

A INFLUÊNCIA DA NATAÇÃO NO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA COORDENAÇÃO MOTORA DE CRIANÇAS COM SÍNDROME DE DOWN

IGOR FILIPE DE SOUZA SILVA
CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DO AMAPÁ-CEAP, MACAPÁ, AMAPÁ, BRASIL
igor_filipe_1.12@hotmail.com
HILTON MARTINS E SILVA
CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DO AMAPÁ-CEAP, MACAPÁ, AMAPÁ, BRASIL
hilton162728@yahoo.com
MESAQUE SILVA CORREIA
CENTRO DE ENSINO SUPERIOR DO AMAPÁ-CEAP, MACAPÁ, AMAPÁ, BRASIL
mesaquecorreia@bol.com.br

1-INTRODUÇÃO

Síndrome de Down é uma alteração cromossômica que ocorre devido a um acidente genético, as pessoas que são acometidas por esta síndrome apresentam 47 cromossomos, sendo que o normal de um ser humano é possuir 46, esses são divididos em 23 pares, esse cromossomo a mais se encontra presente no par 21, desta forma a Síndrome de Down também é conhecida como trissomia 21. Crianças que possuem Síndrome de Down apresentam seu desenvolvimento atrasado quando comparados a crianças consideradas normais para o padrão anatômico de uma sociedade. Nessa mesma perspectiva Varela (2006, p. 19) clarifica que “A Síndrome Down é uma alteração genética que acarreta um atraso no desenvolvimento, tanto das funções motoras do corpo, como das funções mentais”. O primeiro a estudar e escrever sobre as características de pessoas com Síndrome de Down foi Jhon Langdon Down em 1866, nomeando-os de mongolóides, isso pela semelhança que apresentavam com o povo mongol, já em 1958 Jérôme Lejeune descobriu que as características que estas pessoas detinham, era devido a uma síndrome genética que ocorria no par 21 dos 23 que o ser humano apresenta. Com a descoberta Jérôme Lejeune em homenagem a Jhon Langdon Down, nomeou a síndrome de Síndrome de Down.

Crianças com Síndrome de Down geralmente apresentam certas características tanto físicas como mental, sendo estas, uma única prega na mão, boca pequena, língua projetada para fora da boca, baixa estatura, nariz pequeno, pé chato, mãos e pés pequenos, espaço grande entre o dedão e o segundo dedo, fraco sistema imunológico, problemas cardíacos, deficiência mental leve, órgão genitais pouco desenvolvidos, equilíbrio comprometido, baixa coordenação motora, hipotonia muscular e hiperfrouxidão ligamentar.

A hipotonia muscular é uma característica presente nas crianças com Síndrome de Down desde o nascimento, essa hipotonia associada ao equilíbrio comprometido pode afetar no processo de desenvolvimento da coordenação dessas crianças, sendo comum delas apresentar baixo nível de coordenação motora, porém isto pode ser revertido através da implantação de atividades físicas em sua vida, desta forma possibilitando melhorias em sua coordenação motora. “A pratica de atividade física realizada de forma constante numa população com Deficiência Mental, e mais concretamente com Síndrome de Down, leva a uma melhoria dos desempenhos de coordenação motora” (VARELA, 2006, p. 80).

A natação é uma das atividades físicas mais antigas da humanidade, onde o homem nadava com o objetivo de alcançar o corpo perfeito para manter seus ideais de beleza ou possuir um corpo fisicamente forte, assim preparando soldados aptos para futuras batalhas. Hoje a natação é uma atividade física muito popular, isso por estar mais presente nos meios de comunicação graças a seus grandes resultados nos jogos Olímpicos e Paralímpicos, a natação também é muito conhecida pelos inúmeros benefícios físicos, sociais e mentais que a mesma possibilita para seus praticantes, De acordo com Silva (2006 p. 36). “A natação desenvolve a coordenação motora, a condição aeróbica, reduz a espasticidade, e resulta em menos fadiga

que outras actividades.” Desta forma ela é a atividade física mais indicada para crianças que apresentam algum tipo de deficiência, principalmente para crianças com Síndrome de Down.

A natação quando voltada para pessoas com Síndrome de Down tem como benefícios a melhoria da aptidão física, execução psicomotora, desenvolvimento social e psicológico. As habilidades desenvolvidas na natação podem ampliar repertório motor, aprimorar as possibilidades de participação efetiva em uma variedade de atividades de tempo livre, melhorar a segurança, podendo isso acontecer enquanto a pessoa se distrai no meio aquático. (CARVALHO et al, 2008 p.144)

A prática da natação é indicada para auxiliar no processo de desenvolvimento de crianças em geral, porém ela pode ser de suma importância para o processo de desenvolvimento da coordenação motora de crianças com Síndrome de Down, por se tratar de uma atividade física que é realizada em ambiente aquático a natação apresenta características que são de grande serventia para que crianças com Síndrome de Down a pratiquem. Uma dessas características e a mais importante para as crianças com Síndrome de Down é a flutuação, pois a mesma atua sobre a força da gravidade possibilitando uma redução no peso corporal.

Crianças com Síndrome de Down por possuírem hipotonia muscular e hiperfrouxidão ligamentar, apresentam limitações para atividades físicas que imponham muita carga sobre suas articulações e músculos. A natação por se uma atividade física que apresenta a flutuação como uma de suas características e fundamentos, acaba por não imprimir impacto sobre as articulações e músculos de crianças com Síndrome de Down que a pratiquem, assim possibilitando que estas efetuem movimentos que fora da água poderiam lesionar suas articulações e músculos, desta forma sendo de grande importância para enriquecer a coordenação motora delas. Outro aspecto que se leva em conta é o equilíbrio dessas crianças, que apresentam o mesmo comprometido, assim prejudicando sua coordenação, pois o equilíbrio é essencial para o processo de desenvolvimento da coordenação motora de um individuo. Como o meio liquido tem a capacidade de reduzir o peso corporal, deste modo facilitando para que a criança se mantenha em equilíbrio, a natação possibilita um leque de movimentos que em ambiente terrestre seriam de certo modo difíceis ou quase impossíveis de se realizar, pois exigiriam um equilíbrio mais apurado durante sua execução.

Mesmo se tendo conhecimento sobre a importância que a natação tem para o processo de desenvolvimento da coordenação motora de crianças com Síndrome de Down, ainda se encontra certa escassez de pesquisas voltadas para esta área. Deste modo, o presente estudo tem como objetivo dialogar criticamente sobre a influência da natação no processo de desenvolvimento da coordenação motora de crianças com Síndrome de Down.

Esperamos que nossos apontamentos contribuam para ampliação de estudos referentes a temática, uma vez que, pesquisas referentes a influência da natação para a coordenação motora de crianças com Síndrome de Down ainda não entrou de fato na pauta de estudos científicos desenvolvidos na área da atividade física.

2- COORDENAÇÕES, EQUILÍBRIO E NATAÇÃO ADAPTADA

Segundo Lima e Cavalari, (2010 p. 80) “A coordenação motora é a capacidade do cérebro de equilibrar o movimento do corpo, mais especificamente dos músculos e articulações”. Pessoas que apresentam algum tipo de necessidade especial sejam físicas ou intelectuais geralmente se deparam com dificuldades no desenvolvimento de sua coordenação motora, muitas vezes isso se da pelo fato dos mesmos possuírem seu equilíbrio comprometido, sendo que o equilíbrio é de suma importância para a realização de movimentos, já que o mesmo possibilita que o indivíduo tenha conhecimento sobre o seu corpo, Segundo Lima e Cavalari (2010, p. 84) “o equilíbrio é fundamental para a coordenação”. Sem esse equilíbrio os movimentos dificilmente seriam realizados de forma harmônica, assim gerando dificuldades no

momento da execução, desta forma ocasionando um gasto energético ainda maior do que realmente seria necessário para a realização deste movimento.

A natação por ser uma atividade realizada no meio aquático, possibilita uma série de movimentos que em terra precisaria de um esforço considerável para ser realizado, pois exigiria muito do equilíbrio destas crianças, essa facilidade de movimento se dá pela propriedade de flutuação que a água apresenta, esta flutuação atua sobre a gravidade diminuindo o efeito que a mesma exerce sobre o peso corporal. De acordo com Silva (2006 p. 35) “a flutuação reduz a força gravitacional; assim, o sucesso dos movimentos requer menos esforço e maior eficiência”. Essa característica que a natação possui é de grande auxílio para que bebês e crianças que tenham deficiência a pratiquem, deste modo indica-se a natação como uma das atividades físicas mais benéficas para crianças que apresentam algum tipo de deficiência, assim refletindo no seu desenvolvimento motor. Tsutsumiet al (2004, p. 82) afirma que “a natação é um dos esportes mais apropriados para indivíduo com algum tipo de deficiência física, devido aos benefícios e às facilidades proporcionados pela execução de movimentos com o corpo imerso na água.”

Por todos os benefícios que a natação possibilita para seus praticantes, o interesse de pessoas com necessidades especiais pela prática da mesma tem sofrido um crescimento, “Com isso, o esporte vem ganhando espaço a cada dia que passa como forma de tratamento para muitas pessoas que possuem alguma deficiência.” (CARVALHO et al, 2008 p.151).Essas mesmas pessoas com necessidades especiais que vão em busca da natação como tratamento, podem ultrapassar o patamar de simples praticantes e tornarem-se conhecidas como atletas, assim possibilitando uma maior visibilidade para a natação adaptada, Segundo Yatsuda(2010 p.5)“a natação adaptada é um dos esportes aquáticos mais praticados por pessoas com deficiências” e isso já se nota nas Paralímpiadas, onde o número de atletas com necessidades especiais que vão para representar seu país a cada edição sofre um aumento, e estes estão acumulando a cada edição Paralímpica resultados cada vez mais expressivos para seus países, fora os atletas que escolhem por participar das olimpíadas competindo ao mesmo nível de atletas ditos normais.

3- A INFLUÊNCIA DA NATAÇÃO NO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DA COORDENAÇÃO MOTORA DE CRIANÇAS COM SÍNDROME DE DOWN

Crianças com Síndrome de Down apresentam atraso no desenvolvimento da coordenação motora quando comparadas a crianças ditas normais, o desenvolvimento das crianças portadoras de síndrome de Down, é de fato inferior ao das crianças com desenvolvimento normal. (LEITE 2007 p.85). Porém isso não significa que essas crianças ficaram para toda sua vida com sua coordenação motora estagnada em certo nível, sabe-se que o atraso que elas apresentam se dá em muito pelo fato de possuírem patologias que são características da própria síndrome, este atraso pode ser revertido através de atividades físicas. Diante disto destacamos a importância que a mesma exerce sobre a vida de crianças com Síndrome de Down, desta forma aconselha-se que estas estejam inseridas cada vez mais cedo em diversas atividades físicas, assim podendo proporcionar benefícios para a sua coordenação motora. Porém essa inserção de crianças com Síndrome de Down em atividades físicas deve ser estimulada, acompanhada e incentivada por seus pais para que as crianças sintam uma maior confiança ao iniciarem a prática de atividades físicas.

Silva e Ferreira ressaltam que “Atividades físicas específicas com crianças com síndrome de Down mostram melhora na coordenação em toda sua extensão, atingindo o desenvolvimento físico.” (2001, p. 69).

Quando se pensa em atividade física voltada para o desenvolvimento da coordenação motora de crianças com Síndrome de Down a natação é a mais indicada, pois a ela se atribui um grande benefício que a mesma possibilita para a coordenação motora de seus praticantes, não sendo diferente para crianças com Síndrome de Down.

Em estudo realizado por Saad (2003) que teve como foco investigar o desenvolvimento das potencialidades da pessoa com Síndrome de Down. Encontrou em um dos sujeitos de sua amostra uma coordenação motora excelente, sendo que este era praticante de natação - Paula recebeu por volta de 160 medalhas em competições de natação. [...] Paula tem perfeição nos movimentos, apresentando excelente coordenação motora, diferenciando-se de outros competidores que se valem da força física. SAAD (2003, p. 66).

A natação possibilita uma melhora na coordenação dessas crianças, por se tratar de uma atividade que é realizada em ambiente aquático, ela apresenta em sua propriedade características que atuam sobre o efeito da gravidade, sendo essa a flutuação, esta característica possibilita uma facilidade de movimentos que no meio terrestre exigiriam certo esforço para ser realizado. “As actividades aquáticas, devido à relação impulsão/gravidade, permitem as crianças com deficiência corrigir e adaptar os seus movimentos, dando tempo para reagir e perceber como deve usar seu corpo” (VIEIRA, 2009, p. 38). Como se sabe a criança com Síndrome de Down, traz com si características físicas comuns de sua síndrome, como hipotonia, hiperfrouxidão ligamentar e baixo nível de equilíbrio. Essas três patologias associadas à inatividade física afetam sua coordenação motora. A natação vem beneficiar o processo de desenvolvimento da coordenação dessas crianças, pelas possibilidades de movimentos que disponibiliza durante sua prática, por se tratarem de crianças que possuem hiperfrouxidão ligamentar e hipotonia muscular elas apresentam limitações em certas atividades físicas que exijam muito de suas articulações e músculos, deste modo atividades que são realizadas em meio aquático como a natação são as mais aconselhadas, por não agredirem suas articulações, já que quando as crianças estão imersa na água seus corpos passam a ficar mais leve, pois a força que a gravidade exerce sobre o seu peso é quase que anulada, assim proporcionando um leque de movimentos que dificilmente seriam alcançados em solo. Silva (2006 p. 35) aponta que “a oportunidade e a liberdade dos movimentos na água produzem efeitos que nunca seriam conseguidos em terra”. Além desta não agredir as articulações, ela provoca uma melhora na hipotonia muscular, sendo essa uma das principais vilãs no desenvolvimento da coordenação motora. Segundo Paula et al. (2005, p.146) a natação “promove o desenvolvimento muscular”. Então pode-se afirmar que esse desenvolvimento muscular proporcionado pela natação, acarretando melhorias na hipotonia muscular, pode afetar de forma positiva no desenvolvimento da coordenação motora de crianças com Síndrome de Down.

Deve-se atentar para o equilíbrio de crianças com Síndrome de Down, já que o mesmo é de suma importância para a coordenação motora de um indivíduo, e crianças que possuem a Síndrome de Down tendem a apresentar comprometimento no seu equilíbrio, a natação vem novamente auxiliar, pois no meio aquático o corpo delas sofrem uma redução no peso pelo fato da flutuação atuar sobre a força exercida pela gravidade, deste modo movimentos que requerem um equilíbrio mais apurado para serem efetuados em ambiente terrestre, passariam a ser facilmente realizados quando se esta em ambiente aquático. Isso é utilizado geralmente em bebês com Síndrome de Down, que apresentam atraso em suas fases de desenvolvimento quando se compara com bebês normais, por esse atraso muitos começam a engatinhar e andar em um período mais tardio, assim estes são submetidos à prática da natação, pois possibilita a eles realizarem movimentos que não conseguiriam em terra. Futuramente alguns desses movimentos podem ser transferidos para fora da piscina. “Então, nada melhor do que oferecer uma atividade de baixo impacto que facilita o equilíbrio estático e dinâmico como a natação” (PAULA et al, 2005, p. 146). Desta forma possibilitando melhorias em seu desenvolvimento motor, ressaltando sua grande importância para a coordenação motora de crianças em geral, mas principalmente para crianças com Síndrome de Down.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Diante das reflexões apresentadas no decorrer deste estudo que foram devidamente respaldadas podemos inferir que a natação influencia de forma positiva no desenvolvimento da coordenação motora de crianças com Síndrome de Down, de maneira que a mesma possibilita inúmeros benefícios para essas crianças, sendo assim indicamos a prática da natação para crianças em geral, mas principalmente para crianças com Síndrome de Down, pois a prática da mesma possibilitaria melhoras na coordenação motora destas crianças.

Com a realização do estudo podemos observar certa escassez de conteúdos voltados para o tema apresentado, mesmo sendo a natação uma das atividades mais benéficas para pessoas que possuem algum tipo de deficiência. Deste modo aconselhamos que estudos de campo sejam realizados de forma a se aprofundar ainda mais sobre os benefícios que a natação possibilita para a coordenação motora de crianças com Síndrome de Down assim difundido cada vez mais a prática da mesma no meio educacional e esportivo.

REFERÊNCIAL BIBLIOGRAFICO:

CARVALHO, Camila Bueno et al. Interação das Pessoas com Síndrome de Down em Atividades na Água. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. V. 7, n. 3, p.143-152, 2008.

LEITE, Bárbara Daniane Gusmão Lopes. Coordenação Motora de Crianças com Síndrome de Down. **Revista Factu de Ciência**. Unaí. Ano. 07 v. 13, p.71-88, ago/dez. 2007.

LIMA, Denise Aparecida; CAVALARI, Nilton. A Importância da Coordenação Motora e seus Rendimentos em Escolares. **Caderno Multidisciplinar de Pós-Graduação da UCP**. Pitanga, v.1, n.4, p.79-88, abr.2010.

PAULA, G.I; JUNIOR, E. N. S. P; FRETAS, P.S. A natação para o portador de síndrome de Down. **Revista da Sobama**, V.10, n.1, Suplemento, p. 146, Dezembro 2005.

SAAD, Suad Nader. Preparando o caminho da inclusão: dissolvendo mitos e preconceitos em relação à pessoa com Síndrome de Down. **Rev. Bras. Ed. Esp.** Marília, v.9, n.1, p.57-78, Jan/Jun. 2003.

SILVA, Diorges Ricardo; FERREIRA, Juliana Saraiva. Intervenções na Educação Física em Crianças com Síndrome de Down. **Revista da Educação Física/UEM**. Maringá, v. 12, n. 1, p. 69-76, 1. sem. 2001

SILVA, Maria Rosália Festas da. Efeitos da natação na coordenação motora: estudo de caso de um indivíduo com deficiência mental ligeira. 2006. Monografia (Graduação em Licenciatura em desporto e educação física) - Faculdade de desporto universidade do porto. Porto.

TSUTSUME, Olívia et al. Os Benefícios da Natação Adaptada em Indivíduos com Lesões Neurológicas. **Revista Neurociências**. São Paulo, v.12, n.2, p.82-86, ABR/JUN. 2004.

VARELA, Paulo Miguel Faria. Coordenação Motora em Indivíduos Portadores de Síndrome de Down praticantes e não praticantes de atividade física. 2006. Monografia (Graduação em Licenciatura em desporto e educação física) - Faculdade de desporto universidade do porto. Porto.

VIEIRA, Antonio José Gonçalves. Concepção, Planejamento, Realização e Avaliação de um Programa de Natação Adaptada numa População com Deficiência Intelectual com e sem

Síndrome de Down. 2009. Dissertação (Mestrado em ACTIVIDADE FÍSICA ADAPTADA) - Faculdade de desporto universidade do porto. Porto.

YATSUDA, André Gonçalves. A natação adaptada como esporte de inclusão em um ambiente excludente. 2010. Dissertação (Mestrado em CIÊNCIA DA MOTRICIDADE HUMANA) - UNIVERSIDADE CASTELO BRANCO. Rio De Janeiro.

ENDEREÇO: Avenida Dos Guaranis, nº 52, Bairro Beiril, Cep: 68902-160, Macapá, AP, Brasil.

TELEFONE: (96) 3222-5462

E-MAIL: lgor_filipe_1.12@hotmail.com