

Título Estudos em Desenvolvimento Motor da Criança XIV

Editores Ana Rita Matias, Gabriela Almeida, Guida Veiga, José Marmeleira

Edição Universidade de Évora

Impressão Reprografia da Universidade de Évora

Tiragem 150 exemplares

outubro de 2021

ISBN 978-972-778-216-1

Depósito Legal n.º 490916/21

Este trabalho é financiado por fundos nacionais
através da Fundação para a Ciência e a Tecnologia,
no âmbito do projeto UIDP/04923/2020

FCT
Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia



GOVERNO DE
PORTUGAL

CHRC.
COMPREHENSIVE HEALTH
RESEARCH CENTRE

OUT-TO-IN: ESTUDO DA VIABILIDADE DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PSICOMOTORA IMPLEMENTADO NO ESPAÇO EXTERIOR DO JARDIM DE INFÂNCIA

OUT-TO-IN: FEASIBILITY STUDY OF A PSYCHOMOTOR INTERVENTION PROGRAM IMPLEMENTED IN THE PRESCHOOL OUTDOORS

Daniela Guerreiro¹ & Guida Veiga^{1,2}

¹ Departamento de Desporto e Saúde, Escola de Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade de Évora

² Comprehensive Health Research Centre (CHRC)

Resumo

Conhecer e controlar o corpo é fundamental para conhecer e adequar as emoções e as relações. O programa OUT-TO-IN propõe uma abordagem corpo-mente implementada no espaço exterior do jardim de infância, com o objetivo de melhorar as competências sócio-emocionais e motoras. Este estudo incluiu a participação de 120 crianças ($5,88 \pm 1,04$ anos). O Grupo Controlo ($n=43$) não participou na intervenção e o Grupo Experimental ($n=77$) participou durante 10 semanas em sessões bissemanais dinamizadas por uma psicomotricista e pelas educadoras. As sessões envolveram atividades semi-dirigidas de jogo, relaxação e simbolização. Este estudo tem como objetivo examinar a viabilidade do OUT-TO-IN como programa corpo-mente de promoção das competências sócio-emocionais e motoras das crianças de idade pré-escolar. A análise do sistema de monitorização, construído para o efeito e validado por uma equipa externa, junto dos indicadores de viabilidade, mostram que o tempo de avaliação é bem tolerado e os instrumentos avaliam as variáveis em estudo. A taxa de assiduidade manteve-se elevada (75-95%). Ao longo da implementação do programa, a atividade física, a atenção das crianças às sensações corporais, o empenho em encontrar soluções e resolver problemas motores e a interação positiva com os pares foi crescente, assim como o envolvimento das educadoras. O estudo evidencia que o OUT-TO-IN é um programa de promoção do desenvolvimento das crianças, viável e bem tolerado pelas mesmas e pelas educadoras.

Palavras chave

Corpo-mente; jardim de infância; espaço exterior; competências sócio-emocionais.

Abstract

Knowing and controlling the body is essential to know and adapt emotions and relationships. The OUT-TO-IN program proposes a body-mind approach implemented in the outdoor of the preschool, with the objective of improving social-emotional and motor skills. This study includes the participation of 120 children (5.88 ± 1.04 years). The Control Group ($n=43$) did not participate in the intervention and the Experimental Group ($n=77$) participated for 10 weeks in biweekly sessions run by a psychomotor therapist and teachers. The sessions involved semi-guided activities of play, relaxation and symbolization. This study aims to examine the feasibility of OUT-TO-IN as a mind-body program to promote social-emotional and motor skills of preschool aged children. The analysis of the monitoring system built for this purpose and validated by an external team, together with the feasibility indicators, show that the assessment time is well tolerated, and the instruments evaluate the variables under study. The attendance rate remains high (75-95%). Throughout the program's implementation, physical activity, children's attention to bodily sensations, the effort to find solutions and solve motor problems and positive interaction with peers progressively increased, as well as the involvement of educators. The study shows that OUT-TO-IN is a mind-body program focused on children's development, which is viable and well tolerated by them and by educators.

Key words

Mind-body; Preschool; playground; social-emotional skills.

INTRODUÇÃO

As competências sócio-emocionais (e.g., autorregulação, comunicação e resolução de problemas) têm vindo a ser associadas a importantes indicadores de sucesso académico, social e comportamental, fundamentais para o desenvolvimento saudável, e preditores de sucesso na vida adulta [1]. O reconhecimento da importância das competências sócio-emocionais tem motivado o desenvolvimento e a implementação de programas de promoção destas competências, nos mais diversos contextos e focados em diversas faixas etárias. Foi com este objetivo que a Fundação

Calouste Gulbenkian (FCG) lançou um programa de financiamento de projetos que tivessem como objetivo o desenvolvimento das competências sócio-emocionais das crianças e dos jovens portugueses.

O programa OUT-TO-IN, cofinanciado pela FCG e pela Universidade de Évora, compreende uma abordagem corpo-mente distinta, suportada em três premissas: (1) o espaço exterior é um espaço privilegiado de desenvolvimento e aprendizagem [2]; (2) conhecer e controlar o corpo é fundamental para conhecer e adequar as emoções e as relações [3]; (3) as competências sócio-emocionais das/os educadoras/es são essenciais para o desenvolvimento sócio-emocional das crianças [4]. Assim, o OUT-TO-IN envolve sessões de intervenção psicomotora com as crianças no espaço exterior, bem como sessões com as educadoras. Neste artigo será apenas focada a intervenção com as crianças, que consiste em sessões bissemanais dinamizadas por uma psicomotricista e pelas educadoras. As sessões decorrem no espaço exterior e envolvem atividades lúdicas e semi-dirigidas de jogo de exercício (JE), relaxação (R) e simbolização (S). Elementos essenciais à qualidade da implementação do programa OUT-TO-IN são a consciencialização ativa dos estados corporais e da sua relação com os estados emocionais, a estimulação da diversidade de respostas, a demonstração de afetividade positiva, a escuta ativa, entre outros. Mais ainda, o OUT-TO-IN pressupõe que as educadoras tenham um papel progressivamente mais ativo e participativo nas sessões.

Os resultados positivos de um programa de intervenção dependem em grande parte da qualidade da sua implementação, nomeadamente da aplicação dos elementos centrais do programa, tal como previamente planeado (i.e., fidelidade) e da exposição dos participantes à intervenção (i.e., dosagem) [5]. Por outro lado, a qualidade metodológica dos estudos experimentais pode ser aumentada se os indicadores de viabilidade forem analisados [6]. Assim, este artigo tem como objetivo analisar a viabilidade e a qualidade de implementação do programa OUT-TO-IN.

METODOLOGIA

Após o consentimento informado dos pais e o assentimento verbal das crianças, foram iniciadas as avaliações das crianças e, de seguida, a intervenção.

Amostra

Participaram 120 crianças em idade pré-escolar ($5,88 \pm 1,04$ anos), divididas em Grupo Controlo ($n=43$; 2 turmas) que não participaram na intervenção, e em Grupo Experimental ($n=77$; 4 turmas), que participaram durante 10 semanas em sessões bissemanais.

Instrumentos

Para o estudo de viabilidade foram analisados os indicadores sugeridos [6]: a) os procedimentos de avaliação; b) possibilidade de randomização em grupos de intervenção; c) necessidades e competências na formação do terapeuta; d) adequabilidade da intervenção ao grupo-alvo e e) cumprimento dos planos previamente definidos.

Para o estudo da qualidade da implementação foi construída uma grelha de monitorização, validada por uma equipa externa, que foi aplicada em diferentes momentos do programa para aferir a aplicação dos elementos centrais do programa, definidos por um total de 34 parâmetros (e.g., direcionamento da atenção das crianças para as sensações do corpo, realização no espaço exterior, participação da educadora) e de cada fase da sessão (e.g., níveis de atividade física no JE, níveis de concentração na R estimulação da diversidade das representações na S). Cada parâmetro foi medido por um observador externo entre os atributos “pouco”, “razoavelmente” e “muito”. A dosagem foi medida através do registo da assiduidade das crianças e das educadoras nas sessões.

RESULTADOS

Relativamente aos critérios de viabilidade (a) o tempo de aplicação dos instrumentos foi bem tolerado pelas crianças e os instrumentos selecionados permitiram avaliar as competências sócio-emocionais e a competência motora ; (b) a randomização dos grupos foi parcialmente garantida; (c) a participação numa formação inicial sobre os pressupostos do OUT-TO-IN, bem como a experiência prévia em práticas corpo-mente foi fundamental para que a psicomotricista implementasse o programa; (d) a motivação, o envolvimento, a participação e a crescente autonomia revelaram que o OUT-TO-IN é adequado ao grupo alvo; e (e) os planos de sessão previamente definidos foram cumpridos na generalidade; pontualmente foram necessárias adaptações no espaço devido a condições atmosféricas adversas.

Relativamente à qualidade da implementação, foi alcançada a pontuação máxima em 25 parâmetros dos 34 parâmetros analisados, sobretudo nos relativos à psicomotricista (e.g., demonstra afetividade

positiva, comunica com clareza, apresenta tarefas semi-definidas, estimula a diversidade das respostas, apresenta as propostas de forma lúdica, dirige a atenção das crianças para as sensações corporais). Quanto aos indicadores relativos às crianças que nem sempre foram atingidos, no JE as crianças nem sempre estiveram empenhadas em encontrar soluções motoras, estabeleceram interações positivas com os pares e resolveram problemas motores com os pares. Na R, as crianças nem sempre estiveram concentradas na atividade e nas sensações do corpo, estabeleceram interações positivas com os pares e, por vezes, apresentaram agitação psicomotora. Na S, todos os indicadores relativos às crianças foram atingidos com sucesso. Relativamente às educadoras por vezes houve baixos níveis de participação nas atividades e um papel pouco ativo na sua dinamização. Estes indicadores foram sendo melhorados ao longo da intervenção.

Por fim, quanto à dosagem, foram implementadas todas as sessões previstas. A assiduidade das crianças foi elevada (75%-95%) e a das educadoras foi inferior (40%-100%).

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos atestam a viabilidade do OUT-TO-IN enquanto programa corpo-mente, o que indica que pode ser realizado um Ensaio Clínico Randomizado de maiores dimensões, não sendo necessárias adaptações aos procedimentos. O estudo da qualidade da implementação confirma a fidelidade da implementação pela psicomotricista, sugerindo, contudo, a necessidade de adotar estratégias que promovam o envolvimento ativo das educadoras titulares nas sessões. A participação das educadoras é determinante para a qualidade, sucesso e continuidade do OUT-TO-IN.

CONCLUSÃO

O OUT-TO-IN é uma abordagem que relaciona o corpo em movimento com as emoções. Apresenta-se como um programa viável e bem tolerado. A sua implementação revela uma boa qualidade, sendo bastante promissor na manutenção do bem-estar das crianças em idade pré-escolar.

REFERÊNCIAS

- 1.Domitrovich CE, Durlak JA, Staley KC, Weissberg RP. Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. *Child development*. 2017 Mar;88(2):408-16.
- 2.Tremblay MS, Gray C, Babcock S, Barnes J, Bradstreet CC, Carr D, Chabot G, Choquette L, Chorney D, Collyer C, Herrington S. Position statement on active outdoor play. *International journal of environmental research and public health*. 2015 Jun;12(6):6475-505.
- 3.Veiga G, da Silva BS, Gibson J, Rieffe C. Emotions in play; the importance of physical play on children's social well-being. In: Dukes D, Samson AC, Walle R, editors. *Handbook of Emotion Development*; London: Oxford University Press; 2021
- 4.Redder P, McClure M, Jolley A, editors. *Family matters: Interfaces between child and adult mental health*. Psychology Press; 2000
- 5.Domitrovich CE, Gest SD, Jones D, Gill S, DeRousie RM. Implementation quality: Lessons learned in the context of the Head Start REDI trial. *Early childhood research quarterly*. 2010 Jul 1;25(3):284-98.
- 6.Abbott JH. The distinction between randomized clinical trials (RCTs) and preliminary feasibility and pilot studies: what they are and are not. *Journal Of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*. 2014 44(8):555-58.