



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Classes no Atletismo



Atletismo para pessoas com deficiência

O Atletismo para pessoas com deficiência motora é praticado desde os primeiros Jogos de Stoke Mandeville em 1948, fazendo parte dos Jogos Paralímpicos desde sempre.

Nos Jogos Paralímpicos esta modalidade é direcionada a todas as áreas de deficiência, com exceção da deficiência auditiva que compete nos Jogos Surdolímpicos desde 1924.

O regulamento base é o da International Association of Athletics Federations (IAAF) com algumas adaptações de acordo com o tipo e grau de deficiência dos participantes, seguindo os regulamentos das entidades que controlam os desportos adaptados de competição, IPC, INAS-FID, ICDS.



Atletismo para pessoas com deficiência

Os atletas competem de acordo com as classificações desportivas segregadas, ou seja, agrupadas por área de deficiência, de forma a haver equilíbrio na competição, e contam com recursos como cadeiras de rodas, próteses ou até mesmo outro atleta atuando como guia.

Atletas com Síndrome de Down participam nas competições organizadas pelo Special Olympics ou pela International Athletic Association for Persons with Down Syndrome (IAADS) onde se realizam provas de marcha, corrida, saltos e lançamentos.

Atletismo Paralímpico

Para que os atletas sejam elegíveis terão de ter algum comprometimento ao nível da potência muscular, da amplitude articular, hipertonia, atetose ataxia, baixa estatura, amputação nos membros inferiores, intelectual ou deficiência visual.

No Atletismo, os atletas são classificados de acordo com a disciplina que realizam, sendo que os atletas que participam nas disciplinas de corrida e salto (eventos de pista) são identificados com a letra T (Track) antes do número da classe a que pertencem e os atletas que participam nas disciplinas de lançamento (eventos de campo) são identificados com a letra F (Field).

As classes no Atletismo, além de estarem divididas por disciplinas, estão agrupadas por área de deficiência e grau de incapacidade, sendo o primeiro número indicador da área e o segundo número indicador do grau.

T11 a T13 / F11 a F13 – Atletas com deficiência visual

- T/F11: Atletas com baixa acuidade visual sem percepção da luz;
- T/F12: Atletas com acuidade visual até 2/60 e/ou campo visual restringido a um diâmetro inferior a 5 graus;
- T/F13: Atletas com acuidade visual de 2/60 a 6/60 e/ou campo visual restringido a um diâmetro inferior a 20 graus.



Atletismo Paralímpico

Para os atletas com deficiência visual, as regras de utilização de atletas-guia e de apoio variam de acordo com a classe funcional. Nas provas de 5.000m, 10.000m e na maratona, os atletas das classes T11 e T12 podem ser auxiliados por até dois atletas-guia durante o percurso.

T20 / F20 – Atletas com deficiência intelectual

Para ser elegível o atleta deverá apresentar um QI – Quociente Intelectual igual ou inferior a 75, limitações significativas nos comportamentos adaptativos (conceptual, social e habilidade adaptativas práticas), e o diagnóstico da deficiência intelectual deverá ter sido feito antes dos 18 anos de idade.

Provas paralímpicas: 400m, 1500 m, Salto em Comprimento e Lançamento do peso.

T32 a T38 / F31 a F39 – Atletas com paralisia cerebral

T32 a T34 – Atletas que utilizam cadeira de rodas para a disciplina de corrida

- T32: Atletas com limitações moderadas a severas ao nível da coordenação. Quatro membros e tronco afetados embora, geralmente, apresentem um lado do corpo mais funcional que outro ou os membros inferiores mais funcionais que os membros superiores. Apresentam pouco controlo do tronco e dificuldade em propulsionar a cadeira;

Atletismo Paralímpico

- T33: Atletas com limitações moderadas a severas ao nível da coordenação, em pelo menos três membros (geralmente apresenta um dos membros superiores com funcionalidade total). A propulsão da cadeira é afetada pela assimetria do movimento de braços. Apresentam pouco controlo do tronco e uma limitada capacidade de apreensão;
- T34: Atletas com os quatros membros afetados, com maior comprometimento dos membros inferiores do que nos superiores. Os membros superiores e o tronco apresentam uma razoável a boa funcionalidade e força. Apresentam uma ligeira assimetria no movimento de propulsão da cadeira, e quase total capacidade de apreensão.

T35 a T38 – Atletas ambulantes

- T35: Atletas com os quatro membros afetados, com maior comprometimento dos membros inferiores. Passada de corrida severa a moderadamente afetada com um curto comprimento de passada;
- T36 – Atletas que apresentam moderada atetose, ou ataxia e por vezes hipertonia ou uma mistura destas três situações nos quatro membros. Os membros superiores podem ser mais afetados que os membros inferiores. Há a presença de movimentos involuntários no tronco e nos membros;

- T37: Atletas com hipertonia moderada, ataxia ou atetose nos quatro membros com um dos lados do corpo mais afetado que o outro, mas com boa funcionalidade na corrida. Apresentam alguma assimetria no tronco;
- T38: Atletas com clara evidência de hipertonia, ataxia e/ou atetose. Coordenação ligeira a moderada e pode ser num ou nos quatro membros. O equilíbrio está ligeiramente afetado.

F31 a F34 – Atletas que utilizam cadeira de rodas para a disciplina de lançamentos

- **F31:** Atletas com hipertonia severa ou atetose, com uma pobre funcionalidade e controle de movimentos nos quatro membros e tronco. Limitada capacidade de apreensão. Reduzida amplitude de movimento de lançamento e pobre capacidade de seguimento contínuo do movimento durante o lançamento;
- **F32:** Atletas com hipertonia moderada a severa, ataxia ou atetose, com os quatro membros e tronco afetados, e geralmente com um dos lados mais afetado ou os membros inferiores mais afetados que os membros superiores. Capacidade de realização de uma pega cilíndrica ou esférica, mas com pouca coordenação durante o lançamento. Controle dinâmico do tronco limitado;

Atletismo Paralímpico

- F33: Atletas com hipertonia moderada a severa, ataxia ou atetose, com pelo menos três membros afetados (geralmente apresenta, um dos membros superiores com funcionalidade total). Atletas capazes de implementar força durante o lançamento, contudo, com pouco controlo durante o lançamento. A capacidade de apreensão é prejudicada pela pobre capacidade de destreza do dedo. A capacidade de movimento é bastante limitada sendo o lançamento efetuado, essencialmente, a partir do braço;
- F34: Atletas com hipertonia moderada a severa nos membros inferiores, com dificuldades significativas em manter o equilíbrio em pé e durante a marcha. Tronco e membros superiores apresentam boa funcionalidade, força e capacidade de apreensão. A hipertonia no tronco e pernas pode afetar o movimento de lançamento.

F35 a F38 – Atletas com funcionalidade para realizarem o lançamento em pé (ambulantes)

- F35: Atletas com os membros inferiores mais afetados que os membros superiores, contudo, com o membro superior de não lançamento afetado ao nível da coordenação. Moderada hipertonia nos membros inferiores que afetam a capacidade de marcha ou corrida. Atletas com uma razoável a boa capacidade de apreensão;
- F36: Atletas com moderada atetose, ataxia e, por vezes, hipertonia ou uma mistura de uma mistura destas três situações nos quatro membros. Os membros superiores podem ser mais afetados que os membros inferiores. Há a presença de movimentos involuntários no tronco e/ou nos membros;

- F37: Atletas com moderada hipertonia, ataxia ou atetose num dos lados do corpo. O lado do corpo menos afetado apresenta uma boa funcionalidade para a realização do lançamento. O transfere de peso de membro inferior menos afetado para o membro inferior mais afetado é limitado. Apresentam alguma assimetria no tronco;
- F38: Atletas com clara evidência de hipertonia, ataxia e/ou atetose. Coordenação ligeira a moderada e pode ser num ou nos quatro membros. O equilíbrio está ligeiramente afetado.

F40 e F41 – Atletas com baixa estatura

- Existem duas classes diferentes em função da estatura dos atletas e a proporcionalidade com os membros superiores. Os atletas da classe F40 apresentam uma estatura inferior aos atletas da classe F41.

T42 a T44 / F42 a F44 – Atletas com def. nos membros inferiores (atletas competem em pé sem prótese)

T/F42: Esta classe é para atletas que competem sem prótese, com deficiência bilateral e/ ou unilateral acima do joelho, como pouca potência muscular e amplitude de movimentos limitada.

T/F43: Esta classe é para todos os atletas que competem sem prótese, com deficiências bilaterais abaixo do joelho, como pouca potência muscular e amplitude de movimentos prejudicada;

T/F44: Esta classe é para todos os atletas que competem sem prótese, com deficiência num único membro inferior abaixo do joelho, como limitações na potência muscular, amplitude de movimento prejudicada e diferença de comprimento da perna com deficiência.

T45 a T47 / F45 a F46 – Atletas com def. nos membros superiores (atletas competem em pé sem auxiliares de suporte)

- T45: Atletas com uma ou mais limitações funcionais ao nível das articulações do ombro e/ou cotovelo Atletas com biamputação acima da articulação do cotovelo também fazem parte desta classe;
- F45: Atletas com comprometimento de ambos os membros superiores, limitações ao nível da amplitude de movimento ou potência muscular na extensão dos braços, com limitações significativas na apreensão e no lançamento;

- T46: Atletas com limitações nos dois membros superiores, com perda de funcionalidade ao nível das articulações do cotovelo e pulso. Atletas com um membro superior comprometido ao nível da articulação do ombro e/ou cotovelo. Atletas com uma amputação abaixo do cotovelo ou com biamputação abaixo da articulação do cotovelo ou uma amputação abaixo do cotovelo e no outro membro superior uma amputação acima do cotovelo também fazem parte desta classe;
- F46: Atletas com um dos membros superiores comprometidos com uma funcionalidade equivalente a um atleta com uma amputação ao nível ou abaixo do pulso;
- T47: Atletas com limitações num dos membros superiores, com perda de funcionalidade ao nível do ombro, cotovelo e pulso. Atletas com amputação abaixo ou ao nível da articulação do pulso também fazem parte desta classe.

T51 a T54 / F51 a F57 – Atletas competem em cadeiras de rodas ou cadeiras de lançamentos

- T51: Atletas com diminuição da potência muscular ao nível do ombro e dificuldade de produção de força no cotovelo na ação de propulsionar a cadeira. Ausência de potência muscular no tronco. A propulsão da cadeira é realizada através dos músculos flexores do cotovelo e extensores do pulso;
- F51: Atletas com uma ligeira diminuição a total da potência muscular ao nível do ombro, flexores do cotovelo e extensores do pulso. Ausência de funcionalidade do tricípite e flexores dos dedos dificultando a capacidade de apreensão. Ausência de potência muscular ao nível do tronco.

Atletismo Paralímpico

- T52: Atletas com funcionalidade ao nível dos ombros, cotovelos e pulsos de forma a propulsionarem a cadeira. Sem potência muscular ao nível do tronco e pobre capacidade de produção de força ao nível das mãos;
- F52: Atletas com boa capacidade de produção de força ao nível dos músculos do ombro, ligeira fraqueza muscular dos músculos flexores do cotovelo e pulso. Músculos flexores e extensores dos dedos não funcionais;

Atletismo Paralímpico

- T53: Atletas com total funcionalidade nos membros superiores, mas sem atividade muscular ao nível das zonas abdominal e lombar;
- F53: Atletas com funcionalidade ao nível dos ombros, cotovelos e pulsos. Apresentam alguma fraqueza muscular ao nível da mão. Atleta com parcial a total controle de tronco;

Atletismo Paralímpico

- T54: Atletas com total funcionalidade nos membros superiores e com parcial a total potência muscular no tronco. Atletas com alguma funcionalidade nas pernas;
- F54: Atletas com total funcionalidade nos membros superiores, mas sem potência muscular na zona abdominal e sem equilíbrio na posição sentada. Atletas com funcionalidade a nível do tronco deverão apresentar uma funcionalidade do membro superior igual à classe F53;

Atletismo Paralímpico

- F55: Atletas com total funcionalidade nos membros superiores e com parcial a total potência muscular ao nível do tronco. Sem movimentos dos membros inferiores;
- F56: Atletas com total funcionalidade nos membros superiores e com potência muscular total ao nível do tronco. Alguma estabilidade a nível da cintura pélvica com ausência de capacidade de adução e extensão das coxas. Apresentam alguma produção de força nos membros inferiores, mas sem funcionalidade;
- F57: Atletas com limitações ao nível da potência muscular, comprometimento de um dos membros, limitações ao nível da amplitude de movimento ou diferença de comprimento de membros que não se enquadrem nas classes anteriores

T61 a T64 – Atletas amputados de membros inferiores com próteses

- T61: Atletas com ambos os membros amputados, pelo joelho, ou acima do joelho. Um atleta com uma combinação de uma amputação unilateral acima do joelho e unilateral abaixo do joelho também se enquadrará nesta classe;
- T62: Atletas com ambos os membros amputados abaixo do joelho;
- T63: Atletas com amputação unilateral no joelho ou acima do joelho;
- T64: Atletas com amputação unilateral abaixo do joelho.



Atletismo Surdolímpico

Para serem elegíveis, os atletas devem ter uma perda de, pelo menos, 55 db no seu “melhor ouvido”.



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Contactos

Nome: José Silva

Departamento: Atletismo Adaptado

Telemóvel: 969 692 048

E-mail: josesilva@fpatletismo.pt

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



(+351) 214 146 020
fpa@fpatletismo.pt

*Largo da Lagoa 15B
2799-358 Linda-a-Velha*