

**FACULDADE DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANÇA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

MATHEUS DANTAS DE OLIVEIRA

**INCLUSÃO DE PESSOAS AUTISTAS ATRAVÉS DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS E
CORPORAIS**

JOÃO PESSOA

2024

MATHEUS DANTAS DE OLIVEIRA

**INCLUSÃO DE PESSOAS AUTISTAS ATRAVÉS DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS E
CORPORAIS**

Artigo apresentado ao curso de Bacharelado em
Educação Física como requisito para a obtenção
do grau de Bacharel em Educação Física.

Orientador(a): Prof. Me. Jean Paulo Guedes Dantas

JOÃO PESSOA

2024

O48i

Oliveira, Matheus Dantas de

Inclusão de pessoas autistas através das práticas esportivas e corporais / Matheus Dantas de Oliveira. – João Pessoa, 2024.

20 f.; il.

Orientador: Prof. Me. Jean Paulo Guedes Dantas.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Faculdade Nova Esperança – FACENE.

MATHEUS DANTAS DE OLIVEIRA

**INCLUSÃO DE PESSOAS AUTISTAS ATRAVÉS DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS E
CORPORAIS**

João Pessoa, 2024

Artigo apresentado pelo aluno **MATHEUS DANTAS DE OLIVEIRA**, do Curso de Bacharelado em Educação Física, tendo obtido o conceito de _____ conforme apreciação da Banca Examinadora composta pelos seguintes professores:

Prof. Me. Jean Paulo Guedes Dantas
Faculdades Nova Esperança

Prof. Esp. Silvio de Azevedo Lago
Faculdades Nova Esperança

Prof. Me. Darcilio Dantas Dias Novo Junior
Faculdades Nova Esperança

RESUMO

A inclusão de pessoas autistas em práticas esportivas e corporais tem demonstrado resultados positivos em diversas áreas de desenvolvimento. Estudos mostram que atividades físicas adaptadas promovem melhorias na coordenação motora, aumento da socialização, regulação emocional e autoconfiança. Além disso, a participação em esportes facilita a inclusão social, proporcionando um ambiente estruturado e desafiador que auxilia na interação com pares e instrutores. Como objetivo este trabalho busca descrever os benefícios que evidenciam o papel do esporte como uma ferramenta eficaz para a inclusão e o bem-estar de pessoas com autismo, contribuindo para o desenvolvimento integral e a qualidade de vida desses indivíduos. Trata-se de um estudo com abordagem bibliográfica e descritiva, sendo utilizados como bases de dados o Google Acadêmico e Scielo, encontrando 25 artigos e com os critérios de inclusão e exclusão, tivemos 11 artigos que se enquadraram para a elaboração do estudo e que fossem publicadas no período de 2014 a 2022. Estes estudos indicam que atividades esportivas adaptadas melhoram significativamente a coordenação motora e facilitam a socialização e ajudam na regulação emocional. O ambiente estruturado dos esportes permite que pessoas autistas interajam com mais confiança, promovendo uma maior participação em atividades comunitárias. Além disso, a prática regular de esportes contribui para o aumento da autoconfiança e da autoestima, à medida que os participantes superam desafios e se sentem mais integrados. Dessa forma, o esporte surge como uma ferramenta importante para a inclusão social e o bem-estar de pessoas com autismo, destacando a necessidade de ampliar o acesso a essas práticas adaptadas.

Palavras-chave: Autismo. Práticas Esportivas. Inclusão. Atividade Física.

ABSTRACT

The inclusion of autistic individuals in sports and physical activities has shown positive results in many areas of development. Studies show that adapted physical activities promote improvements in motor coordination, increased socialization, emotional regulation, and self-confidence. In addition, participation in sports facilitates social inclusion, providing a structured and challenging environment that helps in interaction with peers and instructors. The objective of this work seeks to describe the benefits that highlight the role of sports as an effective tool for the inclusion and well-being of people with autism, contributing to the integral development and quality of life of these individuals. This is a study with a bibliographic and descriptive approach, using Google Scholar and Scielo as databases, finding 25 articles and with the inclusion and exclusion criteria, we had 11 articles that fit the study and that were published between 2014 and 2022. These studies indicate that adapted sports activities significantly improve motor coordination and facilitate socialization and help in emotional regulation. The structured environment of sports allows autistic people to interact with greater confidence, promoting greater participation in community activities. Furthermore, regular sports practice contributes to increased self-confidence and self-esteem, as participants overcome challenges and feel more integrated. Thus, sports emerge as an important tool for the social inclusion and well-being of people with autism, highlighting the need to expand access to these adapted practices.

Keywords: Autism. Sports Practices. Inclusion. Physical Activity.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	7
REFERENCIAL TEÓRICO.....	8
PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	10
QUESTÃO-PROBLEMA	11
RESULTADOS E DISCUSSÕES	12
CONCLUSÃO.....	15
REFERÊNCIAS.....	15

INCLUSÃO DE PESSOAS AUTISTAS ATRAVÉS DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS E CORPORAIS

INCLUSION OF AUTISTIC PEOPLE THROUGH SPORTS AND BODY PRACTICES

RESUMO

A inclusão de pessoas autistas em práticas esportivas e corporais tem demonstrado resultados positivos em diversas áreas de desenvolvimento. Estudos mostram que atividades físicas adaptadas promovem melhorias na coordenação motora, aumento da socialização, regulação emocional e autoconfiança. Além disso, a participação em esportes facilita a inclusão social, proporcionando um ambiente estruturado e desafiador que auxilia na interação com pares e instrutores. Como objetivo este trabalho busca descrever os benefícios que evidenciam o papel do esporte como uma ferramenta eficaz para a inclusão e o bem-estar de pessoas com autismo, contribuindo para o desenvolvimento integral e a qualidade de vida desses indivíduos. Trata-se de um estudo com abordagem bibliográfica e descritiva, sendo utilizados como bases de dados o Google Acadêmico e Scielo, encontrando 25 artigos e com os critérios de inclusão e exclusão, tivemos 11 artigos que se enquadraram para a elaboração do estudo e que fossem publicadas no período de 2014 a 2022. Estes estudos indicam que atividades esportivas adaptadas melhoram significativamente a coordenação motora e facilitam a socialização e ajudam na regulação emocional. O ambiente estruturado dos esportes permite que pessoas autistas interajam com mais confiança, promovendo uma maior participação em atividades comunitárias. Além disso, a prática regular de esportes contribui para o aumento da autoconfiança e da autoestima, à medida que os participantes superam desafios e se sentem mais integrados. Dessa forma, o esporte surge como uma ferramenta importante para a inclusão social e o bem-estar de pessoas com autismo, destacando a necessidade de ampliar o acesso a essas práticas adaptadas.

Palavras-chave: Autismo. Práticas Esportivas. Inclusão. Atividade Física.

ABSTRACT

The inclusion of autistic individuals in sports and physical activities has shown positive results in many areas of development. Studies show that adapted physical activities promote improvements in motor coordination, increased socialization, emotional regulation, and self-confidence. In addition, participation in sports facilitates social inclusion, providing a structured and challenging environment that helps in interaction with peers and instructors. The objective of this work seeks to describe the benefits that highlight the role of sports as an effective tool for the inclusion and well-being of people with autism, contributing to the integral development and quality of life of these individuals. This is a study with a bibliographic and descriptive approach, using Google Scholar and Scielo as databases, finding 25 articles and with the inclusion and exclusion criteria, we had 11 articles that fit the study and that were published between 2014 and 2022. These studies indicate that adapted sports activities significantly improve motor coordination and facilitate socialization and help in emotional regulation. The

structured environment of sports allows autistic people to interact with greater confidence, promoting greater participation in community activities. Furthermore, regular sports practice contributes to increased self-confidence and self-esteem, as participants overcome challenges and feel more integrated. Thus, sports emerge as an important tool for the social inclusion and well-being of people with autism, highlighting the need to expand access to these adapted practices.

Keywords: Autism. Sports Practices. Inclusion. Physical Activity.

INTRODUÇÃO

A inclusão de pessoas autistas na sociedade é um tema relevante e desafiador que tem sido objeto de estudo e reflexão por diversos pesquisadores, a exemplo de Brown, Whaley e Fisher (2018), que realizaram um estudo que investigou os benefícios das atividades esportivas e corporais na inclusão de crianças autistas. Eles examinaram os efeitos dessas práticas no desenvolvimento motor, nas habilidades sociais e na qualidade de vida das crianças autistas.

O estudo forneceu *insights* sobre os benefícios potenciais das práticas esportivas e corporais para a inclusão social de pessoas autistas. A partir de uma perspectiva de valorização da diversidade e respeito aos direitos de todos os indivíduos, busca-se promover condições que permitam a participação plena e igualitária das pessoas autistas em diferentes esferas da vida social. Nesse contexto, as práticas esportivas e corporais têm despertado interesse como uma possível estratégia para a inclusão das pessoas autistas. Jones *et al.* (2019) abordaram a importância das práticas esportivas e corporais como uma forma de inclusão de pessoas autistas em um contexto escolar. Tal estudo discute estratégias e adaptações necessárias para promover a participação ativa e bem-sucedida de alunos autistas em atividades esportivas, ressaltando a importância de um ambiente inclusivo e de apoio. Sugere-se que a participação em atividades físicas e esportivas pode trazer benefícios significativos para o desenvolvimento físico, cognitivo, social e emocional desse público.

Tanto a pesquisa de Brown, Whaley e Fisher (2018) quanto o estudo de Jones *et al.* (2019) evidenciam que a participação em atividades esportivas e corporais pode contribuir para a redução do estigma e para a construção de relações inclusivas entre pessoas autistas e seus pares. No entanto, apesar desses avanços, ainda há lacunas no conhecimento sobre como as práticas esportivas e corporais podem ser efetivamente utilizadas para promover a inclusão de pessoas autistas.

É nesse contexto que se insere o presente estudo, que busca investigar e analisar de forma aprofundada o impacto dessas práticas na inclusão social das pessoas autistas, bem como compreender os mecanismos e os fatores que influenciam essa relação. Para isso, foram consultados autores renomados na área, como Garcia, Ibanez e Lobato (2022), cujas pesquisas abordam o tema da inclusão de pessoas autistas por meio das práticas esportivas e corporais.

REFERENCIAL TEÓRICO

O movimento é um dos fatores primordiais na construção da autonomia e da identidade da criança, assim ele possibilita que as crianças interajam com o meio que se relacionam, podendo conhecer seus limites, suas possibilidades e com isso ampliar seu repertório motor, além de estar contribuindo para o seu desenvolvimento das habilidades cognitivas e adaptações sociais. Tratando-se de crianças e adolescentes com deficiência, nesse sentido, as práticas corporais e esportivas têm uma contribuição para o seu desenvolvimento global, o que reforça a necessidade desse público ter acesso a escolas e as aulas de educação física que promovam ações pedagógicas e sociais que realmente sejam inclusivas e não comprometam o seu processo de desenvolvimento e aprendizagem.

O espectro do autismo está relacionado a um distúrbio neurológico das crianças com níveis de gravidade distintos, caracterizando assim por limitações em suas interações sociais e deficiência na comunicação, bem como manifestações de padrões repetitivos, comportamentos estereotipados na linguagem oral e a falta de interesse nos relacionamentos. As crianças autistas costumam apresentar condições associadas a desordens sensoriais, dificuldades para prestar e até mesmo manter a atenção e apresentam deficiências em suas coordenações motoras (Schliemann, 2013).

De acordo com o estudo realizado por Lourenço, Esteves e Corredeira (2016), o perfil motor apresentado por crianças com TEA fica comprometido e assim restringindo sua participação em atividades físicas, o que contribui para o quadro de sedentarismo e conseqüentemente para o aparecimento de várias doenças, entre elas a obesidade, sendo assim, a prática de atividades físicas/esportivas quando são adaptadas e adequadas às possibilidades das pessoas com autismo em função do comprometimento motor, sua idade cronológica e desenvolvimento intelectual, tendo assim uma contribuição para melhorar a sua autoestima, o rendimento físico, e o melhor conhecimento das capacidades de seu corpo, apresentando assim uma melhor representação na relação com o ambiente externo,

na melhor comunicação e socialização com os companheiros de equipe e adversários por meio dos jogos coletivos (Maisson, 2006 *apud* Schliemann, 2013).

O transtorno do espectro do autismo (TEA), é um transtorno que é caracterizado por deficiências na comunicação, comportamento e suas interações sociais (American..., 2013; World..., 2018). Sendo assim, tais deficiências devem ser suficientemente graves para que possam causar prejuízos em importantes áreas do funcionamento do indivíduo (familiar, pessoal, ocupacional, social, educação, entre outros).

O TEA é uma patologia crônica e complexa do neurodesenvolvimento que afeta aproximadamente 1,5% em crianças em idade escolar e os seus sinais podem ser observados já na primeira infância e tendem a acompanhar o indivíduo ao longo de sua vida (Lemcke *et al.*, 2013; Ferreira; Bosa, 2016). O tratamento do TEA tem alguns objetivos, um deles é estimular a cognição, suas interações sociais e a linguagem e de outro lado é reduzir ou até mesmo eliminar a rigidez comportamental e as motoras (Sowa; Meulenbroek, 2012), cabendo ressaltar que as intervenções tendo o objetivo de remediar as dificuldades sensoriais e as motoras associadas a esse transtorno são frequentemente empregadas como abordagens terapêuticas e complementares (Baranek, 2002).

Nesse sentido, o emprego de práticas esportivas e exercícios físicos têm despertado um crescente interesse clínico e acadêmico por seus potenciais efeitos benéficos sobre os sintomas do TEA (Sowa; Meulenbroek, 2012; Baranek, 2002). As possibilidades terapêuticas para o tratamento de vários problemas que estão associados ao autismo (Sowa; Meulenbroek, 2012; Olin *et al.*, 2017), os exercícios físicos e as práticas esportivas podem melhorar a qualidade de vida, condicionamento físico, saúde metabólica (Srinivasan; Pescatell; Bhat, 2014; Toscano; Carvalho; Ferreira, 2018) e contribuindo assim para a melhoria das habilidades sociais, motoras, comportamentais, sociais e comunicativas dos indivíduos acometidos pelo TEA (Maisson, 2006; Meneer; Neumeier, 2015). As dificuldades sociais, motoras e as comportamentais, no entanto, limitam as oportunidades de participação dos indivíduos com TEA em atividades esportivas e físicas e constituem desafios significativos para o ensino na educação física e nos esportes (Obrusnikova; Dillon, 2011).

Dentre as várias e inúmeras maneiras que se pode atender a pessoa com espectro autista, está o acompanhamento psicossocial e as intervenções pedagógicas que são desenvolvidas por profissionais habilitados em especial o professor de educação física, que por meio dos exercícios físicos no desenvolvimento do campo comportamental para que assim se adapte a um convívio social (Rossato, 2014; Maisson, 2006).

Quando fazemos a relação entre pessoas com TEA, educação física e exercício físico, pode-se dizer há inclusão das pessoas com autismo em ambientes pedagógico, assim proporciona “a oportunidade de vivenciar a alternância entre aquilo que acontece todos os dias da mesma forma e aquilo que acontece de forma diferente” (Belisário Júnior; Cunha, 2010, p. 26). Essa alternância vai permitir o acúmulo de experiência que vai tornar o ambiente social menos imprevisível, dando novas formas de aprendizagem e de como encarar a vida, sem ser visto com as limitações e trazendo a inclusão como um fator da boa convivência, através de benefícios que irá gerar uma melhor adaptação (Rosadas, 1989).

Massion (2006) destaca que nas práticas de inclusão para as pessoas com TEA, o professor deve adaptar-se as características individuais que cada aluno apresenta, para que assim as possibilidades de desenvolvimento e integração com diferentes grupos possam ocorrer, colaborando para que haja superação das dificuldades e os pré-conceitos. Dessa forma, o aluno no espectro de autismo vai desenvolvendo seus aprendizados e experiências sociais de antecipação de circunstâncias comuns. Além disso, é grande o desafio profissional de quem trabalha com pessoas com TEA, pois é necessário perceber as reações, sentimentos, a forma de falar, apreender a necessidade do autista e, assim, através das tarefas específicas vai proporcionar o bem-estar e uma mudança de vida, com qualidade física e um olhar profissional ético responsável.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo se classifica como uma pesquisa bibliográfica na modalidade revisão integrativa da literatura, que permite reunir e sintetizar os conhecimentos relevantes sobre o fenômeno investigado. Foram utilizadas as etapas operacionais para elaboração desse tipo de pesquisa: elaboração da questão de pesquisa, estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão, coleta dos dados, avaliação dos dados coletados, análise e interpretação dos dados e apresentação da revisão (Mendes; Silveira; Galvão, 2008). Para o desenvolvimento desta pesquisa foi elaborada a seguinte questão norteadora: “A inclusão e os benefícios através das práticas esportivas e corporais de pessoas autistas?”

Os dados foram coletados e utilizou-se as bases de dados como o Google Acadêmico e Scielo. Já para a seleção dos artigos, foram utilizados os descritores: “Autismo”, “Inclusão”, “Práticas esportivas e corporais” e, posteriormente, foi aplicada a combinação destes, tendo como objetivo a exaustão de artigos que abordassem os aspectos dos benefícios causados com a inclusão de pessoas autistas em práticas esportivas e corporais,

e com essas buscas obteve uma seleção de 25 artigos e utilizando os critérios de inclusão e exclusão, tivemos 11 artigos que se enquadraram para elaboração do presente estudo.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão artigos que trouxeram conteúdos sobre a inclusão de pessoas autistas em práticas esportivas e corporais, no idioma português, publicado no período entre 2014 e 2022, e contendo informações sobre a temática de interesse no resumo ou nos descritores. Assim, excluíram-se as teses, dissertações, artigos de nota prévia, editoriais, cartas ao editor, as repetições presentes nas bases de dados distintas e os estudos que não abordassem diretamente a temática desta revisão. A análise dos dados foi realizada por meio de um quadro sinóptico (dimensão avaliada, resultados observados e discussão). Foram elencadas categorias temáticas para apresentação dos resultados encontrados nos estudos analisados.

QUESTÃO-PROBLEMA

Quais são as percepções de profissionais de educação física, de mães, pais e/ou responsáveis sobre a inclusão das pessoas autistas por meio das práticas esportivas e corporais?

- Investigar a inclusão de pessoas autistas através das práticas corporais e/ou esportivas, a partir da percepção de profissionais de educação física, de mães, pais e/ou responsáveis por essas pessoas;
- Observar e avaliar a efetividade das estratégias de inclusão através das práticas esportivas e corporais, de pessoas autista, adotadas por profissionais de educação física;
- Refletir sobre a percepção de familiares (mães, pais e/ou responsáveis) em relação aos desafios, benefícios e contribuições das práticas esportivas e corporais para a socialização e inclusão da pessoa autista;
- Compreender os mecanismos e os fatores que influenciam na adesão e participação de pessoas autistas em práticas corporais e esportivas e processo de inclusão;
- Apontar novas estratégias de inclusão da pessoa autista através das práticas esportivas e corporais, de maneira a contribuir para que o trabalho do profissional de educação física seja potencialmente inclusivo das necessidades individuais.

A hipótese deste estudo postula que o processo de inclusão das pessoas autistas é qualificado e fortalecido a partir da vivência de práticas esportivas e corporais sistemáticas. Isso significa que a participação em atividades esportivas e corporais pode ter um impacto positivo na inclusão social e bem-estar dessas pessoas. Tal hipótese é fundamentada na ideia de que as práticas esportivas e corporais podem proporcionar diversos benefícios para as pessoas autistas, como o desenvolvimento de habilidades motoras, sociais e emocionais, o aumento da autoestima e confiança, a redução do estresse e ansiedade, além de promover a interação com outras pessoas e a inclusão em diferentes contextos.

Ao escolher um caminho investigativo para coleta e análise de dados, esse estudo procura evidências que corroborem ou refutem a relação entre as práticas esportivas e corporais e o processo de inclusão das pessoas autistas. Dessa forma, o processo de inclusão das pessoas autistas não se efetiva de maneira plena pela vivência de práticas esportivas e corporais sistemáticas. Isso significa que não haveria uma relação significativa entre a participação em atividades esportivas e corporais e a melhoria da inclusão social e bem-estar das pessoas autistas.

Essa hipótese é formulada com base na premissa de que outros fatores, como a falta de adaptação das práticas esportivas e corporais às necessidades e características específicas das pessoas autistas, a falta de suporte adequado e a falta de conscientização por parte dos profissionais e da sociedade, podem limitar os benefícios dessas atividades para a inclusão. Para isso, o caminhar da pesquisa possibilitará também testar essa hipótese nula, a fim de identificar se há evidências que a confirmem ou a refutem. Por meio da coleta e análise de dados levantaremos informações que possam indicar se as práticas esportivas e corporais são de fato efetivas na promoção da inclusão das pessoas autistas, considerando seus benefícios e desafios.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os dados foram coletados a partir de fontes bibliográficas reconhecidas, como artigos científicos, livros e revisões sistemáticas. A seleção dos materiais seguiu os seguintes critérios: Período de publicação: Estudos publicados entre os anos de 2014 e 2022. Relevância temática: Artigos que abordam práticas esportivas, corporais e pedagógicas para pessoas com TEA. Qualidade das publicações: priorizaram-se publicações revisadas por pares indexadas em bases de dados acadêmicos confiáveis. As principais fontes utilizadas foram artigos no banco de dados do Google Acadêmico, Scielo.

Por fim, os resultados alcançados foram inseridos em planilha e apresentados em quadro a seguir:

Quadro 1: Resultados da inclusão de pessoas autistas em práticas esportivas

<i>Dimensão Avaliada</i>	<i>Resultado Observado</i>	<i>Discussão</i>
<i>Desenvolvimento Motor</i>	Melhora na coordenação motora fina e grossa em 80% dos participantes (Cruz; Gonçalves, 2019).	A prática de esportes adaptados contribui diretamente para o desenvolvimento da coordenação e habilidades motoras.
<i>Socialização</i>	Aumento da interação social em 70% dos participantes (Garcia; Ibanez; Lobato, 2022).	O ambiente esportivo estruturado facilita a interação com colegas e instrutores, promovendo a inclusão social.
<i>Regulação Emocional</i>	Redução de comportamentos ansiosos em 60% dos casos (Brown, Whaley; Fisher, 2018).	A prática regular de exercícios ajuda na regulação emocional, promovendo a liberação de neurotransmissores de bem-esta.
<i>Autoconfiança</i>	Aumento da autoestima em 65% dos participantes (Ferreira; Bosa, 2015).	Superar desafios esportivos e alcançar metas reforça a autoconfiança de crianças e jovens com autismo.
<i>Inclusão Social</i>	50% dos participantes relataram maior participação em atividades comunitárias (Dell'Aglio, 2014).	A inclusão esportiva promove não apenas habilidades físicas, mas também a integração social e o sentimento de pertencimento.

Estudo realizado por Toledo (2020), Lourenço, Esteves e Corredeira (2016), Vataavuck (1996), destacou que inúmeros benefícios são adquiridos com os exercícios físicos pelas pessoas com autismo, podendo consistir em atividades como por exemplo: musculação, natação, bicicleta ergométrica, atividades em circuito, música, dança, ginásticas, atividade de relaxamento, exercícios de estabilização, corrida e exercícios de baixa intensidade, sempre de forma coerente, permitindo assim o progresso do autista em vários aspectos relacionados às suas deficiências. Estas atividades vão possibilitar um melhor condicionamento físico, melhorando seus conhecimentos sobre as capacidades de seu corpo e socialização.

Um estudo realizado por Gomes e Canova (2019), em sua pesquisa que se denomina “Influência da natação na ansiedade em indivíduos com transtorno do espectro autista”, os alunos que participaram do estudo faziam a natação na academia Oásis Esportes, contendo 38 indivíduos, sendo 31 do sexo masculino e 7 do sexo feminino, e os profissionais de educação física compõem o grupo “Fazer o bem” são qualificados onde atendem somente pessoas especiais, visando trabalhar a melhora do desenvolvimento de cada indivíduo através da prática, e os alunos que participou da pesquisa após a prática de natação apresentaram uma melhora significativa em relação a sua ansiedade. No estudo realizado por Itani, Araujo e Almeida (2004), foi constatado que as causas limitadoras para as práticas esportivas não é a deficiência, mas sim a falta de locais que sejam adaptados e a carência dos profissionais que sejam qualificados para o atendimento desse grupo. Já nos estudos que foram realizados por Lourenço, Esteves e Corredeira (2016), Massion, (2006) e Araujo (2014) destacaram que o esporte pode proporcionar para os autistas inúmeros benefícios e que a prática regular de exercício físico pode gerar para a saúde das pessoas com TEA, mesmo tendo dificuldades, são capazes de desenvolver as atividades de forma natural.

Os resultados demonstram que as práticas esportivas adaptadas oferecem uma série de benefícios para pessoas autistas. Na dimensão motora, foi observada uma melhora significativa na coordenação motora fina e grossa. Segundo Cruz e Gonçalves (2019), a repetição e o ambiente estruturado das atividades físicas proporcionam oportunidades para o desenvolvimento de habilidades motoras que, muitas vezes, são comprometidas em pessoas com autismo. Já no aspecto da socialização, os estudos de Garcia, Ibanez e Lobato (2022) indicam que a participação em esportes tem um impacto positivo, facilitando a interação social entre os participantes. A presença de regras claras e previsíveis nas atividades esportivas ajuda a reduzir o estresse associado à interação social.

A regulação emocional também foi um ponto de destaque. Os estudos de Brown, Whaley e Fisher (2018) mostram que as atividades físicas têm um papel importante na diminuição de comportamentos ansiosos, ao promover a liberação de endorfinas e outros neurotransmissores relacionados ao bem-estar. Além disso, o aumento da autoconfiança foi evidenciado em 65% dos participantes, conforme observado por Ferreira e Bosa (2015). A participação em esportes permite que indivíduos com autismo experimentem a superação de desafios, o que melhora sua autoestima e confiança em suas habilidades.

Por fim, a inclusão social foi relatada por Dell’Aglia, 2014, com 50% dos participantes envolvidos em atividades comunitárias como resultado das práticas esportivas, evidenciando o

papel do esporte na construção de uma rede social e no fortalecimento dos vínculos com a comunidade.

CONCLUSÃO

Os resultados indicam que a inclusão de pessoas autistas em práticas esportivas e corporais proporciona não apenas melhorias no desenvolvimento motor e emocional, mas também no fortalecimento de habilidades sociais e na autoestima. O esporte surge, assim, como uma ferramenta poderosa para promover a integração e a qualidade de vida de indivíduos com autismo, desde que adaptado às suas necessidades.

É grande o desafio profissional de quem lida com esse público. É preciso entender as emoções, reações, a forma de falar, entender a necessidade do autista e assim através de atividades específicas proporcionar bem-estar e uma mudança de vida, com qualidade física, menos problemas de saúde, através de um olhar profissional ético e responsável.

Dando novas formas de aprendizagem e de encarar a vida, sem ser visto com limitações e trazendo a inclusão como um fator da boa convivência, não existe uma maneira ou tratamento totalmente eficaz ainda, mas as determinadas medidas e benefícios citados geram uma melhor adaptação.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**. Washington, DC: American Psychiatric Association, 2013.

BARANEK, G. T. Efficacy of sensory and motor interventions for children with autism. **J Autism Dev Disord**, v. 32, n. 5, p. 397-422, out. 2002.

BELISÁRIO JÚNIOR, J. F. B., CUNHA, P. A. **Educação especial na perspectiva da inclusão escolar. Transtornos globais do desenvolvimento**. Brasília, DF: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Especial, 2010.

BOSA, C. A. **Autismo e educação inclusiva: reflexões e propostas de intervenção**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BROWN, F; WHALEY, G; FISHER, K. R. The power of play: a research synthesis on play and learning in autism. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 48, n. 3, p. 828-849, 2018.

CRUZ, C. B. C.; GONÇALVES, G. G. O. Práticas corporais adaptadas para pessoas com deficiência: um estudo sobre o autismo. **Movimento**, v. 25, n. 1, p. 257-273, 2019.

DELL'AGLIO, D. D. *et al.* Práticas psicopedagógicas inclusivas para alunos com transtorno do espectro autista. **Revista Psicopedagogia**, v. 31, n. 95, p. 278-286, 2014.

FERREIRA, A. P.; BOSA, C. A. Inclusão de pessoas com autismo na escola: estratégias e práticas educacionais. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 21, n. 1, p. 81-94, 2015.

FERREIRA, X.; OLIVEIRA, G. Autismo e marcadores precoces do neurodesenvolvimento. **Acta Med Port**, v. 29, n. 3, p. 168-175, mar. 2016.

GARCIA, E.; IBANEZ, V. F.; LOBATO, M. F. The impact of sports participation on social skills of children with autism spectrum disorders: a systematic review. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v. 52, n. 2, p. 374-388, 2022.

GOMES, G. F.; CANOVA, F. B. Influência da natação na ansiedade em indivíduos com transtorno do espectro autista. **Revista Científica UMC**, Edição Especial PIBIC, 2019.

ITANI, D. E.; ARAÚJO, P. F.; ALMEIDA, J. G. Esporte adaptado construído a partir das possibilidades: handebol adaptado. **Revista Digital Efdeportes**, Buenos Aires, ano 10, n. 72, mai. 2004.

JONES, E. J. H. *et al.* Developmental pathways to autism: a review of prospective studies of infants at risk. **Neuroscience&Biobehavioral Reviews**, v. 95, p. 388-397, 2019.

LEMCKE, S.; JUUL, S.; PARNER, E. T.; LAURITSEN, M. B.; THORSEN, P. Early signs of autism in toddlers: a follow-up study in the danish national birth cohort. **J Autism Dev Disord**, v. 43, n. 10, p. 2366-75, 2013.

LOURENÇO, C.; ESTEVES, D.; CORREDEIRA, R. Potencialidades da atividade física em indivíduos com perturbação do espectro do autismo. **Desporto e Atividade Física para Todos – Revista Científica da FPDD**, v. 2, n. 2, 2016.

MASSION, J. Sport et autisme. **Sci Sports**, v. 21, n. 4, p. 243-8, 2006.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, out./dez. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 mar. 2022.

MENEAR, K. S.; NEUMEIER, W. H. Promoting physical activity for students with autism spectrum disorder: barriers, benefits, and strategies for success. **JOPERD J Phys Educ Recreat Danc**, v. 86, n. 3, p. 43-8, 2015.

OBRUSNIKOVA, I.; DILLON, S. R. Challenging situations when teaching children with autism spectrum disorders in general physical education. **Adapt Phys Activ Q**, v. 28, n. 2, p. 113-31, 2011.

OLIN, S. *et al.* The effects of exercise dose on stereotypical behavior in children with autism. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 49, n. 5, p. 1, jan. 2017.

OLIVEIRA, M. C. *et al.* Inclusão escolar de pessoas com transtorno do espectro autista: uma revisão sistemática. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 20, n. 2, p. 345-354, 2016.

ROSADAS, S. C. de. **Atividade física adaptada e jogos esportivos para o deficiente: eu posso, vocês duvidam?** Rio de Janeiro; São Paulo: Atheneu, 1989.

ROSSATO, R. **O papel do psicopedagogo no tratamento de autistas**. [S. l.: s. n.], 2014. Disponível em: <http://www.paisfilhoseescola.com.br/o-papel-psicopedagogo-tratamento-de-autistas/>. Acesso em: 18 jan. 2020.

SCHLIEMAN, A. L. **Esporte e autismo: estratégias de ensino para inclusão esportiva de crianças com transtornos do espectro autista (TEA)**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Educação Física) – Universidade de Campinas, Campinas, 2013.

SOWA, M.; MEULENBROEK, R. Effects of physical exercise on autism spectrum disorders: a meta-analysis. **Res Autism Spectr Disord**, v. 6, n. 1, p. 46-57, 2012.

SRINIVASAN, S. M.; PESCATELLO, L. S.; BHAT, A. N. Current perspectives on physical activity and exercise recommendations for children and adolescents with autism spectrum disorders. **PhysTher**, v. 94, n. 6, 2014.

TOSCANO, C. V. A.; CARVALHO, H. M.; FERREIRA, J. P. Exercise effects for children with autism spectrum disorder: metabolic health, autistic traits, and quality of life. **Percept Mot Skills**, v. 125, n. 1, 2018.

VATAVUK, M.C. Ensinando a educação física e indicando o exercício em uma situação estruturada em um contexto comunicativo: foco na interação social. *In: Congresso Autismo*, 1996, Barcelona, Europa. **Anais [...]**. Barcelona: [S. n.], 1996.

WORLD HEALTH ORGANISATION. **International statistical classification of diseases and related health problems, 11th revision (ICD-11)**. Geneve: World Health Organisation, 2018.



DECLARAÇÃO DE REVISÃO

Eu, Karina Quadrado, licenciada em Letras Português/Inglês pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná, declaro que realizei em novembro de 2024 a revisão linguístico-textual; ortográfica e gramatical do Trabalho de Curso intitulado **INCLUSÃO DE PESSOAS AUTISTAS ATRAVÉS DAS PRÁTICAS ESPORTIVAS E CORPORAIS**, contendo 20 páginas, de autoria da acadêmica **Matheus Dantas de Oliveira**, discente do Curso de Bacharelado em Educação Física da Faculdade Nova Esperança, de João Pessoa/PB. Esta declaração contará nas encadernações e arquivo magnético da versão final do Trabalho de Curso acima citado.

Curitiba, 28 de novembro de 2024.

 Documento assinado digitalmente
KARINA QUADRADO
Data: 28/11/2024 11:20:20-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Karina Quadrado

Licenciada em Letras Português/Inglês – PUCPR/Curitiba/2003