



Mais que luta: O Impacto do Jiu-Jitsu no Desenvolvimento Infantil de Crianças com Autismo

More than Fighting: The Impact of Jiu-Jitsu on the Child Development of Children with Autism

Rodrigo Araújo de Moraes

Instituição: Centro Universitário Unicesumar

Resumo: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) apresenta desafios relacionados à comunicação, interação social e comportamento. A prática esportiva adaptada pode favorecer o desenvolvimento motor, social e emocional de crianças autistas. Este estudo apresenta um caso envolvendo uma criança de 6 anos diagnosticada com TEA nível de suporte 1, inserida em aulas de jiu-jitsu. Foram observados avanços na coordenação motora, maior engajamento social e aumento da autoconfiança, evidenciando o potencial inclusivo da modalidade.

Palavras-chave: autismo; jiu-jitsu; inclusão; desenvolvimento infantil.

Abstract: Autism Spectrum Disorder (ASD) presents challenges related to communication, social interaction, and behavior. Adapted sports practice can foster motor, social, and emotional development in autistic children. This study presents a case involving a 6-year-old child diagnosed with ASD level 1, included in jiu-jitsu classes. Advances were observed in motor coordination, greater social engagement, and increased self-confidence, highlighting the inclusive potential of the sport.

Keywords: autism; jiu-jitsu; inclusion; child development.

INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento caracterizado por dificuldades persistentes na comunicação social e pela presença de padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses e atividades (APA, 2014). Estimativas recentes indicam que a prevalência do TEA tem aumentado nas últimas décadas, alcançando cerca de 1 em cada 36 crianças, de acordo com os Centros de Controle e Prevenção de Doenças dos Estados Unidos (CDC, 2023). Esse cenário evidencia a necessidade crescente de estratégias educacionais, terapêuticas e sociais que favoreçam a inclusão e o desenvolvimento dessas crianças em diferentes contextos.

A prática esportiva adaptada desponta como um recurso relevante nesse processo, visto que o movimento humano, aliado à interação social, pode promover benefícios no desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social. Esportes coletivos e atividades de natureza cooperativa estimulam aspectos essenciais como comunicação, socialização, autocontrole, autoconfiança e autoestima, contribuindo para a qualidade de vida de crianças com TEA e de suas famílias.

Entre as modalidades esportivas, as artes marciais vêm ganhando espaço como ferramentas pedagógicas e terapêuticas. O jiu-jitsu, em particular, apresenta

características que favorecem a inclusão: além de trabalhar disciplina, respeito, cooperação e resiliência, a prática envolve atividades que exigem coordenação motora fina e grossa, percepção corporal, equilíbrio e raciocínio estratégico. Por essas razões, pode ser considerado um ambiente propício para intervenções voltadas ao desenvolvimento integral da criança.

No entanto, para que a prática seja de fato inclusiva, torna-se necessário adotar adaptações pedagógicas que respeitem as singularidades de cada criança com TEA. Isso inclui ajustes metodológicos, flexibilização das atividades e ênfase em abordagens lúdicas que priorizem a motivação e o engajamento. Nesse sentido, o estudo apresentado busca compreender como a prática do jiu-jitsu pode impactar positivamente o desenvolvimento infantil de crianças diagnosticadas com TEA, contribuindo para a literatura sobre inclusão no esporte e para a valorização das artes marciais como instrumento educativo.

METODOLOGIA

O presente estudo adota o delineamento de estudo de caso descritivo, por permitir uma análise aprofundada de um sujeito em contexto natural, favorecendo a observação de variáveis qualitativas que dificilmente seriam captadas em pesquisas de caráter quantitativo (Yin, 2015).

A pesquisa foi realizada com uma criança do sexo feminino, com 6 anos de idade, diagnosticada com TEA nível 1 de suporte. A participante foi inserida em aulas regulares de jiu-jitsu, realizadas em grupo três vezes por semana, com duração aproximada de 50 minutos cada sessão.

Contexto e Procedimentos

As aulas ocorreram em ambiente estruturado, com turmas de crianças neurotípicas, o que possibilitou a socialização em contexto inclusivo. O acompanhamento foi feito pelo professor-pesquisador, com foco na adaptação das atividades às necessidades da criança.

Adaptações Pedagógicas

Foram implementadas estratégias específicas, tais como:

- Exclusão de brincadeiras interpretadas pela criança como violentas;
- Uso de instruções curtas, claras e objetivas;
- Valorização de atividades lúdicas de cooperação;
- Priorização de exercícios de rolamento (cambalhota), equilíbrio, lateralidade e coordenação motora fina e grossa;
- Incentivo à participação em atividades em duplas, promovendo o contato social progressivo.

Coleta e Análise de Dados

Os dados foram obtidos por meio de observação participante, com registros sistemáticos do comportamento, da interação e da evolução motora da criança ao longo das aulas. As informações foram analisadas de forma qualitativa, buscando identificar avanços, dificuldades e aspectos relevantes para a inclusão por meio do esporte.

RESULTADOS

A análise das observações revelou avanços significativos em diferentes dimensões do desenvolvimento da criança:

- Desenvolvimento motor: verificou-se melhora progressiva na coordenação motora global, no equilíbrio corporal e no controle postural, especialmente em atividades de rolamento e deslocamento.
- Interação social: houve aumento da disposição em interagir com colegas, aceitação gradual em realizar exercícios em dupla e maior participação em atividades coletivas.
- Aspectos emocionais: a criança apresentou elevação da autoconfiança, redução da resistência inicial em práticas novas e maior tolerância em exercícios que envolviam contato físico.
- Engajamento nas aulas: observou-se um envolvimento crescente nas atividades propostas, acompanhado pela diminuição da percepção negativa da luta como algo violento.

Esses resultados indicam que a prática do jiu-jitsu, quando adaptada, pode funcionar como uma ferramenta inclusiva e motivadora para crianças com TEA.

DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo corroboram pesquisas anteriores que destacam os benefícios das artes marciais no desenvolvimento infantil de crianças com TEA (Fernandes; Lima, 2020; Silva; Almeida, 2021). A melhora na coordenação motora e no equilíbrio está alinhada a investigações que apontam o movimento corporal como importante mediador no desenvolvimento cognitivo e emocional (Gallahue; Ozmun; Goodway, 2013).

Além disso, a interação social favorecida pelo jiu-jitsu evidencia o potencial do esporte como ferramenta de inclusão. O caráter estruturado das aulas, aliado à previsibilidade das atividades, foi especialmente benéfico, pois crianças com TEA tendem a se sentir mais seguras em ambientes organizados e com rotinas claras.

Outro aspecto relevante é a dimensão emocional: a autoconfiança conquistada pela criança durante as aulas reflete o impacto positivo da superação de desafios motores e sociais, reforçando o papel das práticas corporais como recurso para o

fortalecimento da autoestima. No entanto, destaca-se que os avanços observados não ocorrem de maneira uniforme em todas as crianças com TEA, sendo indispensável respeitar as diferenças individuais e planejar adaptações específicas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou que o jiu-jitsu, quando mediado por estratégias pedagógicas inclusivas, pode promover benefícios expressivos no desenvolvimento motor, social e emocional de crianças diagnosticadas com TEA. A modalidade demonstrou ser um recurso acessível, motivador e adaptável, contribuindo para a construção de ambientes esportivos mais inclusivos.

Reforça-se a necessidade de ampliar as investigações sobre os efeitos das artes marciais em diferentes níveis de suporte do TEA, bem como em grupos maiores, para fortalecer a base científica que sustenta sua utilização como prática pedagógica e terapêutica. Além disso, recomenda-se a formação de profissionais da área de educação física e artes marciais para o trabalho com populações neurodivergentes, garantindo maior eficácia nos processos de inclusão.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CENTERS for Disease Control and Prevention. **Data & statistics on autism spectrum disorder. 2023**. <https://www.cdc.gov/autism/data-statistics>

FERNANDES, A. R.; LIMA, T. P. **Artes marciais como ferramenta de inclusão para pessoas com TEA**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 42, n. 3, p. 45–56, 2020.

GALLAHUE, D. L., OZMUN, J. C., & GOODWAY, J. D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos (7a ed.)**. AMGH. 2013.

SILVA, D. F.; ALMEIDA, R. G. **O impacto das artes marciais no desenvolvimento infantil de crianças com TEA**. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 28, n. 2, p. 85–99, 2021.

YIN, R. K. **Estudo de caso: planejamento e métodos (5a ed.)**. Bookman. 2015.