

ASSOCIAÇÃO VITORIENSE DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E CULTURA
FACULDADE ESCRITOR OSMAN DA COSTA LINS - FACOL
COORDENAÇÃO DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO

JÉSSICA APARECIDA DOS SANTOS ATAÍDE

**OS BENEFÍCIOS DO JIU JITSU PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO
ESPECTRO AUTISTA**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
2018.1

OS BENEFÍCIOS DO JIU JITSU PARA INDIVÍDUOS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Jéssica Aparecida dos Santos Ataíde*

Ana Raquel Mendes dos Santos**

RESUMO

Objetivo: Identificar e analisar, por meio de uma revisão da literatura, os benefícios do Jiu jitsu para indivíduos com Transtorno do Espectro Autista. **Métodos:** Realizou-se busca nas bases de dados de acesso livre SciELO, LILACS e Google Acadêmico, utilizando-se os seguintes descritores e palavras-chave em português: “artes marciais”, “autista”, “autismo”, “jiu jitsu”, “lutas”, “transtornos do espectro autista”. A seleção dos artigos teve como critérios de inclusão: artigos originais, disponíveis em formato completo, publicados no período de 2006 a abril de 2018 nos idiomas português e inglês. **Resultados:** Ao observar os principais resultados dos estudos selecionados, identificaram-se os benefícios em comum, dentre eles: a melhora na coordenação motora, no equilíbrio, desenvolvimento na fala, diminuição dos comportamentos estereotipados, socialização, etc. Portanto por se tratar de um esporte de alto contato físico e de inter-relações, o Jiu jitsu condiciona o aluno a um desenvolvimento satisfatório tanto no desenvolver da fala quanto em relação a coordenação motora, equilíbrio, flexibilidade e disciplina, tornando-se assim um indivíduo mais autônomo e com capacidades de se relacionar sozinho. **Conclusão:** O Jiu jitsu se mostrou como um esporte de qualidade e que se praticado de forma completa poderá proporcionar benefícios físicos, mentais e sociais a indivíduos com o Transtorno do Espectro Autista.

Palavras-Chave: Artes Marciais. Autista. Autismo. Jiu jitsu. Lutas. Transtorno do Espectro Autista.

* Graduando em Educação Física - Bacharelado, pela Faculdade Escritor Osman da Costa Lins (FACOL). jessica.ataide.20@hotmail.com

** Doutora em Educação Física. Docente da Faculdade Escritor Osman da Costa Lins. raqueldss@gmail.com.

ABSTRACT

Objective: To identify and analyze, through a review of the literature, the benefits of Jiu Jitsu for individuals with Autistic Spectrum Disorder. **Methods:** We searched the databases of free access SciELO, LILACS and Google Scholar, using the following descriptors and keywords in Portuguese: "martial arts", "autista", "autism", "jiu jitsu" , "Fights", "autism spectrum disorders". The selection of the articles had as inclusion criteria: original articles, available in full format, published between 2006 and April 2018 in Portuguese and English. **Results:** The main benefits of the selected studies were identified, among them: improvement in motor coordination, balance, speech development, reduction of stereotyped behaviors, socialization, etc. Therefore, because it is a sport of high physical and inter-relations, Jiu jitsu conditions the student to a satisfactory development both in the development of speech and in relation to motor coordination, balance, flexibility and discipline, thus becoming a a more autonomous individual with the ability to relate alone. **Conclusion:** Jiu jitsu has been shown to be a quality sport and if practiced in a complete way could provide physical, mental and social benefits to individuals with Autism Spectrum Disorder.

Key-Word: Martial arts. Autistic. Autism. Jiu Jitsu. Fights Autistic Spectrum Disorder.

1 INTRODUÇÃO

O Jiu jitsu chegou ao Brasil em meados de 1917, que tinha como mestre da arte o Mitsuyo Maeda, mundialmente conhecido como professor Conde Koma (VECCHIO et al., 2007). No Brasil o Jiu jitsu se tornou uma arte marcial muito aplicada, favorecendo à visibilidade a esta modalidade esportiva (RUFINO e DARIDO, 2009). É um esporte hoje praticado por uma grande quantidade de pessoas, e entre elas estão as com necessidades especiais como os portadores do Transtorno do Espectro Autista (TEA), onde a maioria deles tem encontrado resultados satisfatórios e benéficos ao praticar o Jiu jitsu.

Por conta do distúrbio neurológico que ocorre com o portador do TEA, o mesmo acaba tendo dificuldades na comunicação, interações sociais, comportamentos estereotipados ou repetitivos (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 1994 apud DOWNEY; RAPPORT, 2012 apud LOURENÇO et al., 2015).

De acordo com Lourenço et al. (2015), se esses indivíduos praticarem atividades físicas de forma regular os resultados só serão benéficos, pois as atividades físicas contribuem para a saúde, com a prevenção de várias doenças, como a diabetes, obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares, osteoporose, dentre tantas outras. Sendo de suma importância que o portador do TEA tenha influência dos exercícios em seu cotidiano, para que proporcione uma melhora na condição física, nas capacidades sensoriais e cognitivas.

Segundo Fournier et al. (2010), os déficits motores são bem característicos destes indivíduos. Assim, deve-se considerar intervenções que cogitem a melhora destes déficits, incluindo a performance motora junto com a coordenação (funções do braço, marcha, planejamento do movimento e equilíbrio).

De acordo com Martins (2011), este trabalho será de suma importância para conscientizar as pessoas a respeito dos benefícios que o Jiu jitsu poderá proporcionar de forma gradativa a portadores do TEA, para que os mesmos possam criar meios para melhorar sua qualidade de vida e de socializar com o mundo a sua volta. Ao mesmo tempo, isso permite ao profissional de Educação Física que tem interesse de trabalhar com este público, realizar a aplicação de programas esportivos de maneira adaptada, proporcionando o mesmo programa inclusivo. Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi analisar, por meio de uma revisão da literatura, os benefícios da prática do Jiu jitsu para indivíduos com TEA.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2. 1 CONHECENDO O AUTISMO E SUAS CLASSIFICAÇÕES

O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA), também conhecido como Transtorno Invasivo do Desenvolvimento (KLIN, 2006). Foi pela primeira vez celebrado o Dia Internacional da Conscientização para o Autismo, em 02 de abril de 2007, data que se tornou a maior referência do movimento que cresceu mundialmente ao longo da primeira década do século XXI (MACHADO e ANSARA, 2014). Segundo a literatura o TEA é classificado de acordo com nível de comprometimento cognitivo do indivíduo: Autismo clássico, Autismo clássico/leve ou de alto funcionamento e Autismo clássico grave ou de baixo funcionamento.

Autismo clássico - é diagnosticado normalmente antes dos três anos, caracterizado por problemas na interação social, desenvolvimento da linguagem atrasada e comportamentos repetitivos. Esta é a fase inicial, onde se deve observar na criança, seu comportamento em geral, observando se há presença do Autismo, pois caso seja identificado poderá ser trabalhado precocemente ajudando a criança no seu desenvolvimento físico, mental e social (PESSOA, 2017).

Autismo clássico/leve ou de alto funcionamento - possuem um comprometimento no desenvolvimento social, competências linguísticas em atraso, porém possui o QI normal.

Como o próprio nome fala esta é a fase leve, onde a criança vai ter uma dificuldade de interagir socialmente (PESSOA, 2017).

Autismo clássico grave ou de baixo funcionamento - neste pode apresentar comportamento compulsivo ou autodestrutivo, sendo um caso mais grave, possuindo um QI abaixo da média, com sintomas mais profundos. Este é um tanto mais cauteloso, pois o indivíduo possui complexidades há serem desenvolvidas, evitando atormentá-lo, se aproximando com a permissão do mesmo, sem invadir seu espaço para que o mesmo se sinta a vontade obtendo confiança. Por tanto é de suma importância procurar um médico e especialistas da área caso algum destes sinais sejam evidentes em crianças, pois ajudará o indivíduo portador no desenvolver das suas capacidades sem restringi-lo mais trabalhando com ele de forma apropriada (PESSOA, 2017).

2. 2 O JIU JITSU E SEUS BENEFÍCIOS PARA PESSOAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

É possível observar em alguns estudos que atividades intra e interpessoais pode ajudar na relação sócio afetivo dos autistas (TIRADENTES, 2017). Através do contato físico pode se ter uma comunicação com o autista, porém é preciso muito cuidado com o tipo de contato para que não haja o bloqueio dessa comunicação. O Jiu jitsu oferece inúmeras vantagens aos seus praticantes, principalmente para crianças em seu desenvolvimento psicomotor. Durante sua prática esportiva pode se desenvolver o esquema corporal, coordenação, ritmo, respiração, e melhorar a agilidade, resistência e força (TIRADENTES, 2017).

Inicialmente percebemos que o autismo precisa de um olhar a mais no campo sócio afetivo. E percebemos também que o Jiu jitsu proporciona contato físico, autocontrole, conhecimento dos limites do próprio corpo e respeito pelo outro. Ao notar estes benefícios que o Jiu jitsu poderá fornecer ao indivíduo com TEA, deve-se criar programas que utilize esta modalidade como tratamento parcial para eles (TIRADENTES, 2017).

Assim como em outras artes marciais o Jiu jitsu proporciona grande diversidade de situações. Induzindo aos seus praticantes sem ou com autismo, movimento e atividades diferentes, conduzindo-os numa constante inovação ou adaptação durante a realização da prática. Podendo desta forma ajudar na diminuição dos movimentos estereotipados e restritos

característicos de pessoas com Transtorno do Espectro do Autismo, mudando a rotina (SILVA, et al. 2013).

Sendo assim, são notáveis os benefícios que a prática do Jiu jitsu pode proporcionar na vida de um indivíduo com TEA, tendo só a acrescentar positivamente no desenvolver físico, mental e social do mesmo.

3 METODOLOGIA

Com o intuito de alcançar o objetivo proposto foram realizadas pesquisas de artigos científicos, nas bases de dados de acesso livre SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Como estratégias de busca, utilizaram-se os seguintes descritores e palavras-chave em português: “artes marciais”, “autista”, “autismo”, “jiu jitsu”, “lutas”, “transtornos do espectro autista”. Foram adotados os seguintes critérios de inclusão: artigos originais, disponíveis em formato completo, publicados no período de 2006 a abril de 2018, no idioma português e inglês, que abordaram a temática “Os benefícios do Jiu jitsu para indivíduos com Transtorno do Espectro Autista”. Sendo assim descartado os artigos que não se encaixam dentro destes critérios de inclusão.

O Quadro I apresenta os 11 artigos selecionados, destacando as características dos estudos quanto ao país de realização, ano, objetivo do estudo e resultados principais, divulgando os aspectos benéficos a prática de Jiu jitsu aplicado a indivíduos com o Transtorno do Espectro Autista.

Quadro I – Características dos artigos selecionados pelas bases de dados eletrônicas.

Autor/Ano	País	Objetivo do Estudo	Resultados Principais
Klin, (2006).	Brasil	Esta revisão foca o histórico, a nosologia e as características clínicas e associadas aos dois transtornos invasivos de desenvolvimento mais conhecidos – o autismo e a síndrome de Asperger.	As síndromes autísticas e a de Asperger são síndromes originadas de alterações precoces e fundamentais no processo de socialização, levando a uma cascata de impactos no desenvolvimento da atividade e adaptação, da comunicação e imaginação sociais, entre outros comprometimentos.
VECCHIO et al. (2007).	Brasil	Sintetizar recentes achados em nosso meio	De maneira ampla, indica-se que os atletas de BJJ

		quanto ao Brazilian Jiu Jitsu (BJJ).	necessitam de alta força isométrica, tanto geral, quanto localizada, e componente aeróbio relevante para manutenção do combate.
RUFINO e DARIDO, (2009).	Brasil	A origem do jiu jitsu no Brasil, para em um segundo momento, avaliar as implicações do ensino dessa prática.	O jiu jitsu mostra-se por tudo que oferece quanto prática corporal, uma possibilidade para tratar das lutas nas aulas de Educação Física escolar.
RUFINO e DARIDO, (2009).	Brasil	Discutir a inserção do jiu jitsu brasileiro como um possível conteúdo das aulas de Educação Física escolar, levando-se em conta as três dimensões dos conteúdos: atitudinal, conceitual e procedimental.	O jiu jitsu brasileiro nas aulas de Educação Física torna possível à aprendizagem de uma série de práticas, conhecimentos e valores que fornecem aos alunos vivências significativas dentro do âmbito da cultura corporal de movimento.
FOURNIER et al. (2010).	EUA	Analisar os déficits da coordenação motora como uma característica fundamental dos Transtornos do Espectro do Autismo (TEA).	Melhoramento nos déficits de coordenação motora em indivíduos com Transtornos do Espectro do Autismo.
MARTINS, (2011).	Brasil	Apresentar a deficiência Intelectual como uma condição longe de ser fixa e imutável que limitará a vida dos indivíduos que a possuem.	Realizar adaptações neste processo de ensino para que o conteúdo seja transmitido a esta população, não devendo diferenciar-se entre alunos com a deficiência e alunos sem a deficiência e, tampouco, excluir-se o acesso.
SILVA et al. (2013).	Brasil	Estabelecer uma reflexão teórica, acerca do valor de um programa de capacidades físicas e habilidades cognitivas e motoras inerentes a prática do Jiu-Jitsu voltada para pré-adolescentes autista que expressam corporalmente a dificuldade em estabelecer a relação intrapessoal.	Relatou sobre a lacuna que ainda existe na prática de atividades físicas, principalmente acerca da prática de lutas por pessoas acometidas com TEA.
LOURENÇO et al. (2015).	Brasil	Reunir os principais estudos que foram realizados nos últimos	Os programas de intervenção revelaram melhorias significativas, mostrando as

		anos no âmbito da atividade física em indivíduos com (TEA) e retirar as conclusões acerca dos mesmos.	potencialidades do exercício em pessoas com TEA.
OLIVATI et al. (2013).	Brasil	Analisar a compreensão de professores da rede regular de ensino sobre características de pessoas com Transtornos do Espectro do Autismo (TEA) antes e após um procedimento de intervenção.	Os professores têm reduzidos conhecimentos sobre características de pessoas com TEA, e possuem formação insuficiente a respeito do assunto.
BARBOSA, OLIVATI e MISQUIATTI, (2013).	Brasil	Avaliar o desempenho social de crianças com transtornos do espectro do autismo por meio da escala comportamental infantil e correlacionar com os dados obtidos no protocolo de pragmática.	Permitir avaliar o desempenho social de crianças com TEA a partir de escala comportamental infantil e correlacionar com os achados encontrados no protocolo de pragmática.
MACHADO e ANSARA, (2014).	Brasil	Compreender os caminhos delineados pelos familiares para obter políticas públicas capazes de suprir as necessidades de seus filhos.	A chegada do autismo determina a mudança radical da vida cotidiana dessas famílias, contudo, torna-se um fator que as impulsiona à organização e à luta pela igualdade de condições de vida e concretização de seus direitos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O processo de busca adotando os critérios de inclusão, resultou em 11 artigos. Todavia ao ver a carência de artigos encontrados que pudessem abranger de forma mais clara esta área, pesquisou-se em 02 sites (DIARIO DE UM AUTISTA e ESPAÇO AUTISTA) assuntos mais relevantes a área abordada na temática.

Com relação ao ano, o maior número de publicações foi encontrado em 2013, totalizando em três artigos. Diante disso, observou-se a escassez de pesquisas sobre essa temática, sendo necessário o desenvolvimento de mais estudos.

Quanto aos países de origem, percebeu-se que a maioria dos estudos foram conduzidos no Brasil e que apenas uma investigação foi realizada nos Estados Unidos,

revelando o interesse do Brasil por estudos que abordem os benefícios proporcionados aos indivíduos com TEA que praticam o Jiu jitsu. Em relação aos grupos etários, os estudos analisaram indivíduos de diferentes faixas de idades, no entanto, houve predominância de crianças de ambos os sexos.

Pode se observar que, a prática do Jiu jitsu no indivíduo com TEA proporciona benefícios nos aspectos físico, mental e social. Os artigos utilizados apresentam a temática a partir de uma abordagem de caráter qualitativa e quantitativa, com objetivo de mostrar os benefícios que a prática do Jiu jitsu proporcionará ao indivíduo com TEA.

Ao realizar uma análise comparativa entre os artigos verificou-se que de acordo com Klin (2006), as síndromes autísticas e de asperger são ocasionadas devido alterações precoces no processo de socialização, levando a complicações no desenvolvimento das atividades, comunicações, adaptações, dentre outros comprometimentos. Segundo a afirmativa de Fournier et al. (2010), em acordo com Lourenço et al. (2015), um indivíduo com TEA que pratica exercícios físicos terá um melhoramento nos déficits da coordenação motora.

Barbosa, Olivati e Misquiatti (2013), indicam em seu estudo que se avalie o desempenho de crianças com TEA através de uma escala comportamental infantil e correlacione ao protocolo de pragmática, facilitando os resultados. Para Martins (2011), a realização de adaptações neste processo pode contribuir bastante com o desenvolvimento e progressão do indivíduo com TEA, não diferenciando os alunos com deficiências e os sem deficiência. No entanto ainda existem professores que não identificam com facilidade as características de uma pessoa com TEA, talvez por não possuírem formação suficiente, assim falam Olivati et al. (2013).

De acordo com Vecchio et al. (2007), os atletas de jiu jitsu necessitam de treinamento para o bom rendimento nas competições, ocorrendo assim uma ligação direta no desenvolvimento e socialização. Rufino e Darido (2009), retratam o jiu jitsu como uma possibilidade de inserção nas aulas de educação física escolar, podendo desenvolver ações benéficas não só a pessoas com TEA mais com todos em sua volta, tornando possível a aprendizagem, o conhecimento e valores dentro do âmbito da cultura corporal de movimento. Porém Silva et al. (2013), relata claramente a lacuna que infelizmente ainda existe na disponibilidade de práticas de lutas por pessoas acometidas de TEA.

Portanto voltando ao lado familiar Machado e Ansara (2014), enfatizam toda a mudança que ocorre na vida dos familiares do indivíduo com TEA, pois a partir dali eles começam a lutar juntos por um mesmo objetivo que é a luta por igualdade e concretização dos seus direitos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nessa perspectiva, o estudo apresenta os benefícios proporcionados ao indivíduo portador do Transtorno do Espectro Autista quando praticado a modalidade do Jiu jitsu em seu cotidiano, por ser um esporte de alto contato físico e de inter-relações, o Jiu jitsu condiciona o aluno a um desenvolvimento satisfatório tanto no desenvolver da fala quanto em relação a coordenação motora, equilíbrio, flexibilidade e disciplina, tornando-se assim um indivíduo mais autônomo e com capacidades de se relacionar sozinho. O Jiu jitsu como esporte, como processo de reabilitação, como forma de inclusão e como forma de interação social, tem os mesmos objetivos em comum que é proporcionar ao seu praticante qualidade de vida, laços de amizade e melhor condicionamento físico e mental.

Portanto se faz notável a importância da prática de exercícios físicos principalmente para as pessoas com TEA, pois lhe proporcionará benefícios satisfatórios tanto ao portador quanto aos que estão a sua volta. Ter qualidade de vida é fundamental e o Jiu jitsu pode oferecer uma integração conjunta do físico, mental e social. Sabe-se que por se tratar de uma modalidade de auto contato físico o mesmo trará fundamentos que respeitem o tempo do indivíduo com TEA, assim possibilitando confiança seguida de disciplina, promovendo desta forma autonomia.

Ao compreender que o indivíduo portador do Transtorno do Espectro Autista é um indivíduo capaz de se desenvolver e de se relacionar com esforços próprios, deve-se permitir que o mesmo tenha uma vida comum, sem restrições ou superproteção, claro que uma vez que o mesmo sempre teve o acompanhamento de seus familiares não deverá ser diferente, porém com uma liberdade que antes não havia.

Sugere-se que os estudos aprofundem questões vinculadas ao Jiu jitsu e ao indivíduo com TEA de forma mais conjunta para mostrar aos leitores e pesquisadores resultados cada vez mais satisfatórios e benéficos, de uma prática esportiva de alto rendimento e alto contato físico e social, ligada diretamente ao indivíduo portador do Transtorno do Espectro Autista.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, C. A. O. S.; OLIVATI, A. G.; MISQUIATTI, A. R. N. Estudo do comportamento social de crianças com Transtornos do Espectro do Autismo. In: IX CONGRESSO BRASILEIRO DE AUTISMO, 2013, Alagoas. **Anais...** Alagoas: Associação de Amigos do Autista de Alagoas (AMA-AL), 2013. p. 8-19.

FOURNIER, K. A. et al. Motor coordination in autism spectrum disorders: A synthesis and meta-analysis. **Journal of Autism and Developmental Disorders**, v.40, n.10, p.1227–1240, 2010.

KLIN, A. Autismo e síndrome de Asperger: uma visão geral. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 28, p. 3-11, 2006.

LOURENÇO, C.C.V. et al. Avaliação dos Efeitos de Programas de Intervenção de Atividade Física em Indivíduos com Transtorno do Espectro do Autismo. **Revista Brasileira Educação Especial**, Marília, v. 21, n. 2, p. 319-328, Abr.-Jun., 2015.

MACHADO, M. F. L.; ANSARA, S. De Figurantes a Atores: o coletivo na luta das famílias dos autistas. **Psicologia Política**, v. 14, n. 31, p. 517-533, set. – dez., 2014.

MARTINS, A.T. Lutas e Artes Marciais para Deficientes Intelectuais: Formação de Recursos Humanos na Área da Educação Física Adaptada. In: VII ENCONTRO DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PESQUISADORES EM EDUCAÇÃO ESPECIAL. 2011, Londrina. **Anais...** Londrina: 2011. p. 2373-2388.

OLIVATI, A. G. et al. Transtornos de Espectro do Autismo e educação inclusiva: Um estudo de compreensão de professores. In: IX CONGRESSO BRASILEIRO DE AUTISMO, 2013, Alagoas. **Anais...** Alagoas: Associação de Amigos do Autista de Alagoas (AMA-AL), 2013. p. 77-87.

PESSOA, N. **Espaço Autista**. Disponível em:
<<http://espacoautista.blogspot.com/2012/10/tipos-de-autismo.html>>. Acesso em: 29 nov. 2017.

RUFINO, L.G.B; DARIDO, S.C. Considerações iniciais sobre o jiu jitsu brasileiro e suas implicações para a prática pedagógica. In: CONGRESSO PAULISTANO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, 2009, São Paulo. **Anais...** São Paulo: Unesp – Rio Claro, 2009. p. 2-17.

RUFINO, L. G. B; DARIDO, S. C. O Jiu jitsu brasileiro nas três dimensões dos conteúdos nas aulas de educação física escolar. . In: CONGRESSO PAULISTANO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, 2009, São Paulo. **Anais...** São Paulo: Unesp – Rio Claro, 2009. p. 399-413.

SILVA, L. V. D. C. et al. O valor do jiu jitsu para pré – adolescentes acometidos pelo transtorno do espectro autista que expressam corporalmente a dificuldade de relacionamento interpessoal. In: IX CONGRESSO BRASILEIRO DE AUTISMO, 2013, Alagoas. **Anais...** Alagoas: Associação de Amigos do Autista de Alagoas (AMA-AL), 2013. p. 117-127.

TIRADENTES, K. **Diário de um autista**. Disponível em:
<<http://www.redetiradentes.com.br/diariodeumautista/?p=739>>. Acesso em 29 de novembro de 2017.

VECCHIO, F.B.D. et al. Análise morfo-funcional de praticantes de brazilian jiu-jitsu e estudo da temporalidade e da quantificação das ações motoras na modalidade. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, SP, v. 7, n. 10, Jan./Jun., 2007.