um ambiente familiar onde poderão estar presentes até 4 crianças, não obrigatoriamente da mesma faixa etária, num máximo de 5 dias semanais, entre 4 a 12 horas diárias, a combinar com os pais (Wagner & Tarkiel, 2009; Stoppard, 2010; Instituto da Segurança Social, 2015).

O serviço de creche visa o acolhimento de crianças até aos três anos de idade, durante uma parte do dia, partilhando com a família o cuidado da mesma. Este serviço prevê ainda o despiste precoce quando necessário, e a possibilidade de encaminhamento das crianças que o necessitem (Wagner & Tarkiel, 2009; Instituto da Segurança Social, 2015).

De acordo com a OECD (2012), as crianças iniciam cada vez mais cedo a sua vida escolar devido à importância que esta experiência revela nos resultados obtidos ao longo da

## **O CORPO DO PSICOMOTRICISTA: DO CORPO AGIDO E VIVIDO AO CORPO RELACIONAL E TERAPÊUTICO**

*Susana Guimarães, Adriana Frazão, Maria Melo, Sara Duarte & Susana Toledo*

### **RESUMO**

O objetivo deste artigo consiste na reflexão de alguns aspetos que se consideram importantes na prática do psicomotricista. A partir de uma pesquisa bibliográfica e de uma reflexão sistemática, consideram-se sete competências fundamentais do psicomotricista na abordagem do seu corpo próprio para a, e na, relação terapêutica: diálogo tónico-emocional; consciência do corpo; empatia; comunicação não verbal; expressividade psicomotora; reportório motor; e disponibilidade para a relação. Desenvolve a ideia de que para existir um corpo terapêutico é essencial que o psicomotricista realize uma autorreflexão consciente com regularidade, para que mais facilmente possa integrar as suas experiências e vivências. Propõe-se que a autorreflexão do psicomotricista seja realizada no domínio pessoal, no domínio da técnica e da relação. Considera-se que a partilha e atualização das experiências e conhecimentos científicos, permitirá a manutenção e evolução de relações terapêuticas conscientes e autocontroladas, baseadas na empatia, na autenticidade e genuinidade do próprio terapeuta. Não se pretende que seja uma visão construída e terminada, mas sim o início de uma discussão mais alargada para a formação contínua do psicomotricista.

## **ABSTRACT**

The aim of this article is to highlight some aspects of the psychomotor therapists' practice. Through a literature review and a systematic reflection, the authors propose seven skills that the psychomotor therapist needs for and in a therapeutic relationship: tonic-emotional dialogue; body consciousness; empathy; nonverbal communication; psychomotor expressiveness; motor repertoire and availability for the relationship. To be a therapeutic body, the psychomotor therapist needs to regularly do a conscious self-analysis, thus integrate more easily to his or her own experiences (personal and professional). It is proposed that these self-analyses happen in three domains: personal, methodological and relational. It is considered that the sharing and updating of experiences and scientific knowledge, will allow the maintenance and evolution of conscious and self-controlled therapeutic relationships. This would be based on the therapist's own empathy, authenticity and genuineness. Authors view this as the beginning of a larger discussion of the continuous training of the psychomotor therapist.

## **RÉSUMÉ**

Le but de cet article, est de mettre en évidence certains aspects de la pratique des psychomotriciens. A travers d'une révision de la littérature et une réflexion systématique, les auteurs proposent sept compétences dont le psychomotricien a besoin pour et dans une relation thérapeutique : dialogue tonico-émotionnel ; conscience du corps ; empathie ; communication non verbale ; expression psychomotrice ; répertoire moteur et d'une disponibilité pour la relation. Pour être un corps thérapeutique, le psychomotricien doit régulièrement faire une consciente auto-analyse, et s'intégrant ainsi plus facilement à ses propres expériences (personnelles et professionnelles). Il est proposé que ces auto-analyses se produisent dans trois domaines : personnel, méthodologique et relationnel. Il est considéré que le partage et une mise à jour des expériences et des connaissances scientifiques permettront le maintien et l'évolution de relations thérapeutiques conscientes et auto-contrôlées. Cela serait basé sur l'empathie, l'authenticité et l'intégrité du propre thérapeute. Les auteurs considèrent cela comme le début d'une discussion plus profonde de la formation continue du psychomotricien.

## **PALAVRAS-CHAVE**

Psicomotricista; Corpo terapêutico; Formação pessoal; Formação contínua; Relação Terapêutica

## **KEYWORDS**

Psychomotor therapist; Therapeutic body; Personal development; Continuous training; Therapeutic relationship

## **MOTS-CLÉ**

Psychomotricien ; Corps thérapeutique ; Formation personnelle ; Formation continue ; Relation thérapeutique

## **ATITUDES DE ESTUDANTES DE REABILITAÇÃO PSICOMOTORA FACE À POPULAÇÃO COM DIFICULDADES INTELLECTUAIS E DESENVOLVIMENTAIS: DINAMARCA, FRANÇA, HOLANDA, PORTUGAL E SUÍÇA**

*Alice de Sousa, Patricia Fernandes, Serenela Cruz, Solange Moura & Sofia Santos*

### **RESUMO**

A inclusão de pessoas com Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais (DID) na sociedade ainda encontra inúmeros obstáculos, começando nas atitudes que a população em geral tem face a estas pessoas, que conduzem à discriminação e ao estigma. A avaliação destas atitudes é crucial para que instituições e governos percebam como devem atuar para orientar a inclusão de pessoas com DID na sociedade. Este estudo, englobado num mais alargado, visa a análise e comparação das atitudes face à população com DID de alunos de Reabilitação Psicomotora a nível europeu. Foi aplicado o “ATTID Questionnaire” a 65 estudantes europeus de 1º ciclo de reabilitação psicomotora, verificando-se que, de uma forma geral, apresentam atitudes positivas face à população com deficiência.

### **ABSTRACT**

There are still many obstacles to the inclusion of people with Intellectual and Developmental Disabilities (IDD) in society. These attitudes that general population has towards these individuals usually lead to discrimination and stigma. The evaluation of these attitudes is crucial for institutions and governments to understand how they should handle the process. This study, within a major one, aims to analyze and compare the attitudes towards people with IDD of European psychomotor rehabilitation students. It was applied the “ATTID Questionnaire”



to 65 European students of the bachelor degree of psychomotor therapy, and, in general, it was found that they have positive attitudes towards people with disabilities.

### **RÉSUMÉ**

L'inclusion des personnes ayant une déficience intellectuelle et développementale (DID) dans la société continue de rencontrer d'innombrables obstacles, à commencer par les attitudes de la population générale envers ces personnes, conduisant à la discrimination et à la stigmatisation. L'évaluation de ces attitudes est cruciale pour les institutions et les gouvernements afin de comprendre comment ils devraient agir pour guider l'inclusion des personnes avec DID dans la société. Cette étude, englobée dans une perspective plus large, vise à l'analyse et la comparaison des attitudes envers la population DID des étudiants en réadaptation psychomotrice au niveau européen. Le «Questionnaire ATTID» a été appliqué à 65 étudiants européens du premier cycle de réadaptation psychomotrice, avec une attitude positive envers la population handicapée.

### **PALAVRAS-CHAVE**

Atitudes, Dificuldades Intelectuais e Desenvolvimentais, Estudantes de Reabilitação Psicomotora, Questionário ATTID, Psicomotricidade.

### **KEY-WORDS**

Attitudes, Intellectual and Developmental Disabilities, Psychomotor Rehabilitation Students, Questionnaire ATTID, Psychom

### **MOTS-CLÉ**

Attitudes, difficultés intellectuelles et de développement, étudiants en réadaptation psychomotrice, questionnaire ATTID, psychomotricité

## PERFIL PSICOMOTOR E AUTOESTIMA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS COM E SEM INTERVENÇÃO PSICOMOTORA

*Tânia Pinto, Ana Morais, Carla Afonso Varajidás, Ana Rita Bodas & Eduarda Coelho*

### RESUMO

O presente estudo objetiva comparar o perfil psicomotor e autoestima de Idosos institucionalizados com e sem Intervenção Psicomotora. A amostra foi constituída por 21 indivíduos com idades entre os 67 e os 91 anos ( $78,27 \pm 7,99$ ), sendo 10 pertencentes ao grupo sem intervenção e 11 com Intervenção Psicomotora. Para a avaliação do perfil psicomotor foi utilizada a versão portuguesa do Exame Gerontopsicomotor e para a autoestima a Escala de Autoestima de Rosenberg. Da análise dos resultados, com recurso ao teste de Mann-Whitney, observámos a existência de diferenças significativas entre os grupos na mobilização articular dos membros superiores ( $p=0,002$ ), mobilização articular dos membros inferiores ( $p=0,029^*$ ), motricidade fina dos membros superiores ( $p=0,002$ ), praxias ( $p=0,013$ ), conhecimento das partes do corpo ( $p=0,002$ ) e memória verbal ( $p=0,043^*$ ). Os idosos do grupo que frequentam sessões de Psicomotricidade obtiveram valores superiores no perfil psicomotor ( $p=0,010$ ). Os valores relativos à autoestima estão próximos de valores significativos ( $p=0,051$ ). De acordo com os dados do presente estudo consideramos que a Intervenção Psicomotora pode ter um papel determinante na manutenção das competências do idoso institucionalizado bem como na manutenção dos níveis de autoestima, sendo assim importante considerar este tipo de intervenção como uma resposta holística ao processo de envelhecimento.

## ABSTRACT

The aim of this study is to compare Psychomotor Profile and self-esteem on institutionalized elderly. The sample was 21 elderly aged between 67 and 91 years ( $78.27 \pm 7.99$ ), 10 belonging without intervention and 11 with psychomotor intervention. We used the Portuguese version of the Éxanen Gertonto-Psychomoteur to evaluate Psychomotor Profile and the Rosenberg Self-esteem Scale to study self-esteem. From the analysis of the results, using a Mann-Whitney test, was observed significant differences between groups at the articular mobilization of the upper limbs ( $p=0.002$ ), joint mobilization of the lower limbs ( $p=0.029$ ), ( $p=0.003$ ) knowledge of body parts ( $p=0.002$ ) and verbal memory ( $p=0.043$ ). The elderly of the group that attended Psychomotricity sessions obtained higher values on Psychomotor Profile ( $p=0.010$  \*\*). The values related to Self-esteem are close to significant values ( $p=0.051$ ). According to our study the Psychomotor Intervention can be imperative in the maintenance of institutionalized elderly skills, this type of intervention is a holistic response to the aging process.

## RÉSUMÉ

La présente étude vise à comparer le profil psychomoteur et l'estime de soi des personnes âgées institutionnalisées avec et sans intervention de psychomotricité. L'échantillon était composé de 21 personnes âgées entre 67 et 91 ans ( $78,27 \pm 7,99$ ), 10 appartenant au groupe sans intervention et 11 avec l'intervention de la psychomotricité. Pour évaluer le profil psychomoteur, l'examen Gerontopsicomotor a été utilisé et pour l'estime de soi l'échelle de l'estime de Rosenberg.

En analysant les résultats, avec l'utilisation du test Mann-Whitney, nous avons observé des différences significatives entre les groupes dans la mobilisation articulaire des membres supérieurs ( $p=0,002$ ), la mobilisation articulaire des membres inférieurs ( $p=0,029$ ), motricité fine des Membres supérieurs ( $p=0,002$ ), Praxies ( $p=0,013$ ), connaissance des parties du corps ( $p=0,002$ ) et de la mémoire verbale ( $p=0,043$ ).

Le groupe de personnes âgées qui ont assisté à des séances de psychomotricité ont obtenu des résultats plus élevées dans le profil psychomoteur ( $p=0,010$ ). Les valeurs relatives à l'estime de soi sont proches des valeurs significatives ( $p=0,051$ ). Selon les données de cette étude, nous considérons que l'intervention de la psycho peut avoir un rôle décisif dans le maintien des compétences des personnes âgées institutionnalisées, il est donc important de considérer ce type d'intervention comme une réponse holistique au processus de vieillissement.

## **PALAVRAS-CHAVE**

perfil psicomotor; autoestima; Idosos institucionalizados; Intervenção psicomotora.

## **KEY WORDS**

Psychomotor Intervention; Elderly; self-esteem; Psychomotor Profile.

## **MOTS-CLÉ**

profil psychomoteur; estime de soi; Personnes âgées institutionnalisées; Intervention psychomotrice.

## **INTRODUÇÃO**

A esperança média de vida tem vindo a aumentar por todo o mundo e a taxa de natalidade tem vindo a diminuir, tornando o envelhecimento populacional uma realidade, o que tem causado uma mudança da perceção deste processo (Organização Mundial da Saúde, 2015). A visão sobre o envelhecimento e especificamente sobre o idoso tem vindo a mudar, a população idosa é cada vez mais heterogénea tornando-se cada vez mais relevante o estudo deste processo (Lopes & Lemos, 2012). O processo de envelhecimento é um processo de adaptação, onde ocorrem alterações nas competências motoras, perceptivas, cognitivas e socio emocionais (Vítor Fonseca & Martins, 2001; Fontaine, 2000; Sequeira, 2010; Vasconcelos, 2003). É entendido como uma alteração progressiva da estrutura biológica, psicológica e social que ocorre ao longo da vida

(Félix, 2013; Sequeira, 2010), variando entre indivíduos de acordo com a sua genética, contexto e comportamentos (Paúl & Ribeiro, 2011).

○ envelhecimento tem vindo a ser estudado segundo diferentes perspetivas e áreas científicas, permitindo a categorização do envelhecimento em três tipologias: normal, patológico e ativo. O envelhecimento normal é caracterizado pelas alterações biológicas universais que ocorrem com a idade e que não sofrem influências ambientais e de doenças (Sequeira, 2010; World Health Organisation, 2008); o envelhecimento patológico pressupõe sintomas específicos de doença que aceleram o processo de envelhecimento (Fontaine, 2000); o envelhecimento ativo também denominado envelhecimento bem sucedido é determinado essencialmente pela autonomia física, psicológica e social do idoso, mantendo uma participação

## **OS SINAIS NEUROLÓGICOS MOTORES DISCRETOS EM PESSOAS COM ESQUIZOFRENIA E A SUA CONTRIBUIÇÃO NA INTERVENÇÃO PSICOMOTORA**

*Susana Guimarães, Sofia Santos & Paula Lebre*

### **RESUMO**

A evolução dos estudos e da valorização da sintomatologia psicomotora nas pessoas com esquizofrenia torna cada vez mais importante a discussão sobre esta temática, apesar da necessidade de mais evidências na área. Os sinais neurológicos motores discretos (SNMD) são sintomas associados a alterações motoras cada vez mais estudadas na esquizofrenia e o seu estudo adota uma contribuição inovadora no âmbito da reabilitação e da compreensão das competências psicomotoras das pessoas com esquizofrenia. Em Portugal, é um tema que ainda não está devidamente analisado ao nível dos instrumentos de mensuração e da prática clínica, pelo que um melhor conhecimento da concetualização, avaliação dos SNMD e da sua relação com os fatores clínico-terapêuticos e psicossociais nas pessoas com esquizofrenia, surge como uma necessidade emergente. Inserido num projeto mais amplo focado na avaliação dos SNMD em pessoas com esquizofrenia, este artigo pretende abordar teoricamente a evolução do reconhecimento da sintomatologia psicomotora na esquizofrenia, com particular incidência nos SNMD, e discutir a sua importância e relevância para a intervenção psicomotora.

## **ABSTRACT**

Psychomotor symptoms high prevalence rates in schizophrenia are reported by literature which has been recognizing them as increasingly important although the still few evidences on this issue. Within a broader project, this article aims to develop a theoretical approach to the recognition of those psychomotor symptoms in schizophrenia, with a particular focus on motor neurological soft signs. Motor neurological soft signs (SNMD) are symptoms typically observed in the majority of persons with schizophrenia comprising and are studied under the dimensions, motor coordination and motor sequencing of complex motor acts. In the last two decades, and after almost one hundred years, motor and psychomotor studies in people with schizophrenia have developed again and demonstrated high levels of reliability in the motor tests and subtests. The recognition of motor neurological soft signs as a psychomotor disorder in people with schizophrenia, and its evaluation seems to be an important indicator for monitoring the psychomotor intervention in rehabilitation programs. Further, it will also be discussed its importance and relevance to the psychomotor intervention. Future studies are needed in clinical practice and assessment of SNMD in people with schizophrenia for a better knowledge and conceptualization of therapeutic and psychosocial factors.

## **RÉSUMÉ**

L'évolution des études et le développement des symptômes psychomoteur chez les personnes atteintes de schizophrénie prirent une importance croissante à la discussion sur cette question, malgré le fait que plus de preuves dans le domaine. Les signes neurologiques moteurs doux (SNMD) sont les symptômes associés à moteur change de plus en plus étudié dans la schizophrénie et votre étude adopte une contribution innovatrice en matière de réhabilitation et de la compréhension des aptitudes psychomotrices des personnes ayant schizophrénie. Dans notre pays, est un sujet qui n'est toujours pas correctement analysé au niveau des instruments de mesure et de la pratique clinique, donc une meilleure compréhension de la conceptualisation, de part et d'évaluation de votre relation avec la clinique thérapeutique et facteurs psychosociaux chez les personnes atteintes schizophrénie, se pose comme un besoin émergent. Cet article vise théoriquement à aborder l'évolution de la reconnaissance de la symptomatologie psychomotrice dans la schizophrénie, avec une incidence particulière sur les SNMD, et à discuter de son importance et pertinence pour l'intervention psychomotrice dans un projet plus large centré sur l'évaluation des SNMD chez les personnes atteintes de schizophrénie.

## **PALAVRAS-CHAVE**

Sinais neurológicos motores discretos; esquizofrenia; intervenção psicomotora.

## **KEYWORDS**

Motor neurological soft signs; schizophrenia; psychomotor intervention.

## **MOTS-CLÉS**

signes neurologiques moteurs doux; schizophrénie ; intervention psychomotrice.

## **INTRODUÇÃO**

A esquizofrenia é uma patologia complexa com sintomatologia em diversas áreas e repercussões em distintas dimensões da vida, associada a uma marcada disfunção social, académica e profissional (American Psychology Association [APA], 2013). O curso desta doença é muitas vezes associado ao isolamento social, à avolia (perda de interesse e vontade), ao abandono do percurso escolar e/ou profissional com um marcado comprometimento social e a uma diminuição da rede de contactos sociais (APA, 2013). Mantovani, Teixeira e Salgado (2015) referem que as pessoas com esquizofrenia têm uma menor eficácia na gestão do seu dia-a-dia, das responsabilidades na vida adulta, tais como, manutenção do emprego, gestão financeira e doméstica. Os défices

psicossociais da pessoa com esquizofrenia podem ser observados ao longo de todo o curso da doença desde as fases iniciais (Brissos et al., 2011), sendo influenciados pela especificidade da sintomatologia psiquiátrica. Igualmente, os sinais neurológicos, onde se inserem os sinais neurológicos motores discretos (SNMD), associados à integração sensorial cortical, coordenação motora, sequenciamento motor e presença de reflexos primitivos (Fong, Rainbow, Wan e Au-Yeung, 2017) parecem estar presentes ao longo das trajetórias de desenvolvimento dos indivíduos com esquizofrenia, assinalando-se uma relação entre os SNMD e o desempenho em determinadas funções neuropsicológicas tais como a atenção, cognição, a aprendizagem e memória entre outras, podendo assim conduzir a limitações que restringem as atividades sociais

## UMA EXPERIÊNCIA DE ERASMUS: A REABILITAÇÃO PSICOMOTORA NA ALEMANHA

*Telma Sena*

### INTRODUÇÃO

Com o presente artigo, pretende-se abordar a experiência no âmbito do Programa Erasmus em Mestrado em Reabilitação Psicomotora (RP), na Universidade de Hamburgo na Alemanha. De forma breve serão relatadas as vivências ao longo deste percurso, de cariz cultural, profissional e pessoal, com uma descrição sucinta da Universidade e da cidade em si, que me acolheu durante dois anos de experiência.

Após ter terminado a Licenciatura em RP na Faculdade de Motricidade Humana (FMH), desejei sempre, desde o início da licenciatura, abrir as portas internacionais e explorar outras vertentes, culturas e formas de trabalho. Ao dar entrada no Mestrado em RP, também na FMH, foi então o momento em que coloquei em hipótese candidatar-me ao programa Erasmus+, enquanto aluna desta formação graduada.

O Programa Erasmus, fundado em 1987, procura promover uma Europa de Conhecimento. A primazia do ensino e da formação na União Europeia aliada à criatividade, inovação e ao empreendedorismo, com vista à obtenção da igualdade, baseada na coesão social e cidadania ativa, são os pontos de trabalho deste Programa. Visa-se assim atingir o objetivo principal, sendo este o crescimento sustentável, inteligente e inclusivo da Estratégia Europa 2020, por intermédio do desenvolvimento do ensino pré-escolar, diminuição do abandono escolar, melhoramento da formação profissional, aumento do número de licenciados na Europa, e aumento da empregabilidade de jovens e adultos, (Agência Nacional Erasmus, Educação e Formação, s.d).

Antes da formalização de todo o processo efetuou-se uma pesquisa intensa dos principais cursos de mestrado



a nível Europeu que pudessem complementar a formação inicial e do mestrado em RP. Desta forma, em setembro de 2015, iniciei o meu programa de mobilidade na Universidade de Hamburgo na Alemanha.

Nunca procurei países em concreto, mas a ideia em ir para uma cidade onde até a data, nenhum aluno da área da Reabilitação Psicomotora tinha estado foi o meu fator de decisão. Agradeço a todos os professores e funcionários da FMH que me ajudaram durante este processo, sobretudo à Professora Doutora Sofia Santos e à Dra. Rita Jordão, que me acompanharam e ajudaram particularmente a clarificar todas as dúvidas e incertezas iniciais, bem como aos meus pais, que suportaram quer a nível emocional como económico todo este processo, tendo sido também fundamentais para que esta experiência fosse concretizada.

A Alemanha é uma república parlamentar federal composta por dezasseis estados membros, tendo sido o país cofundador da União Europeia em Março de 1957, cuja capital é Berlim (União Europeia, 2017). Hamburgo é uma das principais cidades atualmente com 1.786.448 milhões de habitantes, e pela sua estrutura de dimensões inferiores a Berlim, foi também uma das razões que ditou a minha decisão final. Hamburgo é uma cidade pela qual qualquer estudante se apaixona (figura 1). Os dois rios que atravessam a cidade e que se juntam no porto do cais, onde os barcos atracam diariamente e o sol se põe todos os dias é um dos lugares que nunca esqueço. As pessoas são simpáticas, simples, felizes e sempre prontas a ajudar e de sorriso na cara, mesmo quando ao início o inglês é a



Figura 1 - Vista panorâmica de Hamburgo



Figura 2 - Porto de Hamburgo no topo de St. Michel



Figura 3 e 4 - Imagens ilustrativas da Universidade do átrio principal do campus. Retirado de Universität Hamburg, (2017)

língua base. O centro da cidade é repleto de comércio e imensas lojas inovadoras.

A nível económico, o valor dos quartos é, tal como esperado, superior a Lisboa, mas a vida em si, i.e., bens essenciais como comida, estão dentro do preço que se pratica hoje em dia a nível nacional. A posição estratégica da cidade em si permite visitar imensas cidades à volta, bem como chegar de forma rápida, dada a facilidade dos meios de transporte, a qualquer cidade nos arredores da Alemanha: desde as 13 linhas de metro à qualidade excelente dos comboios e autocarros com ligações internacionais. A Dinamarca, a Polónia e a Holanda são exemplos de países que podemos facilmente visitar.

A nível cultural, Hamburgo tem diversas companhias de Teatro profissional e amador, museus sem fim, e muitos lugares com história para visitar, como o Kunsthalle, Staatsoper ou o St.Michel (figura 2). O inverno é frio, chuvoso e com neve, mas a beleza dos mercados de natal e dos palácios e edifícios antigos orneados com um património histórico gigante, bem como a ligação com os colegas que conhecemos faz-nos esquecer tudo isso. Um passeio de barco ao final do dia por entre os canais cheios de pontes e bicicletas é obrigatório, sobretudo quando a Primavera, começa a espreitar.

A Universidade de Hamburgo (figuras 3 e 4) é um Campus Universitário que existe há vários anos, sendo considerada uma das maiores universidades, com a maior possibilidade de escolha em cursos e áreas de formação na zona do Norte da Alemanha (Universität Hamburg, 2017). A

Universidade de Hamburgo tem aproximadamente 42.000 mil estudantes em licenciatura, mestrado e cursos linguísticos, com um total de 170 cursos. Ao nível de infraestruturas, o campo principal apresenta 5 cantinas, 2 bibliotecas, 2 papelarias, e está interligado ao comércio local (i.e. lojas, bares, cafés e restaurante) no centro de Hamburgo (Universität Hamburg, 2017).

A rodear o campo Universitário a pouco mais de 5 minutos a pé, encontram-se as Universidades de Desporto e Movimento, Educação e Necessidades Educativas Especiais, Direito e Medicina. Além disso, a localização da faculdade, e a própria estrutura da cidade permite, ainda que por muito grande que seja, usar a bicicleta e percorrê-la de um ponto a outro facilmente - foi a primeira coisa que comprei em segunda mão quando cheguei: todos os dias me deslocava para a faculdade de bicicleta.

A Faculdade recebe inúmeros estudantes de Erasmus vindos das mais diversas partes da Europa, no âmbito das licenciaturas ou dos programas de Mestrado de 2 anos, dependendo da ligação e do protocolo com as Faculdades associadas, (Universität Hamburg, 2017). O elevado número de estudantes de Erasmus explica a abertura, simpatia e preocupação da parte dos outros estudantes sendo uma Universidade aberta a novas culturas e línguas. A contemplar todas estas iniciativas encontram-se os cursos linguísticos oferecidos em Alemão, no decorrer do semestre e nos períodos de férias, de forma totalmente gratuitas. Fica a critério do estudante escolher qual dos

cursos, organizado por temas e nível de linguagem, se adapta mais ao horário. Estes cursos têm especialmente importância para os estudantes que vêm de outros países pela maior facilidade, necessidade e obrigatoriedade em aprender a língua.

Importa enfatizar a questão, de ser fundamental, antes de ir, ter conhecimentos mínimos em Alemão e se possível o nível A2 feito antes de partir, numa Escola que possa oferecer essa possibilidade em Lisboa. Ainda que não sejam muitas as possibilidades, com organização é possível fazer cursos intensivos de 1 mês que nos preparam de alguma forma para o impacto da língua em si. Ainda que em Hamburgo o Inglês seja uma das línguas dominantes, a vivência na cidade em si e o contacto com outras pessoas obriga de alguma forma à aprendizagem da língua alemã.

A Reabilitação Psicomotora, não é uma formação inicial tal como existe na FMH. Porém, existem 5 cursos que contemplam a área da Reabilitação: Behindertenpädagogik, Psychologie, Erziehungswissenschaft, Sonderpädagogik e Bewegungswissenschaft (Universität Hamburg, 2017). Por outras palavras, pedagogia, psicologia, educação, necessidades educativas especiais e ciência do movimento. Cada um dos cursos apresenta unidades curriculares distintas com horários específicos, que dependem dos anos e dos processos administrativos perpetuados e feitos de acordo com a administração da faculdade.

O aluno escolhe dentro destas quatro áreas, as unidades curriculares que aprofundem e enriqueçam o seu currículo

e o direcionem no caminho que pretendem seguir, sendo o currículo frequentado da decisão do próprio estudante. São inúmeras as hipóteses de escolha e os seminários dados nas diferentes áreas. No meu caso em particular, antes de ir, fiz uma recolha dos programas de cada disciplina em mestrado, e procurei aceder à plataforma da Faculdade onde temos acesso aos 170 cursos, procurando os nomes de cada unidade curricular, os referidos programas e contactos dos professores, com o intuito de enquadrar as disciplinas da FMH nos programas da Faculdade de acolhimento. Consoante o tema da unidade curricular em si, fui aperfeiçoando de área para área e conseguindo encontrar unidades curriculares que se assemelhavam.

Desta forma, como aluna de Erasmus o processo inicial passa por aceder à plataforma da Universidade e aos programas de cada curso, de forma a encontrar as disciplinas mais relacionadas com as unidades curriculares do mestrado da FMH. Após a análise desse processo, resta averiguar o horário de cada unidade curricular em si, e zelar para que estas não se sobreponham e seja possível criar um horário. Importa referir que apesar da vantagem do sistema da Universidade em si funcionar de tal forma, em que o aluno escolhe as unidades curriculares de acordo com o aperfeiçoamento do currículo (o que me permitiu frequentar unidades de cinco cursos), foi difícil a gestão dos horários pois algumas unidades curriculares tinham horários sobrepostos o que me impediu de concretizar as escolhas iniciais que pareciam mais adequadas ao perfil de estudos nacional. Assim por vezes foi necessário escolher

as disciplinas de acordo não só com os seus conteúdos mas considerando, também, a compatibilidade de horários.

A maior parte das unidades curriculares é lecionada em Alemão. Apesar das dificuldades iniciais, os professores são muito prestáveis e facilitam o processo de avaliação escrita e oral em inglês, fornecendo material durante todo o semestre em inglês para estudo individual. Os workshops, a maior parte deles oferecidos dentro das unidades curriculares, são gratuitos, e com convidados de vários países apresentando palestras sobre temas dentro da unidade curricular. A fase de receção é sempre feita pela Faculdade onde ficamos matriculados, sendo atribuído de imediato um Buddie de outra Faculdade, bem como um coordenador local e um aluno responsável pela nossa integração.

Das diversas unidades curriculares frequentadas, salientam-se duas que em muito contribuíram para a aquisição de conhecimentos na área: "Hauptseminar: Kognitive Neurowissenschaft" – Neurociência Cognitiva, equivalente à unidade curricular de Neuropsicologia. Todas as aulas eram lecionadas por professores distintos, em inglês, todos eles doutorados na área específica que lecionavam. Os slides eram motivadores, com estudos reais e ligados à Universidade Clínica de Hamburgo. Também o seminário "Bewegungslernen und geistige Entwicklung" – Aprendizagem Motora e Desenvolvimento Mental, equivalente à unidade curricular de Avaliação e Intervenção em Saúde Mental, permitiu a participação num projeto com jovens com Trissomia 21, denominado

Zirkus Regenbogen. Além disso, a assistência semanal às aulas com slides que se baseavam em literatura internacional, palestras e workshops de convidados internacionais que abordavam temas como a perturbação do espectro do autismo e a Trissomia 21 (T21), conceitos como vulnerabilidade, resiliência e fatores de risco foi particularmente relevante na minha experiência.

A Universidade em si e sobretudo na área de Behindertenpädagogik – (Educação Especial), a qual frequentei de forma mais significativa, tem professores envolvidos em projetos de investigação e de intervenção, tendo-me acolhido nestas iniciativas. Através da escolha das unidades curriculares, e da disponibilidade e interesse da parte dos docentes na integração dos alunos de Erasmus, além da minha curiosidade e motivação, fui convidada para integrar alguns projetos, após ter relatado a minha experiência de licenciatura e estágio curricular em Portugal. Desta forma, fiz parte de um projeto envolvendo a intervenção com jovens com T21 que realizavam semanalmente teatro, com apoio de 12 alunos da faculdade, tendo ainda participado em Workshops intensivos, gratuitamente.

No decorrer do ano letivo, ainda houve a oportunidade de frequentar dois cursos de alemão, que em nada interferiram com o curso intensivo que realizei em Lisboa antes de partir, mas que de alguma forma me ajudaram a ultrapassar as dificuldades iniciais com a língua.

Existem diferenças significativas entre o mestrado em RP

na FMH e na Universidade de Hamburgo. Senti falta da organização de cada disciplina em si, pois ao contrário da Alemanha, em Portugal temos um programa estipulado desde o início e feito de forma global ao aluno, o que considero em parte positivo, pois temos uma noção dos conteúdos e dos conhecimentos que iremos adquirir. Por outro lado esta experiência de formação permitiu que eu enquanto aluna fosse mais ativa e pudesse individualmente escolher o currículo em função dos meus interesses formativos pessoais.

A Universidade de Hamburgo oferece exaustivamente workshops e palestras com temas interessantíssimos, chamando convidados do estrangeiro e promovendo de forma gratuita o seu acesso por parte de todos os estudantes, e foi uma mais-valia na formação experienciada. Importa salientar, que as infraestruturas e edifícios da faculdade, também o permite, pelas salas amplas, pavilhões de grande dimensão, e um anfiteatro principal com capacidade para 600 lugares sentados (Universität Hamburg, 2017). Além disso senti que a comunidade de estudantes é unida e interligada: é frequente ver alunos a estudar em conjunto nos campos da faculdade, sentados nas zonas exteriores reservadas para o efeito, sobretudo na Primavera. Uma das maiores diferenças foi a acessibilidade a alunos com necessidades educativas especiais, pois todos os pavilhões, e cantinas da faculdade, possuem elevadores e infraestruturas, bem como a nível exterior rampas de acesso.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A cidade em si, Hamburgo tem um património histórico e cultural gigante: é uma cidade, com uma cor e luz especial e que qualquer pessoa se encanta pelo misto entre pontes, rios e bicicletas. Além disso apresenta uma facilidade imensa em transportes, e as pessoas são muito prestáveis. O aluguer de casas a partilhar com outros estudantes, não é de todo um processo difícil. A Universidade é muito acolhedora e os alunos ajudam bastante ao processo de integração. O coordenador de Erasmus foi essencial a todo o processo curricular e de adaptação.

Aprendi imenso! Contudo tive muitas saudades do coração de Lisboa, do sol quente, do café e de um pastel de Nata, mas a vida abriu-me portas e a minha motivação e coragem permitiram, em conjunto com todos aqueles que torceram muito por mim, chegar onde eu nunca pensei. Em 2016, Hamburgo ofereceu-me a oportunidade em estagiar num Instituto com crianças com T21 e aprofundar os meus conhecimentos no campo real, profissional e específico na área, numa cultura, e num país com métodos distintos e totalmente inovadores. A cidade que eu achava vir a ser apenas uma experiência de Erasmus ofereceu-me uma oportunidade de estágio, fruto dos conhecimentos que adquiri nos pequenos projetos que participei e, é hoje em dia uma porta aberta ao meu futuro.

Ao nível da Intervenção Psicomotora em si, e da ponte que podemos fazer entre Portugal e Alemanha, as principais

diferenças que senti foram relacionadas com o papel que a faculdade, os alunos e os professores em si têm ao nível da criação de projetos, que nascem no seio das ideias e motivações dos alunos e se transportam para a vida real e ativa da sociedade, promovendo, sobretudo a inclusão e uma sociedade mais aberta a aceitar a diferença. Por outro lado, os métodos de investigação e ideologias, sobretudo com as crianças e jovens com T21, as quais trabalhei durante o ano de Erasmus e em estágio curricular, baseiam-se no que observamos da criança, na família e no que a rodeia. A intervenção decorre maioritariamente em contexto privado. São inúmeras também as iniciativas da parte da Câmara de Hamburgo na criação de fins-de-semana com iniciativas em que os pais das crianças com deficiência se encontram para partilhar experiências. A acrescentar a tudo isto acresce o poder monetário dos pais e das famílias, pois ainda que a maior parte das iniciativas sejam gratuitas, a intervenção em contexto privado é paga a um preço elevado.

Por todas as razões, considero que levei muito daqui, quando fui, mas que regressei com a bagagem repleta de novas experiências e conhecimentos. Não esqueço a experiência que passei, quer a nível pessoal, cultural e profissional e aconselho a todos os alunos que tenham a coragem, a motivação e a curiosidade em aprofundar os seus conhecimentos, a seguir em frente e nunca desistir.

## REFERÊNCIAS

- Agência Nacional Erasmus, Educação e Formação (s.d). Objetivos do Programa E+ educação e formação. Consultado a 20 de Julho de 2017 do sítio: <https://erasmusmais.pt/erasmus-ef/objectivos#programa>
- International Exchange Erasmus Student Network, (s.d). For students. Erasmus + Programme. Consultado a 20 de Julho de 2017 do sítio: <https://esn.org/blog/>
- Universität Hamburg (2017). Der Forschung, Der Lehre, Der Bildung. Consultado a 20 de Julho de 2017 do sítio: <https://www.uni-hamburg.de/>
- União Europeia, (2017). Breve apresentação dos países da União Europeia. Consultado a 20 de Julho de 2017 do sítio: [https://europa.eu/european-union/index\\_pt](https://europa.eu/european-union/index_pt)



## **NORMAS PARA A ELABORAÇÃO E PROPOSIÇÃO DE ARTIGOS**



## **ENVIO DE ARTIGOS**

Os associados que estejam interessados em colaborar com a revista "A Psicomotricidade" através do envio de um artigo deverão ***ler as normas*** para elaboração e proposição de artigos e enviá-lo, nas condições exigidas, até ao final do mês de Abril, através de uma das duas alternativas abaixo indicadas:

***revista@appsicomotricidade.pt***

*Sofia Santos*

**Associação Portuguesa de Psicomotricidade**  
**Revista "Psicomotricidade"**

Faculdade de Motricidade Humana

Estrada da Costa

1495-688 Cruz Quebrada

Apenas serão aceites artigos originais (certificação explícita de que ainda não foram publicados nem estão em apreciação simultânea por outras publicações) inseridos no contexto da Psicomotricidade.

### **Artigos enviados por e-mail:**

- uma cópia em Office Word, Apache OpenOffice Writer or pages
- uma cópia em pdf (sempre que seja possível e sem qualquer tipo de restrições de acesso)

### **Artigos enviados por correio físico:**

Cada artigo deve ser enviado em duplicado, em papel de formato A4, de um só lado, com margem de 3 cm à esquerda e 2 cm à direita, e em disquete.

A extensão do artigo não deverá exceder as 15 páginas, incluindo figuras, gráficos, tabelas e referências bibliográficas.

O original será devolvido ao autor apenas em caso de rejeição ou necessidade de revisão.

## Revisão Editorial

Todos os artigos serão sujeitos a uma revisão editorial, recorrendo-se para o efeito a avaliadores externos ou internos à APP. Após a sua aceitação, os artigos tornam-se propriedade da Revista “Psicomotricidade” não podendo ser reproduzidos sob qualquer forma, no seu todo ou parte, sem o consentimento por escrito, quer do autor, quer do editor. É da responsabilidade do autor a obtenção de autorizações para a reprodução de fotografias, imagens, tabelas, etc., pertencentes a outras publicações.

## ESTRUTURA

### 1. Página de rosto:

#### O título principal sublinhado

- Nome do autor
- Instituição a que está ligado e função que desempenha
- Pequeno título (será repetido em todas as cabeças de página)
- Endereço pessoal ou profissional (e-mail)
- **5 a 8 palavras chaves** que caracterizam o texto para efeitos de caracterização
- bibliográfica, em português e inglês.
- Foto tipo Passe

### 2. Resumo

Resume do artigo, na língua em que foi redigido. O texto

não deverá exceder as 200 palavras. Enviar também **resumo em francês e em inglês**, com os mesmos limites de extensão.

Deve ser objectivo e incluir o objectivo do trabalho, a metodologia utilizada, os resultados obtidos e as conclusões finais. Não deverá conter quadros ou gráficos.

### 3. Texto

Se se tratar de um trabalho experimental:

- Introdução (enquadramento do problema, definição do quadro de hipóteses, literatura relevante)
- Desenvolvimento metodológico (descrição da amostra, instrumentos utilizados, manipulações experimentais, recolha e tratamento de dados)
- Discussão dos resultados
- Conclusões
- Bibliografia

### 4. Referências Bibliográficas

Devem ser colocadas no final do artigo, por ordem alfabética.

Incluir apenas as publicações que são citadas no texto.

#### No caso de livros:

1. Apelidos dos autores, com as iniciais dos primeiros nomes
2. Ano de publicação entre parênteses
3. Título completo
4. Editor
5. Local de publicação

Ex. Gomes. J. E (1995). Para a História da Educação em Portugal. Porto Editora. Porto.

No caso de artigos publicados em periódicos:

1. Apelidos dos autores, com as iniciais dos primeiros nomes
2. Ano de publicação entre parênteses
3. Título completo do artigo
4. Título completo do periódico onde foi publicado
5. Número do volume
6. Número da revista
7. Primeira e última página

Ex. Calvo. M., Eisenck, M. & Estevez,A. (1994). Ego-threat interpretative bias in test anxiety: On-line inferences. Cognition and emotion, 8, 127-146.

## **5. Notas de rodapé**

Devem ser numeradas e inseridas no fundo da respectiva página.

## **6. Quadros e ilustrações e gráficos**

Os quadros e as ilustrações devem ser numerados separadamente e colocados em folhas separadas, com título e legenda. No texto, deverão ser referidas como: ver figura, etc.

Indicar a sua localização no texto como: inserir figura 1.

Apenas serão aceites bons desenhos e fotografias originais. Indicar o nome do autor.

A apresentação dos gráficos deve ser feita baseada em texturas (apenas devendo utilizar uma cor para o efeito).

**ISSN:** 1645-748X

A Psicomotricidade • número 19 • 2016 • Revista da Associação Portuguesa de Psicomotricidade