

A INFLUÊNCIA DO EQUILÍBRIO NO DESENVOLVIMENTO DE ADOLESCENTES COM SÍNDROME DE DOWN

Thamille Castro Porto, Denise Ferraz Lima Veronezi.

Resumo: A Organização Mundial da Saúde (OMS) avalia que a incidência da Síndrome de Down (SD) é de uma em mil crianças nascidas em todo o mundo. Por conta das alterações anatomofisiológicas causadas pela trissomia do cromossomo 21. A falta de coordenação motora e equilíbrio estão presentes no desenvolvimento dos adolescentes com a SD. Neste contexto, é necessário trabalhar o equilíbrio, para que os indivíduos atinjam seus marcos motores. Diante deste assunto, este estudo teve como objetivos: Investigar a relação entre o equilíbrio e o desenvolvimento motor de adolescentes com SD. Identificar os fatores que podem influenciar o equilíbrio em adolescentes com SD. A pesquisa é uma revisão bibliográfica, descritiva, valendo-se de artigos científicos em sites indexados e livros, utilizando-se como descritores as palavras-chave: síndrome de down, equilíbrio e adolescente. Indivíduos com SD geralmente têm algumas características físicas distintivas, que podem incluir olhos amendoados, prega palmar única (linha única na palma da mão), orelhas pequenas e de formato peculiar, língua protusa e uma tendência a serem mais baixos em estatura. Tem algum grau de deficiência intelectual, que pode variar de leve a moderada. O equilíbrio é uma habilidade motora limitada em crianças e adolescentes com SD. É a qualidade física conseguida por uma combinação de ações musculares com o propósito de assumir e sustentar o corpo sobre uma base, contra a lei da gravidade. A visão é de suma importância para que se tenha a captação de informações sensoriais, no qual os ajuda a manter sua postura e seu equilíbrio. A visão também influencia no equilíbrio dos adolescentes com SD, quando ela é ocluída, os adolescentes apresentam baixo desempenho em comparação às condições experimentais "com visão". Em vista disso, a importância do sistema visual no controle postural foi evidenciada no presente estudo, assim como foi demonstrado na redução no equilíbrio com a oclusão da visão. Em contrapartida, deve ser levado em consideração que cada indivíduo tem suas próprias características, e terá respostas diferentes e um ritmo de desenvolvimento motor distinto. Constatou-se que a prática físico-esportiva regularmente adaptada afeta positivamente o equilíbrio e a força muscular de pessoas com SD. É importante notar que o treinamento do equilíbrio deve ser adaptado às necessidades individuais de cada adolescente com SD. Os profissionais da Educação Física, podem criar programas de exercícios específicos para melhorar o equilíbrio de acordo com as habilidades e desafios de cada pessoa. A partir desses resultados, pode-se concluir que o equilíbrio tem papel fundamental na qualidade de vida das pessoas com SD. A atividade física, melhora o equilíbrio estático e dinâmico, bem como o controle postural, a condição física e o desempenho das atividades da vida diária. Assim, sugere-se que mais atividades envolvendo o equilíbrio sejam realizadas, para que os adolescentes com SD consigam melhor desempenho e independência nas tarefas cotidianas. A intervenção precoce e contínua é muitas vezes fundamental para alcançar resultados positivos.

Palavras-chave: Síndrome de Down; equilíbrio; adolescente; desenvolvimento motor.

BUENO, M. J. O.; FARIA, F. P. Efeitos de um programa de Educação Física sobre o equilíbrio dinâmico em indivíduos com síndrome de down: um estudo de dois casos. **Revista Hórus**, São Paulo, v. 4, n 1, p. 182-193, ago. 2015.

CALVO, L.G; GAMONALES, J.M; LEÃO, K; JIMÉNEZ, J.M. Influência do equilíbrio na qualidade de vida de pessoas com síndrome de down em idade escolar e adulta. **Revista em Ciência do Movimento Humano e Saúde**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 20-26, maio. 2022.

DARIDO, S. C. **Educação física na escola: ações e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. 187p.

GORLA, J. I.; ARAÚJO, P. F.; RODRIGUES, J. L. **Avaliação motora em educação física adaptada**. São Paulo: Phorte, 2009. 164p