
Impactos da atividade física na qualidade de vida de crianças com Transtorno do Espectro Autista

Impacts of physical activity on the quality of life of children with Autistic Spectrum Disorder

Emanuelle Viana de Castro

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-7562-1512>

Centro Universitário Fametro, Brasil

E-mail: emanuelle.279@hotmail.com

Aderson de Oliveira Venâncio

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-7348-9096>

Centro Universitário Fametro, Brasil

E-mail: adersonvenanciogmail.com

Hethelen Awdry Alves Raposo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-3455-4968>

Centro Universitário Fametro, Brasil

E-mail: hethellenawddry@gmail.com

Kenny Evelyn do Carmo Montanha

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-6678-4647>

Centro Universitário Fametro, Brasil

E-mail: evelynmontanha7@gmail.com

Júlio César Pinto de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3622-1393>

Centro Universitário Fametro, Brasil

E-mail: julio.souza@fametro.edu.br

RESUMO

A prática regular de atividade física tem demonstrado resultados positivos em crianças autistas, trazendo uma série de benefícios para seu desenvolvimento e qualidade de vida. O objetivo da pesquisa foi apresentar os impactos da atividade física para a qualidade de vida de crianças com Transtorno do Espectro Autista frequentadoras de uma escola de Manaus. A pesquisa teve uma abordagem qualitativa, caráter descritivo e de campo, utilizando a entrevista como instrumento. A população foi composta por pais e professores de crianças autistas que frequentam a escola. Os dados obtidos foram analisados via análise temática pela modalidade de análise de conteúdo. Os resultados observados são a adaptação de instalações, materiais e atividades como fatores de facilitação da inserção das crianças autista na prática da atividade física, redução da agressividade, o aumento na interação social, o desenvolvimento da autonomia/independência, o estímulo na comunicação verbal, diminuição da hipersensibilidade auditiva e da hipersensibilidade ao toque.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Atividade física; Transtorno do Espectro Autista.

ABSTRACT

Regular physical activity has shown positive results in autistic children, bringing several benefits for their development and quality of life. The objective of this research was to present the impacts of physical activity on the quality of life of children with Autistic Spectrum Disorder attending a school in Manaus. The research had a qualitative approach, descriptive and field character, using the interview as an instrument. The population was composed of parents and teachers of autistic children who attend the school. The data obtained were analyzed via thematic analysis by the content analysis modality. The results observed are the inclusion as facilitating factors of the insertion of autistic children in the practice of physical activity, reduction of aggressiveness, increase in social interaction, development of autonomy/independence, stimulus in verbal communication, decrease in auditory hypersensitivity, and decrease in hypersensitivity to touch.

Keywords: Quality of Life; Physical Activity; Autistic Spectrum Disorder

INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno do neurodesenvolvimento que vem sendo diagnosticado com grande frequência nos últimos anos. A respeito do TEA, Hoffmam (2018, p. 576) comenta que “compromete os comportamentos de comunicação utilizados para estabelecer uma interação e as habilidades para desenvolver, manter e compreender os relacionamentos”. Ao se tratar do TEA deve-se compreender a complexidade presente tanto em aspectos gerais quanto nos específicos. De acordo com a Associação Americana de Psiquiatria (APA, 2014) o TEA possui especificadores de gravidade, podendo oscilar dentro dos níveis 1 a 3, sendo 1 um grau leve e 3 severo. No grau 1 o indivíduo com esse transtorno exige apoio, no nível 2 já se exige apoio substancial e no nível 3 esse apoio torna-se muito substancial, ou seja, indispensável.

Consequentemente, o TEA envolve diversos desafios, visto a existência de alterações comportamentais e emocionais que geram grande conflito com os familiares e pessoas com quem convivem. A existência de agressividade, pouca interação social, hipersensibilidade sensorial e limitação da sua autonomia são exemplos de alterações que geram conflitos. Desta forma, entende-se que crianças com TEA possuem variáveis que atingem tanto aspectos emocionais como comportamentais, sendo o controle dessas alterações cruciais para o bem-estar e qualidade de vida das crianças com TEA (HOFFMAM, 2018). Nesse contexto, foi buscado investigar os impactos da participação em atividades físicas no desenvolvimento e qualidade de vida de crianças com TEA. Uma das formas estudadas para a redução de tais comportamentos e equilíbrio emocional da criança é a prática da atividade física.

Dessa forma, algumas pesquisas vêm demonstrando que a atividade física proporciona variados benefícios à saúde física e mental do ser humano, estudos mostram também que, a prática de atividades esportivas contribui para a atenuação dos sintomas e sinais do TEA. Para Silva et al. (2018) a atividade física vem com a intenção de influenciar benéficamente a criança, suavizando os sintomas do transtorno. Em concordância com o autor, no entendimento de Pereira e Freitas (2021) as influências da atividade física em crianças com TEA apresentam-se de forma benéfica, auxiliando na diminuição de alguns sintomas, limitações presentes em cada criança, assim como na saúde e bem-estar, estimulando a independência desses indivíduos.

Além disso, a prática da atividade física nas escolas vem contribuindo na facilitação da inclusão social dessas crianças. A inclusão da atividade física em ambiente escolar acompanha o desenvolvimento do indivíduo desde a pré-escola até o ensino médio. Nota-se como excelente colaboradora na evolução dos fatores motores e emocionais da criança, apresentando contribuições na melhora do equilíbrio, da força, do controle de emoções, da organização, da noção espacial, da independência assim como diversos aspectos relacionados ao desenvolvimento das crianças (BERGER, 2018).

Partindo desse tema os pesquisadores nortearam sua investigação pelo estabelecimento de um objetivo geral, quer seja, apresentando os impactos da atividade física para a qualidade de vida de crianças com TEA frequentadoras de uma escola em Manaus. A motivação inicial foi compreender como a participação nessas atividades poderia contribuir para a redução da agressividade, aumento na interação social, desenvolvimento da autonomia/independência, estímulo na comunicação verbal e diminuição da hipersensibilidade auditiva, visando melhorar o bem-estar dessas crianças e promover sua inclusão na sociedade.

As informações obtidas através dessa pesquisa, trazem contribuições à sociedade acerca da importância de inserir essas crianças dentro de um ambiente em que haja a prática da atividade física, no que diz respeito a melhora da sua qualidade de vida e aos impactos que provem a sua saúde mental.

Essa pesquisa buscou trazer informações atualizadas sobre os benefícios da atividade física para crianças com TEA. Compreender como o impacto positivo dessas atividades na qualidade de vida dessas crianças pode subsidiar a elaboração de estratégias e intervenções mais eficazes, tanto no ambiente escolar como em outros contextos. Esse estudo busca contribuir para o campo da intervenção e cuidado de crianças com TEA,

fornecendo evidências sobre os benefícios da atividade física adaptada. Os resultados obtidos poderão ser utilizados por profissionais da saúde, educadores e familiares no planejamento de abordagens terapêuticas e educacionais que promovam o bem-estar e o desenvolvimento global dessas crianças. Além disso, a pesquisa pode destacar a importância de incluir atividades físicas adaptadas como parte integrante do currículo escolar e programas de intervenção para crianças com TEA.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Esta pesquisa possui uma abordagem qualitativa de cunho descritivo e de campo. Basicamente, a pesquisa é desenvolvida por meio da observação direta das atividades do grupo estudado e de entrevistas com informantes para captar suas explicações e interpretações do que ocorre no grupo (GIL, 2008). As pesquisas descritivas têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou, então, o estabelecimento de relações entre variáveis (GIL, 2008). De acordo com Minayo “O método qualitativo é adequado aos estudos [...] dos produtos das interpretações que os humanos fazem durante suas vidas, da forma como constroem seus artefatos materiais e a si mesmos, sentem e pensam” (MINAYO, 2014, p. 57).

Foi utilizado como instrumento de pesquisa a entrevista semiestruturada, observação sistemática e caderno de campo. Sendo o uso da entrevista semiestruturada elaborada a partir das necessidades de se entender a percepção dos pais e professores de educação física de alunos com TEA em relação ao impacto de atividades físicas na qualidade de vida dessas crianças, permitindo que o entrevistado expresse de uma maneira mais livre as questões abordadas (MINAYO, 2014). Para poder armazenar o conteúdo e detalhes da entrevista, foi utilizado a observação sistemática e caderno de campo, fazendo da observação sistemática de muita utilidade na situação da abordagem qualitativa, tornando de acordo com Gil (2008) “capaz de elaborar um plano de observação para orientar a coleta, análise e interpretação dos dados”. Assim, como o caderno de campo foi utilizado, para reter as respostas das entrevistas.

Para a análise dos dados obtidos foi utilizada a análise do conteúdo que, segundo Minayo (2014, p.303), “(...) diz respeito a técnicas de pesquisa que permite tornar replicáveis e válidas inferências sobre dados de um determinado contexto, por meio de procedimentos especializados e científicos.”

A população foi estabelecida em dois grupos, pais e professores. A amostragem da pesquisa foi por julgamento, obtendo-se uma amostra de 6 professores e 6 pais, perfazendo um total de 12 participantes.

Por se tratar de uma pesquisa com seres humanos foram seguidos todos os protocolos estabelecidos na resolução CNS 466/12. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A fim de manter a confidencialidade dos participantes, quando mencionados no trabalho, seus nomes foram substituídos por códigos alfanuméricos, iniciando com a letra “P” para professores e sequenciado por um número de 1 a 6, e havia sido estabelecido a letra “PA” para pais e sequenciado por um número de 1 a 6, entretanto, no decorrer da pesquisa verificamos que os seis pais que responderam à pesquisa eram somente mães, desta forma estabelecemos como letra “M” e sequenciado por um número de 1 a 6 para as mães.

Esta pesquisa foi submetida à apreciação do Comitê de ética em pesquisa, sendo autorizada a pesquisa de campo por meio do Parecer nº 6.112.904, de 12 de junho de 2023.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados acerca dos impactos da atividade física na qualidade de vida de crianças com TEA foram divididos em três etapas e subdivididas em temas. A primeira etapa abordou a inserção de crianças com TEA nas atividades físicas, com os temas: Adaptação de materiais e instalações; Adaptação das atividades e, Capacitação dos professores. A segunda etapa se propõe a mostrar a redução dos sintomas do TEA por meio da atividade física, com os temas: Diminuição da Hipersensibilidade Auditiva; Estímulo na Comunicação Verbal e, Interação Social. Por fim, a terceira etapa procura apontar os impactos da atividade física para a qualidade de vida das crianças com TEA, com os temas: Redução da agressividade; Hipersensibilidade ao toque e, Autonomia/Independência.

A INSERÇÃO DE CRIANÇAS COM TEA NAS ATIVIDADES FÍSICAS

Neste tópico tratar-se-á dos desafios da inserção das crianças por meio das atividades físicas e as práticas e materiais utilizados.

ADAPTAÇÕES REALIZADAS NA ESCOLA PARA INCLUSÃO DAS CRIANÇAS COM TEA NAS ATIVIDADES FÍSICAS

Para proporcionar a inserção das crianças foi identificado na pesquisa que a escola, por meio dos professores, busca meios diversos. Verificou-se que todos os professores concordam que não possuem maiores dificuldades em relação a materiais e instalações dentro da escola para realizar as atividades com crianças autistas, pois é utilizado de maneira adaptada quando necessário, os espaços e os materiais cedidos pela escola.

Essa afirmação pode ser constatada na fala do participante P4 ao comentar que *“não existe lugar, ou materiais que sejam específicos para isso, a gente adapta os que a escola já tem”*, da mesma maneira se percebe no comentário da participante P2 que disse *“eu uso a mesma coisa que uso para as outras crianças, para mim isso é incluir”*. Dias e Henrique (2018) falam que a adaptação pode ocorrer de diversos modos, incluindo o ambiente, os equipamentos, os materiais, a instrução, a tarefa e a regra, colocam a adaptação como o ato de ajustar a tarefa ao nível de desempenho da pessoa. De acordo com Bertoldi e Brzozowski (2020, p. 345) *“A inclusão de estudantes deficientes, que abrange indivíduos com TEA, prevê a escolarização de todos os alunos, adaptando ambiente e materiais para que eles possam acompanhar conteúdos, além de socializar com os pares”*.

A adaptação de instalações e materiais é de extrema importância ao trabalhar com crianças autistas, pois permite criar um ambiente inclusivo e promover o desenvolvimento das habilidades dessas crianças de forma adequada. Ainda sobre esse ponto, o participante P5 comenta *“mesmo não tendo uma quadra, quando tenho que trabalhar com turmas que tem crianças autistas, procuro usar o espaço aqui embaixo, pra eles não subirem essa escada que é enorme”*, isso se reafirma com a fala do participante P1 *“geralmente a gente combina entre os professores quem vai usar a quadra de cima, ou a quadra de baixo, para ajudar no desenvolvimento das atividades”*. Essa adaptação dos materiais pode envolver o uso de estratégias como rotinas visuais, organização de espaços e materiais, redução de estímulos sensoriais e o estabelecimento de atividades estruturadas. Ao adaptar os materiais, os educadores possibilitam que as crianças com TEA a se engajem nas atividades de forma mais efetiva (DIAS; HENRIQUE, 2018).

MEDIADORES

Um ponto interessante surge com a figura do mediador. De acordo com Vargas e Rodrigues (2018, p.01) “o mediador escolar acompanha o estudante durante seu dia letivo, buscando intervir, potencializando seu processo de aprendizagem, socialização e desenvolvimento”. A presença de mediadores na escola é relatada pelos professores como um suporte que agrega e facilita quando está presente na execução das atividades. Tal ferramenta facilitadora é abordada na fala do participante P3 quando comenta que *“alguns possuem mediadores, mas, mesmo os que não tem, ainda consigo encontrar uma forma de trabalhar com eles, mas existe os mediadores que ajudam nisso ai”*.

Da mesma forma, foi identificado na fala do participante P4 a questão da mediação ao dizer que *“[...] tem os mediadores, eles participam da aula com o professor principal, mas também auxiliam na educação física também”*. Segundo Bertoldi e Brzozowski (2020) existem algumas crianças portadoras de deficiência, onde se inclui o TEA, que possuem um nível de apoio moderado ou severo, podendo variar de simples adaptações ao auxílio de profissionais exclusivos. O nível de apoio da criança com autismo geralmente traz a necessidade de um suporte que vai além do professor principal. Os mediadores são aliados aos professores, podendo contribuir para que a criança tome mais iniciativa nas relações sociais, na flexibilização das atividades, assim como na intermediação das brincadeiras e atividades (BALBINO, 2021).

PLANEJAMENTO E EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES

Quando questionado sobre o planejamento e a execução das atividades, percebe-se que todos os professores relatam que as atividades são planejadas de acordo com a orientação prévia da Secretaria de Educação, embora sejam adaptadas de acordo com as especificidades encontradas em cada aluno. Essa afirmação pode ser evidenciada na fala do participante P1 ao dizer que *“já vem da secretaria o modelo, já vem o currículo, o que eles pedem que a gente sinalize quantos alunos são especiais e quais são os materiais adaptáveis pra esses alunos é isso que a gente tem que botar no planejamento”*. A fala do participante P3 complementa a ideia anterior quando afirma que *“vem um tema, por exemplo, e a gente vai explorar aquele tema da maneira como a gente quiser”*. O planejamento que proporciona a inclusão na educação física é fundamental para garantir igualdade e participação plena de todos os alunos (SCHLIEMANN ET AL, 2020). Gomes et al. (2021) expõe que, independentemente de suas habilidades ou características,

valorizando a diversidade, essa abordagem inclusiva busca oferecer respeito e igualdade de oportunidades a todos.

Percebe-se que não há dificuldades relatadas pelos professores de educação física no que se refere a execução das atividades, pois os mesmos focam em adaptar suas aulas para que todos sejam incluídos. Essa afirmativa pode ser verificada na fala da participante P2 que diz *“Na educação física por exemplo nas minhas aulas eu procuro trabalhar bastante o basquete [...] Que foi o que eu percebi que funcionou para uns, para outros o que funcionou foi o futebol, [...] isso é inclusão para mim”*. Reforçando a ideia, o participante P4 comenta que *“É o olho, né? A gente percebe que é melhor ou não, que vai funcionando, né?”*. De acordo com Oliveira (2022) as atividades propostas devem incluir fatores que promovam saúde e bem-estar geral. A introdução de uma criança autista em uma atividade física, seja individual ou em grupo, requer atenção especial por parte do professor.

Em vista disso, pode-se observar que, os professores de educação física partem da premissa que se deve pensar no contexto e na funcionalidade da atividade para o planejamento e a realização das atividades com os alunos, como se destaca na fala da participante P5 *“eu não penso na atividade que eu vou fazer, eu penso no que meu aluno está precisando ser trabalhado [...] dessa forma eu busco uma atividade que vai estimular, ou ajudar o meu aluno nesse ponto que eu identifiquei”*. Segundo Gomes *et al* (2021, p. 158) *“A inclusão é, então, o primeiro passo da rota de planejamento de uma aula, independente da área de gestão em que o professor atua [...] é seu propósito criar atividades físicas voltadas às descobertas das aptidões dos alunos, habilidades e agilidades”*.

CAPACITAÇÃO DOS PROFESSORES

Quanto à capacitação dos profissionais de Educação Física, verifica-se que, por mais que não haja cursos ou treinamentos específicos para trabalhar com crianças autistas, os professores relatam que há apoio da escola, principalmente por meio de uma equipe especializada em inclusão social denominada pelos professores *“sala de recursos”*. Pode-se observar na fala do participante P4 esse auxílio quando diz *“pode falar com eles aqui[...]sempre tem naquela sala de recurso”* ou ainda na fala da participante P2 *“o que nós temos de apoio é da sala de recursos”*, tem-se ainda o relato do participante P3 que afirma *“Falta de informação, não tem. A escola não peca. O professor não inclui se ele*

não quiser, porque a informação tem”. Dito isto, a posição do profissional de educação física frente aos desafios enfrentados é de extrema importância, principalmente no que se fala ao adaptar-se a sua realidade e se utilizar dos meios que lhe são proporcionados para trabalhar, isso inclui a falta de capacitação adequada, pois sua atuação pode ser construtiva ou destrutiva (OLIVEIRA, 2022).

Além da sala de recursos, os professores expõem que as atividades físicas e práticas esportivas extraclasse proporcionadas pela escola servem como orientação e incentivo a inclusão, tanto para as atividades escolares, como para prática de atividades físicas. Um bom exemplo são os Jogos Adaptados André Vidal de Araújo (Jaavas) conduzidos pela GEE (Gerência de Educação Especial). Observa-se a participação nesses jogos na fala da participante P3 ao dizer que *“também tem o Jaavas, acho que é jogos adaptados que é justamente pra essas crianças, incluir elas, as vezes tem essa preparação”* e na fala da participante P2 quando diz que *“ano passado eu pude participar dos jogos como professora de educação física, levando-os, orientando, é algo que tem em relação a esse público”*. Conforme Gomes et al. (2021) a inclusão no ensino regular estimula vários benefícios em relação ao comportamento da criança autista. Os principais progressos percebidos foram no relacionamento com os colegas, no atendimento às ordens, e no interesse por brincadeiras.

REDUÇÃO DOS SINTOMAS DO TEA POR MEIO DA ATIVIDADE FÍSICA

Neste tópico será abordado sobre a redução dos sintomas ocasionados pela prática da atividade física.

DIMINUIÇÃO DA HIPERSENSIBILIDADE AUDITIVA

Algumas mães entrevistadas expuseram que seus filhos apresentam hipersensibilidade auditiva, e uma das consequências desse fator é a apresentação de irritabilidade, incômodo e/ou nervosismo quando inseridos em locais com sons muito altos, e por vezes são desencadeadas crises decorrentes da hipersensibilidade. Muitas pessoas com Transtorno do Espectro Autista experimentam uma percepção intensificada dos sons, o que pode causar desconforto, ansiedade e até mesmo dor. Podemos observar tal questão na fala da participante M1 ao comentar que *“agora ele fica mais calmo, antes se incomodava muito com o barulho e agora acostumou”*, assim como no relato da participante M3 ao dizer que *“meu filho melhorou bastante[...] já consegue ficar um*

tempo sem usar protetor auricular dentro da escola”. Durante a entrevista a Participante M3 comenta que vê como motivo dessa redução da hipersensibilidade a interação com outras crianças na escola, porém depois afirma que a melhora é pouca fora da escola. A hipersensibilidade auditiva varia de pessoa para pessoa, algumas podem ser mais afetadas do que outras (COSTA ET AL, 2022). O estímulo sensorial proporcionado pela atividade física auxilia as crianças a se acostumarem gradualmente a diferentes estímulos sonoros, reduzindo a hipersensibilidade e aumentando a tolerância a sons do ambiente (HOFFMAM, 2018).

Essa afirmativa é verificada ainda no comentário da participante M5 *“meu filho usa abafadores de som [...] com o tempo dentro da escola ele começou a conseguir ficar sem ele por um tempo, curto até, é uma evolução pequena, mas é uma evolução”*. A hipersensibilidade auditiva é uma experiência anormal em relação ao som, que pode ter impacto em várias situações do dia a dia, incluindo atividades sociais e de lazer (COSTA et al, 2022).

ESTÍMULO NA COMUNICAÇÃO VERBAL

Outro ponto evidenciado nas falas das mães entrevistadas foi o estímulo na comunicação verbal das crianças, entre elas e com a família. Isso é observado na fala da participante M4 que comenta *“ele começou a se soltar mais, a dialogar mais, que ele era muito na dele, se fechava pro mundinho dele e ele tá mais aberto agora”*, assim como no comentário da participante M1 *“essas atividades ajudou a mediar, se comunica mais”* e no comentário da participante M5 *“agora ele já conversa, ele se solta”*. Essa estimulação na comunicação verbal para as mães é considerada uma conquista, pois haja vista que, muitas crianças autistas apresentam um atraso significativo no desenvolvimento da linguagem verbal, o que pode dificultar a comunicação e a interação social (NEY; HUBNER, 2022).

Um dos desafios enfrentados pelo professor que possui estudantes com Transtorno do Espectro Autista em sala é a questão da comunicação, pois essas crianças e adolescentes geralmente apresentam dificuldades ou atrasos na fala, que podem variar em intensidade de acordo com o grau de severidade do transtorno (HOFFMAM, 2018). Também houve relatos dos professores em relação a interação verbal de crianças com TEA após iniciarem a prática esportiva. Esses alunos não falavam com frequência ou eram totalmente fechados, mas no decorrer dos meses começaram a se expressar por meio

da fala, como relatado pelo participante P1 “[fulano], por exemplo, ficava na dele, não falava com ninguém [...] hoje eu vejo que ele interage, fala com os coleguinhas, fala comigo também”.

Outros professores ainda relataram que alguns que tinham muita dificuldade na verbalização com o passar dos meses e anos começaram a apresentar melhoras. Isso é relatado por eles como resultado do desempenho de toda escola, e conseqüentemente também, da educação física, como podemos observar na fala do participante P4, ele relata uma mudança de uma aluna que ele acompanhou no 1º e 2º ano do ensino infantil ao dizer que:

“existe todo um envolvimento da escola nessas atividades [...] eu tenho uma aluna que depois de um tempo participando, antes ela estava no 1º, agora ela está no 2º, começou a participar mais, agora eu a vejo falando com os coleguinhas, claro, não é tipo “nossa ela está falando muito bem”, mas todo avanço é bom”.

A linguagem é essencial para que crianças autistas possam escolher comportamentos adequados, se comunicar efetivamente, expressar sentimentos e desejos, e buscar soluções alternativas durante negociações e interações sociais (SOUZA; SOUZA, 2021). A escola e a prática de atividade física desempenham um papel crucial no estímulo da comunicação verbal de crianças autistas. Na escola, os professores podem utilizar estratégias educacionais específicas, como sistemas de comunicação alternativa, para incentivar a comunicação. A interação com colegas também oferece oportunidades de praticar habilidades verbais. Já a atividade física regular melhora a atenção e a concentração, facilitando a participação em atividades de aprendizado. Além disso, esportes e atividades em grupo promovem interações sociais, permitindo o desenvolvimento da comunicação verbal (NEY; HUBNER, 2022).

INTERAÇÃO SOCIAL

Ao questionar sobre a participação e a interação das crianças com autismo na aula de educação física aos professores, o participante P1 comentou que “nas minhas aulas elas fazem, participam e fazem melhor do que as crianças normais, e elas adoram a disciplina”, em concordância o participante P3 relatou “Vou te falar que eles são excelentes na minha aula, claro que tem limitações, claro que tem um outro modo que eles entendem [...] mas eles participam, e interagem do modo deles”. Percebe-se que há um envolvimento satisfatório das crianças com Transtorno do Espectro Autista nas

atividades de educação física. Jogos em equipe e atividades recreativas em grupo auxiliam na prática de habilidades sociais, como compartilhar, cooperar, seguir regras e se comunicar, promovendo interação social e desenvolvimento de habilidades de comunicação (JESUS; AGGIO, 2022).

Crianças com Transtorno do Espectro Autista podem ter dificuldades em estabelecer e manter relacionamentos sociais. Elas podem ter dificuldade em entender e responder às emoções e aos comportamentos dos outros. As habilidades sociais, como iniciar ou participar de uma conversa, compartilhar interesses ou brincar de forma interativa, podem ser limitadas (OLIVEIRA, 2022).

Em concordância com os professores, as mães também comentaram que as crianças demonstram gostar de participar das atividades da aula de educação física e relatam que houve um aumento da interação dentro e fora da escola. A participante M2 comentou “*o professor falou que ela se interage, né? Na aula, ela gosta, no começo era mais difícil, agora ela tem amiguinhos*”, a participante M1 contribuiu com o seu comentário “*ele está mais sociável, antes se vinha alguém perto, ele fugia*”, como também a participante M6 “*em casa eu percebo mudanças [...] ele já tem mais essa interação com os familiares*”. Os resultados indicam que a participação em atividades físicas proporciona um ambiente propício para a interação e o engajamento social entre as crianças autistas e outras crianças. A atividade física proporciona uma atmosfera lúdica e descontraída, reduzindo barreiras sociais e promovendo a comunicação e o envolvimento entre as crianças (HOFFMAM, 2018). A prática da atividade física, principalmente aquelas que lidam com a cooperação e coletividade, auxilia na melhora das suas habilidades físicas e sociais (OLIVEIRA, 2022).

OS IMPACTOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A QUALIDADE DE VIDA DAS CRIANÇAS COM TEA

Neste tópico tratar-se-á dos impactos da atividade física relacionado à qualidade de vida dessas crianças com Transtorno do Espectro Autista.

REDUÇÃO DA AGRESSIVIDADE

Quando perguntado às mães entrevistadas sobre os efeitos da atividade física na qualidade de vida dos seus filhos, várias relataram uma redução nos comportamentos agressivos e das crises que, muitas vezes, traziam traços agressivos. A participante M3

relatou que a inserção do filho em atividades fora da escola o ajudou a deslocar sua agressividade. Observa-se também na fala da participante M1 quando diz *“quando meu filho começou a natação, ele pode extravasar lá, né? [...] essa atividade ajudou na agressividade também”*. A agressividade pode ser observada em algumas crianças autistas, mas não é intrínseca ao autismo, podendo se manifestar de maneiras variadas, como mordidas, chutes, socos, arremessos de objetos, entre outros comportamentos (SILVAA, 2019). A prática de atividade física permite que as crianças autistas liberem energia acumulada, reduzindo a tensão e o estresse que podem contribuir para comportamentos agressivos. O exercício físico ajuda a canalizar a energia de forma produtiva e saudável (GONÇALVES, 2019).

Outro ponto mencionado pelas mães direcionado a esse tópico, foram as estratégias adotadas por elas quando havia a inviabilidade de levá-lo a algum lugar que houvesse essa inserção da prática da atividade física para a redução da ansiedade e consequentemente da agressividade, a participante M4 relata *“Tanto que um tempo que eu mesmo, pegava ele e aí bora caminhar com ele, e ele gosta [...] isso também mudou mais depois que ele começou a ter aula de educação física”*. Ao ensinar habilidades que facilitem a regulação emocional, incentivando a prática das atividades físicas, é possível auxiliar as crianças autistas a lidarem com emoções negativas, reduzindo comportamentos agressivos e promovendo bem-estar emocional (GONÇALVES, 2019). De acordo com Silva (2021, p. 155) *“A atividade física para indivíduos autistas é ainda mais benéfica, pois é capaz de diminuir o comportamento agressivo, aprimorar a aptidão física, o desenvolvimento social, físico e motor e melhorar a qualidade de sono, além de reduzir a ansiedade e depressão”*.

HIPERSENSIBILIDADE AO TOQUE

Foi identificadas contribuições da atividade física acerca da afetividade na fala da participante M2 quando ela relata que, *“essa parte do toque, não é todo mundo que pode tocar. Tem que permitir. Certo. Hoje em dia se você pede um abraço, tem vezes que ele já concorda, é difícil, mas antes nem isso”*. Desde os primeiros anos de vida, as crianças autistas manifestam traços de isolamento, o que se torna evidente em sua dificuldade em estabelecer e desenvolver relações pessoais. Essa dificuldade de interação social é observada precocemente, pois a criança autista enfrenta desafios para se conectar emocionalmente com os outros (SOUZA; SOUZA, 2021). De acordo com Oliveira

(2022) a atividade física oferece uma via para expressar emoções, melhorar o humor, estabelecer vínculos sociais e promover o desenvolvimento emocional e afetivo de forma geral.

É apresentado também na fala da participante M4 resultados no que tange à afetividade do filho, ela relata o seguinte, *“ele já toca na mão da pessoa assim, não é aquela coisa de dar abraço, mas tipo assim, já é uma comunicação assim que avançou mais”*, assim como, na fala da participante M5 *“pelo menos com a avó e com a gente de casa ele deixa pegar na mão, é raro, mas deixa abraçar às vezes”*. De acordo com Sousa e Souza (2021) *“Conviver com outros indivíduos é complicado e até mesmo com a família, visto que acabam não deixando que as pessoas entrem no mundo dele, pois a percepção dele é diferente”*. No entanto, pode-se observar que, através da prática regular de atividades físicas, as crianças com TEA podem experimentar uma melhora no seu bem-estar emocional, expressão afetiva e interação social (OLIVEIRA, 2022).

AUTONOMIA/INDEPENDÊNCIA

Verificou-se que houve relatos das mães em relação a maior autonomia dos seus filhos dentro de casa, a participante M1 comentou que o seu filho hoje consegue pegar as coisas de dentro da geladeira, enquanto a participante M2 relata que seu filho aos poucos consegue se lavar sem a ajuda de outra pessoa, são resultados satisfatórios para as mães pois, autonomia em pessoas autistas pode variar de acordo com o indivíduo e seu perfil. Foi identificado esse tópico também na fala da participante M4 onde percebeu que seu filho demonstra mais segurança para falar o que deseja e expressar suas vontades, isso fica evidente quando ela relata *“eu vi que ele começou a se soltar mais, a se expressar mais, a fazer pequenas coisas ele mesmo [...] tipo arrumar suas coisas”*.

Alguns enfrentam desafios na comunicação, habilidades sociais, flexibilidade cognitiva e adaptação a mudanças, o que pode afetar sua capacidade de realizar tarefas diárias de forma independente e tomar decisões por conta própria (BORBA, 2020). A autonomia é essencial para melhorar a qualidade de vida de crianças autistas. Ao desenvolverem habilidades que promovem a independência, elas desfrutam de benefícios como autoconfiança, autoestima, participação ativa em atividades diárias, escolares e sociais, e capacidade de expressar preferências, desejos e necessidades, reduzindo sua dependência (ALVEZ; GAMBARO, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da pesquisa foi possível perceber a importância em como os professores adaptam às atividades de acordo com as necessidades específicas dos alunos, visando incluir todas as crianças da turma, se mostrando fundamental destacar o papel essencial da inclusão na educação física para promover igualdade de oportunidades e plena participação de todos os alunos, independentemente de suas habilidades e características individuais. Além disso, a participação em atividades físicas se mostrou benéfica na redução da agressividade em crianças com TEA.

Sendo importante ressaltar, que por observação feita no período que os pesquisadores estavam em campo, foi percebido que crianças com TEA que estão a menos tempo tendo interações sociais, como por exemplo, atividade física, demonstraram menor disposição e diferenças notórias de comportamento em comparação a crianças que estão a um maior tempo, sendo que essas crianças que estão a maior tempo expostas a essa ambiente escolar que busca a inclusão, demonstram uma maior interação em atividades físicas, além também de em atividades sociais, como interação interpessoal e uma melhor comunicação verbal. Sendo válido pesquisas mais aprofundadas sobre o tema, para que um conhecimento mais amplo seja estabelecido sobre algo que influencia diretamente crianças que já sofrem com as consequências da falta de conhecimento em relação ao TEA.

Assim, a pesquisa apontou que a inclusão na educação física pode desempenhar papel importante na promoção da inclusão, redução da agressividade, aumento da interação social, desenvolvimento da autonomia e estímulo na comunicação verbal das crianças com TEA. A participação nessas atividades pode contribuir para o bem-estar emocional, social e físico dessas crianças, proporcionando benefícios significativos em seu desenvolvimento.

É de suma importância disseminar pesquisas como essa, especialmente em ambientes educacionais, nos quais a inclusão se tornou obrigatória, abrangendo não apenas pessoas com deficiência, mas também pessoas com transtorno do espectro autista, conforme estabelecido pela Lei Federal nº 12.764. De acordo com essa lei, indivíduos com transtorno do espectro autista são reconhecidos de iguais a pessoas com deficiência, tendo os mesmos direitos legais.

REFERÊNCIAS

ALVES, A.R, GAMBARO, D. A jornada pela identidade e autonomia em atypical e as representações do transtorno do espectro autista. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, v.17, n.1, p.44-61, 2023. Disponível em: <https://portaldeperiodicos.animaeducacao.com.br/index.php/rica/article/view/18140>. Acesso em: 25 jun. 2023.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-V**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BALBINO, E.M.S., et al. O aluno com Transtorno do Espectro Autista e o mediador escolar: um olhar inclusivo. **Diversitas Journal**, v.6, n.1, p.1593-1605, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.17648/diversitas-journal-v6i1-1663>. Acesso em: 03 jul. 2023

BERGER, S.B. Atividade Física adaptada para Autistas. In: KRUG, S.B.F et al. **Rede de cuidados à pessoa com deficiência: Vivências, inovações e educação em saúde na 28ª Região de saúde do Rio Grande do Sul**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2018, p.129-141.

BERTOLDI, F.S.; BRZOZOWSKI, F.S.. O papel da Psicopedagogia na inclusão e na aprendizagem da pessoa autista. **Rev. Psicopedagogia**, Curitiba, v.37, n.144, p.341-352, 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v37n114/07.pdf>. Acesso em: 28 jun 2023.

BORBA, B.B. Os processos de aprendizagem e o Transtorno do Espectro do Autismo (TEA): do segundo ao terceiro ano do ensino fundamental. **Cadernos do Aplicação**, Porto Alegre, v.33, n.2, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/2595-4377.98853>. Acesso em: 25 jun. 2023.

COSTA, K.T.L., et al. Percepção dos pais sobre hipersensibilidade auditiva de crianças com sinais clínicos de risco para o Transtorno do Espectro do Autismo. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, Natal, v.30, p.e3038, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO23033038>. Acesso em: 25 jun 2023.

DIAS, S.A., HENRIQUE, K.E.N. Adaptação de materiais e atividades para uma criança com transtorno do espectro do autismo: o trabalho colaborativo no processo educacional. **Rev. Assoc. Bras. Ativ. Mot. Adapt.**, Marília, v.19, n.1, p.27-38, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/2674-8681.2018.v19n1.03.p27>. Acesso em: 28 jun 2023.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, A.C., et al. A educação física e crianças com transtorno do espectro autista: um cenário. **Caderno Intersaberes**, Curitiba, v.10, n.24, p.152-164, 2021. Disponível em: <https://www.cadernosuninter.com/index.php/intersaberes/article/view/1730/1408>. Acesso em: 25 jun 2023.

GONÇALVES, W.R.D., et al. Barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista de Uruguaiana - RS. **Rev. Assoc. Bras. Ativ. Mot. Adapt.**, Marília, v.20, n.1, p.17-28, 2019. Disponível em:

<https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/sobama/article/view/9074/5819>. Acesso em: 25 jun. 2023.

HOFFMAM, D. C. L. Psicologia, esporte e inclusão: considerações sobre o transtorno do espectro autista e a inclusão social por meio de atividades esportivas. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, Minas,v.3, n.6, p.574-586, 2018. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/15971>. Acesso em: 25 jun. 2023.

JESUS, L.B; AGGIO, M.T. Benefícios da atividade física para crianças com TEA - Transtorno do Espectro Autista. **Caderno Intersaberes**, Curitiba, v.11, n.31, p.177-188, 2022. Disponível em: <https://cadernosuninter.com/index.php/intersaberes/article/view/2133>. Acesso em: 25 jun. 2023.

MINAYO, M.C.S. **O Desafio do Conhecimento: Pesquisa Qualitativa em Saúde**. 14. ed. São Paulo: HUCITEC, 2014.

NEY, T., HÜBNER, L. Linguagem oral e escrita no Transtorno do Espectro do Autismo - TEA: perspectivas teóricas e pedagógicas. **The ESpecialist**, v.43, n.2, p.18–35, 2022. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/esp/article/view/53042>. Acesso em: 25 jun. 2023.

OLIVEIRA, R.C. Benefícios do esporte para inclusão de crianças autistas. **Revista Faipe**, v.12, n.1, p.43-53, 2022. Disponível em: <http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/33/30>. Acesso em: 25 jun. 2023.

PEREIRA, F.P; FREITAS, J.F.F. Atividade física e transtorno do espectro autista: uma revisão de periódicos brasileiros. **Cenas Educacionais**, Bahia, v. 4, n.11933, p. 1-14, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.uneb.br/index.php/cenaseducacionais/article/view/11933>. Acesso em: 13 jun. 2023.

SCHLIEMANN, A., et al. Educação Física Inclusiva e Autismo: perspectivas de pais, alunos, professores e seus desafios. **Rev Bras Educ Fís Esporte**, São Paulo, v.3, n. Esp., p.77-86, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.11606/1807-5509202000034nesp077>. Acesso em: 25 jun. 2023.

SILVAA, S.A, et al. Conhecimento da equipe interprofissional acerca do autismo infantil. **Research, Society and Development**, v.8, n.9, p.e07891250, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v8i9.1250>. Acesso em: 25 jun. 2023.

SILVA, S. G. Os benefícios da atividade física para pessoas com autismo. **Revista Diálogos em Saúde**. Cabedelo v. 1, n. 1, p. jan/jun. 2018. Disponível em: https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogose_msaude/article/viewFile/204/181. Acessado em: 15 ju. 2023.

SOUZA, R.F.A., SOUZA, J.C.P. Os desafios vivenciados por famílias de crianças diagnosticadas com transtorno de espectro autista. **Perspectivas em Diálogo**, Naviraí, v.8, n.16, p.164-182, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/persdia/article/view/10668/8778>. Acesso em: 25 jun. 2023.

VARGAS, T. T., RODRIGUES, M. G. A. Mediação escolar: sobre habitar o entre. Revista brasileira de educação, v. 23, n. 0 p. 1-26, 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/s8SxgsjHKgdg7bRPn_m6chTr/. Acesso em: 11 jun. 2021.