



EFEITO DA ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM DIAGNÓSTICO DE TDAH: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Eloisa Machado (PIBIC/CNPq/FA/Uem), Luciane Cristina Arantes da Costa (Orientador), e-mail: eloisamachado@hotmail.

Universidade Estadual de Maringá / Centro de Ciências Biológicas e da Saúde/Maringá, PR.

Ciências da Saúde/Educação Física

Palavras-chave: TDAH, atividade física, crianças, adolescentes.

Resumo:

Este estudo teve por objetivo investigar o efeito da atividade física em crianças e adolescentes que possuem o diagnóstico de TDAH (Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade) por meio de uma revisão sistemática que buscou seguir as orientações apontadas pelo Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-analyses: The PRISMA Statement. Foram empregadas as palavras-chaves criança - "children", adolescentes - "adolescents", TDHA - "ADHD", atividade física - "physical activity" nas bases de dados Pubmed, Lilacs, Psycinfo e Scielo, obtendo um total de 663 artigos. Os critérios de inclusão das pesquisas para o presente estudo foram manuscritos publicados em língua portuguesa e inglesa, estudos de intervenção, população com crianças e adolescentes de 12 a 18 anos completos, de ambos os sexos, diagnosticadas com TDHA e que realizaram atividade física, e dessa forma, 9 artigos foram selecionados para esta pesquisa. Os resultados apontam que a atividade física é um importante instrumento na contenção dos sintomas provocados pelo TDAH, visto que todos os estudos compilados aqui demonstraram efeito positivo nos participantes das pesquisas.

Introdução

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é comumente conhecido como um padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade-impulsividade (DSM-IV-TR, 2003, p. 112). Nessa visão





hegemônica do transtorno, o tratamento predominante é o uso de cloridrato de metilfenidato, medicamento comercializado como Ritalina¹ e Concerta² aqui no Brasil (BONADIO; MORI, 2013). Tomando por base os fundamentos teóricos da Psicologia Histórico-Cultural, que apresenta que o psiquismo humano se desenvolve nas relações com outros homens, pode-se afirmar que fazer uso de remédios para resolver problemas que não são de ordem orgânico/biológico significa reduzir as problemáticas sócio-políticas a questões individuais. Dessa maneira, para que se alcance medidas resolutivas, além da capacitação de profissionais da área da educação e dos próprios pais a respeito do transtorno, estudos recentes já apontam que a atividade física pode apresentar melhorias nos sintomas apresentados pelos sujeitos diagnosticados com o TDAH. Dessa forma, esse estudo buscou responder a seguinte questão: Qual é o efeito da atividade física em crianças e adolescentes que possuem o diagnóstico de TDAH?

Materiais e métodos

Esta investigação caracterizou-se como uma revisão sistemática, pois possui critérios definidos a priori, garantindo a qualidade dos estudos sintetizados. A revisão buscou seguir as orientações apontadas pelo Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-analyses: The PRISMA Statement (MOHER et al., 2009).

Critérios de elegibilidade

Os artigos foram analisados para verificar se atendiam os critérios de elegibilidade, sendo 9 trabalhos elegíveis (Quadro 1). As avaliações foram feitas de maneira independente e divergências eram discutidas e resolvidas por um terceiro pesquisador.

Estratégia de busca

As buscas foram realizadas até fevereiro de 2016. O critério para escolha das bases de dados foi definido, pelo fato destas possuírem periódicos indexados que publicam temáticas relacionadas à Psicologia e a Educação Física. As bases eletrônicas foram a Pubmed (602 artigos), Lilacs (6 artigos), Psycinfo (3 artigos) e Scielo (52 artigos), sendo o total de 663 artigos. A estratégia de busca incluiu os descritores propostos no Medical Subject Headings (MesSH) relacionados a: criança - "children", adolescentes - "Adolescents", TDHA – "ADHD", atividade física – "physical activity". Além

¹ Laboratório Novartis

² Laboratório Janssen-Cilag





disso, utilizou-se na busca os operadores booleanos “AND” e “OR” para a combinação dos termos.

Resultados e Discussão

O quadro 1 apresenta todos os artigos de caráter interventivo, envolvendo atividade física e o TDAH. Percebe-se no quadro a eficácia da atividade física como amenizador dos sintomas do TDAH, pois nos 09 (nove) estudos compilados os efeitos das intervenções foram considerados positivos, independente da atividade escolhida por cada intervenção.

Quadro 1 – Características dos participantes e da intervenção em estudos com crianças com TDHA.

| Referência (autor, ano) | Periódico | Amostra | | | Tipo e número de intervenções | Efeito |
|---------------------------------|--|---------|---------------------------|---------|--|---|
| | | (n) | (idade) | (sexo) | | |
| 1.Sánchez-López M.et al. (2015) | Trials - v. 16 | 1600 | 4 a 7 anos | ambos | 02 anos (MOVI-Kids) três horas diárias - jogos básicos dos esportes. | Controle da TDAH e obesidade, melhorando o desempenho acadêmico de alunos com ou sem TDAH |
| 2.Silva A. P. et al. (2015) | PLoSOne - v. 10; n. 3 | 28 | 10 a 16 anos | - | Atividade física intensa (5 min corrida de revezamento) e jogo de computador. | Exercício intenso pode melhorar a atenção das crianças com TDAH e pode ajudar seu desempenho escolar aumentando a concentração dos alunos. |
| 3.Ziereis S & Jansen P. (2015) | Res DevDisabil. - v. 38 | 43 | 7 a 12 anos | ambos | GE1 -capacidade manipulação de bola, equilíbrio e destreza manual; GE 2 - esportes sem um foco específico; GC sem intervenção. | Em longo prazo atividade física tem um efeito positivo sobre as funções executivas de crianças com TDAH, independentemente de sua especificidade. |
| 4.Hoza, B. et al. (2015) | J Abnorm Child Psychol – v. 43; n. 4 | 108 | M _{idade} = 6.83 | ambos | 31 min por dia ao longo de 12 semanas | As crianças que receberam a intervenção (atividade física) foram avaliados pelos seus pais com melhora na maioria dos resultados. |
| 5.Pontifex, M. B. et al. (2014) | J Pediatr. v. 162; n. 3 | 20 | 8 a 10 anos | meninas | Consistiu em 20 minutos de qualquer leitura sentado ou exercício aeróbico em esteira motorizada em uma intensidade entre 65% e 75% da sua frequência cardíaca máxima | As crianças com TDAH e o grupo controle apresentaram maior precisão de resposta e processamento relacionados com o estímulo; as crianças com TDAH também apresentaram melhorias seletivas em processos de regulação, em comparação com após um período semelhante de sentado leitura. |
| 6.Hill L. J. et al. (2011) | Developmental Medicine & ChildNeurology, v. 53; n. 7 | 64 | 4 a 7 série | ambos | Programa baseado na sala de aula e, em seguida, nenhum programa na semana 2, e esta ordem foi revertida para o outro grupo. | O exercício melhorou a função cognitiva em crianças; o exercício teve um efeito positivo (com magnitude variável) no desempenho cognitivo, possivelmente facilitando efeitos práticos. |
| 7.Medina J. A. et al. (2010) | AttenDeficHyperactDisord. v. 2; n. 1 | 25 | | ambos | O desempenho pós-exercício utilizando o Conner Continuous Performance Test-II (CPT). | Os resultados sugerem que déficits de atenção das crianças podem ser minimizados através da atividade física, independentemente do tratamento com medicamentos. |
| 8.Taylor A. F.eKuo F. | Journal of Attention | 17 | 7 a 10 anos | ambos | 20 minutos de caminhada orientada | As crianças com TDAH melhoraram após a caminhada no parque do que |





| | | | | | | |
|---|-------------------------------------|----|-------------|-------|--|--|
| E. (2009) | Disorders, v. 12; n. 5 | | | | em ambientes diferentes (centro e bairro) | após a caminhada, melhorando a atenção não só na população em geral, mas em crianças com TDAH. |
| 9.Barbosa, G. de O.; Munster, M. de A. Van (2014) | Rev. bras. educ. espec., v. 20, n.1 | 05 | 7 e 10 anos | ambos | A intervenção foi constituída por um programa de equoterapia (24 sessões de 30 minutos. | O programa exerceu influência em todas as habilidades motoras estudadas (organização espacial, equilíbrio, motricidade fina e esquema corporal). |

Conclusões

Por meio dos resultados obtidos, pode-se concluir que o efeito da atividade física em crianças e adolescentes com diagnóstico de TDAH foi positivo. A primeira evidência para a comprovação de tal fato é que todos os artigos de caráter interventivo encontrados para a realização da pesquisa apresentaram melhoria nos sintomas dos participantes amostrados. Outro aspecto analisado foi a diversidade de atividades físicas propostas nos artigos compilados, que independente do exercício, o efeito final sempre se mostrou eficaz. Dessa forma, pode-se considerar a atividade física como forma de tratamento para as pessoas diagnosticadas com TDAH, substituindo o uso de medicamento, ou associando-os.

Agradecimentos

Agradeço à Fundação Araucária pelo incentivo recebido durante todo o processo de realização da pesquisa.

Referências

BONADIO, R. A.; MORI, N. N. R. **Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade: Diagnóstico e Prática Pedagógica**. Maringá: Eduem, 2013.

DSM IV-TR. (2003). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais** (4ªed., Texto revisado). Porto Alegre: Artes Médicas.

EIDT, N. M.; TULESKI, S. C. Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade e a psicologia histórico-cultural. **Cadernos de Pesquisa (Fundação Carlos Chagas. Impresso)**, v. 40, p. 121-146, 2010.

