

## AUTISMO E JUDÔ: UNIDOS PELA INCLUSÃO – UM ESTUDO DE CASO

Rafael de Menezes <sup>1</sup>

### INTRODUÇÃO

O transtorno do espectro autista (TEA) é um transtorno de neurodesenvolvimento, e se refere a uma série de condições caracterizadas por algum grau de comprometimento no comportamento social, na comunicação e na linguagem, com padrões repetitivos e restrito de comportamento e interesses. Segundo dados estatísticos estima-se que, em todo o mundo, uma em cada 160 crianças tenha o transtorno do espectro autista. (OPAS, 2023; Souza, et al, 2022; Silva et al, 2018)

Com base nos estudos realizados nos últimos anos, há o reconhecimento do TEA na literatura médica, e com isso parece haver um aumento global da síndrome. Porém, há muitas explicações possíveis para esse aumento aparente, incluindo o aumento da conscientização sobre o tema, a expansão dos critérios diagnósticos, melhores ferramentas de diagnóstico e o aprimoramento das informações reportadas (Torquato e Couto, 2021). Mas mesmo com todos estes estudos as pessoas com transtorno do espectro autista são frequentemente sujeitas a estigmatização, discriminação e violações de direitos. (Silva et al, 2018)

O TEA começa na infância e permanece na adolescência e na idade adulta. Os sinais podem se manifestar antes que a criança complete um ano de idade, mas, geralmente os sintomas ficam mais visíveis quando a criança entra na fase escolar. Gadia et al (2004) apud Silva et al (2018) afirmam que para o fechamento do diagnóstico do TEA é necessário uma abordagem multidisciplinar, utilizando-se de escalas de avaliação e de baterias de testes objetivas e padronizadas.

Como a motricidade é uma condição fundamental na vida do indivíduo e seu desenvolvimento motor é muito importante na infância, às crianças com TEA podem apresentar características motoras fora dos padrões de desenvolvimento característicos da idade, e seus déficits motores se manifestam desde o nascimento e quanto mais cedo a identificação, maiores as chances de intervenções para estimular o desenvolvimento e alcançar mudanças significativas. (Silva et al, 2018)

---

<sup>1</sup> Educador de Esportes da Fundação Gol de Letra - SP, [rafael.menezes@goldeletra.org.br](mailto:rafael.menezes@goldeletra.org.br);

Souza et al (2022) afirmam em seu estudo que crianças com TEA que não tiveram uma vasta experiência motora, podem ter seu desenvolvimento motor comprometido além de poder apresentar dificuldade de aprendizagem em outros segmentos.

Silva et al, (2018) afirmam que a atividade física e os esportes trazem diversos benefícios, porém devem considerar as especificidades individuais de cada aluno, assim, os professores devem propor atividades motoras que envolvam o desenvolvimento da autoestima, da autoimagem, da autonomia, da interação de grupo e da superação de frustrações que o indivíduo possa sentir por não conseguir desenvolver as atividades.

Na perspectiva do desenvolvimento psicomotor das crianças com TEA acreditamos que o judô seja um grande aliado na ampliação do repertório motor, uma vez o judô é uma luta pelo autoconhecimento e autodesenvolvimento, por meio do qual se adquire autocontrole, e o principal propósito do judô não é a luta, mas a educação. Para Jigoro Kano, criador do judô, educar é criar circunstâncias para o Ser se desenvolver em todos os aspectos de sua personalidade e de seu potencial criativo. (Uchida e Motta, 2013)

Corroborando com os pensamentos do fundador a UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura), reconheceu que o judô é a arte marcial mais indicada para crianças e adolescentes, uma vez que contribui para um melhor desenvolvimento motor e psicossocial, dando aos alunos disciplina e ensinando valores éticos e morais. (CBJ, 2023)

“O judô não é apenas uma arte marcial, mas sim um princípio básico do comportamento humano” (Kano, 2008, p. 66)

Percebe-se em seus praticantes um aumento da autoestima, e, os resultados são vistos dentro e fora do tatame, especialmente quando as aulas são feitas com alunos que não têm nenhum transtorno. No judô, os alunos autistas participam das mesmas atividades realizadas por aqueles que não têm nenhum tipo de deficiência. Harnisch et al (2017) complementam ao afirmarem que os educandos que convivem com colegas com deficiência aprendem a ser mais cooperativos e menos segregadores e excludentes.

Mas, Souza et al (2022) advogam que é necessário entender as necessidades individuais de cada educando com TEA, proporcionando assim o bem estar, um melhor desenvolvimento com qualidade física e de saúde. O judô deve funcionar como ferramenta de diversão.

Santos (2013) apud Melo, Assis e Aredes, (2002) afirma que o judô é uma atividade que pode ser usada como objetivo terapêutico, educacional e recreacional, com considerável

ganho na forma física, controle motor e atitudes psicossociais, logo é um esporte democrático, que não importa gênero, idade biotipo, deficiência ou transtorno.

Sendo assim o objetivo deste estudo foi verificar o impacto das aulas de judô em um educando com o diagnóstico de TEA.

## **METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)**

O presente estudo trata-se de uma pesquisa descritiva, sendo um relato de caso, no qual foram levantados, de forma transversal, características dos sujeitos envolvidos sem a interferência do pesquisador. (Thomas; Nelson e Silverman, 2012)

### *Amostra e procedimento*

Para iniciarmos a nossa pesquisa solicitamos a autorização da instituição na qual o sujeito da pesquisa realizava as aulas de judô. Portanto, foi enviado a instituição, o projeto de pesquisa na qual constou todos os dados da mesma, além do objetivo a ser alcançado com este estudo.

Após a autorização da instituição, foi encaminhado aos responsáveis dos educandos o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para serem assinados autorizando a participação dos mesmos neste estudo. Logo após assinatura do mesmo deu-se início as entrevistas.

O sujeito da amostra iniciou em 2021, aos 09 anos, o treinamento de judô, em um projeto social. Em suas primeiras aulas de judô, foi percebido que ele não conseguia manter seu foco nas atividades e apresentava movimentos repetitivos (estereotípias), com dificuldade de equilíbrio e dificuldades motora fina e global, mas em contrapartida era bem comunicativo e se expressava muito bem. Após 1 anos e meio praticando o judô, foi percebido algumas melhoras no desenvolvimento do educandos, e portanto decidiu-se realizar uma entrevista com a mãe do educando e também 02 (dois) colegas, o qual serão identificados como colega 1 e colega 2, para verificar a percepção deles quanto aos avanços biopsicossociais apresentados neste período de prática.

Foi escolhida a técnica da entrevista semiestruturada, determinada previamente e conduzida em formato de conversa. A entrevista foi constituída de questões abertas utilizadas como um roteiro para o pesquisador. Este recurso permite ao entrevistado considerável liberdade para expressar seus sentimentos e expandir suas ideias, além de obter-se informações requeridas e mais específicas. (Thomas; Nelson e Silverman, 2012) Desta forma, as entrevistas ocorreram, no tatame, de forma individual, sem a interferência do pesquisador e sem limite de tempo para a coleta dos dados.

Esta entrevista teve a intenção de avaliar quais as percepções, da mãe e de 02 (dois) colegas que estão presentes, desde a entrada deste educando, nas aulas de judô, com relação as melhoras biopsicossociais que ele obteve com as aulas de judô. Os dados foram tratados com base na análise do conteúdo.

Como critério de inclusão para participar desta pesquisa, foram selecionados:

- a) Educandos que já realizavam aula de judô, quando da entrada do educando com TEA
- b) Que aceitaram voluntariamente participar da pesquisa, e que o responsável autorizou por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Iniciamos o processo de entrevista com a mãe do educando que apresentou os motivos que a levou a colocá-lo no judô:

*“Eu coloquei o no judô para poder melhorar mais a atenção, a socialização, que até então ele não fazia nenhum tipo de esporte” ... “A minha maior preocupação é a questão do bullying e o preconceito, e a prática do judô na vida dele vai melhorar muito a questão da socialização, do equilíbrio, da disciplina, que trabalha bastante, o condicionamento físico dele. Espero que ele consiga trocar de faixa, crescer dentro do judô e assim poder passar o conhecimento dele para outras crianças e outras pessoas” (mãe do educando).*

Sendo assim, percebemos que ela acredita que o judô pode ser benéfico para o crescimento e desenvolvimento individual de seu filho, uma vez que irá trabalhar e desenvolver todos os aspectos humanos, trazendo melhorias no curto, médio e longo prazo. Melo, Assis e Aredes (2022) afirmam que o judô é uma ferramenta terapêutica e educacional, que melhora a forma física, o controle motor e as atitudes psicossociais.

Ao verificarmos as mudanças sociais do educando, percebemos uma melhora significativa, como apontada por sua colega de treino:

*“No começo eu percebia que ele não ficava muito quietinho, atualmente ele faz tudo tranquilo, antigamente ele fazia algumas brincadeiras, e não se comportava tanto, mas hoje ele se comporta bastante. Eu acho que o judô vem ajudando-o” (Colega 1).*

Torquato & Couto (2021) afirmam que apesar de o judô ser um esporte individual, a modalidade privilegia a coletividade, o respeito, a amizade e a disciplina.



*“Treinar com ele é bem legal, pois o judô ajuda ele a socializar com as pessoas, e eu não acho que ele atrapalhe em alguma coisa e ele também se esforça”* (Colega 1),

Logo podemos afirmar que o judô deve funcionar como ferramenta de diversão, e Souza et al (2022) afirmam que a atividade física além de auxiliar no desenvolvimento motor, proporciona melhora na qualidade do sono, na autonomia, na interação social, melhora na falta de atenção, diminuição nos estereótipos de agressividade e ou movimentos estereotipados.

*“Treinar com ele é igual treinar com qualquer outra pessoa, ele sabe lutar, sabe imobilizar, sabe treinar, sabe a hora de cumprimentar”* (Colega 2).

Desta maneira, percebemos que o judô traz diversos benefícios e Souza et al (2022) e Silva et al (2018) corroboram ao destacarem que diante das individualidades, diferenças e limitações específicas faz se necessário considerar as especificidades individuais de cada aluno, e assim, cabe aos professores proporem atividades que envolvam o desenvolvimento da autoestima, da autoimagem, da autonomia, da interação de grupo e da superação de frustrações que possam sentir por não conseguir desenvolver as atividades.

Além disso, é possível verificar melhoras na capacidade psicomotora, ajudando no controle corporal, uma vez que o Colega 2 destaca que não sente diferença em treinar com ele, mesmo ele tendo TEA, já que ele internalizou os processos pedagógicos da modalidade, como a saudação, os golpes e as lutas, o que acaba por influenciar positivamente nas atividades cotidianas, como correr, saltar, subir, descer, rolar, entre outras; além auxiliar na organização espaço-temporal e na rotina diária das crianças.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A prática do judô proporciona muitos benefícios no amadurecimento do aluno, auxiliando-o no entendimento das suas emoções, como: a agressividade e a ansiedade, promovendo assim um maior entendimento na mediação de conflitos. Proporciona também a apreensão de valores como: disciplina, respeito, hierarquia, companheirismo, solidariedade e gratidão. Quanto o aumento da autoestima, os resultados são vistos dentro e fora do tatame, especialmente quando as aulas são feitas com alunos que não têm nenhum transtorno. O judô e o autismo têm uma relação muito importante e benéfica do qual o judô contribui para acabar com o preconceito e ajuda a promover o processo de inclusão, principalmente, nas relações com a família, amigos e demais membros da sociedade.

**Palavras-chave:** Judô; Autismo; Esporte Educacional; Educação Integral

## AGRADECIMENTOS

À Fundação Gol de Letra por apoiar e acreditar na realização deste projeto, e a todos que contribuíram de alguma forma, para a realização deste trabalho..

## REFERÊNCIAS

CBJ – Confederação Brasileira de Judô. Unesco declara judô como esporte mais adequado para crianças. Disponível em: <<https://cbj.com.br/pt/galerias/noticias/unesco-declara-judo-como-esporte-mais-adequado-para-criancas/>>. Acesso em: 24 de setembro de 2023.

HARNISCH, G. S., et al. Percepção de crianças praticantes de judô em relação ao colega com deficiência visual. **Conexões: Educação Física Esporte e Saúde**, Campinas, v. 15, n. 1, p. 51-64, Jan/Mar, 2017.

KANO, Jigoro. **Energia mental e física: escrito do fundador do judô**. 4. ed. São Paulo: Pensamento, 2008.

MELO, D. L. S.; ASSIS, F.; AREDES, S. G. A prática do judô como benefício psicomotor e desenvolvimento social de pessoas com transtorno do espectro autista (TEA). *In: X SIMPÓSIO DE PESQUISA E DE PRÁTICAS PEDAGÓGICAS DO UGB*. n. 10, abr. 2022. ISSN 2317-5974. Disponível em: <<http://revista.ugb.edu.br/ojs302/index.php/simposio/article/view/2597>>. Acesso em: 07 abr. 2023.

OPAS – Organização Pan-Americana de Saúde. Transtorno do Espectro Autista. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/transtorno-do-espectro-autista>>. Acesso em 24 de setembro de 2023.

SILVA, S. G., et al. Os benefícios da atividade física para pessoas com autismo. **Revista Diálogo em Saúde**, Paraíba, v. 1, n. 1, p. 127-145, Jan/Jun, 2018.

SOUZA, B. C., et al. A importância da educação física para o desenvolvimento motor de crianças com transtornos do espectro autista. **Revista Brasileira de Educação e Inovação da Univel (REBEIS)**. v. 1, n. 2, p. 46-56, 2022.

THOMAS, J. R.; NELSON J. K. SILVERMAN, S. J. **Método de pesquisa em atividade física**. PETERSEN, R. D.S (trad.). 6 ed; Porto Alegre: Artmed, 2012.

TORQUATO, E.; COUTO, C. R. Efeitos da prática do judô na coordenação motora de crianças e adolescentes autistas. **Revista Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, Marília, v. 22, n. 1, p. 03-14, Jan/Jun, 2021.

USHIDA R.; MOTTA. R.. **Uruwashi: o espírito do judô**. v. 1. São Paulo: Évora, 2013, cap. 1.