

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
BACHARELADO

BÁRBARA CAROLINE DA SILVA
IDER SANTOS DA SILVA
MARLON DO NASCIMENTO FERREIRA JUNIOR

**QUALIDADE DE VIDA ATRAVÉS DE ATIVIDADES
FÍSICAS EM PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN**

RECIFE/2023

BÁRBARA CAROLINE DA SILVA
IDER SANTOS DA SILVA
MARLON DO NASCIMENTO FERREIRA JUNIOR

QUALIDADE DE VIDA ATRAVÉS DE ATIVIDADES FÍSICAS EM PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Graduado em **Educação Física Bacharelado**

Professor Orientador: Prof Me. Juan Carlos Freire

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586q Silva, Bárbara Caroline da.
Qualidade de vida através de atividades físicas em pessoas com síndrome de down/ Bárbara Caroline da Silva; Ider Santos da Silva; Marlon do Nascimento Ferreira Junior. - Recife: O Autor, 2023.
18 p.

Orientador(a): Me. Juan Carlos Freire.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Educação Física, 2023.

Inclui Referências.

1. Qualidade de vida. 2. Atividade física. 3. Síndrome de down. I. Silva, Ider Santos da. II. Ferreira Junior, Marlon do Nascimento. III. Centro Universitário Brasileiro. - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 796

Agradecemos primeiramente ao nosso Senhor Deus, que nos deu o dom da vida e fé para não termos desistido.

A meu orientador, pela dedicação e atenção depositada.

Gratidão também pelo incentivo de nossos familiares, amigos e a todo corpo docente desta trajetória.

“Educação Física ensina através do corpo o que não é possível explicar com palavras”.

Grazielle Dias

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	14
3 RESULTADOS	16
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	21
REFERÊNCIAS	21

QUALIDADE DE VIDA ATRAVÉS DE ATIVIDADES FÍSICAS EM PESSOAS COM SÍNDROME DE DOWN

Bárbara Caroline da Silva

Ider Santos da Silva

Marlon do Nascimento Ferreira
Junior

Juan Carlos Freire¹

Resumo: A qualidade de vida está relacionada com a percepção do sujeito em relação à sua posição individual na vida e no contexto de sua cultura, seus sistemas de valores e com os propósitos e objetivos vivenciados pelos mesmos. No entanto, em diversos pontos para as pessoas com Síndrome de Down, isso se torna bastante limitado. Nesse sentido, se faz necessário com o acompanhamento de profissionais de educação física, pois eles garantem que essa mudança seja eficaz e com os manejos corretos em relação às limitações físicas onde impactam de forma positiva a qualidade de vida desses indivíduos. Sendo assim, esse trabalho tem como objetivo abordar a atuação do profissional educador físico no contexto da qualidade de vida de pessoas com Síndrome de Down. Foi realizado um estudo de revisão bibliográfica narrativa de cunho retrospectivo descritivo, onde foi fundamentada em artigos indexados nas bases de dados Lilacs, Scielo, PubMed/MEDLINE e BVS. Os Critérios de inclusão utilizados no estudo foram os periódicos na linguagem português e em inglês, relacionados ao tema. A educação física adaptada para indivíduos com Síndrome de down influenciou positivamente o desenvolvimento psicossocial da criança com SD, relatando uma melhora no humor, irritabilidade ou agressividade das crianças. As atividades relacionadas com as práticas esportivas podem ser vistas no atletismo, natação, futebol, tênis e ciclismo. Essas atividades desportivas, por serem aeróbios progressivos e intensos, melhoram os condicionamentos cardiovascular e respiratório, e fortalecem grandes grupos musculares. A participação do educador físico é essencial no processo de desenvolvimento do indivíduo pois garante melhoria na qualidade de vida, bem como pontencializa a socialização dos mesmos em ambientes que possam ser desafiadores. em humanos e a principal causa de deficiência intelectual na população

Palavras-chave: *Qualidade de vida; Atividade física; Síndrome de down.*

1 INTRODUÇÃO

O Ministério da Saúde (2013) define a Síndrome de Down (SD) ou trissomia do cromossomo 21 é uma condição humana geneticamente determinada, sendo uma alteração cromossômica mais comum em humanos e a principal causa de deficiência

¹ Professor da UNIBRA., Mestrado em Educação Física, Ciências da Saúde.

intelectual na população. Desde 2013, existe um protocolo do Ministério da Saúde brasileiro, “Diretrizes de Atenção à pessoa com Síndrome de Down”, que visa oferecer orientações às equipes multidisciplinares para o cuidado à saúde de pacientes portadores da alteração cromossômica. (MINISTÉRIO DA SAÚDE,2013).

Segundo De Oliveira et al.,(2021), a presença do cromossomo extra na constituição genética, determina características físicas específicas e atraso no desenvolvimento. Os autores apontam que, as pessoas com SD, quando atendidas e estimuladas adequadamente. No entanto, têm potencial para uma vida saudável e plena inclusão social. De acordo com o último censo do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística), publicado em 2021, cerca de 300 mil pessoas têm Síndrome de Down, que corresponde a uma boa parcela dos mais de 45 milhões de pessoas com algum tipo de deficiência mental ou física (IBGE, 2021).

Devido à alta prevalência de indivíduos com SD, foram desenvolvidos diferentes programas para a melhoria e desenvolvimento da qualidade de vida desses pacientes. (ABREU et al 2019). A qualidade de vida está relacionada com a percepção do sujeito em relação a sua posição individual na vida e no contexto de sua cultura, seus sistemas de valores e com os propósitos e objetivos vivenciados pelos mesmos, mas, em diversos pontos para as pessoas com SD, isso se torna bastante limitado. (WHOQOL,1995).

Um desses pontos, pode ser visto através de sintomas físicos característicos de pessoas com SD, onde já foram enumerados mais de 50 sintomas, levando a algumas dificuldades no dia a dia. (ARRUDA e ALENCAR, 2018). Dentre tantas, destacamos as dificuldades que mais impactam diretamente na prática de atividade física, sendo elas a déficit na coordenação motora geral e fina, hipotonia muscular, a mobilidade acentuada das duas vértebras cervicais C1 e C2, chamada de Instabilidade Atlantoaxial, que devem ser levadas em consideração no momento da prática de exercícios, tomando um extremo cuidado com atividades que envolvam rolamentos, cabeceios, ou seja, aqueles movimentos que podem provocar lesões a esse nível. (ARRUDA e ALENCAR, 2018)

Sendo assim, o acompanhamento nas mudanças do estilo de vida de pessoas com SD, se faz necessário com o acompanhamento de profissionais de educação física, pois, eles garantem que essa mudança seja eficaz e com os manejos

corretos em relação as limitações físicas onde impactam de forma positiva a qualidade de vida desses indivíduos, através de processos de ensino aprendizagem que direcione a sua prática voltada para o aluno na sua totalidade (SEO et al., 2019).

Portanto, este trabalho tem como objetivo abordar a atuação do profissional educador físico no contexto da qualidade de vida de pessoas com S.D.

ASPECTOS GERAIS DA SÍNDROME DE DOWN

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2020), explica a SD como um desequilíbrio na constituição cromossômica em que apresenta seu genótipo (constituição cromossômica do indivíduo)ip, proporcionando assim um fenótipo (características observáveis no organismo em que a expressão gênica se soma aos fatores ambientais) característico dessa alteração genética. É de conhecimento que um ser no ser humano geneticamente sem alteração, o conjunto de cromossomos corresponde a 23 pares (ou 46 cromossomos), sendo 22 pares de cromossomos autossômicos e 1 par de cromossomos sexuais (XX nas mulheres e XY nos homens).

Entretanto, indivíduos com SD podem apresentar três tipos de anormalidades cromossômicas. A primeira delas é a trissomia simples na qual acontece uma não disjunção cromossômica-distribuição incorreta do cromossomo-geralmente de origem meiótica, levando a junção de um cromossomo a mais com o par 21, sendo que 95% dos casos têm origem do óvulo e 5% origina-se do espermatozoide,responsável por 95% de todos os casos de SD, a segunda é a trissomia por translocação, que pode envolver o cromossomo 14, 15 ou outros com menor frequência, em que parte do cromossomo 21 extra se une a esses outros cromossomos, este é o único dos casos que a genética pode ser herdada de um dospais, presente em 3% dos casos; e por fim a trissomia por mosaicismo, que ocorre em cerca de 2% dos casos e apresenta-se, de forma geral, mais agressivamente, tem origem da não disjunção mitótica nas primeiras divisões de um zigoto normal, afetando somente partes das células (MATA e PGNATA, 2014).

Ainda segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (2020), a SD possui suas manifestações clinicas variadas pois dependem como base da citogenética etiológica e da porcentagem de células que foram afetadas gerando observações peculiares dependendo do indivíduo. Essas observações irão acontecer pela análise dos

conjuntos de cromossomos (cariótipo) como por exemplo na trissomia livre onde temos 47,XX,+21 para o sexo feminino e 47,XY,+21 para o sexo masculino (Figura 1); trissomia por translocação que tem seu cariótipo variável uma vez que envolvendo o cromossomo 21 acrocêntricos e deleção dos braços curtos (p) dos cromossomos e fusão dos braços longos (q) próximos à região dos centrômeros de cromossomos não homólogos a ele ou até mesmo no próprio cromossomo 21, dependendo portanto do cromossomo translocado ao cromossomo 21; e trissomia livre do cromossomo 21 em forma de mosaico. (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2020)

Outros fatores também relevantes além do aspecto cromossomal são as características biológicas desses indivíduos onde se apresenta diversas alterações conforme demonstra o quadro 1.

Quadro 1- Características biológicas apresentadas em indivíduos com SD.

Características biológicas	
Braquicefalia	Ponte nasal achatada
Fontanelas amplas	Clinodactilia
Orelhas pequenas	Sulco na área halucal
Nariz pequeno	Hipotonia muscular e/ou frouxidão Ligamentar
Boca pequena	Atraso global do desenvolvimento Neuropsicomotor
Orelhas baixo implantadas	Sopro cardíaco/cardiopatia
Inclinação palpebral para cima	Hipoplasia de face média

Adaptado de: Spinoloza et al, (2018).

Uma preocupação em relação a esses indivíduos é a questão do atraso mental onde todos os indivíduos irão apresentar essa condição mas, no entanto, poderão ser vistos diferentes graus de intensidade dessa alteração, podendo ser classificada em leve a moderada e isso se justifica por diversos estudos que visualizaram lesões difusas do sistema nervoso, somada a funcionamento elétrico particular no desenvolvimento cognitivo dessas pessoas, ocasionando um rebaixamento nas habilidades de análise, síntese, e comprometimento na

fala, qualificando uma disfunção neurológica que varia em sua forma de se manifestar e sua intensidade (BARBIERI et al., 2020).

Com isso, o desenvolvimento psicomotor, intelectual e pândero-estatural destas pessoas tem suas singularidades afinal essa evoluçãõ pode sofrer interferências de diversos tipos ou de diversas áreas como por exemplo herança genética, estimulaçãõ, educaçãõ, meio ambiente, problemas clínicos. (RAMOS E MÜLLER, 2020). Logo, quanto mais precocemente a criançã com a SD for estimulada, maior impacto positivo no desenvolvimento será alcançado, devida a neuroplasticidade ser maior nos primeiros meses de vida (RAMOS E MÜLLER, 2020).

QUALIDADE DE VIDA NO CONTEXTO SOCIAL

Segundo a Organização Mundial da Saúde, entende-se como qualidade de vida (QV) a prática de uma visãõ multidimensional associada a aspectos objetivos e subjetivos, fundamentado em critérios de satisfaçãõ individual e de bem-estar coletivo, refletindo a percepçãõ dos sujeitos no que se refere ao nível de satisfaçãõ das suas necessidades básicas, desenvolvimento econômico, inserçãõ social, qualidade do ambiente em que vivem, oportunidades na vida e acesso a serviçõs, assim como nas questões referentes à felicidade, ao amor, à satisfaçãõ com a vida e à realizaçãõ pessoal (OMS, 1995).

Para Silva,2022, dentro do processo socioeconômico, a qualidade de vida é vista como “viver bem para viver feliz” e isso acaba impactando a sociedade de maneira que sempre se focalize no ter ou possuir fatores externos como instruçãõ, renda e moradia, como utilizados, ainda hoje, em larga escala. Já para questão mental ou psicológica, busca-se qualidade de vida como um ato subjetivo em relaçãõ ao ser humano e suas vivências levando a desconsiderar os fatores ambientais que o indivíduo está inserido, mas indicando como os povos percebem suas próprias vidas, felicidade, satisfaçãõ (SILVA, 2022).

A abordagem psicológica/mental de acordo com Khalifa (2019), combinou múltiplos aspectos de seis dimensões de análise. A primeira está ligada ao objetivo-realizaçãõ e se relaciona às questões entre o que se tem e o que se quer ter. Um segundo aspecto da teoria analisa o que os povos realmente consideram ser o seu ideal real de vida. Um terceiro tipo envolve a relaçãõ percebida entre as circunstâncias atuais e o que se espera se tornar. Um quarto tipo inclui a relaçãõ percebida entre

qualidade de vida atual e a melhor qualidade de vida que já se teve no passado. Um quinto sugere que uma questão importante a ser analisada é o que é possuído por uma pessoa e pelo grupo de referência e uma sexta considera importante buscar esclarecer o quão bom é o ajuste da pessoa no ambiente em que se está inserido (KHALIFA,2019).

As abordagens espirituais ou holísticas baseiam-se no conceito de qualidade de vida é multidimensional, apresentando uma organização complexa e dinâmica dos seus componentes, e se difere de pessoa para pessoa de acordo com seu ambiente/contexto e mesmo entre duas pessoas inseridas em um contexto similar. Características como valores, inteligência, interesses são importantes de serem considerados. Além disso, qualidade de vida é um aspecto fundamental para se ter uma boa saúde e não o contrário (PEREIRA, 2012).

ATIVIDADE FÍSICA X EXERCÍCIO FÍSICO

O movimento físico faz parte do ser humano e de outras espécies desde o processo gestacional onde temos diversos momentos bastante instigante e interessante na relação mãe-filhos e ao nascer e nos processos de desenvolvimento também é visto com a mesmo impacto. Se movimentar é algo que se faz necessário para todas as espécies, o movimento corporal facilita diversos processos no cotidiano dos indivíduos. Diante disso, existe alguns conceitos que são inerentes para o entendimento sobre quais as características desses movimentos. Ao tratarmos disso encontramos os termos sobre atividade física e exercício físico, mas antes se faz necessário entender o que seria o movimento corporal.

O movimento é considerado um termo genérico para os reflexos dos atos motores conscientes ou não, normais ou patológicos, significantes ou desprovidos de significado. Os movimentos corporais como gestos, podem ser definidos comoum movimento determinado por uma intenção. O gesto tem finalidades conscientes ou inconscientes, chegando às vezes a ser uma redundância da comunicação.Pode-se classificar os movimentos em três grandes grupos: voluntário, reflexo e automático. Os movimentos reflexos, por sua vez, podem ser subdivididos em inatose adquiridos. Os movimentos estão sempre impregnados de um saber corporal e cultural, e são portadores de significados, portanto, devem ser entendidos como uma forma de

linguagem corporal permeada de voluntariedade ou de subjetividades (HONORATO et al.,2019).

A atividade física por sua vez faz parte desse contexto do movimento corporal, no entanto ela pode ser entendida como qualquer pratica de que envolve movimentos do corpo e que os mesmos são realizados de maneira intencional criando e envolvendo relações com a sociedade e com o ambiente no qual a pessoa está inserida. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018). Sendo assim, a atividade pode estar presente no lazer, nas tarefas domésticas ou no deslocamento para a escola ou o trabalho. Por estar presente de uma forma mais ampla no cotidiano, ela pode ser indicada por qualquer profissional da saúde pois a mesma ajuda a trazer bem estar físico e mental reduzindo assim o risco de desenvolver algumas doenças realizadas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

O exercício físico, enquanto estimulação para o corpo visa ser um importante aliado para trabalhar em conjunto as estimulações cognitivas e sociais, o que por sua vez contribui para o ganho de autonomia e maior integração desse grupo na sociedade (MORENO 2019).

Com isso percebe-se os benefícios da pratica regular de atividades físicas como por exemplo o fortalecimento muscular, melhora do desempenho cardiorrespiratório e cardiovascular, diminuição de risco para desenvolvimento de doenças crônicas,como diabetes e obesidade, além dos benefícios psicológicos e emocionais que refletem em melhor qualidade de vida (FREIRE et al., 2014).

As opções de atividades são inúmeras e adaptáveis, a exemplo da recreação, dança, atletismo, natação, futebol, tênis e ciclismo . Esportes como equitação, capoeira, ginástica artística, circo e surfe também possuem grande potencial para a promoção do desenvolvimento físico, psíquico e cognitivo desses pacientes (SILVA et al., 2017).

Diante ao exposto, é necessário que haja uma formação especializada desde a graduação para que esses profissionais tenham facilidades em lher dar com as situações ocorrentes em relação aos indivíduos com SD e isso pode ser moldado através de incentivos e práticas bem como com o contato direto. O profissional de educação física detém uma capacidade relevante de atuar estrategicamente como parceiro a comunidade, contribuindo diretamente para a promoção da saúde e

qualidade de vida, sobretudo dos grupos especiais: idosos, obesos, cardiopatas e diabéticos portadores e não portadores de SD (SILVA, 2017).

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Foi realizado um estudo de revisão bibliográfica narrativa de cunho retrospectivo descritivo onde foi fundamentada em artigos indexados nas bases de dados Lilacs, Scielo, PubMed/MEDLINE e BVS. Os Critérios de inclusão utilizados no estudo foram os periódicos na linguagem português e em inglês, publicados no período de 2012 à outubro de 2023. Foram pesquisados descritores de saúde contidos na base de dados (DECS) usados para a busca bibliográfica na base de dados foram: “Qualidade de vida”, “Síndrome de Down”, “Atividade física”. Como critérios de exclusão não foram eleitos artigos publicados fora da faixa de interesse, nem teses de doutorado e dissertações de mestrado, livros e também não foram elencados os artigos fora da linguagem escolhida e que não teriam relação com os objetivos da pesquisa.

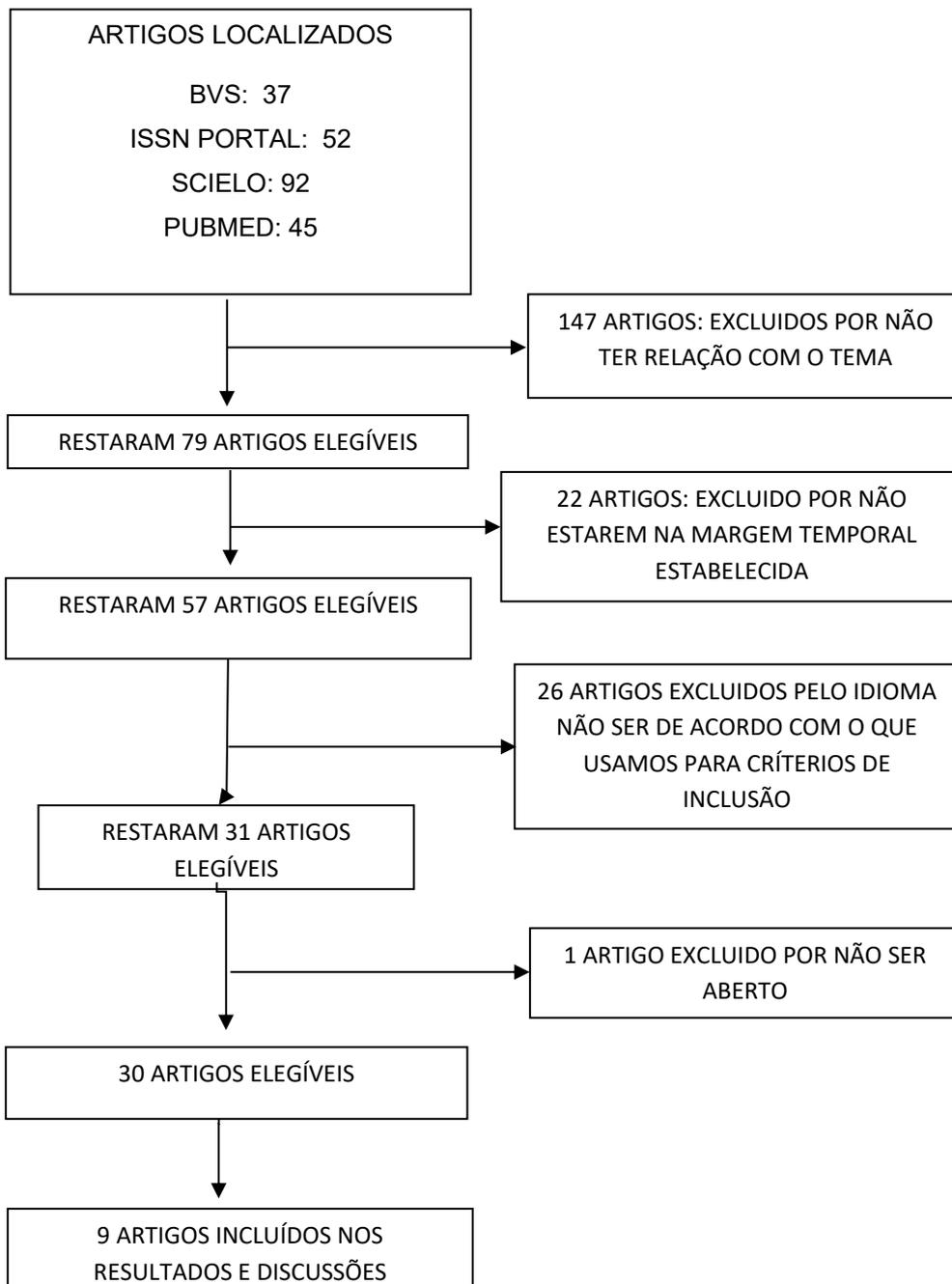
A partir deste levantamento foi realizada a contextualização para o problema e a análise das possibilidades presentes na literatura consultada para a concepção do referencial teórico da pesquisa. A partir deste levantamento, foi elaborada uma revisão bibliográfica narrativa para estabelecer relações com as produções científicas anteriores, identificar temáticas recorrentes e apontar novas perspectivas, visando a construção de orientações práticas pedagógicas para definição de parâmetros de formação de profissionais da área de Ciências da Saúde.

Em relação aos dados levantados para a realização desta pesquisa, foram escolhidos artigos científicos que se enquadravam dentro dos critérios de inclusão, onde foram verificados aproximadamente cerca de 226 artigos nas bases de dados em questão e que possuíam aproximação com o tema da nossa pesquisa, no entanto, desses foram selecionados 30 artigos que se enquadravam nos critérios de linguagem, tipo de artigo e tema. Contudo, foi realizado uma seleção mais específica onde foram escolhidos artigos que apresentavam especificidade em relação aos objetivos das pesquisas através da leitura dos resumos disponíveis nas plataformas para a elaboração da nossa revisão de literatura narrativa.

Com base nos artigos pesquisados, no âmbito educacional temos diversos desafios se tratando de assuntos específicos, como é o caso das pessoas com necessidades especiais e isso demonstra sérias falhas no processo de aprendizado/expertises do profissional frente a essas pessoas.

Figura 4

Fluxograma de busca dos trabalhos



4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
ALESI; PEPI, 2017	Pretende explorar as crenças parentais relativas ao envolvimento, facilitadores/barreras e benefícios da atividade física nos jovens	Estudo de caso	13 pais de jovens com síndrome de Down	Foram realizadas entrevistas semiestruturadas	A família tem papel fundamental, como facilitador e barreira, para a participação de seus filhos com síndrome de Down na AF
CORREA, WESLEY; MINETTO, MARIA DE FATIMA; CREPALDI, MARIA APARECIDA, 2018.	Evidenciar a importância da Família como promotora do desenvolvimento de crianças que apresentam atrasos	Estudo Experimental	Crianças com SD	Aulas de Educação Física	Constatou que quanto maior o êxito na execução de tarefas, maior a satisfação e motivação para enfrentar aquelas que ele tem maior dificuldades,
DO NASCIMENTO, Marcos Antônio Medeiros et al., 2023	Perceber qual a qualidade de vida das pessoas com necessidades intelectuais que praticam a dança.	Estudo descritivo -exploratório	24 cuidadores de pessoas com necessidades especiais	Questionário de Qualidade de Vida.	Concluiu que é de suma importância a dança para as pessoas com necessidades especiais.
MASSÓ-ORTIGOSA, N. et al., 2018	Avaliar o efeito de um programa de atividade física baseado em dança na atividade muscular em adultos jovens com SD	Estudo de caso	Onze participantes com SD e onze participantes sem SD	Programa de dança de 18 semanas	Menos diferenças foram observadas entre os dois grupos após o treinamento do que antes.

MCGUIRE, M. et al.,2019	Observar efeitos de um programa de dança adaptada sobre habilidades motoras e participação em crianças com SD	Estudo de caso	Crianças com SD	20 sessões semanais de dança adaptada de 1 hora	Os cuidadores relataram melhoras físicas, cognitivas e emocionais.
MINUZZI, Rejane Bonadiman n et al, 2023	Analisar as contribuições da educação física adaptada para a socialização de pessoas com deficiência intelectual e múltipla	Pesquisa de campo	12 gestores de APAEs da Região do Médio Alto Uruguai/RS	Entrevista semiestruturada	Os resultados indicaram que todos os gestores fizeram alusão às relevantes contribuições da educação física adaptada para a socialização da pessoa com deficiência, além importante aliado na aprendizagem e contribuir para a sua socialização.
MONTEIRO, Layse de Oliveira et al.,2020	Avaliar a influência da atividade física adaptada no desenvolvimento psicossocial de crianças com SD	Pesquisa de campo e descritiva	Seis alunos com SD	Entrevista aplicada aos pais	Constatou-se que há benefícios motores, psicológicos e sociais proporcionados
PIMENTEL, J.V.B.S.; NOUGUEIRA, V.H.F.; FERREIRA, J.O.; COSTA, W.M.; SILVA, G.R.A.2018	Identificar os benefícios da natação para pessoas com SD	Pesquisa	Grupo de 10 pessoas com SD	Questionário compostos por 13 questões respondidas pelas mães	A prática esportiva é bastante enriquecedora uma vez que proporciona melhoria da marcha e

					ainda sensação de bem-estar
RAMOS, B. B; MÜLLER, A. B. Marcos, 2020	Avaliar o desenvolvimento de crianças com Síndrome de Down participantes de um grupo de estimulação precoce	Estudo observacional, transversal	13 crianças com Síndrome de Down, entre 0 e três anos	Utilizado o Instrumento de Vigilância do Desenvolvimento	A estimulação precoce contribui para a aquisição das habilidades motoras e de socialização da criança com SD

A análise dos estudos constatou que, a atividade física, conduzida pelo profissional educador físico, se destaca como forte aliada para a melhoria da qualidade de vida de pessoas com Síndrome de Down.

Para chegar a esse resultado, foi necessário investigar as necessidades e dificuldades das pessoas com síndrome de down. Paralelamente, procurou-se identificar as atividades desenvolvidas através da educação física com este público. O próximo passo foi buscar nas informações obtidas nas duas investigações, conexões que sinalizem nos resultados dos artigos selecionados, afinidades com os os conceitos de qualidade de vida estudados

Foi observado nos resultados obtidos nos artigos, ambos relacionados com intervenções da educação física com pessoas com síndrome de down, resultados positivos em relação à melhoria da qualidade de vida dos envolvidos.

Alesi (2017), destacou facilitadores/barreiras e benefícios da atividade física nos jovens. Também destacou a importância do apoio da família na motivação das atividades físicas. Os autores afirmam que, a educação física garante uma interação maior do indivíduo com SD com os demais participantes uma vez que existe práticas em grupo e também de forma individualizada, as práticas em grupos podem ser uma alternativa de agregar valores e conhecimento para o indivíduo, fazendo com que ele perceba que também é essencial nas partilhas ganhando assim mais confiança e notoriedade.

Correa et al., (2018), demonstrou que deve-se concentrar as atividades nas áreas em que há maior potencial. Assim, na medida em que a criança percebe que pode realizar determinadas tarefas com êxito, haverá satisfação e maior motivação

para enfrentar aquelas que ele tem maior dificuldades, contribuindo passo a passo para o seu desenvolvimento físico e mental.

D Nascimento, 2023 identificou maior desenvolvimento dos aspectos físicos , cognitivos e sociais. Concluiu que é de suma importância a dança para as pessoas com necessidades especiais.

Massó-Ortigosa, N. et al., 2018, Identificou efeito positivo de um programa de atividade física baseado em dança na atividade muscular em adultos jovens com síndrome de Down.

Mcguire, M. et al.(2019), constatou que há benefícios motores, psicológicos e sociais proporcionados, em um programa de dança adaptada.

Além da natação a dança se torna notável para portadores de SD uma vez que muitos praticantes na fase adulta por terem tido suas limitações enquanto crianças procuram esse recurso para melhorar alguns aspectos em busca de qualidade de vida. Além disso a dança também benéfica para as questões físico-motores, cognitivos, socioafetivos e educativos. Os programas que envolvem a dança, em suas diversas manifestações, mostraram-se positivos na maioria dos estudos e apontam para possíveis adaptações que respeitem as individualidades de cada pessoa e permitam a participação da pessoa com SD de forma efetiva e satisfatória, sendo de suma importância essa atividade proposta as pessoas com necessidades especiais. (MASSÓ-ORTIGOSA et .al, 2018; MCGUIRE et. Al, 2019;).

Minuzzi (2023), apresentou contribuições da educação física adaptada para a socialização da pessoa com deficiência e melhoria do desempenho funcional. A autora defende que, as intervenções devem ser adaptadas aos interesses, às capacidades e limitações dos envolvidos:

Contribui para o desenvolvimento psicomotor, respeita as diferenças; EF como esporte e lazer de forma inclusiva; desenvolve habilidades com materiais alternativos; contribui para o desenvolvimento e a reabilitação; possibilita que o educando supere e acredite em suas potencialidades; melhora a qualidade de vida, coordenação motora e sensorial; auxilia as funções da vida diária e aquisição de novas habilidades; reabilita e aumenta a satisfação, autoestima, autoconfiança; desenvolve aspectos físicos e cognitivos , valorizando pontos fortes; contribui para o desenvolvimento psicomotor de maneira que seja prazeroso e satisfatório, respeitando as diferenças.

De acordo com Monteiro et al., (2020), a Educação Física Adaptada influenciou positivamente o desenvolvimento psicossocial da criança com SD, relatando uma melhora no humor, irritabilidade ou agressividade das crianças. Além do mais, podemos constatar a presença de saberes pedagógicos e experienciais para os professores resolverem problemas da prática em situações complexas de aula. É essencial observar a necessidade de pesquisas não só no âmbito da inclusão do indivíduo com SD em aulas de Educação Física, mas também quais benefícios para o desenvolvimento cognitivo, motor e social da criança, a fim não só de apontar no que não são capazes, mas também no que são capazes de realizar.

Pimentel, 2018; Atestou que prática esportiva é bastante enriquecedora uma vez que proporciona melhora da marcha e ainda sensação de bem-estar.

Ramos (2020), Confirmou que, a estimulação precoce contribui para a aquisição das habilidades motoras e de socialização da criança com SD. Complementa que alguns dos principais esportes recomendados são: atletismo, natação, futebol, tênis e ciclismo. Essas atividades desportivas, por serem aeróbios progressivos e intensos, melhoram os condicionamentos cardiovascular e respiratório, e fortalecem grandes grupos musculares.

Para Pimentel (2018), um dos esportes que se destaca na melhora da qualidade de vida dos indivíduos com SD é a natação, que tem sido vista como uma grande ferramenta e através dela grandes benefícios para todos os tipos de pessoas com deficiência, inclusive a SD, devido à facilidade proporcionada pela execução de movimentos com o corpo dentro d'água, a natação proporciona uma melhora no transporte sanguíneo para as musculaturas no aparelho locomotor, bem como proporciona o relaxamento muscular e a contração, tendo estímulos para o desenvolvimento da musculatura e a melhora da postura corporal, a criança pode ter uma liberdade maior e melhor desempenho em seus movimentos. No contexto da SD, a natação tem valor terapêutico, recreativo e social, bem como trabalha aspectos do desenvolvimento motor, cognitivo e o sócio emocional.

De acordo com os resultados obtidos, foi possível confirmar a efetividade da atuação do profissional educador físico no contexto da qualidade de vida de pessoas com Síndrome de Down, evidenciando que intervenções efetivas contribuem para a melhora da sua saúde mental, espiritual, social e física.

Espera-se que os resultados expostos, sejam um incentivo para a busca de novas intervenções e desperte o interesse para as necessidades de pessoas com síndrome de down.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Síndrome de Down é uma realidade enfrentada por muitas pessoas no mundo e isso acaba levando a um cenário de preconceitos e incapacitação tanto do próprio indivíduo, família bem como dos profissionais que não conseguem lidar com esse tipo de desafio ou não sabem o que fazer quando se depara com um aluno, cliente ou paciente. Fazendo assim necessário entender que através do acolhimento e a inserção social essa visão acaba sendo dissipada e traz consigo chances de verdadeiras mudanças.

Através da educação física pode-se constatar a promoção da qualidade de vida e em se tratando da SD , são necessárias intervenções baseadas em questões científicas para o melhoramento do quadro clínico dos indivíduos com essa necessidade especial. Fazendo com que os profissionais de educação física tenham mais respeito e empatia pelo processo, olhando assim o indivíduo como ser único e com suas incapacidades ou com suas capacidades, afim de promover o melhor e mais confortável desenvolvimento social, mental, cognitivo e motor.

Sendo assim, essa revisão da literatura mostra a importância do cuidado e busca por assuntos voltados a questão de bem estar e qualidade de vida quanto a pessoas com deficiência, fazendo com que haja novas perspectivas de novas abordagens tanto com os pacientes com SD quanto com as demais necessidades especiais no âmbito da saúde física.

REFERÊNCIAS

ABREU KCS, Franco SOB, Calheiros PR. Abordagem odontológica para pacientes portadores de distúrbios neuropsicomotores. **Revista Científica Eletrônica [Periódico on-line]**.2009; 1(1). Acesso em: 03 maio 2021. Disponível em: <http://www.facimed.edu.br/o/revista/pdfs/31b1d0bc6502190f69ab2e62163d9a2b.pdf>.

ALESI, Marianna; PEPI, Annamaria. Physical activity engagement in young people with Down syndrome: Investigating parental beliefs. **Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities**, v. 30, n. 1, p. 71-83, 2017.

ARRUDA, Reginaldo Markievison Souza de; ALENCAR, Gildiney Penaves de. A inclusão de alunos com síndrome de down nas aulas de educação física escolar. Campo Grande, MS, Brasil. Campo Grande, MS, Brasil: **Revista Gestão Universitária**, 2018.

BARBIERI, G. H; CARVALHO, L. F. P; AMANCIO, P. M. T. G. O desenvolvimento motor em crianças com Síndrome de Down e a influência da família para seu aprendizado. **Revista Psicologia & Saberes**, 2020, 9 (6): 31-37.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Diretrizes de atenção à pessoa com Síndrome de Down**. Brasília: Ministério da Saúde; 2013.

CORREA, Wesley; MINETTO, Maria de Fatima; CREPALDI, Maria Aparecida. Família como promotora do desenvolvimento de crianças que apresentam atrasos. **Pensando famílias**, v. 22, n. 1, p. 44-58, 2018.

DE OLIVEIRA HERNANDES, Carolini; DE CARVALHO, Monica Moreno; LOPES, Valéria Cristina. A IMPORTÂNCIA DO ATENDIMENTO ODONTOLÓGICO EM PACIENTES COM SÍNDROME DE DOWN REVISÃO DE LITERATURA THE IMPORTANCE OF DENTAL CARE IN PATIENTS WIFH DOWN SYNDROME LITERATURE REVIEW. I **SEMINÁRIO DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA EM CIÊNCIAS DA SAÚDE**, 2021

DO NASCIMENTO, Marcos Antonio Medeiros et al. Qualidade de vida de necessitados intelectuais praticantes de dança. **REIN-REVISTA EDUCAÇÃO INCLUSIVA**, v. 8, n. 1, p. 78-86, 2023.

FREIRE, R. S. et al. Prática regular de atividade física: estudo de base populacional no Norte de Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 20, n. 5, p. 345-349, 2014. DOI 10.1590/1517-86922014200502062.

HONORATO, E. J. S.; ANSELMO, S. M. G.; LEMOS, S. M.; FERREIRA, D. S.; SILVA, T. A. da. **Atividade física como estratégia no processo de reabilitação psicossocial de dependentes químicos**. Conexões, Campinas, SP, v. 17, p. e019009, 2019. DOI: 10.20396/conex.v17i0.8649672. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8649672>. Acesso em: 6 nov. 2022.

IBGE. (2019). **Estimativas da população residente no Brasil**. Disponível em: Acesso em: 10 maio 2020. Acesso em: 10 outubro de 2022.

KHALIFA, Huda Assem Mohammed. **Qualidade de vida e sua relação com o pensamento criativo em uma amostra de adolescentes do sexo feminino em Jeddah**. The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention , v. 6, n. 2, pág. 5297-5311, 2019.

MASSÓ-ORTIGOSA, N. et al. **Electromyographic analysis of ankle muscles in young adults with Down syndrome before and after the implementation of a physical activity programme based on dance**. Apunts Medicina de l'Esport, Barcelona, v. 53, n. 198, p. 63-73, 2018.

MATA, C. M; PIGNATA, M. I. B. **Síndrome de Down: aspectos históricos, biológicos e sociais**. [acesso 08 Outubro 2022.]. Disponível em: <https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/80/o/TCEM2014-Biologia-CeciliaSilvaMAta.pdf>

MCGUIRE, M. et al. Adapted Dance Improves Motor Abilities and Participation in Children with Down Syndrome: A Pilot Study. **Pediatric Physical Therapy**, Ohio, v. 31, n. 1, p. 76–82, 2019.

MINUZZI, Rejane Bonadimann et al. A contribuição da educação física adaptada para pessoas com deficiência intelectual e/ou múltipla: a percepção dos gestores de APAES. Perspectivas em Diálogo. **Revista de Educação e Sociedade**, v. 10, n. 22, p. 182-202, 2023.

MONTEIRO, Layse de Oliveira et al. Benefícios psicossociais da Educação Física Adaptada para alunos com Síndrome de Down. **Brazilian Journal Of Development**, [S.L.], v. 6, n. 5, p. 28463- 28470, 2020. .

MORENO, L. de D.; CHAGAS, P. R. das. Exercício físico: um aliado para a qualidade de vida Ao idoso com alzheimer / Physical exercise: an ally for quality of life To the elderly with alzheimer. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 6, n.9, p. 66139–66145, 2020. DOI: 10.34117/bjdv6n9-155. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/16283>. Acesso em: 6 nov. 2022.

OLIVEIRA ,V.B.; OLIVEIRA1, D.V;ANTUNES, M.D.; GOBBO.G.A.A.; Benefícios da natação no desenvolvimento motor de crianças com Síndrome de down. **Revista Inspirar: Movimento e Saúde, Cidade**, v. 11, n. 4,p. 51-58, out/nov/dez. 2016.

PEREIRA, Érico Felden, TEIXEIRA, Clarissa Stefani e SANTOS, Anderlei dos
Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista Brasileira de
Educação Física e Esporte** [online]. 2012, v. 26, n. 2 [Acessado 3 Novembro 2022] ,
pp. 241-250.

Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1807-55092012000200007>>. Epub
03 Jul 2012. ISSN 1981-4690. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092012000200007>.

PIMENTEL, J.V.B.S.; NOUGUEIRA, V.H.F.; FERREIRA, J.O.; COSTA, W.M.;
RAMOS, B. B; MÜLLER, A. B. Marcos motores e sociais de crianças com síndrome
de down na estimulação precoce. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 4,
n.1, p 37-43,2020.

RAMOS, B. B; MÜLLER, A. B. Marcos motores e sociais de crianças com síndrome
de down na estimulação precoce. *Revista Interdisciplinar Ciências Médicas*, v. 4, n.1,
p 37-43,2020.

SILVA, G.R.A.; Os benefícios da natação para portadores de síndrome de down.
Revista Eletrônica de Trabalhos Acadêmicos: UNIVERSO/GOIÂNIA,
PUBLICAÇÕES CIENTÍFICAS -MULTIDISCIPLINAR, Ano 3, n. 5, 2018.

SEO, Young-Gyun et al. The effect of a multidisciplinary lifestyle intervention on obesity
status, body composition, physical fitness, and cardiometabolic risk markers in children
and adolescents with obesity. **Nutrients**, 2019

SILVA, Vitor et al. Wii-based exercise program to improve physical fitness, motor
proficiency and functional mobility in adults with Down syndrome. **Journal of
Intellectual Disability Research**, v. 61, n. 8, p. 755-765, 2017.

SILVA, André; EUGÊNIA, Elise; LARISSA, Renata. Qualidade de vida. **Revista Saúde
e Meio Ambiente** , v. 14, n. 1, pág. 01-15, 2022.

SILVA, Daniel De Arruda et al.. **Atuação do profissional de educação física na
saúde pública: oportunidades e desafios**. Anais II CONBRACIS... Campina Grande:
Realize Editora, 2017. Disponível em:
<<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/29111>>. Acesso em: 11/11/2022 00:21

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Departamento científico de
genética. **Diretrizes de atenção à saúde de pessoas com síndrome de down**.
[acesso 07 nov. 2020]. Disponível em:
[https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22400b-
Diretrizes de atencao a saude de pessoas com Down.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22400b-Diretrizes_de_atencao_a_saude_de_pessoas_com_Down.pdf)

SPINAZOLA, C. D. C., Cia, F., AZEVEDO, T. L. D., & GUALDA, D. S. (2018).
Crianças com Deficiência Física, Síndrome de Down e Autismo: Comparação de
Características Familiares na Perspectiva Materna na Realidade Brasileira. **Revista
Brasileira de Educação Especial** , 24, 199 - 216

WHOQOL Group. The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): **Position paper from the World Health Organization**. Soc. sci. med. 1995;10:1403-9.