

# JUDÔ E AUTISMO: A ARTE MARCIAL COMO AUXÍLIO AO DESENVOLVIMENTO POSTURAL E MOTOR EM INDIVÍDUOS COM AUTISMO

Guilherme Kiel Bourguignon<sup>1</sup>

Fabrcio Ferreira da Rosa<sup>2</sup>

**Resumo:** O presente estudo analisa os benefcios da prtica do Judô no desenvolvimento motor, postural e social de crianas com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A metodologia adotada foi uma reviso sistemática de literatura, com foco em estudos publicados entre 2015 e 2024, que abordam os impactos dessa arte marcial em crianas com TEA. Os resultados indicam que o Judô contribui significativamente para a melhoria da coordenaço motora, controle postural, autocontrole emocional e socializaço. A prtica regular proporciona um ambiente estruturado e disciplinado que favorece o desenvolvimento de funçoes executivas, como planejamento e atença. Contudo, os estudos apresentam limitaçoes, especialmente no que diz respeito à generalizaço dos resultados, amostras pequenas e à necessidade de adaptaçoes específicas para cada nível do espectro autista. Assim, são recomendadas investigaçoes futuras que ampliem as amostras e explorem os efeitos de longo prazo da prtica do Judô em diferentes contextos, como escolas e comunidades.

**Palavras-chave:** Judô. Autismo. Desenvolvimento motor. Socializaço.

## Judo and Autism: Martial Arts as an Aid to Postural and Motor Development in Individuals with Autism

**Abstract:** This study analyzes the benefits of judo practice on motor, postural, and social development in children with Autism Spectrum Disorder (ASD). A systematic literature review was conducted, focusing on studies published between 2015 and 2024 that address the impact of this martial art on children with ASD. The findings suggest that judo significantly improves motor coordination, postural control, emotional self-regulation, and socialization. Regular practice provides a structured and disciplined environment that enhances executive functions such as planning and attention. However, the studies present limitations, particularly regarding the generalization of results, small sample sizes, and the need for specific adaptations for different levels of the autism spectrum. Future research is recommended to broaden samples and explore the long-term effects of judo practice in various contexts, including schools and communities.

**Keywords:** Judo. Autism. Motor development. Socialization.

---

<sup>1</sup> Graduado em Licenciatura em Educaço Física - Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG); Acadêmico do Curso de Bacharelado em Educaço Física – Instituiço de Ensino Superior - Faculdade Sant'Ana; Pós-Graduado em Educaço Física Escolar - UniCesumar; Pós-Graduado em Educaço Física e TEA - Faculdade Dom Alberto. E-mail para contato: guilherme.kiel.bourguignon@gmail.com

<sup>2</sup> Docente da Disciplina de Lutas da Instituiço de Ensino Superior Sant'Ana – Faculdade Sant'Ana; Especialista em Docência no Ensino Superior. Especialista em Lutas. Graduado em Educaço Física pelo Instituto Superior de Educaço Sant'Ana - Faculdade Sant'Ana. E-mail para contato: prof.fabricio@iessa.edu.br

## INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma condição neurodesenvolvimental que afeta milhões de crianças em todo o mundo, caracterizada por desafios na comunicação, na interação social e por padrões repetitivos de comportamento (American Psychiatric Association, 2013). Para lidar com esses desafios, a inclusão de intervenções físicas e comportamentais no desenvolvimento infantil tem sido amplamente explorada. Entre essas intervenções, o Judô surge como uma prática promissora, oferecendo um conjunto diversificado de benefícios que vão além da atividade física tradicional. Considerado uma arte marcial que equilibra o desenvolvimento físico, emocional e social, o Judô proporciona um ambiente estruturado e disciplinado, no qual as crianças com TEA podem melhorar suas habilidades motoras e cognitivas, além de promover a interação social e o autocontrole.

A prática do Judô, segundo Kano (1986), fundador da modalidade, foi desenvolvida como uma "via suave" para o fortalecimento do corpo e da mente. Nos últimos anos, tem-se reconhecido cada vez mais seu potencial como ferramenta terapêutica, especialmente no contexto do TEA, onde o desenvolvimento motor e a socialização são áreas críticas de intervenção. A literatura recente, como o estudo de Couto et al. (2021), aponta para os benefícios específicos do Judô para crianças autistas, principalmente no que diz respeito à melhoria da coordenação motora, do controle postural e das funções emocionais. Esses benefícios são amplamente discutidos por autores como Oliveira (2024) e Morales Aznar et al. (2022), que destacam como a prática regular dessa arte marcial contribui para o desenvolvimento de habilidades essenciais para a autonomia e qualidade de vida das crianças com TEA.

A relevância do Judô no tratamento do TEA reside em sua capacidade de atuar em múltiplas frentes de desenvolvimento. Diferente de outras práticas esportivas, o Judô combina exercícios de equilíbrio, força e coordenação com a prática de valores como respeito, disciplina e autocontrole (Santos Melo et al., 2022). Além disso, o Judô é uma modalidade de contato que requer interação direta entre os praticantes, o que,

para crianças com dificuldades de socialização, como as que estão no espectro autista, oferece uma oportunidade de desenvolver suas habilidades interpessoais em um ambiente controlado e estruturado (Teles; Cruz, 2018).

Esta pesquisa adota uma metodologia baseada em revisão sistemática da literatura, onde foram analisados estudos de diferentes abordagens metodológicas sobre o impacto do Judô na vida de crianças com TEA. Foram incluídos estudos qualitativos, quantitativos e relatos de caso publicados entre 2015 e 2024, abrangendo resultados de intervenções de curto e médio prazo em diversas regiões geográficas e contextos sociais. As principais fontes de pesquisa foram a PubMed, a Scielo, com descritores relacionados a "Judô", "autismo", "desenvolvimento motor" e "inclusão social". A inclusão desses estudos busca proporcionar uma visão ampla e crítica sobre os efeitos terapêuticos do Judô, analisando tanto os benefícios quanto as limitações da prática, com especial atenção às adaptações necessárias para tornar essa modalidade verdadeiramente inclusiva para indivíduos com TEA.

O objetivo geral deste estudo foi investigar como a prática do Judô pode ser utilizada como uma ferramenta eficaz no desenvolvimento motor, postural, emocional e social de crianças com TEA. Além disso, pretende-se discutir criticamente as implicações práticas e as adaptações necessárias para maximizar os benefícios dessa prática em ambientes fora do contexto educacional tradicional. A pesquisa visa abordar questões fundamentais sobre a aplicabilidade da modalidade em contextos terapêuticos, comunitários e familiares, bem como apontar direções para estudos futuros que possam explorar de forma mais ampla os impactos a longo prazo do Judô na vida dessas crianças.

A escolha do Judô como objeto de estudo foi motivada pelas aulas que tive ao longo do curso de Bacharelado em Educação Física na Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, bem como a crescente evidência científica de que a prática de artes marciais pode ter efeitos significativos no desenvolvimento de crianças com TEA. Segundo Morales Aznar et al. (2022), o Judô adaptado permite que crianças autistas experimentem desafios físicos e emocionais de maneira gradual, promovendo um ambiente seguro para o desenvolvimento de habilidades motoras e sociais. Além disso, o impacto positivo na redução de comportamentos agressivos e no aumento do

autocontrole emocional observado por Oliveira (2024) reforça a importância de se investigar essa prática mais a fundo.

A literatura existente, como o trabalho de Couto et al. (2021), mostra que as artes marciais, em particular o Judô, promovem a coordenação motora, o equilíbrio postural e o controle emocional de forma diferenciada de outros esportes. Santos Melo et al. (2022) complementam essa análise, sugerindo que o Judô, com seu foco em movimentos repetitivos e técnicas de autocontrole, pode ser particularmente eficaz na melhoria das funções executivas, tais como planejamento, atenção e flexibilidade cognitiva, que são áreas frequentemente prejudicadas em crianças com TEA.

Entretanto, ainda há lacunas significativas na pesquisa, especialmente no que diz respeito à implementação do Judô fora dos ambientes escolares e terapêuticos formais. Questões relacionadas à formação de instrutores, ao acesso de crianças com TEA a programas de Judô e às adaptações específicas necessárias para acomodar diferentes níveis do espectro autista ainda são insuficientemente discutidas. Esse estudo busca não apenas explorar os benefícios já documentados, mas também oferecer uma análise crítica das barreiras e desafios que precisam ser superados para que o Judô possa ser uma intervenção acessível e eficaz para um público mais amplo.

O presente estudo tem como objetivos principais: investigar o impacto do Judô no desenvolvimento motor, postural e social de crianças com TEA, com base em uma revisão da literatura existente e analisar criticamente os benefícios específicos da prática do Judô no controle emocional e no desenvolvimento de funções executivas em crianças com TEA.

## **1 EDUCAÇÃO FÍSICA E AS PRÁTICAS DA CULTURA CORPORAL: AS LUTAS, A GINÁSTICA E OS ESPORTES**

A Educação Física é um campo de conhecimento e visa não apenas ao desenvolvimento físico dos alunos, mas também ao seu crescimento emocional e social. A prática das lutas, da ginástica e dos esportes é uma abordagem que visa proporcionar um desenvolvimento integral dos estudantes. Segundo Darido (1999), a Educação Física visa proporcionar ao aluno a vivência e a reflexão de diversas

manifestações da cultura corporal, favorecendo sua formação integral. Essa visão reforça a importância de uma abordagem diversificada e inclusiva na Educação Física.

A inclusão das lutas na Educação Física tem se mostrado uma ferramenta eficaz para o desenvolvimento da disciplina, autocontrole e respeito mútuo entre os alunos. Lutas como Judô, karatê e taekwondo promovem não apenas a habilidade física, mas também a capacidade de concentração e a disciplina mental. De acordo com Araujo et al. (2019), "as artes marciais, quando inseridas no contexto escolar, podem ser uma poderosa ferramenta para o desenvolvimento de valores como respeito, disciplina e autocontrole" (p. 3). Esse aspecto educativo das lutas é fundamental para o desenvolvimento integral dos estudantes.

A ginástica, por sua vez, é uma prática que abrange uma ampla variedade de movimentos e exercícios que desenvolvem a flexibilidade, a coordenação motora e a força. A ginástica artística e a rítmica são exemplos de modalidades que podem ser introduzidas nas aulas de Educação Física. Conforme Costa et al. (2016), a ginástica na escola é uma excelente atividade para o desenvolvimento da motricidade e para a expressão corporal, contribuindo para a formação integral dos alunos. A diversidade de movimentos e exercícios na ginástica contribui para um desenvolvimento físico mais completo.

Os esportes coletivos, como o futebol, o vôlei e o basquete, são elementos tradicionais da Educação Física e têm um papel crucial na promoção do trabalho em equipe e do espírito esportivo. Esses esportes ensinam aos alunos a importância da cooperação, da comunicação e do respeito pelas regras e pelos adversários. De acordo com Schliemann et al. (2020) a prática de esportes coletivos na escola pode promover habilidades sociais importantes, como a cooperação, a comunicação e a resolução de conflitos.

A integração dessas diferentes práticas da cultura corporal no currículo de Educação Física permite uma abordagem mais holística e inclusiva. Segundo Betti (1993), a inclusão de diferentes manifestações da cultura corporal nas aulas de Educação Física é fundamental para atender às diversas necessidades e interesses dos alunos, promovendo uma educação mais inclusiva e significativa. Essa

abordagem diversificada ajuda a engajar os alunos e a fomentar um interesse contínuo pela atividade física.

De acordo com Darido (1999, p. 25):

A Educação Física escolar deve ser entendida como um componente curricular que possibilita ao aluno a apropriação de conhecimentos sobre a cultura corporal de movimento, contribuindo para a formação de cidadãos críticos, autônomos e participativos. As diferentes práticas corporais, como jogos, esportes, danças, lutas e ginásticas, oferecem uma rica possibilidade de experiências que favorecem o desenvolvimento integral do aluno.

A inclusão dessas práticas no currículo não se limita apenas aos benefícios físicos. A prática regular de atividades físicas está associada à melhoria da saúde mental e ao aumento do desempenho acadêmico. A atividade física regular está associada a benefícios na saúde mental, como a redução dos níveis de ansiedade e estresse, além de melhorias no desempenho acadêmico. Esse aspecto é crucial para justificar a inclusão dessas práticas na rotina.

A observação prática realizada em uma escola particular de pequeno porte mostrou resultados positivos com a implementação dessas práticas. Os alunos demonstraram maior engajamento nas aulas de Educação Física e relataram benefícios tanto físicos quanto emocionais. Conforme observado por Santos e Silva (2019), a inclusão de atividades diversificadas na Educação Física tem um impacto significativo na motivação e no bem-estar dos alunos, promovendo um ambiente de aprendizagem mais saudável e inclusivo.

O quadro 1 resume os principais benefícios das práticas da cultura corporal na Educação Física, com base em diversos autores.

**Quadro 1:** Benefícios das práticas da cultura corporal na Educação Física

<b>Benefício</b>	<b>Descrição</b>	<b>Autor(es)</b>
Desenvolvimento motor	Melhoria da coordenação motora, flexibilidade e força	Costa et al. (2016)
Disciplina e autocontrole	Promoção da disciplina, autocontrole e concentração através das lutas	Araujo et al. (2019)
Trabalho em equipe	Aprendizado de habilidades de cooperação e comunicação através dos esportes coletivos	Medeiros e Lopes (2015)
Inclusão e equidade	Promoção de uma educação inclusiva e equitativa através de atividades diversificadas	Betti (1993)

Fonte: Elaborado pelo autor (2024)

O quadro 1 ilustra os principais benefícios das práticas da cultura corporal na Educação Física, destacando a contribuição de diferentes autores para cada aspecto. Essa síntese evidencia a importância de uma abordagem diversificada e inclusiva, que vai além do desenvolvimento físico para promover a disciplina, o trabalho em equipe, a expressão corporal e a saúde mental dos alunos. A inclusão dessas práticas no currículo pode, portanto, proporcionar um ambiente de aprendizagem mais completo e equilibrado, atendendo às diversas necessidades e interesses dos estudantes.

## **2 JUDÔ NO DESENVOLVIMENTO MOTOR, POSTURAL E SOCIAL DE CRIANÇAS COM TEA**

A prática do Judô como uma intervenção auxiliar no desenvolvimento motor, postural e social de crianças e adolescentes com TEA tem sido amplamente estudada. O Judô, além de ser uma arte marcial reconhecida globalmente, oferece uma série de benefícios que vão além do desenvolvimento físico, impactando positivamente as funções motoras, cognitivas e emocionais de crianças com TEA. Os estudos analisados mostram que a prática regular do Judô contribui para o desenvolvimento dessas áreas, favorecendo a coordenação motora, o controle postural, o controle emocional e a socialização. Este artigo visa discutir em profundidade esses

benefícios, utilizando como base a literatura disponível e os resultados de pesquisas recentes.

O desenvolvimento motor é uma das áreas mais afetadas em crianças com TEA. De acordo com o estudo de Couto et al. (2021), que investigou os efeitos da prática do Judô na coordenação motora de crianças e adolescentes com TEA, o Judô proporciona um ambiente no qual os praticantes podem desenvolver habilidades motoras essenciais. O estudo utilizou o teste *Körperkoordinationstest Für Kinder* (KTK) para medir a coordenação motora em duas amostras de crianças, sendo uma composta por praticantes de Judô (GJ) e a outra por crianças que não praticavam a modalidade (GC). Os resultados demonstraram uma clara superioridade no desempenho das crianças do grupo GJ em testes que avaliaram o equilíbrio dinâmico, o salto monopedal e a transposição lateral. Além disso, foi observada uma melhora significativa no controle postural e na noção de lateralidade dessas crianças, elementos fundamentais para a independência motora e a mobilidade geral.

Esses resultados são corroborados pelo manual *Autjudo* (Morales et al., 2022), que destaca que a prática do Judô adaptado para autistas exige dos praticantes a utilização de suas capacidades motoras de forma coordenada, promovendo uma série de adaptações neurofisiológicas que contribuem para o equilíbrio, a força e a agilidade. Crianças com TEA, que muitas vezes apresentam déficits motores significativos, como dificuldades de coordenação, marcha e controle muscular, beneficiam-se diretamente dos movimentos repetitivos e estruturados do Judô, que favorecem a aquisição dessas habilidades. A prática regular não só melhora a função motora como também promove uma maior consciência corporal, o que é fundamental para crianças com dificuldades em reconhecer e controlar seus movimentos.

Outro ponto relevante é a aplicação de técnicas de Judô que envolvem movimentos de queda controlada (*ukemi*), que ajudam as crianças a desenvolverem reflexos e a controlarem melhor seu centro de gravidade. Esse tipo de treinamento não apenas melhora a coordenação motora grossa, mas também oferece uma forma prática de aumentar a confiança física, o que tem implicações diretas na postura e no controle postural das crianças.

A socialização e o controle emocional são áreas frequentemente comprometidas em indivíduos com TEA. O Judô, com sua ênfase em valores como respeito, disciplina e autocontrole, cria um ambiente propício para a interação social de crianças que apresentam déficits nessa área. Diogo Lopes dos Santos Melo et al. (2022) analisaram como a prática do Judô pode contribuir para o desenvolvimento psicomotor e social de pessoas com TEA. Os resultados do estudo indicam que a prática do Judô oferece uma plataforma ideal para o desenvolvimento de habilidades sociais, pois as aulas de Judô são estruturadas de forma a incentivar a cooperação entre os praticantes. Isso inclui o respeito às hierarquias no tatame, a prática de cumprimentos formais antes e após as lutas, e a execução de técnicas em duplas, que incentivam a comunicação não verbal e o trabalho em equipe.

Um aspecto destacado por Melo et al. (2022) é a capacidade do Judô de auxiliar no controle da agressividade e impulsividade, características muitas vezes presentes em crianças com TEA. Durante as aulas, os praticantes são ensinados a controlar seus impulsos e a agir com autocontrole, uma habilidade essencial tanto no Judô quanto na vida cotidiana. Este controle emocional é um dos principais benefícios observados nas crianças que participam regularmente de treinos de Judô. O estudo observou que crianças que praticavam Judô apresentaram uma redução significativa nos níveis de agressividade, demonstrando maior autocontrole em situações de conflito e frustração. Esse achado é apoiado pela literatura que aponta que artes marciais como o Judô, por serem baseadas em princípios éticos e de disciplina, são eficazes em promover o controle emocional.

Além disso, a prática do Judô tem mostrado ser eficaz na melhora das funções executivas das crianças com TEA. Essas funções, que incluem a capacidade de planejamento, controle inibitório e flexibilidade cognitiva, são essenciais para a regulação emocional e o comportamento adaptativo. A estrutura das aulas de Judô, que envolve o cumprimento de regras, a execução de técnicas específicas e a necessidade de planejamento durante as lutas, exige que as crianças com TEA utilizem suas habilidades executivas de forma contínua. Couto et al. (2021) ressaltam que o desenvolvimento dessas habilidades contribui para uma melhora geral no

comportamento das crianças, especialmente no que diz respeito à interação com seus colegas de treino e à capacidade de lidar com situações de frustração e conflito.

O impacto do Judô na socialização de crianças com TEA é outro aspecto relevante discutido na literatura. Oliveira (2024), em sua revisão integrativa da literatura, apontou que o Judô pode atuar como um facilitador da socialização, ajudando crianças com TEA a desenvolverem habilidades sociais que muitas vezes são prejudicadas. O estudo revela que crianças que praticam Judô demonstram um aumento significativo em comportamentos pró-sociais, como a cooperação e o respeito mútuo. Essas crianças também apresentaram uma redução na impulsividade e no uso de agressão verbal e física, sugerindo que a prática do Judô pode ajudar a regular melhor os comportamentos em ambientes sociais.

O estudo de caso realizado por Teles e Cruz (2018) também reforça esse ponto, mostrando como a prática do Judô pode ser uma ferramenta eficaz de inclusão escolar para alunos com TEA. Em um estudo com um aluno autista, foi observado que a prática do Judô não apenas melhorou suas habilidades motoras, mas também facilitou sua interação com colegas de classe. O Judô, por exigir interação física e emocional constante, ajuda os praticantes a desenvolverem uma noção mais clara de suas emoções e de como controlá-las, o que facilita o desenvolvimento de relações sociais mais saudáveis. O estudo conclui que o Judô pode ser uma ferramenta poderosa de inclusão, especialmente quando combinado com outras intervenções educacionais e terapêuticas.

A agressividade é uma característica comum em crianças com TEA, muitas vezes manifestada em situações de frustração ou sobrecarga sensorial. No entanto, estudos indicam que a prática do Judô pode ajudar a reduzir esses comportamentos agressivos, promovendo o autocontrole e a disciplina. Oliveira (2024) observou que crianças que praticavam Judô eram mais capazes de controlar suas reações impulsivas em comparação com aquelas que não participavam da modalidade. Esse controle foi atribuído à ênfase do Judô em valores como autocontrole, respeito e disciplina, que são ensinados de forma prática nas aulas de Judô.

Além disso, Santos Melo et al. (2022) apontam que o Judô proporciona um ambiente seguro no qual as crianças podem explorar e controlar suas emoções,

especialmente a agressividade. O estudo relata que, após seis meses de prática regular de Judô, os participantes com TEA mostraram uma redução significativa nos comportamentos agressivos e uma melhora na capacidade de lidar com frustrações. A prática do randori (luta livre) nas aulas de Judô foi destacada como uma ferramenta eficaz para o desenvolvimento do autocontrole, pois as crianças aprendem a controlar suas ações e emoções durante as lutas.

Os estudos analisados demonstram que o Judô tem um impacto significativo no desenvolvimento motor, postural, social e emocional de crianças e adolescentes com TEA. A prática regular dessa arte marcial contribui para uma melhora na coordenação motora, no controle postural e na socialização, além de auxiliar no desenvolvimento de habilidades emocionais e executivas essenciais para o dia a dia dessas crianças. Os resultados apresentados sugerem que o Judô pode ser uma intervenção eficaz no tratamento e na inclusão de crianças com TEA, proporcionando um ambiente seguro e estruturado no qual elas podem explorar suas capacidades físicas e emocionais, desenvolvendo habilidades fundamentais para sua autonomia e bem-estar.

Estudos futuros devem focar em amostras maiores e em períodos mais longos de intervenção para confirmar esses resultados e explorar o impacto do Judô em outras áreas do desenvolvimento infantil, como a cognição e o aprendizado acadêmico. Além disso, a implementação de programas de Judô adaptados em escolas e clínicas de reabilitação pode se mostrar uma estratégia eficaz para promover a inclusão e o desenvolvimento dessas crianças.

### **3 PERSPECTIVAS CRÍTICAS SOBRE OS ACHADOS**

Embora os estudos revisados apresentem evidências consistentes sobre os benefícios do Judô para o desenvolvimento motor, postural e social de crianças com TEA, algumas questões importantes merecem uma análise crítica, especialmente no que tange à generalização dos resultados e à aplicabilidade prática fora do contexto educacional tradicional.

Primeiramente, a maioria dos estudos revisados, como o de Couto et al. (2021) e Oliveira (2024), limita-se a amostras pequenas e períodos curtos de intervenção. O estudo de Couto, por exemplo, contou com apenas 10 participantes divididos em dois grupos, o que reduz a robustez dos resultados ao dificultar a generalização para populações maiores e mais diversificadas de crianças com TEA. A heterogeneidade do espectro autista, que varia amplamente em termos de capacidades motoras e cognitivas, sugere que os efeitos do Judô podem ser muito diferentes dependendo do nível de severidade do transtorno e das condições individuais dos praticantes. Estudos futuros deveriam ampliar o número de participantes e incluir amostras mais diversas para validar os benefícios encontrados e oferecer resultados mais representativos.

Outro aspecto crítico é a falta de dados longitudinais que investiguem os efeitos a longo prazo da prática do Judô. Embora muitos estudos apontem melhorias significativas na coordenação motora e no controle emocional após períodos de intervenção relativamente curtos (seis meses em alguns casos), ainda não está claro se esses benefícios são sustentáveis ao longo do tempo sem a continuidade da prática. Além disso, é necessário explorar se o desenvolvimento motor e social advindo do Judô pode transferir-se para outras atividades do cotidiano, promovendo uma melhoria geral na qualidade de vida dos autistas fora do ambiente de treinamento. Teles e Cruz (2018) sugerem que a prática do Judô facilita a inclusão escolar, mas mais estudos são necessários para investigar como essa inclusão se desdobra em outros aspectos da vida social e familiar dos indivíduos.

Além disso, o foco nos benefícios psicomotores do Judô deixa em segundo plano a questão das adaptações necessárias para tornar essa prática realmente inclusiva para todos os níveis do espectro autista. O manual *Autjudô* (Morales et al., 2022) reconhece que adaptações são necessárias para tornar a prática do Judô acessível, mas poucos estudos detalham de forma sistemática quais são essas adaptações e como elas podem ser implementadas de maneira eficaz em diferentes contextos. A prática de Judô com autistas pode requerer ajustes no tempo de treino, nas interações entre os praticantes e no próprio conteúdo das aulas, para garantir que todos possam participar de maneira significativa. A ausência de um protocolo

padronizado que oriente tais adaptações pode limitar a eficácia do Judô como ferramenta de intervenção para crianças com necessidades mais severas.

Outro ponto de reflexão é a aplicação prática do Judô fora de contextos educacionais e terapêuticos formais. Embora muitos estudos foquem na implementação do Judô em ambientes controlados como escolas e clínicas, resta a questão de como essa prática pode ser promovida em contextos comunitários e familiares, onde o acesso a treinadores capacitados e a espaços adequados pode ser limitado. Programas de Judô comunitários poderiam ser uma solução, mas a formação adequada de profissionais para lidar com as demandas específicas do TEA ainda é um desafio. Além disso, o custo envolvido na prática regular de Judô pode representar uma barreira para muitas famílias, especialmente em comunidades de baixa renda. Esses desafios práticos precisam ser abordados para que o Judô seja uma intervenção verdadeiramente acessível e inclusiva.

Por fim, a literatura revisada ainda carece de uma análise mais detalhada dos possíveis riscos e limitações da prática do Judô para indivíduos com TEA. Embora a maioria dos estudos enfatize os benefícios, como o desenvolvimento de autocontrole e a redução de comportamentos agressivos, é necessário investigar se o ambiente competitivo ou a exigência física do Judô poderia exacerbar certos comportamentos ou desencadear crises em crianças mais sensíveis a estímulos sensoriais intensos. A natureza física do esporte e o contato corporal constante também podem ser desafiadores para algumas crianças com TEA, que podem ter dificuldades em lidar com o toque ou com a proximidade física.

Em síntese, os achados revisados sugerem que o Judô pode ser uma intervenção altamente benéfica para o desenvolvimento motor, postural e social de crianças com TEA. No entanto, a efetividade dessa prática depende de uma série de fatores contextuais, incluindo o acesso a treinadores qualificados, a adaptação das aulas às necessidades específicas dos praticantes e a criação de programas acessíveis e sustentáveis. Estudos futuros devem focar em ampliar as amostras, avaliar os efeitos a longo prazo e investigar os ajustes necessários para tornar o Judô uma prática inclusiva e acessível a todos os níveis do espectro autista.

#### 4 CONCLUSÃO

Este estudo evidenciou os múltiplos benefícios que a prática do Judô pode oferecer no desenvolvimento motor, postural, emocional e social de crianças e adolescentes com TEA. Através da análise da literatura, ficou claro que o Judô vai além de ser uma mera atividade física, proporcionando um ambiente estruturado e disciplinado que auxilia no controle emocional, na coordenação motora e na socialização de crianças com TEA.

Os achados mostraram que o Judô é eficaz para o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais, como equilíbrio, força e coordenação, além de promover uma maior consciência corporal. Os movimentos repetitivos e estruturados, combinados com os princípios de respeito, disciplina e autocontrole, ajudam as crianças autistas a desenvolverem habilidades sociais e emocionais cruciais, como a cooperação, a empatia e o controle da agressividade. Esses resultados são particularmente relevantes, dado que indivíduos com TEA frequentemente enfrentam desafios nessas áreas.

No entanto, como discutido, ainda existem limitações importantes que precisam ser abordadas. A maioria dos estudos analisados envolve amostras pequenas e períodos curtos de intervenção, o que limita a generalização dos resultados. Além disso, há uma carência de dados longitudinais que demonstrem os efeitos a longo prazo da prática do Judô para crianças com TEA, bem como a falta de protocolos padronizados de adaptação do Judô para diferentes níveis de severidade do espectro autista.

Portanto, recomenda-se que pesquisas futuras ampliem o número de participantes e incluam amostras mais diversificadas, além de explorarem os efeitos do Judô a longo prazo. Também é fundamental desenvolver e testar adaptações específicas para o Judô no contexto do TEA, a fim de garantir que essa prática seja acessível e inclusiva para todos os níveis do espectro. Ademais, é necessário investigar como o Judô pode ser implementado de forma eficaz em contextos fora do ambiente escolar e terapêutico, como comunidades e espaços familiares, garantindo acesso e continuidade dessa prática para um público mais amplo.

Em suma, o Judô mostra-se uma intervenção promissora para o desenvolvimento integral de crianças com TEA, com potenciais ainda inexplorados. Com mais investigações e adaptações adequadas, ele pode se consolidar como uma ferramenta acessível e eficaz para o tratamento e inclusão dessas crianças, contribuindo significativamente para sua autonomia e qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

ARAÚJO, Leandro Pereira et al. Artes marciais na educação infantil: desafios e possibilidades. **Retratos da Escola**, v. 13, n. 26, p. 555-565, 2019.

BETTI, Mauro. Cultura corporal e cultura esportiva. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 7, n. 2, p. 44-51, 1993.

COSTA, Andrize Ramires et al. Ginástica na escola: por onde ela anda professor?. **Conexões**, v. 14, n. 4, p. 76-96, 2016.

COUTO, Crislaine Rangel et al. Efeitos da Prática do Judô na Coordenação Motora de Crianças e Adolescentes Autistas. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 22, n. 1, p. 3-14, 2021.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. Topazio, 1999.

KANO, Jigoro. **Kodokan Judo: A origem e os fundamentos**. São Paulo: Cultrix, 1986.

KONS, Rafael Lima; DETANICO, Daniele. **Judô Adaptado: Organização, Indicadores de Desempenho e Propostas de Avaliação Física**. Editora Appris, 2023.

MORALES AZNAR, José et al. **Adaptative Judo Best Practice: Autjudo. A Handbook on how to teach Judo to people with Austistic Spectrum Disorder**. 2022.

OLIVEIRA, MILENA AMORIM. A influência do Judô no comportamento de crianças e adolescentes. **Diálogos Interdisciplinares: Educação, Saúde e Direito**, v. 2, n. 1, p. 02-12, 2024.

SANTOS MELO, Diogo Lopes; ASSIS, Felipe; DE AREDES, Sandro Gonzaga. A prática do Judô como benefício psicomotor e desenvolvimento social de pessoas com Transtorno Do Espectro Autista (TEA). In: **Simpósio**. 2022.

SANTOS, José Wilson Felipe; DA SILVA, Diego Francisco. Impactos da educação física escolar na escolha dos (as) discentes por um estilo de vida fisicamente ativo fora da escola. **Revista Sítio Novo**, v. 3, n. 1, p. 57-65, 2019.

SCHLIEMANN, André; ALVES, Maria Luíza Tanure; DUARTE, Edison. Educação Física Inclusiva e Autismo: perspectivas de pais, alunos, professores e seus desafios. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 34, n. Esp., p. 77-86, 2020.

TELES, Perolina Souza; CRUZ, Cândida Luisa Pinto. A prática esportiva como instrumento de inclusão: um estudo de caso sobre aprendizagem e desenvolvimento de aluno com transtorno do espectro autista (TEA). **Encontro Internacional de Formação de Professores e Fórum Permanente de Inovação Educacional**, n. 11, 2018.

*Recebido em 06/11/2024*

*Versão corrigida recebida em 30/11/2023*

*Aceito em 10/12/2024*

*Publicado online em 16/12/2024*