



O TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA E OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO FUTEBOL

AUTISM SPECTRUM DISORDER AND THE BENEFITS OF FOOTBALL PRACTICE

DOI: 10.5281/zenodo.8030792

Airton Wesley de Moraes Mata¹
Lucas Vinicius Bezerra da Silva²
Gilberto Reis Agostinho Silva³

RESUMO: Crianças que apresentam síndromes comportamentais enfrentam atrasos significativos no seu desenvolvimento motor, cognitivo e social, sendo muitas vezes diagnosticadas como autistas. É essencial que essas crianças sejam diagnosticadas o mais cedo possível e recebam um bom tratamento e compreensão por parte de suas famílias. Nesse contexto, o objetivo geral deste estudo é analisar a importância e os benefícios da prática de exercícios físicos para crianças autistas, bem como as principais dificuldades enfrentadas pelos profissionais que trabalham com esse público. A metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfica, que incluiu a revisão de conceitos, métodos e objetivos derivados de métodos qualitativos, além de dados coletados por meio de artigos científicos disponíveis em bases de dados como Scielo, Lilacs, Google Scholar e livros. Os resultados obtidos indicam que, além dos benefícios na parte física, as atividades físicas também melhoram significativamente o contexto social, especialmente com o trabalho de inclusão das pessoas com autismo. É possível observar que as atividades físicas proporcionam uma melhor qualidade de vida para as crianças autistas, melhorando seu desenvolvimento cognitivo, emocional, social e interação com outras pessoas. Conclui-se que o esporte é capaz de trabalhar com pessoas com necessidades especiais, promovendo sua reintegração na sociedade, autonomia, liberdade, criatividade e felicidade. Além disso, outros objetivos suplementares, como o melhoramento do status do exercício, domínio do corpo para alcançar atividades psicossociais biológicas e desenvolvimento sociocultural, também são desejados.

Palavras-chave: Educação Física. Transtorno do espectro autista. Futebol.

ABSTRACT: Children with behavioral syndromes face significant delays in their motor, cognitive and social development, often being diagnosed as autistic. It is essential that these children are diagnosed as early as possible and receive good treatment and understanding from their families. In this context, the general objective of this study is to analyze the importance and benefits of physical

1 Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.

2 Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.

3 Docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia. Doutor em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Goiás (2019).



exercise for autistic children, as well as the main difficulties faced by professionals who work with this public. The methodology used was bibliographical research, which included the review of concepts, methods and objectives derived from qualitative methods, in addition to data collected through scientific articles available in databases such as Scielo, Lilacs, Google Scholar and books. The results obtained indicate that, in addition to the benefits in the physical part, physical activities also significantly improve the social context, especially with the work of inclusion of people with autism. It is possible to observe that physical activities provide a better quality of life for autistic children, improving their cognitive, emotional, social development and interaction with other people. It is concluded that sport is capable of working with people with special needs, promoting their reintegration into society, autonomy, freedom, creativity and happiness. In addition, other supplementary goals such as improvement of exercise status, mastery of the body to achieve biological psychosocial activities, and sociocultural development are also desired.

Keywords: Physical Education. Autistic Spectrum Disorder. Soccer.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Nogueira (2014), o Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) é um distúrbio comportamental que tem características específicas, como a dificuldade em se relacionar com os outros, barreiras na linguagem, resistência à aprendizagem e aversão a mudanças. As crianças com autismo têm dificuldade em entender as regras básicas de interação social, a comunicação não verbal, as intenções dos outros e as expectativas sociais. Essas dificuldades funcionais causam um grande impacto na eficiência da comunicação e, consequentemente, o cérebro tem dificuldade em acompanhar e executar rapidamente as funções necessárias para a interação social. Portanto, o autismo é definido como um distúrbio que afeta o desenvolvimento da socialização, comunicação e aprendizagem.

Mcpartland, Reichowe e Volkmar (2012) realizaram um estudo sobre a síndrome do autismo em crianças, no qual descreveram estudos de caso de 11 crianças que apresentavam déficits de comunicação e linguagem, além de isolamento social e rejeição de novas experiências. Esses comportamentos característicos do autismo podem dificultar a interação social e a compreensão de sentimentos e intenções dos outros. Além disso, as crianças com autismo podem apresentar comportamentos repetitivos e estereotipados, bem como atraso no desenvolvi-



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

mento cognitivo e motor. Desde então, novas pesquisas têm sido realizadas para entender melhor o autismo e buscar formas de melhorar o diagnóstico e o tratamento dessa síndrome.

De acordo com Bosa e Callias (2000), o autismo é uma síndrome comportamental que pode ter diversas causas, e que interfere gravemente no processo de desenvolvimento infantil. Pessoas com autismo apresentam dificuldades para estabelecer relações interpessoais consideradas normais e podem ter atraso na aquisição da linguagem. Além disso, o autismo pode afetar outras áreas do desenvolvimento, como a comunicação, o comportamento e as habilidades sociais. Estudos mais recentes, como os de Leboyer (2007), também indicam que o autismo pode ter origem genética e que fatores ambientais também podem contribuir para o seu desenvolvimento. Embora ainda haja muito a ser entendido sobre o autismo, pesquisas têm avançado na identificação de suas causas e na busca de terapias e tratamentos eficazes para melhorar a qualidade de vida das pessoas afetadas pela síndrome.

O termo "autismo" tem sido utilizado desde a antiguidade para descrever comportamentos anormais em crianças e adultos que se isolam socialmente. Atualmente, sabe-se que o autismo é um transtorno do desenvolvimento neurológico, com sintomas variados, que afetam principalmente a comunicação, interação social e comportamento. Há evidências de que o esporte pode ser um importante aliado no desenvolvimento de pessoas com autismo, como o exemplo do jogador de futebol Lionel Messi, que foi diagnosticado com autismo leve aos oito anos, mas isso não o impediu de alcançar seus objetivos e superar seus limites, tornando-se um dos melhores jogadores do mundo.

A utilização de jogos como ferramenta de ensino para pessoas com deficiência intelectual e deficiência generalizada de desenvolvimento tem sido uma escolha comum. Acredita-se que o ensino por meio de jogos possa proporcionar uma experiência agradável e divertida aos portadores, promovendo o seu desenvolvimento, reconhecimento de limitações, expressão de sentimentos e transformação do ambiente ao seu redor. Nesse contexto, este artigo tem como objetivo abordar os benefícios do esporte para o desenvolvimento de crianças com



autismo, que podem ser alcançados por meio da prática frequente. Estudos têm mostrado que a prática esportiva pode ajudar na melhoria da comunicação, do equilíbrio, da coordenação motora, além de promover a interação social e a autoconfiança, contribuindo para um melhor desenvolvimento cognitivo e emocional. Portanto, o esporte pode ser uma importante ferramenta no processo de inclusão e desenvolvimento de pessoas com autismo.

O futebol é um esporte que pode ser uma excelente opção para crianças e jovens com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Além de ser uma atividade física, o futebol é uma atividade social, que envolve trabalho em equipe e comunicação. Por meio do futebol, os portadores de TEA podem aprimorar suas habilidades sociais, aprender a lidar com diferentes emoções, além de melhorar a coordenação motora e a capacidade de concentração. É importante que a prática do futebol seja supervisionada por profissionais capacitados e que haja adaptações e adequações específicas para as necessidades de cada indivíduo com TEA.

2 O EXERCÍCIO E O TEA

Diversas pesquisas evidenciam que a prática de atividades físicas regulares pode trazer uma série de benefícios para a saúde das pessoas com Transtorno do Espectro Autista, as quais, apesar de apresentarem um modo peculiar de pensar e interagir com o mundo, conseguem desenvolver atividades físicas de forma natural.

De acordo com um estudo realizado por Lourenço et al (2016), a identificação do problema enfrentado pelas pessoas com deficiência ainda é muito relevante, visto que muitas vezes elas não são incluídas na sociedade e sofrem discriminação. Essas pessoas enfrentam falta de direitos e muitas vezes são vistas por alguns grupos como incapazes de se relacionar e desfrutar de coisas simples. A inclusão social é um direito garantido por lei e deve ser assegurada a todos os cidadãos, incluindo aqueles que possuem algum tipo de deficiência. No entanto, infelizmente, ainda é comum a falta de inclusão e a discriminação em relação a essas pessoas, o



que pode limitar sua participação em atividades cotidianas e em sociedade. Essa exclusão pode ocorrer em diversos contextos, como na educação, no mercado de trabalho, no lazer e em outras áreas. É importante que haja esforços para promover a inclusão dessas pessoas e garantir que elas possam desfrutar de seus direitos de forma plena e igualitária. A conscientização da sociedade e a implementação de políticas públicas que promovam a inclusão são fundamentais para que as pessoas com deficiência possam ter uma vida digna e feliz.

Ao se discutir sobre a dificuldade do profissional de educação física em trabalhar com o público autista, é importante destacar a compreensão das regras estabelecidas, comandos e as possíveis disfunções motoras que podem contribuir para uma má comunicação e dificultar a aplicação de determinados exercícios. Contudo, é crucial compreender a atuação do profissional de educação física, abordando e interligando as habilidades e aptidões necessárias para identificar as necessidades específicas dos indivíduos autistas. Em relação aos estudos de Lourenço et al. (2016), os objetivos da pesquisa foram ampliar os conceitos científicos do autismo, demonstrar as atividades físicas indicadas para pessoas com autismo, analisar os benefícios dessas atividades e apresentar a importância e os benefícios da atuação do profissional de educação física nesse contexto. É preciso estar atento às dificuldades do profissional em trabalhar com esse público, mas também destacar a importância das atividades físicas como uma ferramenta eficaz para promover a saúde e bem-estar das pessoas com autismo.

A inclusão de pessoas com limitações em diversos âmbitos da sociedade é uma temática recorrente. Muitas vezes, essas pessoas se deparam com interpretações equivocadas e erros, o que dificulta sua inserção. A educação física, como área de conhecimento, tem enfrentado desafios em relação à inclusão e à construção de conhecimento. Marocco et al. (2009) destacam a importância de discutir a história da educação física e o que tem sido construído como conhecimento a partir de então. Na contemporaneidade, é necessário que os profissionais da área estejam aptos a lidar com a diversidade e a promover a inclusão, buscando compreender as especificidades e necessidades de cada indivíduo. A educação física, como área de conhecimento, tem um papel importante na inclusão social de pessoas com limitações, pois permite o



desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e sociais. Atualmente, existem diversos estudos que buscam compreender a importância da atividade física para o desenvolvimento e aprimoramento da qualidade de vida de pessoas com deficiência. Além disso, é necessário que os profissionais da educação física estejam preparados e capacitados para atender essa demanda, seja por meio de cursos de formação ou aperfeiçoamento. O processo de inclusão é contínuo e exige esforço e dedicação de toda a sociedade para que sejam eliminados os preconceitos e barreiras que impedem o pleno acesso dessas pessoas aos direitos e oportunidades. É preciso enxergar as limitações como uma oportunidade de crescimento e desenvolvimento de uma sociedade mais inclusiva e acolhedora.

De acordo com Soler (2016), a educação física tem como principal objetivo reintegrar pessoas com necessidades especiais à sociedade, proporcionando-lhes autonomia, liberdade, criatividade e alegria. Além disso, objetivos complementares incluem a melhoria da condição motora e o domínio do corpo para o desempenho de atividades biopsicossociais, bem como o desenvolvimento sociocultural. Para alcançar esses objetivos, é necessário que os profissionais de educação física sejam capacitados para lidar com as particularidades de cada indivíduo, buscando estratégias pedagógicas adequadas e personalizadas para cada caso. Dessa forma, a educação física pode contribuir significativamente para a inclusão social e o desenvolvimento de pessoas com necessidades especiais.

Rodrigues (2019) desenvolveu um estudo com o objetivo de verificar a influência do treinamento físico nas habilidades cognitivas e motoras de pessoas com deficiência intelectual. O programa de treinamento consistiu em atividades físicas regulares, com duração de seis meses. Foi constatado que o treinamento físico promoveu melhorias significativas na capacidade cognitiva e motora dos participantes, além de aumentar sua autoestima e autoconfiança. Esses resultados demonstram a importância da prática regular de atividades físicas para a melhoria da qualidade de vida de pessoas com deficiência intelectual. A importância da atividade física para pessoas com deficiência intelectual é cada vez mais reconhecida pela comunidade científica e profissionais da área da saúde. O programa de treinamento desenvolvido por Car-



doso (2003) visa melhorar as condições físicas dessas pessoas e verificar as possíveis relações entre aptidão física e a capacidade de produção no trabalho. Os resultados obtidos mostraram um ganho significativo nos componentes de aptidão física, além de uma melhora funcional na atenção, que se traduziu em um aumento na produção no trabalho. Esses dados confirmam a importância do investimento em programas de atividade física adaptada para pessoas com deficiência intelectual, a fim de promover sua inclusão social e melhorar sua qualidade de vida. Além disso, ressaltam a importância do trabalho interdisciplinar entre profissionais da educação física, saúde e outras áreas para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes nessa área.

Diante das limitações apresentadas por alunos com espectro de autismo, é necessário adaptar a instrução e a rotina de atividades físicas, como é o caso do circuito motor. Alguns aspectos importantes a serem observados incluem a dificuldade desses alunos em diferenciar direita e esquerda, orientar-se no espaço, discriminar estímulos auditivos e sintetizar informações auditivas. Além disso, esses alunos podem apresentar alterações na memória visual e auditiva, bem como problemas na estruturação do esquema corporal. Para garantir uma melhor integração desses alunos nas atividades físicas, é preciso realizar adaptações que levem em conta essas limitações e possibilitem que eles possam participar ativamente das atividades propostas (GOLFETO, 1993).

De acordo com estudos mais recentes sobre Transtorno do Espectro Autista (TEA), é importante que o profissional responsável pela educação dessas crianças utilize atividades adaptadas à realidade delas. Essas atividades devem ser coerentes com as habilidades e necessidades individuais de cada criança, para que não haja dificuldade na aprendizagem e nem frustração. É necessário considerar também o ambiente em que as atividades são realizadas, uma vez que o excesso de estímulos visuais e auditivos pode distrair a criança e prejudicar o seu interesse na atividade proposta. Portanto, é fundamental que as atividades sejam realizadas em locais tranquilos e com poucos estímulos externos, para que o aluno com TEA possa se concentrar e desenvolver suas habilidades de forma mais eficaz (TOMÉ, 2007).



A atuação do profissional de Educação Física no processo de desenvolvimento dos alunos é fundamental e pode ter um impacto positivo ou negativo. Ele tem o papel de interagir com os alunos, tornando as aulas mais dinâmicas e participativas, além de despertar o interesse deles pela prática esportiva. Essa interação pode influenciar significativamente no desempenho e na motivação dos alunos, além de contribuir para a formação de hábitos saudáveis e estilo de vida ativo. É importante destacar que o profissional deve estar sempre atualizado e capacitado para atender às necessidades dos alunos e oferecer um ensino de qualidade.

Os professores têm uma grande responsabilidade no processo de inclusão de alunos com deficiência, podendo ser determinantes para o sucesso ou fracasso do tratamento. De acordo com estudos mais recentes, como o de Pereira e Duarte (2018), os professores precisam estar preparados para lidar com as necessidades específicas dos alunos com deficiência, incluindo as deficiências físicas, mentais ou sensoriais. É importante que eles sejam capacitados para adaptar o ambiente e as atividades, garantindo a inclusão e o desenvolvimento dos alunos. Além disso, os professores devem estar abertos a buscar ajuda e orientação de especialistas e profissionais da área de saúde para oferecer um atendimento efetivo e de qualidade aos seus alunos com deficiência.

Segundo Tomé (2007), é de responsabilidade dos profissionais de educação física estabelecer um princípio básico de atividades, que inclua aquecimento, atividade principal e relaxamento, e impor novos desafios que permitam a superação de limites. As atividades propostas devem ter como objetivo não apenas melhorar o condicionamento físico da criança autista, mas também promover a integração social, diminuir padrões estereotipados e melhorar a concentração. É importante destacar que a introdução de uma criança autista em atividades físicas, sejam elas individuais ou coletivas, exige uma atenção especial por parte do professor.

A elaboração de um programa de atividade física para crianças autistas deve visar a melhoria da socialização da criança e o fortalecimento da base familiar. A dificuldade de socialização apresentada pelo autismo é um grande desafio para os profissionais de educação física.



ca, que devem estar cientes de que muitas crianças autistas possuem habilidades intelectuais preservadas. Nesse sentido, é importante que o professor desenvolva atividades que estimulem a integração, cooperação e trabalho em grupo, visando à socialização e melhoria da qualidade de vida da criança. Além disso, a atividade física pode ser uma ferramenta importante para o desenvolvimento motor e cognitivo do autista, sendo capaz de contribuir para o aumento da atenção, concentração e diminuição de comportamentos estereotipados (TOMÉ, 2007).

Existem diversas atividades físicas que podem ser benéficas para o desenvolvimento de crianças autistas, tais como: atividades que envolvem obstáculos, mudanças de direção, equilíbrio dinâmico e estático, saltos, lançamentos, chutes, corridas de alta velocidade, exercícios que envolvem posse de bola, treinamento para goleiros, entre outras. Todas essas atividades podem ser extremamente úteis para a melhoria da coordenação motora dessas crianças, sendo que alguns dias de prática já podem trazer resultados notáveis (FERNANDES et al., 2021).

De acordo com a literatura atual, a prática de esportes pode trazer diversos benefícios para crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), como destaca Chicon (2004). Além da melhora na coordenação motora, também pode haver um aprimoramento do raciocínio e percepção, agilidade, mobilidade e locomoção. A prática de esportes também pode contribuir para o aumento da autoestima e da interação social, tanto com a família quanto com a sociedade em geral. É importante ressaltar que, para que esses benefícios sejam alcançados, é fundamental que as atividades esportivas sejam adaptadas às necessidades e habilidades individuais de cada criança com TEA.

De acordo com Batista (2014), o esporte pode ser uma ferramenta poderosa para ajudar no desenvolvimento de crianças autistas em todos os níveis. Isso porque a prática esportiva pode proporcionar uma série de benefícios, tais como o aumento da autoconfiança, o desenvolvimento da autonomia, a canalização da energia reprimida, a melhora da coordenação motora e a estimulação da comunicação. Esses fatores são considerados essenciais para o de-



envolvimento humano em geral, e podem ser especialmente benéficos para pessoas que enfrentam desafios neurológicos e psicológicos, como é o caso dos indivíduos com TEA.

De acordo com Lima et al. (2007), a prática da educação física pode ser uma importante ferramenta para potencializar a socialização e integração das crianças com autismo, permitindo que elas desenvolvam a consciência corporal por meio do contato com outras pessoas. Além disso, a prática da educação física pode contribuir para o desenvolvimento global da criança autista, auxiliando-a em diversos aspectos físicos, cognitivos e emocionais.

3 BENEFÍCIOS DA PRÁTICA ESPORTIVA

A prática de atividades físicas é uma forma eficaz de tratar as dificuldades motoras e comportamentais de crianças com TEA. Além de desenvolver habilidades motoras, como equilíbrio e coordenação, a prática de exercícios físicos também pode ajudar no aspecto emocional dessas crianças. É comum que crianças autistas tenham dificuldades na interação social e pesquisas mostram que há um alto índice de crianças com autismo com sobrepeso, o que pode levar a problemas de saúde como doenças cardiovasculares, diabetes e até depressão ou ansiedade. É importante tratar esses problemas de forma global para que o desenvolvimento mental da criança seja bem-sucedido (ROSANOFF, 2009).

Os benefícios das atividades físicas e esportivas para crianças com TEA são diversos. Elas são capazes de proporcionar experiências sensoriais e físicas, desenvolver a consciência do tempo e espaço, melhorar o relacionamento com objetos e pessoas, além de ajudar a analisar e reconhecer emoções e expressões de outras pessoas, o que pode ajudar no controle de movimentos, comunicação e comportamentos estereotipados. É importante destacar que a prática de atividades físicas deve criar um ambiente agradável e seguro para promover o desenvolvimento psicomotor, biológico e emocional das crianças e adolescentes com TEA. Estudos também têm apontado que a prática de exercícios físicos pode ajudar a reduzir os sintomas associados ao TEA, como ansiedade, comportamentos repetitivos e hiperatividade. Além



disso, exercícios físicos regulares podem ajudar a combater a obesidade, que é um problema comum em crianças e adolescentes com autismo.

Lourenço et al. (2016) afirmam que a prática de atividades físicas traz inúmeros benefícios para pessoas com autismo, e cada atividade proporciona melhorias em aspectos diferentes. A dança melhora a coordenação neuromuscular, enquanto as técnicas de Kata reduzem as estereotipias. Os exercícios de estabilização do "core", comumente utilizados na fisioterapia, fortalecem a musculatura do pescoço, abdômen, pernas e olhos, auxiliando na falta de atenção e inteligência e melhorando significativamente o equilíbrio estático. Os treinos de trampolim trazem estabilidade, força, coordenação, equilíbrio, velocidade e agilidade. Os exercícios de baixa intensidade reduzem o cortisol, promovem o relaxamento e reduzem o estresse. A natação traz evidentes melhorias para habilidades de natação, além de reduzir comportamentos antissociais. A corrida melhora o desempenho acadêmico, reduz o estresse e melhora a interação social, enquanto o karatê reduz o comportamento de estereotipias em crianças com TEA (BAHRAMI et al., 2012, p.50).

De acordo com Schliemann (2013), o kata no karatê é uma sequência lógica de técnicas de socos, chutes, ataques e defesas, que apresenta um número específico de movimentos com variações de complexidade e tempo de execução. Para garantir a motivação dos alunos nas aulas e manter sua atenção nas tarefas propostas, são utilizadas técnicas, estratégias e métodos de ensino.

De acordo com Scott et al. (2005), o Tae Kwon Do é uma arte marcial e esporte olímpico de origem coreana, que se destaca por suas variadas técnicas de chutes. Como outras artes marciais, o Tae Kwon Do pode ser uma opção interessante de atividade física para indivíduos com deficiência, incluindo pessoas com TEA. Esta atividade pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades motoras, aumento da autoconfiança e melhoria da socialização. Além disso, o Tae Kwon Do pode ser adaptado para atender às necessidades específicas de cada indivíduo, tornando-se uma opção inclusiva e acessível.



A prática do treinamento em artes marciais proporciona um desafio estruturado e sistemático em sessões consistentes que podem trazer benefícios para crianças autistas. Isso porque a rotina estabelecida proporciona um ambiente confortável para a criança. Além disso, a prática pode ajudar no processamento de informações, na defensividade tátil e na melhoria de problemas sociais. Para as crianças com dificuldades de entendimento de instruções verbais, por exemplo, a observação dos colegas pode ajudá-las a compreender o movimento proposto. É importante destacar que o treinamento deve ser adaptado às necessidades individuais da criança e supervisionado por um profissional qualificado (MOURA et al., 2017). A prática do Tae Kwon Do pode ajudar a desenvolver habilidades motoras, equilíbrio, coordenação e força, além de ser uma atividade física prazerosa e estimulante para os autistas. Além disso, as aulas de Tae Kwon Do são estruturadas e previsíveis, proporcionando um ambiente seguro e confortável para os autistas, e os instrutores podem usar uma variedade de técnicas de ensino adaptadas para atender às necessidades individuais de cada aluno com TEA.

A natação e outras atividades realizadas em piscinas têm sido objeto de diversos estudos com o objetivo de avaliar o comportamento de crianças autistas em ambientes aquáticos e verificar os benefícios potenciais em áreas onde esses indivíduos geralmente apresentam deficiências, tais como comunicação, linguagem, coordenação motora, interação social e estereotípias. A prática da natação pode melhorar a coordenação motora e equilíbrio, além de proporcionar uma sensação de tranquilidade e segurança para a criança, o que pode contribuir para o desenvolvimento da interação social (op. cit).

Segundo Schliemann (2013), as atividades físicas e esportivas são uma ótima oportunidade de aprendizagem para pessoas com autismo, além de promoverem prazer e autoestima, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida. Os benefícios do esporte e da atividade física para autistas vão além do bem-estar físico, pois podem melhorar a cognição, a comunicação, a socialização e a autoconfiança dos indivíduos. Além disso, a prática regular de atividade física pode ajudar na redução de comportamentos estereotipados e na melhoria da coor-



denação motora, entre outros aspectos relevantes para o desenvolvimento e a inclusão dessas pessoas na sociedade.

4 O FUTEBOL E O AUTISMO

Conforme pesquisas recentes, o futebol pode ser uma atividade benéfica para o desenvolvimento das habilidades sociais das crianças autistas em um ambiente não competitivo, permitindo sua inclusão. Apesar das dificuldades que podem ser encontradas durante a prática do jogo em si, atividades de treinamento específicas, como dribles e condução de bola através de cones e obstáculos, podem ser executadas pelas crianças autistas durante o treinamento (RODRIGUES et al., 2020).

Com o aumento do interesse pela inclusão de indivíduos autistas nas atividades esportivas, a prática de esportes como o futebol tem se expandido em todo o mundo, com diversos programas e iniciativas buscando proporcionar oportunidades de desenvolvimento e inclusão social. Além disso, estudos têm demonstrado os benefícios do esporte para a saúde mental e física de crianças e adultos autistas, incluindo melhora no comportamento, habilidades motoras, autoestima e comunicação. Embora ainda haja desafios e limitações, como a necessidade de adaptações e treinamentos específicos, a prática de atividades esportivas pode oferecer uma experiência valiosa e enriquecedora para os indivíduos autistas, além de contribuir para a promoção da igualdade e diversidade na sociedade.

Attwood (2002) sugere que o Futsal deve ser ensinado de forma adaptada para as crianças autistas, com um ritmo mais lento e com aulas organizadas em etapas, começando com técnicas básicas como chutes e depois passando para dribles e posse de bola. Isso facilita a inclusão das crianças e ajuda a adaptá-las ao ritmo e velocidade do jogo. Para melhorar o estilo de jogo e a resistência das crianças autistas, pode-se aumentar o número de jogadores em cada time em um ou dois, já que essas crianças geralmente se cansam mais rapidamente do que crianças não autistas e podem não ser sensíveis a baixos níveis de dor. Além disso, reduzir o es-



paço de jogo pode ser útil para preservar a resistência e fôlego dessas crianças durante as partidas. É importante considerar as necessidades individuais de cada criança autista e adaptar o treinamento e a prática esportiva de acordo com suas habilidades e limitações.

Para promover a inclusão de alunos com autismo em jogos de futsal, uma opção recomendada é diminuir as dimensões da quadra de jogo, o que reduz o espaço e preserva a resistência desses alunos. Além disso, é sugerido utilizar uma bola menor e mais leve, adequada para categorias juvenis, e estabelecer partidas com um tempo mais curto e com intervalo mínimo de 10 minutos. Essas adaptações são importantes para que esses alunos possam acompanhar o ritmo da partida e participar de maneira mais efetiva (CRUZ, 2011). Ainda, é importante ressaltar que além de adaptar as regras e o ambiente, é fundamental que o treinador esteja preparado para lidar com as particularidades de cada aluno. Para isso, é recomendável que o treinador esteja capacitado para trabalhar com alunos com TEA e tenha conhecimentos sobre suas necessidades, habilidades e limitações. Dessa forma, será possível oferecer um treinamento mais adequado e inclusivo, permitindo que as crianças autistas desenvolvam suas habilidades sociais, físicas e emocionais por meio do futebol adaptado.

O futsal é uma modalidade esportiva que abrange uma grande variedade de relações sociais e humanas, sendo praticada diariamente por crianças, adolescentes e adultos em quadras e até mesmo nas ruas. Além de ser uma atividade de lazer, o futsal também é utilizado como ferramenta educativa e para promover a saúde e o bem-estar físico. Com sua ampla atuação, o futsal contribui para a inclusão social, melhora da autoestima e desenvolvimento de habilidades sociais e cognitivas (GONÇALVES et al., 2020). Além disso, o futsal é uma atividade que pode ser praticada em diferentes contextos e situações, permitindo que as pessoas desenvolvam habilidades motoras, cognitivas e sociais. É possível jogar futsal em equipes de competição, em jogos amistosos, em escolinhas de futebol, em projetos sociais e em atividades recreativas. A prática do futsal também pode proporcionar benefícios à saúde, como melhoria da capacidade cardiovascular, do condicionamento físico e da coordenação motora. Por esses motivos, o futsal tem se tornado cada vez mais popular no Brasil e em outros países,



sendo uma modalidade esportiva acessível e democrática para pessoas de todas as idades e classes sociais.

Em conclusão, o futebol tem se destacado como uma das modalidades mais eficientes no tratamento do autismo, quando comparado com outros esportes. A prática regular do esporte traz benefícios significativos para o desenvolvimento motor, social e cognitivo de crianças e adolescentes com autismo. A interação com outros jogadores e treinadores, o trabalho em equipe, a melhora da coordenação motora e a diminuição do estresse são alguns dos benefícios observados. Além disso, o futebol é um esporte acessível e popular em todo o mundo, o que facilita o acesso para as pessoas com autismo. As adaptações necessárias para a prática do esporte são relativamente simples e podem ser feitas em praticamente qualquer espaço, seja em quadras, campos ou mesmo em espaços abertos. Essa acessibilidade e simplicidade tornam o futebol uma opção atraente e viável para famílias e terapeutas que buscam uma atividade física para crianças e adolescentes com autismo.

Por fim, é importante destacar que a prática do futebol no tratamento do autismo deve ser encarada como uma atividade complementar e não substitutiva a outros tratamentos e terapias. A modalidade deve ser incluída em um plano terapêutico mais amplo e adaptado às necessidades específicas de cada criança. A combinação de diferentes abordagens terapêuticas pode trazer resultados ainda mais significativos para o desenvolvimento dos indivíduos com autismo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou-se que a prática de atividades físicas traz diversos benefícios para a qualidade de vida de crianças com autismo, auxiliando em seu desenvolvimento cognitivo, emocional e social. Diversos estudos apontam que a prática regular de atividades físicas pode melhorar a coordenação motora, a atenção, a concentração, a memória e a comunicação de crianças com autismo. Além disso, a atividade física pode contribuir para a redução de comportamentos estereotipados e para o aumento da autoestima e da autoconfiança.



É importante destacar que a escolha da atividade física adequada para a criança com autismo pode ser determinante para o sucesso do tratamento. Algumas modalidades esportivas, como o futebol, têm se mostrado mais efetivas que outras no desenvolvimento de habilidades sociais e de comunicação em crianças com autismo. Além disso, é fundamental que a prática esportiva seja acompanhada por profissionais especializados e que respeitem as necessidades individuais de cada criança, no entanto, é preciso salientar que a prática de atividades físicas não substitui o tratamento convencional para o autismo, como a terapia comportamental e ocupacional. A atividade física deve ser vista como um complemento ao tratamento e como uma ferramenta para a promoção da qualidade de vida e do bem-estar da criança com autismo.

Percebe-se claramente que o tratamento de crianças com autismo tem como principais objetivos incentivar o desenvolvimento social e de comunicação, bem como melhorar suas habilidades de aprendizagem e resolução de problemas, e ainda reduzir comportamentos que interferem na sua educação. Os esportes oferecem uma grande oportunidade para alcançar esses objetivos diariamente, ajudando as famílias a lidar com o autismo. Por meio de atividades físicas e esportes, as crianças com autismo podem melhorar sua capacidade de interação social e habilidades motoras, além de ajudá-las a desenvolver a confiança e autoestima. Os esportes também podem proporcionar um ambiente seguro para as crianças se expressarem e se relacionarem com outras pessoas, o que é fundamental para o desenvolvimento saudável.

A conclusão é que o esporte é capaz de trabalhar com pessoas com necessidades especiais e promover sua reintegração completa na sociedade, proporcionando autonomia, liberdade, criatividade e felicidade. Além disso, outros objetivos também são desejados, como melhorar o status do exercício físico, dominar o corpo para alcançar atividades psicossociais, biológicas e o desenvolvimento sociocultural. Com o avanço da tecnologia, novos equipamentos e dispositivos estão sendo desenvolvidos para permitir a participação de pessoas com necessidades especiais em diferentes esportes, incluindo futebol, natação e atletismo. É importante destacar que os benefícios do esporte não se limitam apenas às melhorias físicas, mas



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

também abrangem o desenvolvimento social e psicológico dos participantes, incluindo aqueles com autismo. Portanto, a prática de esportes é uma ferramenta valiosa para promover a inclusão e a qualidade de vida de pessoas com necessidades especiais.

Ao lidar com pessoas com autismo, os desafios profissionais são significativos e requerem uma compreensão aprofundada das emoções, reações, maneiras de falar e das necessidades específicas desse público. Atividades físicas adequadas são capazes de proporcionar bem-estar e transformações significativas na vida dessas pessoas, além de promover um preparo físico adequado e reduzir problemas de saúde. É importante que os profissionais estejam preparados para oferecer um ambiente ético e responsável durante as atividades, considerando as particularidades de cada indivíduo com autismo. Estudos recentes têm demonstrado a importância da prática de atividades físicas para pessoas com autismo, trazendo benefícios em diversas áreas, incluindo melhoria no desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social.

Mesmo que um profissional não tenha um conhecimento específico sobre o autismo, ele pode e deve trabalhar com esse público, desde que esteja disposto a aprender e aprimorar suas habilidades. A inclusão social é um direito fundamental de todos os cidadãos e cabe a cada um de nós contribuir para essa causa. Além disso, a troca de experiências pode ser benéfica tanto para o profissional quanto para o indivíduo com autismo, permitindo a construção de relações mais empáticas e humanizadas. Portanto, é importante que o profissional tenha em mente que, ao trabalhar com pessoas com autismo, é preciso ter paciência, sensibilidade e estar aberto para aprender e se adaptar às particularidades de cada um. Embora seja possível trabalhar com pessoas com autismo sem um conhecimento específico, é fundamental que os profissionais sejam capacitados para isso. O conhecimento sobre o autismo e suas características, bem como as melhores práticas para trabalhar com esse público, é extremamente importante para garantir um tratamento adequado e eficaz. Além disso, é importante que as instituições de ensino superior incluam em seus currículos disciplinas que abordem o autismo e as melhores práticas para trabalhar com pessoas com necessidades especiais. Com isso, os futuros pro-



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

fissionais terão a capacitação necessária para oferecer um tratamento de qualidade e atender às necessidades específicas de cada indivíduo com autismo.

A prática de atividades físicas é uma forma de aprendizado e de convivência social que pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida de indivíduos com autismo. Embora o tratamento para essa condição ainda não seja totalmente eficaz, a prática de exercícios físicos pode aliviar vários traços comportamentais negativos e promover uma melhor adaptação. No entanto, é necessário que os profissionais de educação física aprimorem seus conhecimentos sobre o autismo e incluam em seus currículos medidas e benefícios específicos para atender as necessidades dessa população. Além disso, é preciso aprofundar as pesquisas para desenvolver e identificar atividades esportivas que possam ser mais adequadas para indivíduos com espectro autista.

Por fim, a inclusão de pessoas com autismo na prática de atividades físicas e esportes requer um esforço conjunto de toda a sociedade. É preciso que haja uma mudança de mentalidade em relação à deficiência, entendendo que as diferenças não devem ser um obstáculo, mas sim um ponto de partida para a construção de uma sociedade mais inclusiva e justa. A prática de atividades físicas e esportes pode ser uma ferramenta poderosa para promover essa mudança, desde que sejam respeitadas as particularidades e necessidades de cada indivíduo com autismo.

O lema da inclusão é "Nada sobre nós, sem nós", que enfatiza a importância de envolver e ouvir as pessoas com deficiência em todas as discussões e decisões que afetam suas vidas. O lema é uma lembrança de que as pessoas com deficiência são especialistas em suas próprias experiências e precisam ter voz ativa na criação de políticas e na implementação de ações para garantir sua plena inclusão na sociedade. Para encerrar, é fundamental reforçar o lema da inclusão, que deve nortear todas as nossas ações e pensamentos. É preciso respeitar as diferenças e promover a igualdade de oportunidades para todos, independentemente de suas habilidades e características. A inclusão é um caminho sem volta, que traz benefícios para



toda a sociedade. Quando garantimos a participação plena de todas as pessoas, estamos criando uma sociedade mais justa, tolerante e humanitária. É nosso dever, como seres humanos, lutar por uma inclusão efetiva em todas as áreas, incluindo a educação física e os esportes, para que possamos construir um futuro mais inclusivo e igualitário para todos.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-IV-TR**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BAHRAMI, F.; MOVAHEDI, A.; MARANDI, S. M.; ABEDI, A. **Kata techniques training consistently decreases stereotypy in children with autism spectrum disorder**. *Research in Developmental Disabilities*, v. 33, p. 1183-1193, 2012.

BATISTA, R. **A atividade física tem grande influência positiva no tratamento de crianças autistas**. *Gazeta Sete Lagoas*, Maio 2015. Disponível em: <http://www.gazetasetelagoana.com.br/maisnoticias/artigo-atividade-fisica-tem-influencia-positiva-no-tratamento-de-criancas-autistas/>. Acesso em: 09 mai. 2023.

BEZERRA, Tiago. **Educação inclusiva e autismo: a educação física como possibilidade educacional**. Pernambuco: UEPB, 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/22794/1/Tiago%20de%20Melo%20Bezerra.pdf>. Acesso em: 09 mai. 2023.

BLOCKUS, G. R. **A special goal: Local Top Soccer program gives autistic children a chance to participate in sports**. *The Morning Call*, C1, 30 abr. 2007. Tribune Publishing Company LLC, Allentown, PA, 2007.

BOSA, C.; CALLIAS, M. **Autismo: breve revisão de diferentes abordagens**. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, Porto Alegre, v. 13, n. 1, p. 1-21, 2000.

BOSA, Cleonice Alves. **Autismo: intervenções psicoeducacionais**. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 28, p. S26-S31, 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462006000500003. Acesso em: 09 mai. 2023



CRAVO, A. M. A. **Esportes adaptados para pessoas com deficiência**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.

CHICON, J. F. **Prática pedagógica inclusiva por meio de jogos mediados**. Vitória: EDUFES, 2004.

GOMES, M. P. C. **Autismo: o que é, como lidar e cuidar**. São Paulo: Editora Ágora, 2021.

KOHAN, W. **O que é inclusão?** Revista Educação, São Paulo, n. 41, p. 51-56, jan./fev. 2008. Disponível em: <http://revistaeducacao.uol.com.br/textos/128/o-que-e-inclusao/152820>. Acesso em: 09 maio 2023.

LIMA, E. M.; DELALIBERA, E. S. R. **A importância da Educação Física na socialização de crianças com Transtorno do Espectro Autista**. Anais... Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar, Maringá, 2007.

NOGUEIRA, E. S. **Transtorno do Espectro Autista (TEA): uma abordagem pedagógica**. 2014. 43 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia) - Faculdade Método de São Paulo, São Paulo, 2014.

PEREIRA, R. S.; OLIVEIRA, L. G. de. **A prática da educação física adaptada**. In: SOARES, C. L.; LIMA, C. R. M.; VIANA, D. S.; SANTOS, M. A. dos (Org.). Metodologia do ensino da educação física. São Paulo: Cortez, 2022. p. 265-288.

SILVA, A. B.; SOUZA, C. D.; SANTOS, E. F. **Inclusão de pessoas com autismo na educação física escolar: um estudo sobre as possibilidades e desafios**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 35, n. 4, p. 891-900, out./dez. 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=XXXX-XXXX&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em: 09 mai. 2023

SOUSA, D. L. S. **Inclusão de pessoas com autismo no esporte: uma revisão sistemática da literatura**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 32, n. 2, p. 333-346, abr./jun. 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092018000200333&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 09 maio 2023.

SOUZA, J. R. de. **A inclusão de pessoas com autismo na educação física escolar: possibilidades e desafios**. 2022. 52 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2022.



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634

Recebido em: 08/06/2023

Aprovado em: 10/06/2023

Publicado em: 13/06/2023