



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - CAMPUS I  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE BACHARELADO EDUCAÇÃO FÍSICA**

**LUANA GOMES DE LIMA DE SOUZA**

**AS CONTRIBUIÇÕES DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS NA MELHORIA DE  
DISTÚRBIOS NEUROLÓGICOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**CAMPINA GRANDE – PB  
2023**

**LUANA GOMES DE LIMA DE SOUZA**

**AS CONTRIBUIÇÕES DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS NA MELHORIA DE  
DISTÚRBIOS NEUROLÓGICOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Relato de Experiência) apresentado ao Departamento do Curso de Bacharelado em de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

**Orientadora:** Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho.

**CAMPINA GRANDE - PB  
2023**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S719c Souza, Luana Gomes de Lima de.  
As contribuições das atividades aquáticas na melhoria de distúrbios neurológicos [manuscrito] : um relato de experiência / Luana Gomes de Lima de Souza. - 2023.  
14 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.

"Orientação : Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho, Coordenação do Curso de Bacharelado em Educação Física - CCBS. "

1. Distúrbio neurológico. 2. Educação física. 3. Atividades aquáticas. I. Título

21. ed. CDD 797

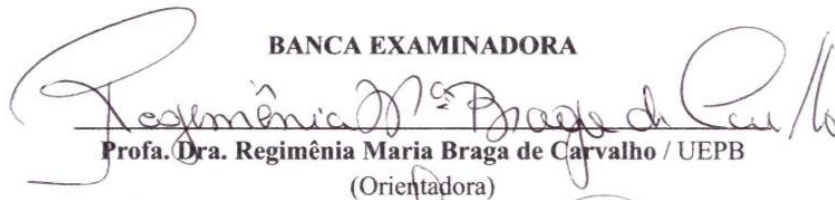
LUANA GOMES DE LIMA DE SOUZA

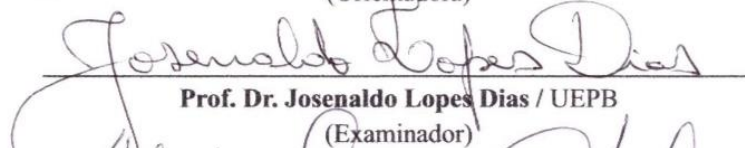
**AS CONTRIBUIÇÕES DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS NA MELHORIA DE  
DISTÚRBIOS NEUROLÓGICOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

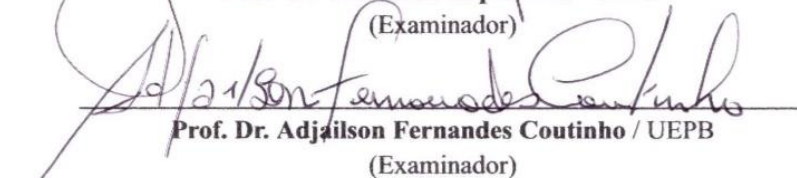
Trabalho de Conclusão de Curso (Relato de Experiência) apresentado ao Departamento do Curso de Bacharelado em de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Aprovada em: 14/11/2023

**BANCA EXAMINADORA**

  
**Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho / UEPB**  
(Orientadora)

  
**Prof. Dr. Josevaldo Lopes Dias / UEPB**  
(Examinador)

  
**Prof. Dr. Adjalson Fernandes Coutinho / UEPB**  
(Examinador)

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>.....</b>
<b>2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA .....</b>	<b>.....</b>
<b>2.1 Distúrbios do neurodesenvolvimento.....</b>	<b>.....</b>
<b>2.2 Distúrbios psíquicos .....</b>	<b>.....</b>
<b>3. METODOLOGIA .....</b>	<b>.....</b>
<b>4. RELATO DE EXPERIÊNCIA .....</b>	<b>.....</b>
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>.....</b>
<b>6. REFERÊNCIAS .....</b>	<b>.....</b>

## AS CONTRIBUIÇÕES DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS NA MELHORIA DE DISTÚRBIOS NEUROLÓGICOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

### THE CONTRIBUTIONS OF AQUATIC ACTIVITIES IN IMPROVING NEUROLOGICAL DISORDERS: AN EXPERIENCE REPORT

Luana Gomes de Lima de Souza  
Regimênia Maria Braga de Carvalho

#### RESUMO

Distúrbios neurológicos nada mais são do que algo ser/estar anormal no cérebro, no sistema nervoso ou nas células musculares, tendo em vista que muitas pessoas hoje em dia são acometidas com algum tipo de distúrbio, vale elencar o aumento gradativo na presença de transtornos psíquicos, como por exemplo a depressão, a deficiência intelectual, transtornos de desenvolvimento como o autismo, entre outras coisas. O objetivo deste trabalho foi relatar minha experiência como voluntária, mas posteriormente como líder e bolsista de Atividades Aquáticas (hidroginástica e natação infantil) no Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer – LPSEL, popularmente conhecido como Escolinha do DEF, que fica localizada na cidade de Campina Grande – PB e atende pelo Departamento de Educação Física da UEPB. As aulas ocorrem todas terças e quintas-feiras, das 07h30 às 09h30, sendo 60 minutos de cada modalidade. Dentro do projeto existem vários perfis de alunos que variam entre crianças típicas e atípicas á adultos e idosos, com isso, as aulas precisam ser adaptadas de acordo com a motivação e limitação de cada um deles, principalmente ao tratar-se de alunos com algum distúrbio neurológico, nossa experiência no projeto me mostrou melhoras significativas no quadro de alguns participantes a partir da prática das atividades aquáticas onde pudemos perceber que, a cada semana, além da criação de vínculos afetivos houveram também evoluções no avanço motor, cognitivo e de comunicação dos mesmos. É notório que as aulas de hidroginástica e natação infantil da Escolinha trouxeram mais alegria, vontade de viver e qualidade de vida para os alunos e nós como profissionais da Educação Física somos os principais responsáveis por proporcionar cada uma dessas vivências, visando também que o projeto atua como um voluntariado às pessoas das comunidades circunvizinhas da UEPB.

**Palavras-Chave:** Distúrbio neurológico; Atividades Aquáticas; Educação Física.

#### ABSTRACT

Neurological disorders are nothing more than something being abnormal in the brain, nervous system or muscle cells, considering that many people today are affected by some type of nervous disorder, it is worth highlighting the gradual increase in the presence of disorders mental disorders, such as depression, intellectual disability, developmental disorders such as autism, among other things. The objective of this work was to report my experience as a volunteer but later as a leader and scholarship holder of Aquatic Activities (water aerobics and children's swimming) at the Pedagogical Laboratory: Health, Sport and Leisure – LPSEL, popularly known as Escolinha do DEF, which is located in the city of Campina Grande – PB and works for the Department of Physical Education at Uepb. Classes take place every Tuesday and Thursday, from 7:30 am to 9:30 am, with 60 minutes of each modality. Within the project there are several student profiles

that vary from typical and atypical children to adults and the elderly, therefore, classes need to be adapted according to the motivation and limitations of each student, especially when dealing with students with a neurological disorder. My experience in the project showed me significant improvements in the condition of some students from the practice of aquatic activities where I could see that, each week, in addition to the creation of emotional bonds with the students, there were also improvements in motor, cognitive and communication progress of the same. It is clear that Escolinha's water aerobics and children's swimming classes brought more joy, desire to live and quality of life to the students and we, as Physical Education professionals, are mainly responsible for providing each of these experiences, also bearing in mind that the The project acts as a volunteer service for people from the communities surrounding UEPB.

**Keywords:** Neurological disorder; Water Activities; Physical Education

## 1 INTRODUÇÃO

Este trabalho trata-se de um Relato de Experiência elaborado a partir das ações voluntárias e inclusivas do Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer (LP-SEL) sob a organização e desenvolvimento do Departamento de Educação Física do curso de Educação Física na modalidade presencial da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, Campus I, Campina Grande - PB.

O projeto LP-SEL popularmente conhecido como Escolinha do DEF desde a sua criação sempre teve como objetivo primordial acolher e incentivar as pessoas que viviam nas comunidades circunvizinhas da UEPB a participarem de atividades voltadas ao exercício físico, bem-estar e hábitos de vida saudáveis, dentre essas atividades se enquadram dança, futsal, ginásticas, natação infantil, hidrogenástica, lutas, atletismo, etc. O intuito inicial do projeto seria ocupar o tempo ocioso dessas pessoas, dando-lhes oportunidade de participarem das atividades propostas, porém, a cada semestre que se passa percebe-se que a Escolinha vai muito mais além do que um simples projeto, mas sim um lugar de conforto e cura, onde criam-se laços de amigos e familiares. O programa também tem trabalhos voltados para a inserção da pessoa com deficiência e pessoas com distúrbios neurológicos, como Transtorno do Espectro Autista, Síndrome de Williams, depressão, ansiedade, entre outros. Além disso, a Escolinha passa a experiência de estágios para os alunos do curso, trazendo a vivência que talvez não se tenha fora do projeto, tendo em vista que se trata diretamente com pessoas que vivem em fatores de risco.

De acordo com o Instituto Pensi, os distúrbios neurológicos são decorrentes de alguma anormalidade no funcionamento do cérebro, no sistema nervoso ou nas células musculares. Dentre os principais elencados, pode-se citar os transtornos do neurodesenvolvimento e transtornos psíquicos, como por exemplo o TEA (Transtorno do Espectro Autista), a Síndrome de Williams e a ansiedade, depressão, respectivamente.

Atualmente alguns dados epidemiológicos sugerem que distúrbios neurológicos, mais precisamente os transtornos mentais, sofreram um aumento de 25% dos casos após a pandemia, o que pode explicar esse aumento foi o estresse sem precedentes causado pelo isolamento social (OPAS, 2022).

Na nossa modalidade do projeto, os alunos que deram entrada nas inscrições com comorbidades já possuíam um tipo de laudo que comprovasse seus respectivos diagnósticos, como algum distúrbio neurológico, por exemplo. Com isso, foi observado uma melhoria significativa a partir da prática de atividades físicas, mais precisamente as atividades aquáticas, no quadro dos mesmos. Desenvolvendo atividades práticas e socioeducativas a partir da hidroginástica e natação infantil, que envolvam o físico, psíquico e social, os alunos do departamento que se voluntariam para participar dessa extensão, conseguem facilitar a integração destas pessoas ao meio social, visando promover a melhoria na qualidade de vida.

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1 Distúrbios do neurodesenvolvimento**

O termo em si “neurodesenvolvimento” é uma denominação mais adequada para os distúrbios do desenvolvimento (SULKES, 2022).

De acordo com historiadores, o neurodesenvolvimento é um processo caracterizado pelo domínio progressivo de habilidades motoras, cognitivas e psicossociais, das mais primárias às mais refinadas. Ele se inicia no período gestacional, sendo impactado por fatores genéticos, biológicos, ambientais ou socioculturais e que podem interferir com a aplicação de habilidades ou conjuntos de ações específicas. Esses distúrbios podem variar de leve, moderado e grave, e de acordo com o seu grau o tratamento deve ser feito de forma personalizada a cada quadro.

O processo envolve o sistema nervoso, composto por diferentes órgãos espalhados pelo corpo humano, sendo o mais importante o cérebro. A função dele, basicamente, é captar, interpretar e transmitir estímulos sensoriais por todo o organismo.

Os transtornos de neurodesenvolvimento são condições de déficit no desenvolvimento que trazem prejuízos no funcionamento pessoal, social, acadêmico ou profissional, conforme a 5ª edição do Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), desenvolvido pela Associação Americana de Psiquiatria (APA).

Os distúrbios incluem o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, Transtornos do Espectro Autista, dificuldades de aprendizagem como dislexia e deficiências em outras áreas acadêmicas, deficiência intelectual e Síndrome de Rett.

Geralmente, os transtornos de neurodesenvolvimento se manifestam antes da criança ingressar na escola. Eles variam de limitações muito específicas na aprendizagem a dificuldades significativas nas habilidades sociais.

### **2.2 Distúrbios psíquicos**

Segundo a OPAS (Organização Pan-Americana de Saúde), são vários os transtornos mentais existentes e que se apresentam de formas distintas. Geralmente, são apresentados como combinações da maneira de pensar e agir que interferem no processo de socialização do indivíduo.



Entre os distúrbios psíquicos, se encaixam a depressão, transtorno afetivo bipolar, esquizofrenia e outras psicoses.

Nos idosos, os distúrbios psíquicos de maior incidência são as síndromes depressivas e demências. O tipo de neurose mais encontrada é a depressão, inclusive atualmente ela se denomina como “o resfriado comum da enfermidade mental” (CARVALHO, 2002).

A atividade física é sempre recomendada como estratégia alternativa na prevenção e no tratamento desses distúrbios como forma de aliviar os sintomas causados por eles, por isso, torna-se essencial o acesso aos cuidados primários de saúde e serviços sociais que podem proporcionar projetos com objetivos benéficos voltados à saúde e bem-estar do indivíduo.

Os determinantes que definem a saúde mental e seus transtornos incluem não somente características individuais, mas também a capacidade de administrar o pensamento, o tempo, a socialização, a vontade de viver, padrão de vida, entre outros. Além de fatores como o estresse excessivo, a genética, a exposição a riscos ambientais e situações como a pandemia, por exemplo, que podem interferir na saúde mental de qualquer indivíduo que está exposto e suscetível a adquirir algum distúrbio e isso independe de faixa etária ou gênero.

Devido a precariedade de programas que cedam espaços sociais para auxiliar no tratamento e prevenção desses distúrbios, os índices estão cada vez maiores em todo o mundo, pesquisas mostram que em países de baixa e média renda, entre 76% e 85% das pessoas com transtornos mentais não recebem tratamento. Em países de alta renda, entre 35% e 50% das pessoas com transtornos mentais estão na mesma situação (OPAS, 2022).

Pessoas com distúrbios psíquicos precisam de apoio e cuidados especiais e principalmente aqueles que não tem condições financeiras de tratamentos ou convênios particulares, com isso, enaltece-se a importância da inserção de programas sociais e educativos que propaguem a ressocialização e incentivo de tratamentos incluindo a atividade física que também é de suma importância para permitir a vivência de maneira leve dentro da sociedade prezando sua qualidade de vida.

### **3 METODOLOGIA**

O estudo trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa, descritiva, de cunho crítico reflexivo, guiada em referências bibliográficas e na minha experiência como inicialmente voluntária e posteriormente líder e bolsista no projeto da Escolinha descrito como Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer (LP-SEL) sob a organização e desenvolvimento do Departamento de Educação Física do curso de Educação Física na modalidade presencial da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, Campus I, Campina Grande - PB. Por ser um relato de experiência, todos os dados se deram estritamente por observação e ação direta através da promoção de aulas de hidroginástica para adultos e idosos e natação infantil para crianças com idade a partir de 7 anos.

Inicialmente o meu contato com o projeto foi de voluntariado a partir do primeiro período em 2019.1, porém, com o decorrer do tempo precisei me ausentar das atividades durante 2 períodos, retornando o contato em 2020.2. Já em abril de 2022 me tornei líder na modalidade, no qual atuo até os dias atuais. As aulas têm duração máxima de 60 minutos, podendo sofrer alteração de acordo com o clima, em dias mais frios, diminuimos o tempo de aula para 40 minutos, e ocorrem toda terça e quinta, das 07h30 às 09h30, dessa forma cerca de 25 adultos e idosos são alunos das aulas de hidroginástica e 23 crianças são alunos da natação infantil, com a supervisão de um líder que é o bolsista (eu) e seus voluntários, todos estudantes de Educação Física em bacharelado da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB.

#### **4 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Dentro do projeto da Escolinha, se elencam as atividades aquáticas. Tanto a hidroginástica, quanto a natação infantil desde o meu ingresso como voluntária e posteriormente como líder, vem se mostrando benéfico para a saúde das pessoas em diversas formas, mas principalmente para a saúde mental. A cada ano surgem mais e mais relatos de pessoas que descobrem ou desenvolvem algum tipo de distúrbio neurológico e muitas vezes não sabem da importância da atividade física no tratamento deles.

Incluídos no projeto de natação infantil e na hidroginástica, temos dois (02) casos de autismo, um (01) caso de síndrome de Williams sendo crianças da natação, e em 2022 tivemos um (01) caso de depressão, sendo um idoso da hidroginástica. O desenvolvimento motor e social dessas pessoas aumentou relativamente aula após aula, pois utilizamos métodos que inserem pessoas atípicas na aula de maneira inclusiva, o que mostra a evolução dos demais. Levando em consideração um fator muito importante e que deve ser enaltecido neste artigo, particularmente falando do ponto de vista pessoal da autora, é que um dos alunos é um familiar da autora, e o mesmo foi avaliado desde o seu primeiro dia de aula até as aulas atuais com uma melhora significativa em seu quadro desde então. O aluno não socializava, estava aos poucos perdendo a memória e desenvolvendo outros demais distúrbios como bipolaridade, ansiedade e princípio de esquizofrenia desde o início da pandemia, fator principal que causou estes distúrbios nele. Então, foi-se percebendo que aos poucos o aluno já não falava, não se alimentava, não tomava banho e só fazia dormir o tempo inteiro, o tempo ocioso e a falta de interação social devido a pandemia, o deixou bastante confuso com o cotidiano, o que começou a causar perda de memória também. Após dar início nas aulas de hidroginástica portadas pela Escolinha do DEF, pude perceber a evolução que ele teve em apenas um (01) mês e meio de aulas, como se alimentar, memória, socialização e até mesmo a reorganização do seu sono, mas que ainda estava em processo de melhora. Não posso dizer que o aluno voltou 100% a ser o que ele era antes, pois talvez isso nunca mais aconteça devido ao estágio que ele ficou quando descobriu esses distúrbios, mas aos poucos ele ta se reencontrando com o que ele era e se transformando em uma pessoa que tem vontade de viver novamente, algo que ele já havia desistido há um certo tempo. Alguém que já não tinha mais alegria nem vontade de viver, hoje tem alegria e anseia todos os dias pelas aulas de hidroginástica. Não só ele, como todos os outros casos e particularidades das pessoas que participam dessa modalidade, são relatos que valem a pena serem vistos pois todos são de superações devido às atividades físicas, o que enfatiza ainda mais a importância dessa prática desde a juventude.

As atividades aquáticas ofertadas pelo programa de extensão da UEPB (campus I), da Escolinha são natação infantil e hidroginástica para adultos e idosos, realizadas na piscina do EAD, por trás da Central de Aulas (CIAC) na UEPB, por ser uma piscina mais pedagógica e acessível, contudo em alguns momentos quando se faz necessário realiza-se às aulas na piscina do Departamento de Educação Física, porém devido a sua profundidade não é tão viável atualmente para sua utilização, dificultando o processo de adaptação e aprendizagem dos alunos, mas isso não torna o processo insatisfatório, pois existe o total auxílio dos professores. A escolinha oferece materiais necessários para a realização das aulas, como pranchas, flutuadores e cinturões, o que traz eficácia na hora de fazer os exercícios. As aulas têm duração de 60 minutos e ocorrem semanalmente toda terça e quinta, sendo das 07h30 AM até 08h30 AM voltado para a hidroginástica. E das 08h30 AM até 09h30 AM voltado para a natação infantil.

Normalmente, no início de cada período a líder (autora) se dispõe a dar as primeiras três (03) aulas para que o público, principalmente as crianças, se habituem com os comandos, após isso, cada voluntário tem a oportunidade de planejar e dar uma aula até tornarmos isso um ciclo, tendo em vista que é importante manter uma certa constância, não trazendo as aulas de maneira rotineira, mas sim proveitosa e dinâmica. Assim, têm se observado as melhoras nos quadros de distúrbios neurológicos apresentados inicialmente neste trabalho.

Geralmente, pesquisamos e estudamos exercícios que englobam um setor de fatores nos quais trazem mais benefícios para a evolução dos nossos alunos, principalmente os que se fazem com presença de algum distúrbio, atividades trabalhadas em grupos, também ajudam no processo de socialização e evolução dos alunos como um todo, assim como a ludicidade em aulas para/com datas comemorativas.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

No projeto de Atividades Aquáticas do horário da manhã, se fizeram presentes de 4 a 12 voluntários e 1 líder, treinados e capacitados para lidar com quaisquer situações decorrentes que pudessem vir a acontecer, sob supervisão da Professora Anny Sionara. Na turma do primeiro horário, que se tratava da hidroginástica, participaram cerca de 25 pessoas e na turma do segundo horário, que se tratava da natação infantil, participaram cerca de 23 crianças. Dentre elas, como foi dito anteriormente, duas (02) eram crianças portadoras de autismo e uma (01) com síndrome de Williams, uma (01), adulto, que possui depressão e entre outros distúrbios, mas que não está mais presente no projeto hoje em dia. Os alunos evoluíram, de maneira geral, observados de forma crítica por nós colaboradores, em cerca de 60% desde o início das aulas. Isso mostrou a importância social da prática de atividades físicas, não só como as aquáticas, mas sim como um todo, na vida da comunidade que nos cerca. Na hidroginástica, de acordo com o relato de alguns alunos, foi visto pelos mesmos uma melhora significativa na qualidade de vida, na socialização e nas suas comorbidades. O manejo das aulas por ser feito de uma forma acessível, facilitou a prática fora do nosso ambiente também, levando a prática para a vida desses alunos, isso vai desde os alongamentos até os exercícios praticados dentro da piscina. Já na natação infantil, foi perceptível, principalmente nos alunos atípicos, a evolução na socialização, no medo e na prática com uma melhora significativa até mesmo na coordenação motora ao desenvolver os exercícios, isso sendo bastante válido aos demais alunos também. O que aprendemos com esse projeto é a nos tornar profissionais

de educação física melhor a cada dia, olhar com empatia às necessidades individuais dos alunos e sempre estudar sobre seus casos antes da prática, aprendemos a ensinar e ajudar os demais estudantes a se tornarem profissionais de verdade, empáticos e respeitosos pois a gratidão no olhar de cada aluno pela simples forma que você o tratou fez todo o processo valer a pena.

## REFERÊNCIAS

CARVALHO, Valdecir de Fátima Cardozo; FERNANDEZ, Maria Elida Davila. Depressão no idoso / Aged depression: In. Netto, Matheus Papaléo. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada.. **LILACS**, São Paulo, Atheneu, p. 160-173, 2002. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-342991>. Acesso em: 7 out. 2023.

OPAS. OMS. **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo** [S. l.], 2 mar. 2022. TÓPICOS, p. 1-1. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=Uma%20das%20principais%20explica%C3%A7%C3%B5es%20para,e%20envolvimento%20em%20suas%20comunidades>. Acesso em: 7 out. 2023.

OPAS. OMS. Transtornos mentais. **Transtornos mentais**, [S. l.], 15 mar. 2021. TÓPICOS, p. 1-1. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/transtornos-mentais#:~:text=Entre%20os%20transtornos%20mentais%2C%20est%C3%A3o,de%20desenvolvimento%2C%20incluindo%20o%20autismo>. Acesso em: 7 out. 2023.  
SILVA, Alanna Severino Duarte; DE LIMA, Alisson Padilha. Os benefícios da reabilitação aquática para grupos especiais. **Reabilitação Aquática**, [s. l.], setembro 2011. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd160/os-beneficios-da-reabilitacao-aquatica.htm>. Acesso em: 7 out. 2023.

SULKES , Stephen Brian. Definição de distúrbios do desenvolvimento. **MD, Golisano Children's Hospital at Strong**, [S. l.], p. 1-1, 14 fev. 2022. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/problemas-de-sa%C3%BAde-infantil/dist%C3%BArbios-de-aprendizagem-e-do-desenvolvimento/defini%C3%A7%C3%A3o-de-dist%C3%BArbios-do-desenvolvimento>. Acesso em: 7 out. 2023.

## AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, a Deus, que fez com que meus objetivos fossem alcançados e por me fortalecer ano após ano, mesmo com outra graduação em andamento e uma gestação no final do curso não ter me deixado desistir.

A minha família, que sempre me incentivou e acreditou em mim, que sempre deu prioridade aos estudos dentro de casa e me mostrou diariamente com exemplos a importância dos estudos.

Aos meus amigos de curso, que tornaram essa trajetória mais alegre e leve, por muitos terem se tornado uma família de verdade, sou muito grata por tudo e tanto principalmente por mim e por meu filho.

Aos professores, pelas correções e ensinamentos que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional ao longo do curso, pelos conselhos, ajuda e paciência com a qual guiaram meu aprendizado.

Aos meus alunos da Escolinha, que me mostram o porquê de a educação física ter sido minha primeira escolha, que me ensinam tanto quanto aprendem, por cada dia me tornar uma profissional melhor.

Ao meu filho, por ter me feito forte no meio desse processo, por ser minha maior motivação em continuar até aqui e ver que ainda tenho muito mais pela frente, tudo sempre foi e sempre será por ele, mamãe ainda vai te dar muito orgulho Luan Gabriel.

---

Por fim, de maneira geral, agradeço a todos aqueles que contribuíram, de alguma forma, para a realização deste sonho.





