

**CENTRO DE ESTUDOS DA ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA  
PROPOSTA DE ESTIMULAÇÃO PARA ADULTOS COM TEA**

Anderson Klaus Rosa\*  
Alens da Rosa Collioni\*,  
Rosilene Moraes Diehl\*\*

O Centro de Estudos da Atividade Motora Adaptada – CEAMA é um projeto de Extensão Universitária do curso de Educação Física da Universidade Luterana do Brasil – ULBRA, criado em 1997 com o objetivo principal de oferecer gratuitamente programas de desenvolvimento das habilidades motoras de pessoas com deficiência no âmbito dos esportes, exercícios e dança. O Centro oferece gratuitamente quatro modalidades de Atividade Física para a comunidade com deficiência: dança, futsal e Circuito Funcional Regular e Circuito Funcional TEA (CF-TEA). **O objetivo** do Circuito Funcional TEA é a estimulação das habilidades motoras e do condicionamento físico de oito adultos com Transtorno do Espectro Autista. **A metodologia** propõe uma hora de exercícios físicos, duas vezes por semana, organizados em sete estações, compondo o Circuito Funcional. O aluno percorre as estações de exercícios de correr, subir e descer, saltitar, caminhar/correr em ziguezag, arremessar ao alvo, abdominais e caminhar/correr em velocidade. Cada aluno é acompanhado por um instrutor físico durante todo o Circuito. O instrutor motiva o aluno a ficar em cada estação por um minuto, após ele passa diretamente para outra estação. Ao finalizar todo o Circuito o aluno descansa por dois minutos. Repetindo esta série no mínimo três vezes. Os instrumentos utilizados na avaliação das habilidades e do condicionamento físico são: diário de campo e a avaliação do IMC no primeiro dia de aula e após três meses, do aluno com TEA, bem como entrevista semiestruturada com os responsáveis. Conforme os responsáveis **os resultados** apontam um melhor desempenho das habilidades de todos os exercícios realizados. Ampliando o vocabulário corporal no dia a dia como a perda do medo de subir escadas, rampas, melhora da habilidade de sentar e levantar da cadeira, melhora da disposição nas atividades de vida diária. O resultado através do diário de campo verificou-se melhora das habilidades e disposição física na prática dos exercícios do CF. Houve melhora do IMC dos três alunos que estavam dentro do quadro de sobrepeso/obesidade. **Conclui-se** que é possível o adulto com TEA praticar exercícios físicos regulares, indo além de atividades recreativas ou propostas simplificadas e infantilizadas ao adulto TEA. É possível propor programas de exercícios onde valorizem um melhor desempenho das atividades da vida diária, bem como a prevenção da obesidade e melhora do condicionamento físico de adultos com TEA.

Pessoas com deficiência; Exercício Físico, Ginástica;





Condicionamento Físico. Referências:

DIEHL, R. M. Jogando com as diferenças. São Paulo: Phorte, 2008.

\*Acadêmicas do curso de Educação Física da ULBRA, Canoas.

\*\* Professora coordenadora do CEAMA, ULBRA,

Canoas. [rosilenediehl@gmail.com](mailto:rosilenediehl@gmail.com) Fone: (51)

992490480

