



# Esportes Coletivos como Intervenção Complementar no Transtorno do Espectro Autista

## Team Sports as a Complementary Intervention in Autism Spectrum Disorder

**Edgar Rabello Ribeiro de Magalhães Chegury**

*Discentes do 3º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Euro-americano*

**Isaac Samuel Kunz Cardoso**

*Discentes do 3º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Euro-americano*

**Leonardo Augusto da Silva**

*Discentes do 3º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Euro-americano*

**Lucca Dias Fernandez**

*Discentes do 3º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Euro-americano*

**Milena Santos Ferreira**

*Discentes do 3º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Euro-americano*

**Oton Naziazene Lima Júnior**

*Discentes do 3º semestre do curso de Medicina do Centro Universitário Euro-americano*

**Alberto Stoessel Sadalla Peres**

*Docente do Centro Universitário Euro-Americano.*

**Thaís Ranielle Souza de Oliveira**

*Docente do Centro Universitário Euro-Americano.*

**Resumo:** O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por dificuldades persistentes na comunicação e na interação social, bem como pela presença de padrões restritos e repetitivos de comportamento. Diante do impacto dessas características no desenvolvimento global, torna-se essencial explorar estratégias terapêuticas complementares que promovam a inclusão e a qualidade de vida. Nesse contexto, os esportes coletivos têm ganhado destaque por favorecerem a interação social, a cooperação e a estimulação psicomotora, podendo contribuir para melhorias na coordenação motora, no funcionamento cognitivo e na regulação comportamental. Este capítulo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão narrativa da literatura, os potenciais benefícios dos esportes coletivos como intervenção complementar no acompanhamento de indivíduos com TEA. Adotou-se uma abordagem qualitativa, descritiva e exploratória, fundamentada em publicações científicas indexadas nas bases SciELO, PubMed, LILACS e Google Acadêmico, no período de 2015 a 2025. Os achados sugerem que a participação em esportes coletivos está associada ao aprimoramento das habilidades motoras, à melhoria da interação social e ao aumento do bem-estar emocional, destacando a relevância dessas práticas como estratégias terapêuticas e inclusivas para indivíduos com TEA.

**Palavras-chave:** Transtorno do Espectro Autista; atividade física; esporte coletivo; reabilitação psicomotora.

**Abstract:** Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurodevelopmental condition characterized by persistent difficulties in communication and social interaction, as well as restricted and repetitive patterns of behavior. Given the impact of these characteristics on overall

development, it is essential to explore complementary therapeutic strategies that promote inclusion and quality of life. In this context, team sports have gained attention for fostering social interaction, cooperation, and psychomotor stimulation, potentially contributing to improvements in motor coordination, cognitive functioning, and behavioral regulation. This chapter aims to analyze, through a narrative literature review, the potential benefits of team sports as a complementary intervention in the care of individuals with ASD. A qualitative, descriptive, and exploratory approach was adopted, based on scientific publications indexed in SciELO, PubMed, LILACS, and Google Scholar between 2015 and 2025. The findings suggest that participation in team sports is associated with enhanced motor skills, improved social interaction, and better emotional well-being, highlighting the relevance of these practices as inclusive and therapeutic strategies for individuals with ASD.

**Keywords:** Autism Spectrum Disorder; physical activity; team sports; psychomotor rehabilitation

## INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por déficits persistentes na comunicação e na interação social, associados à presença de padrões restritos e repetitivos de comportamento <sup>(1)</sup>. Trata-se de um espectro amplo e heterogêneo, no qual as manifestações clínicas variam em intensidade e impacto funcional, influenciando o desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social dos indivíduos ao longo do ciclo de vida. Nas últimas décadas, observa-se um aumento expressivo na prevalência do TEA, com estimativas recentes indicando a ocorrência de aproximadamente um caso a cada 36 crianças, o que reforça sua relevância como questão de saúde pública e educacional <sup>(2)</sup>.

No contexto brasileiro, embora ainda existam limitações quanto à disponibilidade de dados epidemiológicos consolidados, percebe-se um crescimento progressivo no reconhecimento e no diagnóstico do TEA. Esse cenário evidencia a necessidade de estratégias de cuidado integradas e interdisciplinares, que ultrapassem abordagens exclusivamente clínicas ou farmacológicas e considerem o desenvolvimento global e a inclusão social das pessoas com autismo. Intervenções que promovam autonomia, participação social e qualidade de vida tornam-se, portanto, elementos centrais no acompanhamento desse público.

Nesse sentido, a atividade física tem sido reconhecida como um recurso terapêutico relevante para indivíduos com TEA. Evidências científicas, incluindo resultados de revisões sistemáticas e meta-análises, apontam que a prática regular de exercícios físicos contribui para melhorias no controle comportamental, na coordenação motora e no desenvolvimento cognitivo, além de favorecer a redução de comportamentos estereotipados <sup>(3,4)</sup>. Esses benefícios refletem não apenas ganhos físicos, mas também avanços nos processos de autorregulação emocional e adaptação social.

Entre as diferentes modalidades de atividade física, os esportes coletivos apresentam características particularmente relevantes para o contexto do TEA.

Ao envolverem regras compartilhadas, cooperação, comunicação e interação constante entre os participantes, essas práticas criam oportunidades estruturadas de socialização, empatia e aprendizagem social, dimensões frequentemente desafiadoras para pessoas no espectro autista <sup>(5,11)</sup>. Além disso, os esportes coletivos estimulam habilidades psicomotoras complexas, como coordenação, equilíbrio, noção espacial e planejamento motor, integrando demandas físicas, cognitivas e socioemocionais em um mesmo contexto de prática <sup>(6,12)</sup>.

Apesar do potencial dos esportes coletivos como estratégia complementar de intervenção, observa-se ainda uma escassez de estudos, especialmente no cenário nacional, que sistematizem evidências científicas sobre seus efeitos em indivíduos com TEA. A ausência de protocolos padronizados e de programas estruturados dificulta a consolidação dessas práticas como componentes regulares de políticas públicas, projetos educacionais e intervenções terapêuticas interdisciplinares.

Diante desse contexto, o presente capítulo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão narrativa da literatura, os efeitos dos esportes coletivos como intervenção complementar no desenvolvimento motor, cognitivo, social e emocional de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista, discutindo seu papel na promoção da inclusão e da qualidade de vida dessa população.

## **Pergunta Norteadora**

Quais são os efeitos dos esportes coletivos como intervenção complementar no desenvolvimento motor, cognitivo, social e emocional de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista?

## **METODOLOGIA**

Este capítulo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa, descritiva e exploratória, com o objetivo de discutir e contextualizar a produção científica sobre a prática de esportes coletivos como intervenção complementar no acompanhamento de indivíduos com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

A opção pela revisão narrativa justifica-se por possibilitar uma análise interpretativa e integradora do conhecimento disponível, favorecendo a articulação teórica, a comparação entre diferentes abordagens e a discussão crítica dos achados, sem a pretensão de exaustividade ou de quantificação sistemática dos estudos incluídos.

A busca por literatura científica foi realizada entre agosto e outubro de 2025, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed (incluindo Medline), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico. Foram utilizados descritores controlados validados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e no MeSH (Medical Subject Headings), tais como Autism Spectrum Disorder, Physical Activity, Team Sports, Exercise Therapy e Motor Skills, combinados de forma estratégica para ampliar a recuperação de estudos relevantes.

Foram priorizadas publicações nos idiomas português e inglês, publicadas no período de 2015 a 2025, que abordassem a atividade física e os esportes coletivos no contexto do TEA, com ênfase nos aspectos motores, cognitivos, sociais e emocionais. Além de artigos científicos, foram considerados livros, dissertações e outros trabalhos acadêmicos relevantes, em consonância com a natureza narrativa da revisão.

A análise do material selecionado foi conduzida de maneira temática e interpretativa, com base na análise de conteúdo, conforme proposta por Bardin (18) permitindo a identificação de categorias analíticas centrais relacionadas aos benefícios da atividade física, ao papel dos esportes coletivos no desenvolvimento de habilidades sociais e comunicativas, à mediação pedagógica e ao envolvimento familiar. Essa abordagem possibilitou uma compreensão integrada do tema, alinhada aos objetivos propostos neste capítulo.

## **Declaração de uso de Inteligência Artificial**

Este trabalho utilizou ferramentas de Inteligência Artificial (IA), especificamente o modelo ChatGPT (GPT-5), como apoio à revisão textual, à organização e à formatação das informações obtidas a partir de fontes científicas oficiais. Todo o conteúdo técnico e referencial foi cuidadosamente revisado e validado pelos autores, com base em publicações originais indexadas nas bases SciELO, PubMed, LILACS e em documentos institucionais, não havendo inserção de informações sem conferência bibliográfica prévia.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os achados desta revisão narrativa evidenciam um consenso significativo na literatura acerca do impacto positivo da atividade física e, em especial, dos esportes coletivos, no desenvolvimento de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista (TEA). De modo geral, os estudos analisados indicam que, embora o TEA seja caracterizado por limitações na comunicação, na interação social e por padrões de comportamento estereotipados, conforme descrito na literatura diagnóstica atual e em formulações históricas do conceito de espectro <sup>(1,5)</sup>, indivíduos no espectro apresentam expressivo potencial de aprendizagem e desenvolvimento quando expostos a estímulos adequados e intervenções planejadas.

## **CONTRIBUIÇÕES DA ATIVIDADE FÍSICA PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR E FUNCIONAL**

No domínio motor, a literatura aponta que programas estruturados de atividade física contribuem de maneira significativa para a melhoria da coordenação motora, do equilíbrio e da autonomia funcional em indivíduos com TEA <sup>(3,6)</sup>. Estudos que investigaram diferentes modalidades de atividade física observaram que

intervenções regulares favorecem não apenas ganhos motores, mas também a redução da frequência e da intensidade de comportamentos estereotipados, sobretudo quando aplicadas de forma contínua e individualizada <sup>(4)</sup>.

Resultados convergentes indicam que atividades físicas planejadas promovem aumentos na força, resistência e coordenação motora, além de impactarem positivamente a autoestima, a percepção de bem-estar e a qualidade de vida, inclusive em populações adultas com TEA <sup>(7)</sup>. Esses ganhos motores e funcionais constituem uma base importante para a ampliação da autonomia e da participação social de crianças e adolescentes com TEA.

## **ESPORTE, MOTIVAÇÃO E EXPERIÊNCIAS DE INCLUSÃO SOCIAL**

A prática esportiva, tanto em modalidades individuais quanto coletivas, oferece oportunidades relevantes para o desenvolvimento de habilidades múltiplas. Evidências apontam que o esporte pode proporcionar experiências de prazer, motivação e inclusão social, permitindo que crianças e adolescentes com TEA explorem novas competências e se integrem em contextos de convivência com pares e educadores <sup>(8)</sup>.

No caso dos esportes individuais, como o hipismo, os benefícios incluem fortalecimento muscular, melhora do equilíbrio e impactos emocionais positivos, como a redução da ansiedade e o estabelecimento de vínculos afetivos significativos <sup>(9,10)</sup>. Essas experiências favorecem a autorregulação emocional e podem funcionar como porta de entrada para outras práticas corporais e sociais.

## **ESPORTES COLETIVOS E DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES SOCIAIS E COMUNICATIVAS**

Os esportes coletivos apresentam características particularmente relevantes no contexto do TEA, sobretudo no que se refere ao desenvolvimento social e comunicativo. Modalidades como o basquetebol e o futebol favorecem a aquisição de noção espacial, resistência física, coordenação motora e habilidades de cooperação, além de criarem situações estruturadas de mediação social, nas quais a interação é um elemento central da atividade, conforme descrito em abordagens teóricas e educacionais do esporte inclusivo <sup>(11,12)</sup>.

Estudos recentes, incluindo revisões sistemáticas e meta-análises, indicam que a participação em programas estruturados de esportes coletivos está associada à melhoria das habilidades sociais e da comunicação em jovens com TEA, reforçando o papel dessas práticas como estratégias inclusivas e promotoras de aprendizagem social <sup>(19,20)</sup>. A exigência de cooperação, respeito a regras e comunicação funcional torna os esportes coletivos ambientes privilegiados para o treino dessas competências.

## PROGRAMAS ESTRUTURADOS DE INTERVENÇÃO MOTORA E EDUCACIONAL

No que se refere à implementação de intervenções sistemáticas, a literatura aponta que programas educacionais e motores planejados podem potencializar o desenvolvimento de habilidades motoras gerais em adolescentes com TEA. Um estudo longitudinal de caráter exploratório, realizado com quatro adolescentes com idades entre 12 e 14 anos, aplicou um Programa de Intervenção Educativa ao longo de 12 semanas, com sessões semanais de 45 minutos, utilizando a escala ABLLS-R para avaliação pré e pós-intervenção<sup>(13)</sup>.

Os resultados demonstraram avanços significativos em habilidades como caminhar, correr, saltar, lançar e equilibrar-se, evidenciando que a prática regular de exercícios estruturados contribui para a melhoria do controle motor e da autonomia funcional. A organização das sessões, com adaptação progressiva das atividades e momentos de relaxamento, mostrou-se determinante para o alcance dos objetivos individuais.

## MEDIAÇÃO PEDAGÓGICA, FAMÍLIA E ABORDAGEM INTERDISCIPLINAR

Além dos ganhos motores, a atividade física configura-se como um recurso terapêutico relevante para a redução de comportamentos disruptivos e para a melhoria da comunicação, aspectos fundamentais para a inclusão social e escolar de indivíduos com TEA. Estudos indicam que comportamentos de apego tendem a ser mais reativos às solicitações externas do que espontaneamente iniciados, o que ressalta a importância da mediação pedagógica adequada por parte dos educadores<sup>(14)</sup>.

Nesse contexto, a utilização de estratégias de comunicação verbal e não verbal ajustadas às necessidades individuais, associada à sensibilidade, paciência e perseverança do profissional, mostra-se determinante para o sucesso das intervenções<sup>(15)</sup>. O papel da família emerge como elemento central nesse processo, sendo frequentemente responsável pela identificação precoce de sinais do TEA e pelo incentivo à participação da criança em atividades físicas<sup>(16)</sup>.

O acompanhamento familiar, aliado à atuação de profissionais qualificados como educadores físicos, psicólogos e terapeutas ocupacionais contribuem para a manutenção da motivação, para a segurança durante as atividades e para o reforço positivo das conquistas alcançadas. Dados do *Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network* reforçam a importância de avaliações contínuas e multidisciplinares para a identificação de comportamentos característicos do TEA e para a implementação de intervenções apropriadas<sup>(2,17)</sup>.

## LIMITAÇÕES METODOLÓGICAS E PERSPECTIVAS PARA FUTURAS PESQUISAS

Apesar dos benefícios amplamente descritos, a literatura aponta desafios metodológicos relevantes. A maioria dos estudos apresenta amostras reduzidas e considerável heterogeneidade nos protocolos de intervenção, o que limita a generalização dos resultados e dificulta a replicação em larga escala.

Diante desse cenário, destaca-se a necessidade de ampliar pesquisas longitudinais e, especialmente, estudos nacionais que considerem as especificidades socioculturais do contexto brasileiro, com vistas à validação de protocolos de intervenção cientificamente robustos e inclusivos para a população com TEA <sup>(17)</sup>.

### Síntese dos Achados

Em síntese, os achados desta revisão narrativa indicam que a atividade física e, em particular, os esportes coletivos, constituem ferramentas terapêuticas e educacionais multifuncionais para crianças e adolescentes com TEA. Seus benefícios extrapolam o domínio físico, alcançando dimensões cognitivas, emocionais e sociais, ao promover oportunidades de aprendizagem, interação social, regulação emocional e fortalecimento da autoestima. A integração entre estratégias educacionais sistemáticas, mediação pedagógica qualificada, supervisão individualizada e engajamento familiar potencializa esses efeitos, ampliando a autonomia e favorecendo a inclusão social dessa população.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão narrativa evidencia que os esportes coletivos se configuram como intervenções complementares relevantes para o desenvolvimento global de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista (TEA), ao promoverem benefícios que extrapolam o domínio físico e alcançam dimensões cognitivas, emocionais e sociais. A prática esportiva coletiva favorece o aprimoramento de habilidades motoras, a ampliação da autonomia funcional e o fortalecimento de competências sociais e comunicativas, especialmente por meio da interação, da cooperação e do respeito a regras compartilhadas.

Os achados analisados indicam que o trabalho em equipe, associado à mediação pedagógica qualificada e ao envolvimento familiar, desempenha papel central na potencialização dos efeitos positivos dessas intervenções. A atuação integrada de profissionais de educação física, saúde e educação, aliada ao acompanhamento da família, contribui para a adesão às atividades, para a segurança durante a prática esportiva e para a generalização das habilidades adquiridas para outros contextos da vida cotidiana, favorecendo processos de inclusão social.

Apesar dos resultados consistentes quanto aos benefícios dos esportes coletivos no contexto do TEA, persistem lacunas metodológicas importantes na

literatura, como a predominância de amostras reduzidas, a heterogeneidade dos protocolos de intervenção e a escassez de estudos longitudinais, especialmente no cenário brasileiro. Essas limitações reforçam a necessidade de investigações futuras que considerem as especificidades socioculturais locais e adotem delineamentos mais robustos, capazes de subsidiar a formulação de práticas baseadas em evidências.

Nesse sentido, destaca-se a importância da interdisciplinaridade e do fortalecimento de políticas públicas que incorporem programas adaptados de atividade física e esportes coletivos como estratégias terapêuticas e educacionais voltadas à população com TEA. A ampliação dessas iniciativas pode contribuir de forma significativa para a promoção da qualidade de vida, da autonomia e da participação social das pessoas no espectro autista, consolidando os esportes coletivos como ferramentas inclusivas no âmbito da saúde e da educação.

## REFERÊNCIAS

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 5th ed. Arlington (VA): American Psychiatric Publishing; 2013.
2. Centers for Disease Control and Prevention. Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, United States, 2020. MMWR Surveill Summ. 2023;72(2):1–14.
3. Bremer E, Crozier M, Lloyd M. A systematic review of behavioral outcomes following exercise interventions for children and youth with autism spectrum disorder. *Autism*. 2016;20(8):899–915.
4. Oliveira MA, Silva LM, Santos AP, *et al*. The effect of physical activity on motor skills of children with autism spectrum disorder: a meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(21):14081.
5. Wing L, Gould J. Severe impairments of social interaction and associated abnormalities in children. *J Autism Dev Disord*. 1979;9(1):11–29.
6. Gabriels RL, Agnew JA, Holt KD, *et al*. Pilot study measuring the effects of therapeutic horseback riding on children and adolescents with autism spectrum disorder. *Res Autism Spectr Disord*. 2012;6(2):578–588.
7. Mariño Sánchez CA, Pérez MA, Ruiz E. Contribution of physical exercise to emotional regulation in adults with autism spectrum disorder. *Rev Gestao Secretariado*. 2021;12(1):1–15.
8. Silva APD, Souza MC, Almeida R, *et al*. Esporte como ferramenta de inclusão social para pessoas com transtorno do espectro autista. *Rev Bras Educ Espec*. 2018;24(1):117–132.
9. Lourenço C. Benefícios da equoterapia no transtorno do espectro autista [dissertação]. Porto: Universidade do Porto; 2016.



10. Santos LM, Santos MJ, Veloso AR. Benefícios da equoterapia em crianças com transtorno do espectro autista. *Braz J Occup Ther.* 2020;28(2):456–467.
11. Vygotsky LS. A formação social da mente. São Paulo: Martins Fontes; 2007.
12. Momberger SG. O basquetebol como meio de inclusão social para crianças com necessidades especiais. *Rev Educ Fis.* 2007;14(2):45–50.
13. Ferreira GS, Medeiros GJ, Rodrigues KS. A influência dos esportes no desenvolvimento de crianças com transtorno do espectro autista [trabalho de conclusão de curso]. Recife: Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA); 2023.
14. Sanini C, Bosa CA. Comportamentos indicativos de apego em crianças com autismo. *Psicol Teor Pesq.* 2008;24(3):349–355.
15. Orrú SE. Inclusão escolar de alunos com autismo. *Rev Bras Educ Espec.* 2007;13(3):369–384.
16. Lourenço C, Esteves D, Corredeira R. Potencialidades da atividade física em indivíduos com perturbação do espectro do autismo. *Rev Educ Fis.* 2016;25(4):567–578.
17. Araújo RM, Lima RM, Ribeiro VMA. A produção teórica sobre exercício físico e transtorno do espectro autista: um estudo de revisão. *Res Soc Dev.* 2022;11(16):e57111638039.
18. Bardin L. Análise de conteúdo. Edição revista e ampliada. Lisboa: Edições 70; 2016.
19. McLaughlin EA, Hall CM. Team sports and inclusion for youth with autism: a systematic review. *J Autism Dev Pract.* 2021;3(2):45–59.
20. Zhang L, Wei W, Thomas S. Physical activity interventions and social skills in autism spectrum disorder: a meta-analysis. *Autism Res.* 2022;15(8):1502–1514.