




Os Benefícios da Capoeira para o Desenvolvimento Integral de Pessoas com Deficiências

The Benefits of Capoeira for the Holistic Development of People with Disabilities


Los Beneficios de la Capoeira para el Desarrollo Integral de Personas con Discapacidad

 **Carlos Henrique Nascimento de Cristo Junior** E-mail: carlos.cristo@gsuite.iff.edu.br

 Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense [IFFluminense] Campus Cambuci/RJ, Brasil

 **Luiz Eduardo de Oliveira Neves** E-mail: luiz.neves@edu.cariacica.es.gov.br

Prefeitura de Cariacica/ES, Brasil

 **Andrea Lucena Reis** E-mail: andreluce.reis@p.ucb.br

 Universidade Católica de Brasília/DF, Brasil



Resumo: A capoeira é uma atividade que oferece vários benefícios, não só na inclusão social, mas também na saúde mental e nas capacidades físicas dos seus participantes. Esse potencial da capoeira possibilita uma maior adesão de alunos que apresentam diagnósticos com algum tipo de deficiência, pois é um esporte que contém habilidades fundamentais para o desenvolvimento das habilidades motoras e sociais. O trabalho visa analisar quais benefícios a capoeira pode proporcionar às pessoas com alguma deficiência. Foi realizado levantamento bibliográfico de artigos completos e revisados por pares que contemplassem a capoeira como prática pedagógica nas intervenções para essa população. Para compor esta pesquisa, foram utilizadas as principais bases de dados: Pubmed, Periódicos Capes, Web of Science, Lilacs e SportDiscus com a palavra-chave: “capoeira” no período de 2003 a 2023. A partir desse levantamento, foram identificados artigos escritos nos idiomas português e inglês com os seguintes resultados: Pubmed (n=33), Periódicos Capes (n=495), LILACS (n=226), Web of Science (n=219) e SportDiscus (n=161). Após remoção de duplicidades e leitura de títulos e resumos, foram excluídos os artigos que não tratassem a capoeira voltada para pessoas com deficiência, transtornos e síndromes no corpo do texto. Conclui-se que a capoeira é uma prática multidimensional que contribui na promoção da qualidade de vida e desenvolvimento social dos alunos praticantes de capoeira.

Palavras-chave: capoeira; promoção da saúde; inclusão.

Abstract: *Capoeira* is an activity that offers several benefits, not only in social inclusion, but also in the mental and physical health of the participants. This potential present in *capoeira* allows greater adherence of students who have some type of disorder, syndrome or motor deficit, as it is a sport that contains fundamental elements for human development. This work starts from the thesis to analyze what benefits capoeira can provide to practitioners with autism spectrum disorder [ASD]. A bibliographic survey of complete and peer-reviewed articles was conducted in six databases: Pubmed, Periódicos Capes, Web of Science, Lilacs and SportDiscus with the keyword: “capoeira” from 2003 to 2023. From this survey, articles written in Portuguese and English were identified with the following results: Pubmed (n=33), Periódicos Capes (n=495), LILACS (n=226), Web of Science (n=219) and SportDiscus (n=161). After removing duplicates and reading titles and abstracts, articles that did not deal with capoeira aimed at ASD were excluded. It was concluded that capoeira is a holistic movement practice that contributes to promoting the quality of life and human development of people with disabilities.

Keywords: *capoeira*; health promotion; inclusion.

Resumen: La capoeira es una actividad que ofrece varios beneficios, no sólo en la inclusión social, sino también en la salud física y mental de sus participantes. Este potencial presente en la capoeira permite una mayor participación de estudiantes que presentan algún tipo de trastorno, síndromes o déficits motores, al ser un deporte que contiene elementos fundamentales para el desarrollo humano. El trabajo parte de la tesis para analizar qué beneficios puede aportar la capoeira a los practicantes con Trastorno del Espectro Autista [TEA]. Se realizó un levantamiento bibliográfico de artículos completos y revisados por pares en seis bases de datos: Pubmed, Periódicos Capes, Web of Science, Lilacs y SportDiscus con la palabra clave: “capoeira” en el período de 2003 a 2023. A partir de este levantamiento, se identificaron artículos escritos en portugués e inglés con los siguientes resultados: Pubmed (n=33), Periódicos Capes (n=495), LILACS (n=226), Web of Science (n=219) y SportDiscus (n=161). Después de eliminar duplicados y leer títulos y resúmenes, se excluyeron los artículos que no trataban sobre capoeira dirigida a TEA. Se concluye que la capoeira es una práctica de movimiento holístico que ayuda a promover la calidad de vida y el desarrollo humano de las personas con discapacidad.

Palabras clave: capoeira; promoción de la salud; inclusión.

Introdução

De acordo com a Organização Mundial da Saúde [WORLD HEALTH ORGANIZATION; WORLD BANK, 2011], mais de um bilhão de pessoas em todo o mundo possuem algum tipo de deficiência. No Brasil, essa incidência chega a 23,9% da população, o que representa aproximadamente 45,6 milhões de pessoas diagnosticadas com algum tipo de deficiência [IBGE, 2010]. As deficiências podem ser classificadas como físicas, mentais, intelectuais ou sensoriais [auditiva ou visual] e podem ter origens variadas, sendo hereditárias, congênitas ou adquiridas. Nesse sentido, existe a construção de manuais e diretrizes específicas que buscam apresentar subsídios para o diagnóstico das deficiências. Como exemplo, foi construído o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), que apresenta classificações de transtornos do neurodesenvolvimento visando facilitar os diagnósticos e compreender os diversos fatores que comprometem os indivíduos [APA, 2013].

Nessa perspectiva, também surge a Lei Brasileira de Inclusão [LBI], definindo a pessoa com deficiência como aquela que apresenta impedimentos de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial que, em interação com barreiras sociais diversas, podem limitar sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas [Brasil, 2015]. A deficiência, por ser uma característica intrínseca à vida humana, também pode ser vista como um fenômeno relacionado aos processos dos ciclos da vida, como o envelhecimento e suas implicações [Gesser *et al.*, 2012].

Corroborando o exposto, no Brasil foi elaborado o Guia de Atividade Física para a População Brasileira, documento que representa um avanço nas políticas públicas de promoção da saúde. Além de atender as particularidades de todas as pessoas o guia contempla, de forma específica, às pessoas com deficiência nos diferentes ciclos de vida. O guia incorpora recomendações adaptadas, reconhecendo a importância da Atividade física como estratégia fundamental para a melhoria da saúde, da funcionalidade e inclusão social desse público [Brasil, 2021].

Dessa forma, essa variabilidade de recomendações sobre os diagnósticos e ações para a inclusão de pessoas com deficiência não se restringe a universos sociais específicos, mas também se materializa na prática de atividades físicas. Essa dinâmica fortalece a reflexão sobre a necessidade de promover práticas corporais que impactam de forma positiva no desenvolvimento integral, na saúde e na qualidade de vida das pessoas com deficiências.

Nesse contexto, embora a capoeira seja uma atividade que envolve movimentos complexos, sua prática tem se destacado como uma ferramenta inclusiva para pessoas com deficiências [PCDs], pois é uma atividade que promove a interação social, o desenvolvimento motor e a autoestima. A capoeira, como uma arte culturalmente brasileira, se configura como uma opção de atividade física para pessoas com deficiência por envolver valências como agilidade, flexibilidade, equilíbrio, destreza e coordenação motora óculo-manual, além da musicalidade, fortalecendo o senso de pertencimento dos praticantes com essa modalidade [Fernandes, 2022; Silva, 2018].

Mello *et al.* [2014] também contribuem com esse debate ao afirmarem que a capoeira amplia a possibilidade de participação de alunos com deficiência, pois sua característica não competitiva e lúdica possibilita a inclusão social. Dessa forma, por ser uma prática multidimensional, a capoeira aborda aspectos educacionais, da luta, do jogo e do esporte, além de ser vivenciada por meio da música e do toque dos instrumentos, que apresentam um potencial terapêutico. Leme [2017] e Mocarzel [2016] também destacam que os benefícios da capoeira não se restringem apenas aos aspectos motores, mas à inclusão social,

pois ao proporcionar um espaço de participação plena e igualitária para pessoas com deficiência, contribui para a transformação de atitudes sociais e culturais, reforçando a ideia de que todos têm o direito de participar e contribuir para o coletivo, independentemente de suas limitações. Além desses elementos, a capoeira também promove a saúde mental e melhora a capacidade física funcional dos praticantes.

Nesse sentido, a capoeira se configura como uma atividade que contribui para o desenvolvimento global dos participantes. Todavia, a prática da capoeira com um fim em si mesma não garante esses processos de inclusão e emancipação de pessoas com deficiência, pois professores e professoras devem utilizar arcabouços teórico-metodológicos e pedagógicos que possam utilizar a capoeira como um vetor de inclusão. Diversos estudos ressaltam os benefícios da capoeira para pessoas com deficiência, principalmente no que tange ao desenvolvimento motor, à integração social e à promoção da autoestima. Dado o exposto, fica evidente que a capoeira é uma prática corporal enriquecida por uma variedade de elementos culturais que possibilitam a exploração das capacidades psicomotoras, sociais e emocionais dos alunos [Falcão, 1996]. Essas particularidades tornam a capoeira uma intervenção positiva para pessoas com deficiência intelectual, promovendo aprendizagem e desenvolvimento global, contribuindo para noção corporal e aquisição de habilidades psicomotoras, que são fundamentais para práticas esportivas [Rocha, 2024].

Metodologia

Esta pesquisa consiste em uma revisão integrativa da literatura. Segundo Botelho [2011], este recurso permite sintetizar as produções acadêmicas sobre temas específicos, possibilitando a construções de questionamentos e reflexões sobre a construção do conhecimento sobre determinados temas. Dessa forma, este estudo analisou questões relacionadas à capoeira para pessoas com deficiência, e foi construído a partir das etapas propostas por Botelho [2011]: [i] identificação do tema; [ii] criação de critérios de inclusão e exclusão; [iii] identificação dos estudos pré-selecionados; [iv] análise dos estudos selecionados; [v] interpretação dos dados; [vi] apresentação dos conhecimentos apresentados pelas pesquisas analisadas.

Para a coleta dos dados, foi utilizado o termo “Capoeira”, mediante sua aplicação em cinco bases de dados: PubMed, Periódicos Capes, Web of Science, Lilacs e SportDiscus. Destacamos que foi utilizada, especificamente, a palavra capoeira. A adoção dessa estratégia justifica-se pelo fato de que existem muitos tipos de deficiências, e a adoção de operadores booleanos e a especificação de determinadas deficiências poderia restringir o número de artigos encontrados. Dessa forma, a utilização da palavra capoeira, possibilitou que a autoria deste estudo encontrasse o maior número de artigos possível. Destacamos que houve um recorte temporal do período de 2003 a 2023, a fim de encontrar as produções dos últimos 20 anos sobre o tema.

Foram utilizados como critérios para inclusão: [i] trabalhos em português e inglês; [ii] artigos revisados por pares; [iii] artigos com dados empíricos e artigos de revisão sistemática ou integrativa; [iv] artigos que discutissem sobre a capoeira e pessoas com quaisquer deficiências. Os critérios de exclusão foram: [i] teses, dissertações e trabalhos publicados em anais de eventos; [ii] ensaios teóricos; [iii] artigos que não foram publicados no período de 2003 a 2023. Na Tabela 1 é apresentado o processo de coleta dos dados.

Tabela 1. Levantamento da produção científica usando a palavra-chave “capoeira” em cinco bases de dados para o período de 2003 a 2023

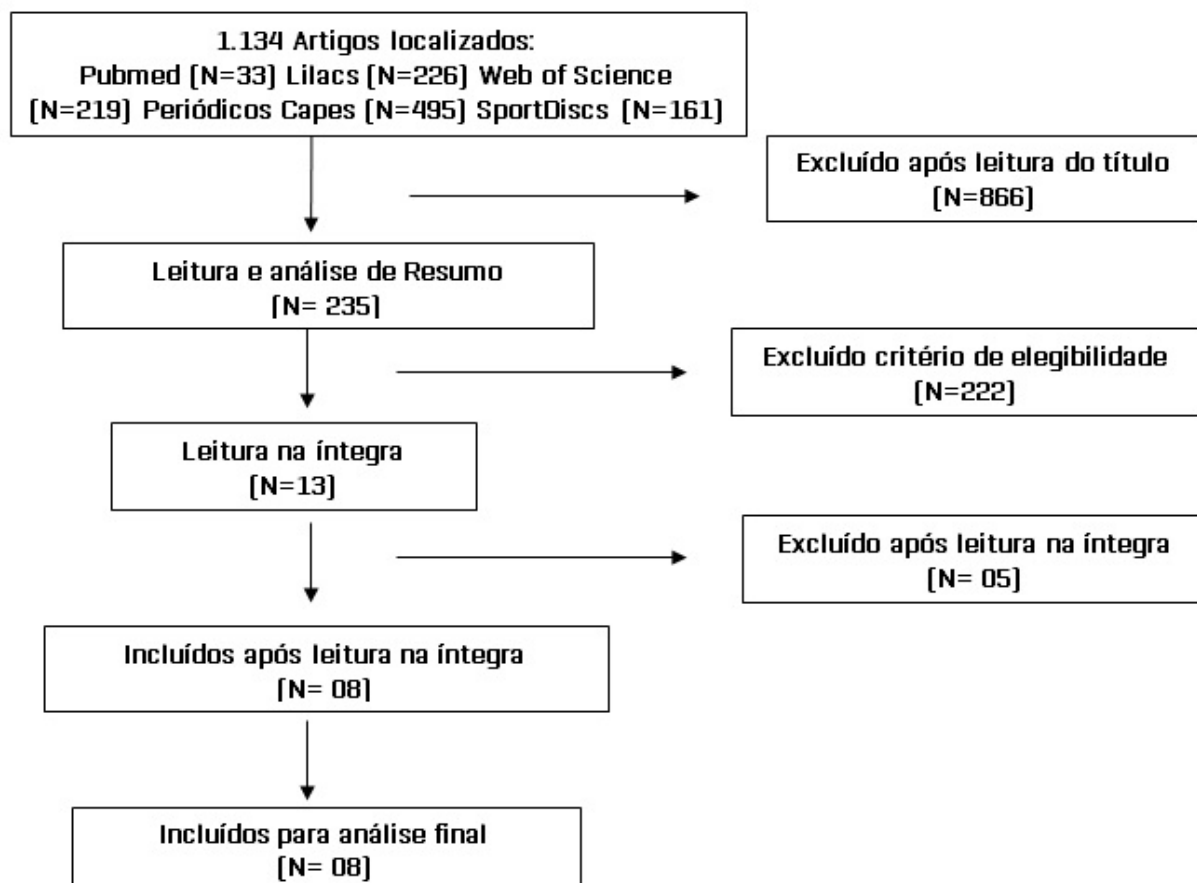
BASES DE DADOS	RESULTADOS ENCONTRADOS
PERIÓDICOS CAPES	495
LILACS	226
SPORTDISCUS	161
PUBMED	33
WEB OF SCIENCE	219
TOTAL	1.134

Fonte: Os autores [2026]

Foram identificados inicialmente 1.134 artigos, os quais foram analisados para compor os resultados acerca da capoeira e das pessoas com deficiência. Estudos que não atendiam aos objetivos da pesquisa foram excluídos, conforme apresentado na Tabela 1. Após a busca nas bases de dados, realizou-se a remoção de duplicidades, resultando na exclusão de 33 artigos. Em seguida, procedeu-se à leitura dos títulos, etapa na qual foram excluídos 866 estudos por não apresentarem relação com o tema investigado, restando 235 artigos para análise dos resumos.

Na etapa de leitura dos resumos, 222 artigos foram excluídos por não atenderem aos critérios de elegibilidade, permanecendo 13 estudos para leitura na íntegra. Após análise detalhada, 5 artigos foram excluídos, resultando em 8 estudos incluídos na análise final e discussão. O processo de seleção dos artigos pode ser observado na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos artigos



Fonte: O Autor [2026]

Os dados foram inseridos em uma planilha analítica do *Microsoft Excel*, em que informações como metodologia, resultados, objetivos e considerações finais foram retiradas dos artigos e inseridas na planilha, possibilitando uma análise indutiva dos dados, que parte de elementos específicos a caracterizações mais gerais sobre os conhecimentos produzidos [Chalmers, 1993]. Destarte, destaca-se que não houve a construção de categorias os temas específicos, pois a convergência dos dados impossibilitou essa construção.

Resultados

Nesta seção, analisam-se oito artigos que discutem sobre a prática da capoeira para pessoas com deficiência e os benefícios advindos dessa atividade No **Quadro 1** são apresentados o título do periódico, sua autoria, o título e o objetivo dos trabalhos.

Quadro 1. Obras selecionadas pelo autor para análise

Periódico	Autor/ano	Título	Objetivo
Pensar a Prática	Reis Filho e Schuler [2010]	A capoeira como instrumento pedagógico no aprimoramento da coordenação motora de pessoas com síndrome de Down	Analisa a influência do treinamento de capoeira na coordenação motora, explorando as valências da motricidade fina, motricidade global e equilíbrio para as pessoas com SD
Acta fisiátrica	Teixeira e Mota [2018]	A prática da capoeira por pessoas com síndrome de Down: uma revisão da literatura	Encontrar estudos que propuseram a prática da capoeira por pessoas com SD, e verificar quais os resultados alcançados.
Pensar a Prática	Mello <i>et al.</i> [2014]	O protagonismo de pessoas com deficiência intelectual no processo de ensino aprendizagem da capoeira	Analisar o protagonismo de deficientes intelectuais no processo de ensino-aprendizagem da capoeira em um projeto de extensão universitária.
Rev. bras. ciênc. Esporte	Menezes [2012]	Capoeira para deficientes visuais: comparação do equilíbrio entre praticantes e não praticantes de capoeira	Comparar o equilíbrio de deficientes visuais praticantes e não praticantes de capoeira.
Revista Educação Especial	Braz e Marquez [2018]	Capoeira e pessoas com transtorno do espectro autista: Visão dos pais sobre melhorias obtidas com a prática desta atividade	O objetivo geral deste estudo consiste em mostrar a influência que a capoeira pode exercer sobre pessoas com TEA, trazendo para este público melhorias na interação social, coordenação motora e motivação.
Justin A British Journal of Visual Impairment	Esatbeyoglu, Kirk, Haegele [2023]	Como se eu estivesse voando”: Da dança de capoeira de jovens com deficiência visual.	Objetivo deste estudo foi explorar as experiências de jovens com deficiência visual em um programa de dança de capoeira. 14 adolescentes com DV, entre 13 e 18 anos.
Revista de Arte marciais Asiáticas [RAMA]	Mocarzel [2016]	A inclusão das pessoas com deficiência através das lutas e artes marciais	Investigar como as lutas/ artes marciais foram adaptadas para a inclusão das pessoas com deficiência, tanto no âmbito social quanto na reabilitação e desportivo-competitivo.
Sport in Society Cultures, Commerce, Media, Politics	Meziani [2018]	Participação social de pessoas com deficiência no boxe e na capoeira: um enfoque etnográfico comparativo multisituado.	Analisou a participação social de pessoas com deficiência praticantes de capoeira no Brasil e boxe na França, a partir de um enfoque etnográfico comparativo multisituado.

Fonte: Elaboração própria [2026]

Reis Filho e Schuler [2010] analisaram a influência da prática da capoeira nas variáveis de coordenação motora fina, coordenação motora geral e equilíbrio de seis alunos voluntários com Síndrome de Down (SD), sendo quatro do sexo masculino e dois do sexo feminino. Os participantes foram submetidos a protocolos e procedimentos antes e após as intervenções, considerando as variáveis motricidade fina, equilíbrio e motricidade global no período de dez semanas com frequência de três dias com duração de 50 minutos cada aula. Para a análise foi utilizada a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM), na fase pré e pós-intervenção, pois é indicada para crianças e adolescentes que apresentam atraso no desenvolvimento neuropsicomotor, atraso na aprendizagem escolar, alterações neurológicas, mentais e sensoriais. Concluiu-se que a capoeira apresenta exigências corporais para sua prática com ginga e movimentos combinados de golpes que estimulam as habilidades investigadas pela pesquisa, reforçando o potencial pedagógico que a capoeira proporciona no desenvolvimento integral de indivíduos com deficiência.

Teixeira [2018] analisou estudos sobre a prática da capoeira voltada para pessoas com Síndrome de Down (SD). Foram realizadas pesquisas nas bases de dados Scielo, Medline, PUBMED, Lilacs, Bireme e Dedalus nos idiomas inglês e português, além de livros publicados no período de 2007 a 2014. Após analisar nove artigos constataram que essa modalidade esportiva promove melhoria no desenvolvimento motor, consciência corporal e nos aspectos cognitivo, afetivo e social. Dessa forma, concluíram que a capoeira pode ser uma ferramenta interessante como prática de atividade física para pessoas com SD, seja no espaço pedagógico ou terapêutico, pois além do trabalho corporal, a musicalidade, a socialização, ritmo, também contribuir para o bem-estar e a inclusão social desse público.

Em estudo realizado por Mello [2014], analisou-se o protagonismo das pessoas com deficiências intelectuais no processo de aprendizagem das aulas de capoeira, com base nos “Estudos do Cotidiano” como pressuposto metodológico como delineamento da pesquisa. No entanto, a pesquisa se deparou com dificuldades de elencar a perspectiva do protagonismo da pessoa com deficiência intelectual no processo de ensino e aprendizagem da capoeira, pois não foi possível extrair falas que facilitassem as intervenções pedagógicas com o público pesquisado. Diante disso, os autores chegaram à conclusão que a efetivação do processo de inclusão da pessoa com deficiência intelectual nos aspectos de ensino e aprendizagem da capoeira, precisa de uma releitura das potencialidades desses indivíduos com síndrome de Down, além de um olhar sensível do profissional, pois cada indivíduo tem sua capacidade e limitações, impactando no tempo e nas formas de aprendizagem.

Menezes [2012] analisou a variável de equilíbrio em 10 indivíduos com deficiência visual a partir das aulas de capoeira, sendo que cinco deles nunca haviam praticado esse esporte. Para avaliar o equilíbrio, foi utilizada a Escala de Equilíbrio de Berg, que atende a proposta de descrever quantitativamente a habilidade de equilíbrio funcional. Esta escala é constituída por 14 tarefas que envolvem o equilíbrio estático e dinâmico comuns à vida diária. Essa variação no equilíbrio apresentado pelos deficientes visuais e os não praticantes, corrobora outras pesquisas que afirmam que o déficit de equilíbrio nessa população pode ocasionar risco de queda. Diante disso, os autores chegaram à conclusão de que a capoeira não melhorou o equilíbrio na pessoa com deficiência visual.

Em estudo realizado por Braz e Marques [2018], os autores almejavam mostrar a influência que a capoeira tem sobre pessoas com TEA. Foram realizadas entrevistas com 13 pais/responsáveis de alunos diagnosticados com autismo na faixa etária de 6 a 30 anos, matriculados no projeto FUNAD (Fundação Centro Integrado de Apoio ao Portador

de Deficiência], localizado na Cidade de João Pessoa/PB. As atividades com a capoeira foram realizadas durante seis meses com sessões de 50 minutos uma vez por semana. Os alunos matriculados nessa modalidade somam um total de 266 praticantes, no entanto apenas 32 deles são autistas. Os dados coletados nas entrevistas evidenciaram aspectos positivos sobre a prática da capoeira para alunos com TEA. Os benefícios mais frequentes foram os seguintes: interação social, coordenação motora, afetividade e motivação para as práticas diárias. Portanto, concluíram que os responsáveis pelos alunos tiveram uma percepção positiva sobre a prática da capoeira. As crianças obtiveram resultados satisfatórios nos aspectos cognitivos, psicomotores e afetivos. Esses resultados impactaram positivamente o desenvolvimento da interação social e da coordenação motora das crianças com TEA.

Esatbeyoglu, Kirk e Haegele [2023], em seu estudo, analisaram o impacto das aulas de capoeira em jovens com deficiência visual ao longo de três semanas. O grupo pesquisado incluiu 14 jovens entre 13 e 18 anos, dos quais 8 eram meninos e 6 eram meninas. Foram consideradas perguntas na entrevista que focaram no fenômeno das experiências vividas pelos participantes com a capoeira, além das suas crenças e percepções sobre seu envolvimento com esta prática. Os participantes foram submetidos a sessões de treinamentos de capoeira no fundamento da dança [ginga], por instrutores e professores formados com experiências de 13 anos com a capoeira e curso de formação sobre treinamento adaptado. As sessões de treinamento foram realizadas duas vezes por dia durante três semanas. Cada uma das seis sessões durou 60 minutos obedecendo a padrão semelhante com aquecimento, alongamento e fundamentos da ginga e desaquecimento [volta a calma]. Os autores utilizaram entrevistas com questionários semiestruturados após a prática do programa “dança com a capoeira” com o grupo que fizeram as atividades e aqueles que não fizeram [grupo de controle]. As entrevistas tiveram duração de 30 a 40 minutos. Os responsáveis pelos alunos relataram que a capoeira contribuiu para a melhoria do bem-estar emocional e físico das crianças, e observaram também, o aumento na confiança e da autoestima, bem como uma maior disposição para participar de atividades em grupo. Diante disso, a prática da capoeira se desenvolve como um mecanismo para promoção da inclusão social e a integração de crianças e adolescentes com TEA.

Nos estudos realizados por Mocarzel [2016], investigou-se como as lutas e a arte marcial [LAM] são adaptadas para atender pessoas com deficiência no âmbito social-reabilitativo quanto desportivo-competitivo. Foi utilizada a revisão narrativa da literatura. Outro ponto a evidenciar foi a análise do processo de evolução histórica das LAM e o período que teve maior alcance social, considerando as questões culturais do desporto em cada época discutida pelo autor. Tal procedimento metodológico deixou evidente que a atividade física e o desporto ganharam outros espaços na sociedade, possibilitando a variação do esporte e outras modalidades como as LAM, voltadas para a inclusão de pessoas com deficiência.

Meziani [2016] investigou a participação social da pessoa com deficiência na prática da capoeira e do boxe, a partir dos estudos etnográficos. Para isso, foram realizadas, durante um ano e meio, observações das aulas de capoeira, as entrevistas foram realizadas após dois anos de pesquisa, com quatro grupos de capoeira da região Sudeste do Brasil em um período de três meses. As entrevistas foram endossadas com a participação de três alunos com deficiência e quatro professores de capoeira. Deste modo, concluíram que a capoeira possibilita a participação da pessoa com deficiência, por não exigir tantas normas e critérios de participação, mas também por promover socialização sem considerar as barreiras sociais.

Discussão

Os dados obtidos revelaram que a capoeira apresentou impactos positivos significativos nas dimensões sociais, motoras e cognitivas das pessoas com deficiência, sugerindo que essa prática pode promover melhorias no desenvolvimento de indivíduos com diferentes diagnósticos. Observou-se que os temas abordados eram distintos: um artigo sobre capoeira e deficiência visual, dois artigos sobre SD, dois artigos sobre a prática da capoeira para pessoas com Deficiência Intelectual [DI], um artigo com pessoas do TEA, um artigo sobre capoeira para pessoa com deficiência Intelectual e Física, e outro sobre a inclusão dos alunos com deficiência na capoeira e no boxe.

Dos artigos encontrados, apenas oito compuseram o *corpus* de análise. Esse dado é relevante, pois apresenta uma lacuna significativa na produção de conhecimentos sobre esse tema. A primeira produção data o ano de 2010. Porém, nos últimos 10 anos houve um aumento progressivo de publicações, em que cinco artigos foram publicados. Esse dado demonstra que a utilização da capoeira como recurso para o aumento da qualidade de vida de pessoas com deficiência vem se consolidando.

Os dados também apontam que as produções sobre esse tema não acontecem especificamente no Brasil ou na América do Sul. Três artigos foram publicados em revistas europeias, o que reforça que as discussões sobre esse tema estão se disseminando sobre vários territórios. As revistas que publicaram esses artigos são, em sua maioria, revistas da área da educação física, porém existem revistas específicas cujo escopo se alinha aos estudos para pessoas com deficiência. Nesse sentido, essas discussões não estão presentes apenas no campo da educação física, mas se desdobram em outras áreas do conhecimento, robustecendo e fortalecendo as discussões sobre os fenômenos em análise.

Destarte, as discussões sobre a importância das práticas corporais para o desenvolvimento integral de pessoas com deficiência vêm se consolidando na literatura vigente. [Sousa et al. \[2021\]](#) analisaram o benefício da atividade esportiva para pessoas com autismo no período de 2020 a 2023 e obtiveram como amostragem final seis artigos que apontam para a importância da atividade física para pessoas com deficiência. Por outro lado, [Berto et al. \[2023\]](#), em uma revisão sistemática, verificaram o efeito da prática de atividades físicas na melhora das valências motoras em crianças autistas, encontrando em sua análise final sete artigos que comprovam os benefícios da vivência de atividades físicas. Todavia, é importante destacar que embora a prática da atividade física possibilite o desenvolvimento de pessoas com deficiência, deve haver uma mediação pedagógica que fortaleça os impactos dessas práticas [[Jucá; Lima; Moura, 2024](#)].

Portanto, podemos observar que a produção sobre pessoas com deficiência e sua vivência em práticas corporais como a capoeira são escassas. Apesar de ser um tema de relevância social, ainda tem sido pouco discutido na comunidade acadêmica. No que se refere às deficiências, a produção encontrada identificou apenas um artigo sobre o TEA. Isso é um dado alarmante, pois o transtorno do neurodesenvolvimento tem aumentado consideravelmente na população mundial. Estima-se que no mundo aproximadamente um a cada 160 indivíduos apresenta algum transtorno relacionado ao autismo. Estudos recentes realizados por [Maenner et al. \[2020\]](#) afirmaram que a incidência de casos de TEA nos Estados Unidos é de um a cada 36 nascidos. Enquanto no Brasil, há cerca de 2,4 milhões de pessoas com TEA, correspondendo a 1,2% da população [[IBGE, 2025](#)].

Dessa forma, a escassez de estudos sobre Capoeira e TEA revela um campo ainda inexplorado, em que os elementos constitutivos da Capoeira, como a musicalidade e a ludicidade podem ser elementos-chave para um melhor tratamento dessas pessoas. Em virtude disso, fica evidente que essa população deve ter seus direitos e acesso garantido a todas as práticas corporais. A falta de um debate sistematizado sobre TEA e capoeira pode dificultar a identificação dos benefícios, impactos e efeitos dessa prática no desenvolvimento integral desses indivíduos. Além disso, é fundamental para construir elementos para uma prática pedagógica baseada em evidência com produções que avancem no caminho de elaboração de materiais, estratégias e soluções que melhorem as intervenções e a avaliação para o desenvolvimento desses alunos.

Entre os artigos levantados, quatro relacionavam-se com capacidades físicas específicas, como o equilíbrio e a coordenação motora. O equilíbrio é uma habilidade humana para manutenção da postura em situações intencionais, seja ela estática ou dinâmica. Essa condição, só é possível através dos sistemas neurais de propriocepção, aparelho vestibular e acuidade visual [Cordeiro *et al.*, 2021]. Com isso, ao se referir a pessoa com deficiência, síndromes ou transtorno do neurodesenvolvimento, essas alterações são percebidas nos primeiros anos de vida e se perduram ao longo da vida [APA, 2013]. Sendo assim, quanto mais comorbidades essa criança apresentar e ausência de intervenções terapêuticas na sua rotina diária, pior será seu desempenho nas atividades que exigem maior variabilidade nas habilidades de equilíbrio.

Assim, a Capoeira se apresenta como um recurso que melhora essas capacidades físicas. Destacamos três aspectos que são evidenciados com a prática da capoeira: [I] melhora no equilíbrio e coordenação motora; [II] interação social; [III] cognição e motivação. No que se refere à coordenação motora, esta é uma competência inerente ao desenvolvimento humano, pois é uma interação harmoniosa com o movimento dos músculos, nervos e os órgãos dos sentidos com finalidade de produzir ações cinéticas com economia de energia, de forma precisa e equilibrada, visando sempre reações precisas em situações simples e complexas, seja ela voluntária ou reflexa [Kiphard, 1976].

É interessante ressaltar que essas duas competências contribuem para mudanças significativas no perfil biológico e social do ser humano, além de organizar e estruturar os sistemas neurais e psicomotores dos indivíduos [Luria, 1981]. Portanto, é de se esperar que essa produção contemplasse essas duas variáveis. Dessa forma, considera-se fundamental que as pessoas com deficiência venham participar de atividades físicas que potencializem essas habilidades/competências em suas práticas diárias, pois ao inserir tais atividades, potencializará elementos importantes para seu desenvolvimento integral e a sua qualidade de vida. A área da atividade física adaptada vem há anos desenvolvendo estudos que buscam verificar o impacto do exercício físico ou prática corporal em pessoas com deficiência.

Com efeito comparativo, no que concerne aspectos ligados a coordenação motora, agilidade e tempo de reação, Yamaner *et al.* [2022] observaram o efeito de 12 semanas de exercícios aeróbicos no comportamento de crianças autistas, nos quais houve resultados positivos. Estudos realizados por Zamani *et al.* [2017] verificaram que a prática de exercício de ginástica para crianças autistas no período de 16 semanas, contribuiu para respostas positivas nas habilidades motoras de controle, equilíbrio e coordenação dos membros superiores em relação ao grupo de controle. No nosso levantamento, autores como Reis Filho e Schuler [2010] analisaram a melhoria das variáveis de coordenação geral e equilíbrio com a prática da capoeira em seis participantes com Síndrome de Down.

Destaca-se que todos tiveram melhoras nessas variáveis de habilidades/competência sociais. No mesmo sentido, autores como Braz e Marques [2018] apontaram que os fundamentos presentes na capoeira melhoram a coordenação motora, interação social e aspectos motivacionais dos alunos autistas. Portanto, podemos observar que a capoeira é uma prática que possui potencial de desenvolver as capacidades físicas e sociais dos praticantes com deficiência, promovendo uma melhor qualidade de vida.

Considerações finais

A presente pesquisa teve como objetivo analisar a produção sobre a prática da capoeira voltada para pessoas com deficiência, mediante um levantamento bibliográfico. Verificamos que são poucos os trabalhos que utilizam a capoeira como recurso para a melhoria da socialização, do desenvolvimento motor e cognitivo de pessoas com deficiências.

A partir desses achados, foi possível destacar os benefícios que a capoeira proporciona para o desenvolvimento integral dos seus praticantes, diagnosticados com algum atraso do neurodesenvolvimento, síndrome ou deficiência. Portanto, podemos observar que o estado da arte do conhecimento sobre a capoeira e a prática voltada para alunos com deficiência, ainda se encontra limitante ou em fase inicial da construção de conhecimento. Entretanto, podemos perceber que a capoeira por ter características que desenvolvem as capacidades físicas e cognitivas e sociais dos participantes, potencializando o desenvolvimento em diversos aspectos inerente às pessoas com deficiência, não apenas nos aspectos motores como a coordenação e equilíbrio, sobretudo nos aspectos motivacionais e sociais, dando autonomia nas atividades da vida diária.

Dessa forma, é fundamental que se busque aumentar a produção qualificada sobre o tema, mas também estratégias pedagógicas inclusivas. Há uma lacuna sempre da produção acadêmica com a realidade das intervenções dos professores e nesse caso, por se tratar de um tema ainda em construção, não podemos apenas investir no aumento da produção, mas também na construção de materiais que possibilitem que os professores possam melhorar a sua intervenção na busca de atingir objetivos educacionais e aumento no desenvolvimento biológico, motor e socioafetivo dos alunos.

Sendo assim, sugerimos que os debates sobre deficiência e capoeira atuem tanto na produção científica qualificada como na construção de novos conhecimentos e pesquisas que se aproximem ainda mais de uma capoeira rica em estreitar caminhos para promover a Inclusão, respeitando a diversidade existente em cada contexto.

Referências

APA. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BERTO, J. V. B.; LIMA, D. B.; TEIXEIRA, H. V. R.; WEBER, F. M.; BOLOMINI, J. F. Z.; SILVA, R. Efeitos da prática de exercícios físicos por crianças com Transtorno do Espectro Autista: uma revisão sistemática. **Peer Review**, n. 20, p. 184-200, 2023. DOI: <https://doi.org/10.53660/1010.prw2578>. Disponível em: <https://prwj.org/index.php/journals/article/view/1010>. Acesso em: 18 maio 2026.

BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.

BRASIL. **Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015**. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência [Estatuto da Pessoa com Deficiência]. Brasília, DF: Presidência da República, [2015]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em: 24 abr. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 24 abr. 2026.

BRAZ, M. M.; MARQUES, A. T. A capoeira como instrumento de inclusão social no ambiente escolar. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 32, n. 3, p. 511-518, 2018.

CHALMERS, A. F. **O que é a ciência afinal?** São Paulo: Brasiliense, 1993. 226p., 21cm. [Leituras afins].

CORDEIRO, E. S. G.; APRÍGIO, L. C. S.; AZONI, C. A. S.; GAZZOLA, J. M. Postural balance in children with Autism Spectrum Disorders. **Revista CEFAC**, v. 23, n. 5, e0921, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0216/20212350921>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/gxfHXjhKLfTRnx5VP5DCRN>. Acesso em: 18 maio 2026.

ESATBEYOGLU, F.; KIRK, T. N.; HAEGELE, J. A. “Like I’m flying”: capoeira dance experiences of youth with visual impairments. **British Journal of Visual Impairment**, v. 41, n. 2, p. 243-253, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/02646196211059756>. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/02646196211059756>. Acesso em: 18 maio 2026.

FALCÃO, J. L. C. **A escolarização da capoeira**. Brasília: ASEFE; Royal Court, 1996.

FERNANDES, V. R.; RIBEIRO, M. L. S.; ARAÚJO, N. B.; MOTA, N. B.; RIBEIRO, S.; DIAMOND, A.; DESLANDES, A. C. Effects of Capoeira on children's executive functions: A randomized controlled trial. **Mental Health and Physical Activity**, v. 22, 100451, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2022.100451>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1755296622000138>. Acesso em: 18 maio 2026.

GESSER, M.; NUERNBERG, A. H.; TONELI, M. J. F. A contribuição do modelo social da deficiência à psicologia social. **Psicologia & Sociedade**, v. 24, n. 3, p. 557-566, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822012000300009>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/PhdsqlyL5T8fRwTp9JD3T6M>. Acesso em: 24 abr. 2026.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico 2010**: Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência. 2010. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9662-censo-demografico-2010.html?edicao=9749&t=sobre>. Acesso em: 20 maio 2023.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico 2022**: pessoas com deficiência e pessoas diagnosticadas com transtorno do espectro autista: resultados preliminares da amostra. Rio de Janeiro: IBGE, 2025. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2102178>. Acesso em: 20 maio 2023.

JUCÁ, L. G.; LIMA, G. A.; MOURA, D. L. Estratégias de Ensino do Badminton para Alunos com Deficiência: uma Revisão Integrativa. **Revista Mosaico**, v. 15, n. 3, p. 216-224, 2024. DOI: <https://doi.org/10.21727/rm.v15i3.4827>. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RM/article/view/4827>. Acesso em: 24 abr. 2026.

KIPHARD, E. **Insuficiencias de Movimientos y de Coordinación en la Edad de la Escuela Primaria**. Buenos Aires: Editorial Kapelusz, 1976.

LEME, A. Um estudo dos benefícios físicos e psicológicos da capoeira. **Múltiplo Saber**, v. 31, n. 1, 2017. Disponível em: https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arg-idvol_38_1441742909.pdf. Acesso em: 18 maio 2026.

LURIA, A. R. **Fundamentos da neuropsicologia**. Rio de Janeiro; São Paulo: Livros Técnicos e Científicos: EdUSP, 1981.

MAENNER, M. J.; WARREN, Z.; WILLIAMS, A. R.; AMOAKOHENE, E.; BAKIAN, A. V.; BILDER, D. A.; DURKIN, M. S.; FITZGERALD, R. T.; FURNIER, S. M.; HUGHES, M. M.; LADD-ACOSTA, C. M.; MCARTHUR, D.; PAS, E. T.; SALINAS, A.; VEHORN, A.; WILLIAMS, S.; ESLER, A.; GRZYBOWSKI, A.; HALL-LANDE, J.; NGUYEN, R. H. N.; PIERCE, K.; ZAHORODNY, W.; HUDSON, A.; HALLAS, L.; MANCILLA, K. C.; PATRICK, M.; SHENOUDA, J.; SIDWELL, K.; DIRIENZO, M.; GUTIERREZ, J.; SPIVEY, M. H.; LOPEZ, M.; PETTYGROVE, S.; SCHWENK, Y. D.; WASHINGTON, A.; SHAW, A. K. Prevalence and characteristics of Autism Spectrum Disorder among children aged 8 years – Autism and Developmental Disabilities monitoring Network, 11 Sites, United States, 2020. **MMWR Surveill. Summ.**, v. 72, n. 2, p. 1-14, 2023. Disponível em: <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/72/ss/pdfs/ss7202a1-H.pdf>. Acesso em: 18 maio 2026.

MATOS, E. W. S. **Avaliação do desempenho motor em escolares de 11 a 14 anos, praticantes e não praticantes de capoeira de uma escola privada de Barreiras-BA**. 2010. Disponível em: <http://www.webartigos.com>. Acesso em: 18 maio 2026.

MELLO, A. S.; SANTOS, W.; RODRIGUES, L. A.; SANTOS, R. S. O protagonismo de pessoas com deficiência intelectual no processo de ensino-aprendizagem da capoeira. **Pensar a Prática**, v. 17, n. 1, 2014. DOI: <https://doi.org/10.5216/rpp.v17i1.23706>. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/index.php/fe/article/view/23706>. Acesso em: 18 maio 2026.

MENEZES, F. S. Capoeira para deficientes visuais: comparação do equilíbrio entre praticantes e não praticantes de capoeira. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 34, n. 1, p. 81-93, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892012000100007>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/xF8LLkHTcsMrNCPMBJ4TFw/?lang=pt>. Acesso em: 18 maio 2026.

- MEZIANI, M. Social participation of people with disabilities in boxing and capoeira: a comparative ethnographic multi-sited focus. **Sport in Society**, v. 21, n. 1, p. 166-178, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1225889>. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17430437.2016.1225889>. Acesso em: 5 maio 2026.
- MOCARZEL, R. C. S. Inclusão de pessoas com deficiência através das lutas e artes marciais. **Revista de Artes Marciais Asiáticas**, v. 11, n. 2, p. 70-82, 2016. DOI: <https://doi.org/10.18002/rama.v11i2.4177>. Disponível em: <https://revpubli.unileon.es/ojs/index.php/artesmarciales/article/view/4177>. Acesso em: 18 maio 2026.
- REIS FILHO, A. D.; SCHULLER, J. A. P. A capoeira como instrumento pedagógico no aprimoramento da coordenação motora de pessoas com síndrome de Down. **Pensar a Prática**, v. 13, n. 2, 2010. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/7532>. Acesso em: 24 abr. 2026.
- ROCHA, P. G. L.; SIMIM, M. A. M.; PEREIRA, A. M. A.; ARANHA, Á. C. M. A prática da capoeira modifica a noção de corpo de pessoas com deficiência intelectual? **Conexões**, Campinas, v. 21, e023036, 2024. DOI: <https://doi.org/10.20396/conex.v21i00.8674547>. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8674547>. Acesso em: 24 abr. 2026.
- SILVA, M. S. **Musicalidade na capoeira**: uma construção oral através da musicalidade da capoeira. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso [Bacharelado em História] – Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Artes, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2018. Disponível em: <http://www.repositorio.ufal.br/handle/riufal/3599>. Acesso em: 5 maio 2026.
- SOUSA, M. N. A.; SOUSA, M. N. A.; BEZERRA, A. L. D. Atividades esportivas para indivíduos com transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v. 11, n. 1, p. 90-96, 2021. DOI: <https://doi.org/10.18378/rebes.v11i1.8703>. Disponível em: <https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/8703>. Acesso em: 29 maio. 2026.
- TEIXEIRA, B. V.; MOTA, C. G. A prática da capoeira por pessoas com síndrome de Down: uma revisão da literatura. **Acta Fisiátrica**, v. 25, n. 1, p. 40-45, 2018. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2317-0190.v25i1a158836>. Disponível em: https://revistas.usp.br/actafisiatrica/pt_BR/article/view/158836. Acesso em: 18 maio 2026.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION; WORLD BANK. **World report on disability**. Geneva: World Health Organization, 2011. Disponível em: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/6d771bce-1281-4333-aaac-3ea345222be5/content>. Acesso em: 18 maio 2026.
- YAMANER, Y. B.; DEMIRLI, A.; MOGHANLOU, A. E.; GÖKÇELİK, E. The Effect of Aerobic Exercises on Skill Behaviour of Autistic Children. **Pakistan Journal of Medical & Health Sciences**, v. 16, n. 3, p. 713-716. 2022. DOI: <https://doi.org/10.53350/pjmhs22163713>. Disponível em: <https://pjmhsjournal.com/pjmhs/article/view/589>. Acesso em: 27 maio 2026.
- ZAMANI, A.; TALAB, R.; SKEIKH, M.; TORABI, F. The effect of gymnastic exercises on motor skills in autistic children. **Indian Journal of Public Health Research & Development**, v. 8, n. 4, 4099, 2017. DOI: <http://doi.org/10.5958/0976-5506.2017.00322.9>. Disponível em: <https://indianjournals.com/article/ijphrd-8-4-021>. Acesso em: 27 maio 2026.

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

COMO CITAR ESTE ARTIGO SEGUNDO AS NORMAS DA REVISTA

ABNT: CRISTO JUNIOR, C. H. N.; NEVES, L. E. O.; REIS, A. L. Os Benefícios da Capoeira para o Desenvolvimento Integral de Pessoas com Deficiências. *Vértices [Campos dos Goitacazes]*, v. 28, n. 2, e28223478, 2026. DOI: <https://doi.org/10.19180/1809-2667.v28n22026.23478>. Disponível em: <https://editoraessentia.iff.edu.br/index.php/vertices/article/view/23478>.

APA: Cristo Junior, C. H. N., Neves, L. E. O., & Reis, A. L. (2026). Os Benefícios da Capoeira para o Desenvolvimento Integral de Pessoas com Deficiências. *Vértices [Campos dos Goitacazes]*, 28(2), e28223478. <https://doi.org/10.19180/1809-2667.v28n22026.23478>

DADOS DO AUTOR E AFILIAÇÃO INSTITUCIONAL

Carlos Henrique Nascimento de Cristo Junior - Mestre em Diversidade e Inclusão pela Universidade Federal Fluminense (UFF) e Doutorando em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília (UCB). Docente no Instituto Federal Fluminense (IFF) Campus Cambuci/RJ - Brasil. E-mail: carlos.cristo@gsuite.iff.edu.br.

Luiz Eduardo de Oliveira Neves - Mestre em Diversidade e Inclusão pela Universidade Federal Fluminense (UFF) e Doutorando em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília (UCB). Docente da Prefeitura de Cariacica/ES - Brasil. E-mail: luiz.neves@edu.cariacica.es.gov.br.

Andrea Lucena Reis - Doutora em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília (UCB). Docente da Secretaria de Educação-DF e do Programa de Pós-graduação em Educação da Universidade Católica de Brasília/DF - Brasil. E-mail: andreluce.reis@p.ucb.br.

FINANCIAMENTO

Os autores declararam não ter havido financiamento de agências de fomento, instituições públicas ou privadas para a pesquisa que originou este artigo.

APROVAÇÃO DO COMITÊ DE ÉTICA NA PESQUISA

Não se aplica.

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declararam não haver conflito de interesses.

DISPONIBILIDADE DOS DADOS

Os autores declararam que os dados da pesquisa não estão depositados em repositório público.

DECLARAÇÃO DE USO DE IA

Os autores declararam que houve utilização do ChatGPT (OpenAI) exclusivamente para apoio na revisão textual do manuscrito.

DECLARAÇÃO DE DIREITO AUTORAL

Este documento é protegido por Copyright © 2026 pelos Autores

LICENÇA DE USO

Esta obra está licenciada sob uma [Licença Creative Commons](#). Os usuários têm permissão para copiar e redistribuir os trabalhos por qualquer meio ou formato, e também para, tendo como base o seu conteúdo, reutilizar, transformar ou criar, com propósitos legais, até comerciais, desde que citada a fonte.

RESPONSABILIDADE PELA PUBLICAÇÃO

Essentia Editora, coordenação subordinada à PROPPIE do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da Essentia Editora.