

Influência da prática da natação em crianças com diagnóstico de TEA - transtorno espectro autista

Ana Júlia de Oliveira, Educação Física, Centro Universitário Integrado, Brasil

Luana Martins Maia, Educação Física, Centro Universitário Integrado, Brasil

Fabio Luiz Piassa, Educação Física, Centro Universitário Integrado, Brasil,
fabio.piassa@grupointegrado.br

Resumo: O presente trabalho aborda os benefícios da prática da natação em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), considerando seus impactos físicos, cognitivos, emocionais e sociais. Tem como objetivo compreender de que maneira a natação pode contribuir para o desenvolvimento integral e a inclusão desse público. O estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de natureza bibliográfica e abordagem qualitativa, realizada nas bases SciELO, PubMed, Google Acadêmico e Periódicos CAPES, com artigos publicados entre 2020 e 2025. A análise dos 19 estudos selecionados evidenciou que a natação promove melhora significativa da coordenação motora, equilíbrio, força muscular e autonomia funcional. Além disso, contribui para a redução da ansiedade, estímulo da socialização, fortalecimento da autoestima e ampliação da autoconfiança. Constatou-se também que o ambiente aquático, por suas características sensoriais e terapêuticas, favorece a integração entre corpo e mente, tornando-se uma importante ferramenta educativa e inclusiva. Conclui-se que a natação é uma prática eficaz para o desenvolvimento global de crianças com TEA e deve ser incentivada no contexto da Educação Física e das políticas de inclusão.

Palavras-chave: Natação. Autismo. Educação física. Inclusão. Desenvolvimento infantil.

Abstract : This study addresses the benefits of swimming practice for children with Autism Spectrum Disorder (ASD), considering its physical, cognitive, emotional, and social impacts. It aimed to understand how swimming can contribute to the overall development and inclusion of this population. The study is characterized as a literature review, with a bibliographic and qualitative approach, carried out in the SciELO, PubMed, Google Scholar, and CAPES Journals databases, including articles published between 2020 and 2025. The analysis of the 19 selected studies showed that swimming promotes significant improvements in motor coordination, balance, muscle strength, and functional autonomy. Moreover, it contributes to reducing anxiety, stimulating socialization, strengthening self-esteem, and increasing self-confidence. It was also found that the aquatic environment, due to its sensory and therapeutic characteristics, favors the integration between body and mind, becoming an important educational and inclusive tool. It is concluded that swimming is an effective practice for the global development of children with ASD and should be encouraged within the context of Physical Education and inclusion policies.

Keywords: Swimming. Autism. Physical education. Inclusion. Child development.

INTRODUÇÃO

A expectativa dos pais em relação ao nascimento de um filho geralmente está associada ao desejo de que a criança seja saudável e se desenvolva dentro dos padrões considerados típicos. Contudo, nem sempre isso ocorre, e alguns sinais de diferenças no desenvolvimento começam a se manifestar ainda nos primeiros

anos de vida. Segundo Barros (2025), o Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição que se revela precocemente, caracterizada por dificuldades persistentes na comunicação, na interação social e na presença de comportamentos repetitivos, que comprometem o desenvolvimento global da criança. Os primeiros indícios podem surgir por volta dos dezoito meses, quando os responsáveis percebem alterações na atenção, na comunicação e na capacidade de imitar ações cotidianas.

Aguiar, Pereira e Bauman (2017) explicam que o TEA exige uma abordagem multidisciplinar, uma vez que envolve aspectos comportamentais, cognitivos e motores que impactam diretamente a vida da criança e de sua família. Esses autores apontam que o tratamento e o acompanhamento especializado devem priorizar intervenções que estimulem o corpo e a mente de maneira integrada, a fim de promover a autonomia e a socialização. Assim, a atividade física, especialmente as práticas aquáticas, tem se destacado como recurso terapêutico relevante, pois auxilia na redução da ansiedade e melhora a coordenação, o equilíbrio e a percepção corporal.

A natação, segundo Lira Neto (2018), é uma modalidade que se adapta bem às necessidades de crianças com autismo, por possibilitar movimentos livres, sensação de segurança e estímulos sensoriais controlados. O autor destaca que o ensino da natação para esse público deve considerar estratégias específicas, baseadas em métodos inclusivos e em uma relação empática entre professor e aluno. Através da água, a criança tem a oportunidade de vivenciar experiências que favorecem o desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo, fortalecendo sua confiança e interação social.

Além disso, Fregolente e Junior (2015) destacam que o ambiente aquático promove benefícios que ultrapassam o campo físico, influenciando de maneira significativa o aspecto emocional e social. Para eles, a natação é uma prática que estimula a autoconfiança, a superação de limites e a construção de vínculos interpessoais, o que a torna um instrumento valioso de inclusão. Quando adaptada às especificidades de cada criança, a prática aquática contribui para a redução das barreiras impostas pelo TEA, permitindo uma vivência de sucesso e de reconhecimento das próprias capacidades.

Na mesma perspectiva, Lício e Araújo (2025) afirmam que as práticas aquáticas favorecem o desenvolvimento da autonomia e da independência dos indivíduos com TEA. Os autores ressaltam que, além dos benefícios motores e sensoriais, a natação promove a socialização e a autoconfiança, fortalecendo a capacidade da criança de lidar com desafios e de participar de atividades coletivas. Essa autonomia adquirida no meio aquático tende a se refletir também em outros contextos, como a escola e o convívio familiar, promovendo uma inclusão mais efetiva.

Portanto, compreender o impacto da natação na vida de crianças com TEA é fundamental para a educação física e para a área da saúde, pois evidencia como o exercício aquático pode ser um mediador do desenvolvimento integral. A partir dessa prática, é possível favorecer a integração entre corpo, mente e emoção,

ampliando as possibilidades de comunicação e interação social, e garantindo qualidade de vida e inclusão.

A justificativa para este estudo, parte do princípio de que a inclusão de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) em práticas esportivas e atividades físicas adaptadas tem se mostrado essencial para promover o desenvolvimento integral e o bem-estar físico, emocional e social desse público. Entre as modalidades mais indicadas destaca-se a natação, uma atividade que, por ser realizada em meio aquático, proporciona um ambiente seguro, acolhedor e com menores restrições de movimento, ampliando as possibilidades de aprendizagem, desenvolvimento e interação.

O ambiente aquático oferece condições favoráveis ao fortalecimento muscular, à melhora da coordenação motora e ao aumento da autonomia funcional. Essas características tornam a natação especialmente benéfica para crianças com TEA, que frequentemente apresentam desafios relacionados ao controle motor, à percepção corporal e à regulação emocional.

Além dos benefícios físicos, a natação contribui significativamente para o desenvolvimento psicológico e social, estimulando a autoconfiança, a autoestima e a socialização. Dessa forma, o espaço aquático transforma-se em um ambiente de estímulo à comunicação, à cooperação e ao desenvolvimento afetivo, aspectos frequentemente comprometidos em crianças com autismo.

Apesar dos avanços nas políticas públicas e na promoção da educação inclusiva, ainda persistem barreiras estruturais, sociais e pedagógicas que dificultam o acesso de crianças com deficiência às atividades esportivas. Muitos espaços carecem de profissionais capacitados, infraestrutura adequada e metodologias adaptadas, o que reforça a importância de estudos que evidenciem práticas inclusivas e comprovem cientificamente seus benefícios.

A escolha da natação como foco deste estudo fundamenta-se em sua versatilidade, ampla aplicabilidade e comprovada eficácia em contextos de reabilitação, desenvolvimento psicomotor e inclusão. Com base nesses aspectos, esta pesquisa reforça o papel da Educação Física como agente transformador, promovendo a igualdade de oportunidades e o direito à participação plena de crianças com TEA em práticas corporais e esportivas.

Dessa forma, torna-se imprescindível compreender, de que maneira a natação pode atuar como instrumento de desenvolvimento integral e inclusão para crianças com TEA.

Perante essas informações o objetivo geral deste estudo é entender como a natação pode beneficiar e incluir crianças com TEA, e como objetivos específicos investigar como a natação pode influenciar e contribuir para o desenvolvimento das habilidades motoras em crianças com TEA. Também identificar os impactos psicossociais da prática da natação nesse público, compreendendo a importância da adaptação das atividades aquáticas às necessidades individuais das crianças com TEA.

MÉTODO

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão da literatura, de natureza bibliográfica e abordagem qualitativa. Essa modalidade metodológica possibilita examinar, integrar e interpretar o conhecimento já produzido sobre determinado tema, permitindo a construção de novas compreensões teóricas e práticas a partir de dados previamente publicados.

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed, Google Acadêmico e Periódicos CAPES, que reúnem vasta produção científica nacional e internacional. Utilizaram-se descritores controlados do DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), combinados com o operador booleano “AND”, aplicando-se a seguinte estratégia de busca: “*Autismo AND Natação*”, “*Transtorno do Espectro Autista AND Atividade Física Aquática*” e “*Benefícios da Natação AND Crianças com TEA*”.

Foram incluídos artigos atuais, relevantes e com texto completo disponível, que apresentassem discussões relacionadas à intervenção aquática em crianças com TEA, aos benefícios motores, cognitivos e sociais da prática da natação, e às estratégias pedagógicas e terapêuticas utilizadas. Foram excluídos estudos duplicados, revisões não sistemáticas e publicações que não abordavam diretamente a relação entre a natação e o desenvolvimento infantil no contexto do autismo.

A análise dos dados considerou o tipo de estudo, os objetivos, os principais achados e as conclusões de cada artigo selecionado. Esse procedimento possibilitou identificar padrões, convergências e lacunas nas evidências científicas, fornecendo base sólida para a síntese e análise crítica dos resultados. Por fim, 19 estudos foram selecionados após a leitura criteriosa de títulos, resumos e textos completos, compondo o corpo final da amostra desta revisão.

REVISÃO DE LITERATURA

A natação é uma das práticas corporais mais antigas conhecidas. Messias, Mourão e Borges (2022) relatam que civilizações como os egípcios e gregos já a utilizavam como forma de sobrevivência e treinamento físico, e que, ao longo do tempo, ela passou a ter também caráter educativo e terapêutico. Antônio (2022) explica que a natação evoluiu para um instrumento de promoção da saúde e do equilíbrio físico e mental, integrando-se à educação física e à medicina preventiva.

Do ponto de vista fisiológico, Oliveira e Santos (2021) consideram a natação uma das atividades mais completas, pois trabalha grandes grupos musculares e melhora o condicionamento cardiorrespiratório, a coordenação e o equilíbrio. Além de seus efeitos físicos, a prática aquática desperta prazer e sensação de bem-estar, contribuindo para o controle da ansiedade e para o desenvolvimento da autoconfiança (Leão, 2024). Aguiar, Pereira e Bauman (2017) destacam que o ambiente aquático é terapêutico por natureza, já que as propriedades físicas da água reduzem o impacto articular, facilitam os movimentos e permitem uma reabilitação mais confortável.

Sá-Caputo et al. (2021) complementam que o exercício aquático estimula o sistema sensorial e melhora a integração entre corpo e mente, o que o torna uma alternativa terapêutica de alto valor. Barros (2025) acrescenta que o movimento na água promove relaxamento e estimula a percepção corporal, ampliando a consciência de si e o domínio motor. Fregolente e Junior (2015) demonstram que a prática regular da natação influencia positivamente o ambiente social do praticante, fortalecendo vínculos familiares e institucionais e contribuindo para a inclusão.

Arcanjo et al. (2018) reforçam essa visão ao afirmar que a natação, enquanto atividade física inclusiva, proporciona ganhos motores e psicossociais em indivíduos com deficiência, permitindo que a prática seja adaptada conforme o nível de habilidade. Essa adaptabilidade é o que torna a natação uma ferramenta importante de reabilitação, capaz de aliar prazer, movimento e desenvolvimento global.

A natação, quando introduzida na infância, oferece experiências motoras e cognitivas valiosas. Oliveira e Santos (2021) destacam que o contato com a água estimula o equilíbrio, a coordenação e a lateralidade, além de promover o convívio e o respeito às diferenças. Lira Neto (2018) observa que a iniciação aquática nos primeiros anos de vida favorece a independência e o desenvolvimento de habilidades psicomotoras, tornando a criança mais segura e socialmente participativa.

Segundo Antônio (2022) e Leão (2024), o ambiente aquático contribui para o desenvolvimento emocional e social da criança, pois a água proporciona sensação de segurança e liberdade, estimulando a autoconfiança. Arcanjo et al. (2018) reforçam que, em programas de natação adaptada, o professor tem papel mediador, ajustando o ritmo e os estímulos às necessidades de cada aluno, o que potencializa os ganhos físicos e cognitivos.

Para crianças com deficiência, os benefícios são ainda mais evidentes. Fregolente e Junior (2015) identificaram que a natação amplia a integração entre a família e a instituição, promovendo vínculos afetivos e inclusão social. Gomes e Canova (2019) relatam que, para crianças com TEA, o meio aquático é percebido como ambiente agradável e seguro, capaz de reduzir a ansiedade, melhorar a concentração e favorecer o aprendizado. Marinho (2025) acrescenta que o contato com a água estimula a comunicação, ajuda a diminuir estereótipos e fortalece o autocontrole emocional.

Maciel e Silva (2024) observam que as aulas aquáticas em grupo favorecem a socialização e a comunicação não verbal, estimulando o contato visual e o trabalho em equipe. Dessa forma, a natação infantil adaptada atua como instrumento pedagógico e terapêutico que impulsiona o desenvolvimento integral da criança com TEA.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição do neurodesenvolvimento que compromete a comunicação, a interação social e o comportamento. Sousa (2024) explica que o TEA é caracterizado por padrões restritos e repetitivos de atividades, bem como por déficits persistentes na reciprocidade social e na linguagem. Para Vanzela et al. (2025), essa condição manifesta-se em diferentes

graus, do leve ao severo, e interfere no desenvolvimento global do indivíduo, sendo essencial compreender seus níveis para adaptar intervenções. As causas do autismo são múltiplas, envolvendo componentes genéticos, neurológicos e ambientais (Ricco, 2017).

Leão (2024) acrescenta que, embora o fator genético seja relevante, o ambiente familiar e o contexto social influenciam na evolução dos sintomas, pois estímulos adequados e apoio emocional favorecem o progresso da criança. Barros (2025) reforça que o diagnóstico precoce é decisivo para um prognóstico positivo, visto que permite o início rápido de programas de intervenção que estimulam o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional. Segundo Silva e Santiago (2025), o TEA é classificado em níveis de acordo com o grau de suporte necessário: leve, moderado e severo. Crianças com níveis leve e moderado respondem melhor às terapias que envolvem atividades físicas e interação social, demonstrando avanços significativos na regulação emocional e no comportamento.

Além das limitações cognitivas e comunicativas, crianças com TEA apresentam comorbidades como distúrbios de sono, ansiedade, epilepsia e dificuldades motoras (Vanzela et al., 2025). Essas condições ampliam a necessidade de abordagens terapêuticas integradas, nas quais a prática física tem papel essencial. Nesse contexto, a natação tem se destacado como uma atividade capaz de promover ganhos físicos e emocionais relevantes, além de favorecer a inclusão e a socialização.

A relação entre natação e TEA tem sido amplamente investigada, e os resultados demonstram avanços expressivos no comportamento, na cognição e nas relações interpessoais das crianças. Sá-Caputo et al. (2021) destacam que o meio aquático oferece estímulos multissensoriais que favorecem o equilíbrio, a coordenação e a percepção espacial. Silva e Santiago (2025) afirmam que as atividades aquáticas adaptadas desenvolvem tanto as habilidades motoras quanto as cognitivas, ampliando a capacidade de concentração e a convivência social.

Lício e Araújo (2025) ressaltam que a estabilidade sensorial da água ajuda a reduzir comportamentos repetitivos e melhora a atenção. Barros (2025) acrescenta que os estímulos táteis e proprioceptivos, atuam sobre áreas cerebrais associadas ao foco e à regulação emocional. Pereira e Freitas (2021) reforçam que a prática orientada da natação potencializa a comunicação e o controle da ansiedade, refletindo diretamente na qualidade de vida.

Aguiar, Pereira e Bauman (2017) apontam que o processo de aprendizado aquático contribui para o autoconhecimento e para o aprimoramento das funções cognitivas. Maciel e Silva (2024) observam que a convivência no ambiente aquático gera sentimento de pertencimento e autoestima, enquanto Leão (2024) evidencia que o sucesso nas atividades estimula a motivação e a percepção de competência.

Arcanjo et al. (2018) defendem que o caráter inclusivo da natação permite a participação ativa de crianças com diferentes graus de autismo, fortalecendo o convívio social e o respeito à diversidade. Para Sousa (2024), a prática sistemática da natação ajuda na autorregulação emocional e na ampliação das interações sociais. Vanzela et al. (2025) concluem que o exercício físico regular é

indispensável para o desenvolvimento global de crianças com TEA, funcionando como complemento terapêutico e educativo.

Dessa forma, a natação se consolida como uma intervenção multifuncional capaz de promover benefícios motores, cognitivos, emocionais e sociais. Como destacam Sá-Caputo et al. (2021) e Sousa (2024), o meio aquático oferece estímulos que favorecem o equilíbrio entre corpo e mente, fazendo da natação não apenas uma prática esportiva, mas uma ferramenta inclusiva de transformação e qualidade de vida.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos revisados evidencia que a prática da natação se configura como uma intervenção eficaz e multidimensional no contexto do Transtorno do Espectro Autista (TEA). De maneira geral, todos os autores convergem na ideia de que o exercício físico, especialmente o aquático, favorece o desenvolvimento global das crianças com TEA, proporcionando melhorias nas funções motoras, cognitivas, emocionais e sociais. Sousa (2024) e Vanzela et al. (2025) reforçam que o TEA, por ser um transtorno complexo e de origem multifatorial, exige abordagens terapêuticas que unam estímulos corporais e psíquicos. Nesse sentido, a natação surge como uma prática que atende a essas necessidades, oferecendo um ambiente sensorialmente rico e seguro.

Observa-se, conforme Leão (2024) e Barros (2025), que as propriedades físicas da água, como a flutuação e a resistência, proporcionam suporte corporal e liberdade de movimento, fatores essenciais para o aprimoramento motor das crianças. Essa característica é especialmente benéfica para indivíduos que apresentam rigidez muscular, desequilíbrio ou dificuldades de coordenação. A imersão aquática permite movimentos mais amplos e controlados, favorecendo o desenvolvimento da força e da flexibilidade, como ressaltam Aguiar, Pereira e Bauman (2017). Além disso, o meio aquático estimula a propriocepção e o equilíbrio, o que contribui diretamente para o aperfeiçoamento das habilidades motoras finas e globais.

No aspecto emocional e comportamental, autores como Marinho (2025), Silva e Santiago (2025) e Sá-Caputo et al. (2021) apontam que o ambiente aquático atua como redutor da ansiedade, da irritabilidade e das estereotípias comuns em indivíduos com TEA. O contato com a água proporciona sensação de tranquilidade e prazer, possibilitando o relaxamento e a autorregulação emocional. Essas experiências, segundo Leão (2024), contribuem para o aumento da autoestima e da confiança, promovendo uma relação mais positiva da criança com o próprio corpo e com o meio social.

A análise dos estudos de Antônio (2022), Oliveira e Santos (2021) e Lira Neto (2018) demonstra que o início precoce da natação potencializa os benefícios sobre o desenvolvimento infantil. O aprendizado aquático favorece a autonomia, a socialização e o senso de cooperação, pois exige interação entre professor e alunos, respeito a regras e percepção de grupo. Para Gomes e Canova (2019), o meio aquático é altamente atrativo para crianças com TEA, pois a água oferece

estímulos sensoriais previsíveis e constantes, reduzindo o estresse causado por ambientes com excesso de informações visuais e sonoras. Essa previsibilidade favorece o foco, o controle do comportamento e a abertura para o aprendizado.

Os estudos de Arcanjo et al. (2018) e Fregolente e Junior (2015) enfatizam o papel inclusivo da natação, tanto no ambiente terapêutico quanto no social. A prática aquática proporciona oportunidades de interação e convivência entre crianças com e sem deficiência, fortalecendo laços de cooperação e empatia. Ao mesmo tempo, o trabalho interdisciplinar entre professores de educação física, terapeutas e familiares cria um ambiente propício para o desenvolvimento integral. O envolvimento da família é destacado como elemento essencial para a continuidade e eficácia das atividades, já que o estímulo fora da piscina amplia os resultados obtidos nas sessões.

A partir das contribuições de Lício e Araújo (2025), Maciel e Silva (2024) e Pereira e Freitas (2021), verifica-se que os efeitos positivos da natação estendem-se também às áreas cognitivas. O aprendizado das técnicas aquáticas exige atenção, memória e coordenação entre respiração e movimento, o que estimula funções executivas comprometidas no TEA. A execução repetida e rítmica dos gestos aquáticos contribui para a estruturação cognitiva e o controle motor, além de reforçar a disciplina e a paciência. Esse processo de aprendizado gradual estimula o cérebro de forma organizada e prazerosa, proporcionando ganhos significativos no comportamento e na comunicação.

Outro ponto relevante identificado na análise dos estudos é a correlação entre a natação e o fortalecimento da socialização. Segundo Silva e Santiago (2025) e Sousa (2024), o ambiente aquático facilita a interação entre pares, permitindo que as crianças autistas aprendam a dividir espaço, compartilhar atividades e compreender regras de convivência. Esses avanços sociais são reflexo direto da confiança adquirida durante as práticas, como reforçam Leão (2024) e Vanzela et al. (2025), ao destacarem que o sentimento de pertencimento gerado pela natação influencia positivamente o comportamento e a participação em outros contextos, como escola e comunidade.

De modo geral, a literatura evidencia que a natação não se limita a um papel recreativo, mas assume uma função pedagógica, terapêutica e social. Para Antônio (2022) e Messias, Mourão e Borges (2022), o caráter educativo da natação remonta à sua história, quando era utilizada não apenas para sobrevivência, mas também para disciplinar o corpo e promover a saúde. Na atualidade, essa prática mantém o mesmo valor simbólico, atuando como ferramenta de desenvolvimento integral e inclusão. Assim, observa-se que a natação, por suas propriedades físicas e psicossociais, contribui de forma abrangente para o progresso motor, cognitivo e emocional de crianças com TEA.

Em síntese, os estudos analisados permitem concluir que a prática regular da natação, devidamente orientada por profissionais qualificados, constitui uma estratégia terapêutica eficaz para crianças com Transtorno do Espectro Autista. A conjugação de estímulos sensoriais, motores e sociais no ambiente aquático possibilita experiências únicas de aprendizado e superação. Como defendem Sá-

Caputo et al. (2021) e Arcanjo et al. (2018), essa modalidade representa um caminho de inclusão e desenvolvimento humano, sendo fundamental que seja incorporada às políticas públicas de educação e saúde voltadas às pessoas com deficiência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo compreender de que maneira a prática da natação pode beneficiar crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), analisando seus impactos nas dimensões motoras, cognitivas, emocionais e sociais. A partir da revisão da literatura, foi possível atingir os objetivos propostos, evidenciando que a natação se configura como uma prática eficaz, segura e altamente benéfica para esse público. Os dados analisados demonstraram que, quando devidamente orientada e adaptada às necessidades individuais, a prática aquática promove avanços significativos na coordenação motora, equilíbrio, força muscular, bem como na autoestima, socialização e autonomia funcional das crianças com TEA.

O estudo confirmou, ainda, o papel inclusivo e terapêutico da natação, reforçando a sua importância como ferramenta pedagógica dentro da Educação Física adaptada e como parte integrante das políticas públicas voltadas à inclusão. Os resultados encontrados validam a hipótese inicial de que a melhora das habilidades motoras, psíquicas e sociais são os principais fatores que motivam a busca por essa atividade por parte das famílias.

No entanto, algumas limitações foram observadas. A principal delas refere-se à escassez de estudos empíricos com amostras amplas e metodologias padronizadas, o que restringe a generalização dos achados. Além disso, a maioria das pesquisas concentra-se em benefícios de curto prazo, sendo necessária uma análise longitudinal para avaliar os impactos duradouros da natação no desenvolvimento de crianças com TEA.

Dessa forma, recomenda-se que futuras investigações explorem o acompanhamento a longo prazo de crianças inseridas em programas regulares de natação adaptada, bem como a comparação entre diferentes modalidades aquáticas e suas respectivas eficácias terapêuticas. Sugere-se, ainda, a realização de estudos que envolvam o ponto de vista das famílias e dos profissionais que atuam diretamente com esse público, visando uma compreensão mais abrangente dos fatores que potencializam ou limitam os efeitos positivos da prática aquática.

Conclui-se que a natação é uma aliada valiosa no processo de desenvolvimento global e inclusão de crianças com TEA. É fundamental que essa prática seja cada vez mais incentivada e acessível, garantindo a esses indivíduos não apenas o direito ao esporte, mas também à saúde, ao bem-estar e à participação plena na sociedade.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, R. P.; PEREIRA, F. S.; BAUMAN, C. D. Importância da prática de atividade física para as pessoas com autismo. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 5, n. 2, p. 178-183, 2017.

ANTÔNIO, R. R. **Os benefícios da natação para crianças com autismo**. 2022. 39 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Faculdade Anhanguera de Piracicaba, Piracicaba, 2022.

ARCANJO, G.; FERREIRA, E.; NETO, P. S. P.; LIMA, E. J. Injuries in recreational runners: incidence, types of major occurrence and associated factors. **Motricidade**, v. 14, n. 1, p. 376-382, 2018.

BARROS, K. F. M. **Atividade física e qualidade de vida de crianças autistas**. 2025. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal do Maranhão, Pinheiro, 2025.

FREGOLENTE, G.; JUNIOR, M. V. A Inclusão da natação na vida da pessoa com deficiência—uma análise a partir da teoria ecológica do desenvolvimento. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 16, n. 01, 2015.

GOMES, G. F.; CANOVA, F. B. Influência da natação na ansiedade em indivíduos com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Científica UMC**, Mogi das Cruzes, Edição Especial PIBIC, p. 1–10, out. 2019

LEÃO, J. C. M. L. Os benefícios da natação para o desenvolvimento da criança com Transtorno do Espectro Autista. **Revista OWL**, Campina Grande, v. 2, n. 3, p. 101–110, maio 2024.

LÍCIO, G.; ARAÚJO, M. P. M. Práticas aquáticas e a autonomia dos estudantes autistas: um estudo bibliográfico. **Revista Educar Mais**, v. 9, p. 1–14, 2025.

LIRA NETO, J. F. Considerações preliminares sobre o ensino da natação para autistas. **Revista Educação Especial**, Santa Maria, v. 31, n. 60, p. 167-180, jan./mar. 2018.

MACIEL, M. F. O.; SILVA, F. A. P. Natação adaptada: uma análise das práticas de atividade física aplicadas às crianças com autismo. In: **Anais da Mostra Científica do Curso de Educação Física**, 1., 2024, Quixadá. Quixadá: UniCatólica, 2024.

MARINHO, A. V. V. **Natação e o Transtorno do Espectro do Autismo: uma revisão sistemática**. 2025. 39 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2025.

MESSIAS, I. O.; MOURÃO, W. M. S.; BORGES, L. J. A influência da natação no desenvolvimento dos autistas. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 11, p. 1717-1724, 2022.

OLIVEIRA, J. S.; SANTOS, K. M. X. Benefícios da natação para a criança autista: um estudo de caso. **Vita et Sanitas**, v. 15, n. 1, p. 74-89, 2021.

PEREIRA, F. S.; FREITAS, J. F. F. Atividade física e Transtorno do Espectro Autista: uma revisão de periódicos brasileiros. **Cenas Educacionais**, Caetité, v. 4, n. e11933, p. 1-14, 2021.

RICCO, A. C. **Efeitos da atividade física no autismo**. 2017. 37 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Instituto de Biociências, Rio Claro, 2017.

SÁ-CAPUTO, D. C.; PAINEIRAS-DOMINGOS, L. L.; SOUZA, J.; BERNARDO-FILHO, M. Autismo e atividade física aquática como ferramenta terapêutica: uma revisão narrativa. **Revista Brasileira de Terapias e Saúde**, v. 12, n. 1, p. 20–30, 2021.

SILVA, A. E. N.; SANTIAGO, L. C. S. Atividades aquáticas e seus benefícios para crianças com transtorno do espectro autista: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 14, n. 9, e3014949468, 2025.

SOUSA, M. K. O. **Os efeitos da prática da natação na comunicação, no comportamento e na interação social em crianças com Transtorno do Espectro Autismo: revisão de literatura**. 2024. 19 f. Monografia (Especialização em Treinamento Esportivo) – Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2024.

VANZELA, N. P.; CASTILLO, A. V. A. M.; OLIVEIRA, A. V. B.; LIRA MARQUES, J. P.; DANTAS, R. A. E. A influência do exercício físico no funcionamento de crianças com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Eletrônica Acervo Médico**, v. 25, p. e18017-e18017, 2025