



2º Congresso ANDO

Movimento e Atividade Física

Benefícios

- Redução do risco de doenças cardiovasculares
- Reduz o risco de inúmeros tipos de cancro
- Ajuda a perder peso, prevenindo a obesidade
- Melhora a força muscular, resistência e flexibilidade
- Promove a autoestima e a autoconfiança
- Integração social



Internacional Dwarf Sports Federation (IDSF)

World Dwarf Games

- Atletismo
- Badminton
- Basquetebol
- Boccia
- Curling
- Futebol
- Halterofilismo
- Hóquei em Campo
- Natação
- Ténis de mesa
- Tiro
- Tiro com Arco
- Voleibol



Internacional Paralympic Committee (IPC)

Jogos Paralímpicos

- Atletismo
- Badminton
- Natação
- Halterofilismo



Internacional Paralympic Committee (IPC)

World Para Athletics (WPA)

Jogos Paralímpicos

- Atletismo

- Lançamentos (F40 e F41):

- Peso (Mas. e Fem.)

- Disco (Fem.)

- Dardo (Mas.)



Quantas pessoas há em Portugal que têm uma displasia óssea?

Não existe um registo nacional para displasias ósseas, por isso recorreremos a um cálculo estimativo:

- Com base nos dados relativos aos nascimentos por ano em Portugal da Pordata, poderão nascer em média entre **20 a 30 bebés com displasia óssea em Portugal, todos os anos.**
- Considerando uma redução de 10 anos na esperança de vida e contabilizando 74 anos como esperança média de vida para uma pessoa com displasia óssea, poderão existir em Portugal atualmente, em todas as faixas etárias, **cerca de 1500 pessoas com displasia óssea.**

Fonte: ANDO (https://www.andoportugal.org/displasias_osseas/)



Quantas pessoas há em Portugal que têm uma displasia óssea?

➤ Onde estão os “possíveis atletas”, dos 15 aos 30 anos?

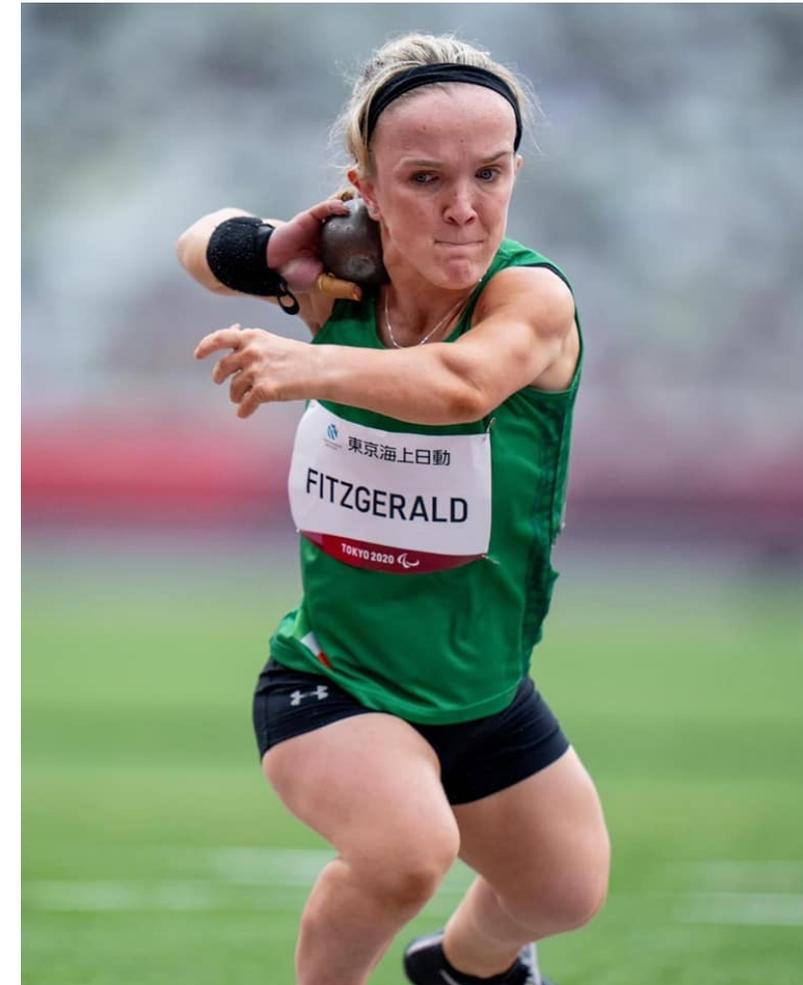
Atletas Federados (estimativa):

- 2 atletismo
- 1 halterofilismo
- 6 natação



Projeto “ Começar pelo Início!”

- Criação de oportunidades iguais ao acesso da prática desportiva
- Massificação da modalidade e promoção do atletismo adaptado
- Formação específica para técnicos
- Apetrechar diversas entidades de material necessário para a prática do atletismo
- Identificação de escolas e instituições de referência
- Realização de ações em escolas (2 a 3 ações por mês) ou outras instituições
- Treinos regulares nas escolas e em pista
- Criação de protocolos para apoio nos transportes escola/pista/casa
- Campos de treino



Quero experimentar a modalidade de atletismo:

Enviar e-mail e/ou ligar para a FPA

- Identificamos qual o clube da sua área de residência
- Contactamos com o clube e fornecemos enquadramento técnico
- Iniciar a prática da modalidade





Questões e Dúvidas



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

José Silva

963398291

josesilva@fpatletismo.pt

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

