



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS
CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

VILENIA DE SOUZA PORTO ARAÚJO

OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS

**CAMPINA GRANDE-PB
2017**

VILENIA DE SOUZA PORTO ARAÚJO

OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS

Trabalho de Conclusão de Curso, sobre forma de artigo, apresentado ao Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Andrei Guilherme Lopes.

**CAMPINA GRANDE-PB
2017**

É expressamente proibida 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 da dissertação.

A659b Araújo, Vilenia de Souza Porto.
Os benefícios da natação para bebês [manuscrito] / Vilenia de Souza Porto Araújo. - 2017.
21 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2017.

"Orientação: Prof. Dr. Andrei Guilherme Lopes, Departamento de Educação Física".

1. Natação. 2. Bebês - Natação. 3. Desenvolvimento motor.
4. Desenvolvimento psicomotor. I. Título.

21. ed. CDD 797.21

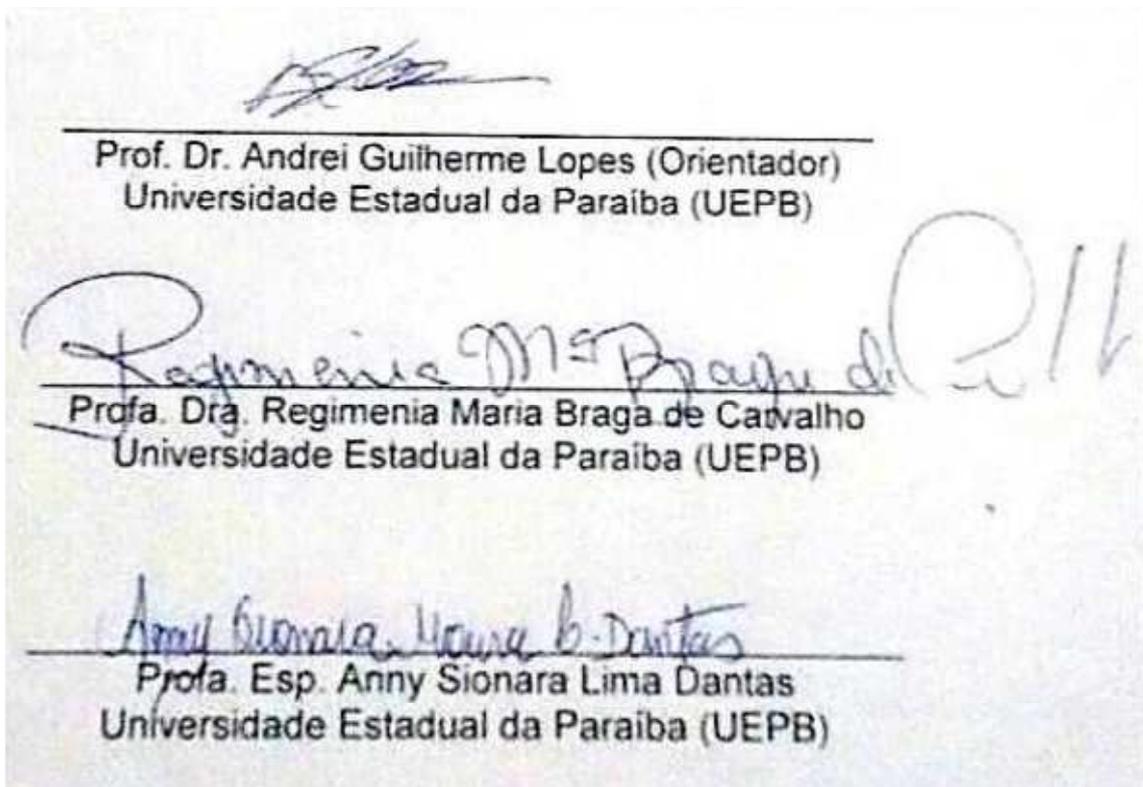
VILENIA DE SOUZA PORTO ARAÚJO

OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS

Trabalho de Conclusão de Curso, modalidade artigo, apresentado ao Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Aprovada em: 18/08/2017

BANCA EXAMINADORA



AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus que me permitiu que esse momento fosse vivido por mim depois de tantas dificuldades.

Aos meus pais, pelo incentivo e apoio incondicional, a meu pai que foi um exemplo, e me ensinou que estudar vale a pena, a minha mãe que ajudou nas horas difíceis ficando com minhas filhas e me apoiando sempre.

Aos meus irmãos que me incentivaram de todas as formas possíveis a não desistir e entender que eu era capaz, mesmo depois de tanto tempo sem estudar.

Às minhas filhas que me ajudaram muito entendendo a minha ausência em alguns momentos e me apoiando sempre.

Às minhas amigas Jessica, Lenilda, Mikaeli e Cristina fizeram parte da minha formação e vão continuar presentes em minha vida.

À Adney um grande amigo que me incentivou muito com seus puxões de orelhas necessários para a continuidade desse trabalho.

Ao prof.Dr. Andrei excelente profissional no qual me espelho, pela orientação e confiança, principalmente por toda paciência que teve comigo.

À banca examinadora pela ajuda não só nesse momento, mas em todo o percurso do curso. Foram pessoas muito especiais!

À UEPB pelo contato com vários profissionais de grande capacidade que me transmitiram conhecimento.

E aos demais que me ajudaram de alguma forma.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	05
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	06
2.1 Natação	07
2.2 Desenvolvimento motor	07
2.3 Desenvolvimento psicomotor	09
2.4 A Natação para bebês e seus benefícios	10
3 METODOLOGIA	12
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
5 CONCLUSÃO	15
REFERÊNCIAS	17

OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS

ARAÚJO, Vilenia de Souza Porto.¹

RESUMO

A natação é uma atividade física de grande importância para o desenvolvimento do bebê, porque o meio aquático oferece grandes oportunidades para o mesmo explorar o ambiente de forma prazerosa. Com o objetivo de investigar a importância da natação para bebês e sua possível influência no desenvolvimento motor, psicomotor e socioafetivo nos seus primeiros anos de vida, realizou-se uma revisão da literatura sobre o tema, selecionando artigos originais mais relevantes. Trata-se de uma revisão integrativa desenvolvida sob enfoque metodológico da pesquisa do tipo descritiva com abordagem qualitativa. A amostra foi constituída por 10 artigos originais, cuja busca foi realizada em periódicos de Educação Física e banco de dados como Scielo, Lilacs e Google Acadêmico. Para a inclusão dos artigos, foram consideradas as características gerais dos estudos, a prevalência de pesquisa de campo sobre os benefícios da natação para os bebês, tendo como descritores: natação, natação para bebês, desenvolvimento motor, psicomotores. Concluiu-se que os estímulos aquáticos contribuem para o desenvolvimento motor da criança, todavia, o professor deve estar preparado para programar e realizar atividades adequadas ao estágio de maturidade física e psíquica dos bebês, respeitando a necessidade e o limite de cada um.

Palavras-Chave: Natação. Bebês. Desenvolvimento motor. Desenvolvimento psicomotor.

1 INTRODUÇÃO

Geralmente os pais matriculam seus filhos na natação como forma de proteção, mas eles não sabem que além de proporcionar maior segurança contra afogamentos, a natação para bebês tem inúmeras vantagens, dentre os quais benefícios ao desenvolvimento motor, psicomotor e socioafetivo.

A quantidade de experiências vivenciadas tem uma enorme influência no desenvolvimento da criança. Como mostra os estudos, o desenvolvimento humano acontece de forma integrada envolvendo os aspectos afetivos, cognitivos, sociais e motores (SILVA et.al., 2009). Além disso, o bebê passa a ter noções de tempo e espaço, pois será capacitado neurologicamente e psicologicamente para o auto

¹ Aluno de Licenciatura Plena em Educação Física na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.
Email: aluno@email.com.br

salvamento, o que aumentará sua resistência muscular e cardiorrespiratório, como também ajuda a tranquilizar o sono, melhorar a memória, melhorar o apetite e, ainda prevenir algumas doenças respiratórias (RAIOL; RAIOL, 2010).

De acordo com Fonseca (1995) essas vantagens ocorrem nos primeiros anos de vida, onde a criança passa por um maior processo de desenvolvimento e maturação, 90% de seu cérebro esta sendo preparado para o futuro e na aula de natação esses desenvolvimentos podem ser estimulados e auxiliados com maior facilidade, pois o bebê já é adaptado ao meio líquido desde a gestação, então o contato com a água favorece e ajuda de forma prazerosa novas descobertas para o bebê.

Estudos revelam que todo bebê possuem um atrativo natural pela água e mostram que o meio aquático possa criar oportunidades para crianças explorar o ambiente e com isso desenvolver habilidades motoras, cognitivas, afetiva e social (MATOS, 2009).

Tendo em vista, as reflexões na construção desta pesquisa, tem-se por objetivo central investigar a importância da prática da natação para bebês e sua possível influência no desenvolvimento motor, psicomotor e sócio afetivo nos seus primeiros anos de vida. Outros propósitos são: 1. Sistematizar os conceitos teóricos da natação e do desenvolvimento motor e psicomotor; 2. Apresentar estudos de caso que evidenciam os benefícios da natação para bebês; 3. Verificar os benefícios da natação para bebês.

A partir disso, esse artigo está estruturado da seguinte forma: primeiro, trataremos das concepções de natação e desenvolvimento motor e psicomotor, em segundo lugar, abordaremos a metodologia utilizada na pesquisa e os artigos selecionados na revisão integrativa, em terceiro, a apresentação e discussão dos resultados da pesquisa. Algumas considerações sobre a pesquisa encerram o trabalho.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

As atividades aquáticas são descritas como auxiliar no estímulo ao desenvolvimento, principalmente, de crianças e adolescentes, porque se considera que estes exercícios levam a conscientização e conhecimento do corpo. Além disso,

os especialistas apontam que as atividades realizadas na água são mais estimulantes e agradáveis (GOMES, 2016).

A literatura referencia que os estímulos aquáticos podem trazer melhoras na formação dos bebês já nos seus primeiros meses de vida. Dentre as atividades aquáticas, destaca-se a natação, modalidade que pode ser praticada por todas as faixas etárias e, respeitando-se as necessidades e peculiaridades de indivíduo e a faixa etária. No caso dos bebês, a natação auxilia no seu desenvolvimento motor e estimula o desenvolvimento.

2.1 Natação

Desde a pré-história, o homem já nadava, seja devido as suas necessidades de sobrevivência, recolher alimentos ou em fuga de predadores, lançando-se no meio líquido e nele deslocando-se (ABRANTES et al., 2006). Na Idade Média o interesse pela natação diminui em grande parte, devido, ao pouco atendimento que se mostra a tudo o relacionado com o corpo humano. Só nos países do norte de Europa se vê como uma atividade benéfica (BERTOLETI JUNIOR, 2015).

A prática da natação volta a ressurgir no Renascimento do período de obscurantismo ao que esteve submetida durante a Idade Média, e se a considera como uma matéria idônea dentro das atividades físicas. Assim surgem os primeiros escritos referentes à natação, como é o livro do alemão Nicholas Wymman. A natação atinge seu maior auge no século XIX, na Inglaterra (SAAVEDRA, ESCALANTE E RODRÍGUEZ, 2003).

No ano 1828 se constrói em Londres a primeira piscina coberta, e no ano 1837 se leva a cabo a primeira competição organizada. Em 1874 surgiu a primeira federação de clubes que leva por nome "*Association Metropolitan Swimming Club*", que redige o primeiro regulamento de natação, dando-se a possibilidade de estabelecer recorde do mundo (SAAVEDRA, ESCALANTE E RODRÍGUEZ, 2003).

Em 1987, a natação começou a ser praticada no Brasil, a partir de quatro clubes do Rio de Janeiro (Botafogo, Gragoatá, Icaraíe Flamengo), uns dos fatos importantes da natação brasileira foram à realização do primeiro campeonato brasileiro em 1898; a inclusão das mulheres em competição em 1935; e em 1984^a conquista de recordes mundiais por brasileiros (SANTOS, SOUSA, 2010).

A natação é considerada como o maior brinquedo da terra, considerando-a uma forma de prazer para qualquer idade, tendo uma visão mais holística. (VELASCO, 1994). Já para Damasceno (1997) é uma atividade física utilizando a locomoção na água que engloba finalidades como competição, terapia e lazer. De acordo com Counsilman (1984) a natação funciona desde 1963, como saúde e atividade física, lazer, meio de segurança e a satisfação em dominar uma habilidade.

2.2 Desenvolvimento motor

O desenvolvimento motor é um processo sequencial e continuado que ocorre no organismo humano em sua jornada desde a sua concepção até a maturidade. E depois a morte, onde um indivíduo progride de um movimento simples até o ponto de realizar habilidades complexas e organizadas (GALLAHUE, OZMUN, 2005). Ainda assim, o desenvolvimento motor ocorre em fases: a fase dos movimentos reflexivos - que são involuntários a ocorre no período fetal - movimentos rudimentares - que inicia se no nascimento até aproximadamente dois anos (HAYWOOD, GETCHEL, 2004; PAYNE, ISAACS, 2008).

Tani (2005) afirma que o repertório motor de cada ser humano é adquirido durante toda sua vida e serão construídos por experiências vividas em sua infância, onde os movimentos são aprendidos e estimulados podendo ser treinados e aprimorados. Sendo assim, a aprendizagem motora estuda o processo e o mecanismo envolvido na obtenção de habilidades motoras e de fatores que influenciam a pessoa se tornar eficiente na execução do movimento com a prática e experiência.

O desenvolvimento motor é, portanto, o resultado da interação entre os aspectos individuais - hereditariedade, a biologia, a natureza, e os fatores intrínsecos do ser - as condições do ambiente - experiência, aprendizado, encorajamento e fatores intrínsecos - e as necessidades de tarefas - fatores físicos e mecânicos. O desenvolvimento motor depende das ações vividas pela criança na interação dela com o ambiente (COSTA, 2009).

Então, quando o bebê é observado na sua iniciação por um professor bem capacitado, eles serão capazes de realizarem os movimentos natatórios através de exercícios que busquem facilitar o desenvolvimento de órgãos sensoriais das crianças, como a visão, tato, olfato e audição (SARMENTO & MONTENEGRO,

1992). Contudo, a caracterização do desenvolvimento motor de bebês praticantes de atividades aquáticas envolve diversas áreas como: motricidade global, motricidade fina, linguagem, área cognitiva e autonomia social. Os pais têm grandes influências no desenvolvimento dessas áreas motoras do bebê, podendo favorecer ou prejudicar esse desenvolvimento (MARTINS et. al, 2006).

2.3 Desenvolvimento psicomotor

A psicomotricidade estuda o homem tendo como fonte o estudo do corpo e sua expressão dinâmica a partir de seus movimentos. Além disso, a psicomotricidade se dá a partir da junção do movimento, corpo, relação. Mediante essa colocação, o ato de se movimentar é de suma importância desde o nascimento. Pois é nessa fase que a criança vai passar a educar seus movimentos e junto trabalhar o seu desenvolvimento intelectual visando seu desenvolvimento psicomotor (OTONI, 2007).

Não obstante, existem vários estímulos psicomotores no meio aquático, tais como: a capacidade de desenvolver habilidades motoras através do lúdico; proporcionar os deslocamentos através da motivação na água, a excitação da coordenação fina e grossa através de materiais específicos, estimulação dos cinco sentidos, estimulação do equilíbrio; desenvolver noção espacial e lateralidade estímulos aos movimentos espontâneos e a elevação dos movimentos sensório motor e inteligência (BARBOSA, 1999).

Por isso, o equilíbrio, a lateralidade, o espaço e o tempo são componentes que devem ser bem trabalhados para que o bebê consiga realizar os exercícios básicos da natação como o sair e entrar da piscina, respirar, emergir, flutua, saltar (BURKHARDT, ESCOBAR 1985).

Para Barreto (2000), a importância do desenvolvimento psicomotor reside na prevenção de problemas da aprendizagem e na reeducação do tônus, da postura, da direcionalidade, da lateralidade e do ritmo. Por isso, a educação da criança deve evidenciar a relação através do movimento de seu próprio corpo, levando em consideração sua idade, a cultura corporal e os seus interesses. No entanto, essa abordagem constitui o interesse da educação psicomotora, que para ser trabalhada, necessita que sejam utilizadas as funções motoras, cognitivas, perceptivas, afetivas e sociomotoras.

2.4 A natação para bebês e seus benefícios

Vivemos em uma sociedade onde o ritmo de vida é muito acelerado e os pais saem pra trabalharem muito cedo e às vezes volta só a noite, assim com as aulas de natação há uma maior interação no convívio entre pais e filhos, em que eles aproveitam aquele momento para poder dar mais atenção, carinho, amor e afeto ao filho e também tem o convívio com outros bebês e adultos (BARBOSA, 1999).

Segundo Carvalho (2015), as aulas para bebês devem ter duração de 30 a 45 minutos, pelo fato da sua capacidade de atenção ser menor, fazendo com que atividades com grande tempo de duração se torne cansativa.

Para Raiol e Raiol (2010) as aulas de natação para bebês devem ser feitas juntos com os pais até os três anos de idades, esse contato é de extrema importância para o desenvolvimento socioafetivo, pois essa aproximação entre o bebê seus familiares e professores, torna o ambiente desconhecido em um ambiente prazeroso.

Dessa forma, a natação não deve ser unicamente a criança chegar e torna-se um bom nadador, mas sim, construir experiências que por meio de suas vivências que proporcione uma educação integral, tornando-se imprescindível como modalidade esportiva para o desenvolvimento, quanto mais cedo melhor para a criança, pois é mais fácil aprender (LIMA, 1999).

Ainda, segundo Raio e Raiol (2010), a natação para bebês é umas das atividades mais indicadas, pois de forma recreativa e lúdica e, sem compromissos com técnicas, trás benefícios que englobam tanto aspectos físicos, quanto orgânicos, psicossociais, e terapêuticos. Além disso, essa modalidade tem efeitos positivos com relação à autoestima.

No que de respeito ao desenvolvimento psicomotor, a natação tem uma participação decisiva na construção do esquema corporal e no seu papel integrador no processo de maturação. Sem dúvida alguma, a natação infantil é o primeiro e mais eficaz instrumento da educação física como elemento para iniciação da criança na aprendizagem organizada (DAMASCENO 1997). A natação proporciona ao bebê competências motoras na água que podem beneficiar o seu desenvolvimento integral e auxiliar na segurança evitando acidentes mais graves (FAGUNDES, 2011).

De acordo com Zulietti e Souza (2002), a natação é considerada um pré estímulo motor, porque a criança antes de desloca-se fora da água, já consegue

dentro da água, pois fica mais leve conseguindo executar movimentos que as vezes não consegue fora. Assim, a criança realiza seus movimentos mediante seu nível de desenvolvimento.

Para Martins et.al (2006), a natação para bebês esta voltada ao aspecto lúdico, proporcionando e facilitando o explorar, o descobrir, o vivenciar, dando condições a criança desenvolver o uso do próprio corpo com autonomia e segurança. Dessa forma, a prática da natação oferece uma infinidade de experiências sensório-perceptiva e motora global que propiciam o desenvolvimento integral.

Além disso, a natação proporciona melhorias, tanto aos aspectos físicos - porque não há impacto nas articulações e tendões, no sistema respiratório e cardiovascular, prevenindo e controlando doenças - como no aspecto social - aumenta os círculos de amizade, é uma atividade motora que contribui de várias formas para o desenvolvimento da criança, fortalece a musculatura, colabora para a aprendizagem da lateralidade, equilíbrio, orientação espacial e coordenação motora. E ainda aumenta a capacidade cardiovascular, o apetite devido o gasto calórico proporcionando um sono mais tranquilo (LIMA, CARDOSO, 2011).

Nessa direção, a inclusão de bebês em atividades aquáticas vem obtendo crescimento considerável em razão de seus efeitos benéficos, pois, além de proporcionar maior segurança no meio líquido, melhora o desenvolvimento motor, a capacidade cardiorrespiratória e todo sistema orgânico (CORRÊA, 2002). As atividades aquáticas podem trazer benefícios inclusive os bebês com distúrbios, melhorando a sua postura, fortalecendo o tônus muscular e ajudando no tratamento no déficit de desenvolvimento neuropsicomotor, neurológico e respiratório (COSTA, 2009).

Portanto, as atividades aquáticas lúdicas para bebês aceleram as capacidades o controle precoce e manutenção da postura em pé, ajudam nas descobertas sensoriais, proporcionam melhorias em nível motor, melhorando também o seu domínio cognitivo, desenvolve a segurança, aumenta o conhecimento e domínio do seu corpo, favorece a comunicação do bebê com o adulto e com as outras crianças (PEREIRA, 2009).

3 METODOLOGIA

Para a realização desta pesquisa, optou-se pelo estudo descritivo, com abordagem qualitativa, na modalidade revisão integrativa. Após a pesquisa e leitura do conteúdo dos artigos, foi realizada uma seleção para que houvesse uma análise comparativa dos resultados obtidos pelos autores e assim, verificar se realmente há influência no desenvolvimento motor e psicomotor dos bebês praticante dessa modalidade.

A coleta dos dados foi realizada nos principais bancos de dados Scielo, Lilacs e Google Acadêmico, bem como em Periódicos Científicos de Educação Física, resultando em um total de 10 artigos científicos, desses sobraram 05 artigos, os quais estão descritos no Quadro 1, que detalharemos adiante. Para isto, foram feitas pesquisas utilizando palavras chaves como: natação, natação para bebês, desenvolvimento motor, psicomotores.

Foram incluídos na pesquisa, portanto, artigos publicados no período de 2011 a 2016, especificamente estudos de caso, que mostram os benefícios da natação para bebês de 0 a 24 meses. Definiram-se como critério de exclusão os trabalhos publicados antes de 2011, publicações em resumo e artigos que não tratem da temática.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca resultou em 10 artigos no total. Após a seleção e leitura prévia, foram selecionados 05. Também foram utilizados 02 livros voltados à área de natação para bebês e desenvolvimento motor e psicomotor.

De acordo com os artigos analisados podemos perceber a importância da natação para os bebês e seu impacto no desenvolvimento motor e psicomotor, no entanto, nota-se que a atividade motora dos bebês é bem ativa, mas ainda desalinhada. Isso pode ser observado na Quadro 1, onde foi relacionado os principais estudos com essa temática.

Quadro 1 – Apresentação das características dos Artigos incluídos na revisão integrativa.

Autores/ano	Assunto	População	Método	Resultado
Mansoldo e Silva (2011)	Parâmetros fisiológicos	Bebês com idade média de 17 meses	Mensuração de variáveis: pressão arterial, temperatura corporal, frequência cardíaca e respiratória.	A Natação para bebês é agradável relaxante e confortável.
Pereira et al (2011)	Desenvolvimento motor de bebês	Bebês de 1 a 18 meses	Alberta Infant Motor Scale	O programa aquático e o tempo de prática influenciaram o desenvolvimento motor dos bebês.
Oliveira et al (2013)	Desenvolvimento e bem-estar em bebês	Bebês 6 a 36 meses	Questionário semiestruturado	A natação promove o bem-estar e favorece no desenvolvimento infantil.
Sousa e Pereira (2013)	Benefícios atividade aquática	Bebês com idade média de 15 meses	Questionário semiestruturado	Bebês apresentam boa qualidade de sono.
Wizer, Valentini, Castro (2015)	Comportamento motor aquático	Bebês até 42 meses	Observação	Cada indivíduo apresenta diferentes respostas motoras.

Fonte: Dados da pesquisa (2017).

A dimensão dos benefícios das atividades aquáticas encontra-se justificada por diversos autores (BUENO, 2014; MURCIA, SIQUEIRA, 2016), sendo a natação mais indicada para a dinamização do potencial psicomotor, contudo o desenvolvimento da capacidade potencial dos bebês depende dos estímulos que receba.

Um dos estudos investigou a percepção dos pais sobre a qualidade do sono dos bebês praticantes de atividade aquática. Neste estudo com lactentes entre 0-24 meses foram avaliadas 14 lactentes. A média de horas de sono noturno foi de 10 horas. Segundo os dados coletados, seis lactentes não apresentam interrupção do sono noturno e das oito crianças que acordam pela noite, 100% necessitam de algum tipo de intervenção dos pais. Concluindo-se, portanto, que os bebês que

praticam atividade aquática precoce apresentam boa qualidade de sono (SOUSA, PEREIRA, 2013).

A pesquisa de Oliveira et al (2013), num estudo com estudo 20 bebês de 06 a 36 meses, ao analisar os benefícios ao bem-estar e ao desenvolvimento infantil através da natação, comenta que há um índice positivo entre os pais quanto ao bem-estar e desenvolvimento das crianças que praticam natação.

Na pesquisa realizada por Mansoldo e Silva (2011), foi verificado se os aspectos relacionados ao metabolismo do bebê são alterados com a prática do exercício físico, a partir da mensuração das seguintes variáveis: pressão arterial, frequência cardíaca e frequência respiratória, assim como a temperatura do bebê. Participaram desse estudo 20 bebês com idade média de 17 meses. Os testes apontaram que: “a pressão arterial aferida em todas as três etapas do experimento não sofreu alterações, fato este que comprova a não interferência da atividade nos parâmetros que envolvem sístole e diástole dos bebês, sugerindo que a Natação para bebês é para eles agradável relaxante e confortável”.

Entretanto, em se tratando de bebês, é preciso que o profissional responsável e os pais estejam atentos, pois é fundamental respeitar os limites de cada criança, observando a faixa etária e desenvolver atividades adequadas a cada fase da vida (SANTANA, 2012). Esta observação também é reforçada por Lima e Cardoso (2011), quando ressaltam que é necessário o conhecimento dos mecanismos psicofisiológicos que sua prática implica e a partir disso, evitar possíveis para os bebês.

Dentre os benefícios associados às atividades aquáticas para bebês, Wizer, Valentini, Castro (2015), por meio de um estudo observacional com 10 crianças, assistiram individualmente durante 45 minutos de aula, os seguintes aspectos: posição do corpo e da cabeça; ação de pernas e braços; sincronização dos movimentos e movimentos respiratórios. Ao final de um período de 12 semanas, identificaram que além da posição do corpo influenciar no desenvolvimento motor, “os aspectos socioafetivos do desenvolvimento interferem sobremaneira na aquisição dessas habilidades”.

Noutro estudo relacionado aos benefícios das atividades aquáticas no desenvolvimento motor de bebês de 6 a 36 meses, os pais entrevistados por Oliveira et al (2013), apontaram que a atividade no meio aquático contribuiu para a melhora do sono dos bebês, na alimentação e, na tranquilidade após as aulas.

Os resultados apresentados sobre os benefícios da natação, especificamente nas pesquisas desenvolvidas por Pereira et al (2011), Oliveira et al (2013) e Sousa e Pereira (2013), sinalizam que esta atividade é benéfica para o crescimento e desenvolvimento das crianças, ressaltaram tanto a importância de persistir realizando atividades aquáticas como também os fatores que contribuem para o desenvolvimento motor.

Estas pesquisas mostram que as questões referentes aos benefícios da natação são estimulantes, em função da relevância desta atividade na faixa etária de 0 a 36 meses, cujos benefícios envolvem o desenvolvimento físico e emocional da criança. Nos trabalhos analisados, em sua maioria, sobressai o desenvolvimento motor e psicomotor para as crianças e os aspectos socioafetivos.

5 CONCLUSÃO

A prática da natação no processo de adaptação ao meio líquido com a orientação de um professor de educação física, nos primeiros anos de vida do bebê, estimula e amplia suas habilidades motoras, cognitivas, afetiva e social.

A natação também auxilia no processo de crescimento das crianças, pois esta atividade promove experiências nas áreas motor, afetiva, cognitiva e social. As pesquisas revelam ainda, que os bebês que prática a natação são beneficiadas na aprendizagem, porque essa atividade estimula a curiosidade do bebê.

Como mostra o estudo, o ambiente aquático proporciona grandes oportunidades para os bebês vivenciarem experiências e sensações diversificadas, deixando-os mais a vontade para explorar o ambiente de forma lúdica, facilitando o descobrir, o vivenciar, o explorar o brinquedo mais colorido, o mais bonito, o q faz mais barulho, as texturas, as formas, as cores, proporcionado o bebê desenvolver o uso do seu próprio corpo com mais segurança trabalhando o equilíbrio a lateralidade e o tornando mais independente, evoluindo seu ritmo e sua personalidade.

Conclui-se, assim, que estímulos aquáticos são importantes para a intervenção motora do bebê, contudo, o professor deve estar capacitado para se adequar, programar e realizar atividades adequadas ao o estagio de maturidade física e psíquica dos bebês, respeitando a necessidade e o limite de cada bebê.

THE BENEFITS OF SWIMMING FOR BABIES

ABSTRACT

Swimming is a physical activity of great importance for the development of the baby, because the aquatic environment offers great opportunities to explore the environment pleasantly. In order to investigate the importance of swimming for infants and their possible influence on motor, psychomotor and socio-affective development in their first years of life, a review of the literature on the subject was carried out, selecting the most relevant original articles. This is an integrative review developed under the methodological approach of the descriptive research with a qualitative approach. The sample consisted of 10 original articles, whose search was carried out in Physical Education journals and database such as Scielo, Lilacs and Google Scholar. For the inclusion of the articles, we considered the general characteristics of the studies, the prevalence of field research on the benefits of swimming for infants, having as descriptors: swimming, swimming for babies, motor development, psychomotor. It was concluded that aquatic stimuli contribute to the motor development of the child, however, the teacher must be prepared to program and perform activities appropriate to the stage of physical and psychological maturity of the babies, respecting the need and the limit of each one.

Keywords: Swimming. Babies. Motor development. Psychomotor development.

REFERÊNCIAS

- ABRANTES, G.M; LUZ, L.M.R; BARRETO, M.M. **Natação paraolímpica**: manual de orientação para professores de educação física. Brasília: Comitê Paraolímpico Brasileiro, 2006. 48p.
- BARBOSA, T. Para uma clarificação dos objectivos dos programas de Natação para Bebés. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Año 4. Nº 15. Buenos Aires, 08/99. Disponível em: <http://efdeportes.com/>. Acesso em: fevereiro de 2017.
- BARRETO, S. J. **Psicomotricidade, educação e reeducação**. 2.ed. Blumenau: Livraria Acadêmica, 2000.
- BERTOLETI JUNIOR, E. **Análise de dois tipos de treinamento de força em natação**. Dissertação de Mestrado em Ciências do Desporto. Universidade De Trás-Os-Montes e Alto Douro. Vila Real-Portugal, 2015. Disponível em: https://repositorio.utad.pt/bitstream/10348/6436/1/msc_ebjunior.pdf. Acesso em: julho de 2017.
- BUENO, J.M. **Psicomotricidade** [livro eletrônico]: teoria e prática da escola á aquática. 1 ed. São Paulo: Cortez, 2014.
- BURKHARDT, R.; ESCOBAR, M. O. **Natação para portadores de deficiências**. Rio de Janeiro: Ao livro técnico S/A, 1985.
- CARVALHO, F.A.B.P.L. **Importância da Natação para Bebés**: Dificuldades e Estratégias. Dissertação de Mestrado em Ciências do Desporto. Universidade De Trás-Os-Montes e Alto Douro. Vila Real-Portugal, 2015. Disponível em: https://repositorio.utad.pt/bitstream/10348/6432/1/msc_fabplcarvalho.pdf. Acesso em: setembro de 2016.
- CORRÊA, C. R. F. **Atividades aquáticas para bebês**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.
- COSTA, P.H.L. **Natação e atividades aquáticas**. São Paulo: Manole, 2009.
- COUNSILMAN, J.E. **A natação**: ciência e técnica. Rio de Janeiro: Ibero-Americana, 1894.

DAMASCENO, L.G. **Natação para bebês**: dos conceitos fundamentais a prática sistematizada. 2. Ed. Rio de Janeiro, 1997.

FAGUNDES, L. A percepção dos professores de natação para bebês sobre a psicomotricidade relacional e funcional no meio líquido. Web artigos. 2011. Disponível em: <http://www.webartigos.com>. Acesso em: setembro de 2016.

FONSECA, V. **Temas de psicomotricidade**. O papel da motricidade na aquisição da linguagem. Cruz Quebrada – Lisboa. Edições F.M.H. – U.T.L., 1995.

GALLAHUE, D. L., OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor**: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

GOMES, R.C.A. **Natação para bebês**: motivos para a realização desta prática corporal segundo os pais e/ou responsáveis. Universidade Federal de Goiás: Goiânia, 2016. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br>. Acesso em: julho de 2017.

HAYWOOD, K. M., GETCHEL, N. **Desenvolvimento motor ao longo da vida**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

LIMA, A.P; CARDOSO, F.B. Os benefícios das atividades aquáticas no desenvolvimento motor de bebês. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, Año 16, Nº 155, Abril de 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em: março de 2017.

LIMA, W. U. **Ensinando Natação**. São Paulo: Phorte, 1999.

MANSOLDO, A.C; SILVA. C.G.S. Estudo de parâmetros fisiológicos dos bebês na natação. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires - Año 16 - Nº 158 - Julio de 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>. Acesso em: julho de 2017.

MARTINS, M., et al. Caracterização do desenvolvimento de crianças (6-36 meses) participantes em aulas de adaptação ao meio aquático para bebês. **Revista Motricidade**, v. 2, n. 2, p. 91-98, 2006.

MATOS, L. A.S. Estudo exploratório da natação para bebês na área do Grande Porto: Condições estruturais, materiais e humanas, objectivos e opções metodológicas. Porto: Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, 2009. Disponível em:

https://sigarra.up.pt/flup/pt/pub_geral.show_file?pi_gdoc_id=2005. Acesso em: setembro de 2016.

MURCIA, J.A.M; SIQUEIRA, L.P.B. **Estimulação aquática para bebês** [recurso eletrônico]: atividades aquáticas para o primeiro ano de vida. 1 ed. São Paulo: Phorte, 2016.

OLIVEIRA, J.R.G., et.al. Desenvolvimento e bem-estar em bebês de 6 a 36 meses através da natação. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, Año 17, N° 176, Enero de 2013. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em: agosto de 2017.

OTONI, B. B. V. **A psicomotricidade na educação infantil**. Publicado em março de 2007. Disponível em: http://www.psicomotricidade.com.br/artigos-psicomotricidade_educacao.htm. Acesso em: setembro de 2016.

PAYNE, G. V; ISAACS, D.L. **Desenvolvimento motor humano**: uma abordagem vitalícia, 6 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

PEREIRA, K. R. G., et al. Influência de atividades aquáticas no desenvolvimento motor de bebês. **R. da Educação Física/UEM Maringá**, v. 22, n. 2, p. 159-168, 2. trim. 2011. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/9644>. Acesso em: agosto de 2017.

PEREIRA, K. **Atividades aquáticas para bebês**. Influência no desenvolvimento motor. Monografia (Conclusão de Curso de Educação Física) Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009. Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/18825/000732927.pdf?...1>. Disponível em: setembro de 2016.

RAIOL, P.A.F.S.; RAIOL, R.A. A importância da prática da natação para bebês. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, Año 15, N° 150, Noviembre de 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em: outubro de 2016.

SAAVEDRA, J. M., ESCALANTE, Y. & RODRÍGUEZ, F. A. La evolución de la natación. **Revista Digital** - Buenos Aires - Año 9 - N° 66, 2003. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em: outubro de 2016.

SANTOS, S; SOUZA, S. P. **Atividades aquáticas**: contribuições para o desenvolvimento psicomotor no início da infância. Data de publicação: 21 de janeiro

de 2010. Disponível em: <https://www.cdof.com.br/natacao11.htm>. Acesso em: outubro de 2016.

SARMENTO, P.; MONTENEGRO, M. **Adaptação ao meio aquático**: Um projeto educativo. Lisboa: 1992.

SILVA, J.O., et.al. Influência da estimulação aquática no desenvolvimento de crianças de 0 a 18 meses: um estudo piloto. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v.16, n.4, p.335-40, out./dez. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/fp/v16n4/09.pdf>. Acesso em: agosto de 2017.

SOUSA, V.L.S; PEREIRA, S.A. Atividade aquática em lactentes: o que ela pode contribuir para a qualidade do sono. **Health Sci Inst.** 2013;31(4):425-8. Disponível em: https://www.unip.br/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2013/04_out-dez/V31_n4_2013_p425-428.pdf. Acesso em: agosto de 2017.

TANI, G. **Comportamento motor**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2005.

VELASCO, C.G. **Habilitações e reabilitações psicomotoras na água**. São Paulo: Harba, 1994.

WIZER, R; FRANKEN, M; CASTRO, F A de S. Concordância intra e interobservador de protocolo de avaliação de habilidades aquática de crianças. **R. bras.Ci. e Mov** 2016;24(1): 101-107. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/5835>. Acesso em: agosto de 2017.

ZULIETTI, L. F; SOUSA, I.L.R. A aprendizagem da natação do nascimento aos 6 anos: fases de desenvolvimento. **Revista educação, UniVap**, v.9, n.17, 2002. Disponível em: http://www.geocities.ws/aquabarra_aabb/Artigos/Adaptacao/Texto_03.pdf. Acesso em: abril de 2017.

