

POSSIBILIDADES DE UTILIZAÇÃO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS COM AUTISMO

POSSIBILITIES OF USING ARTISTIC GYMNASTICS TO IMPROVE THE QUALITY OF LIFE OF CHILDREN WITH AUTISM

UELITON BISPO ROCHA¹, NATHÁLIA LOBO RODRIGUES¹, ELINALDO CÂMARA PEREIRA¹, CAMILA GRASIELE ARAÚJO DE OLIVEIRA², CÉLIO ANTÔNIO DE PAULA JÚNIOR², LUCAS RAPHAEL BENTO E SILVA^{2*}

1. Acadêmico do curso de Educação Física do Centro Universitário Araguaia (UniAraguaia); 2. Docente do curso de Educação Física do Centro Universitário Araguaia (UniAraguaia).

*Rua GB, Quadra 49, Lote 12, Jardim Guanabara 3. Goiânia, Goiás, Brasil. CEP: 74683-350. E-mail: prof.lucasraphaelbs@gmail.com

Recebido em 22/04/2021. Aceito para publicação em 03/06/2021

RESUMO

Introdução: O autismo é um distúrbio do desenvolvimento, e seus sintomas é evidenciado na infância, normalmente surge nos primeiros três anos de vida da criança. O estudo presente, ressalta a ginástica artística (GA) como instrumento potencializador de capacidades e habilidades que a criança precisa desenvolver ao decorrer da infância. **Objetivo:** A pesquisa científica na área de Educação Física adaptada tem por objetivo estudar sobre o autismo e o que a ginástica artística pode proporcionar para praticantes da modalidade com autismo. **Método:** O presente artigo, é uma revisão bibliográfica, que busca conhecer os efeitos que a GA pode trazer na qualidade de vida das pessoas com autismo. **Resultado:** Com um plano de ensino bem elaborado e professores qualificados a Ginástica Artística pode auxiliar e ajudar o desenvolvimento de crianças com Transtorno de Espectro Autista nos seus primeiros anos de vida e em todos os seus processos evolutivo de coordenação motora, desenvolvimento intelectual, social e familiar.

PALAVRAS-CHAVE: Autismo; Ginastica Artística; Desenvolvimento.

ABSTRACT

Introduction: Autism is a developmental disorder, and its symptoms are evident in childhood, usually appearing in the child's first three years of life. The present study highlights artistic gymnastics (GA) as an instrument to enhance the skills and abilities that the child needs to develop during childhood. **Objective:** Scientific research in the field of adapted Physical Education aims to study about autism and what artistic gymnastics can provide for practitioners of the modality with autism. **Method:** This article is a bibliographic review, which seeks to know the effects that GA can bring on the quality of life of people with autism. **Result:** With a well-designed teaching plan and qualified teachers, Artistic Gymnastics can assist and help the development of children with Autistic Spectrum Disorder in their early years and in all their evolutionary processes of motor coordination, intellectual, social and familiar.

KEYWORDS: Autism; Artistic Gymnastics; Development

1. INTRODUÇÃO

De acordo com Kanner (1943), o autismo é definido como um “Distúrbio Autístico do Contato Afetivo”, no qual possui comportamentos próprios, como: dificuldades de se relacionarem com outras pessoas, dificuldades no uso da linguagem verbal e não verbal para se comunicarem, possuem comportamentos repetitivos, restritos e estereotipados (TAMANAH; PERISSINOTO; CHIARI, 2008).

Outras características do Autismo, são os modo de como se comportam sem emoções, atrasamento no desenvolvimento da fala, incapacidade de manter um diálogo ou iniciar uma conversa, dificuldade para diferenciar o real do imaginário, entre outros. Com isso, a prática de exercício físico pode servir de auxílio para pessoas que possui essa síndrome, onde pode diminuir a ansiedade, melhorar o desempenho comportamental e até mesmo acadêmico (ANDRADE et al, 2016).

Tomé (2007), acredita que a Educação Física pode interferir na qualidade de vida das pessoas autistas, onde vai desenvolver habilidades sociais delas. Sendo assim a iniciação esportiva, pode ser eficiente para melhorar o comportamento de crianças portadoras de autismo.

Devemos levar em consideração que talvez os esportes, que possuem regras e rigor técnico podem causar um desconforto a uma criança autista. Por isso Tomé, (2007) apud Sousa e Maciel, (2018), afirma que esse grupo de pessoas com autismo, se identifica mais com atividades cíclicas, como natação, ginástica, corridas leves, bicicletas, musculação, atividades de relaxamento, atividades com músicas e demonstrações que pode levar a uma melhor compreensão das atividades. Pensando no desenvolvimento motor das

crianças com autismo, as atividades que possui obstáculos como subidas e descidas, atividades com mudanças de direção e equilíbrio, saltos, arremessos, lançamentos, jogos com bolas (arremesso a cesta, chute ao gol, agarrar, quicar a bola, entre outros), atividades e jogos esses que tenham um começo, um meio e um fim indicados, podem auxiliar na aquisição de habilidades motoras (ANDRADE et al, 2016).

No que se refere a Ginástica Artística (GA), trata-se de uma modalidade esportiva entendida como formadora, pois trabalha por completo as habilidades motoras. Onde trabalha também a resistência muscular geral e localizada, trabalha a coordenação, flexibilidade, equilíbrio, e consciência corporal, fazendo com que os praticantes tenham mais disciplina e o domínio com o corpo (MOURA, 2012). “A GA além de trabalhar a coordenação motora, trabalha com contatos visuais e afetivos professor/aluno. Isso pode favorecer o desenvolvimento de afeição por outrem na criança autista” (ANDRADE et al, 2016 pp.3).

A GA atua com movimentos livres, podendo ser locomotores, como caminhar, rastejar; tem também movimentos manipulativos, como agarrar, alcançar; movimentos de estabilidade, como flexionar e estender. Onde também possui movimentos em aparelhos fixos, como o cavalo com alças, argolas, paralelas simétricas, o plinto e a trave de equilíbrio, entre vários outros (MOURA, 2012).

O objetivo do presente estudo é verificar e estudar os efeitos e os benefícios que a GA, pode trazer para as pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), levando em consideração as características sociais e comportamentais.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Essa pesquisa é de cunho bibliográfico, onde para Gil (2008), são aqueles que utilizam como fonte de pesquisa, material que já possuem tratamento teórico, como livros e artigos, e tem a finalidade de esclarecer e alterar conceitos, ideias e opiniões desses estudos, em projetos posteriores. Para o autor, esse tipo de pesquisa tem como objetivo promover uma visão mais geral, com menos rigidez e mais aproximativo.

De acordo com Lima e Miotto (2007), a pesquisa bibliográfica sendo um procedimento metodológico, oferece ao pesquisador uma possibilidade na procura de soluções para o seu problema de pesquisa. Onde o pesquisador vai expor sua forma de construção do processo metodológico e as escolhas do procedimento, onde vai também demonstrar como se configura a apresentação e a análise dos dados adquiridos. Contudo, a pesquisa bibliográfica possui movimentos insistentes de apreensão dos objetivos, do cumprimento das etapas, de leitura, questionamentos, entre outros.

O estudo foi realizado a partir de periódicos voltados para os benefícios da ginástica artística, com relação ao desenvolvimento motor, capacidades cognitivas, físicas, convívio social e novos estímulos.

Os textos utilizados nesse estudo, abordaram o

tema TEA e a GA, mas cada um com uma relação diferente, onde foi preciso estudar profundamente e relacionar os dois, para assim verificar os benefícios que a GA poderia trazer para a qualidade de vida das pessoas com TEA.

O presente estudo teve uma limitação na metodologia devido à baixa quantidade de estudos específicos para o tema escolhido. Por isso foram utilizados artigos, livros, onde foi necessário juntar informações e relacionar cada texto. Foram utilizados 6 artigos específicos a TEA, dentre os outros 5 textos relacionados ao desenvolvimento motor e a GA.

Na análise dos artigos, foram utilizadas as principais ideias dos autores e o que tinha de envolvimento com o tema escolhido. Os principais autores desse estudo foram: Piaget (2011), Nunomura (2008).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em vista da proporção e capacidades das modalidades esportivas que existem no mundo, o ser humano dentro da sociedade tem uma vasta opção para se exercitar, pode se dizer que atualmente práticas esportivas são mais que meros momentos de lazer ou distração. O presente artigo tem como objetivo principal expor a modalidade de Ginástica Artística como um instrumento potencializador de capacidades e que possibilita não apenas sair do sedentarismo, mas sim, mudar a vida de praticantes e suas famílias. O autismo conhecido como um Transtorno do Espectro Autista (TEA), “é definido como uma síndrome comportamental que compromete o desenvolvimento motor e psiconeurológico dificultando a cognição, a linguagem e a interação social da criança.” (PINTO et al, 2016).

E a GA sendo uma modalidade que abrange e necessita de muita coordenação motora, flexibilidade, força e dedicação dos seus praticantes, de certa maneira muda a vida dessas famílias que tem crianças autistas. De acordo com Nunomura (2008), na criação da ginástica artística um dos pontos que foram fundamentais para Friedrich Ludwig Jahn (o pai da ginástica artística), foi ensinar os jovens de 1809, alguns movimentos fundamentais para o dia a dia que é caminhar, correr, saltar, lançar e sustentar-se, que nada custam e que podem ser praticados em toda e qualquer parte do mundo gratuitamente.

Segundo Nunomura (2008), além do objetivo físico, havia também um objetivo moral de desenvolver não só as capacidades físicas dos praticantes, mas sim desenvolver a autoconfiança, a disciplina, a independência, a lealdade e a obediência. Tendo em vista os transtornos de autistas e as necessidades da GA, é desafiador para qualquer que seja os profissionais que queira se ingressar nessa aventura em prol de dois desenvolvimentos (o profissional e o do aluno que vai ter a possibilidade de vivenciar e se maravilhar com as inúmeras sensações que a ginástica proporciona todos os dias em formar de superação).

O Autismo mais conhecido como Transtorno de Espectro Autista é dividido em três níveis ou em outras palavras em 3 graus: 1º grau: leve, 2º grau: moderado e 3º grau: Severo. É de grande importância que os familiares saibam, que seja diagnosticado o nível em que se encontra o seu familiar, e que seja acompanhado por profissionais da área, para que seja inserido com mais facilidades em processos de aprendizagem e capacidades motoras (CASTRO, 2016).

Ginástica artística para autistas

A GA é uma modalidade muito interessante e muito complexa, que traz pesquisadores de diversas partes do mundo para estudar e descobrir os seus segredos. Áreas da biomecânica, fisiologia, Educação Física e até mesmo áreas da tecnologia ficam se perguntando como que aquelas ginastas, desafiam a gravidade, realizando aqueles saltos incríveis que chegam a sair mais de 2 metros do solo, e muitas das vezes em sequência, e para lados diferentes, como que é possível? Uma das perguntas mais feitas e escutadas no cotidiano, mas a resposta acaba sendo muito simples, se alcança com muito treino e dedicação.

Por necessitar de muitos treinos e respeitar a individualidade de todos, a ginástica acaba se tornando uma modalidade que foi feita para todos participarem mais para pouco desfrutarem os altos níveis de complexidade. Para que um indivíduo consiga executar um mortal com perfeição, o mesmo precisa portar de um certo preparo físico (mínimo necessário), uma boa coordenação motora, e algum tempo de vivência na área, para ter uma base mínima de conhecimento sobre suas capacidades. O interessante são as possibilidades que a GA pode proporcionar, sempre com probabilidade de surgir algo novo, um movimento mais difícil e algo que chame a atenção do espectador e sempre supere as capacidades dos praticantes.

Para se alcançar os níveis mais altos da Ginástica Artística os praticantes têm que começar a treinar muito cedo, bem no começo das capacidades motoras e seu processo de desenvolvimento que de acordo com Piaget (2011) os estágios de desenvolvimento da criança são: sensório-motor (0 a 2 anos), pré-operatório (2 a 7), operatório concreto (7 a 11) e operatório-formal (12 em diante). Nas academias de GA e nos ginásios se fala muito sobre qual é a idade certa para uma criança ingressar na carreira de ginasta, grandes técnicos renomados dizem que quanto antes começar melhor, mas outros recomendam a começar só a partir do desenvolvimento pré-operatório próximo aos 03 anos de idade.

Crianças autistas não são diferentes, quanto antes melhor para poder estimular e agregar novos estímulos, a inteligência vem por meio interno e externo, quanto mais informações e estímulos forem inseridos na criança melhor, pois aos poucos ela vai absorvendo o conteúdo (MACIEL; SOUSA, 2007).

De acordo com Piaget (2011), a interação é fundamental entre fatores internos e externos, toda

conduta é uma assimilação do dado a esquemas anteriores (assimilação e esquemas hereditários em graus diversos de profundidade) e toda conduta é, ao mesmo tempo, acomodação destes esquemas a situação atual. (PIAGET, 2011, p. 89).

Tudo em busca de transmitir conhecimento e inteligência para essas crianças por meio da GA, mas o que seria inteligência? Piaget em (1986) afirma que a inteligência é uma adaptação, por isso para aprender as suas relações com a vida em geral, se faz necessário definir quais relações que existe entre o organismo e o meio ambiente. Isto significa dizer que para entendermos a evolução da inteligência é indispensável conhecer as relações que o sujeito estabelece com o meio e como o meio influencia nesse processo, ou seja de que forma a criança utiliza os objetos externos para aprender e aprender sobre eles por meio de ações coordenadas.

Na Ginástica Artística e muito comum se ouvir “a prática leva a perfeição”, com os processos coordenativos de crianças com autismo não seria diferente. De certa maneira, o desenvolvimento cognitivo seria uma reorganização progressiva dos processos mentais, que evolui de acordo com a maturação biológica e a experiência ambiental. O autismo pode estar associado a diversas condições, tais como deficiência intelectual (presente em cerca de 50% dos casos de autismo), epilepsia (presente em até 42% dos casos), deficiência auditiva, síndrome de Down, dentre outras condições patológicas (SCHWARTZMAN, 2011).

Portanto é válido ressaltar que o convívio com outras crianças que não tenham aspectos autistas ajuda muito no desenvolvimento de crianças portadoras de TEA, brincadeiras lúdicas e ações do cotidiano são ótimos estímulos, potencializadores de capacidades básicas. Contudo o objetivo desta pesquisa foi identificar os benefícios da ginástica artística, curiosamente os resultados demonstraram melhoras no convívio social, agilidade e autonomia na realização de tarefas, melhora no domínio (ou controle) corporal, entendimento maior nos afazeres no seu dia-dia, no relacionamento com a família e melhora no comportamento mais agressivo sendo, mas afetivo, compreendendo mais e interessando nas atividades físicas é no esporte (FREITAS; GONZALES; SOUZA, 2017).

Segundo David *et. al* (2016), a prática de exercícios físicos pela criança autista pode influenciar na liberação de neurotransmissores que diminuem a ansiedade, no melhorar do desempenho acadêmico e comportamental, desenvolver qualidade físicas como flexibilidade, força, velocidade, resistência muscular, equilíbrio e coordenação motora.

Porém, Freitas *et. al* (2017), salienta que o uso da educação física como meio de ensino para a criança com autismo, ajuda no desenvolvimento de suas habilidades sociais e melhoria da qualidade de vida. O professor de educação física para pessoas com autismo, está envolvido no processo de aprendizagem e

socialização, e não somente deve priorizar questão de aprimoramento físico, mas auxiliar no vasto conjunto de interação social, comunicação e comportamento.

De acordo com Castro (2013), a ginástica para alunos com autismo é uma modalidade que exige o conhecimento de movimentos básicos necessários para a realização das atividades cotidianas, exigindo repetições para o aprimoramento das ações motoras, busca colaborar no desenvolvimento das habilidades motoras diárias desses alunos, assim também ajuda na colaboração no processo educacional dos mesmos.

Chicon et. al (2016), a sala de ginástica artística possibilita enriquecer diversas experiências corporais, por conter um arranjo de elementos norteadores dessa ação, tais como: trumble track, trave de equilíbrio, bolas de pilates, colchões de diferentes tamanhos, formas e espessuras, barras assimétricas, plintos, trampolim, espaldar, entre outros. Tais ferramentas tem a capacidade de despertar o interesse da criança, proporcionando diferentes sensações, sejam elas de prazer, medo, angustia ou alegria, além de promover situações que melhoram a autoconfiança, autoestima, desenvolvimento da coordenação motora, fortalecimento, destreza e da consciência cinestésica.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da pesquisa bibliográfica sobre o tema, “O Benefício da Ginástica Artística”, observou a importância de professores qualificados e capacitados para receber o aluno com autismo, um bom ambiente para realização da atividade desse esporte, com uma estruturação adequada, planejada e sistematizada, para melhorar as capacidades físicas, cognitivas e o convívio social.

A pesquisa permitiu observar o quanto é importante a modalidade de ginástica artística para uma qualidade de vida melhor. É uma sensação de bem estar das crianças com autismo, possibilitando oportunidades novas de aprendizado, gerando estímulos que vai proporcionar melhoras na sua vida diária, na interação social, comportamental e principalmente na comunicação, gerando superação de diversos aspectos todos os dias.

5. REFERÊNCIAS

[1] ANDRADE, Jacqueline Sampaio; DAVID, Ana Paula Boreli; FARINATTI, Patrícia Arruda de Albuquerque; GURGEL, Jonas Lírio; PORTO, Flávia. **A prática regular de Ginástica Artística na minimização dos sintomas recorrentes do autismo em crianças: A perspective dos professores.** Revista CQAPV, v.8. n° 3, 2006. Disponível em: <file:///C:/Users/nath/Downloads/118-271-2-PB%20(2).pdf> . Acesso em: 20 De Novembro de 2020.

[2] CASTRO, CD. **Recursos alternativos para inclusão de crianças com autismo no ensino regular.** Trabalho de conclusão de curso (especialização) - Universidade tecnológica federal do Paraná, Medianeira, 2016. Disponível em: <

http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/4727/1/MD_EDUMTE_II_2012_24.pdf> . Acesso em: 03 de dezembro de 2020.

[3] CHIARI, Brasília Maria; PERISSINOTO, Jacy; TAMANAHA, Ana Carina. Uma breve revisão histórica sobre a construção dos conceitos do Autismo Infantil e da síndrome de Asperger. **Revista Da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, v 13. n°3. São Paulo, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-80342008000300015. Acesso em: 26 De novembro de 2020.

[4] CHICON, JF; ROCHA, JP; RODRIGUES, LM; SÁ, MDGCS; ESTEVÃO, A. Organização de ambientes de trabalho na perspectiva da inclusão. **Anais do seminário nacional de educação especial e do seminário capixaba de educação inclusiva.** Vol.1, Ano. 2016. Disponível em: <<https://periodicos.ufes.br/index.php/snee/article/view/24173>> . Acesso em: 03 de dezembro de 2020.

[5] COLLET, Neusa; NETO, Vinicius Lino de Sousa; PINTO, Naftaly Muniz; REICHERT, Altamira Pereira da Silva; SARAIVA, Alynne Mendonça; TOQUARTO, Isolda Maria Barros. Autismo infantil: impacto do diagnóstico e repercussões nas relações familiares. **Rev. Gaúcha Enferm.** (Online) 37 (3) • 2016

[6] FREITAS, JFF; GONZALES, P; SOUZA, AP. Autismo e educação física: experiências no projeto de uma instituição especializada. **Revista diálogos interdisciplinares-GEFIP.** Vol. 1, N.4, Ano. 2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufms.br/index.php/deaint/article/view/5253>> . Acesso em: 03 de dezembro de 2020.

[7] GUEDES, Nelzira Prestes Da Silva. **A Produção Científica Brasileira sobre Autismo na Psicologia e na Educação.** Psic.: Teor. e Pesq. [online]. 2015, vol.31, n.3, pp.303-309. ISSN 1806-3446. Disponível em:<<https://doi.org/10.1590/0102-37722015032188303309>>. Acesso em: 03 de dezembro de 2020.

[8] LIMA, Telma Cristiane Sasso de; MIOTO, Regina Célia Tamasso. **Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica.** Rev. *katálysis* [online]. 2007, vol.10, n.spe, pp.37-45. ISSN 1982-0259. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-49802007000300004>. Acesso em: 29 de novembro de 2020.

[9] MACIEL, Rosana Mendes; SOUSA, Patrícia Ribeiro de;. A Influência da Psicomotricidade no Desenvolvimento do Aluno Autista na Escola. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento.** Ano 03, Ed. 01, Vol. 02, pp. 69-84, Janeiro de 2018.

[10] PIAGET, Jean. **Epistemologia Genética.** Tradução: Álvaro Cabral. 3ª ed. Martins Fontes: São Paulo, 2007.

[11] PIAGET, Jean. **Seis estudos de Piaget.** Tradução: Maria Alice Magalhães D’Amorim e Paulo, Sérgio Lima Silva. 25ª ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2011.

[12] PIAGET, Jean. **O nascimento da inteligência da criança.** Editora Crítica: São Paulo, 1986.