

# **BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS NA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS AUTISTAS**

Joceimar Campos da Silva  
José Luiz de Freitas  
Claudio kleina  
EMEF Nossa Senhora de Fátima

## **RESUMO**

Este artigo trata do estudo de uma criança com autismo e de como as atividades físicas podem contribuir na qualidade de vida e no desenvolvimento psicomotor e social, tem como objetivo principal subsidiar a família e professores a partir das atividades desenvolvidas. A metodologia que fundamentou o presente trabalho foi um estudo de caso, com ênfase numa abordagem qualitativa direcionada a família e para as escolas, onde se obteve informações, referencial e conhecimento necessários para desenvolver as atividades e métodos a serem adotados para aplicar um trabalho satisfatório onde as atividades físicas norteariam o processo de desenvolvimento psicomotor, saúde, educação, e de socialização, visando à qualidade de vida. A prática de atividades físicas possibilita que todo o trabalho seja adaptado e direcionado às necessidades sendo assim possível desenvolver práticas educacionais dirigidas e específicas para cada caso. Para que esse trabalho de resultados é necessário que haja um empenho da família, escolas e professores e que as atividades criadas sejam postas em prática.

**Palavras chave:** autismo, qualidade de vida, educação, saúde, atividade física.

## **INTRODUÇÃO**

Este trabalho foi elaborado e estruturado para fornecer aos Profissionais da Educação, Educação Física, Educação Especial, Pais e demais interessados, subsídios teóricos e práticos para o desenvolvimento legal de suas atribuições. Tem por objetivo melhorar a qualidade de vida e dar maior respaldo nos serviços prestados à Educação e às Famílias de pessoas com autismo.

Pela relevância do estudo nas intervenções no processo psicossocial, este material é dedicado aos profissionais da área da Educação e aos Pais de crianças com autismo, que se empenham com amor, carinho, respeito, dedicação e seriedade.

## **METODOLOGIA**

A metodologia usada foi uma pesquisa de campo, com abordagem qualitativa, com base em um estudo de caso de um aluno autista, através de questionários aplicados à família, aos profissionais que atendem o aluno, com o objetivo de obter conhecimentos e respaldo para desenvolver as atividades e subsidiar outras famílias e outras escolas, quanto a alguns métodos e atividades que podem contribuir na qualidade de vida do aluno autista.

A coleta de dados foi obtida a partir da elaboração de questionários que foram elaborados para os pais, escolas e a área médica. Referente ao questionário dos pais primeiramente foi levado uma carta de apresentação e após um documento da Facinter para aprovação e autorização da família para o estudo de caso, com as escolas, foi levado uma carta de apresentação e conversado com a direção, que autorizarão as observações e a aplicação dos questionários, já com o pediatra foi conversado pessoalmente e ele se colocou a disposição para responder o questionário. Após as autorizações encaminhei os questionários que foram respondidos individualmente por todas as partes questionadas no estudo.

## **AUTISMO**

Para Marina da S. R. Almeida, psicóloga e pedagoga especialista em autismo, uma das principais características pode ser um déficit na interação social, usualmente combinado com dificuldades de linguagem e comportamento. “O autismo é diagnosticado por um Médico neuropediatra psicólogo e ou psiquiatra especializado e uma equipe multidisciplinar, utilizando-se de critérios e diagnósticos específicos”. (Certeza, Revista Ciranda da Inclusão, 2010, p. 4)

O autismo é uma alteração cerebral que afeta a capacidade da pessoa se comunicar, estabelecer relacionamentos e responder apropriadamente ao ambiente. Algumas crianças apesar de autistas apresentam a inteligência e a fala intacta, outras apresentam também retardo mental, mutismo ou importantes retardos no desenvolvimento da linguagem. Alguns parecem fechados e distantes outros presos a comportamentos restritos e rígidos padrões de comportamento, pesquisado no site [www.autismo.org.br](http://www.autismo.org.br).

Ainda Certeza (2010), diz que é necessário discernir suas características principais, seus limites, potencial capacitador, habilidades, necessidades e prioridade; as quais precisam ser estudadas, planejadas e trabalhadas com a finalidade de se proporcionar a maior estabilização emocional possível, construção do conhecimento e seu desenvolvimento global.

De acordo com o estudo para ter um bom e significativo desenvolvimento das habilidades motoras primeiro devemos conhecer com detalhes as habilidades motoras atuais, o interesse e a capacidade comunicativa, para ter segurança de que a pessoa será absolutamente bem sucedida nas tarefas propostas para construção da motivação, obediência, auto-estima e desempenho independente. A atividade tem que ser de fácil entendimento com elementos estruturais simples e objetivos. Os professores têm que

saber estimular, distrair e divertir, mantendo uma relação positiva com aluno.  
[www.autismo.org.com](http://www.autismo.org.com).

### **PARTICIPANDO DA VIDA DE UMA CRIANÇA COM AUTISMO**

Durante o desenvolvimento das atividades, na hora da explicação, consegui prender a visão dele na minha visão, o que contribuiu para ele realizar a atividade dirigida, nos cones. Outra observação importante é que o Arthur é carinhoso e aceitou bem o carinho e até mesmo quando passei a mão na cabeça dele, não houve reação tendo em vista que estudos mostram que autistas não aceitam que passem a mão nas suas cabeças reagindo sempre a esse estímulo de forma negativa. Outra característica comum é a baba, mas o Arthur só babou uma vez quando cansou e ficou ofegante durante as atividades. Ele também identifica os números e demonstra com os dedos as quantidades numéricas de um a cinco.

Nas atividades em grupo, jogos e atividades recreativas o Arthur participou, perdeu o interesse em pouco tempo o que é considerado normal, mas só o fato de participar mostra que há possibilidades de explorar os jogos para o desenvolvimento. Nas atividades com música houve mais interesse principalmente pelo som e mesmo não realizando a tarefa como os outros colegas, realizou do seu jeito. O maior resultado foi nas atividades na água, onde ele esteve sempre com o grupo realizando a atividade e não ocorrendo fatos significativos, como agressão e querer os brinquedos dos colegas, que pudessem interferir na relação com os seus colegas, e afetar a integração e a socialização.

### **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

No questionário dos pais observou-se que a família começou ao perceber as primeiras diferenças a partir dos dois anos de idade quando levaram o filho ao neuropediatra, onde foram apontadas pelo médico, características autistas permanecendo assim até os três anos de idade quando outro neuropediatra afirmou que se tratava realmente de autismo. Mesmo antes dos laudos os pais percebiam que seu filho não tinha o mesmo comportamento e atitudes de outras crianças da mesma idade, passaram a ler e pesquisar sobre a suspeita de se tratar de autismo.

Atualmente, o Artur tem uma rotina diária, acorda em torno de 9hs, mama, come algo, na companhia da avó materna. Ao meio dia os pais chegam a casa, ele almoça junto, coloca o uniforme da escola e vai para a aula, mais tarde o pai vai buscá-lo e o leva para casa, ocasião em que ele lancha novamente, toma banho entornando de 19h30min. Quando os pais chegam do trabalho ficam com ele, às vezes saem para passear, pois ele gosta muito, mais ou menos às 22h30min ele dorme.

## **CONCLUSÃO**

Após a pesquisa e com todos os resultados desta, concluí-se que, mesmo com todos os estudos sobre autismo, ainda estamos engatinhando no assunto, com muitas dúvidas e porquês sem resposta referente ao espectro autista, só possíveis causas e uma série de sintomas relacionados ao autismo mais infundados teoricamente.

Na parte prática onde foi realizada uma série de atividades dirigidas, concluí que o Arthur tem capacidades para desenvolver trabalhos dirigidos, com bom entendimento e discernimento, atendendo a voz de comando e realizando as atividades com êxito. Na parte da socialização uma série de fatores deve ser levando em consideração como quem está acompanhando ele, se for à avó, ela por ser muito atenciosa às vezes acaba cedendo ao choro e o Arthur usa isso para conseguir o que ele quer, já com o pai ele se mostra mais calmo e não tenta usar tanto o choro, já sabendo que não vai conseguir. Ele sempre se mostra muito carinhoso e aceito muito bem o carinho e, nesses momentos se consegue algumas vezes ter a atenção total dele para realizar as atividades. Importante ser mencionado que a mãe do Arthur, devido a compromissos profissionais, não conseguiu participar das atividades, mas teve conhecimento e participação nas decisões relativas ao seu filho.

Face ao exposto permito-me concluir que as atividades físicas podem contribuir no desenvolvimento psicomotor, cognitivo, afetivo e na socialização, sendo necessárias uma boa estrutura escolar, a formação docente e a participação da família, no sentido de oferecer e estimular o desenvolvimento com o objetivo de melhorar a qualidade de vida do aluno autista.

## **REFERÊNCIAS.**

CERTEZA, Leandra Migotto. Autismo um arco-íres de Possibilidades, *Ciranda da Inclusão*, São Paulo, p. 4-05, Maio 2010. .

BRASIL. *Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional*. Lei nº 9394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, DF, 1996.

NEIRA, Marcos Garcia. Educação física desenvolvendo competências. 2. Ed. São Paulo: Phorte, 2006.