

RESUMO SIMPLES - CIÊNCIAS DA SAÚDE

EFEITOS DA ATIVIDADE FÍSICA NOS SINTOMAS CENTRAIS DO TEA

Eduardo Henrique Inoue Serodio (duduserodio05@gmail.com)

Renan Augusto Reis Oliveira (renanreis517@gmail.com)

Udson Santos (udson.santos@ead.eduvaleavare.com.br)

Tiago Oliveira (tiago.oliveira@ead.eduvaleavare.com.br)

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) caracteriza-se por déficits persistentes na comunicação, interação social e por padrões restritos e repetitivos de comportamento. Tais sintomas impactam diretamente a autonomia, a inclusão social e a qualidade de vida dos indivíduos. Nesse contexto, a atividade física tem emergido como uma intervenção não farmacológica promissora, capaz de promover benefícios comportamentais, cognitivos e sociais. O objetivo deste estudo foi revisar a literatura sobre os efeitos da atividade física nos sintomas centrais do TEA. Trata-se de uma

revisão narrativa fundamentada na análise de artigos originais publicados entre 2015

e 2025, disponíveis nas bases de dados PubMed, SciELO e ScienceDirect. Foram

incluídos ensaios clínicos, estudos quase-experimentais e observacionais que avaliaram a prática de exercícios em indivíduos com diagnóstico de TEA. A análise

contemplou oito estudos, envolvendo diferentes modalidades de intervenção, como

exercícios aquáticos, programas aeróbicos, atividades mediadas por pais e terapias

assistidas por animais. Os resultados evidenciaram melhora significativa em habilidades sociais, comunicação funcional, funções executivas e redução de estereotípias. Intervenções mediadas por familiares e equoterapia mostraram impacto

positivo adicional na adesão e na generalização dos ganhos para o cotidiano.

Entretanto, alguns estudos apresentaram limitações metodológicas, como número

restrito de participantes e diversidade nos protocolos utilizados, o que dificulta a ampliação dos resultados para outras populações. Conclui-se que a atividade física

deve ser considerada uma estratégia terapêutica complementar no cuidado a pessoas

com TEA, com potencial para favorecer o desenvolvimento global e a qualidade de

vida.

Palavras-chave: transtorno do espectro autista; atividade física; interação social; funções executivas; qualidade de vida.