



## NATAÇÃO E SEUS BENEFÍCIOS PARA CRIANÇA COM TRANSTORNO ESPECTRO AUTISTA

COSTA, Marina da Silva Cruz<sup>1</sup>

Eixo Temático: Atividade motora adaptada e qualidade de vida

### RESUMO

A natação tem como benefícios o desenvolvimento de crianças com Transtorno Espectro Autista, fazendo que obtenha seu desenvolvimento psicomotor e sua inclusão social. O objetivo é mostrar os benefícios da natação no desenvolvimento social, psicomotor, desenvolvendo sua autonomia e melhoria em qualidade de vida. A pesquisa se constitui em uma revisão na literatura, baseada na revisão sistemática com as bases: SCIELO e LILACS. Com base nos artigos analisados foram encontrados os seguintes resultados, através da natação as crianças se desenvolvem, melhorando seu convívio social e sua psicomotricidade. Obtendo os resultados finais houve a compreensão que, com a prática da natação as crianças com autismo, obterá um grande desenvolvimento psicomotor e social, tendo o reconhecimento que a natação é de fundamental importância na vida destas crianças, beneficiando a qualidade de vida e interação social passando a serem pessoas inclusas na sociedade.

**Palavras-chave:** Natação. Qualidade de vida. Transtorno Espectro Autista.

---

<sup>1</sup> Graduanda em Educação Física, Universidade do Estado da Bahia CAMPUS IV Jacobina /Bahia, marynasilva@hotmail.com



## INTRODUÇÃO

Quando se refere a uma criança com Transtorno Espectro Autista (TEA) nos dias hoje logo surge a imagem de uma criança isolada, onde não pode ter um bom convívio social, vivendo em seu próprio mundo, sendo sujeita a viver desta forma, distante de todos tendo uma vida cheia de limitações (Silva, 2012).

A maioria das crianças autistas apresenta comportamentos logo nas suas primeiras fases de vida, estes comportamentos são: inquietação, choro quase interrompido, incômodos com o som, diminuição do sorriso e dificuldades de expressar-se. Crianças autistas apresentam dificuldades na parte cognitiva, motor, social e vocalização. (January, 2014).

Com as “dificuldades” dos autistas há uma exclusão social, onde veem que estas pessoas não são capazes de realizar coisas como pessoas ditas por “normais” conseguem fazer. Apesar da exclusão ainda a pessoas que vem lutando para inclusão, os pais destas crianças sempre buscam a sua inclusão social, sempre buscando meios e melhorias para a adaptação de vida.

A natação é um meio onde desenvolve a coordenação motora, lateralidade, fortalecimento e aumento da força muscular, flexibilidade, equilíbrio e noção de espaço, sendo também um meio de socialização. A natação traz consigo a possibilidade de descarregar tensões, a melhoria do humor tudo pelo o efeito causado pelo o relaxamento da água (Lepore, 1999). Com ajuda da natação as crianças poderão realizar atividades que não seriam realizadas no solo, tendo estímulos, execuções de movimentos e posturas não habituais, ajudando em seu desenvolvimento psicomotor.

Assim a natação oferece estímulos e desenvolvimento necessários para pessoas autistas. Proporcionando os autistas, de utilizar as suas habilidades por meio de atividades motoras, desenvolvendo suas capacidades físicas e intelectuais (Velasco, 2004).

Segundo Velasco (2004) os movimentos diários realizados pelas crianças é parte do autoconhecimento do corpo, pois exige uma participação dele como um todo. Este contato da criança e a piscina permite que ela desenvolva afetividade, auto confiança e criatividade.

Dessa forma, para o melhoramento da qualidade de vida das crianças autistas, a natação é de fundamental importância, pois beneficiará em seu meio social, psicomotor, aceitação corporal e desenvolvendo o aprendizado de atividades necessárias para o seu convívio. Assim, o objetivo do presente estudo é mostrar os benefícios que as aulas de natação trás para as crianças com autismo e seus desenvolvimentos em meio social, autonomia, psicomotor e a qualidade de vida.

## MÉTODOS

Foi feita uma revisão na literatura, baseada na revisão sistemática. A revisão sistemática é um método de sínteses de evidencias onde são avaliadas criticamente e interpretadas todas as fontes pertinentes que estejam disponíveis, para uma pergunta especifica, área de conhecimento ou fenômeno de interesse (BRASIL, 2012).



A busca dos dados foi feita nas seguintes bases: SCIELO e LILACS, utilizando as palavras chaves: natação and autismo, natação and qualidade de vida, atividades aquáticas and autismo. Foram considerados para a leitura apenas artigos periódicos científicos publicados, tendo a exclusão dos periódicos que não contribuía para a melhoria da qualidade de vida, o desenvolvimento psicomotor das crianças, desenvolvimento no âmbito social.

A busca permitiu encontrar uma dissertação, um anual do evento I CONATA I CONIATA, 2017 e cinco artigos científicos, tendo a classificação do público correspondente a crianças com Transtorno Espectro Autista (TEA), as atividades aquáticas realizadas desenvolvendo seu autoconhecimento do corpo nos projetos de extensões, estimulando movimentos e posturas não habituais e o desenvolvimento físico e intelectual.

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base nos artigos analisados, foram encontrados através dos desenvolvimentos de cada criança onde a natação traz a melhoria do seu convívio social, sua psicomotricidade.

Tabela 1: Publicação selecionada para esta revisão, identificando o autor, ano da publicação, objetivo e característica da amostra.

Autor	Ano	Objetivo	Amostra	Métodos	Considerações Finais
BOSA, C.A	2006	A qualidade de interação social que se estabelece entre a criança autista e a natação, expondo através de relato a atuação do professor de natação com crianças autistas.	Crianças autista graves: usuárias de substâncias medicamentos. (N = 20)	Baseado nas definições dos tipos de pesquisa, esse artigo se classifica como pesquisa de campo.	A natação mostrou-se eficaz na aquisição de habilidades aquáticas, no melhoramento do comportamento social e do desempenho motor, e cognitivos da criança autista.
COLETA, M	2002	Ensinar habilidades aquáticas e melhorar o desempenho motor	Crianças autistas leves de 6-8 anos (N=4)	Foi realizada uma pesquisa de campo	Os exercícios aquáticos melhoram a aptidão na natação e estilo de vida das crianças autistas.



<b>SILVA, D. B. P. M</b>	2010	O objetivo deste estudo, é averiguar se as crianças autistas têm capacidade de evoluir no processo de aprendizagem do nado com técnicas alternadas.	Crianças autistas na fase de desenvolvimento (N=9)	A pesquisa pautada se consiste em pesquisa de campo.	Melhora das habilidades aquáticas com potencial para melhorias de habilidades sociais.
------------------------------	------	---	--	--	--

Nesta revisão foi analisado a melhoria da qualidade de vida das crianças autistas, seu desenvolvimento no meio líquido como: equilíbrio, lateralidade, afetivo, cognitivo, emocional e social, com o relato das principais limitações. Mesmo com as dificuldades, o desenvolvimento das crianças autistas acontece, tendo resultados positivos e trazendo melhorias no âmbito familiar e social.

Bosa; (2006) afirma os benefícios da natação para as crianças com autismo, no aspecto psicomotores, perspectiva motor, afetivo e social revelando como uma habilidade facilitadora na aprendizagem motora, e como forma de reabilitação de criança com Transtorno Espectro Autista (TEA). (BOSA, 2006).

Segundo Velasco (2004) a natação para crianças com Transtorno Espectro Autista (TEA) é um possível tratamento complementar físico e mental. O uso da natação na reabilitação física decorre dos movimentos dos nados. Os movimentos que a criança autista gera uma semelhança com os movimentos diários. É um trabalho de conhecimento com o corpo, pois exige a participação dele por inteiro, trabalhando e desenvolvendo uma melhor coordenação física, a postura o ritmo, o equilíbrio e a auto-aceitação.

## CONCLUSÕES

Com a prática da natação as crianças com autismo, terão um grande desenvolvimento psicomotor e social, com o reconhecimento que a natação é de fundamental importância na vida destas crianças, beneficiando a qualidade de vida e interação social, passando a serem pessoas inclusas na sociedade.

## REFERÊNCIAS

BOSA, Cleonice Alves. **As Relações entre Autismo, Comportamento Social e Função Executiva**. Vol. 14, Ed.:Supl I, p. 281-287, 2006.

BOSA, Cleonice Alves. **Revista Brasileira de psiquiatria. Autismo: intervenções psicoeducacionais**. Vol. 28, ed.:Supl I, p. 47-53, 2006.



JANUARY, V.B GOYOS.C. LAHMIEI, M. in Autismo. **Transtorno Autista, Transtorno do Espectro Autista**, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos-SP, p.16, 2014.

FERREIRA, Marcos Vinicius Moraes. **Psicomotricidade e Atividade Aquática: A Prática com a Criança Autista**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Edição 04. Ano 02, Vol. 01. p 329-337, Julho de 2017.

LOURENCO, Carla Cristina Vieira et al . Avaliação dos Efeitos de Programas de Intervenção de Atividade Física em Indivíduos com Transtorno do Espectro do Autismo. **Rev. bras. educ. espec.**, Marília , v. 21, n. 2, p. 319-328, June 2015 .

MORAIS, Lais Machado Carneiro; JESUS, Gilmar Mercês. Benefícios de Programas de Atividades Aquáticas para Pessoas no Transtorno do Espectro Autista. **I congresso Nordeste de Atividades Aquáticas (I CONATA) e I Congresso Internacional de Atividades Aquáticas (I CONIATA): Indissociabilidade na formação: fomentado o ensino e pesquisa com a extensão**, p. 15-23, 2017.

SANTOS, Carlos Cleiton Bezerra. **Relevância da Natação para Autistas na Melhoria da Qualidade de Vida**. capa> v. 84 (2014).

SILVA, Daniel Bruno Pinheiro de Miranda. **Programa Específico de Natação para Crianças Autistas**. Lisboa: Escola Superior de Educação Almeida Garrett, p. 13, 2010.