



# PARALÍMPICOS

REVISTA OFICIAL DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL



## “DESFRUTAR COM A MESMA CAPACIDADE DE ENTREGA”

Luís Figueiredo, Chefe da Missão Portuguesa aos Jogos Paralímpicos Paris 2024



Foi anunciado como Chefe de Missão em abril de 2023, depois de ter desempenhado funções de Diretor Executivo da Missão em Tóquio 2020. Garante que os preparativos da participação portuguesa em Paris 2024 estão a decorrer a bom ritmo e que a Missão nacional, embora mais curta, honrará os portugueses. Quanto às medalhas, Luís Figueiredo apenas exige a melhor versão de cada atleta e apela a que todos possam desfrutar da participação paralímpica com a mesma dedicação revelada ao longo dos últimos três anos.

### Quais foram os objetivos traçados pela chefia de missão?

O primeiro objetivo é criar todas as condições para que as federações de modalidade tenham da Chefia de Missão a resposta às suas necessidades. Portanto, fazer o melhor para que os atletas, parceiros de competição e técnicos, porque vão ser eles os principais atores dos Jogos, possam ter todas as condições possíveis para que quando cheguem aos Jogos estejam numa excelente forma técnica que lhes permita honrar o nome de Portugal. Esse é o primeiro objetivo traçado pela equipa que eu lidero. A partir daí tudo o resto tem sido feito com muito profissionalismo por todos.

### Acompanhou competições de várias modalidades ao longo destes últimos meses. Como tem sentido os atletas na fase de qualificação para os Jogos?

Eu noto que os atletas levam bastante a sério e com alto grau de empenho as competições. Noto da parte de todos os intervenientes um alto grau de concentração e de dedicação

à causa. Eu acredito que tudo tem sido feito para que todos possam ter a melhor prestação possível, quer na abertura de quotas para o país, quer na sua preparação com vista a Paris 2024. Da parte da Chefia de Missão nunca lhes são exigidas medalhas nem classificações. Apenas pedimos aos atletas que deem o seu melhor porque acreditamos que os atletas dando o seu melhor conseguem atingir os seus objetivos. Como eu já tive oportunidade de referir noutras ocasiões, o nosso objetivo é melhorar cada vez mais a performance dos atletas e atingir finais. Depois de estarmos nas finais, tudo pode acontecer.

### A gestão de expectativas será importante no seio da Missão e por parte de cada atleta?

Isto é um processo evolutivo. A Comissão Executiva do Comité Paralímpico apresentou argumentos junto do Governo que agora cessou funções no sentido de criar condições para que o movimento paralímpico tenha as mesmas oportunidades que o movimento olímpico, as mesmas condições de

trabalho. E isso foi conseguido. O próprio Comité também se desenvolveu, evoluiu, e neste momento temos um gabinete multidisciplinar composto por uma equipa onde para além de médicos estão fisioterapeutas, massagistas, um nutricionista e um psicólogo, que acompanham o trabalho desenvolvido pela Missão. Acredito que os atletas encontrarão nesta equipa multidisciplinar condições para diminuírem a sua ansiedade e aprenderem a lidar com a pressão natural e inerente ao alto rendimento que é, por natureza, uma realidade dura por girar diretamente em torno dos resultados.

### A Missão Portuguesa tem já 14 quotas garantidas em cinco modalidades. Como imagina a versão final desta comitiva?

Já assumimos que não vamos conseguir ter o mesmo número de atletas que tivemos em Tóquio [33 atletas]. Seria bom que voltássemos a ter um número acima dos 30 atletas, mas não vamos conseguir. Não vamos consegui-lo por contingências várias que temos vindo a abordar e, portanto, acredito que o

número de atletas da Missão a Paris 2024 estará entre os 20 e os 25 atletas. Estou muito expectante, porque acredito que a Missão e os elementos que estarão em Paris darão seguramente o seu melhor e honrarão o nome de Portugal.

### O que está programado para os próximos meses?

As atividades das várias modalidades estão a decorrer no âmbito das federações. Vamos ter provas um pouco por todo o mundo e muitas delas ainda contam para a abertura de quotas. Iremos ter uma reunião da Missão no mês de junho, estamos nesta altura a fechar essa data que será comunicada em tempo às federações desportivas e aos participantes na Missão. E depois é todo um processo burocrático, iniciativas institucionais, a concentração de Missão, entre outros. Estamos também a trabalhar sinergias com o Comité Olímpico de Portugal em alguns pontos, tal como já aconteceu em Tóquio, para proporcionar as melhores condições possíveis aos atletas, exatamente iguais às dos atletas olímpicos.

### Que mensagem que poderá deixar a todos os atletas que estão agora nesta reta final de qualificação e de preparação para a grande competição?

A mensagem é de otimismo, dizendo-lhes que em três anos o sacrifício foi tremendo, nós sabemos isso. Foram três anos dedicados à causa, foram três anos em que não pode ter havido distrações, foram três anos de muito trabalho, de muito empenho, de muito sacrifício deles, da família, dos amigos. Foi um período de muita exigência e agora é o culminar e desfrutar de tudo isso. Os Jogos também é desfrutar. Conseguimos o nosso objetivo, vamos desfrutar com a mesma capacidade de entrega que tivemos para atingir o objetivo de ir aos Jogos. Vamos lutar, vamos fazer o nosso melhor e a Chefia de Missão acredita que isso vai ser conseguido e acredita no empenho e na aplicação dos nossos atletas.

(continua na página 3) >>

José Manuel Lourenço  
Presidente do  
Comité Paralímpico  
de Portugal



## 50 anos de luta pela Inclusão (desportiva)

Comemoramos 50 anos do 25 de Abril! Este evento histórico e transformador da sociedade portuguesa é conhecido como a “Revolução dos Cravos”. Nesta data, não apenas celebramos a conquista da liberdade e da democracia, mas também os significativos avanços em termos de direitos sociais e de cidadania, previstos na Constituição da República Portuguesa.

Após o 25 de abril de 1974, as pessoas com deficiência conquistaram direitos e a sociedade reconheceu que a condição de pessoa com deficiência é merecedora de políticas que promovam a igualdade e a inclusão. Essa revolução marcou de forma indelével a nossa organização coletiva, nomeadamente, promovendo a afirmação do direito à diferença e a valorização de cada indivíduo, independentemente da sua condição, género, religião ou origem. A prática desportiva por parte de pessoas com deficiência é uma das conquistas que se afirmaram após o 25 de abril.

Nenhum direito é definitivo, por isso importa que todos os que acreditamos nos valores da liberdade, da igualdade e da inclusão, tenhamos uma atitude participativa e vigilante na defesa de avanços civilizacionais determinantes para a nossa coesão enquanto sociedade.

Comemoremos o 25 de abril com orgulho nas 94 medalhas conquistadas em Jogos Paralímpicos, 17 em Jogos Surdolímpicos e nas centenas de outras medalhas conquistadas em campeonatos do mundo, bem como igual orgulho em milhares de pessoas com deficiência e suas famílias que através da prática desportiva disseram não ao estigma e à exclusão.

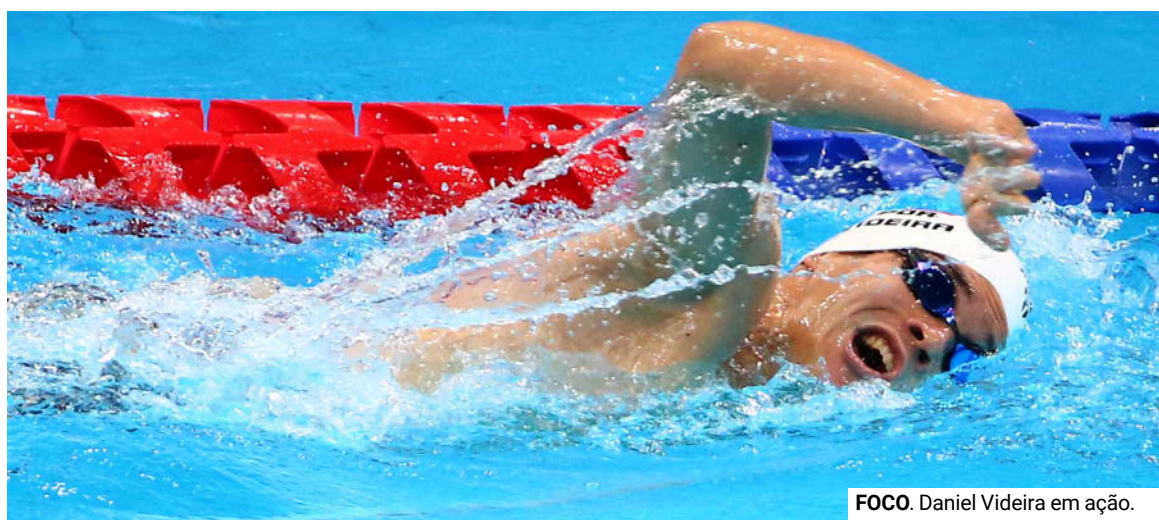
# PORTUGUESES EM BOM PLANO NO WORLD SERIES DE NATAÇÃO

Estiveram em bom plano os nadadores portugueses que participaram no World Series de Natação de Lignano Sabbiadoro, em Itália, de 14 a 17 de março, uma competição em que as classificações foram definidas através de um sistema de pontos que envolvia os atletas de todas as classes por disciplina.

Daniel Videira foi primeiro da classe S6 nas provas de 200 metros livres e 100 metros costas com os tempos de 2:52.35 e 1:23.97, respetivamente, correspondentes ao 39.º e 35.º lugares da geral.

João Fidalgo foi quinto classificado da classe S10 nos 100 metros livres e nos 50 metros livres com as marcas de 1:00.67 e 27.83, o que equivaleu a um duplo 59.º lugar da geral. O nadador português foi ainda segundo classificado nos 100 metros costas da classe S10 com o tempo de 1:06.02, correspondente ao 23.º lugar da geral.

Também Ricardo Soares esteve em competição, garantindo o quarto lugar da classe S8 e o 32.º da geral nos 400 metros livres com o tempo de 5:23.37.



FOCO. Daniel Videira em ação.

## Embaixada de França em Portugal recebeu atletas



A Embaixada de França em Portugal organizou a 13 de março uma receção a atuais e antigos atletas olímpicos e paralímpicos com os Jogos Olímpicos e Paralímpicos Paris 2024 em perspetiva. O encontro teve a presença de representantes federativos e outras figuras de relevância do desporto nacional.

A Embaixadora de França em Portugal, Hélène Farnaud-Defromont, sublinhou em discurso aos presentes que "a França tem particular orgulho e honra em receber os atletas de todo o mundo nesta grande celebração

do desporto", desejando boa sorte aos atletas que irão competir em Paris 2024.

O Presidente do Comité Paralímpico de Portugal, José Manuel Lourenço, referiu que "os valores da liberdade, fraternidade e igualdade estarão presentes nestes Jogos Olímpicos e Paralímpicos, aos quais se acrescentará o valor da inclusão" e acrescentou que a competição irá certamente proporcionar "momentos de partilha, de muitas alegrias e algumas deceções, com a certeza de que todos irão representar condignamente Portugal".

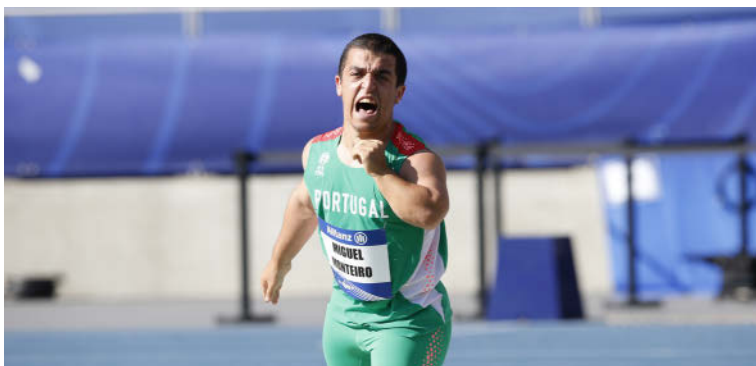
## Miguel Monteiro e Djibrilo Iafa brilham nos Grand Prix

Miguel Monteiro conquistou a medalha de ouro no Grand Prix de Atletismo de Jesolo, em Itália, que se realizou de 22 a 24 de março. O atleta paralímpico português recordista mundial da disciplina superou a concorrência no lançamento do peso F40 com a marca de 11,02 metros e manteve-se assim na liderança do ranking mundial de 2024. A competição teve ainda a participação nacional dos estreantes Tiago Ramos, que conquistou o ouro no salto em comprimento T20 com a marca de 6,40 metros, e Cristiano Silva Pereira,

que alcançou a prata nos 1500 metros T20 com o tempo de 4.15,95 minutos.

Também Djibrilo Iafa esteve em destaque no Grand Prix de Judo de Antalya, que decorreu na Turquia nos dias 1 e 2 de abril ao conquistar a medalha de prata da classe -73kg J1. O judoca paralímpico português foi derrotado na final por Florin Bologa, da Roménia.

Na mesma competição, Rúben Gonçalves foi sétimo classificado em -73kg J2 e Miguel Vieira terminou no nono lugar em -60kg J1.



## Beatriz Monteiro em quinto lugar no Mundial de Badminton

Beatriz Monteiro foi o destaque nacional no Campeonato do Mundo de Badminton que se realizou em Pattaya, na Tailândia, de 20 a 25 de fevereiro. A atleta paralímpica portuguesa conquistou um duplo quinto lugar nas vertentes de singulares femininos SU5 e em pares femininos SL3/SU5, vertente onde alinhou ao lado da francesa Catherin Naudin.

O outro português em prova foi Diogo Daniel que terminou a competição de SL4 masculinos no 17.º lugar.

## Telmo Pinão no Mundial de Ciclismo de Pista

Telmo Pinão foi o único português no Campeonato do Mundo de Ciclismo de Pista decorrido no Rio de Janeiro, Brasil, de 20 a 24 de março.

O ciclista paralímpico fechou a sua performance com o quinto lugar na prova de eliminação C1/C2, uma vertente experimental

que não conta para o ranking da UCI mas que teve direito a pódio e medalhas.

Telmo Pinão registou ainda o 11.º lugar nos 3km perseguição individual, o 13.º lugar no Omnium e o 15.º lugar no contrarrelógio de 1km, todas na classe C2.



FAZEMOS A DIFERENÇA  
NA VIDA DAS PESSOAS



30  
ANOS

f @in @adp.aguasdeportugal  
www.adp.pt

PUBLICIDADE

# “DEPOIS DE PARIS NADA SERÁ IGUAL”

Luís Figueiredo, Chefe da Missão Portuguesa aos Jogos Paralímpicos Paris 2024

**A Chefia de Missão esteve em Paris em algumas iniciativas do Comité Organizador de Paris 2024. De que forma avalia o ambiente que se vive na cidade em torno da competição?**

Paris é a cidade luz, é uma cidade linda. Toda a população francesa vai acolher estes Jogos com uma alegria tremenda e aquilo que está preparado em termos de espetáculo, que infelizmente não pôde acontecer em Tóquio por razões óbvias da pandemia, vai acontecer em Paris. Eu desafio as pessoas a visitarem a cidade durante os Jogos Paralímpicos porque o local onde as competições se vão realizar, o enquadramento dessas mesmas competições no interior da cidade, porque os Jogos vão ser realizados dentro da cidade de Paris, vai ser de facto algo fantástico. A própria aldeia paralímpica está dentro da cidade e portanto vai haver uma comunhão perfeita entre os habitantes de Paris e os atletas da que estão integrados nas Missões Paralímpicas.

**“Games Wide Open” é o lema de Paris 2024, sendo que o Comité Organizador assume a intenção de estes Jogos provocarem uma “revolução pelo desporto”. Acredita que esta herança positiva dos Jogos vai de facto verificar-se?**

O Comité Paralímpico Internacional e a organização dos Jogos estão a procurar uma nova dinâmica dos Jogos, a de trazer a população para os Jogos. Durante muitos anos, os Jogos foram praticamente afastados da população e, portanto, acredito que isso que isso com Paris se vai revolucionar completamente. Depois de Paris, nada será igual. Acho que cada vez mais temos que levar o desporto aos jovens, os nossos jovens estão cada vez mais afastados do desporto porque outros interesses apareceram. É necessário que os jovens voltem ao desporto e Paris será também o ponto de partida para isso mesmo. Todos temos que contribuir para a criação desta dinâmica positiva em torno dos Jogos.



**CONFIANTE.** Luís Figueiredo acredita no empenho dos atletas e no legado de Paris 2024.

**Toda esta envolvimento da cidade e desta competição poderá constituir-se também como uma motivação extra para os nossos atletas?**

Acredito que sim, até porque nós temos uma grande comunidade portuguesa em Paris e isso vai fazer com que os nossos atletas se sintam em casa. E desde já apelo à comunidade portuguesa de Paris para que apoie os nossos jovens atletas e a Missão Paralímpica a Paris 2024.

**Em Tóquio tínhamos a pandemia, agora para Paris fala-se muito da segurança. Como é que esta vertente tem sido abordada pelo Comité Organizador?**

Eu posso referir as preocupações que Portugal tem manifes-

tado nessa matéria. Estamos a ter uma excelente colaboração com a Embaixada de Portugal em Paris. Já tivemos um briefing de segurança em que esteve um elemento a Comissão Executiva em Paris durante dois dias, juntamente com elementos da Embaixada de Portugal em Paris, que também se mostraram preocupados.

**“Temos que contribuir para a criação desta dinâmica positiva em torno dos Jogos.”**

Sabemos que há pouco tempo foi nomeado para o cargo de oficial de ligação do Ministério da Administração Interna junto da Embaixada de Portugal em Paris o Diretor Nacional da Polícia de Segurança Pública,

o superintendente-chefe Magina da Silva, que é uma pessoa com vasta experiência na área da segurança. Será ele o elo de ligação da missão portuguesa com a Embaixada. Vai haver um segundo briefing de segurança onde este oficial vai estar presente juntamente com outros elementos ligados à Missão. Sabemos que a organização francesa está muito preocupada com a segurança, no caso dos Jogos Paralímpicos principalmente na cerimónia de abertura que será aberta ao público dos Campos Elísios até à Praça da Concórdia.

**Outra das grandes dificuldades que se antevê nesta edição de Jogos é, para além da segurança, a questão dos transportes. Que soluções estão previstas a este nível para o período de competição?**

Paris é uma cidade muito bem servida de transportes públicos. O metropolitano funciona muito bem, tem uma excelente rede subterrânea. Para além disso, há outros meios de transporte, nomeadamente os autocarros ou aquilo que eles chamam o RER, que é um comboio rápido superfície, e os briefings que temos tido a grande preocupação é pedirem para que as pessoas privilegiem os transportes públicos. Existirão também os chamados corredores paralímpicos para levar as equipas aos locais de competição. De qualquer forma, os locais de competição são muito próximos uns dos outros, é praticamente tudo dentro da cidade. Haverá uma ou outra situação diferente, mas a grande maioria da dos locais de competição são dentro de Paris pelo que estou em crer que que essa dificuldade não terá grande impacto. Não há que ter receio nessa matéria.

**Muitos portugueses estarão a torcer pelos nossos atletas também em Portugal. Enquanto Chefe de Missão, gostaria de ver uma mobilização nacional em torno da Missão Portuguesa?**

Essa mobilização está a acontecer. Quando falamos sobre a Missão Paralímpica aqui em Portugal, nas mais variadas áreas de intervenção, verificamos que o entusiasmo é grande por parte dos mais diversos intervenientes. Percebo que o facto de nós termos habituado os portugueses a que as missões paralímpicas tragam bastantes medalhas para Portugal faz com que a expectativa se mantenha alta. Mas devemos ter em conta que o desporto paralímpico mundial está a evoluir, o investimento dos mais diversos países está a aumentar e portanto temos que ter alguma atenção porque chegar às medalhas é cada vez mais difícil.

#### **Chefia de Missão a Paris 2024:**

Luís Figueiredo, Chefe de Missão

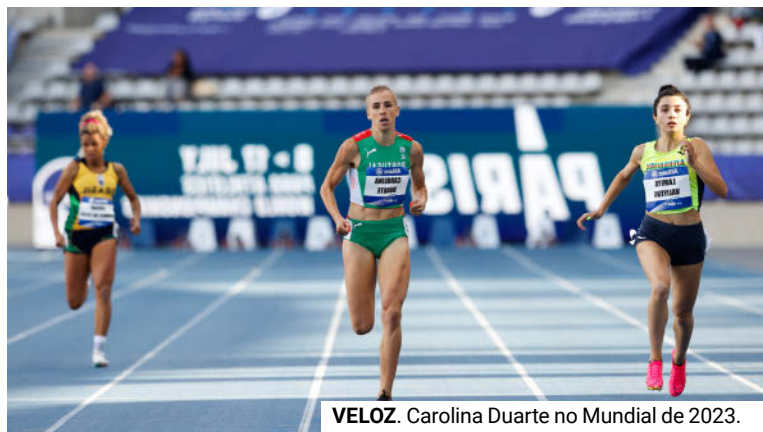
Jorge Correia, Diretor Executivo

Sandro Araújo, Diretor Comunicação

# SPRINT FINAL POR PARIS 2024

A 144 dias do início dos Jogos Paralímpicos Paris 2024 há ainda muito por decidir – e por disputar – no que à qualificação de atletas portugueses para a competição diz respeito. Portugal conta à data de hoje com 14 quotas garantidas em cinco modalidades, mas há muito por conquistar e as competições que se avizinham podem ser decisivas. Fazemos aqui o ponto de situação da qualificação portuguesa para os Jogos Paralímpicos Paris 2024.

## Atletismo



VELOZ. Carolina Duarte no Mundial de 2023.

O atletismo nacional detém o respeitável histórico de conquistar resultados de excelência em Jogos Paralímpicos. Em Tóquio 2020 o lançador Miguel Monteiro fez jus a esta boa fama ao arrecadar o bronze no lançamento do peso da classe F40 e para Paris 2024 as expectativas mantêm-se elevadas em relação à armada lusa que vai competir

em pleno Stade de France.

O Campeonato do Mundo de Atletismo decorrido em Paris no ano de 2023 deu a Portugal as primeiras quatro quotas não-nominais na modalidade para os Jogos Paralímpicos através dos pódios conquistados por Carolina Duarte (prata nos 400 metros T13), Carina Paim (bronze nos 400 metros T20),

Miguel Monteiro (bronze no lançamento do peso F40) e Sandro Baessa (bronze nos 1500 metros T20). Mas não ficaremos por aqui.

O Mundial de Kobe, no Japão, que se realiza de 17 a 25 de maio irá atribuir quotas aos países cujos atletas se classifiquem nos dois primeiros lugares de cada disciplina, excluindo-se os atletas que já abriram quota por esta via no Campeonato do Mundo de 2023. A somar a este método de qualificação está a designada “alocação de alta performance” do Comité Paralímpico Internacional que irá distribuir um total de 57 quotas segundo um critério que tem por base as marcas de qualificação dos atletas por país. Conclusão: são legítimas as ambições portuguesas de arrecadar mais que quatro quotas na modalidade de atletismo para Paris 2024!

## Ciclismo

O ciclismo foi a primeira modalidade a garantir quota para Portugal nos Jogos Paralímpicos Paris 2024. Estávamos ainda em fevereiro de 2023 quando a União Ciclista Internacional (UCI) comunicou a atribuição de vagas por país com base no ranking pontual de nações à data de 31 de dezembro de 2022.

A segunda fase de atribuição de quotas nesta modalidade vai obedecer à mesma lógica: os atletas podem acumular pontos para os respetivos países através dos resultados desportivos nos campeonatos do mundo e taças do mundo realizados desde 1 de janeiro de 2023 a 30 de junho de 2024 nas vertentes

de estrada e pista e no final as quotas remanescentes serão distribuídas pelas nações com mais pontos amealhados neste ranking. Os resultados são conhecidos a 1 de julho de 2024 e Portugal tem a expectativa de conquistar a segunda quota nesta modalidade.



POTÊNCIA. Luís Costa acelera por Paris 2024.

## Canoagem



ESFORÇO. Norberto Mourão em Tóquio 2020.

A canoagem nacional tem já as contas praticamente fechadas para Paris 2024. A modalidade que deu a Portugal uma medalha em Tóquio 2020 com bronze de Norberto Mourão nos 200 metros VL2, tem garantidos na edição dos Jogos Paralímpicos de 2024 dois canoístas portugueses em competição. As quotas foram asseguradas no Campeonato do Mundo de 2023 que atribuiu vaga aos seis primeiros classificados de cada disciplina, sendo que Norberto Mourão (200 metros VL2) e Alex Santos (200 metros KL1) foram

os responsáveis pela abertura destas quotas.

No dia 18 de abril irá decorrer uma seletiva nacional em Montemor-o-Velho que poderá determinar quem vai ocupar estas vagas tanto no lado Paralímpico como no lado Olímpico. Menos de um mês mais tarde, de 9 a 11 de maio, o Campeonato do Mundo de Szeged, na Hungria, é a última oportunidade para a abertura de quotas, sendo que os atletas que já abriram quota e as respetivas classes onde competem já não entram para estas contas.

PUBLICIDADE

# SABER PARAR TAMBÉM É GANHAR



SAIBA MAIS

JOGOS  
SANTACASA

APOSTE DE FORMA  
RESPONSÁVEL

jogoresponsavel.jogossantacasa.pt

## Boccia

O boccia, modalidade que já deu 26 medalhas a Portugal em Jogos Paralímpicos, viu confirmadas as três primeiras quotas para Paris 2024 nos últimos dias do ano de 2023 com o apuramento da equipa BC1-BC2. A qualificação foi assegurada por via da posição de ranking mundial nesse momento segundo o critério que atribuiu lugar em Paris 2024 às quatro equipas com melhor pontuação, excluindo-se os campeões regionais já anteriormente qualificados.

O par BC3 e o par BC4, que não conseguiram a qualificação nem nos Campeonatos Paralímpicos Europeus de 2023 (que abriram

quota para os campeões da Europa) nem por via no ranking mundial de 2023, tiveram no Torneio de Qualificação Paralímpica decorrido em Coimbra de 23 a 27 de março em Coimbra a última oportunidade de qualificação para Paris 2024 para as vertentes coletivas, sem conseguirem alcançar o desejado apuramento. Resta a possibilidade de obtenção de quotas singulares por via do ranking individual que será comunicado no dia 3 de junho pela BISFED, federação internacional da modalidade.

Portugal teve uma dezena de atletas de boccia em Tóquio 2020.



**PRECISÃO.** André Ramos joga com o pé esquerdo.

## Badminton, Judo e Triatlo à espreita



**CONTACTO.** Miguel Vieira é campeão europeu e mundial.

A armada portuguesa em Paris 2024 poderá ainda ser reforçada com o talento de atletas de mais três modalidades, todas elas com a particularidade de a qualificação ser nominal, isto é, atribuída diretamente ao atleta.

O badminton é a primeira a ter o futuro definido com a comunicação oficial das quotas a acontecer a 19 de abril.

Em perspetiva está a qualificação de Beatriz Monteiro em singulares femininos SU5 por via das cinco quotas a atribuir nesta vertente específica às melhores colocadas no ranking paralímpico. Beatriz Monteiro integra atualmente a nona posição deste ranking, porém a qualificação de outras atletas por via das duplas e a restrição ao máximo de duas atletas por país poderão catapultar a jovem portuguesa para a sua segunda participação paralímpica.

Também o judo se apresenta com legítimas aspirações a

repetir – e quem sabe ampliar – a presença paralímpica em Tóquio 2020. O campeão do mundo e da Europa em título, Miguel Vieira, ocupa atualmente o segundo lugar do ranking paralímpico da classe -60 kg J1 onde garantem vaga direta sete atletas, estando portanto em posição de eleição para garantir a sua segunda participação paralímpica depois do Rio 2016.

Djibril lafa é o segundo judoca na disputa por uma vaga em Paris 2024. O judoca que representou o judo paralímpico nacional em Tóquio 2020 encontra-se no sétimo posto do ranking paralímpico da classe -73kg J1, último lugar a garantir a qualificação. O ranking desta modalidade fecha a 24 de junho e as quotas são conhecidas no dia 1 de julho.

O triatlo será a última destas modalidades a ter as quotas determinadas, com Filipe Marques a conhecer o seu destino

apenas no dia 8 de julho. O triatleta está no oitavo posto do ranking paralímpico da classe PTS5 onde os nove lugares cimeiros garantem a qualificação. As provas World Series de Swensen e Montreal do final do mês de junho vão determinar se Filipe Marques consegue proporcionar a estreia paralímpica nacional no Triatlo.

De acrescentar que para além dos métodos de qualificação direta aqui apresentados, todas as modalidades dispõem de sistemas de realocação de quotas, referentes a comités paralímpicos nacionais que rejeitem quotas que lhes tenham sido atribuídas, e sobretudo dos convites a atletas em particular, possibilidades que podem incrementar o número de atletas portugueses nas modalidades aqui referidas ou até noutras com atletas inseridos no ranking mundial.

## Natação

A qualificação para os Jogos Paralímpicos Paris 2024 na modalidade de natação está fechada. Portugal conquistou a suas duas primeiras quotas por via dos excecionais resultados de Diogo Cancela e Marco Meneses no Campeonato do Mundo de 2023, onde conquistaram a prata nos 200 metros estilos SM8 e nos 100 metros costas S11, respetivamente, e ameilhou mais duas quotas através do método de alocação de quotas determinado por via

de uma fórmula que tem por base a posição de ranking dos atletas de cada país.

As quatro quotas portuguesas para Paris 2024 na modalidade de natação são masculinas e não-nominais. A seleção dos nadadores será determinada – tal como na maioria de todas as outras modalidades – com base em critérios específicos determinados pela Federação Portuguesa de Natação em articulação com o Comité Paralímpico de Portugal.



**CONCENTRAÇÃO.** Diogo Cancela é vice-campeão mundial.

# CERIMÓNIA RECONHECEU INVESTIGADORES GALARDOADOS NO PRÉMIO CIÊNCIA E INOVAÇÃO DO DESPORTO PARALÍMPICO ALLIANZ 2023



**RECONHECIMENTO.** Investigadores foram premiados pelos trabalhos realizados.

A cerimónia de entrega do Prémio Ciência & Inovação do Desporto Paralímpico – Allianz 2023 decorreu a 26 de fevereiro no Auditório Allianz, em Lisboa.

Xavier Melo foi o vencedor e recebeu o grande prémio de 5.000€ com uma investigação na área da fisiologia que aborda o tema da resposta cardiorrespiratória a programas de treino intervalado de alta intensidade (HIIT) em adultos com deficiência intelectual.

Foram ainda entregues duas menções honrosas aos traba-

lhos produzidos por Tânia Mira, na área da psicologia, e por Tiago Barbosa, na área da biomecânica (ver pósteres na página seguinte).

A cerimónia teve as presenças do Presidente do IPDJ, Vítor Pataco, do Presidente do INR, Rodrigo Ramos, da CEO da Allianz, Teresa Brantuas, do Presidente do Comité Paralímpico de Portugal, José Manuel Lourenço, da Presidente da Fundação do Desporto, Susana Feitor, e do Presidente da Comissão de Atletas Paralímpicos, Daniel Videira.

José Francisco Neves, membro do Comité Executivo e CMO da Allianz Portugal, referiu que a criação deste prémio “valeu a pena pelos trabalhos apresentados mas essencialmente porque trouxemos a academia para uma realidade super importante para todos nós, super importante para o desporto paralímpico”. José Francisco Neves garantiu estar convencido que “mais tarde ou mais cedo este prémio será um sucesso nacional e que tudo isto será aproveitado no dia-a-dia dos atletas e das pessoas com

deficiência”.

O prémio pretende reconhecer trabalhos científicos realizados no contexto das diversas temáticas das Ciências do Desporto, produzidos por investigadores na área do desporto para pessoas com deficiência. Podem concorrer ao prémio investigadores com vínculo a instituições de ensino superior ou centros de investigação sediados em território nacional e investigadores portugueses com vínculo a instituições de ensino superior ou centros de investigação estrangeiros.

## Composição do Júri:

**António Rosado**

- Presidente do Júri
- Universidade de Lisboa

**Alexandre Mestre**

- Universidade Autónoma de Lisboa

**José Marmeleira**

- Universidade de Évora

**José Pedro Ferreira**

- Universidade de Coimbra

**Anabela Vitorino**

- Instituto Politécnico de Santarém

**Rui Corredeira**

- Universidade do Porto

**Maria João Cascais**

- Universidade Nova de Lisboa

## Candidaturas à edição de 2024 abrem em breve

O Prémio Ciência & Inovação do Desporto Paralímpico Allianz tem carácter anual e as candidaturas à edição de 2024 vão abrir em breve. Toda a informação estará disponível no site do Comité Paralímpico de Portugal.



## Allianz Portugal lança campanha rumo a Paris 2024

“Prepare-se para o melhor” é o mote da mais recente campanha da Allianz que dá o tiro de partida para os Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Paris 2024, com foco na preparação como chave para o sucesso.

A seguradora oficial dos Movimentos Olímpico e Paralímpico a nível mundial reforça a missão de estar lado a lado na vida dos atletas, desde a preparação à superação, filosofia que faz questão de aplicar também aos seus clientes.

A campanha foca-se na preparação do canoísta Fernando Pimenta, da surfista Teresa

Bonvalot e do atleta paralímpico Lenine Cunha. Mais do que um filme, é uma história de coragem e de determinação em que assistimos a cada gota de suor, cada repetição e cada desafio superado, com o apoio de uma marca guiada por fortes valores de diversidade e de inclusão.



PUBLICIDADE

## MENÇÕES HONROSAS - PRÉMIO CIÊNCIA E INOVAÇÃO DO DESPORTO PARALÍMPICO ALLIANZ 2023

O júri do Prémio Ciência e Inovação do Desporto Paralímpico Allianz 2023 atribuiu menções honrosas aos trabalhos elaborados pelos autores principais Tânia Mira e Tiago Barbosa, que elaboraram pósteres com a descrição dos objetivos e resultados das investigações que conduziram e que são aqui apresentados:



# CARACTERIZAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA E PSICOSSOCIAL DA EQUIPA PARALÍMPICA PORTUGUESA

Tânia Mira 1, Diogo Monteiro 2,3,4, Aldo M. Costa 1,3,5, Pedro Morouço 2,6, Rui Matos 2,4, Raúl Antunes 2,4,6

### AFILIAÇÕES

- 1 Universidade da Beira Interior, 6201-001 Covilhã, Portugal
- 2 ESECS, Politécnico de Leiria, 2411-901 Portugal
- 3 Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Ciências da Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal
- 4 CIEQV - Centro de Investigação da Qualidade de Vida, Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal
- 5 Centro de Investigação em Ciências da Saúde, CICS-UBI, 6201-001 Covilhã, Portugal
- 6 Centro de Cuidados Inovadores e Tecnologia da Saúde (ciTechCare), Politécnico de Leiria, 2411-901 Leiria, Portugal

### INTRODUÇÃO

A importância da prática desportiva e o seu impacto na qualidade de vida das pessoas com deficiência é fundamental [1,2]. Caracterizar o bem-estar subjetivo, a resiliência, o suporte social e compreender a realidade sociodemográfica da prática de desporto adaptado, nomeadamente naqueles que constituem a elite desta participação em Portugal, é verdadeiramente importante para apoiar um conjunto de iniciativas que promovam níveis mais elevados de prática.

### OBJETIVO

O presente estudo teve como objetivo caracterizar a delegação portuguesa nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 através de variáveis sociodemográficas (idade, género, profissão, habilitações literárias, prática desportiva) e psicossociais (afetos positivos e negativos, satisfação com a vida, resiliência e suporte social).

### METODOLOGIA

O estudo envolveu 31 dos 33 atletas da equipa paralímpica portuguesa com idades compreendidas entre os 15 e os 58 anos ( $34,45 \pm 11,7$  anos), 21 homens e 10 mulheres. As questões sociodemográficas foram desenvolvidas especificamente para este estudo. Para avaliar o Suporte Social percebido pelos atletas com deficiência, foi utilizada uma escala baseada nas recomendações de Jago et al. [3]. O bem-estar subjetivo foi avaliado através da SWLS [4]. Foi utilizada a versão portuguesa [5]. Os afetos positivos e negativos foram avaliados através da PANAS - The Positive and Negative Affect Schedule [6]. Foi utilizada a versão em português do PANAS (PANAS-VRP) [7]. Para avaliar a resiliência, foi utilizada a Brief Resilience Scale (BRS) [8], na versão em português [9].

PALAVRAS-CHAVE: JOGOS PARALÍMPICOS; TOKYO 2020; SOCIODEMOGRÁFICO; BEM-ESTAR SUBJETIVO; SUPORTE SOCIAL.

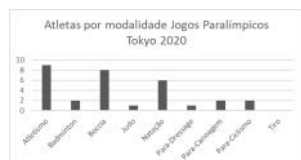


Gráfico 1 - Atletas paralímpicos Tokyo 2022 por modalidade



Gráfico 3 - Situação profissional dos atletas paralímpicos Tokyo 2022

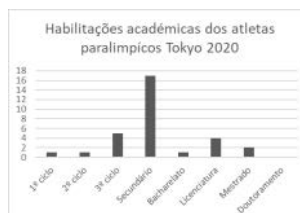


Gráfico 2 - Habilitações académicas dos atletas paralímpicos Tokyo 2022

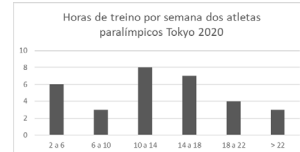


Gráfico 4 - Horas de treino por semana dos atletas paralímpicos Tokyo 2022



Figura 1 - Distribuição dos atletas por distritos em Portugal (distritos a cinzento claro com atletas nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020, distritos a cinzento escuro sem atletas paralímpicos)



Figura 2 - Distribuição dos clubes de desporto adaptado por distritos de Portugal (10)

### RESULTADOS

A disparidade entre o número total de homens e mulheres da equipa é ainda uma realidade. As horas de treino por semana são bastante heterogêneas entre os atletas. A oferta e acessibilidade ao desporto adaptado a nível nacional é consideravelmente menor no interior do país.

Na amostra, verificámos que os atletas paralímpicos portugueses apresentam valores elevados de satisfação com a vida, elevado afeto positivo, baixo afeto negativo e bons níveis de resiliência. A correlação bivariada foi observada entre a satisfação com a vida e os afetos positivos (média), entre o afeto positivo e o apoio social dos pais (alta) e entre o afeto positivo e o apoio social dos amigos (média).

Os resultados mostraram, também, que o treinador tem a influência mais decisiva sobre o atleta, seguido pelos amigos, melhores amigos e pais. O treinador é, de facto, a figura mais crítica no suporte social.

### CONCLUSÃO

Os dados do presente estudo realçaram a importância de conhecer as características dos atletas paralímpicos, de modo a compreender melhor a realidade do desporto paralímpico em Portugal. Os dados do presente estudo, reforçam a ideia de que são necessárias mais políticas públicas de desenvolvimento para que as pessoas com deficiência tenham acesso à atividade física e ao desporto adaptado.

### BIBLIOGRAFIA

1. Slater, D.; Meade, M. A. (2004). Participation in recreation and sports for persons with spinal cord injury: Review and recommendations. *NeuroRehabilitation*, 19(2), 121-129.
2. Medola, F.; Busto, R.; Marçal, A.; Júnior, A.; Dourado, A. (2011). Sports on quality of life of individuals with spinal cord injury: A case series. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 17(4), 254-256.
3. Jago, R.; Fox, K.; Page, A.; Brockman, R.; Thompson, J. (2009). Development of scales to assess children's perceptions of friend and parental influences on physical activity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6(67).
4. Diener, E.; Emmons, R. A.; Larsen, R. J.; Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
5. Neto, F. (1993). The satisfaction with life scale: Psychometric properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22(2), 125-134.
6. Watson, D.; Clark, L. A.; Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
7. Calinha, I.; Pereira, C.; Esteves, F. (2014). Versão reduzida da escala portuguesa de afeto positivo e negativo - PANAS-VRP: Análise fatorial confirmatória e invariância temporal. *Revista Psicologia*, 28 (1), 53-65.
8. Smith, B. W.; Dalen, J.; Wiggins, K.; Tooley, E.; Christopher, P.; Bernard, J. (2018). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International journal of behavioral medicine*, 15(3), 194-200.
9. Silva-Sauer, L.; Torre-Luque, A.; Smith, B. W.; C. M. C. Lima, M.; Andrade, S.; Fernández-Calvo, B. (2020). Brief resilience scale (brs) portuguese version: Validity and metrics for the older adult population. *Aging & Mental Health*, 25(8), 1554-1563.
10. Comité Olímpico de Portugal (2022, February 27). Mapa de inclusão desportiva. <https://paralimpicos.pt/mapa-inclusao-desportiva>



## Análise biomecânica de um velocista em cadeira de rodas na final dos 100m nos Jogos Paralímpicos de 2016

Tiago M. Barbosa & Eduarda Coelho  
Eur. J. Phys. 38 (2017) 044001

### Introdução

#### [Enquadramento]

- Para equipas técnicas e investigadores do desporto, a avaliação do desempenho em competição é fundamental.
- Um dos maiores desafios na avaliação de um Para-atleta em ambientes competitivos é analisar a biomecânica.
- Uma opção é usar um conjunto de técnicas de avaliação da cinemática e da cinética.

#### [Objetivo]

Realizar um estudo de caso da biomecânica de um velocista em cadeira de rodas na final dos 100m dos Jogos Paralímpicos de 2016.

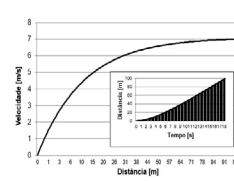
### Métodos (Atleta)

Sexo Masculino [T52] Recordista Nacional [100m & 400m]

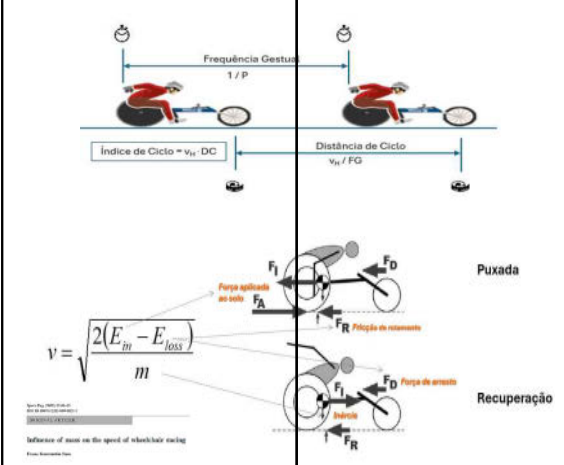
Rio 2016 [Finalista] Tempo: 18.19s [vento: +0.1 m/s]

### Métodos (Modelação da Prova)

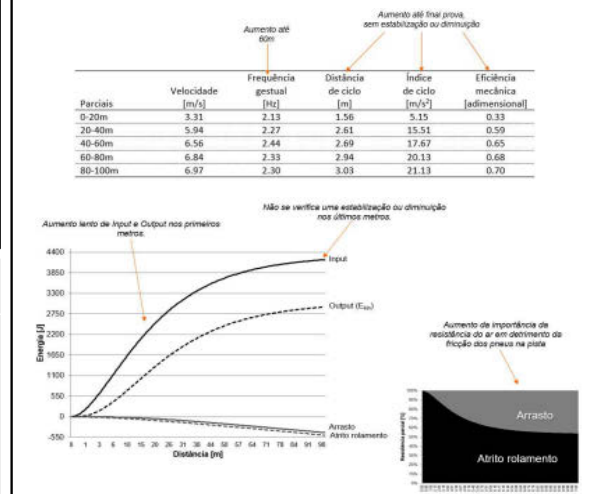
- Tempo parcial: a cada 8.5m (por análise de vídeo)
- Modelação da prova: por equação mono-exponencial
- Série temporal da velocidade: integrada para determinar parciais a cada 20m



### Métodos (Cinemática & Cinética)



### Resultados



### Conclusões

- Um aumento lento do Input e Output nos primeiros metros da prova.
- Não se verifica uma estabilização ou diminuição destes dois termos nos últimos metros.
- A estabilização seria alcançada aos 115m (114.56m).
- Isto sugere que os 100m são uma prova muito curta, sendo o atleta incapaz de atingir a potência máxima.

# SONHO PARALÍMPICO JÁ TEM FORMA



O Comité Organizador dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos Paris 2024 deu a conhecer as medalhas das duas competições que se realizam este ano na capital francesa. O sonho dos atletas ganha assim uma forma palpável que todos querem conquistar.

Pela primeira vez na história dos Jogos, cada medalha é decorada com uma peça de metal de valor simbólico e inestimável – o ferro original da Torre Eiffel. Ao colocar um pedaço do maior símbolo francês no centro das medalhas, Paris 2024 tem como intenção oferecer aos atletas uma memória inesquecível dos Jogos, de Paris e de França.

A outra face da medalha Paralímpica é uma representação gráfica da Torre Eiffel, observada a partir de baixo para cima. As três medalhas – ouro, prata

e bronze – distinguem-se pelo toque através da gravação em braille. A joalharia francesa Chaumet é a autora destas nobres peças de arte.



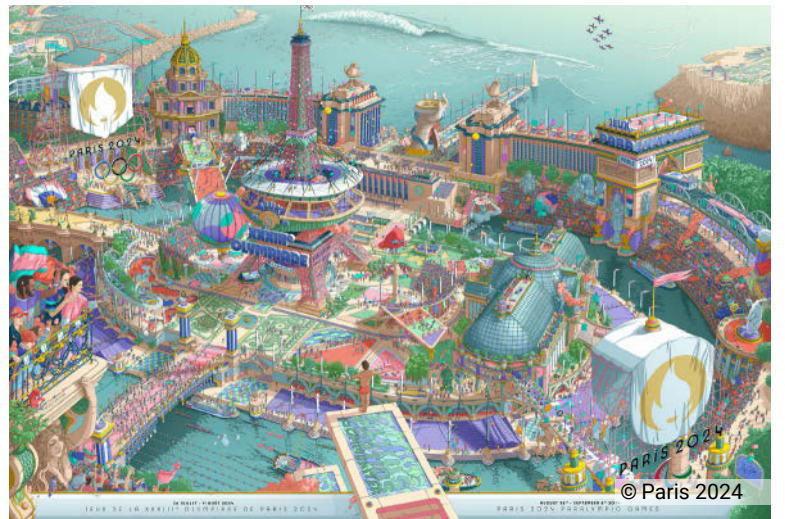
## Ilustrações antecipam grandeza de Paris 2024

O ilustrador francês Ugo Gattoni é o autor dos pósteres que simbolizam os Jogos Olímpicos e Paralímpicos Paris 2024.

A iniciativa realizada em articulação com o Comité Organizador de Paris 2024 inclui os principais ícones da capital francesa na dinâmica dos Jogos, com o propósito de transmitir a mensagem de que Paris irá renascer para receber as maiores competições mul-

tidesportivas mundiais.

A obra tem a forma de díptico sendo que as duas metades – olímpica e paralímpica – complementam-se quando colocadas lado a lado. As ilustrações transportam-nos para um mundo fantástico em que monumentos históricos e arenas de competição ganham uma nova alma como parte integrante da grandiosa dinâmica de Paris 2024.



## AGENDA

### ABRIL

**21 - 27**

Campeonato da Europa de Natação  
Funchal, Madeira

### MAIO

**29 - 05**

Taça do Mundo de Boccia  
Montreal, Canadá

**05 - 17**

Taça do Mundo de Ciclismo  
Ostende, Bélgica

### MAIO

**09 - 11**

Campeonato do Mundo de Canoagem  
Szeged, Hungria

**16 - 19**

Taça do Mundo de Ciclismo  
Maniago, Itália

**17 - 25**

Campeonato do Mundo de Atletismo  
Kobe, Japão

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |           |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------|--|
|                                                                                                                                                                                                                                                              | Patrocinadores Principais                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Patrocinadores                                                                                                                                                                                                                                                    |  | Parceiros |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                     |    |  |           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Parceiros Institucionais                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Parceiros Pro Bono                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Media                                                                                                                                                                                                                                                             |  |           |  |
|     |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |           |  |

## Ficha Técnica

Diretor **José Manuel Lourenço** Diretor Adjunto **Sandro D. Araújo** Redação **Diogo Taborda** Fotografia **CPP** Paginação **Ana Teresa Ferreira** Propriedade **Comité Paralímpico de Portugal** NIPC do Proprietário **507 805 259** Sede do Editor e da Redação **Rua do Sacramento, 4, R/C - 2670-372 Loures** Periodicidade **Bimestral** Depósito Legal **445904/18** Registo **ERC 127209**

## Estatuto Editorial

A **Paralímpicos** é a revista oficial do Comité Paralímpico de Portugal, com caráter trimestral e editada com pleno respeito pelos princípios da liberdade de expressão e de informação presentes na Constituição da República Portuguesa. A **Paralímpicos** é apresentada nos formatos de papel e/ou online nos canais de comunicação do Comité Paralímpico de Portugal e pauta-se pela total independência política e religiosa e por critérios jornalísticos de rigor e isenção. A **Paralímpicos** pretende ainda constituir-se como um portal de divulgação do movimento paralímpico e surdolímpico, contemplando todas as modalidades e valorizando os valores fundamentais do Comité Paralímpico de Portugal: Igualdade, Inclusão e Excelência Desportiva