



**MINISTÉRIO DO  
ESPORTE**

# **GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA**

## **PARA PESSOAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO DO AUTISMO (TEA)**

**Brasília - DF  
2025**



**MINISTÉRIO DO  
ESPORTE**

**Secretaria Nacional de Paradesporto**

# **GUIA DE ATIVIDADE FÍSICA**

## **PARA PESSOAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO DO AUTISMO (TEA)**

**Brasília - DF  
2025**

**República Federativa do Brasil**

Luiz Inácio Lula da Silva

Presidente

**Ministério do Esporte**

André Luiz Carvalho Ribeiro

Ministro de Estado do Esporte

**Chefia de Gabinete/MEsp**

Valeska Monteiro de Melo Queiroz

Chefe de Gabinete

**Secretaria-Executiva**

Diego Galdino de Araújo

Secretário-Executivo

**Secretaria Nacional de Paradesporto/SNPAR**

Fábio Augusto Lima de Araújo

Secretário Nacional

**Chefia de Gabinete/SNPAR**

Breno Pinto Alves

Chefe de Gabinete

**Diretoria de Projetos Paradesportivos**

Nayara Karin Falcão de Oliveira

Diretora

**Coordenação-Geral de Programas e Projetos Paradesportivos**

Vânia Tie Koga Ferreira

Coordenadora-Geral

**Coordenação-Geral de Planejamento e Monitoramento de Políticas Públicas Paradesportivas**

Rodrigo Abreu de Freitas Machado

Coordenador-Geral

2025 Ministério do Esporte.



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional.

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

Tiragem: 1ª edição – 2025 – versão eletrônica

Elaboração, distribuição e informações:

Ministério do Esporte

Esplanada dos Ministérios, bloco A, Zona Cívico-Administrativa

CEP: 70054-906 – Brasília/DF

Site: <https://www.gov.br/esporte/pt-br>

Organização

Universidade Federal de Alagoas (Ufal)

Secretaria Nacional de Paradesporto (SNPAR)

Revisão técnica geral

Vânia Tie Koga Ferreira

Revisão de Língua Portuguesa e ABNT

Carol Almeida

Projeto gráfico e diagramação

Mariana Lessa de Santana e Marseille Evelyn

O Guia de Atividade Física para Pessoas com Transtorno do Espectro do Autismo – TEA tem o apoio da Secretaria Nacional de Paradesporto do Ministério do Esporte.

### Ficha catalográfica

Brasil. Ministério do Esporte. Secretaria Nacional de Paradesporto.  
Guia de atividade física para pessoas com Transtorno do  
Espectro do Autismo (TEA) [recurso eletrônico] / Ministério do Esporte,  
Secretaria Nacional de Paradesporto, Diretoria de Projetos  
Paradesportivos. – Brasília: Ministério do Esporte, 2025.  
93 p.: il. Color

Disponível em: <http://esporte.gov.br>

1. Atividade física. 2. Transtorno do Espectro Autista. 3.  
Promoção da Saúde. I. Secretaria Nacional de Paradesporto. II.  
Diretoria de Projetos Paradesportivos. II. Título.

CDD 796.087

## **GRUPO DE TRABALHO TÉCNICO**

### **Chrystiane Vasconcelos Andrade Toscano**

Professora Associada da Universidade Federal de Alagoas (Ufal). Doutora em Ciências do Desporto e Educação Física pela Universidade de Coimbra, Portugal. Investigadora na área de atividade física e pessoas com TEA.

### **Mauro Virgílio Gomes de Barros**

Professor Associado da Universidade de Pernambuco (UPE). Doutor em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Sua principal área de investigação é atividade física e saúde.

### **José Pedro Ferreira**

Professor Associado da Universidade de Coimbra, Portugal. Doutor em Exercício e Ciências da Saúde pela Universidade de Bristol, Reino Unido. Investigador do Centro Interdisciplinar de Performance Humana.

### **Jorge Lopes Cavalcante Neto**

Professor Adjunto da Universidade do Estado da Bahia (Uneb). Doutor em Fisioterapia pela Universidade Federal de São Carlos (UFScar), com sanduíche na Radboud University, Holanda. Investigador na área de atividade física e transtornos do neurodesenvolvimento, com foco em TDC e TEA.

### **Joana M. Gaspar**

Professora adjunta do Departamento de Bioquímica, Centro de Ciências Biológicas, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Doutora em Biologia Celular pela Universidade de Coimbra. Professora no Programa de Pós-Graduação em Bioquímica, UFSC, Coordenadora do Laboratório de Neuro-Imuno Metabolismo.

### **Humberto M. Carvalho**

Professor adjunto do Departamento de Educação Física, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Doutor em Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra. Professor no Programa de Pós-Graduação em Psicologia, UFSC.

### **Simone Storino Honda Barros**

Professora Adjunta da Universidade de Pernambuco (UPE). Doutora em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Sua principal área de investigação é atividade física e saúde.

### **João Francisco Lins Brayner Rangel Júnior**

Professor Adjunto da Universidade de Pernambuco (UPE). Doutor em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Sua principal área de investigação é saúde mental.

### **João Peroba de Azevêdo Neto**

Bacharel em Direito. Técnico Administrativo da Universidade Federal de Alagoas (Ufal). Coordenador Adjunto de projetos de formação de professores para Educação Especial na perspectiva inclusiva da Rede Nacional de Formação de Professores da Educação Básica.

### **Valdick Barbosa de Sales Junior**

Mestre em Computação. Doutor em Educação. Pesquisador e desenvolvedor de aplicações web, com foco em instrumentos científicos para intervenções com exercício físico.

# Sumário

APRESENTAÇÃO _____	7
CAPÍTULO 1 – BASES CONCEITUAIS _____	9
CAPÍTULO 2 – BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS PARA PESSOAS COM TEA _____	30
CAPÍTULO 3 – AVALIAÇÃO PRÉ-INTERVENÇÃO E MONITORAMENTO DE RESULTADOS _____	35
CAPÍTULO 4 – INTERVENÇÕES BASEADAS EM EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA PESSOAS COM TEA _____	54
CAPÍTULO 5 – ORIENTAÇÕES GERAIS PARA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA _____	64
REFERÊNCIAS _____	67
ANEXO 1 – ESCALA DE AVALIAÇÃO DE TRAÇOS AUTÍSTICOS (ATA) _____	81
ANEXO 2 – ESCALA DE AVALIAÇÃO DO AUTISMO NA INFÂNCIA _____	89

# APRESENTAÇÃO

**E**ste Guia é destinado a orientar profissionais de Educação Física a avaliar, planejar e supervisionar programas de atividade física para pessoas com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA), explorando com especial ênfase os exercícios físicos e a promoção da prática esportiva. Trata-se de um documento construído considerando as mais recentes evidências científicas sobre o tema, além da escuta de profissionais com reconhecida experiência na área.

O texto foi escrito de modo a oferecer orientações que possam ser implementadas em diferentes contextos de intervenção, nas mais diversas regiões do País, e abrange desde elementos conceituais básicos até instrumentos específicos de apoio à intervenção que poderão concorrer para a oferta de um atendimento eficiente e efetivo.

O conteúdo está subdividido em cinco partes: 1) Bases conceituais; 2) Benefícios das atividades físicas para pessoas com TEA; 3) Avaliação pré-intervenção e monitoramento de resultados; 4) Intervenções baseadas em exercícios físicos para pessoas com TEA; 5) Orientações gerais para promoção da atividade física.

Na primeira parte, o Transtorno do Espectro do Autismo é detalhadamente caracterizado, de modo que se espera que, ao final dela, os leitores sejam capazes de descrever as características de uma pessoa com TEA e os diferentes níveis de suporte necessários. Busca-se apresentar conceitos fundamentais para entender o objeto principal de intervenção (as atividades físicas), reconhecendo os tipos que mais se aplicam ao contexto e às características das pessoas que estão sendo acompanhadas. Descreve-se, também, a importância das intervenções baseadas em exercícios físicos em face das características da população-alvo a ser atendida.

A segunda parte é orientada para a discussão dos benefícios das atividades físicas para pessoas com TEA, considerando os efeitos sobre os sintomas centrais e sobre as principais condições concomitantes ao transtorno. O texto apresenta tópicos que permitem aos profissionais de Educação Física compreender esses benefícios e elaborar planejamentos para produzir metas coerentes com os resultados que podem ser alcançados a partir da prática de atividades físicas.

Na terceira parte, busca-se descrever os métodos de avaliação e monitoramento, trazendo instrumentos que podem ser utilizados para diferentes fins. Apresenta-se uma ferramenta para caracterização dos sintomas centrais, além de uma instrumentação que permite verificar os resultados observados. A proposta não é esgotar a discussão sobre instrumentação, mas trazer exemplos aplicáveis e de baixo custo que possam ser amplamente utilizados nas diferentes regiões brasileiras.

A quarta parte do Guia é direcionada à discussão sobre as principais estratégias que podem ser adotadas para engajar pessoas com TEA em atividades físicas e, em particular, em programas de exercícios físicos. Espera-se que os/as leitores/as sejam capazes de identificar as necessidades e as possibilidades de adaptação do espaço físico e dos recursos, de modo a adotar uma abordagem metodológica adequada ao atendimento de pessoas com TEA.

Por fim, na quinta parte, são apresentadas orientações gerais para promoção da atividade física, apontando o esporte como uma das estratégias de intervenção.

O conteúdo foi elaborado por uma equipe técnica, considerando o corpo de conhecimento derivado de uma revisão de escopo conduzida especificamente para apoiar a escrita deste documento. Trata-se, portanto, de um conjunto de orientações que se acredita relevantes para direcionar uma intervenção profissional efetiva e capaz de gerar resultados em relação à melhoria do comportamento adaptativo de pessoas com TEA, guiadas por evidências e/ou pela experiência de especialistas na área.





## BASES CONCEITUAIS



Nesta parte do Guia, você vai encontrar a **apresentação de conceitos essenciais**. O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) é detalhadamente caracterizado, assim como são descritos os diferentes níveis de suporte e as condições concomitantes ao transtorno. Também são apresentados conceitos que fundamentam a intervenção baseada em atividades físicas para pessoas com TEA.

A proposta não é esgotar a discussão conceitual que ainda pode existir em relação a alguns termos. Busca-se, em essência, delimitar o entendimento que os profissionais devem ter sobre eles, com vistas a uma ampla compreensão do documento e de sua aplicabilidade.

### Transtorno do Espectro do Autismo (TEA)

O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) é uma desordem do neurodesenvolvimento com interferências importantes no comportamento adaptativo, especificamente nas áreas da comunicação e da interação social, em que se observa a presença marcante de movimentos, comportamentos ou interesses restritos e repetitivos (Figura 1).

As definições de TEA e terminologias relacionadas são comumente originárias de dois documentos internacionais: a Classificação Internacional de Doenças – que, atualmente, no Brasil, encontra-se na versão 10 (também conhecida como CID-10) – e o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (conhecido por DSM) (American Psychiatric Association, 2022; Wells *et al.*, 2011; World Health Organization, 2022).



Figura 1 – Comportamento de isolamento social

Fonte: <https://www.chatbotapp.ai>. Acesso em: 10 mar. 2025.

O CID-10 (Wells *et al.*, 2011) é uma publicação da Organização Mundial da Saúde (OMS) que codifica as doenças e condições de saúde para que possam estar internacionalmente padronizadas. Apesar de ser um documento prioritariamente usado por médicos e em contexto clínico hospitalar, é importante que os profissionais de Educação Física possam identificar essa codificação em laudos e relatórios, entendendo o que significa.

O TEA, ainda denominado “autismo infantil”, recebe a codificação F84, sendo classificado como um transtorno global do neurodesenvolvimento definido pela presença de comprometimentos no desenvolvimento, manifestados antes dos três anos de idade e caracterizados por funcionamento fora do habitual para