Faculdade EnsinE
Kaio Leonor Cerqueira Ribeiro
Ryan Paulo da Silva Santos

A NATAÇÃO PARA CRIANÇAS: CONTRIBUIÇÕES PARA A ACELERAÇÃO E INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO MOTOR E PSICOMOTOR

JUIZ DE FORA
2026

Kaio Leonor Cerqueira Ribeiro
Ryan Paulo da Silva Santos

A NATAÇÃO PARA CRIANÇAS: CONTRIBUIÇÕES PARA A ACELERAÇÃO E INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO MOTOR E PSICOMOTOR

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Faculdade EnsinE, como requisito parcial para a conclusão do Curso de Graduação em Educação Física. Orientador: Dr. Carlos Gabriel de Lade.

JUIZ DE FORA

2026

A NATAÇÃO PARA CRIANÇAS: CONTRIBUIÇÕES PARA A ACELERAÇÃO E INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO MOTOR E PSICOMOTOR

RESUMO

A natação para bebês tem sido amplamente utilizada como estratégia de estimulação precoce, sendo considerada uma prática capaz de favorecer o desenvolvimento motor e psicomotor durante a primeira infância. O presente estudo teve como objetivo analisar a natação para bebês como fator de aceleração e integração do desenvolvimento motor e psicomotor, investigando suas contribuições para o desenvolvimento global infantil. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, realizada por meio da análise de estudos científicos indexados na base de dados PubMed. A busca foi conduzida utilizando descritores relacionados ao desenvolvimento infantil, natação e cognição, resultando inicialmente em 11 artigos, dos quais sete foram selecionados para compor a amostra final. Os resultados evidenciaram que a prática da natação e das atividades aquáticas promove benefícios significativos no desenvolvimento motor, incluindo melhorias na coordenação motora, equilíbrio, controle corporal e motricidade. Além disso, alguns estudos apontaram possíveis contribuições para aspectos cognitivos, emocionais e sociais, embora tais evidências ainda necessitem de maior aprofundamento científico. Apesar dos resultados promissores, foram identificadas limitações metodológicas nos estudos analisados, como amostras reduzidas, ausência de randomização e curto período de acompanhamento. Conclui-se que a natação para bebês representa uma estratégia relevante de estimulação precoce, contribuindo para o desenvolvimento global da criança, especialmente no âmbito motor. Contudo, são necessárias novas pesquisas com maior rigor metodológico para confirmar e ampliar o conhecimento sobre seus efeitos a longo prazo.

Palavras-chave: Natação para bebês; Desenvolvimento motor; Desenvolvimento psicomotor; primeira infância; Atividades aquáticas; Estimulação precoce.

1. INTRODUÇÃO

A natação para bebês tem se destacado como uma prática de estimulação precoce, sendo investigada como um possível fator de aceleração e integração do desenvolvimento motor e psicomotor na primeira infância. Inserida no contexto das atividades aquáticas, essa prática proporciona ao bebê experiências sensóriomotoras diferenciadas, permitindo a realização de movimentos que não seriam possíveis em ambiente terrestre, além de ampliar a percepção corporal e a interação com o meio (1).

Nos primeiros meses de vida, o desenvolvimento motor desempenha papel fundamental na aquisição de habilidades cognitivas, perceptivas e sociais, sendo considerado essencial nos primeiros mil dias de vida. Nesse período, experiências motoras enriquecidas contribuem significativamente para o desenvolvimento global da criança, uma vez que o movimento está diretamente relacionado aos processos de aprendizagem e exploração do ambiente (1). Além disso, estudos indicam que bebês inseridos em programas de natação apresentam melhorias em habilidades motoras grossas e finas, bem como avanços em aspectos cognitivos, quando comparados àqueles que não participam dessas atividades (1,2).

Apesar das evidências positivas, ainda há lacunas na literatura quanto à comprovação consistente dos efeitos da natação para bebês no desenvolvimento motor e psicomotor. Muitos estudos apresentam caráter preliminar, com amostras reduzidas ou metodologias não randomizadas, o que limita a generalização dos resultados e evidencia a necessidade de mais investigações científicas sobre o tema (1).

Dessa forma, a relevância deste estudo se justifica pela importância da estimulação precoce no desenvolvimento infantil, considerando que o desenvolvimento motor está diretamente associado a outras dimensões, como linguagem, cognição e interação social. A compreensão dos efeitos da natação para bebês pode contribuir para a elaboração de intervenções mais eficazes na promoção da saúde e do desenvolvimento integral da criança (1).

Assim, o presente trabalho vem como objetivo analisar a natação para bebês como um fator de aceleração e integração do desenvolvimento motor e psicomotor, investigando suas contribuições para o desenvolvimento global na primeira infância.

2. METODOLOGIA

O presente Trabalho de Conclusão de Curso caracteriza-se como uma pesquisa de natureza bibliográfica, com abordagem qualitativa, desenvolvida a partir da análise de estudos científicos sobre a natação para bebês e seus efeitos no desenvolvimento motor e psicomotor na primeira infância.

A busca dos artigos foi realizada na base de dados PubMed, mantida pela National Institutes of Health (NIH), por ser uma plataforma de referência internacional na área da saúde e do desenvolvimento humano, reunindo estudos científicos revisados por pares.

A estratégia de busca foi estruturada a partir da seguinte combinação de descritores com operadores booleanos:

(((development) AND (baby)) AND (swimming)) AND (cognitive).

Foram utilizadas como base conceitual as seguintes palavras-chave: natação infantil, desenvolvimento psicomotor e motor, primeira infância, atividades aquáticas infantis e estimulação aquática. Optou-se por não utilizar filtros adicionais (como recorte temporal ou tipo de estudo), considerando que a combinação dos descritores já se mostrou suficientemente específica para localizar produções diretamente relacionadas ao tema proposto.

A primeira busca resultou em 11 artigos. Após leitura dos títulos e resumos, foram selecionados sete estudos que apresentaram maior relação com a pergunta de pesquisa: “Quais são os efeitos da natação para bebês sobre o desenvolvimento psicomotor e motor na primeira infância?”.

Os critérios de inclusão adotados foram:

- Estudos que abordassem bebês ou crianças na primeira infância;
- Pesquisas que analisassem a prática de atividades aquáticas ou natação infantil;
- Artigos que investigassem variáveis relacionadas ao desenvolvimento motor, psicomotor ou cognitivo.

Os critérios de exclusão envolveram:

- Estudos com foco exclusivo em reabilitação específica de patologias sem relação com o desenvolvimento global;

- Pesquisas que não abordassem diretamente a prática aquática como intervenção. Os cinco artigos selecionados foram organizados e analisados de forma descritiva, buscando identificar objetivos, metodologia, principais resultados e conclusões.

Posteriormente, os dados foram comparados e discutidos à luz do referencial teórico sobre desenvolvimento motor e psicomotor na primeira infância, permitindo compreender de que maneira a natação pode atuar como fator de aceleração e integração desses processos.

Dessa forma, a metodologia adotada possibilita uma análise fundamentada na literatura científica, garantindo embasamento teórico consistente para a discussão dos resultados do estudo.

3. RESULTADOS

Quadro 1. Artigos selecionados para análise da revisão.

Autor/Ano	Objetivo	Amostra	Metodologia	Principais Resultados
(3)	Analisar contribuição das atividades aquáticas no desenvolvimento motor	43 bebês (21 aquático / 22 controle)	Caso-controle; AIMS e EMQ	Melhora significativa (AIMS); EMQ sem diferença
(2)	Efeitos da natação no desenvolvimento motor e cognitivo	27 bebês	Estudo piloto; 10 semanas; PDMS-2	Melhora motora e tendência cognitiva
(1)	Influência da natação no desenvolvimento motor	32 bebês (6–10 meses)	Piloto não randomizado; PDMS-2	Melhor desempenho motor nos praticantes
(4)	Efeitos das atividades aquáticas em bebês	18 estudos	Revisão sistemática	Benefícios motores e cognitivos; mais estudos necessários
(5)	Influência do início da natação no desenvolvimento	100.286 crianças	Coorte; ASQ-3	Menor risco de atraso motor
(6)	Influência da natação em bebês	12 bebês	Experimental; AIMS pré/pós	Melhora geral; aumento percentil no grupo natação
(7)	Efeitos natação da habilidades em motoras	38 crianças (~4 anos)	Comparativo; Movement ABC	Melhora em coordenação

				e equilíbrio

Legenda: AIMS = Alberta Infant Motor Scale; EMQ = Early Motor Questionnaire; PDMS-2 = Peabody Developmental Motor Scales; ASQ-3 = Ages and Stages Questionnaire; Movement ABC = Movement Assessment Battery for Children.

4. DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados demonstra que a natação e as atividades aquáticas para bebês apresentam efeitos positivos principalmente sobre o desenvolvimento motor infantil nos primeiros meses de vida. De maneira geral, os artigos apontam melhora em habilidades como coordenação motora, equilíbrio, controle corporal, reflexos e motricidade fina em crianças expostas precocemente ao ambiente aquático (1-3). Além disso, alguns estudos identificaram possíveis benefícios cognitivos associados as experiências motoras proporcionadas pela água, reforçando a importância da estimulação precoce durante períodos de elevada plasticidade neural (4).

Os mecanismos fisiológicos e motores apresentados nos estudos ajudam a explicar esses resultados. O ambiente aquático reduz o impacto gravitacional e permite maior liberdade de movimento, facilitando experiências motoras que muitas vezes na o seriam possíveis no solo em determinadas fases do desenvolvimento. Segundo Leo et al. (1), a desaceleração dos movimentos na argumenta a percepção corporal e favorece estímulos senso rio-motores mais ricos. Além disso, Borioni et al. (2) destacam que o movimento corporal associado aos desafios motores no meio aquático estimula funções executivas e o desenvolvimento neurológico, reforçando a relação entre movimento, aprendizagem e maturação cerebral.

Os achados encontrados apresentam forte convergência entre os estudos analisados. Jakobowicz et al. (3), Borioni et al. (2) e Dias et al. (6) observaram melhora significativa em aspectos motores de bebês submetidos as práticas aquáticas, especialmente em coordenação, equilíbrio e controle motor. Da mesma forma, a revisa o sistema tica realizada por Santos et al. (4) confirmou que atividades aquáticas formais tendem a promover benefícios motores e cognitivos em crianças de até 36 meses. Complementando esses resultados, Kano et al. (5) identificaram que o início precoce da natação pode gerar benefícios persistentes no desenvolvimento motor global e fino até os 3 anos de idade, indicando que os efeitos positivos podem permanecer mesmo após interrupções na prática. Apesar dos resultados promissores, os estudos também apresentam limitações metodológicas importantes que precisam ser consideradas criticamente. A maioria das pesquisas utilizou amostras pequenas, estudos piloto ou modelos na o randomizados, o que reduz a capacidade de generalização dos resultados (1,7). Além disso, muitos estudos na o controlaram

completamente fatores externos, como estímulos familiares, participação dos pais e diferenças individuais entre os bebês, elementos que também podem influenciar diretamente o desenvolvimento infantil. Outro ponto relevante e o curto tempo de acompanhamento das intervenções, dificultando conclusões mais definitivas sobre efeitos em longo prazo.

Do ponto de vista prático, os estudos reforçam que a natação para bebês pode ser utilizada como ferramenta complementar de estimulação motora e sensorial na primeira infância. Os resultados sugerem benefícios não apenas físicos, mas também emocionais e sociais, especialmente pelo fortalecimento do vínculo entre pais e filhos durante as atividades aquáticas (4). Além disso, os estudos indicam que programas aquáticos seguros e supervisionados podem contribuir para o desenvolvimento global da criança, tornando-se uma possibilidade relevante para profissionais de Educação Física, fisioterapeutas e demais relacionadas ao desenvolvimento infantil.

Entretanto, é importante destacar que as limitações presentes nas pesquisas impedem afirmações absolutas sobre a superioridade da natação no desenvolvimento infantil. Embora a maior parte dos estudos tenha identificado melhorias motoras, alguns resultados cognitivos ainda foram discretos ou inconsistentes (2). Além disso, Dias et al. (6) observaram que nem todas as habilidades motoras apresentaram diferenças significativas entre crianças praticantes e não praticantes. Dessa forma, ainda existe a necessidade de maior rigor científico para confirmar os reais efeitos das atividades aquáticas precoces.

Por fim, os estudos analisados apontam a necessidade de novas pesquisas com amostras maiores, me todos randomizados e períodos mais longos de acompanhamento, permitindo compreender melhor os efeitos da natação sobre o desenvolvimento infantil em diferentes fases da infância. Também se torna importante investigar com maior profundidade os impactos cognitivos, emocionais e sociais dessas práticas, além de comparar diferentes frequências, intensidades e modelos de intervenção aquática. Assim, a literatura atual sugere que a natação para bebês representa uma estratégia promissora de estimulação precoce, embora ainda existam lacunas científicas que precisam ser aprofundadas.

Diante dos achados analisados, conclui-se que a natação para bebês e as atividades aquáticas precoces apresentam potencial relevante como estratégia de estimulação motora, sensorial e cognitiva durante a primeira infância. Os estudos

demonstraram benefícios principalmente no desenvolvimento motor, envolvendo coordenação, equilíbrio, controle corporal e motricidade, além de indicarem possíveis contribuições para aspectos emocionais e sociais. Entretanto, as limitações metodológicas encontradas na literatura, como amostras reduzidas, ausência de randomização e curto período de acompanhamento, ainda impedem concluso es definitivas sobre a magnitude e a permanência desses efeitos. Assim, embora a literatura atual aponte resultados promissores, torna-se necessária a realização de pesquisas mais robustas para consolidar cientificamente os impactos das pra ticas aquáticas no desenvolvimento infantil.

5. CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar a natação para bebês como um fator de aceleração e integração do desenvolvimento motor e psicomotor na primeira infância. A partir da revisão da literatura científica, foi possível identificar que as atividades aquáticas precoces apresentam potencial para favorecer o desenvolvimento motor infantil, especialmente em aspectos relacionados à coordenação motora, equilíbrio, controle corporal e ampliação das experiências sensório-motoras.

Os estudos analisados demonstraram que a inserção de bebês em programas de natação pode contribuir positivamente para a aquisição de habilidades motoras e, em alguns casos, apresentar reflexos favoráveis em aspectos cognitivos e sociais. Tais benefícios parecem estar associados às características específicas do ambiente aquático, que proporciona maior liberdade de movimento, estímulos sensoriais diferenciados e oportunidades de exploração corporal.

Entretanto, observou-se que a literatura ainda apresenta limitações metodológicas importantes, como amostras reduzidas, ausência de randomização e curto período de acompanhamento, fatores que dificultam a generalização dos resultados e a comprovação definitiva dos efeitos da natação sobre o desenvolvimento infantil dessa forma, embora os achados sejam promissores, é necessário interpretar os resultados com cautela.

Conclui-se que a natação para bebês pode ser considerada uma estratégia complementar de estimulação precoce, capaz de favorecer o desenvolvimento motor e contribuir para o desenvolvimento global da criança. Contudo, novas pesquisas com maior rigor metodológico são necessárias para fortalecer as evidências científicas e ampliar a compreensão dos impactos das atividades aquáticas ao longo da infância.

SWIMMING FOR CHILDREN: CONTRIBUTIONS TO THE ACCELERATION AND INTEGRATION OF MOTOR AND PSYCHOMOTOR DEVELOPMENT

ABSTRACT

Baby swimming has been widely used as an early stimulation strategy and is considered a practice capable of promoting motor and psychomotor development during early childhood. This study aimed to analyze baby swimming as a factor in accelerating and integrating motor and psychomotor development, investigating its contributions to overall child development. This is a bibliographic research study with a qualitative approach, conducted through the analysis of scientific studies indexed in the PubMed database. The search was carried out using descriptors related to child development, swimming, and cognition, resulting in an initial selection of 11 articles, of which seven were included in the final sample. The results showed that swimming and aquatic activities provide significant benefits for motor development, including improvements in motor coordination, balance, body control, and motor skills. In addition, some studies indicated possible contributions to cognitive, emotional, and social aspects, although such evidence still requires further scientific investigation. Despite the promising findings, methodological limitations were identified in the analyzed studies, including small sample sizes, lack of randomization, and short follow-up periods. It is concluded that baby swimming represents a relevant early stimulation strategy, contributing to children's overall development, particularly in the motor domain. However, further research with greater methodological rigor is needed to confirm and expand knowledge about its long-term effects.

Keywords: Infant swimming; Motor development; Psychomotor development; Early childhood; Aquatic activities; Early stimulation.

6. REFERÊNCIAS

1. Leo I, Battaglia C, Fossile E, Di Cagno A. Natação para bebês e desenvolvimento motor: um estudo piloto. Int J Environ Res Public Health. 2022;19(16):10150.
2. Borioni F, Bianchi S, Bonifacino A, Parisi F, Piciacchia S, Carrozza C, et al. Os efeitos da natação no desenvolvimento cognitivo e motor de bebês: um estudo piloto. Healthcare (Basel). 2022;10(4):714.
3. Jakobowicz O, Kowalska J, Gnat R, Morgulec-Adamowicz N. Apoio ao desenvolvimento motor de bebês por meio de atividades aquáticas: um estudo preliminar caso-controle. Healthcare (Basel). 2024;12(16):1556.
4. Santos C, Franco E, Nunes C, Rocha R. Efeitos das atividades aquáticas formais em bebês e crianças de até 36 meses de idade: uma revisão sistemática. Children (Basel). 2023;10(5):860.
5. Kano H, Fujiwara T, Nishimura T, Yamamoto M, Isumi A. Associação entre experiência em natação e desenvolvimento motor na primeira infância: resultados do Estudo Japonês sobre Meio Ambiente e Crianças. Sports (Basel). 2024;12(9):247.
6. Dias JABS, Manoel EJ, Dias RBM, Okazaki VHA. Estudo piloto sobre aulas de natação para bebês e desenvolvimento motor precoce. Int J Aquatic Res Educ. 2009;3(3):266-283.
7. Sigmundsson H, Hopkins B. Natação para bebês: explorando os efeitos da intervenção precoce sobre habilidades motoras subsequentes. Child Care Health Dev. 2010;36(3):428-430.