

O PAPEL DO PROJETO QUEM LUTA NÃO BRIGA NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E FÍSICO DE UMA ATLETA COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

**HENRIQUE ROCHA DE PINHO¹; HENRIQUE GEISS²; EMILY TELESCA³;
PABLO PEREZ⁴; ROSSANO DINIZ⁵; FABRICIO BOSCOLO DEL VECCHIO⁶**

¹*Escola Superior de Educação Física, UFPel – henriquedepinho7@gmail.com*

²*Escola Superior de Educação Física, UFPel – henrique.geiss@uol.com.br*

³*Escola Superior de Educação Física, UFPel – emilytelesca10@gmail.com*

⁴*Prefeitura Municipal de Pelotas - pablopettiz@gmail.com*

⁵*Escola Superior de Educação Física, UFPel – rossanotkd@gmail.com*

⁶*Escola Superior de Educação Física, UFPel – fabricioboscolo@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado por déficits na interação social e comunicação, interesses restritos e comportamentos repetitivos. (American Psychiatric Association, 2013). Nesse sentido, recentemente houve aumento na prevalência do TEA em crianças, em meados de 1990 estimava-se que afetava 11,6 a cada 1000 crianças (BAIRD et al., 2006); porém, estudos recentes apontam estimam que o TEA afeta até 18,5 a cada 1000 crianças (MAENNER et al., 2020). Somado a isso, a científica demonstra que pessoas com TEA apresentam dificuldades em interagir socialmente e na comunicação (WILMSHURST e BRUE, 2018). De forma concomitante, indivíduos com TEA costumam possuir dificuldades no desenvolvimento motor (CRUCITTI et al., 2020), o que afeta sua capacidade de interagir com outras pessoas, incluindo a participação social (BODISON, 2015). Isso significa que, por vezes, é difícil para as crianças com TEA participar de atividades que exigem habilidades motoras típicas de sua faixa etária, o que limita ainda mais suas oportunidades de interação social.

A prática regular de atividade física pode contribuir para melhorias nas relações sociais e nas habilidades de comunicação de pessoas com TEA (CHAN et al., 2021), como o exercício pode ajudar a reduzir comportamentos estereotipados (FERREIRA et al., 2019), além de melhorias em habilidades motoras, habilidades sociais e aptidão física (HEALY et al., 2018). Ademais, a prática e participação em modalidades esportivas de combate pode promover melhorias na saúde física e mental de crianças com TEA (KIM et al., 2016).

A cultura esportiva é uma ação desenvolvida pelos indivíduos e para eles. Ela envolve significados e interpretações relacionados ao esporte, assim como conhecimentos sobre sua prática em diversas formas de manifestação e seu papel social na sociedade atual. Nesse contexto, em 2011 foi criado o projeto de extensão de Taekwondo Quem Luta Não Briga (QLNB), resultado de uma parceria entre a Prefeitura Municipal de Pelotas, a Secretaria Municipal de Educação e Desporto (SMED, atualmente SELJ, Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Juventude) e a Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia (ESEF). O projeto tem como finalidade promover gratuitamente uma modalidade olímpica para estudantes das redes pública e privada de Pelotas-RS, buscando incentivar valores que o Taekwondo (TKD) proporciona, como socialização, integração e inclusão dos praticantes na sociedade.

Assim, esta comunicação tem como objetivo apresentar as melhorias sociais e físicas observadas em uma integrante do QLNB, de 14 anos, diagnosticada com TEA.

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Atualmente, o QLNB oferece a modalidade para iniciantes a partir dos 4 anos de idade, incluindo estudantes da rede pública, privada e de ensino superior da cidade de Pelotas. O projeto possui uma equipe coordenadora composta por um Professor Doutor em Educação Física como coordenador geral, um Mestre em Educação Física e Faixa Preta 6º Dan em TKD como coordenador técnico, um Professor Doutor em Nutrição e um Professor Doutor em Fisioterapia, além de discentes voluntários ou bolsistas que acompanham e monitoram os treinos. De modo amplo, o QLNB atende mais de 250 alunos de escolas públicas, privadas e da UFPel em quatro núcleos distintos, sendo eles: Centro de Esportes, Saúde e Cultura, Ginásio Municipal Karosso, Inova Guabiroba e ESEF-UFPel. Concomitante a isso, o QLNB oferece treinos de preparação física para os atletas destinados a equipe de alto rendimento, a qual Luiza faz parte. Nesse contexto, a praticante em questão realiza cinco sessões semanais de treinamentos, sendo elas:

1. **Treinos técnicos-táticos:** sessões em grupo nas quais são desenvolvidos os refinos técnicos específicos da modalidade e consciência tática.
2. **Poomsae:** modalidade do TKD em que cada graduação possui suas técnicas pré-definidas e coreografadas, nessas sessões os participantes aprendem quais suas técnicas de acordo com graduação e refino técnico das ações.
3. **Preparação física:** treinos que visam o desenvolvimento de aspectos físicos, como força, velocidade e potência de acordo com o calendário competitivo da equipe.

A participante está envolvida nas atividades do projeto há um ano, e como citado anteriormente, a prática de atividade física envolvendo modalidades esportivas de combate auxiliam o desenvolvimento motor, social e de aptidão física em pessoas diagnosticadas com TEA. Sendo assim, durante o período de participação nas atividades fornecidas do QLNB, familiares, professores e a própria praticante notaram melhorias em todos esses aspectos, tornando a participação da mesma imprescindível e motivo de orgulho para todos envolvidos nesse processo. Assim, para compreender os efeitos que a prática constante de TKD gerou, foram realizadas seis perguntas, três para a mãe e três para a atleta, além da percepção dos professores da evolução dela ao longo do tempo no QLNB.

Perguntas para a mãe:

1. Você percebeu alguma mudança no comportamento ou nas emoções da sua filha desde que começou no QLNB? Quais?
2. Como você percebe a importância do QLNB na vida da sua filha?
3. Antes do QLNB, existiam dificuldades específicas que hoje parecem mais controladas ou que melhoraram com a prática do esporte?

Perguntas para a atleta:

1. Como você se sente quando está participando das aulas do QLNB?

2. Você acha que aprendeu ou melhorou alguma coisa desde que começou no QLNB? Pode me contar o quê?
3. Para você, o ambiente do projeto é acolhedor? você se sente confortável durante os treinos?

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Como citado ao longo do estudo, as respostas foram essenciais para compreender a perspectiva da participante e familiares, somado a impressão do desenvolvimento da atleta pelo olhar dos treinadores. Como respostas das perguntas feitas, foram obtidas:

Respostas da mãe:

1. Sim. A praticante sofre de ansiedade. Com as aulas do projeto, ela consegue se regular e assim diminuir as crises.
2. Participar das aulas do projeto ajuda ela na autoconfiança, a regular emoções, ela consegue ficar mais tranquila em ambientes com muitas pessoas. Ela evoluiu muito na vida depois que começou a participar do projeto. Ela está mais tranquila e mais confiante.
3. Sim. Ansiedade ela melhor muito das crises de ansiedade, e agora ela usa a frase "eu consigo". Autoestima da praticante melhorou 100% depois que ela entrou para projeto.

Respostas da atleta:

1. Me sinto bastante disposta e focada em realizar os exercícios propostos pelos professores.
2. Sim, a minha ansiedade. O QLNB me ajudou bastante a minha ansiedade e a parar de pensar excessivamente sobre alguma coisa.
3. Sim. Me sinto bastante acolhida dentro do projeto.

Nesse contexto, foram observadas respostas positivas tanto da mãe, quanto da praticante, relacionadas à melhora em aspectos sociais, de autoestima e confiança. Somado a isso, os treinadores do projeto também identificaram avanços nesses aspectos, relatando que a atleta interage melhor com seus colegas, realiza atividades em duplas ou em grupo, além de ser notório o desenvolvimento motor enquanto realiza os exercícios propostos pelo projeto, concomitante ao aumento de aspectos relacionados a aptidão física, os quais são vistos com a progressão de carga durante as semanas de treinamento, onde a praticante progride muito bem.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se que o projeto Quem Luta Não Briga tem causado impacto positivo e significativo na vida da praticante, a qual tem diagnóstico de TEA. Esses benefícios comportamentais, sociais e físicos são corroborados pela literatura científica, que demonstra que a prática de modalidades esportivas de combate está associada a melhora no desenvolvimento psicossocial e motor e aumento de aspectos relacionados a aptidão física (KIM et al., 2016).

Além disso, o projeto beneficia a comunidade atendida e desempenha um papel fundamental na formação acadêmica e profissional dos estudantes da

ESEF/UFPEL que atuam como bolsistas ou voluntários. Esses discentes, ainda que apresentem elevada motivação, muitas vezes possuem limitações em termos de formação específica e experiência prática no campo das lutas, conforme apontado por Fonseca, Franchini e Del Vecchio (2013).

5. REFERÊNCIAS

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

BAIRD, G; SIMONOFF, E; PICKLES, A; LOUCAS, T; MELDRUM, D; CHARMAN, T. Prevalence of disorders of the autism spectrum in a population cohort of children in South Thames: the Special Needs and Autism Project (SNAP). **The Lancet**, v. 368, n. 9531, p. 210-215, 2006.

MAENNER, J. Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 years—autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2016. **MMWR. Surveillance summaries**, v. 69, 2020.

WILMSHURST, L; BRUE, W. The complete guide to special education: Expert advice on evaluations, IEPs, and helping kids succeed. **Routledge**, 2018.

CRUCITTI, J; HYDE, C; ENTICOTT, P. G; STOKES, M. A. Are vermal lobules VI–VII smaller in autism spectrum disorder?. **The Cerebellum**, v. 19, n. 5, p. 617-628, 2020.

BODISON, S. Developmental dyspraxia and the play skills of children with autism. **The American Journal of Occupational Therapy**, v. 69, n. 5, p. 6905185060p1-6905185060p6, 2015.

CHAN, J; DENG, K; YAN, J. The effectiveness of physical activity interventions on communication and social functioning in autistic children and adolescents: A meta-analysis of controlled trials. **Autism**, v. 25, n. 4, p. 874-886, 2021.

FERREIRA, J; GHIARONE, T; CABRAL JUNIOR, C. R.; FURTADO, G. E; CARVALHO, H; MACHADO-RODRIGUES, A; TOSCANO, C. Effects of physical exercise on the stereotyped behavior of children with autism spectrum disorders. **Medicina**, v. 55, n. 10, p. 685, 2019.

HEALY, S; NACARIO, A; BRAITHWAITE, R. E; HOPPER, C. The effect of physical activity interventions on youth with autism spectrum disorder: A meta-analysis. **Autism Research**, v. 11, n. 6, p. 818-833, 2018.

KIM, Y.; TODD, T.; FUJII, T.; LIM, J. C.; VRONGISTINOS, K; JUNG, T. Effects of Taekwondo intervention on balance in children with autism spectrum disorder. **Journal of Exercise Rehabilitation**, v. 12, n. 4, p. 314, 2016.

FONSECA, J. M. C.; FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F. B. Conhecimento declarativo de docentes sobre a prática de lutas, artes marciais e modalidades esportivas de combate nas aulas de educação física escolar em Pelotas, Rio Grande do Sul. **Pensar a Prática, Goiânia**, v.16, n.2, p.320602. 2013.