

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO FUNCIONAL PARA PESSOAS COM TDAH

João Victor Ferrari Do Couto (joao.couto0739@soufcb.com.br)

Thiago Schroeder Mottas (thiagohandcolatina@gmail.com)

Ana Paula Da Silva (apdsilva9@gmail.com)

Brunela Gomes Canal Mottas (brunelagc@gmail.com)

INTRODUÇÃO: O presente estudo investiga como o treinamento funcional pode contribuir para a melhora do foco, do controle da impulsividade e da qualidade de vida em indivíduos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). A pesquisa busca compreender se essa prática, que trabalha movimentos naturais do corpo, pode auxiliar no manejo dos sintomas do transtorno. O estudo foi realizado pela relevância científica de ampliar o conhecimento sobre intervenções não farmacológicas e pela importância social de promover alternativas acessíveis para o bem-estar e a inclusão de pessoas com TDAH.

OBJETIVO: O objetivo geral deste estudo é analisar de que maneira o treinamento funcional pode contribuir para a melhora do foco, do controle da impulsividade e da qualidade de vida de indivíduos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH).

METODOLOGIA: O estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa bibliográfica realizada em artigos científicos disponíveis nas plataformas Revistas Marília (UNESP), ResearchGate, Editora Realize, FIRA e Intramed. Foram selecionados trabalhos que abordam a relação entre o treinamento funcional, a atividade física e os benefícios cognitivos em indivíduos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). A busca priorizou publicações dos últimos dez anos, a fim de garantir a atualidade e a relevância das informações analisadas.

RESULTADOS/DISCUSSÃO ou RESULTADOS ESPERADOS: As análises revelaram que a prática de atividades físicas, incluindo o treinamento funcional, favorece a melhora da atenção, do controle da impulsividade e a redução dos níveis de ansiedade em indivíduos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Além dos ganhos cognitivos e emocionais, foram observados benefícios físicos, como o aumento da força, da coordenação motora e do equilíbrio. Esses resultados indicam que o treinamento funcional pode atuar como um recurso terapêutico complementar, capaz de contribuir para o manejo dos sintomas do TDAH e para a promoção da qualidade de vida. No entanto, ressalta-se que essa prática não substitui o tratamento convencional, devendo ser vista como uma estratégia adicional de apoio. As principais contribuições deste estudo consistem em reforçar a importância do exercício físico como ferramenta de intervenção multidisciplinar e em ampliar o campo de pesquisa sobre abordagens não farmacológicas voltadas a pessoas com TDAH.

Palavras-chave: treinamento funcional; tdah; qualidade de vida.