

Trabalhos Científicos

Título: Benefícios Do Exercício Físico Na Função Cognitiva De Crianças E Adolescentes Com TDAH
Autores: LAIS GASPAROTTO BIANCHI (UNIVERSIDADE DE MARÍLIA), FRANCISCO ALEXANDRE DE OLIVEIRA JÚNIOR (UNIVERSIDADE DE MARÍLIA)

Resumo: O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é considerado um transtorno de neurodesenvolvimento altamente comum na infância. Afetando desde a primeira infância, pouco se conhecia sobre terapias alternativas para essa condição. No entanto nos últimos anos houve um aumento da procura pelo exercício físico como tratamento complementar. Analisar, através da literatura, como o exercício físico pode melhorar a função cognitiva em crianças e adolescentes com TDAH. Trata-se de um estudo descritivo, revisão narrativa da literatura, realizado em julho de 2024, nas bases de dados PubMed e SciELO com os descritores (DeCS/MeSH): “Adolescente”, “Criança”, “Exercício físico”, “Função cognitiva”, “Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade”, intercalados pelo operador booleano AND. Foram selecionados critérios de elegibilidade, sendo os de inclusão estudos quantitativos, transversais, casos clínicos, randomizados, prospectivos entre 2019 e 2024 nos idiomas português, inglês e espanhol. Já os critérios de exclusão compreenderam estudos de revisão, dissertações, teses, estudos duplicados e que não atendiam ao objetivo proposto. Para esta revisão, foram selecionados 10 artigos que investigaram diferentes modalidades de exercício físico para avaliar a função cognitiva, tais como natação, atividades e terapias assistidas por equinos, Taekwondo, exergaming, Judô, reabilitação atenta da atenção baseada no equilíbrio e futebol. Todas essas modalidades apresentaram desfechos positivos. Após semanas de intervenção nos estudos selecionados, os resultados gerais revelaram potenciais melhorias na atenção seletiva, memória de trabalho, flexibilidade cognitiva e controle inibitório. Além disso, houve uma redução dos sintomas de TDAH tanto em casa quanto na escola, melhora das habilidades sociais, aumento na capacidade de retenção de informações visuoespaciais, melhor comportamento e processo de inibição. A prática regular de atividade física pode ser uma estratégia recreativa importante para ajudar as crianças a superarem deficiências. Além disso, observaram-se benefícios para funções executivas e habilidades motoras. Por outro lado, há poucas evidências conclusivas em relação ao desempenho acadêmico ou registros acadêmicos, não havendo um consenso na literatura. Portanto, os desfechos sugerem que a atividade física tem implicações positivas para a função cognitiva de crianças e adolescentes com TDAH. Nessas faixas etárias, tais práticas podem complementar o tratamento medicamentoso ao potencializar os processos de manutenção da memória operacional.