

EFEITOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR ATRELADA AO DESENVOLVIMENTO COGNITIVO SAUDÁVEL DO ESTUDANTE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA.

Moab Pacheco G. da S. R. Filho (Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física da UFPE/CAV)

Débora Aline Santiago da Silva (Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física da UFPE/CAV)

Filipe da Cunha Queiroz (Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física da UFPE/CAV)

Pablo Jesus Tarso de Lima (Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física da UFPE/CAV)

Magna Sales Barreto (Orientadora)

Email: moab.pacheco@ufpe.br, magna.sales@ufpe.br

1. INTRODUÇÃO

A desvalorização da Educação Física Escolar (EFE) traz sérias consequências sérias para os estudantes e o próprio corpo docente, uma vez que os problemas desencadeados pela falta de Atividade Física (AF) também afetam o desenvolvimento cognitivo dos estudantes.

A EF tende a melhorar a cognição e habilidades de raciocínio e comportamentais, isso acontece pois a atividade neural aumenta melhora a função executiva, a atenção e a velocidade de processamento, aumentando a capacidade de realizar testes de outras disciplinas/conteúdos, como leitura, linguagem, matemática, média de notas e outros testes formais.

A melhora do desenvolvimento cognitivo saudável do estudante era o ponto de foco do estudo.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Uma revisão sistemática foi realizada, a partir de buscas sistemáticas. Um estudo só foi introduzido quando atingiu os seguintes critérios de inclusão:

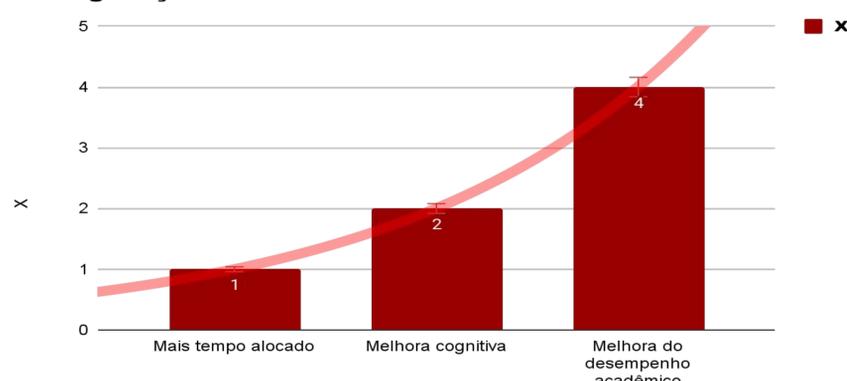
- (1) Artigos publicados em revistas de Qualis A1 e A2;
- (2) Pesquisas que incluíam educação física e o fator de desenvolvimento cognitivo em estudantes;
- (3) Artigos com acesso democrático, não dependentes de pagamentos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na nossa análise, sete artigos atenderam a todos os critérios e foram incluídos no estudo. Os artigos evidenciaram os efeitos benéficos que a EF trouxe para os estudantes, reforçando que mais tempo alocado para a EFE não prejudica o desempenho em outras disciplinas.

Os artigos também destacam que melhora o processamento de informações e a melhora cognitiva no geral melhorando também a memória de trabalho em crianças e adolescentes com dificuldades de aprendizagem, aumento da atividade neural no córtex pré-frontal.

Configuração dos achados



4. CONCLUSÃO

Este artigo destaca a importância de novos desenvolvimentos científicos e da ampliação do papel da EFE. Na verdade, novas pesquisas devem ser realizadas, pois se trata de uma área de amplo desenvolvimento científico e literário que está há muito tempo engavetada. A EFE serve como um reforço positivo para o desenvolvimento dos alunos, principalmente no que diz respeito à cognição.

5. REFERÊNCIAS

Chan YS, Jang JT, Ho CS. Effects of physical exercise on children with attention deficit hyperactivity disorder. *Biomed J.* 2022 Apr;45(2):265-270. doi: 10.1016/j.bj.2021.11.011. Epub 2021 Nov 29. PMID: 34856393; PMCID: PMC9250090.

Ramires, VV, dos Santos, PC, Barbosa Filho, VC, Bandeira, A. d. S., Marinho Tenório, MC, de Camargo, EM, Ravagnani, FC d. P., Sandreschi, P., de Oliveira, VJM, Hallal, PC, & Silva, KS (2023). Educação Física para Saúde Entre Crianças e Adolescentes em Idade Escolar: Uma Revisão de Escopo de Revisões. *Journal of Physical Activity and Health*, 20 (7), 586-599. Recuperado em 10 de agosto de 2023, em <https://doi.org/10.1123/jpah.2022-0395>

Trecroci A, Cavaggioni L, Rossi A, Moriondo A, Merati G, Nobari H, Ardighò LP, Formenti D. Effects of speed, agility and quickness training programme on cognitive and physical performance in preadolescent soccer players. *PLoS One.* 2022 Dec 1;17(12):e0277683. doi: 10.1371/journal.pone.0277683. PMID: 36454889; PMCID: PMC9714860.

Wang M, Yang X, Yu J, Zhu J, Kim H-D, Cruz A. Effects of Physical Activity on Inhibitory Function in Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2023; 20(2):1032. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021032>

Wu Y, Van Gerven PWM, de Groot RHM, Eijnde BO, Winkens B, Savelberg HHCM. Effects of breaking up sitting with light-intensity physical activity on cognition and mood in university students. *Scand J Med Sci Sports.* 2023 Mar;33(3):257-266. doi: 10.1111/sms.14277. Epub 2022 Dec 1. PMID: 36434768.

Yang, W., Liang, X. & Sit, C.HP. Atividade física e saúde mental em crianças e adolescentes com deficiência intelectual: uma meta-análise usando a estrutura RE-AIM. *Int J Behav Nutr Phys Act* 19, 80 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12966-022-01312-1>

Zhang L, Wang D, Liu S, Ren F-F, Chi L, Xie C. Effects of Acute High-Intensity Interval Exercise and High-Intensity Continuous Exercise on Inhibitory Function of Overweight and Obese Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2022; 19(16):10401. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610401>

