

# BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

III Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 3ª edição, de 16/11/2022 a 18/11/2022  
ISBN dos Anais: 978-65-5465-006-9  
DOI: 10.54265/MBPY1258

**RAMOS; JESSICA DE SOUZA FELICIO MIRANDA <sup>1</sup>, LIMA; MARCOS HENRIQUE DE SOUZA <sup>2</sup>**

## RESUMO

### INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) a cada dia mais vem ganhando atenção e sendo alvo de pesquisas, mas engana-se quem acredita que é um assunto recente. Foi em 1943 que o médico psiquiatra Leo Kanner observou um grupo de 11 crianças que apresentavam desde o início de suas vidas um isolamento social extremo, somado a preservação de atitudes repetitivas, onde ele utilizou o termo “autismo infantil precoce” para diagnosticá-las (DAOLIO, 2009).

TEA é um transtorno que atinge principalmente o desenvolvimento neurológico, sendo caracterizado pela dificuldade de interação social e comunicação, juntamente com comportamentos restritivos e repetitivos. O TEA é um transtorno onde o diagnosticado apresenta déficits persistentes na comunicação e interação social em vários contextos. Os diagnósticos de autismo têm aumentado com o passar dos anos, porém, não se pode afirmar se esse aumento é genuíno devido a incidência do transtorno, ou por conta do baixo diagnóstico realizado em décadas passadas, quando a base de dados e material de pesquisa disponível na época era bem menor (SILVA; MULICK, 2009).

Uma questão quase tornou clara ao longo dos estudos sobre autismo é sua incidência, que segundo Klin (2006) é cerca de quatro vezes maior em meninos do que em meninas, nos casos que não apresentam retardo mental severo. Essa proporção de incidência também é defendida por Silva; Mulick (2009).

O TEA pode vir acompanhado de uma gama variada de comorbidades, por isso é defendido por instituições como a Sociedade Brasileira de Pediatria que o tratamento do autismo seja realizado por uma equipe interdisciplinar. O Ministério da Saúde (2002) através das Diretrizes de Atenção à Reabilitação da Pessoa com Transtorno do Espectro do Autismo vai de acordo com a orientação feita pela SBP sobre a equipe que deve realizar esse tipo de tratamento. Essa equipe varia de acordo com as necessidades do paciente, podendo ser compostas por psicoterapeutas, pedagogos, terapeutas ocupacionais e profissionais de educação física por exemplo. A pesquisa exploratória do tipo bibliográfica objetiva apresentar os benefícios da atividade física no transtorno do espectro autista.

### METODOLOGIA

A metodologia deste estudo é do tipo exploratório, com grande empenho na pesquisa bibliográfica e busca de citações relevantes, ou seja, que facilitem o entendimento do assunto, para que se concretize a revisão bibliográfica. As bases de dados utilizadas foram Google acadêmico e SciElo para identificação de estudos sobre os benefícios da atividade física no Transtorno do Espectro Autista. Foram selecionados para esta revisão bibliográfica, estudos de textos completos e livros que contemplam os objetivos do estudo.

Como critério de inclusão para o estudo delimitaram-se artigos e livros que respondem à questão norteadora, com textos completos disponíveis online no idioma português. Para critérios de exclusão não estão inseridos artigos e livros que não refletem sobre a temática em questão.

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor, jeh.felicio@outlook.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor, marcoslima.sgs@gmail.com

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Desde muitos anos tem-se conhecido alguns relatos sobre criança e adultos com comportamentos atípicos relacionando ao termo autismo infantil que significa “voltado para si mesmo” (WALTER, 2000). O espectro autista não é uma doença, é uma síndrome comportamental com etiologias divergentes na qual o processo de desenvolvimento infantil encontra-se profundamente distorcido (BOSA; 2000).

Um diagnóstico eficiente é essencial para o tratamento do autismo, pois ele pode ser acompanhado de algumas comorbidades na parte sensorial, comportamental e na área médica. Problemas comportamentais como hiperatividade, atenção hiper seletiva, impulsividade e agressividade são recorrentes. Já na parte sensorial temos a hiper ou hipo sensibilidade a estímulos sensoriais, um alto limiar para dor e um medo de estímulos considerados inofensivos. Dificuldade com alimentação e sono, problemas gastrointestinais e neurológicos são alguns exemplos de comorbidades médicas que um autista pode apresentar (SILVA; MULICK, 2009).

O autista tem dificuldade de interagir, e reagem de modo diferente do que é considerado “normal” pela sociedade atual, reagem de modo diferente, e tem um atraso da linguagem (LEBOYER, 2007). As pessoas com espectro autista também apresentam ações repetidas, em muitas crianças com TEA observam-se dificuldades motoras e sensoriais (BARANEK, 2002). Diversos estudos têm reportado igualmente alterações no perfil do desenvolvimento motor dessas crianças contribuindo para uma aptidão física inferior (OZONOFF *et al.*, 2005; PAN; FREY, 2005).

No que se sabe sobre o espectro autista, existem alguns equívocos sobre a condição, não existe uma cura para o autismo, mas existe tratamento, cada pessoa é diferente e o autista não é diferente. A prática de uma atividade física pode colaborar muito com o autista, apresentando muitos benefícios para a sua vida em diversos aspectos. É visto que mais da metade de crianças com autismo apresentam sobrepeso, essa situação pode as colocar em risco com alguns problemas de saúde, incluindo doenças do coração, diabetes, problemas ósseos e articulares e até mesmo a depressão ou ansiedade (LANG *et al.*, 2010).

Os autistas podem se beneficiar das práticas esportivas e da atividade física nas dimensões do aprendizado sensório-motor, da comunicação e da socialização, além de serem fatores decisivos para o sucesso dos processos de aprendizagem dado a melhoria da motivação e da autoconfiança, além de melhorar a saúde pessoal e a interação com o outro (MASSION, 2006).

As atividades físicas ou modalidades esportivas devem considerar as limitações individuais de cada pessoa e o profissional deve estar atento buscando a melhor atividade, levando em consideração as especificidades da criança ou jovem autista, é visto que a Educação Especial, de acordo com a atual Política do MEC, deve assegurar o Atendimento Educacional Especializado (AEE), que é definido pelo Decreto Federal 7.611/11, no § 1º do Art. 2º, alíneas I e II como conjunto de atividades, recursos de acessibilidade e pedagógicos organizados institucional e continuamente, prestado das seguintes formas: I - complementar a formação dos alunos com deficiência, Transtornos Globais do Desenvolvimento, como apoio permanente e limitado, no tempo e na frequência dos estudantes às Salas de Recursos Multifuncionais, doravante denominadas pela sigla SRM; ou II - suplementar a formação de alunos com Altas Habilidades/ Superdotação (BRASIL, 2008).

Inúmeros benefícios são adquiridos com a prática de atividades física pelas

pessoas com autismo. Cada atividade abaixo citada tem melhorias em aspectos diferentes para o autista (LOURENÇO; VERAS; RIBEIRO, 2008):

1. Dança: que traz uma melhor coordenação neuromuscular;

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor, jeh.felicio@outlook.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor, marcoslima.sgs@gmail.com

2. Técnicas de Kata (técnicas de judô): reduzem significativamente as estereotípias;
3. Os exercícios de estabilização do “core”: que beneficiam cabeça e corpo, que é muito utilizado também pela fisioterapia, fortalecem a musculatura do pescoço, abdômen, pernas, olhos, auxiliando na falta de atenção e inteligência e melhorando de forma significativa o equilíbrio estático;
4. Os treinos de trampolins: trazem a estabilidade e força, coordenação, equilíbrio, velocidade e agilidade;
5. Os exercícios de baixa intensidade: traz a redução do cortisol, relaxamento e melhora o stress;
6. Exercícios aquáticos/natação: evidentes melhorias para habilidades de natação; reduz comportamento antissocial;
7. A corrida: melhor desempenho acadêmico; exercícios terapêuticos e atividades de lazer-diminui estresse, melhora produtividade, melhor interação social.

As atividades físicas e modalidades esportivas proporcionam oportunidades de aprendizagem para os indivíduos autistas, bem como prazer e autoestima, proporcionando a melhora da sua qualidade de vida. As modalidades e a prática de atividades, permitem o progresso do autista, corroborando assim com o seu desenvolvimento, tais como: melhora no rendimento físico, melhora no conhecimento das capacidades de seu corpo, na melhor representação do seu corpo na relação com o ambiente externo, na melhor comunicação e socialização com os companheiros de equipe e adversários através dos jogos coletivos (MASSION, 2006).

Os esportes coletivos também são excelentes para o desenvolvimento de crianças e jovens com TEA, o futebol foi mencionado por crianças autistas, com o objetivo no desenvolvimento das habilidades sociais dos autistas. A Educação Física tem favorecido para o desenvolvimento das crianças, de fato há muito que aprender, ainda é notável o despreparo de profissionais no atendimento a criança especial, mas o professor deve ser alguém que dívida suas experiências com os alunos, buscando atender o aluno, dentro dos seus anseios procurando trabalhar dentro da especificidade pessoal do aluno (SCHLIEMANN, 2013).

## CONCLUSÃO

Com a crescente aplicabilidade da Atividade Física no tratamento do Transtorno do Espectro Autista, faz-se necessário que se aumente a base teórica sobre o assunto, para que haja um maior amparo para sua utilização. O professor de Educação Física tem se tornado cada vez mais importante nesse tratamento, um indicativo disso é o crescente interesse na pesquisa dos potenciais benefícios da atividade física nas perturbações do espectro Autista que ocorreu nas últimas décadas.

## REFERÊNCIAS

BARANEK, G. T. **Efficacy of sensory and motor interventions for children with autism.** Journal of Autism and Developmental Disorders, 32 (5), 397-422. 2002.

BRASIL. Documento elaborado pelo Grupo de Trabalho nomeado pela Portaria n.555/2007, prorrogada pela Portaria n.948/2007, entregue ao Ministro da Educação em 07 jan. 2008.

BOSA, C.; CALLIAS, M. Autismo: breve revisão de diferentes abordagens. Psicol.

**Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 13, n. 1, p. 1 – 21, 2000.

DAOLIO, J. **Educação Física e conceito de cultura.** Campinas: Autores Associados, DAWSON, Geraldine e ROSANOFF, Michael. Sports, Exercise, and the Benefits of Physical Activity for Individuals with Autism. Autism Speaks, 2009.

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor, jeh.felicio@outlook.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor, marcoslima.sgs@gmail.com

KLIN A. Autismo e síndrome de Asperger: uma visão geral. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. Porto Alegre. 2006.

LANG, R., KOEGEL, L. K., ASHBAUGH, K., REGISTER, A., ENCE, W., & SMITH, W.

Physical exercise and individuals with autism spectrum disorders: A systematic review.

**Research in Autism Spectrum Disorders**, 4(4), p.565-576. 2010.

LEBOYER, Marion. **Autismo infantil: fatos e modelos**. Campinas: Papyrus, 2007.

LOURENÇO, R. A.; VERAS, R. P.; RIBEIRO, P. C. C. Confiabilidade teste-reteste do mini-exame do estado mental em uma população idosa assistida em uma unidade ambulatorial de saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 11, 7-16, 2008.

MASSION, J. Sport et autism. **Science & Sports**, v. 21, p. 243-248, 2006.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diário Oficial Da União. Portaria no 336/GM de 19 de fevereiro de 2002.

OZONOFF, S., YOUNG, G., GOLDRING, S., HESS, L., HERRERA, A., & STEELE, J.

Gross motor development, movement abnormalities and early identification of autism.

**Journal of autism and developmental disorders**, 38, 2008, p.644-656, 2008.

PAN, C.Y.; FREY, G.C. Identifying Physical Activity Determinants in Youth with Autistic Spectrum Disorders. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 2, p. 412-422, 2005.

SILVA, M, MULICK, J. A. **Diagnosticando o Transtorno Autista: Aspectos Fundamentais e Considerações Práticas**. Psicologia ciência e profissão. 2009.

SCHLIEMANN, André. Esporte e Autismo: Estratégias de ensino para inclusão esportiva de crianças com transtornos do espectro autista (TEA). Disponível em:

<file:///C:/Users/Thalita%20Karla/Desktop/ARTIGO%20SIMONE%20IESP/AndréLisandroSchliemann\_TCC.pdf> 2013.

WALTER, C.C.F. Os efeitos da adaptação do PECS associada ao Currículo funcional em pessoas com autismo infantil [dissertação]. São Carlos: Universidade Federal de São Carlos; 2000.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade Física, Educação Física, Transtorno do Espectro Autista

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor, jeh.felicio@outlook.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor, marcoslima.sgs@gmail.com