

Indagine europea in termini di pratica sportiva delle persone autistiche

Sidney Grosprêtre^{a*}, Célia Ruffino^a, et Nicolas Gueugneau^b

^a*C3S Laboratory, Besançon, France*

^b*ELLIAD Laboratory, Besançon, France*

*autore corrispondente: sidney.grospretre@univ-fcomte.fr Tipo di comunicazione richiesta:
comunicazione orale

Parole chiave: disturbo dello spettro autistico, sport, attività fisica

Contesto

Anche se alcuni studi recenti hanno esaminato l'impatto dello sport sulle persone autistiche (1, 2), spesso si sono concentrati su pratiche molto specifiche in campioni ridotti. Il progetto europeo Sacree, finanziato dal programma Erasmus+ Sport, mira a migliorare la vita quotidiana delle persone autistiche promuovendo attività sportive. Lo scopo generale del programma è progettare e testare gli effetti di un programma specifico di Attività Fisica Adattata (APA) per le persone autistiche. Qui presentiamo la prima fase del progetto, che mira a comprendere meglio i legami che le persone autistiche hanno con lo sport e l'attività fisica, e quindi mettere in discussione le pratiche attuali.

Materiale e metodo

Un questionario composto da 20 domande sull'attività fisica (se sì: tipo, frequenza, durata, se no: motivo della mancanza di attività) e sulle barriere ai/fattori di spinta dell'attività fisica, è stato distribuito in Europa nei 5 paesi partner del progetto, tradotto in ciascuna lingua nativa (Francia, Croazia, Belgio, Italia, Portogallo). Questo questionario, distribuito tra marzo e settembre 2023, si rivolge direttamente alle persone autistiche o ai loro famigliari o caregiver se non erano in grado di compilarlo da soli, di età pari o superiore a 3 anni e senza limite massimo.

Risultati

Sono stati ricevuti un totale di 540 risposte, con il 71% dei partecipanti che hanno indicato di praticare regolarmente un'attività fisica, rispetto al 29% che non lo fa. L'attività fisica più frequentemente riportata è una volta alla settimana, della durata media di 60 minuti. Questa frequenza è più alta tra coloro che hanno più di 40 anni (2 volte alla settimana), mentre la durata delle sessioni è più bassa tra i bambini di 3-10 anni (45 minuti). Di coloro che hanno partecipato, il 56% afferma di farlo in un

club, il resto in strutture specializzate o da soli. La scelta dell'attività dipende dalla preferenza personale (55,4%), dalla facilità di accesso (19,6%) o perché anche amici o familiari lo fanno (12,2%), con le attività acquatiche che risultano essere le più popolari (vedi Figura 1). Che i partecipanti praticassero o meno sport, la maggior parte di loro (74%) ha dichiarato che lo sport non è accessibile o visibile alle persone autistiche.

Discussione e conclusione

Per quanto riguarda la "dose" di APA, c'è una disparità tra ciò che è raccomandato nella letteratura (3) e le risposte ai questionari. Ad esempio, mentre la maggior parte degli studi raccomanda programmi di 3 sessioni a settimana, molti praticanti ne fanno effettivamente solo una. La scelta dell'attività rimane largamente dettata dalla preferenza personale dell'utente, che diventa il criterio principale. Infine, questi risultati sottolineano 1) la difficoltà che le persone autistiche hanno nel trovare un programma adatto vicino a casa, 2) la mancanza di informazioni da parte delle strutture su come accogliere e adattare le loro pratiche a un pubblico simile.

Riferimenti bibliografici

- 1) Alhowikan, A. M. (2016). Benefits of physical activity for autism spectrum disorders: A systematic review. *Saudi Journal of Sports Medicine*, 16(3), 163-167.
- 2) Levante, A., Martis, C., Antonioli, G., Dima, M., Duma, L., Perrone, M., ... & Lecciso, F. (2023). The Effect of Sports Activities on Motor and Social Skills in Autistic Children and Adolescents: a Systematic Narrative Review. *Current Developmental Disorders Reports*, 10(3), 155-174.
- 3) Srinivasan, S. M., Pescatello, L. S., & Bhat, A. N. (2014). Current perspectives on physical activity and exercise recommendations for children and adolescents with autism spectrum disorders. *Physical therapy*, 94(6), 875-889.

Conflitto di interesse: nessun conflitto

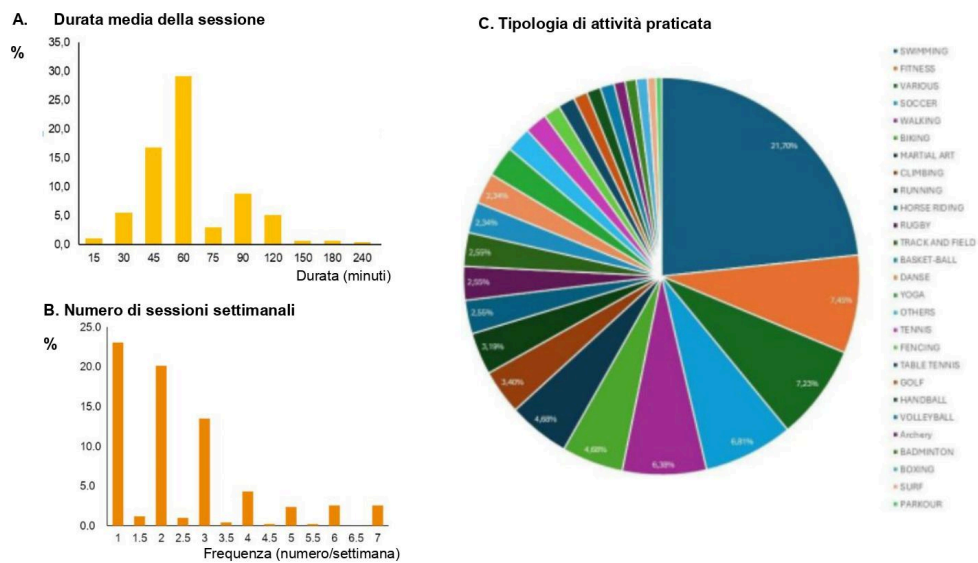


Figura 1: Dati chiave dell'indagine europea sullo sport per persone autistiche.

Risposte provenienti da 540 persone, dati espressi come percentuale dei rispondenti. A. Durata delle sessioni. B. Numero di sessioni alla settimana. C. Sport praticati.