

## BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS: UMA ANÁLISE INTEGRATIVA DOS IMPACTOS NO DESENVOLVIMENTO E SAÚDE

**Francisco Thiago Araújo da Silva**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)

[atletath2k@gmail.com](mailto:atletath2k@gmail.com)

**Ruan dos Santos Barbosa**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)

[ruan.barbosa@aluno.unifametro.edu.br](mailto:ruan.barbosa@aluno.unifametro.edu.br)

**Julia Rocha Ribeiro**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)

**Roberta Oliveira da Costa**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)

[roberta.costa@professor.unifametro.edu.br](mailto:roberta.costa@professor.unifametro.edu.br)

**Bruno Feitosa Policarpo**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)

[bruno.policarpo@professor.unifametro.edu.br](mailto:bruno.policarpo@professor.unifametro.edu.br)

**Jurandir Fernandes Cavalcante**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)

[jurandir.cavalcante@professor.fametro.com.br](mailto:jurandir.cavalcante@professor.fametro.com.br)

**Área Temática:** Processo de Cuidar

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XII Encontro de Iniciação à Pesquisa

A natação, inicialmente desenvolvida como uma prática de sobrevivência, evoluiu ao longo do tempo, tornando-se uma ferramenta fundamental em diversos contextos, como treinamento militar durante períodos de guerra. Posteriormente, essa modalidade expandiu-se para várias vertentes, incluindo lazer, reabilitação, promoção da saúde e competições esportivas. Quando praticada desde a infância, a natação oferece benefícios que vão além da mera aprendizagem do nado, abrangendo aspectos cognitivos, motores e sociais, além de contribuir para a prevenção da obesidade infantil, fortalecimento do sistema cardiorrespiratório e redução do risco de acidentes. Deste modo apresente pesquisa tem como objetivo verificar os benefícios da natação para bebês, especialmente no que tange ao desenvolvimento psicomotor, social, à saúde, e à prevenção de doenças. A metodologia adotada neste estudo é uma revisão integrativa,

com base em pesquisas realizadas em referenciais teóricos previamente publicados em meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos e páginas da web. A revisão integrativa permite a análise e síntese de resultados de pesquisas anteriores, proporcionando uma visão abrangente sobre o tema. Os resultados evidenciam que a natação, quando introduzida na infância, contribui significativamente para o desenvolvimento psicomotor, melhorando o controle motor, a coordenação e a força muscular dos bebês. Além disso, os estudos analisados apontam melhorias na condição corporal e cardiorrespiratória, o que favorece a saúde geral da criança e pode prevenir o surgimento de doenças crônicas. Outro ponto importante destacado é o impacto positivo da natação no fortalecimento dos laços sociais e afetivos entre pais e filhos, especialmente quando os pais participam ativamente das aulas, entrando na piscina junto com os bebês. Os benefícios não se limitam apenas ao desenvolvimento físico, mas também promovem uma interação social precoce, favorecendo a socialização dos bebês e o fortalecimento de vínculos familiares. A exposição ao meio líquido proporciona aos bebês uma experiência sensorial única, que estimula tanto o desenvolvimento cognitivo quanto emocional, promovendo uma sensação de segurança e confiança no ambiente aquático. Podemos concluir que, a natação para bebês proporciona benefícios que vão além da simples aprendizagem motora, contribuindo para o desenvolvimento psicomotor, a melhora da saúde. Além dos ganhos físicos, fortalece os vínculos afetivos entre pais e filhos e promove interação social precoce. Assim, é fundamental que a prática da natação na primeira infância seja incentivada por pais e educadores, com a criação de ambientes seguros e acolhedores que permitam o desenvolvimento das crianças de forma lúdica e saudável, estimulando tanto o aspecto físico quanto emocional.

**Palavras-chave:** Natação Infantil; Coordenação Motor; Saúde;

**Referências:** DA SILVA RAIOL, Paloma Aguiar Ferreira; DE AZEVEDO RAIOL, Rodolfo. As aulas de natação para bebês: capacidades motoras e princípios do treinamento. **Educação Física em Revista**, v. 5, n. 3, 2011.

FARIAS, Marcelo Sant'Ana de et al. A prática corporal na disciplina natação nos cursos de formação: saber ou não saber nadar?. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 43, p. e013320, 2021.

BERNARDO, Evelyn A. Fernandes et al. Aula de natação para bebê: um estudo sobre a metodologia e aplicações. **Coleção Pesquisa em Educação Física, Várzea Paulista**, v. 15, n.

01, p. 49-56, 2016.

DA SILVA RAIOL, Paloma Aguiar Ferreira; DE AZEVEDO RAIOL, Rodolfo. As aulas de natação para bebês: capacidades motoras e princípios do treinamento. **Educação Física em Revista**, v. 5, n. 3, 2011.

GRISI, Roseni NF. Natação para Bebês: uma abordagem psicológica das relações pais e filhos no processo ensino-aprendizagem. **Monografia (Especialização em Ciência da Natação e Hidroginástica) Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro**, v. 32, p. 72, 1994.