Baby swimming and its complexity: a bibliographic review

Márcio Larrat Frota e Silva¹; Carlos Andrei Lopes¹; Karoline Quadros Pinheiro¹; Klebson da Silva Almeida^{2,3}; Paloma Aguiar Ferreira da Silva²; Ricardo Gomes Reis¹; Mariela de Santana Maneschy³; Ricardo Pablo Passos^{2,4}; Bráulio Nascimento Lima^{1,2}; Guanís de Barros Vilela Junior^{2,4}

ISSN: 2178-7514

Vol. 13 | Nº. 3 | Ano 2021

RESUMO

A natação é uma atividade que traz muitos benefícios para os bebês. Sabe-se que o bebê não irá aprender a nadar em seu primeiro ano de vida, mas sim trabalhar o seu desenvolvimento de acordo com sua faixa etária. O objetivo desse estudo foi, verificar os benefícios da natação para e sua complexidade. Contudo será realizada uma revisão bibliográfica através de artigos já publicados, levando em consideração, o auto salvamento, a relação sócia afetiva entre pai e filho na natação, desenvolvimento do bebê e ou condicionamento. Com base na literatura, foi verificado que a natação para bebês melhora o desenvolvimento social do bebê, tendo em vista o contato com crianças da sua faixa etária, junto com o aumento do vínculo entre pai e filho, além da diminuição de risco de acidentes, através do desenvolvimento do auto salvamento adquirido pela criança dependendo da faixa etária.

Palavras-chave: Bebê; natação; Benefícios.

ABSTRACT

Swimming is an activity that has many benefits for babies. It is known that the baby will not learn to swim in its first year of life, but will work on its development according to its age group. The aim of this study was to verify the benefits of swimming for and its completeness. However, a bibliographic review will be carried out through articles already published, taking into account self-rescue, the social affective relationship between father and son in swimming, baby development and or conditioning. Based on the literature, it was found that swimming for babies improves the baby's social development, in view of the contact with children of his age group, together with the increase in the bond between father and son, in addition to decreasing the risk of accidents, through the development of self-rescue acquired by the child depending on the age group.

Keywords: Baby; swimming; Benefits.

---

1 Faculdade Conhecimento e Ciência – FCC

2 Nucleo de Pesquisas em Biomecânica Ocupacional e Qualidade de Vida – NPBOQV

3 Universidade da Amazônia – UNAMA

4 Universidade Metodista de Piracicaba - UNIMEP

Autor de correspondência

Bráulio Nascimento Lima – brauliolima@outlook.com

INTRODUÇÃO

A natação apresenta-se desde a pré-história como uma modalidade de suma importância para evolução da humanidade, já que era utilizada através de deslocamento para busca e alimentos e de novos ambientes para manter sua sobrevivência^(1, 2). O ser humano identifica-se muito bem no meio aquático, pois descobre e amplia novas possibilidades de exploração de movimentos antes só atribuídas a animais aquáticos, chegando a produzir modalidades esportivas como a natação^(1, 2).

A natação, por ser uma modalidade que apresenta pouquíssimas restrições, pode ser praticada desde o nascimento até a velhice, e, como esporte, apresenta inúmeros benefícios como: recreativo, competitivo, terapêutico, segurança, condicionamento físico ou simplesmente relaxamento^(1, 3).

A natação para bebês teve seu marco na Austrália em 1939, onde ocorreu a primeira publicação de artigo abordando este assunto⁽⁴⁾. No Brasil, estudos relacionados à natação para bebês iniciaram-se na década de 60 repletos de medos e preconceitos. A publicação de artigos brasileiros começou somente a partir dos anos 80, considerando-se a disseminação de academias e centros especializados nesse esporte⁽⁵⁾.

Observa-se que a maioria dos pais procura a natação para seus filhos em busca de segurança e saúde^(6, 7). Dentre outros benefícios, envolvendo a atividade física, em contexto de desenvolvimento

motor e capacidades específicas, que podem ser desenvolvidos a partir da natação para bebês, temos os ganhos afetivos na entre com os pais⁽⁷⁾.

A natação para bebês é uma modalidade recente, pois observou-se a proliferação de academias e centros especializados no ensino da natação fizeram com que surgissem classes específicas para essa faixa etária⁽⁸⁾. Segundo Silveira et al⁽⁸⁾, nessa busca pelo desenvolvimento de novas modalidades de atividades para bebês, temos na natação um estímulo precoce multifatorial que desenvolve gestos natatórios a partir de estímulos sensoriais.

Segundo Lima⁽⁹⁾ “busca-se, desde a mais tenra idade, dar condições para que os pequeninos também possam aproveitar-se dos benefícios das atividades aquáticas e aprender as primeiras lições de auto salvamento.

Segundo Barbosa⁽¹⁰⁾, os objetivos psicomotores são os mais referidos na literatura. Talvez porque se associam facilmente as atividades físicas ao objetivo deste gênero, apesar de ser possível atingir outras categorias de objetivos. E de todos eles, o auto salvamento é o mais citado por diversos autores. Por ventura porque, historicamente, as primeiras classes de natação para bebês surgiram com essa intensão, ficando, conseqüentemente, essa ideia enraizada em todos os quantos lecionam essa atividade⁽¹⁰⁾.

Apesar do auto salvamento ser o foco principal de muitos estudos, não devemos esquecer dos outros motivos pelos quais as crianças se envolvem com esse esporte, como: melhorar

suas habilidades e aprender outras, socializar-se, melhorar o condicionamento físico e sentir novas emoções⁽¹¹⁾. É relevante dizer que em se tratando de bebês, quem decide os objetivos e motivos a serem alcançados são os pais que apresentam interesse na melhoria de saúde e prevenção de doenças, socialização, realização pessoal e até mesmo status social⁽³⁾. Não esquecendo que os pais têm a preocupação de proporcionar aos seus bebês, condições, meios e incentivos para que tenham uma vida mais saudável e fisicamente ativa por um longo período, mostrando que a natação para bebês é, dentro das atividades físicas orientadas, a primeira experiência sistematizada a que são submetidas as crianças^(3, 12).

Segundo Barbosa⁽¹⁰⁾, “as aulas de natação para bebês possibilitam às crianças salvarem-se de situações de afogamento, promovendo uma adaptação ao meio aquático desde cedo, que irá favorecer a relação do sujeito com a água ao longo de sua vida, isto porque a água será um meio privilegiado para experimentar novas sensações, novos comportamentos motores e estimulação de diversos sentidos.”

Em relação ao aspecto social da natação para bebês o ABC do bebê (2003) é categórico ao afirmar que “este é também um passo importante na vida do bebê, porque, até esta altura teve pouca socialização e esse esporte vem lhe permitir conviver com outras pessoas”⁽¹³⁾.

Já em relação aos métodos de aprendizagem na natação para bebês, devem ser aplicados no intuito de habituá-los na água, visto

que o bebê viveu 9 meses em um meio aquoso em vida uterina, mostrando que é possível desfrutar desse meio acumulando experiências que contribuirão para sua educação global. Logo verifica-se ser uma modalidade excelente para o desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo, melhorando o relacionamento entre pais e filhos, além de trazer inúmeros benefícios à saúde dos pequeninos⁽¹³⁾.

Em razão disso, a natação pode ser compreendida como um importante meio de incentivo a uma vida mais ativa e saudável desde a infância, seguindo a vida adulta, enfatizando a melhora no desenvolvimento motor de seus praticantes. O desenvolvimento motor em crianças é dependente de sua maturação biológica, de experiências motoras ao longo da vida e do ambiente na qual está inserida, mostrando que uma mesma tarefa pode exigir ações motoras diferentes em cada contexto⁽¹⁴⁾. As propriedades da água podem levar, quando associadas a distintos movimentos da natação, ao enriquecimento do repertório motor da criança^(14, 15).

A literatura tem nós mostrado que programas de estimulação precoce tem se tornado cada vez mais populares nas ultimas décadas, uma vez que os bebês que frequentam as aulas na piscina recebem mais estímulos em quase todas as áreas do seu desenvolvimento comparados aqueles que não fazem⁽¹⁶⁾. Temos que levar em conta, que a estimulação precoce na primeira infância, deve respeitar a individualidade

biológica de cada criança, onde as atividades devem ser feitas de acordo com sua idade, buscando potencializar o seu desenvolvimento, sendo assim, buscaremos mostrar como a natação pode interferir no desenvolvimento do bebê que pratica essa atividade⁽¹⁵⁻¹⁷⁾.

Assim surgiu o interesse de fazer a elaboração de um trabalho de natação para bebês, uma vez que já possuímos uma certa vivência com esse público, a pesquisa se tornará de mais fácil manipulação, devido termos uma experiência acumulada ao longo desses semestres de estudo, levando em consideração que é um tema que está sendo muito difundido no nosso meio profissional, sem contar que é um assunto que nos encanta e que por isso tentaremos apresentar à sociedade um material de fácil interpretação onde qualquer pessoa pudesse aprender e entender um pouco desse processo de aprendizado, já que com o avanço de estudos na área de motricidade humana, a natação infantil passou a ter um papel de grande importância, uma vez que a mesma é importante para o desenvolvimento físico, afetivo-social e formação cognitiva, além de desenvolver sua inteligência e personalidade⁽¹⁸⁾. A natação se configura como um dos programas mais conhecidos para proporcionar a estimulação motora, e embora esta prática tenha se tornado popular, poucos estudos têm investigado sua efetividade.

Esperamos assim, que esse tema seja motivo de muita discussão dentro do meio acadêmico, por apresentarmos uma abordagem

simples, porém muito rica de conhecimentos. Com esse intuito, o objetivo do presente foi identificar na literatura os benefícios da prática precoce de natação em bebês e crianças entre 6 meses e 3 anos e sua relação com o desenvolvimento esperado e/ou obtido através da prática regular e planejada pelo profissional de Educação Física.

Esse estudo teve como objetivo analisar os benefícios proporcionados pela natação para crianças de 06 meses a 3 anos. Fazendo uma referência de como deveria ser feito o auto-salvamento em bebês, relacionar a otimização da relação socioafetiva entre pais e filhos, além de mostrar quais os benefícios proporcionados aos praticantes dessa atividade.

MATERIAL E MÉTODO

Inicialmente foi realizada uma pesquisa através de artigos sobre o assunto, natação para bebês de 06 meses a 3 anos, para assim correlacionar ao objetivo tendo como critério de seleção a possibilidade de base crítica do autor, considerando a imersão na complexibilidade do tema. Posteriormente se levantou pontos inerentes à importância da natação para o vínculo entre pai e filho assim como as questões sociais e afetivas com crianças da mesma faixa etária, onde se mostra de extrema importância para o desenvolvimento da criança no futuro.

REFERENCIAL TEÓRICO

Auto salvamento em bebês.

Segundo Lima⁽⁹⁾, ao se iniciar um trabalho com bebês, é necessário o conhecimento de algumas leis físicas da água, para assim fazer uma boa aplicabilidade dos estímulos dentro da estrutura da aula e assim ocorrer uma constante evolução dos alunos.

Um afogamento ocorre quando há imersão prolongada da pessoa em um meio líquido, podendo levar a vítima a asfixia. É sabido que é grande o número de mortes por afogamento em crianças pequenas no mundo inteiro, e acontece porque a maioria dos bebês e crianças não sabem como escapar daquela situação de pânico⁽¹⁹⁾.

A lei da flutuação ou princípio de Arquimedes afirma que quando um corpo está completamente ou parcialmente imerso em um meio líquido em repouso, ele sofre empuxo para cima igual ao peso do líquido deslocado⁽²⁰⁾. Todo corpo que tiver densidade relativa menor que 1

flutuará, pois o peso do objeto é menos que o peso da água deslocada; Se a densidade relativa for maior que 1 ele afundará, e se for igual e flutuará logo abaixo da superfície da água⁽²⁰⁾. A densidade relativa do corpo humano com ar nos pulmões é 0,97 para adolescente e adultos jovens, e 0,86 para crianças, ele flutuará. Sendo assim, essa lei física nos permite trabalhar a habilidade de flutuação para um possível salvamento. Essa flutuação pode ser trabalhada pelo professor deixando o corpo do bebe na posição horizontal, com os membros superiores bem relaxados e submersos⁽²¹⁾.

Para Damasceno⁽²²⁾, “Flutuação e respiração estão diretamente ligadas ao tônus e, portanto, a efetividade é uma consequência, controlará melhor seu equilíbrio, levando a facilitação da flutuação”.

A lei de Pascal explica que um corpo submerso sofre pressão em todos os lados, e a mesma aumenta com a profundidade⁽²⁰⁾. Dominando essa lei, conseguimos manter a integridade física do bebe durante a aula.

Tabela 01 Risco subjetivo de Afogamento

Risco geral de afogamento	Competência aquática	Índice de riscos		
		Piscina sem onda e sem corrente	Lago represas, praias sem ondas ou correntes	Rios, praias ou piscinas com correntes e/ou ondas
1	Saber nadar, analisar riscos e resgatar	Baixo	Baixo	Baixo
2	Domina os quatro nados	Baixo	Médio	Médio
3	Sabe nadar, flutua na vertical e dorsal	Baixo	Médio	Alto
4	Possui deslocamento e flutua na vertical	Baixo	Alto	Alto
5	Não sabe nadar e flutuar	Alto	Alto	Alto

Fonte: Adaptado de Szpilman (23), Szpilman et al (24).

A tabela 01 é uma forma simplificada de quantificar os riscos de afogamento que varia com o nível de natação, a habilidade de flutuação, o treinamento em análise de risco e resgate, em diferentes cenários aquáticos. Os riscos 1,2,3 pressupõem a pessoa estar em boas condições físicas, caso não esteja, considere-se em um nível mais alto risco. Versão 9 (Dez/17) ^(23, 24).

O bebê não aprende a nadar quando em contato com o meio propício à aprendizagem, e sim fazendo uso de suas habilidades inatas (flutuabilidade, reserva de oxigênio, inconsciente do perigo), para assim ficar livre do perigo na água eventualmente ⁽²⁵⁾.

O auto salvamento consiste num conjunto de técnicas básicas de natação, onde se utiliza o próprio corpo ou algum suporte flutuante, para ajudar numa situação de emergência. Com isso, observa-se que a criança deve manter sua flutuação, para assim ficar com o rosto livre acima do nível da água para manter sua respiração, além de economizar energia, sem gerar desgaste desnecessário ou até o socorro chegar ou conseguir sair daquela situação ⁽²⁶⁾.

Precisa-se então ensinar a criança a posicionar o seu corpo de forma adequada na água, de modo a aproveitar o empuxo e flutuabilidade que seu corpo tem, além de respirar de forma adequada, onde se inspira fora da água e expira em baixo, soltando o ar pelo nariz. Isso se traduz no típico nado de sobrevivência, pois apesar de poderem se debater na água, eles conseguirão se locomover para um lugar onde consiga dar pé ou até a borda da piscina ⁽²⁶⁾.

Relacionar a otimização da relação socioafetiva entre pai e filho.

Um dos momentos mais importantes da natação, é a aproximação entre, pais, filho e professor, visto ser uma atividade que mexe com a inteligência emocional dos envolvidos e por promover uma maior aproximação entre eles. Esse contato é muito importante para o desenvolvimento afetivo, visto que a natação para bebês vem fazendo parte de estudos de psicomotricidade, para um melhor desenvolvimento de seu planejamento enquanto atividade física, o que por sua vez aumenta a procura dos pais pela natação, para que assim seus filhos aprendam a nadar, se preparando para uma maior segurança no ambiente aquático ⁽²⁷⁾.

A presença dos pais é de fundamental importância nas aulas, visto que nessa fase a criança apresenta uma relação de proximidade muito forte com os pais, uma vez que eles proporcionam uma maior confiança e tranquilidade ao pequeno ⁽⁶⁾. Com isso, observa-se que a criança, à medida que vai amadurecendo fisicamente e psicologicamente, estimulada pelo ambiente físico e social, vai construindo sua inteligência. Assim Piaget ⁽²⁸⁾, observou que existem formas distintas de interagir com o ambiente nas diferentes faixas etárias. A essas maneiras diferentes de agir e pensar, denominou de estágio ou período, ou seja, determinadas faixa etária correspondem a determinados tipos de aquisições mentais e de organização destas aquisições que condicionam a atuação da criança em seu ambiente.

A natação enquanto atividade física sistematizada favorece a tomada de consciência dos bebês em relação a si, ao meio, ao grupo e a sociedade, contribuindo assim para o desenvolvimento de todas as suas aptidões, pois o desenvolvimento na água ocorre de acordo com a sua maturação, com o aprimoramento de seus reflexos e de sua coordenação⁽²⁹⁾.

Foi visto por Gallahue e Ozmun⁽¹⁴⁾, que as atividades aquáticas para bebês atuam favorecendo a formação das modificações nervosas com a estimulação motora e sensorial dos exercícios desenvolvidos na água, onde estes estímulos do aprendizado, as ramificações dos neurônios crescem, unem-se a outros neurônios aumentando o número de sinapses (conexão por onde passam informações), formando assim uma boa capacidade de memorização. Com esses estímulos e respostas, a criança expande seu acervo sensório motor, mais adaptativo e mais inteligente, de maneira agradável e motivadora⁽¹⁴⁾. Sendo assim, a presença dos pais é vista como um elemento de segurança física da criança, uma vez que é improvável que o professor consiga controlar o comportamento de inúmeras crianças, num ambiente tão propício a acidentes.

Os pais funcionam como um agente intermediário, que possibilitará a aproximação do professor com o bebê⁽²⁹⁾.

Benefício da natação para bebês

O conhecimento sobre a temática natação para bebês, envolve conhecer todo o seu

desenvolvimento que vai desde a concepção até o final da primeira infância, uma vez que tanto o aspecto, físico, motores, sociais e afetivos devem ser compreendidos, para que o profissional de educação física possa indentificar as limitações e capacidade de cada faixa etária^(6,14,15). Sem esquecer que a interligação dos aspectos citados acima, irão interferir diretamente no desenvolvimento sensorial, cognitivo e social⁽²¹⁾.

Segundo Damasceno⁽²²⁾, “sem via de duvida, a natação para bebês é o primeiro e mais eficaz instrumento de aplicação da educação física no ser humano, assim como excelente elemento para iniciar a criança na aprendizagem organizada, sobretudo, quando se considera que nesta idade qualquer outro agente educativo é inabordável.”

Barbosa⁽²⁶⁾ fala que: “concomitantemente, as aulas de natação para bebês, mais do que possibilitarem a criança salvar-se de situações de afogamento, promoverão uma adaptação ao meio aquático desde cedo que irá favorecer a relação do sujeito com a água ao longo de toda a vida. Isto porque a água será um meio privilegiado para experimentar novas sensações, novos comportamentos motores e estimular diversos sentidos”.

Em relação ao aspecto social da natação para bebês, “este é também um passo importante na vida dos bebês, porque, até esta altura, ele teve poucos contatos sociais e a natação vai permitir-lhe conviver com outras pessoas, nomeadamente, monitor”⁽³⁰⁾.

Castro⁽³¹⁾, afirma que a natação para bebês pode levar a um melhor desenvolvimento das capacidades psicomotoras, equilíbrio emocional e sobre tudo, a prevenção de doenças respiratórias, uma vez que grande parte das crianças adoece com esse tipo de problema.

A natação, é antes de tudo, um elo de ligação entre o homem e a água na locomoção, capaz de proporcionar sensações distintas, trazer desafios e oferecer momentos de prazer, que talvez em outro meio não possa ser encontrado. Por isso é fonte de estímulo, e somente o simples contato do bebê com a água, já é um estímulo, pois promovem o desenvolvimento do equilíbrio, coordenação e noção de corpo e espaço⁽³²⁾.

O meio líquido estimula todo o corpo, possibilitando movimentos tridimensionais impossíveis de executar fora dele, o que é facilitado pela diminuição da gravidade sobre o corpo do bebê. A água favorece a mobilidade e o seu domínio beneficia a confiança e aumenta a auto-estima⁽³³⁾.

Observa-se que os benefícios da personalidade como diminuição do medo, aumento da auto-confiança, otimismo e segurança são constantes na modalidade, haja vista que se perpetuam por toda vida do ser humano^(1, 21, 33)

A natação traz melhorias de desenvolvimento neuromotor, fortalece a musculatura, aumenta a capacidade cardio respiratória e aumenta a mobilidade articular,

além disso, estimula o sono mais tranquilo, aumenta o gasto de energia e consequentemente o aumento do apetite^(21, 34).

Com o tempo, o bebê melhora o seu aproveitamento intelectual e trabalha capacidades como: Precisão, capacidade de reação, velocidade e qualidade de coordenação (citação).

A natação apresenta-se como o único esporte que pode ser colocado a disposição do bebê, a partir do nascimento. Além disso, pais e filhos podem criar brincadeiras estimulantes e prazerosas, reforçando muito mais os laços familiares^(6, 35).

Além dos benefícios já citados, a natação oferece recreação, relaxamento e independência. Não esquecendo que o benefício mais importante, é que a água pode ser uma grande fonte de prazer para o bebê⁽³⁵⁾

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo trás a importância da natação para bebês. No estudo foi visto que a natação vai além de uma simples brincadeira, pois proporciona às crianças desenvolvimento dos aspectos motor, afetivo e cognitivo. Nesse estudo podemos identificar os mais diversos benefícios que a natação tem há oferecer para os bebês, porém muitos pais ainda matriculam seus filhos, apenas quando se tem orientação médica ou apenas para que possa aprender a sobreviver em caso de um acidente no meio aquático. O estudo nos trás um grande leque de conhecimentos sobre

os benefícios dessa atividade, mas é necessário um aprofundamento maior nessa área tão pouco explorada, pois os benefícios da natação favorecem não apenas o público infantil, mas também o adulto em toda a complexidade do processo de desenvolvimento e envelhecimento.

REFERÊNCIAS

1. Santos APMd. Atividades Aquáticas. Porto Alegre: SAGAH; 2019.
2. Medeiros DCCd, Montenegro NR. Entre rios, mares e piscinas: a natação nas cidades de São Paulo e Fortaleza (décadas de 1920 a 1940). *Conexões*. 2020;18:e020039-e.
3. Pacheco LSA, Maciel RM. BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA CRIANÇAS DE ZERO A TRÊS ANOS PORTADORAS DE PARALISIA CEREBRAL. *Psicologia e Saúde em debate*. 2018;4(Suppl1):52-.
4. Matos L. Estudo exploratório da natação para Bebês na área do Grande Porto: condições estruturais, materiais e humanas, objetivos e opções metodológicas. 2009.
5. BONACELLI M. A natação no deslizar aquático da corporeidade. 2004: Tese (Doutorado)-Faculdade de; 2004.
6. Espada M. CARACTERIZAÇÃO DOS PAIS E PERCEÇÃO DOS MESMOS SOBRE AULAS DE NATAÇÃO PARA BEBÊS. *Revista da UI_IPSantarém- Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém*. 2019;7(2):157-67.
7. Freitas PdO. Percepção dos pais em relação à prática de natação para bebês. 2019.
8. Silveira dos Santos JP, de Souza Raimundo RJ, Ferreira do Prado JC, Santana CA. Os benefícios da natação para faixa etária lactente. e-Revista Facitec. 2020;11(1).
9. Lima ELd. A Prática da Natação para Bebês. Jundiaí2003.
10. Barbosa TM. Generalidades sobre a organização e a gestão de programas de natação para bebês. *Educacion Fisica y Deportes*. 1999.
11. Martins MS. A brincadeira nas práticas educativas da natação. *Educación Física Licenciatura-Tubarão*. 2019.
12. Vasconcellos MB. Teste de aquacidade para natação monitorada. *Revista Saúde Física & Mental-ISSN* 2317-1790. 2019;7(1):01-6.
13. Antunes C. Jogos para a estimulação das múltiplas inteligências. 20 ed. Petrópolis2001.
14. Gallahue D, Ozmun JC, Goodway JD, Sales DRd, Petersen RDS. *Compreendendo o Desenvolvimento Motor*. 7ed ed. São Paulo2013.
15. Scalón RCB. Influência da natação no desenvolvimento motor em crianças de 5 à 7 anos de idade. 2015.
16. Tumanova B. The particularities of swimming and its relation to the social development of babies and their parents. *Activities in Physical Education & Sport*. 2017;7(1).
17. Huang C-H. Parents' Perception of Kindergarteners' Swimming Lessons in Taiwan. *American Journal of Sports Science*. 2019;7(2):60-71.
18. Raiol P, Raiol R. A importância da prática da natação para bebês. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. 2010;15.
19. Nogueira CdM, Galvão PVM, Santos RACC, Fragozo BRTdA, Souza EHAd. Mortalidade por afogamento em crianças menores de 5 anos no Brasil: 2001 a 2010. *Rev baiana saúde pública*. 2017:<https://doi.org/10.22278/2318-2660.2016.v40.n3.a1701>.
20. Corrêa SC. CONCEITOS BIOMECÂNICOS APLICADOS À CONSTRUÇÃO DA CONSCIÊNCIA CORPORAL NA ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO. *Atividades Aquáticas: Um Olhar Dirigido ao Ensino*. 2020.
21. Silva CGSd, Tertuliano IW, Mansoldo AC. *Natação Para Bebês*. Porto Alegre2015.
22. Damasceno L. *Natação para bebês do conceito à prática sistematizada*. Rio de Janeiro1994.
23. Szpilman D. Afogamento-Perfil epidemiológico no Brasil-Ano 2012. Publicado on-line em www.sobrasa.org, Fevereiro de. 2012:571-75.
24. Szpilman D, Gaino Pinheiro A, Madormo S, Palacios-Aguilar J, Otero-Agra M, Blitvich J, et al. ANÁLISIS DEL RIESGO DE AHOGAMIENTO ASOCIADO AL ENTORNO ACUÁTICO Y COMPETENCIA NATATORIA ANALYSIS OF THE DROWNING RISK ASSOCIATED WITH AQUATIC ENVIRONMENT AND SWIMMING. *Revintmedciencactfisdeporte*. 2020.
25. Bresges L. *Natação para o meu neném: natação nos 1. e 2. anos de vida: Ao livro técnico S/A*; 1980.
26. Barbosa TM, Queirós TMG. A habilidade motora aquáticas básica “propulsão”: proposta de abordagem durante a adaptação ao meio aquático. *EduSer-Revista de Educação*. 2003;1(1):167-76.
27. VELASCO CG. *Natação Segundo a Psicomotricidade*. Rio de Janeiro1997.
28. Piaget J, Stöber N, Loch W. *Sprechen und Denken des Kindes: Schwann*; 1975.
29. Saavedra JM, Escalante Y, Rodríguez FA. A evolução da natação. *Lecturas, Educacion Física y Deportes*, Buenos Aires. 2003;9(66):1-14.
30. ABC do Bebê. A criança na piscina 2021 [Available from: <http://www.abcdobebe.com>].
31. CASTRO EMF. *Natação do bebê pré-escolar*. São Paulo1984.
32. MOURA NJM. *Natação e sua aplicação em diferentes momentos da vida dos seres humanos* 2000.
33. Perinazzo S. O lúdico como processo de aprendizagem da natação. *Monografia de Pós-Graduação “lado sensu”, Faculdade de Ciências da Saúde Educação Física, Universidade de Marília, São Paulo, Brasil*. 2000.
34. Sarmento P, Montenegro M. *Adaptação ao meio aquático: Um projecto educativo*1992.
35. Fontanelle MS, Fontanelle J. *A Natação para Bebês: entre o prazer e a técnica*. 3ed ed. São Paulo1985.

OBSERVAÇÃO: Os autores declaram não existir conflitos de interesse de qualquer natureza.