

## Programas de atividade física adaptada para adolescentes autistas.

### Autor(res)

Rodrigo Martins Pereira  
Lívia Nascimento Dos Santos Lopes

### Categoria do Trabalho

1

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

### Resumo

Os programas de atividade física adaptada para adolescentes autistas têm se mostrado uma abordagem promissora para promover a participação ativa e os benefícios do exercício físico nessa população. Esses programas são projetados para atender às necessidades específicas dos adolescentes com autismo, considerando suas habilidades motoras, preferências individuais e características sensoriais.

Um dos principais objetivos desses programas é proporcionar uma experiência inclusiva, em que os adolescentes autistas possam se envolver em atividades físicas de forma adequada e gratificante. Para isso, é essencial adaptar as atividades, considerando o nível de desenvolvimento motor e as dificuldades específicas de cada indivíduo. Isso pode incluir a modificação das regras do jogo, o uso de equipamentos adaptados e a criação de ambientes sensorialmente amigáveis.

Os programas de atividade física adaptada também podem ser uma oportunidade para desenvolver habilidades sociais e promover a interação entre os adolescentes autistas. A participação em atividades em grupo oferece a chance de praticar a comunicação, a cooperação e a construção de relacionamentos positivos com os colegas. Além disso, esses programas podem ajudar a reduzir o isolamento social, promovendo um senso de pertencimento e aumentando a autoestima dos adolescentes com autismo.

Outro aspecto importante é a consideração das características sensoriais dos adolescentes autistas durante as atividades físicas. Muitas vezes, esses indivíduos podem apresentar sensibilidades sensoriais, como hipersensibilidade ao toque, ao som ou à luz. Portanto, é fundamental adaptar o ambiente e oferecer estratégias para lidar com essas sensibilidades, como o uso de fones de ouvido para reduzir o ruído excessivo ou a utilização de iluminação adequada.

A supervisão qualificada é essencial para garantir a segurança e a eficácia dos programas de atividade física adaptada. Profissionais especializados, como terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas ou educadores físicos, podem orientar e monitorar o progresso dos adolescentes autistas, fornecendo suporte individualizado e adaptando as atividades conforme necessário.

Em resumo, os programas de atividade física adaptada para adolescentes autistas são uma abordagem valiosa para promover a participação ativa e os benefícios do exercício físico nessa população. Agradecemos à FUNADESP (#68-1210/2022) pelo indispensável suporte.