

II Congresso Internacional do Conselho Regional de Educação Física PA-AP

V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência



Organizadores:
Ricardo Figueiredo Pinto, Dr
Robson Antônio Tavares da Costa, PhD

Macapá - AP - 2019

**II Congresso Internacional do Conselho Regional de
Educação Física PA-AP**

V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência



VOLUME V

DADOS DE COPYRIGHT

Sobre a Obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe da editora Conhecimento & Ciência, e seus diversos parceiros, tem por objetivo ofertar a comunidade científica conteúdo para uso em pesquisas e estudos acadêmicos. É expressamente proibida a comercialização do presente conteúdo, sem a autorização da Editora. O conteúdo de cada seção e de cada capítulo é de responsabilidade de seus autores.

Sobre a Editora Conhecimento & Ciência:

A editora C&C foi criada em abril de 2000, neste momento há dezenove anos vem atuando no mercado educacional, sempre tendo como objetivo a construção e divulgação do conhecimento científico, por entender que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis a qualquer cidadão.



ORGANIZADORES

DR. RICARDO FIGUEIREDO PINTO

PhD. ROBSON ANTÔNIO TAVARES DA COSTA

**II Congresso Internacional do Conselho
Regional de Educação Física PA-AP
V Fórum Internacional de
Conhecimento & Ciência**

**MACAPÁ – AMAPÁ - BRASIL
2019**

CONSELHO CIENTÍFICO

ADALBERTO DA CRUZ LIMA, DR – UFPA – BR
ANTONIO AUGUSTO TEIXEIRA DA COSTA, PHD – ULHT – PT
ANTONIO CESAR MATIAS DE LIMA, DR – UEPA - BR
CARLOS ALEXANDRE FELÍCIO BRITO, DR – USCS – BR
CLAUDIO JOAQUIM BORBA PINHEIRO, DR – UEPA – BR
DANIEL ALVAREZ PIRES, DR – UFPA – BR
DIVALDO MARTINS DE SOUSA, DR – UEPA – PA
EMANUEL DE JESUS SOUSA, DR – UEPA – BR
ELIANA DA SILVA COÊLHO MENDONÇA, DRA – IFRR - BR
ERALDO PEREIRA MADEIRO, DR – UNITINS – BR
EVITOM CORRE DE SOUSA, DR – UEPA – BR
JOSÉ FERNANDE FILHO, PHD – UFRJ – BR
JOSENALDO MENDES DE SOUSA, DR – UEPA - BR
LIGIA GIZELY MELO, DRA – EFTRB – BR
MARIA FRANCISCA DE SOUZA BORDALO, DRA – UEPA - BR
MARCO ANTONIO BARROS DOS SANTOS, DR – UEPA – BR
MARCO JOSÉ MENDONÇA DE SOUZA, DR – IFRR - BR
MOISÉS SIMÃO SANTA ROSA DE SOUSA, DR - UEPA - BR
RICARDO FIGUEIREDO PINTO, DR – UEPA – BR
ROBSON ANTONIO TAVARES DA COSTA, DR – UNIFAP – BR
ROBSON JOSÉ DE SOUZA DOMINGUES, DR – UEPA – BR

II Congresso Internacional do Conselho Regional de Educação Física PA-AP e V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência / Ricardo Figueiredo Pinto; Robson Antônio Tavares da Costa (organizadores), Macapá-Amapá: Conhecimento & Ciência, 2019. 488 p.

ISBN: 978-85-61370-31-2

*O conteúdo dos capítulos é de inteira responsabilidade dos autores.

SUPERVISÃO E REVISÃO FINAL:

Francisco Válber de Sousa Teixeira

Ricardo Figueiredo Pinto

DIAGRAMAÇÃO E DESIGN:

Francisco Válber de Sousa Teixeira

Gabriel Feliz Duarte Pinto

CAPA:

Gabriel Feliz Duarte Pinto

APRESENTAÇÃO

Para nós que fazemos a Conhecimento & Ciência, estamos muito felizes em finalizar o ano acadêmico de 2020 com sete novas publicações científicas, as quais passarão a fazer parte do nosso conjunto de publicações produzidas ao longo dos dezanove anos de atividades editoriais.

Nos dias 15, 16 e 17 de novembro de 2019 estaremos lançando sete novos e-books sendo dois referentes a duas teses de doutoramento, quatro dissertações de mestrados, e especialmente esta sétima obra, o e-book do **2º CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA – CREF18 E DO V FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA**.

Esta obra trás na sua primeira seção, de artigos, um conjunto de 32 artigos de diversas áreas de acordo com os objetivos dos dois eventos citados acima, totalizando 488 páginas de resultados de pesquisas realizadas por acadêmicos de graduação e de pós graduação de diversos cursos e programas, bem como resultados de investigações produzidas por profissionais de diversas áreas, o que nos deixa convictos que muito agradarão os leitores do e-book.

Apesar do pouco tempo entre a realização do IV e V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência, sendo que o IV Fórum foi realizado em maio de 2019 e o V Fórum em novembro de 2019, espaço de apenas seis meses, o evento atual bateu todos os recordes dos eventos anteriores, dos quais o II Fórum conseguiu produzir uma obra com 204 páginas, enquanto que o atual evento produziu uma obra com mais de 450 p. o que demonstra credibilidade e interesse da comunidade acadêmica e científica em participar dos nossos eventos por meio de suas publicações.

Teremos ainda uma segunda seção do e-book, de trabalhos predominantemente de pesquisas que seus autores apresentarão nos eventos citados em forma de Relato de Experiências e por meio de Banners, que temos certeza que muito engrandecerá os eventos.

Com a nossa decisão de realizar este evento em outras cidades, deixando de realizar somente na cidade de Belém-PA, acreditamos que neste momento os residentes na capital Amapaense, cidade de Macapá, serão os privilegiados pela oportunidade e que com certeza muito aproveitarão os eventos e os e-books.

Ficamos na expectativa que os leitores desta obra possam tirar boas lições para suas atividades pessoais e profissionais, bem como se houver interesse entrar em contato com os autores da obra visando o aprofundamento dos conteúdos publicados.

Aproveitamos também para agradecer e parabenizar pela participação nos dois eventos dos Professores Cleodenilce Nascimento dos Santos, Marco Antônio Barros dos Santos, Francisco Válber de Sousa Teixeira, Maria Nádia Alencar Lima, Ney Calandrini de Azevedo e Wanessa Rezende Gaspar Lameira, por meio das publicações dos e-books destes autores que também estão sendo lançados no II Congresso internacional do conselho regional de educação física PA-AP e V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência.

Não poderíamos também deixar de agradecer aos docentes que fazem parte dos conselhos científicos das sete obras referidas anteriormente.

Queremos aproveitar a oportunidade para fazer um agradecimento especial ao Presidente e Vice-Presidente do CREF18, Professores Cristiano de Miranda Gomes e Éder do Vale Palheta, por acreditar na parceria com a C&C e permitir a realização conjunta dos dois eventos científicos.

Finalmente desde já queremos convidar a todos a publicarem e participarem do VI Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência que está programado para acontecer na cidade de Santa Inês no estado do Maranhão, no período de 30 de março a 02 de abril de 2020, como parte da comemoração dos 20 anos da editora C&C.

Prof. Dr. Ricardo Figueiredo Pinto
Diretor – C&C

AUTORES DA OBRA

ALICE PEQUENO DE BRITO
ANTONIO HAROLDO DA COSTA CARDOSO JUNIOR
BRUNO DE ALMEIDA GARCIA PALHETA
CAIO VINICIUS FREITAS DE ALCANTARA
CARLOS DORNELE ROCHA ROCHA
CÉSAR RENATO AMORIM DE ASSIS
DAVI DOS SANTOS FERREIRA
DANILO SILVA BARBOSA
DANIEL ALVAREZ PIRES
DEISIANE DA SILVA MESQUITA
DIEGO DOMINGOS FERREIRA PEREIRA
DILMA DE OLIVEIRA LEÃO
EDER DO VALE PALHETA
ELENTON OLIVEIRA DE SOUSA
ELIANA DA SILVA COELHO MENDONÇA
EUDIENE RAMOS DA CUNHA
ERICK AZUELO DA SILVA
ÉRIKA DE SOUSA LIMA
EDILSON PONTES DA SILVA JÚNIOR
EDNA FERREIRA COELHO GALVÃO
ERIANA DA SILVA COELHO
GILENO EDU LAMEIRA DE MELO
GIOVANNA NOVAES SOUZA SANTOS
HÉLITON BRENDON DE OLIVEIRA MARQUES
IGOR SARAIVA NASCIMENTO
IDEVAL AUGUSTO DOS SANTOS GONÇALVES
IDAYLA FERNANDES LEAL
IGOR JOSÉ LIMA DA SILVA BRANDÃO
JULIELI SANTOS DEL CASTILHO
JOCEMAR RIVA
JOSÉ ROBERTTO ZAFFALON JUNIOR

JORGE FARIAS DE OLIVEIRA
JHEICK JHONY FERREIRA DOS SANTOS
JANINE CAMARGO FERRARI
JOSÉ ALEX CRUZ NUNES
JONATHA PEREIRA BUGARIM
JOSIMAR NAZARÉ TORRES DA SILVA
JOSE GUILHERME DE SOUZA CÔRTE
JORGE AUGUSTO LAURIDO
JOSÉ FERNANES FILHO
KARYTTA SOUSA NAKA
LEONARDO ANDRADE DE SOUZA
LEONARDO VITOR RIBEIRO CARDOSO
LUCAS JACÓ DOS SANTOS
LUCINETE MARIA DE LIMA MELO
MARESSA SILVA OLIVEIRA
MAILSON AMONIAS DE SOUZA SILVA
MILKESON MENDES DE SOUZA
MARCIO RISCK
MARCOS FRANCISCO DE OLIVEIRA SARAIVA
MARIA DA CONCEIÇÃO PEREIRA BUGARIM
MARCO JOSÉ MENDONÇA DE SOUZA
MOACIR AUGUSTO DE SOUZA
NATÁLYA CRISTINE ROCHA DE CASTRO
NAYARA MATOSO DA SILVA
NATHALIA LARISSA NAGATA DA SILVA
OLIVALDO MARQUES MONTE VERDE
PAULO RAFAEL BRAGA FERREIRA
PÉTALA PEREIRA DE SOUZA
ROSÂNGELA LIMA DA SILVA
RICARDO FIGUEIREDO PINTO
RENAN TEIXEIRA DOS SANTOS
REGINALDO FERNANDES PORTELA FILHO
RAYANE KLECILMA VIANA GONÇALVES

STEVE GABRIEL NÚNCIO LIMA
TANY LUÊNY SILVA DE OLIVEIRA
VALÉRIA DE NAZARÉ ALVES DE PAULA
VICTOR ANDRÉ CHAVES TEIXEIRA
VICTÓRIA BAÍA PINTO
WALQUIRIA SILVA DO NASCIMENTO

SUMÁRIO

SEÇÃO I: ARTIGOS	16
- ARTIGO 1 -	17
ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA E APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO	17
- ARTIGO 2 -	31
ATLETISMO COM MATERIAIS ALTERNATIVOS: possibilidade metodológica de melhorias das habilidades motoras de escolares do 5º ano de uma escola pública em Altamira/PA.....	31
- ARTIGO 3 -	50
AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA NO ENSINO FUNDAMENTAL: Uma análise comparativa do perfil nutricional dos alunos de uma escola pública e uma particular do município de Altamira-Pa.....	50
- ARTIGO 4 -	67
ESTILO DE VIDA E SUA INFLUÊNCIA NO AUTOCONCEITO DE ESCOLARES	67
- ARTIGO 5 -	82
PRIMEIROS SOCORROS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: SABERES REVELADOS POR ALUNOS DO ENSINO MÉDIO	82
- ARTIGO 6 -	100
TEATRO EDUCATIVO: Uma análise sobre o teatro educativo como método de socialização da criança introvertida no contexto escolar.....	100
- ARTIGO 7 -	121
AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE E EQUILÍBRIO DE PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON	121
- ARTIGO 8 -	132
ANÁLISE DO ESTILO DE VIDA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM DIABETES, HIPERTENSÃO E OBESIDADE E SEU CONTEXTO NA SAÚDE COLETIVA	132
- ARTIGO 9 -	146
BULLYING: REFLEXOS NO ÂMBITO ESCOLAR E O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA	146
- ARTIGO 10 -	158
UMA ANÁLISE NO CONTEXTO DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS PRATICADOS PELOS IDOSOS HIPERTENSOS EM CONCEIÇÃO DO ARAGUAIA – PA	158

- ARTIGO 11 -	178
PREVALÊNCIA DE ESTUDOS RELACIONADOS AO SEDENTARISMO NA REVISTA BRASILEIRA DE MEDICINA DO ESPORTE: UMA REVISÃO DE LITERATURA.....	178
- ARTIGO 12 -	184
FATORES CONTRIBUINTES PARA O SOBREPESO E A OBESIDADE NA ADOLESCÊNCIA	184
- ARTIGO 13 -	192
ATIVIDADE FÍSICA COMO FERRAMENTA PARA O CONTROLE DE SOBREPESO E OBESIDADE INFANTIL	192
- ARTIGO 14 -	200
ASPECTOS DA MOTIVAÇÃO NO CONTEXTO ESPORTIVO.....	200
- ARTIGO 15 -	208
DOENÇAS CRÔNICAS E DEGENERATIVAS: Diabetes, relação de prevenção e conscientização entre família e criança.	208
- ARTIGO 16 -	216
A INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NOS SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS	216
- ARTIGO 17 -	225
EXERCÍCIOS FÍSICOS E SUAS CONTRIBUIÇÕES NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM IDOSOS	225
- ARTIGO 18 -	234
OBESIDADE INFANTIL NA ESCOLA : DESAFIOS E ALTERNATIVAS DE SUPERAÇÃO	234
- ARTIGO 19 -	241
ENFERMAGEM E AS PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DURANTE O TRATAMENTO HEMODIALÍTICO: REVISÃO DA LITERATURA	241
- ARTIGO 20 -	250
A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO RESISTIDO NA FLEXIBILIDADE, FORÇA EXPLOSIVA E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE BAILARINOS CLÁSSICOS.....	250
- ARTIGO 21 -	262
INTERAÇÃO DO TRATAMENTO CLINICO FISICO: NA PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA	262
- ARTIGO 22 -	281
CARACTERIZAÇÃO DO QUE SÃO RESÍDUOS SÓLIDOS	281

- ARTIGO 23 -	292
MEGAEVENTOS ESPORTIVOS: UMA ANÁLISE SOBRE O PRISMA DE ACADÊMICOS DO CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM EDUCAÇÃO FÍSICA.	292
- ARTIGO 24 -	311
DIDÁTICA APLICADA: UM ESTUDO DE CASO SOBRE A FORMAÇÃO DE PROFESSORES EM UMA TURMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	311
- ARTIGO 25 -	329
EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL EM MULHERES DE 25 A 35 ANOS NO MUNICÍPIO DE GOIANÉSIA DO PARÁ.....	329
- ARTIGO 26 -	350
EXERCÍCIO MULTIMODAL E O EFEITO NA QUALIDADE DE VIDA DAS MULHERES PÓS MENOPAUSADAS DO MUNICÍPIO DE ITAITUBA/PA	350
- ARTIGO 27 -	366
EM ANÁLISE OS PROJETOS PEDAGÓGICOS DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA, NAS MODALIDADES: PRESENCIAL E EAD DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAPÁ	366
- ARTIGO 28 -	394
A INFLUÊNCIA DAS COMUNIDADES ECLESIAIS DE BASE (CEBs) NA ESTRUTURAÇÃO POLÍTICA, ECONOMICA E SOCIAL DO MUNICÍPIO DE IGARAPÉ MIRÍ- PARÁ-BRASIL	394
- ARTIGO 29 -	408
UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A CONSCIENTIZAÇÃO DA SUSTENTABILIDADE ASSOCIADA AO LAZER COM CRIANÇAS.	408
- ARTIGO 30 -	418
ESPORTE NA ESCOLA COMO IMPORTANTE INSTRUMENTO NA MELHORIA DO RENDIMENTO ESCOLAR.....	418
- ARTIGO 31 -	432
DIFICULDADES NA PRODUÇÃO DA REDAÇÃO PARA O EXAME NACIONAL DO ENSINO MÉDIO - ENEM	432
- ARTIGO 32 -	448
POLÍTICA DE EDUCAÇÃO BÁSICA PARA O ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	448
SEÇÃO II: RELATO DE EXPERIÊNCIA E BANNERS.....	466
RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	467

A INÉDITA PARTICIPAÇÃO DO PARÁ NO MUNDIAL DE ORIENTAÇÃO ESTUDANTIL NA ESTÔNIA	467
BANNER I – CONHECIMENTO & CIÊNCIA 2000 – 2019, 19 ANOS PRODUZINDO E DIVULGANDO CONHECIMENTO AO REDOR DO MUNDO.....	482
BANNER II – OBESIDADE INFANTIL NA ESCOLA : DESAFIOS E SUPERAÇÕES.....	483
BANNER III – A RELEVÂNCIA DA MEDIAÇÃO ENTRE TRABALHO E LAZER PERANTE A SÍNDROME DE BURNOUT.....	484
BANNER IV - ATENDIMENTO AO GRUPO ESPECIAL DENTRO DO ESPAÇO FITNESS: Uma Proposta de sistematização.....	485
BANNER V - ANTROPOMETRIA, PERCENTUAL DE GORDURA, DERMATOGLIFIA E SATURAÇÃO DE OXIGÊNIO EM ESCOLARES PRÉ E PÓS MENARCA.....	486
BANNER VI – EXERCÍCIOS FÍSICOS E SUAS CONTRIBUIÇÕES NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM IDOSOS.....	487
BANNER VII - O ESPORTE DE ORIENTAÇÃO: uma perspectiva de expansão da modalidade em municípios Paraense	488

SEÇÃO I: ARTIGOS

- ARTIGO 1 -

ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA E APTIDÃO FÍSICA DE ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO

MELO, Gileno Edu Lameira de
CASTILHO, Julieli Santos Del
JUNIOR, Edilson Pontes da Silva
JUNIOR, José Robertto Zaffalon
OLIVEIRA, Jorge Farias de

RESUMO

O presente trabalho teve como objetivo avaliar a qualidade de vida e o nível de aptidão física de escolares de ensino médio na cidade de Altamira-PA. Referente aos métodos, a amostra foi composta por 27 alunos (11 meninos e 16 meninas), na faixa etária de 15 a 17 anos. Para caracterização da amostra coletou-se o peso, estatura e IMC. Para a avaliação da aptidão física (ApF) foi utilizado a bateria de testes do Projeto Esporte Brasil, sendo estes: teste de flexibilidade, salto em distância, teste do quadrado, corrida de 20 metros e arremesso de medicine ball. Para avaliação da qualidade de vida (QV) foi utilizado o questionário SF-36, que identifica estados de saúde física e mental. Os dados obtidos foram analisados por estatística descritiva e apresentados como média $\pm$ desvio padrão da média. Os resultados encontrados apontaram que de acordo com o IMC, os escolares apresentaram o seguinte percentual: baixo peso (18,5%), peso normal (74,1%) e excesso de peso (7,4%), no qual o grupo de peso normal apresentou um bom nível de ApF em todos os testes e QV acima da média para os aspectos físico e mental. O grupo abaixo do peso demonstrou bom nível de ApF apenas no teste de flexibilidade, enquanto que o excesso de peso alcançou o nível bom somente no arremesso de medicine ball. Concluiu-se então, que o grupo de peso normal apresentou melhor escore de aptidão física e qualidade de vida em relação aos grupos abaixo do peso e com excesso de peso.

PALAVRAS-CHAVE: Escolares. Aptidão física. Qualidade de vida.

ABSTRACT

The present study aimed to evaluate the quality of life and physical fitness level of high school students in the city of Altamira-PA. Regarding the methods, the sample consisted of 27 students (11 boys and 16 girls), aged 15 to 17 years. To characterize the sample, weight, height and BMI were collected. For the evaluation of the physical aptitude (PAp) the test battery of the Brazilian Sport Project was used, being these: flexibility test, distance jump, test of the square, run of 20 meters and throw of medicine ball. The SF-36 questionnaire was used to assess the quality of life (QL), which identifies states of physical and mental health. Data were analyzed by descriptive statistics and presented as mean $\pm$ standard deviation of the mean. The results showed that, according to BMI, the following percentages were presented: low weight (18.5%), normal weight (74.1%) and overweight (7.4%), in which the group of normal weight presented a good level of PAp in all tests and QL above average for physical and mental aspects. The underweight group demonstrated a good PAp level only in the flexibility

test, while the overweight group reached a good level only in the medicine ball shot. It was concluded that the normal weight group presented better physical fitness and quality of life scores in relation to the underweight and overweight groups.

KEYWORDS: Scholars. Physical aptitude. Quality of life.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo evaluar la calidad de vida y el nivel de condición física de los estudiantes de secundaria en la ciudad de Altamira-PA. En cuanto a los métodos, la muestra consistió en 27 estudiantes (11 niños y 16 niñas), de 15 a 17 años. Para caracterizar la muestra, se recogieron peso, altura e IMC. Para la evaluación de la aptitud física (ApF) se utilizó la batería de prueba de Projeto Esporte Brasil, que fueron: prueba de flexibilidad, salto de longitud, prueba cuadrada, carrera de 20 metros y lanzamiento de pelota medicinal. Para evaluar la calidad de vida (QOL), se utilizó el cuestionario SF-36, que identifica los estados de salud física y mental. Los datos obtenidos se analizaron mediante estadística descriptiva y se presentaron como media $\pm$ desviación estándar de la media. Los resultados encontraron que según el IMC, los estudiantes presentaron el siguiente porcentaje: bajo peso (18.5%), peso normal (74.1%) y sobrepeso (7.4%), en el que el grupo de peso normal presentó un buen nivel de APF en todas las pruebas y una calidad de vida superior al promedio para los aspectos físicos y mentales. El grupo con bajo peso mostró un buen nivel de ApF solo en la prueba de flexibilidad, mientras que el grupo con sobrepeso logró un buen nivel solo en la inyección de balones medicinales. Se concluyó, por lo tanto, que el grupo de peso normal presentó una mejor aptitud física y puntaje de calidad de vida en relación con los grupos de bajo peso y sobrepeso.

PALABRAS CLAVE: Escolares. Aptitud física Calidad de vida.

1. INTRODUÇÃO

Os recentes avanços tecnológicos têm proporcionado mudanças de padrões no modo de vida da população em geral. Entretanto, a redução da prática de atividade física decorrente desse processo tecnológico tem contribuído para a aquisição de diversas doenças, além de promover um declínio nos níveis satisfatórios de aptidão física (ApF), principalmente entre crianças e jovens, o que reflete diretamente na qualidade de vida (QV) desses indivíduos (HARADA et al, 2003; ELIAS; FARIA; FARIAS, 2014; ALEXANDRE et al., 2015).

No que se refere a ApF, sua definição clássica corresponde à habilidade característica de uma pessoa em realizar atividades físicas, que pode resultar tanto de fatores genéticos, como do atual estado de saúde, dos níveis de nutrição e, principalmente da prática regular de atividades físicas (NAHAS, 2001). Alexandre et al. (2015), simplificam ao descrever a aptidão física como um componente biológico com

competência suficiente para executar atividades físicas com energia e vigor sem excesso de fadiga.

Bogorni et al. (2017), em suas pesquisas, demonstram que a ApF pode ser classificada em dois grupos, sendo que um deles estaria relacionado a performance (habilidades motoras) e o outro voltado à saúde. Referente à performance, está direcionada para o desempenho muscular projetado para as habilidades desportivas tais como a agilidade, equilíbrio, coordenação motora, potência e velocidade. Em contrapartida, a aptidão física relacionada à saúde é verificada pela capacidade do nosso organismo resistir às doenças degenerativas e conseguir realizar atividades cotidianas, estabelecida pelas condições de resistência cardiorrespiratória, força, resistência muscular e a flexibilidade.

Uma ferramenta bastante utilizada para avaliação da ApF refere-se a bateria de testes do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR), lançado em 2002 pelo Ministério dos Esportes, o qual é definido como um instrumento de observação permanente dos parâmetros de saúde e comportamento motor de crianças e adolescentes na faixa etária dos 7 aos 17 anos, com testes que podem ser facilmente adaptados à realidade das escolas (LUGUETTI; RÉ; BÖHME, 2010; DUMITH, 2010; FERNANDES et al., 2015).

Para compreender a temática sobre qualidade de vida, recorreremos ao conceito mais usual e referenciado sobre saúde, definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma condição de satisfação plena de estado físico, mental e social, e não somente a ausência de doença”, acarretando no termo “qualidade de vida relacionada à saúde” (QVRS) (AGATHÃO; REICHENHEIM; MORAES, 2018). A QVRS vai ainda além, pois, leva em consideração o sistema de valores e a cultura relacionando-os aos objetivos, preocupações, padrões e expectativas do indivíduo em relação à percepção de sua posição na vida, explícitos em fatores como os amigos, a família, o trabalho, entre outros, elementos estes que moldam e diferenciam o cotidiano de cada ser humano (ALVES; NEVES, 2016).

Nesse contexto, o presente trabalho justifica-se por entender que a prática habitual de atividade física na infância e adolescência, bem como a aquisição de hábitos positivos, traz vários benefícios para o ser humano, principalmente no desenvolvimento do estado de ApF, que conseqüentemente repercute de forma positiva no processo de

promoção de saúde e da QV, além de ser crucial para manutenção deste hábito na idade adulta (MINUZZI et al., 2015; LUGUETTI; RÉ; BÖHME, 2010).

Desse modo, o objetivo desta pesquisa é avaliar a qualidade de vida e o nível de aptidão física de alunos do ensino médio na cidade de Altamira/PA.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho é decorrente de um estudo de campo, de abordagem quantitativa, com objetivos exploratório e descritivo.

A pesquisa foi realizada em uma escola de ensino médio na cidade de Altamira - Pará, a qual participaram do estudo 27 adolescentes de ambos os sexos, com faixa etária de 15 a 17 anos de idade.

O estudo seguiu todos os aspectos éticos para pesquisas em seres humanos previstos na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), sendo aprovado no Comitê de Ética da Universidade do Estado do Pará - Campus XII / Santarém, e está registrado sob o parecer nº 3.261.611.

Foram coletados o peso, altura e IMC. A composição corporal foi avaliada através do IMC, usando o cálculo da massa corporal dividida pela estatura ao quadrado, baseando-se na tabela normativa apresentada para cada idade e sexo disponível no Manual do PROESP-BR, justificando-se ainda o fato de ser um método recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para estimar o perfil antropométrico de um indivíduo, em razão de se tratar de um protocolo menos invasivo, de baixo custo e legitimado, através do qual se obtém o resultado apenas conhecendo sua massa corpórea e altura (ALVES; NEVES, 2016). Para uma melhor distribuição da amostra quanto ao IMC, optou-se por utilizar as classificações quanto ao percentil em apenas três categorias, similar ao ocorrido no estudo de Dumith (2010), dispondo-se da seguinte forma: “baixo peso”, “normal” e “excesso de peso”.

Para avaliar a aptidão física foi utilizado a bateria de testes contidas no Manual do Projeto Esporte Brasil (PROESP-BR, 2007), que consistiram em cinco exames, sendo estes: teste de flexibilidade, realizado no Banco de Wells; teste de força explosiva de membros inferiores, conhecido como salto em distância ou ainda salto horizontal; teste de agilidade, usualmente conhecido como teste do quadrado; teste de velocidade de deslocamento, especificado como a corrida de 20 metros; e por fim, o teste de força explosiva de membros superiores, identificado como o arremesso de medicine ball (de 2

kg). Cabe destacar que todos os avaliados executaram os testes por meio de duas tentativas, no qual foi registrado como válido o melhor resultado (GAYA; SILVA, 2007). Referente a classificação do talento motor, foram utilizados como base os valores numéricos da escala de graus do PROESP-BR, assemelhando-se a um estudo de Schubert et al. (2016), no que diz respeito ao melhor aproveitamento dos dados em seus resultados, onde foi utilizado um esquema de adaptação de valores e convencionado uma divisão dos sujeitos da pesquisa em apenas três grupos: ruim, normal e bom. Os sujeitos que se enquadravam nas classificações: “muito fraco” e “fraco” foram reclassificados como “ruim”; os que se encaixavam na situação de “razoável” e “bom” passaram a compor o grupo “normal”; e, por fim, aqueles que configuravam os níveis “muito bom” e excelente” foram qualificados como “bom”, conforme representado na tabela 1.

Tabela 1 – Valores de referência para avaliação dos testes de Flexibilidade, Salto em Distância, Teste do Quadrado, Corrida de 20 m e Medicine ball do PROESP-BR.

Testes	Categoria Ruim	Categoria Normal	Categoria Bom (a)
Teste Flexibilidade (cm)	< 19 – 23*	24 – 33*	34 ≥ 44*
Salto em Distância (cm)	< 144 – 159*	160 – 188*	189 ≥ 224*
Teste do Quadrado (s)	> 7,05 – 6,56*	6,55 – 5,84*	5,83 ≤ 5,16*
Corrida de 20 m (s)	> 4,17 – 3,87*	3,86 – 3,43*	3,42 ≤ 2,92*
Teste Medicineball (cm)	< 335 – 374*	375 – 457*	458 ≥ 553*

* Valores referenciais estipulados com base no cálculo da média dos valores entre a faixa etária de 15 a 17 anos e dos sexos masculino e feminino das tabelas normativas do PROESP-BR.

Fonte: Adaptado do Manual PROESP-BR (2007).

Para estipular o nível da qualidade de vida, foi aplicado o Questionário SF-36 de Avaliação de Qualidade de Vida (The Medical Outcomes Study 36 - item Short Form Health Survey / SF-36) que é um instrumento para identificar os indicadores da QV, representado por uma série de questões formado por 36 itens, elencados por 8 componentes: capacidade funcional (10 itens), aspectos físicos (4 itens), dor (2 itens),

estado geral de saúde (5 itens), vitalidade (4 itens), aspectos sociais (2 itens), aspectos emocionais (3 itens), saúde mental (5 itens) e mais uma temática de avaliação comparativa entre as condições de saúde atual e a de um ano atrás. É visto como uma ferramenta de avaliação tanto dos aspectos negativos da saúde (enfermidade), como os aspectos positivos (bem-estar). Para a análise de seus resultados, após sua aplicação, é dada uma pontuação para cada questão que posteriormente são convertidos numa escala de 0 a 100, onde zero corresponde a uma pior condição de saúde e 100 a um melhor estado (CICONELLI, 1997). Todavia, foi definido um valor de corte de 50 pontos para determinar a QV dos alunos a partir da análise dos domínios físico e mental de saúde, em conformidade com a literatura de Campolina e Ciconelli (2008), os quais demonstraram uma segunda versão do SF-36 que implementou o desenvolvimento das novas medidas de avaliação de QV através da transformação linear dos escores de 0 - 100 em escores normalizados em relação à população americana (média de 50 e desvio padrão de 10), tornando muito mais simples a interpretação dos resultados obtidos. Dessa forma, de acordo com o critério adotado, interpretou-se que os alunos que pontuaram com menos de 50 estariam com pior QV e aqueles que pontuaram acima de 50 estariam com boa QV.

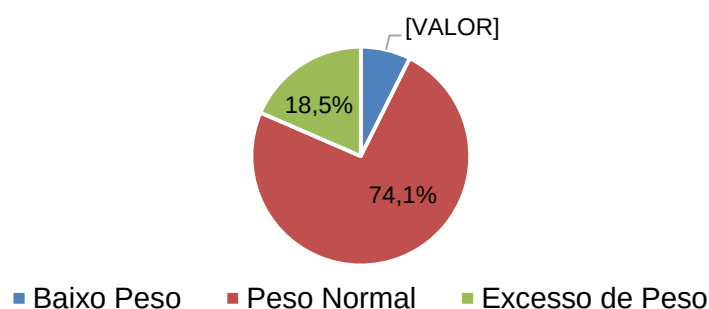
A análise dos dados foi efetivada pelo método estatístico descritivo, de forma a descrever, analisar e interpretar os dados coletados. Os resultados foram exibidos como média $\pm$ desvio padrão da média e todos os testes estatísticos foram realizados no software SPSS versão 20.0.

3. RESULTADOS

A amostra foi composta por 27 escolares, sendo que 11 eram do sexo masculino (40,7%) e 16 do sexo feminino (59,3%), ambos com médias de idade de $16,04 \pm 0,58$, massa corporal $57,86 \text{ kg} \pm 14,25$ e estatura de $1,67 \text{ m} \pm 14,25$.

Com referência a composição corporal através do índice de massa corpórea (IMC), os resultados apontaram que a maior quantidade de alunos se enquadraram no estado de peso normal ou adequado, e o grupo com excesso de peso atingiu uma parcela de mais de 15% da população estudada, conforme representado no gráfico 1.

Gráfico 1 – Classificação quanto ao IMC



Já os dados referentes aos testes direcionados da aptidão física da bateria de exames e medidas do PROESP-BR e os da avaliação qualidade de vida através do questionário SF-36 relacionados com a composição corporal, os resultados descritivos estão apresentados na tabela 2, com valores de média e desvio padrão dos dados gerais dos participantes.

Tabela 2 – Estatística descritiva dos testes de ApF e avaliação da QV sobre os aspectos de saúde física e saúde mental (SF-36) relacionados com a composição corporal

Variáveis	Grupo Baixo Peso (n=2)	Grupo Peso Normal (n=20)	Grupo Excesso de Peso (n=5)
Teste Flexibilidade (cm)	34,2 ± 5,30	32,1 ± 9,61	32,1 ± 0,22
Salto em Distância (cm)	160,5 ± 6,36	174,3 ± 37,69	173,8 ± 50,48
Teste do Quadrado (s)	6,92 ± 0,10	6,44 ± 0,59	6,62 ± 0,63
Corrida de 20 m (s)	3,97 ± 0,62	3,85 ± 0,37	4,15 ± 0,42
Teste Medicineball (cm)	303,0 ± 4,24	424,7 ± 110,23	492,2 ± 173,97
Saúde Física (SF-36)	48,00 ± 8,48	68,55 ± 14,10	55,80 ± 12,71
Saúde Mental (SF-36)	55,00 ± 1,41	59,45 ± 19,73	45,20 ± 19,31

Em termos de flexibilidade, os alunos com baixo peso (BP) apresentaram média de nível “bom”, e os grupos de peso normal (PN) e excesso de peso (EP) se enquadraram no nível “normal” de ApF, conforme a tabela de classificação do PROESP-BR.

No teste de salto em distância, o grupo de PN alcançou a melhor média em distância enquanto o grupo de BP apresentou o pior desempenho. Todavia, os três grupos se classificaram no nível “normal” de aptidão física.

O teste do quadrado mostrou que os alunos de PN atingiram a menor média de tempo e se classificaram no nível “bom”, enquanto que os alunos com BP levaram mais tempo que os outros na realização do teste, e assim como o grupo de EP, foram classificados na categoria “ruim” de ApF.

Na corrida de 20 metros, mais uma vez o grupo de peso normal alcançou a melhor velocidade, se classificando na categoria “bom”, enquanto os alunos abaixo do peso e com excesso de peso levaram mais tempo na execução do teste, ocupando a categoria “ruim” de ApF.

No arremesso de medicine ball, os alunos com EP conseguiram arremessar a bola o mais longe de todos, alcançando o nível “bom” no que se refere a força explosiva de membros superiores. Já o grupo com PN enquadrou-se na categoria “normal”, enquanto que os alunos de BP apresentaram o pior resultado e mais uma vez ocuparam a categoria “ruim” de ApF.

No tocante a qualidade de vida (QV), conforme a apresentação dos dados, o grupo de peso adequado foi o que apresentou o melhor escore frente aos demais, tanto no estado de saúde física (SF) quanto na saúde mental (SM), enquanto que o grupo de baixo peso apresentou SF abaixo da média de corte e SM acima da média, e por último, o grupo com excesso de peso, que mostrou SF acima do ponto de corte estabelecido, porém, foi o único grupo com SM abaixo do valor de corte.

4. DISCUSSÃO

Recentes pesquisas têm evidenciado que estudantes com índices insatisfatórios de ApF podem apresentar baixo rendimento escolar e maior exposição aos fatores de risco para diversas enfermidades crônico-degenerativas, tais como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão, dentre outras, influenciando diretamente em más condições de saúde e QV (ELIAS; FARIA; FARIAS, 2014; ORTEGA et al., 2015).

Partindo desse pressuposto, o estudo teve por objetivo identificar a qualidade de vida e a aptidão física de alunos do ensino médio de uma escola pública da cidade de Altamira/PA.

Referente a composição corporal da amostra, cabe destacar que um quantitativo relativamente baixo apresentou excesso de peso, contrapondo-se aos dados da literatura científica, conforme descreve Dias et al. (2017), ao destacar que a obesidade vem aumentando ao longo dos anos. Dessa forma, mais de 70% dos escolares pesquisados encontraram-se na zona saudável, que é considerada como adequada pela OMS. Nossa estatística percentual se assemelha a um estudo realizado com 118 escolares na faixa etária de 14 a 17 anos de uma escola estadual do município de Inaciolândia-GO, que revelou que 2,5% dos escolares estavam abaixo do peso ($n=3$), 67,8% foram considerados peso ideal ($n=80$) e 29,7% com excesso de peso ($n=35$) (ALVES, 2016).

Sobre a aptidão física referente a flexibilidade, os dados apontaram que os alunos com BP apresentaram maior flexibilidade do que os alunos com PN e com EP, o que pode ser devido ao fato de não possuírem gordura abdominal, pois, conforme Formighieri, Oliveira e Roman (2015), indivíduos com excesso de gordura corporal ou de massa muscular tendem a apresentar menor capacidade elástica, pois o volume abdominal dificulta ou impede a aproximação dos membros inferiores, acrescentando ainda que o nível elevado de flexibilidade não é alcançado facilmente, a não ser que o indivíduo tenha boa herança genética ou por meio de exercícios de alongamento, devendo ser realizados na infância até o início da adolescência. Da mesma forma, Andreasi et al. (2010), em um determinado estudo, concluíram que o acúmulo de gordura dificulta a execução de maiores arcos de movimento. Todavia, os escolares de PN e EP ainda alcançaram a categoria normal de ApF, o que difere da literatura comum.

Referente a força explosiva dos membros inferiores indicada pelo teste de salto horizontal, todos os grupos da amostra se classificaram na categoria “normal”, ainda que o grupo de peso adequado efetuou o salto além dos demais, efeito contrário ao estudo realizado com crianças e adolescentes com idades entre 7 a 16 anos em São Paulo, onde mais de 50% de sua população atingiu a classificação “ruim”, não havendo grande diferença entre os sexos (LUGUETTI; RÉ; BÖHME, 2010).

Nos exames que avaliam a agilidade e velocidade (testes do quadrado e corrida de 20 metros), os escolares de peso adequado se classificaram no nível “normal” de ApF, o que de acordo com Alexandre et al. (2015), é bastante positivo, pois a agilidade

e velocidade são valências essenciais nas tarefas do dia-a-dia, como andar desviando de pessoas ou obstáculos, locomover-se carregando objetos ou deslocar-se rapidamente. Já os grupos abaixo do peso, assim como aqueles com excesso, não atingiram o índice satisfatório de tempo, e consequentemente ocuparam a categoria “ruim”, e no caso dos alunos com EP, tal desempenho pode estar relacionado ao maior peso e/ou estatura, apesar de que este grupo se mostrou mais ágil que o grupo com baixo peso, e que conforme Costa (2017), contraria, em partes, a ideia de que um indivíduo com sobrepeso tenha desvantagem em testes de deslocamento com mudança de direção em virtude de perderem agilidade por conta de transportar um maior peso corporal.

Sobre o teste de arremesso de medicine ball, o qual busca definir a força explosiva de membros superiores, os dados apontaram um resultado diferenciado em relação as demais produções, em que os alunos com EP demonstraram o melhor escore, posto que arremessaram a bola mais longe que os outros dois grupos, contrariando pesquisas científicas renomadas no assunto as quais comprovam que indivíduos com excesso de peso apresentam maior força nos membros inferiores por conta de carregarem mais peso nessa área do corpo, conforme comprovação de um estudo de Lopes et al. (2013), em que participaram 36 adolescentes, do sexo feminino, sendo 26 tipificadas com sobrepeso e 10 com peso ideal, com idades entre 13 a 17 anos, no qual foi constatado que as adolescentes com sobrepeso apresentaram maiores capacidade de força muscular absoluta nos membros inferiores do que aquelas na faixa de peso normal, evidenciando que a força muscular dos membros inferiores são mais influenciados pelo excesso de peso corporal devido a provável adaptação da estrutura neuromuscular influenciada pelo excesso de peso corporal na estrutura musculoesquelética. Contudo, acredita-se que a provável causa de efeito destes resultados seja atribuída ao baixo contingente de amostra em comparação a maior parte da literatura científica.

Por fim, sobre a análise da qualidade de vida verificou-se que apenas os escolares de PN atingiram os melhores escores nos aspectos de saúde física (SF) e mental (SM), o que lhes permitiram ser classificados em um patamar de QV acima da média de corte. Já os escolares de BP e com EP não alcançaram o padrão de QV acima da média em sua totalidade, uma vez que tiveram seus resultados prejudicados em um ou outro estado de saúde, enfatizando que o grupo com EP apresentou o menor escore de todos no que se refere a SM, fato que possivelmente possa estar relacionados a

fatores ligados a aspectos sociais e emocionais, haja vista que muitos adolescentes na faixa de sobrepeso tendem a sofrer com problemas de ansiedade, baixa autoestima, dificuldades de lidar com a frustração e com os limites e até mesmo transtornos psicológicos (CATANEO; CARVALHO; GALINDO, 2005).

Referente a QV, nossos resultados se assemelham com os achados de Alves (2016), o qual analisou a QV de 118 escolares entre 14 e 17 anos e de ambos os sexos, verificando que alunos de IMC normal tiveram melhores médias de QV do que os alunos com sobrepeso. Assim como no estudo de Westphal et al. (2016), que avaliou a QV de 1066 alunos de ensino médio de escolas públicas de Canoinhas/SP, sendo 495 meninos e 571 meninas, com idade entre 14 e 17 anos, tendo como resultado, a modo geral, que os adolescentes atingiram níveis satisfatórios de QV. Por outro lado, a pesquisa se diferencia dos achados de Silveira et al. (2013), que analisou a QV de 754 adolescentes na faixa etária de 15 a 19 anos de idade, a qual apresentou valores médios dos escores de domínios físico e mental de 53,8 e 52,0, respectivamente, que se traduziram em níveis satisfatórios de QV.

5. CONCLUSÃO

Por meio deste estudo foi analisada a qualidade de vida relacionada a aptidão física de adolescentes do ensino médio de uma escola pública de Altamira. Os dados da pesquisa sugeriram que os alunos classificados com o IMC “normal” apresentaram um bom nível de ApF em todos os testes, bem como os melhores escores de QV para os aspectos físico e mental de saúde.

É importante destacar que a limitação do estudo deve-se ao baixo quantitativo amostral, o que dificulta na obtenção de dados mais concretos, até mesmo para comparação com as bibliografias específicas ao assunto. Dessa forma, recomenda-se a realização de um novo estudo com uma amostra de melhor representatividade.

Entende-se que é de fundamental importância a implementação de estratégias que favoreçam no desenvolvimento da aptidão física e na promoção de saúde dos escolares nas aulas de educação física, como a adoção de instrumentos científicos básicos, a exemplo dos próprios testes do PROESP-BR que podem detectar não somente as necessidades motoras mas também fatores específicos de saúde dos alunos, além de permitir um planejamento de aulas com maior segurança e eficiência, e que despertam no aluno o real interesse pela prática da atividade física e desportiva, bem

como a compreensão de seus benefícios ao longo da vida.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRE, Juliano Maestri et al. Avaliação do desempenho de escolares em testes de aptidão física. **Saúde (Santa Maria)**, [S.l.], p. 161-168, dez. 2015. ISSN 2236-5834. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/16246>>. Acesso em: 23 de abril de 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.5902/2236583416246>.

ALVES, Polissandro Mortoza; NEVES, Sônia Maria Melo. Qualidade de vida e perfil antropométrico em estudantes de um município do estado de Goiás. **Revista Adolescência & Saúde**. 2016; 13 (Supl. 1): 34-42. Disponível em: <http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=567>. Acesso em: 20 de março de 2019.

ANDREASI, Viviane et al. Aptidão física associada às medidas antropométricas de escolares do ensino fundamental. **Jornal de Pediatria (Rio de Janeiro)**, Porto Alegre, v. 86, n. 6, p. 497-502, dez. 2010. ISSN 0021-7557. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572010000600009&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 20 de março de 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0021-75572010000600009>.

BOGORNÍ, Ana Paula et al. PERFIL DA APTIDÃO FÍSICA, DO ESTADO NUTRICIONAL E DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE CRIANÇAS DE ESCOLAS MUNICIPAIS DA CIDADE DE VENÂNCIO AIRES-RS. **Revista Destaques Acadêmicos**, [S.l.], v. 9, n. 3, nov. 2017. ISSN 2176-3070. Disponível em: <<http://www.univates.br/revistas/index.php/destaques/article/view/1462>>. Acesso em: 27 abr. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.22410/issn.2176-3070.v9i3a2017.1462>.

CAMPOLINA AG, CICONELLI RM. O SF-36 e o desenvolvimento de novas medidas de avaliação da qualidade de vida. **Órgão Oficial da Sociedade Portuguesa de Reumatologia** - Acta Reumatol, Port. 2008; 33: 127-33. Disponível em: <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&frm=1&source=web&cd=6&ved=2ahUKEwiEtt-T4TiAhVVHrkGHcq_AaoQFjAFegQIBhAC&url=http%3A%2F%2Fwww.actareumatologica.com%2Farticle_download.php%3Fid%3D335&usg=AOvVaw2Pri5p2oUnradN6Ci6P0gg>. Acesso em: 20 de março de 2019.

CICONELLI, Rozana Mesquita - **Tradução para o português e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida** “Medical Outcomes Study 36 - Item Short-Form Health Survey (SF-36)”. São Paulo, 1997. 148 p. Tese (Doutorado em Medicina) - Repositório Institucional Unifesp. Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo. São Paulo, 1997. Disponível em:

<<http://repositorio.unifesp.br/handle/11600/15360>>. Acesso em: 02 de fevereiro de 2019.

CONDE, Wolney L.; MONTEIRO, Carlos A.. Valores críticos do índice de massa corporal para classificação do estado nutricional de crianças e adolescentes brasileiros. **Jornal de Pediatria (Rio de Janeiro)**, Porto Alegre, v. 82, n. 4, p. 266-272, Ago. 2006. ISSN 0021-7557. Disponível em: <<http://www.scielo.br/jped/v82n4/v82n4a07.pdf>>. Acesso em: 20 de março de 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.2223/JPED.1492>.

CONTE, Marcelo et al. Influência da massa corporal sobre a aptidão física em adolescentes: estudo a partir de escolares do ensino fundamental e médio de Sorocaba/SP. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 6, n. 2, p. 44-49, Abr. 2000. ISSN 1517-8692. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922000000200003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 25 de março de 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922000000200003>.

COSTA, Clauberto de Oliveira. **Análise comparativa da aptidão física de crianças eutróficas, com sobrepeso e obesas**. 2017. 94 f. Tese (Doutorado) - Curso de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano, Ciências do Movimento Humano, Universidade Metodista de Piracicaba/SP, Piracicaba, 2017. Disponível em: <https://www.unimep.br/phpg/bibdig/pdfs/docs/03082017_124035_claubertodeoliveira costa_ok.pdf>. Acesso em: 10 de abril de 2019.

DIAS, Patricia Camacho et al. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. **Cadernos de Saúde Pública**, [s.l.], v. 33, n. 7, p.1-12, 2017. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v33n7/1678-4464-csp-33-07-e00006016.pdf>>. Acesso em: 10 de abril de 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00006016>.

DUMITH, Samuel Carvalho et al. Aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares de sete a 15 anos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 5-14, jan./mar. 2010. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v24n1/v24n1a01.pdf>>. Acesso em: 25 mar. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/s1807-55092010000100001>.

ELIAS, Rui Gonçalves Marques; FARIA, Wayne Ferreira de; FARIAS, João Paulo de. Efeito das aulas de educação física na aptidão física relacionada à saúde de escolares de Santa Mariana, PR. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, Paraná, v. 4, n. 1, p. 61-73, Jan/Mar., 2014. Disponível em: <<http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/actabrasileira/article/view/2867>>. Acesso em: 25 de março de 2019.

FORMIGHIERI, Fábio Marcel de Souza; OLIVEIRA, Daiana Emer de; ROMAN, Everton Paulo. Sobrepeso, obesidade e flexibilidade em meninas adolescentes: uma revisão de literatura. In: **Anais 13º Encontro Científico Cultural Interinstitucional (ECCI), 2015**, Cascavel/PR, p.1-8, 19 out. 2015. Disponível em: <<https://www.fag.edu.br/upload/ecci/anais/5babc6e3687de.pdf>>. Acesso em: 29 de março de 2019.

GAYA, Adroaldo; SILVA, Gustavo. **Projeto Esporte Brasil - PROESP-BR: Manual de aplicação de medidas e testes, normas e critérios de avaliação**. Versão 2007. Porto Alegre/RS: UFRGS, 2007. Disponível em: <<https://www.proesp.ufrgs.br>>. Acesso em: 20 de julho de 2018.

HARADA, Jorge et al. A SBP e as Escolas Promotoras da Saúde – **Cadernos de Escolas Promotoras de Saúde - I**. Rio de Janeiro: SBP, 2003 (Jornal da Sociedade Brasileira de Pediatria). Disponível em: <https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/img/cadernosbpfinal.pdf>. Acesso em: 10 de abril de 2018.

LAZZOLI, José Kawazoe et al. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 4, n. 4, p. 107-109, Ago. 1998. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921998000400002&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 11 de abril de 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86921998000400002>.

LUGUETTI, Carla Nascimento; RÉ, Alessandro H. Nicolai; BÖHME, Maria Tereza Silveira. Indicadores de aptidão física de escolares da região centro-oeste da cidade de

- ARTIGO 2 -

ATLETISMO COM MATERIAIS ALTERNATIVOS: possibilidade metodológica de melhorias das habilidades motoras de escolares do 5º ano de uma escola pública em Altamira/PA

OLIVEIRA, Jorge Farias de - jorge2farias@hotmail.com
JÚNIOR, José Robertto Zaffallon - jrzaffallon@hotmail.com
MELO, Gileno Edu Lameira de - gilenoueipa@yahoo.com.br
SANTOS, Jheick Jhony Ferreira dos - jheickjhony2014@outlook.com
OLIVEIRA, Maressa Silva - maressa1912@outlook.com

RESUMO

O atletismo é um conjunto de provas individuais e coletivas, que nasceu da imitação dos movimentos naturais do ser humano como: marchar, correr, saltar e lançar, que antes eram praticados como alternativas para a sua sobrevivência. Conquistou espaço, é destaque em competições olímpicas e mundiais. O estudo teve como objetivo analisar a influência do atletismo com materiais alternativos nas habilidades motoras de escolares de 5º ano do ensino fundamental de uma escola pública do perímetro urbano do município de Altamira-PA. Participaram da pesquisa 35 escolares com idade entre 10 e 11 anos, sendo 14 masculinos e 21 femininos. As habilidades motoras foram mensuradas seguindo os procedimentos do manual de avaliação motora de Rosa Neto (2002), sendo avaliada apenas a escala de motricidade global desse protocolo antes e depois da intervenção realizada. Os dados foram analisados pelo método estatístico inferencial, comparando e classificando os resultados dos testes, antes e depois da interferência. Em ambos os testes os itens foram classificados como muito inferior, inferior, normal baixo e normal médio. Foi constatado que todos os escolares apresentaram melhoras significativas nas suas habilidades motoras.

Palavras-chave: Atletismo. Habilidades motoras. Materiais alternativos.

ABSTRACT

Athletics is a set of individual and collective proofs, born of the imitation of the natural movements of the human being: marching, running, jumping and throwing, which were previously practiced as alternatives for their survival. Conquered space, is featured in Olympic and world competitions. The aim of this study was to analyze the influence of athletics with alternative materials on the motor skills of 5th grade schoolchildren from a public school in the city of Altamira-PA. Thirty-five schoolchildren aged 10 to 11 years participated in the study, of which 14 were male and 21 were female. The motor skills were measured following the procedures of the motor assessment manual of Rosa Neto (2002), being evaluated only the global motor scale of this protocol before and after the intervention. The data were analyzed by the inferential statistical method, comparing and classifying the test results, before and after the interference. In both tests the items were classified as much lower, lower, normal low, and average normal. It was found that all the students presented significant improvements in their motor skills.

Keywords: Athletics. Motor skills. Alternative materials.

RESUMEN

El atletismo es un conjunto de eventos individuales y colectivos, nacidos de la imitación de los movimientos naturales del ser humano, como marchar, correr, saltar y lanzar, que

anteriormente se practicaban como alternativas para su supervivencia. Espacio conquistado, aparece en competiciones olímpicas y mundiales. El objetivo de este estudio fue analizar la influencia del atletismo con materiales alternativos en las habilidades motoras de los estudiantes de primaria de 5to grado de una escuela pública en la ciudad de Altamira-PA. Treinta y cinco estudiantes de entre 10 y 11 años participaron en la investigación, 14 hombres y 21 mujeres. Las habilidades motoras se midieron siguiendo los procedimientos del manual de evaluación motora de Rosa Neto (2002), y solo se evaluó la escala de escala motora global de este protocolo antes y después de la intervención. Los datos se analizaron mediante el método estadístico inferencial, comparando y clasificando los resultados de la prueba antes y después de la interferencia. En ambas pruebas, los ítems se clasificaron como mucho más bajos, más bajos, bajo normal y medio normal. Se encontró que todos los estudiantes mostraron mejoras significativas en sus habilidades motoras.

Palabras clave: atletismo. Habilidades motoras. Materiales alternativos.

1. INTRODUÇÃO

O atletismo composto por várias provas atléticas, surgiu ainda nos primórdios da história humana pela da necessidade dos grandes deslocamentos do homem principalmente na busca de sobrevivência. Baseia-se nos movimentos naturais como andar, correr, lançar, arremessar, saltar e marchar. Esses movimentos foram se aperfeiçoando com o passar do tempo, chegando a se tornar em grandes competições e coletivas que eventualmente se transformaram e esportes e hoje existem diversos eventos de nível regional, nacional e internacional, praticado com objetivos diferentes que vão do lazer, educação e o mais alto rendimento. Vale ressaltar que o aparecimento do atletismo como esporte data segundo (OLIVEIRA, 2006), do longínquo ano 1225 A.C. nas competições olímpicas gregas da época.

O atletismo possui uma gama de tantos movimentos, que pode ser a base motora para o aprendizado de outros esportes, podendo ser aplicado como instrumento educacional principalmente nas aulas de Educação Física, mas de acordo com Matthiesen (2007), pelo fato das escolas não possuírem espaços e materiais adequados para essa prática , provoca tanto em alunos quanto em professores um grande desinteresse, limitando a níveis quase nulos o ensino nas escolas brasileiras.

Além da falta de materiais e espaços, podemos destacar a falta de conhecimento do atletismo por parte do professor, ou seja, mesmo cursando Educação Física, muitos não tiveram contato com esse esporte na sua formação, como aponta Matthiesen (2007). Se o professor não aprendeu, não conhece o atletismo, não como ministrar para os

alunos. Os professores que aprenderam e gostam do conteúdo atletismo, conseguem trabalhar dentro das escolas mesmo com grande sacrifícios, tendo o imprevisto como base e ponto forte das aulas.

Nessa perspectiva, os materiais alternativos, confeccionados pelo professor com a ajuda indispensável dos próprios alunos, podem ser inseridos nas aulas de educação física, para realizar atividades lúdicas e dinâmicas relacionadas ao atletismo, fazendo com que haja um maior interesse dos alunos nas aulas ministradas dessa modalidade.

Ao longo das vivências obtidas na disciplina de estágio supervisionado I e no projeto de ensino realizado em escolas públicas, percebeu-se que as escolas possuem pouca estrutura e materiais para o ensino do conteúdo atletismo, além do mais, pode-se perceber que os professores não procuram alternativas para o desenvolvimento desse conteúdo em suas aulas. Observou-se também que na grande maioria, os alunos apresentam dificuldades para realizar as atividades que envolvem corridas, saltos, arremessos e lançamentos.

Diante desse cenário, buscou-se compreender com essa pesquisa de campo: Como se encontrava o desenvolvimento motor dos escolares antes do estudo? A utilização de materiais alternativos na aplicação de aulas de atletismo na educação física dos escolares provocou alguma mudança no desenvolvimento motor dos envolvidos? Que resultados foram observados após a interferência dos pesquisadores nas aulas de educação física?

Portanto, a utilização de materiais alternativos, como ferramenta educacional para o ensino de fundamentos do conteúdo atletismo nas escolas, estará promovendo o desenvolvimento de habilidades essenciais para a vida diária dos alunos. Dessa forma, esse conteúdo foi aplicado de forma didática e lúdica, fazendo com que os alunos sintam prazer em praticar essa modalidade e desenvolver suas habilidades para que mais adiante eles consigam praticá-las com mais técnica e eficiência, tanto na escola quanto nos seus momentos de lazer.

Assim, o estudo objetivou analisar a influência que o atletismo com materiais alternativos tem nas habilidades motoras de escolares de 5º ano do ensino fundamental de uma escola pública do perímetro urbano do município de Altamira-PA.

2. ATLETISMO

Pela sobrevivência o homem sempre precisou se movimentar, andar e correr longos percursos, nadar em águas rasas e profundas, trepar para retirar frutas e outros alimentos ou se proteger de animais, fugir de secas, enchentes e guerras, esconder para se abrigar das chuvas do sol, lançar dardos e arremessar pedras para abater animais para o seu consumo e de sua família. Isso acontece desde o início da existência humana pela pura precisão de nossa espécie continuar existindo (GÓES; VIEIRA JÚNIOR; OLIVEIRA, 2014). Esse histórico de necessidade da existência do homem fez transformar o que antes eram apenas movimentos naturais, feitos e exigidos de forma involuntária e com a simples consciência que era necessário sobreviver e por isso precisava se mexer, mas que foram através da repetição sendo aperfeiçoado e começou a ser visto como elementos competitivos, passou a fazer o parte da cultura humana, e de acordo com Castellani Filho et al. (2013), sofrem as modificações necessárias para se tornar esporte de alto rendimento.

Assim, através origem e da evolução histórica do atletismo, que obviamente devemos a glória aos nossos antepassados, e que em algum momento ficou esquecido a prática, e segundo Oliveira (2006), no século XVIII, há o ressurgimento ganhando formas modernas, criando regras específicas para cada prova, especialização individual e coletiva e visibilidade no mundo todo.

O atletismo é dividido em várias modalidades, com provas individuais e coletivas, praticadas por crianças, jovens e adultos de ambos os gêneros, dentre as quais estão: a marcha atlética; corridas: rasas, com obstáculos, com barreiras, de revezamento, de resistência; saltos: em distância, em altura, com vara e triplo; arremessos: de peso; lançamentos: de dardo, disco e martelo e provas combinadas (OLIVEIRA et al., 2011).

3. ATLETISMO COM MATERIAIS ALTERNATIVOS

Para que o atletismo possa ser inserido na escola, deve se desvincular do ponto de vista que não existem espaços apropriados, materiais suficientes entre outros fatores alegados para a não existência dessa modalidade esportiva tão significativa na educação física escolar. É de extrema importância que o professor elabore seus próprios recursos para ministrar esse conteúdo em suas aulas, o mesmo deve ser criativo e inovador ao

confeccionar materiais alternativos para desenvolver aulas dinâmicas e lúdicas que sejam importantes para o processo de ensino-aprendizagem (MATTHIESEN, 2007).

Seguindo no mesmo raciocínio, a autora Matthiesen (2007) relata que os argumentos que se tem acerca da prática do atletismo escolar são muito precários e desvalorizados. Isso acontece muitas vezes pelo fato das pessoas que estão responsáveis em transmitir o conhecimento do atletismo estarem presas somente no que a escola oferece como recursos, ou mesmo pelo fato de não gostar ou ter afinidade com essa modalidade, ou seja, para que o atletismo seja um dos conteúdos metodológicos usado nas aulas de educação física escolar não deve ser ministrado de forma aleatória, mas que tenha o compromisso na transmissão do saber e da cultura corporal, utilizando sua criatividade para elaborar os próprios recursos e métodos.

Em grande parte das escolas, a ausência de espaços físicos e equipamentos adequados ao atletismo, são muitas vezes uma das razões alegadas pelos professores de educação física na exclusão desse importante tópico esportivo do conteúdo na escola. Porém, professores e alunos devem estar unidos e motivados, para fazer com que esse esporte educacional possa acontecer construindo e desenvolvendo equipamentos alternativos, adaptando-os conforme a faixa etária de cada um: tamanhos, pesos, alturas entre outras adaptações (OLIVEIRA, 2006).

É necessário que as categorias das modalidades do atletismo que irão ser aplicadas na escola com as crianças devem ser adaptadas conforme a individualidade biológica de cada indivíduo, por isso é fundamental que o professor conheça o perfil e as capacidades físicas de seus alunos. Dessa forma, o profissional de educação física tem uma grande possibilidade em desenvolver o conteúdo atletismo na escola, através da criatividade e competência profissional elaborando os seus próprios recursos. Portanto, ao criar os recursos que ajudarão a desvendar o conteúdo que ainda é pouco sanado, estará contribuindo para o processo de conhecimento e de ensino-aprendizado, além de contribuir com o processo de desenvolvimento da criança (MATTHIESEN, 2014).

4. DESENVOLVIMENTO MOTOR

O desenvolvimento motor é um processo contínuo de alterações ao longo do tempo que se vive. Este processo pode ser observado como uma mudança progressiva do desempenho motor através do ciclo da vida. Desenvolvimento motor engloba

contínua adaptação às mudanças nas capacidades de movimento de um indivíduo, mediante o esforço consecutivo para atingir e manter o controle motor e a competência motora (GALLAHUE; DONNELLY, 2008)

Os movimentos realizados ao longo da vida podem ser agrupados em três categorias, a primeira delas são os movimentos estabilizadores, que consistem em qualquer movimento que precise de equilíbrio em relação à força da gravidade, na segunda categoria estão os locomotores que são movimentos em que há mudanças na localização do corpo em relação à superfície, como correr, pular e saltitar. Por último existe também a categoria de movimentos manipulativos, ela ocorre quando se aplica ou recebe força de objetos (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Outros autores, tais como Haywood e Getchell (2016) argumentam que o desenvolvimento motor possui diversas características definidoras. Na primeira, definem como um processo contínuo de mudanças na eficiência funcional, de modo que os organismos vivos permanecem em constante desenvolvimento, cessando somente na morte, porém pode ser observado nos diversos períodos da vida.

Na segunda característica, eles comparam o desenvolvimento motor com a idade, conforme o desenvolvimento motor vai se aprimorando a idade vai sendo prolongando. No entanto, ele pode acontecer de forma rápida ou lenta em diferentes períodos de vida.

Já na terceira, o desenvolvimento motor é classificado como uma mudança sequencial, de modo que uma fase leva a outra fase subsequente, de forma inconvertível e regulada. Essas modificações são decorrentes de interações dentro do indivíduo e também interações entre o indivíduo e o ambiente. Desse modo, estudar desenvolvimento motor está totalmente relacionado ao estudo de movimento, que são de fundamental importância para a aquisição de habilidades motoras (HAYWOOD; GETCHELL, 2016).

5. HABILIDADES MOTORAS

Segundo Gallahue, Ozmun e Goodway (2013, p. 32) “habilidade motora é uma tarefa ou ação de movimento voluntária, aprendida, orientada para um objetivo, realizada por uma ou mais partes do corpo”, podendo ser chamada também de habilidade de movimento. Elas vão evoluindo ao longo do ciclo de vida de cada indivíduo, podendo ser mais lenta ou mais rápida dependendo da vivência de cada um,

do ambiente em que vive e da individualidade biológica de cada um. Essas habilidades podem ser classificadas em unidimensionais, bidimensionais e multidimensionais e dentro de cada uma dessas há outras classificações, os modelos bidimensionais são ditos mais completos para se reconhecer o movimento humano. O modelo bidimensional proposto por Gallahue, introduzido em 1972 e sendo expandido ao longo de sua carreira, trata-se das fases do desenvolvimento motor que ocorrem ao longo da vida.

De acordo com Gallahue e Ozmun (2005) as fases motoras são divididas em fase motora reflexa, rudimentar, fundamental e especializadas, que correspondem à faixa etária de cada indivíduo ao longo da vida. A fase motora reflexa é composta pelos primeiros movimentos humanos, que começa desde o período fetal até certo período do bebê, que primeiro são involuntários, por essa razão, chamados de reflexos, e depois vai sendo desenvolvido o controle voluntário deles, que é a chamada fase rudimentar onde as habilidades motoras obtidas são formas básicas de movimentos voluntários necessários para a sobrevivência e que servirão de preparação para a criança desempenhar mais tarde as habilidades motoras fundamentais.

A fase das habilidades motoras fundamentais é de suma importância, pois é nela que se define muitas vezes as habilidades motoras que seguirão pelo resto da vida de um indivíduo, sendo dividida em três estágios, que são: estágio inicial, elementar e maduro. Muitos educadores acham que nessa fase, os movimentos desempenhados são aprendidos somente de modo natural, sem a necessidade de intervenções através da prática de atividades físicas planejadas, de orientação e ambientes favoráveis. Isso pode acarretar em um atraso do desenvolvimento das habilidades motoras, ou até interromper o avanço de várias delas, fazendo com que o indivíduo muitas vezes não passe do estágio elementar, tendo assim alguns movimentos mais restritos, atrapalhando em algumas práticas esportivas e também tarefas diárias (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013).

Ressaltando o que foi dito sobre as habilidades motoras fundamentais, Cotrim et al. (2011) dizem que crianças que não usufruem de ambientes favoráveis e não possuem oportunidades de desenvolver práticas estruturadas podem ficar atrasadas em relação as suas habilidades motoras, pois, em sua maioria, somente os fatores biológicos não asseguram o desenvolvimento pleno nem mesmo das habilidades motoras fundamentais, que mesmo podendo ser adquiridas naturalmente, não são devidamente refinadas, de modo que haja maior êxito em suas execuções.

Por fim, a fase de movimentos especializados é resultado dos movimentos aprendidos na fase fundamental. Seus movimentos são utilizados para atividades que utilizem habilidades motoras mais complexas, como em esportes. Também dividida em três outros estágios, sendo eles estágio transitório, estágio de aplicação e estágio de utilização permanente, tem vários fatores que influenciam para a aprendizagem e refinamento desses movimentos, como altura, peso, estado emocional, coordenação, entre outros (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

6. ATLETISMO E HABILIDADES MOTORAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Sendo o atletismo um dos conteúdos possíveis e também de grande relevância de ser abordado nas aulas de educação física escolar, sua prática está relacionada diretamente com o movimento corporal dos alunos. Entende-se que é o corpo que se desloca em movimentos de corridas e saltos, é ele também que se impulsiona nos atos de lançamentos e arremessos. Além disso, o corpo realiza diversos exercícios que sejam adaptados, com a intenção de salientar em si mesmo os significados do atletismo e de outras modalidades esportivas. O atletismo muitas vezes se estabelece como uma analogia do privilégio dos mais aptos, no qual os alunos produzem habilidades motoras que edificam o corpo de forma social, no contexto da educação física e dos esportes (MIRANDA, 2012).

O atletismo quando inserido na escola, deve estar fundamentado naquilo que a criança necessita, como também, recurso para ampliar o conhecimento e aprendizado do aluno e também suas habilidades de movimentos (SANTOS; DANTAS; OLIVEIRA, 2004).

Para Matthiesen (2007) o conteúdo atletismo quando inserido nas aulas de educação física, além de contribuir para o aprendizado de habilidades para outros esportes, está extremamente relacionado com o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais, pois suas características principais propiciam-se da cultura corporal, tão importante para a aquisição de conhecimentos voltados ao ensino-aprendizagem de saltar, arremessar, correr, pular e vários outros movimentos naturais praticados no decorrer do dia a dia. Mesmo contendo movimentos que são usados na sobrevivência ou no dia a dia do indivíduo, como por exemplo, o correr, as habilidades motoras requeridas nessa modalidade esportiva são mais técnicas e complexas, mas destacando

que no atletismo estão contidas habilidades motoras básicas que devem ser inseridas nas aulas de educação física para um melhor desempenho motor dos alunos.

Tani et al. (2013) relatam que os esportes que são ensinados na escola devem estar proporcionando aos alunos experiências motoras, para que os mesmos possam obter um desenvolvimento motor adequado e ressalta que os professores de educação física devem buscar conhecimentos sobre as habilidades motoras, de modo que ao ministrar suas aulas essas habilidades sejam desenvolvidas corretamente pelos educandos. Desse modo, se vê a importância do atletismo nas aulas de educação física, pois estará possibilitando aos alunos diversas aprendizagens motoras significativas.

7. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho é resultante de uma pesquisa de natureza de campo, conforme Deslandes e Gomes (2009) possibilita a aproximação do pesquisador da melhor maneira possível da realidade daquilo que se busca no campo do conhecimento através de uma pergunta formulada e também faz uma relação com os demais autores, construindo assim novos conhecimentos significativos. O método utilizado para a elaboração desse trabalho foi descritivo e inferencial, pois o mesmo possibilita a descrição dos atributos de uma determinada população e a classificação das variáveis (GIL, 2008). Essa pesquisa consistiu de uma abordagem quanti-qualitativa, que Prodanov e Freitas (2013) descrevem que essas abordagens têm de se formular hipóteses e classificar a relação entre as variáveis para garantir a precisão dos resultados.

A pesquisa foi realizada na Escola Municipal de Ensino Fundamental Professor Antônio Gondim Lins, localizada no perímetro urbano do município de Altamira-PA, durante as aulas de educação física, justamente quando foi observado que as escolas municipais possuem estrutura e materiais capazes de subsidiar o professor de educação física para desenvolver ensino do atletismo em suas dependências. Dessa forma, foi necessária a confecção de materiais alternativos como o martelo feito com garrafas pet, as barreiras construídas com pedaços de ferro PVC, os dardos feitos com bambus e mangueiras plásticas, entre outros diversos materiais adaptados, sendo o bambolê para salto em distância, cordas e cones para o salto em altura e adaptações na quadra da escola para que o ensino desse esporte fosse viabilizado.

Participaram da pesquisa 41 escolares de 5º ano. Porém, 6 desses escolares entram no critério de exclusão por terem idade acima da permitida pelo protocolo utilizado no estudo, que avalia crianças até os 11 anos de idade, mas esses alunos foram incluídos normalmente nas aulas por estarem matriculados nas turmas da escola.

O número amostral da pesquisa foi de 35 alunos das turmas de 5ºano da escola que, para Scarpato (2007), nessa faixa etária que os alunos se encontram, é indispensável aplicar trabalhos que desenvolvam as capacidades perceptivas e as habilidades motoras. A seleção dos participantes se deu por uma abordagem inicial com os alunos na escola, o que gerou os convites para os mesmos se tornarem voluntários a participar. Constituíram critérios de inclusão: estar regularmente matriculados nas turmas de 5ºano do turno matutino e vespertino, considerando ambos os gêneros. Os critérios de exclusão consistiram em: escolares maiores que 11 anos (a escala de desenvolvimento motor – EDM, de Rosa Neto faz previsão até esta idade), alunos que apresentassem fraturas graves nos membros superiores e/ou inferiores, pois durante as aulas do conteúdo atletismo houveram exercícios de lançamentos e saltos. Caso esses alunos participassem, poderiam correr risco de agravar seus problemas de saúde.

A pesquisa foi aprovada no Comitê de Ética da Universidade do Estado do Pará – Campus XII – Santarém/Pá, com o CAAE: 69123717.0.0000.5168 e Número do Parecer: 2.119.145.

Os procedimentos de coleta da pesquisa se organizaram nas seguintes etapas: 1ª etapa: visita à Secretaria Municipal de Educação (SEMED), solicitar autorização para aplicar a pesquisa na escola pública escolhida; 2ª etapa: visita na escola para apresentar a proposta da pesquisa; 3ª etapa: encontro com pais e/ou responsáveis dos escolares sujeitos alvo, para esclarecimentos gerais e a entrega dos Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), para as devidas autorizações e assinaturas; 4ª etapa: coleta inicial dos dados com a primeira aplicação do teste Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) de Rosa Neto. Para Gil (1999) o teste envolve o sentido de medidas, sendo assim aplicar um teste significa medir algo e comparar a um critério determinado. O instrumento para avaliação inicial compôs a bateria de testes da Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) de Rosa Neto, que compreende avaliar o desenvolvimento motor de crianças entre 2 a 11 anos de idade. O teste contém provas de habilidade formada pela motricidade fina e global, equilíbrio, esquema corporal, organização espacial e

temporal, bem como a lateralidade (ROSA NETO, 2015). Sendo utilizadas para a pesquisa apenas as provas de habilidade da motricidade global; 5ª etapa: a fase mais longa, pois após a coleta inicial dos dados houve a intervenção, ou seja, o conteúdo atletismo com materiais alternativos que passou a ser fazer parte das aulas de maneira lúdica. Essa etapa ocorreu num período de 2 meses, com frequência de 1 aula por semana, com duração de 90 minutos cada seção por turma. No decorrer desse processo, a cada semana foi ministrada provas diferentes das modalidades do atletismo, sendo o desenvolvimento das aulas de forma teórica e prática. Na parte teórica foi introduzido de forma sucinta regras e fundamentos da modalidade aplicada em determinada aula e na parte prática, foram ministrados educativos com materiais alternativos para o ensino de cada prova do atletismo, possibilitando aos alunos uma aprendizagem significativa; 6ª e última etapa: fase de reaplicação do teste Escala de Desenvolvimento Motor de Rosa Neto (2015).

Os dados foram analisados através da estatística descritiva e inferencial (FREUND, 2006). A homogeneidade das variâncias dos grupos foi verificada pelo teste de Kolmogorv-Smirnov. Para comparar os grupos foi aplicado o teste Wilcoxon de amostras relacionadas, no qual os dados apresentaram distribuição não paramétrica e estão apresentados como mediana e intervalo interquartil (IQ) Q1 – Q3 (25 – 75%). O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$ e todos os testes estatísticos foram realizados no software SPSS versão 20.

8. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa foi realizada com 35 escolares do 5º ano de uma escola pública de ensino fundamental, da zona urbana do município de Altamira, na faixa etária 10 e 11 anos. Os resultados obtidos foram alcançados através da aplicação do protocolo de Rosa Neto (2002), que classifica o desenvolvimento motor em: Muito Inferior, Inferior, Normal Baixo, Normal Médio, Superior e Muito Superior de acordo com o quadro ilustrativo abaixo:

Quadro 1 - Escala de desenvolvimento motor ensino fundamental

CLASSIFICAÇÃO	QUOCIENTE MOTOR 2	FATOR DE RISCO
Muito superior	> 130	Nenhum
Superior	129 – 120	Nenhum
Normal alto	119 – 110	Nenhum
Normal médio	109 – 90	Nenhum
Normal baixo	89 – 80	Risco leve

Inferior	79 – 70	Risco moderado
Muito inferior	< 70	Risco grave

Fonte: Rosa Neto (2002)

O resultado da pesquisa é apresentado através de tabelas comparativas que demonstram a quantidade de participantes por gênero e a escala de desenvolvimento motor dos escolares antes e depois da intervenção.

Tabela 1 - Estatística descritiva do sexo e escala de desenvolvimento motor antes e depois da intervenção.

Variável	Grupos	Porcentual
Sexo	Masculino (n=14)	40%
	Feminino (n=21)	60%
EDM antes	Muito inferior (n=17)	48,6%
	Inferior (n=4)	11,4%
	Normal Baixo (n=13)	37,1%
	Normal Médio (n=1)	2,9%
EDM depois	Muito inferior (n=1)	2,9%
	Inferior (n=2)	5,7%
	Normal Baixo (n=9)	25,7%
	Normal Médio (n=23)	65,7%

Fonte: Pesquisa de campo (2017)

Os dados apresentados na tabela 1 faz referência a estatística do gênero dos escolares que participaram da pesquisa, sendo 14 do sexo masculino, ou seja, 40% da amostra e 21 do sexo feminino, 60% do total geral.

Classifica a idade motora 2 (IM2) dos escolares de 5º ano, obtidos antes da aplicação do conteúdo atletismo com materiais alternativos. Identificou-se nesse momento que: apenas 1 aluno (2,9%) foi classificado como normal médio, 13 alunos (37,1%) normal baixo, 4 alunos (11,4%) foram classificados como inferior, e 17 alunos (48,6%) como muito inferior. Esses dados representam um resultado negativo das habilidades motoras globais desses alunos, pela idade cronológica a qual eles se encontram.

Gallahue, Ozmun e Goodway (2013, p. 91) ao discorrerem sobre como a estimulação e privação afetam o desenvolvimento motor, afirmam que “o consenso geral nas pesquisas que foram realizadas é que restrições graves e a falta de experiência atrasam o desenvolvimento normal”. Isso significa então, que os alunos necessitam de atividades na educação física que possam “abranger” as suas habilidades motoras

globais de forma mais significativa, sendo realizadas de forma contínua, lhes proporcionando a máxima experiência com os movimentos realizados.

O atletismo escolar é um dos esportes que envolvem essas habilidades necessárias para o avanço do desenvolvimento motor, não sendo praticado apenas de forma técnica, mas sim de maneira dinâmica e adaptativa criando os seus próprios materiais. Muitos professores deixam de aplicar por pensarem, que para ensinar o atletismo precisa ser conhecedor de todas as regras, ter materiais de boa qualidade e espaços físicos totalmente adequados para desenvolver esse conteúdo com escolares.

O estudo de Silva (2016), afirma que 70% dos professores de educação física de Altamira, relatam a falta de materiais e espaços físicos como premissas principais para a não aplicação do conteúdo atletismo nas aulas de educação física, acabam privando os alunos de vivenciarem a modalidade de forma lúdica e recreativa.

Dessa forma, é de fundamental importância discutir o quanto o professor de educação física deve ser conhecedor do processo de desenvolvimento motor da criança, pois é dentro da educação física que o aluno está propício a desenvolver suas habilidades e, o professor precisa saber que tipo de exercícios ou conteúdos são necessários para serem aplicados e explorados visando contribuir com o desempenho de uma criança.

Os dados discutidos na tabela 2 comparam as variáveis do QM 2 dos escolares por sexo, antes e pós intervenção do conteúdo atletismo com materiais alternativos. As variáveis dos meninos no pré-teste alternavam entre 61,09 (52,34-73,44) e das meninas entre 78,26 (59,72-77,04), ou seja, as meninas apresentaram superioridades aos meninos embora a classificação de ambos os gêneros tenha sido baixa. Pode-se dizer que esses dados são consequência da qualidade do ambiente a qual esses alunos estão inseridos, como também da falta de experiência do professor para implantar em suas aulas os esportes que são capazes de trabalhar essas habilidades motoras ainda na idade escolar.

Tabela 2 – Comparação do QM2 por sexo.

Variável	Masculino (n=14)	Feminino (n=21)	P
QM2 Pré	61,09 (52,34 – 73,44)	78,26 (59,72 – 77,04)	0,836
QM2 Pós	90,06 (84,41 – 94,31)	98,51 (90,15 – 99,32)	0,188

Fonte: Pesquisa de campo (2017)

Conforme afirmam Cotrim et al. (2011), as crianças que não usufruem de ambientes favoráveis e não possuem oportunidades de desenvolver práticas estruturadas podem ficar atrasadas em relação as suas habilidades motoras, pois, em sua maioria, somente os fatores biológicos não asseguram o desenvolvimento pleno nem mesmo das habilidades motoras fundamentais, que ainda podendo ser adquiridas naturalmente, não são devidamente refinadas, de modo que haja maior êxito em suas execuções.

Dessa forma, Tani et al. (2013) relatam que os esportes ensinados na escola devem estar proporcionando aos alunos experiências motoras, para que os mesmos possam obter um desenvolvimento motor adequado e ressaltam que os professores de educação física devem buscar conhecimentos sobre as habilidades motoras, de modo que ao ministrar suas aulas essas habilidades sejam desenvolvidas corretamente pelos educandos.

Por isso, dependendo dos conteúdos e da forma que são abordados na educação física, os alunos não conseguem desenvolver as suas habilidades motoras fundamentais como o rastejar, correr, saltar, lançar e arremessar. De fato, foi percebido na leitura do primeiro teste antes de intervir, uma vez que as baterias do teste envolviam essas habilidades, os alunos apresentaram dificuldades em realizá-las.

Para Matthiesen (2007) o conteúdo atletismo quando inserido nas aulas de educação física, além de contribuir para o aprendizado de habilidades para outros esportes, está extremamente relacionado com o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais, pois suas características principais propiciam-se da cultura corporal, tão importante para a aquisição de conhecimentos voltada ao ensino-aprendizagem de saltar, arremessar, correr, pular e vários outros movimentos naturais praticados no decorrer do dia a dia.

Já nos pós teste, as variáveis dos meninos passaram de 61,09 (52,34-73,44) para 90,06 (84,41-94,31) havendo melhoras na escala de desenvolvimento motor e as meninas foram mais superiores ainda na sua escala, passando suas variáveis de 78,26 (59,72-77,04), para 98,51 (90,15-99,32). Enfatiza-se que a aplicabilidade do atletismo escolar é fundamental para a melhora e aprimoramento das habilidades motoras de escolares das séries iniciais do ensino fundamental, dependendo da forma a qual é ministrado.

No início da intervenção foi observado que os escolares do sexo feminino participavam com mais frequência das aulas, sem interesse em outro esporte, já os

meninos ficavam querendo de alguma forma que fosse inserido o futebol e acabavam por esse motivo não participando da aula até o final, mas aos poucos se envolveram com a novidade, tornaram-se compreensíveis e demonstraram sentir interesse diretamente pelas atividades propostas e na forma como elas estavam sendo ministradas. Dessa forma, é conveniente concordar com os argumentos de Dieder e Höher (2016) por descreverem justamente que os alunos pedem para ser realizado mais os jogos de futebol nas aulas de educação física, pois esse esporte já está arraigado na vida deles e por não terem o convívio ou não conhecem outros esportes, mas depois que vivenciam o atletismo e sentem maior interesse em praticá-lo.

Tabela 3 – Comparação do QM2 geral.

Variável	Pré	Pós	p
QM2	64,62 (59,78 – 72,59)	96,35 (89,24 – 95,93)	0,000*

*p < 0,05.

Fonte: Pesquisa de campo (2017)

A tabela 3 representa a comparação do QM2 no resultado geral das habilidades motoras dos alunos após as aulas de atletismo com materiais alternativos, no teste final o resultado foi muito significativo, ou seja, o nível de significância adotado foi de $p < 0,05$ $p = 0,000$. É importante dizer que, quanto mais próximo de 0 for o valor de P, mais significativo são os resultados. Ao comparar o QM2 antes e após a intervenção, os dados evidenciam que o atletismo desenvolvido com materiais alternativos foi capaz de melhorar as habilidades motoras dos alunos ($p = 0,000$).

Tabela 4 - Escala de desenvolvimento motor depois da intervenção.

Variável	Grupos	Porcentual
EDM depois	Muito inferior (n=1)	2,9%
	Inferior (n=2)	5,7%
	Normal Baixo (n=9)	25,7%
	Normal Médio (n=23)	65,7%

Fonte: Pesquisa de campo (2017)

A tabela 4 demonstra a escala do desenvolvimento depois da intervenção, mostra que apenas: 1 aluno (3%) foi classificado como muito inferior, 2 alunos (6%) como inferior, 9 alunos (26%) normal baixo e 23 alunos (65%) como normal médio.

Foi identificado que a classificação da idade motora global (IM2) dos alunos obteve uma melhora positiva com relação ao primeiro teste. Deve-se salientar que a intervenção do conteúdo atletismo com materiais alternativos foi extremamente importante para proporcionar uma melhora significativa das habilidades motoras globais dos escolares.

Rosa Neto (2002), afirma que um programa de intervenção com atividades físicas ajuda tanto no desenvolvimento motor, como nas áreas características da aprendizagem, considerando que a tarefa de interferência trata-se da utilização de movimentos práticos, pois a criança na idade escolar está disponível a todas as atividades relacionadas com o corpo, nessa fase o convívio escolar permite a criança leal troca de informações no seu desenvolvimento biopsicossocial.

Dessa forma, é de grande relevância salientar que ao intervir nas aulas de educação física, com o conteúdo atletismo através de materiais alternativos, foi constatado uma melhora significativa no desenvolvimento motor dos escolares que participaram da pesquisa e estavam dentro da idade cronológica permitida pelo protocolo. Foi notável a melhora também dos alunos que estavam com idades avançadas, mas faziam parte das turmas de 5º ano, foram avaliados no estudo para não serem excluídos das aulas e apresentaram melhoras significantes no seu desempenho motor.

O atletismo muitas vezes se estabelece como uma analogia do privilégio dos mais aptos, no qual os alunos produzem habilidades motoras que edificam o corpo de forma social, no contexto da educação física e dos esportes (MIRANDA, 2012). Tratando-se dessa modalidade esportiva com materiais alternativos, é interessante informar que foi muito satisfatório ver os alunos saltar em distância sem ser em uma caixa de areia, lançar martelo com garrafas pet, arremessar peso com bolas de boliche, saltar barreiras construídas com pedaços de forro PVC, lançar dardos feitos com bambus e mangueiras plásticas entre outros diversos materiais.

É de extrema importância que o professor elabore seus próprios recursos para ministrar esse conteúdo em suas aulas, ele deve ser criativo e inovador em confeccionar materiais alternativos para desenvolver aulas dinâmicas, lúdicas e inovadoras que seja importante para o processo de ensino-aprendizagem (MATTHIESEN, 2007).

Outros autores como Dieder e Höher (2016, p. 142) relatam que “ao passo que o espaço físico e os materiais são apresentados como limitações, também são trazidos

como possibilidades de adaptações”. Portanto, para o ensino do atletismo, não precisa necessariamente ter os melhores materiais ou espaços sofisticados, mas sim o professor de educação física deve buscar recursos para desenvolver esse conteúdo de forma simplificada e significativa para seus alunos.

Marques e Iora (2009, p. 115) reforçam essa afirmativa quando dizem que “é fundamental para o professor ter o conhecimento de como problematizar ações que possibilitem o ensino e a aprendizagem do atletismo escolar”.

É imprescindível destacar que os materiais e os métodos utilizados para a aplicação da modalidade foi de total responsabilidade e competência dos pesquisadores que criaram e adaptaram seus recursos para desenvolver o estudo com materiais capazes de substituir os considerados ideais, mas pode-se dar o mesmo significado das provas de atletismo, mediante a inter-relação teoria e prática para proporcionar significados em suas aulas e ver a satisfação de seus alunos ao realizarem as atividades. Assim, pode-se afirmar que a distância entre ensino, a aprendizagem e a melhora no desenvolvimento motor dos escolares depende da vontade e do querer do professor fazer de suas aulas algo que cause impacto significativo na vida dos escolares mesmo com materiais adaptados construídos por ele e com a indispensável ajuda do principal interessado, em aprender, o aluno.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluiu-se que, o ensino da modalidade atletismo ministrado com materiais alternativos é de fundamental importância nas aulas de educação física. Pois, com os resultados obtidos nesse estudo, foi possível perceber que houve melhora significativa no desenvolvimento motor dos escolares após interferência da prática do atletismo durante as aulas de educação física. Foi constatado que os alunos obtiveram novas experiências motoras, ampliaram o acervo de suas atividades e melhoraram suas habilidades ao vivenciarem outro esporte que não é tão visado quanto outros os coletivos.

Deste modo, é importante salientar que mesmo sem o espaço apropriado e os materiais adequados para a realização do atletismo, podem ser realizadas aulas com adaptações do local e elaboração de materiais. Uma vez que o professor de educação física deve usar sua criatividade e conhecimento para que o atletismo seja ensinado na escola, de modo a possibilitar aos seus discentes uma aprendizagem significativa.

O estudo apontou a necessidade do desenvolvimento de novas pesquisas nesta área, gerando assim informações extraordinárias sobre a importância do atletismo nas aulas de educação física, principalmente nas séries iniciais, quando os alunos estão no começo de seu aprendizado motor; na sua contribuição para a ampliação das habilidades motoras e mostrando o quanto dinâmicas podem ser as aulas ministradas desta modalidade. Ao confeccionar materiais alternativos e adaptar os locais utilizados para a prática do atletismo, o professor pode interferir e contribuir positivamente no processo de melhoria das habilidades motoras.

REFERÊNCIAS

CASTELLANI FILHO, Lino et al. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 2013.

COTRIM, João Roberto et al. Desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais em crianças com diferentes contextos escolares. **Revista da Educação Física**, Maringá, v. 22, n. 4, p.523-533, 2011.

DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 28. ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

DIEDER, Janaina Andretta; HÖHER, Alexandre José. O atletismo nas aulas de educação física das escolas de Novo Hamburgo/RS: possibilidades e limitações. **Nuances: estudos sobre Educação**, Presidente Prudente, v. 27, n. 1, p.127-146, 2016.

FREUND, John E. **Estatística Aplicada: Economia, Administração e Contabilidade**. 11. ed. Porto Alegre: Bookman, 2006.

GALLAHUE, David L.; DONNELLY, Frances Cleland. **Educação Física Desenvolvimentista para Todas as Crianças**. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2008. 726 p.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jackie D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5ª edição. São Paulo: Editora Atlas S.A. 1999.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6ª edição. São Paulo: Editora Atlas S.A. 2008.

GÓES, Flávia Temponi; VIEIRA JÚNIOR, Paulo Roberto; OLIVEIRA, Pâmela Aparecida Silva. Algumas reflexões sobre a inserção e o ensino do atletismo na educação física escolar. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 13, n. 1, p.96-108, ago. 2014.

HAYWOOD, Kathleen M.; GETCHELL, Nancy. **Desenvolvimento motor ao longo da vida**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2016

MARQUES, Carmen Lúcia da Silva; IORA, Jacob Alfredo. Atletismo Escolar: possibilidades e estratégias de objetivo, conteúdo e método em aulas de Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 2, p.103-118, 2009.

MATTHIESEN, Sara Quenzer. **Atletismo na escola**. Maringá: Eduem, 2014. 161 p.

Cotrim

MATTHIESEN, Sara Quenzer. **Atletismo**: teoria e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

MIRANDA, Carlos Fabre. O corpo das crianças nas aulas de atletismo na escola. **Cad. Cedex**, Campinas, v. 32, n. 87, p.177-185, ago. 2012.

OLIVEIRA, Amauri Aparecido Bássoli de et al (Org.). **Ensinando e aprendendo esportes no Programa Segundo Tempo**. Maringá: Eduem, 2011.

OLIVEIRA, Maria Cecília Mariano de. **Atletismo escolar**: uma proposta de ensino na educação infantil. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Trabalho científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2. Ed. Novo Hamburgo: Universidade Feevale, 2013.

ROSA NETO, Francisco. **Manual de avaliação motora**: intervenção na educação infantil, ensino fundamental e educação especial. 3. ed. Florianópolis: Dioesc, 2015. 134 p.

ROSA NETO, Francisco. **Manual de Avaliação Motora**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

SANTOS, Suely; DANTAS, Luiz; OLIVEIRA, Jorge Alberto de. Desenvolvimento motor de crianças, de idosos e de pessoas com transtornos da coordenação. **Revista paulista de Educação Física**, São Paulo, p.33-44, ago. 2004.

SCARPATO, Marta (Org.). **Educação física**: como planejar as aulas na educação básica. São Paulo: Avercamp, 2007. 184 p.

- ARTIGO 3 -

AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA NO ENSINO FUNDAMENTAL: Uma análise comparativa do perfil nutricional dos alunos de uma escola pública e uma particular do município de Altamira-Pa.

OLIVEIRA, Jorge Farias de - jorge2farias@hotmail.com
JÚNIOR, José Robertto Zaffallon - jrzaffallon@hotmail.com
MELO, Gileno Edu Lameira de - gilenouepa@yahoo.com.br
SILVA, Mailson Amonias de Souza - mailsonassilva@gmail.com
LIMA, Steve Gabriel Nuncio - s.80gabriel@hotmail.com

RESUMO

A pré-adolescência e a adolescência são estágios extremamente importantes para o desenvolvimento de um estilo de vida saudável, uma vez que os comportamentos adquiridos nesta fase tendem a se perpetuar por toda a vida. Dessa forma, esta pesquisa caracteriza-se por uma análise comparativa do perfil nutricional de alunos de uma escola pública e uma escola particular que foi realizada por meio de uma avaliação antropométrica pelo o Índice Massa Corporal (IMC), no qual fizeram parte da pesquisa 50 alunos da escola pública e 50 alunos da escola privada de ambos os sexos do município de Altamira-Pa. Podemos apontar assim uma maior prevalência de sobrepeso e obesidade grau I e II na escola particular. Onde 40% dos alunos dessa instituição estão entre estes índices. Portando os alunos da escola particular apresentaram uma diferença de 16% a mais na escola privada em relação a estes alarmantes estados nutricionais. Dessa forma os resultados dessa pesquisa se assimilam com a literatura atual e tomando como base estes autores podemos enfatizar que quanto maior a condição econômica familiar do adolescente maior será o risco de o mesmo desenvolver sobrepeso e obesidade. Com isso a intervenção de profissionais da saúde na escola se torna indispensável, principalmente o professor de educação física que tem um papel categórico na redução desses estados de sobrepeso e obesidade na escola através da informação. Por meio de avaliações antropométricas e no incentivo a hábitos saudáveis tal como na pratica de exercício físicos.

Palavras-chave: Perfil nutricional, Avaliação antropométrica, Adolescentes.

ABSTRACT

Preteen and teenagers are both quite important stages for growth of a healthy lifestyle, once the habits acquired at this stage tend to perpetuate for an entire life. Thus, this research is a comparative analysis about the nutritional profile of students in a public school and a private school, which was done through anthropometric rating by the Body Mass Index (BMI). Fifty public school students and Fifty students of the private school of both genres of the municipality of Altamira-Pa took part in the research. We can, thus, point out a higher prevalence of overweight and obesity I and II degree in the private school, where 40% of students are included in these indexes. Therefore, private school pupils show a difference of 16% more relating to these alarming nutritional conditions. So, the research's results are compared with a current literature and based on these authors, we can emphasize that the greater is the family economic condition of the

adolescent, the greater is the risk of being more developed overweight and obesity. Thereby, an intervention of health professionals in school becomes indispensable, especially physical education teacher, who plays a crucial role in reducing overweight and obesity conditions in schools through information, by anthropometric rating and raising healthy habits as in physical exercise practices.

Key words: Nutritional profile, Anthropometric rating, Teenagers.

RESUMEN

La preadolescencia y la adolescencia son etapas extremadamente importantes para el desarrollo de un estilo de vida saludable, ya que los comportamientos adquiridos en esta etapa tienden a perpetuarse durante toda la vida. Por lo tanto, esta investigación se caracteriza por un análisis comparativo del perfil nutricional de los estudiantes de una escuela pública y una escuela privada que se realizó a través de una evaluación antropométrica realizada por el Índice de Masa Corporal (IMC), en el que formaron parte de la investigación 50. estudiantes de escuelas públicas y 50 estudiantes de escuelas privadas de ambos sexos en el municipio de Altamira-Pa. Por lo tanto, podemos señalar una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad de grado I y II en la escuela privada. Donde el 40% de los estudiantes de esta institución se encuentran entre estos índices. Por lo tanto, los estudiantes de escuelas privadas mostraron un 16% más de diferencia en la escuela privada en relación con estos alarmantes estados nutricionales. Por lo tanto, los resultados de esta investigación son similares a la literatura actual y, en base a estos autores, podemos enfatizar que cuanto mayor es la condición económica familiar de los adolescentes, mayor es el riesgo de desarrollar sobrepeso y obesidad. Por lo tanto, la intervención de los profesionales de la salud en la escuela se vuelve indispensable, especialmente el maestro de educación física que tiene un papel categórico en la reducción de estos estados de sobrepeso y obesidad en la escuela a través de la información. Mediante evaluaciones antropométricas y fomentando hábitos saludables como el ejercicio físico.

Palabras clave: Perfil nutricional, Evaluación antropométrica, Adolescentes.

1. INTRODUÇÃO

O estilo de vida que adotamos, depende do histórico das vivências que o indivíduo adquiriu e conviveu na infância e na adolescência, fases onde o corpo passa por grandes transformações, físicas, biológicas e psicológicas, mas se adapta a qualquer comportamento, pois prepara para a vida adulta.

Viver de forma saudável é escolha que pode vir do meio familiar, através dos estímulo dos pais e deve ser incentivada pela escola, espaço onde crianças e adolescentes passam grande parte do dia, participando de tarefas individuais ou coletivas.

A escola segundo o Ministério da Saúde (2012), além de ser ambiente educacional, também é espaço que deve provocar ações capazes de promover a saúde e estímulos para hábitos saudáveis, através de seus conteúdos e atividades.

Por ser espaço privilegiado, como afirma Schmitz et.al (2008), é muitas vezes nas escolas que se consegue perceber alterações no estado nutricional de crianças e adolescentes, que poderão interferir no crescimento e desenvolvimento, afetando a saúde com doenças que podem ser evitadas por simples atitudes e hábitos saudáveis.

Com uma realidade de vida e comportamento sedentários da vida moderna não é difícil encontrar nas escolas alunos com problemas relacionados ao seu estado nutricional, alterados pelo tipo de alimentação que consome diariamente, dependendo da realidade, do estilo de vida e dos hábitos das crianças e adolescentes já é normal conviver com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's) dentro do convívio educacional. É preciso então que as escolas sejam capazes de trabalhar em seus conteúdos, em todos os níveis de ensino com iniciativas para propagar a saúde e estimular comportamento não prejudiciais à saúde.

Tendo em vista esses aspectos, a proposta de uma avaliação antropométrica por meio de uma análise comparativa do perfil nutricional dos alunos do ensino fundamental de uma escola da rede pública e uma particular do município de Altamira-PA, foi aplicada através do Índice de Massa Corporal (IMC) com o intuito de identificar se os sujeitos apresentam incidências como: Abaixo do peso, peso normal, sobrepeso e obesidade grau I, II e III. Possibilitando levantar-se hipóteses sobre as variáveis do perfil nutricional dos alunos.

Por se tratar de uma pesquisa voltado para o ensino em saúde, a mesma objetivou também promover um maior conhecimento corporal aos alunos trazendo informações ricas através da análise do perfil nutricional a respeito dos índices: abaixo do peso, peso normal, sobrepeso e obesidade grau I, II e III.

Em virtude da notoriedade da carência de ações de ensino em saúde tanto na escola pública como no particular, a pesquisa buscou também incentivar a comunidade escolar a desenvolver cada vez mais ações dessa natureza afim de viabilizar a formação de hábitos saudáveis para a manutenção de uma boa saúde dos alunos.

O estudo estimula e propõem ainda uma maior atuação do professor de educação física em relação à orientação de hábitos saudáveis, qualidade de vida e bem-estar. Destacando o papel desse profissional para o desenvolvimento de ações a promoção à saúde na escola, utilizando-se da mesma como uma ferramenta de prevenção, manutenção e orientação à saúde dos alunos.

Dessa forma fica evidente o quanto a avaliação do perfil nutricional dos alunos é importante no ambiente escolar. Cabe ao professor de educação física escolher quais dos métodos antropométricos irá utilizar para fazer o levantamento desse perfil nutricional. E como método antropométrico para identificar os índices de abaixo do peso, peso normal, sobrepeso e obesidade grau I, II e III, o mesmo pode utilizar do IMC que é reconhecido cientificamente e de fácil aplicação na escola. Caracterizando assim o estado nutricional do aluno.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA

Sabe-se que nos dias atuais as ações de ensino em saúde ganham grande relevância nas pautas de assuntos das discussões brasileiras, em virtude do significativo aumento nos índices de sobrepeso e obesidades na população, refletidas também no ambiente escolar, principalmente em crianças e adolescentes. A Organização Mundial da Saúde (2007) apud Ministério da Saúde (2012), defende e fortalece que sejam propagadas e desenvolvidas no ambiente escolar, ações que sejam capazes de estimular a promoção da saúde dentro e fora da escola.

A escola não deve assumir sozinha o papel de incentivar as crianças e adolescentes a terem hábitos saudáveis. Essa missão tem que começar no berço familiar, onde os pais devem ser os primeiros a apresentar e estimular a seus filhos, estilos que possam interferir de forma benéfica e contribuir par uma vida com saúde. Para Brasil (1997), a escola como ferramenta educacional e que precisa ter seus alunos saudáveis tem o papel de continuar a conscientização iniciada na família para a construção de um estilo de vido melhor.

Para Aires et.al, (2009), deve-se aproveitar a fase da vida compreendida entre a faixa de 7 a 14, também chamado de pré-adolescência, é o período que a criança está em constante crescimento e desenvolvimento anátomo-fisiológico e apresenta-se muito sociável ao meio que vive, com predisposição para o aprendizado de inúmeras informações e adaptação fácil ao qualquer estilo de vida.

Brasil (1997) reforça ainda que quando a criança chega na escola para iniciar sua vida educacional formal, ela traz consigo uma bagagem de informações construídas e baseadas nos princípios de seu primeiro convívio social, a família com quem até esse momento viveu suas relações mais diretas e intensas, e aprendeu valores que podem ser favoráveis e desfavoráveis para assumir uma conduta de hábitos saudáveis ou não.

Devido à sua função social e por sua potencialidade para o desenvolvimento de um trabalho sistematizado e contínuo, a escola passa, portanto, a assumir um papel de destaque, tendo em vista ser este espaço o principal mediador para o ensino em saúde, fica evidente a importância da mesma atribuir a saúde como conteúdo escolar através de avaliações antropométricas, objetivando uma conscientização de hábitos saudáveis para prevenção de doenças futuras.

2.2. OBESIDADE, SOBRE PESO E DESNUTRIÇÃO

O estilo de vida que temos nos dias atuais, geralmente alicerçado no sedentarismo, com o mínimo de movimento e com o consumo alimentar super calórico, passamos a conviver com a obesidade, que para Prado et al. (2013), é uma condição patológica adquirida pelo acúmulo excessivo de gordura e o consequente aumento de peso corporal, quando comparada a valores previstos para dada estatura, gênero e idade, pode causar sérios prejuízos à saúde do indivíduo, podendo leva-lo a morte. Com uma vida sedentária, muitos motivos colaboram para o as pessoas aumentarem bruscamente seu peso: comer muito além da quantidade necessária diariamente, não fazem atividades físicas suficiente para causar um gasto calórico adequado para a quantidade de alimentos ingeridos, tem facilidade para acumular gorduras e muita dificuldade para queimá-las. De acordo com (Prado et.al., 2013), a obesidade se desenvolve e cresce na população em geral por conta da má alimentação dos indivíduos em relação a alimentos não saudáveis, pelos fatores genéticos e também hormonais.

O sobrepeso caracteriza-se como uma proporção relativa de peso maior que a desejável para a altura. Além de ser considerado um estado de alerta para obesidade. Para Silva et al. (2005), ao associarmos os modernos hábitos alimentares, caracterizados pelo alto teor de gordura e substâncias hipercalóricas com o crescente número de pessoas sedentárias, deparamo-nos com balanço energético desregular positivo que resulta no aumento considerável de sobre peso na população. Ou seja, quando é ingerido um alto teor energético pelo indivíduo através da alimentação, o mesmo deve ser gasto, pois o acúmulo de calorias e gordura no organismo pode levar o mesmo ao sobre peso e consequentemente a obesidade.

Segundo o Ministério da Saúde (2016) através do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito

Telefônico (VIGETEL) afirma que mais da metade da população brasileira está com peso acima do recomendado. E que 18,9% dos brasileiros estão obesos.

Na contramão da obesidade temos a desnutrição que também atinge a população, é caracteriza-se como descreve (RECINE, RADAELLI, 2002), pela deficiência ou excesso de nutrientes necessários e indispensáveis para o organismo funcionar normalmente, sem alterações fisiológicas do corpo. A carência na ingestão destes nutrientes pode causar uma falta calórica e interferir na realização das tarefas do corpo.

Percebe-se então que esses índices são atribuídos principalmente a alimentação dos indivíduos de modo geral, por esse motivo devem ser desenvolvidas ações de educação ou reeducação alimentar nas escolas.

2.3. SOBRE PESO E OBESIDADE NA PRÉ-ADOLESCÊNCIA E ADOLESCÊNCIA

Durante a adolescência, o indivíduo passa por grandes transformações no seu corpo, vive com incertezas a todo momento, passa a conhecer um mundo cheio de conflitos pessoais, nesta fase também ocorre o aumento da independência e ganho de autonomia na tomada de decisões sobre práticas e comportamentos de vida, tal situação pode ser preocupante pelo fato de que os adolescentes passam a ficar mais expostos a comportamentos de risco como etilismo, tabagismo, sedentarismo e alimentação inadequada. Para Silva et al., (2005), a obesidade precoce tem como consequência a possibilidade de sua continuação na idade adulta, e acarreta em um aumento dos riscos à saúde e das taxas de morbimortalidade. Tornando assim evidente a importância do diagnóstico precoce da obesidade para esse público, pois além das conotações psicológicas envolvidas, como descontentamento com autoestima, rejeição pelos amigos, na família e nas escolas pode ocorrer o desencadeamento de outras doenças, como o diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, lesões ortopédicas, lesões de pele (manchas e estrias) e esteatose hepática (gordura no fígado).

2.4. PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA X PROMOÇÃO A SAÚDE

Sabe-se que a promoção de saúde na escola é de suma importância para orientação sobre hábitos saudáveis, qualidade de vida, bem-estar, entre outros, pois a escola é um ambiente educacional composta por um público em desenvolvimento anatomo-fisiológico que são crianças e adolescentes.

Quando se fala em saúde na escola, logo se destaca o papel do professor no processo de intervenção perante a saúde dos alunos, e que o mesmo deve ser o intermediador do conhecimento deste conteúdo. Com isso, os Parâmetros curriculares nacionais (PCN's) de educação física asseguram em um de seus vários objetivos educacionais a importância de os alunos conhecerem o próprio corpo e adotarem hábitos saudáveis. É possível que quem adquiriu hábitos saudáveis na infância e na adolescência, vai continuar se preocupando em manter esse estilo de vida quando adulto, sempre se preocupando com sua saúde (BRASIL, 1998).

O tema saúde nos PCN's é apresentado como tema transversal, mas que deve ser trabalhado com frequência no ensino fundamental, visto que o índice de doenças causadas pela má alimentação vem crescendo constantemente entre este público e muitas das vezes pela falta de orientação da família e também da comunidade escolar.

Cabe então ao professor de educação física desenvolver ações de promoção a saúde na escola, utilizando a mesma como uma ferramenta de prevenção, manutenção e orientação a saúde dos alunos. Instigando assim a comunidade escolar a aderir cada vez mais ações deste tipo em seu currículo. E também para que o conhecimento adquirido pelos alunos em relação a saúde, não fique somente na sala de aula, e seja atribuído em sua rotina diária.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

Por possibilitar um contato do pesquisador com os sujeitos da pesquisa mais próximo da realidade em que este sujeito está inserido, o estudo trata-se de uma pesquisa de campo. Severino (2012) cita que na mesma o objeto de estudo é abordado em seu ambiente próprio. E a coleta de dados é feita em condições naturais em que ocorrem os fenômenos.

O estudo busca ainda levantar dados sobre IMC dos alunos nas aulas de educação física. Desta forma possui objetivo exploratório. Para Severino (2012), é aquela que busca levantar dados sobre determinado objeto de estudo delimitando um campo de trabalho, mapeando as condições de manifestação desse objeto. A pesquisa possui uma abordagem quanti-qualitativa que para Prodanov e Freitas (2013), deve-se formular hipóteses e classificar a relação entre as variáveis, para garantir a precisão dos resultados, ao evitar contradições no processo de análise e interpretação e também permite analisar, compreender, classificar processos dinâmicos experimentados por

grupos sociais e apresentar contribuições no processo de mudança desses determinados grupos. Partindo deste conceito a abordagem do estudo quantifica, qualifica e compara os valores do IMC dos alunos tanto da escola pública como na particular.

A pesquisa foi realizada em uma escola da rede pública e uma particular do ensino fundamental de Altamira-Pa. Tais escolas foram selecionadas por serem localizadas na zona urbana do município, pois possuem professor de educação física, e apresentaram diferentes características no perfil nutricional de seus alunos inseridos em diferentes realidades.

O universo da pesquisa consiste em alunos das séries finais (8º e 9º ano) do ensino fundamental, sendo 50 alunos da escola pública e 50 alunos da instituição de ensino particular. Onde a amostra foi selecionada de acordo com o interesse dos alunos em fazer parte da pesquisa. Dessa forma, a amostra da pesquisa se caracteriza por ser um método não-probabilístico, onde Prodanov e Freitas (2013), afirmam que em tal método, as amostras não são selecionadas aleatoriamente.

Participaram do estudo alunos na faixa etária de 12 a 15 anos, de ambos os sexos. Portanto foram sujeitos da pesquisa apenas os alunos que se englobam nas séries de 8º e 9º anos dessas respectivas escolas. Pois é nessa fase da vida que o adolescente se torna mais sociável ao meio em que está inserido, e onde o mesmo encontra-se em constante desenvolvimento anatômico e fisiológico.

A pesquisa foi desenvolvida em cinco etapas, sendo que na primeira etapa foi encaminhado o pedido de autorização para realizar a pesquisa nas escolas (Particular e Pública). Por um dos locais da pesquisa se tratar de uma escola pública, foi encaminhada à Secretaria Municipal de Educação de Altamira (SEMED) uma carta de aceite solicitando a autorização para realização do estudo.

Na segunda etapa foi feita apresentação da pesquisa para a coordenação, direção e o professor de educação física das turmas de 8º e 9º ano de ambas escolas. Feito assim o convite para que os alunos fossem sujeitos da pesquisa. Com isso a terceira etapa consistiu no encaminhamento do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), onde esse documento foi assinado pelos alunos menores de idade entre 12 a 18 anos. Foi encaminhado também um documento aos pais e responsáveis desses alunos, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), indicando que os responsáveis autorizam a participação destes na pesquisa.

Na quarta etapa houve o agendamento da coleta de dados com a coordenação, direção, e os alunos.

Na quinta etapa foi aplicado o índice de massa corporal. Segundo Brasil (2009), o IMC é um dos indicadores usados pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para verificação do estado nutricional, calculado a partir da seguinte fórmula: $IMC (kg/m^2)$. Onde o peso é dividido pela altura ao quadrado, associando o valor apresentado a termos como: Abaixo do peso, peso normal, sobre peso e obesidade I, II e III. Hernandez e Valentini (2010) citam o IMC como método mais utilizado e de baixo custo e de fácil execução. Este recurso é o mais utilizado não só por sua fácil execução, mas também por ser aceito pela comunidade científica.

Os dados coletados foram avaliados pelo método estatístico descritivo que de acordo com Fonseca e Martins (2011) é aquele que se atribui de técnicas que objetivam descrever, analisar e interpretar dados numéricos de uma população ou amostra, onde foi utilizada também a tabela de valores do IMC para identificar o estado nutricional que o aluno possui. Estes dados foram apresentados em forma de gráficos e tabelas. Os dados obtidos foram armazenados, calculados e classificados no software Microsoft Excel[®] 2010 e no software Microsoft Word[®] 2010 ou superior.

A pesquisa foi submetida à plataforma Brasil por ser atribuída a seres humanos como previsto no artigo VII.1 da resolução 466/12 no qual pesquisas que envolvam seres humanos devem ser submetidas à apreciação do Sistema CEP/CONEP (Parecer Nº: 2.370.619) que, ao analisar e decidir, se torna corresponsável por garantir a proteção dos participantes.

Foi respeitado o anonimato de qualquer sujeito da pesquisa em todas as etapas de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

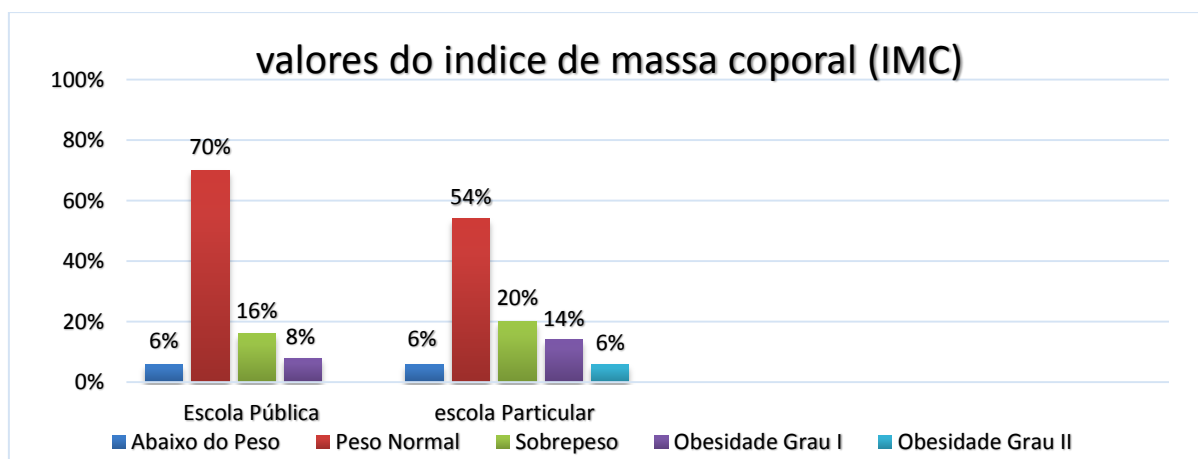
Os resultados obtidos nesta pesquisa referem-se a uma análise comparativa do perfil nutricional de alunos de uma escola pública e uma particular. As informações foram expostas em um gráfico sobre o IMC dos alunos, e duas tabelas que indicam as variáveis dos valores do IMC em relação aos gêneros (masculino, feminino) e faixa etária dos sujeitos da pesquisa.

Os perfis nutricionais, foram caracterizados de acordo com a tabela do IMC da Organização Mundial da Saúde (2007) apud Ministério da Saúde (2012), classificados em porcentagem por percentual para cada um dos espaços de coleta.

Com base nesses resultados apresentados a seguir no gráfico 1 e levando em consideração o universo da pesquisa, que é de 50 alunos na escola pública e 50 alunos na escola particular. Destaca-se que na escola pública o índice de alunos que estão com perfil nutricional abaixo do peso consiste em 6%. Em comparação a escola particular os dados mostraram-se iguais. Nota-se então que há um baixo índice de alunos com peso abaixo do ideal tanto na escola pública como no particular de acordo com o gráfico a seguir.

Contribuindo, a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) organizada pelo Ministério da Saúde, no período de 2008/2009. Afirma que a prevalência de déficit de peso em adolescentes foi de apenas 3,4%, com pouca variação entre os sexos e segundo os grupos de idade, indicando assim uma baixa frequência de quadros atuais de desnutrição na população adolescente brasileira. (IBGE, 2010).

Gráfico 1- Valores do índice de massa corporal (IMC)



Fonte: Dados da Pesquisa, 2017.

Em relação ao peso normal os alunos da escola pública apresentaram um índice de 16% maior que na escola particular. Que mostra uma predominância de alunos que estão com perfil nutricional adequado na rede pública.

Os resultados do perfil nutricional de sobrepeso destacam maior prevalência na escola particular sendo 4% a mais que na escola pública.

Os índices de obesidade grau I e II também prevaleceram na escola particular. Estimando o índice obesidade grau I, a escola privada apresentou o resultado de 6% a mais em relação a escola pública. Já para o estado nutricional de obesidade grau II o resultado foi de que 6% dos alunos participantes da pesquisa estão nesse índice apenas na escola privada. Em outros termos, não houve casos de obesidade grau II na escola pública.

Dados da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) do IBGE mostram que entre 1974-1975 e 2008-2009 a prevalência de excesso de peso entre adolescentes aumentou de 11,3% para 20,5% e a taxa de obesidade aumentou de 1,1% para 4,9%. (IBGE, 2010).

A análise e comparação dos valores do IMC obtidos e apresentados no gráfico 1, aponta que 40% dos alunos da escola particular que participaram da pesquisa estão entre os índices de sobrepeso e obesidade grau I e II, enquanto na escola pública 24% dos alunos estão entre esses perfis nutricionais. Totalizando uma diferença de 16% a mais na escola privada.

Levando em consideração o contexto socioeconômico de ambas instituições de ensino. Levanta-se a hipótese de que o maior valor nos índices de sobrepeso e obesidade I e II na escola particular pode ter sido influenciado pela aquisição de renda familiar dos alunos.

Reforçando, a Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) afirma que a prevalência de excesso de peso e obesidade entre adolescentes de 10 a 19 anos mostrou forte aumento concomitante a renda familiar. (IBGE,2010).

A tabela 1 apresenta os resultados das variáveis do IMC dos alunos por gênero.

Tabela 1- IMC por gênero em porcentagem.

Tabela 1 - IMC por gênero em porcentagem						
	Total Feminino	Abaixo do Peso	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidade Grau I	
Escola pública	20	5%	80%	5%	10%	
Escola particular	26	7,69%	57,69%	23,08%	11,54%	
	Total Masculino	Abaixo do peso	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidade Grau I	Obesidade Grau II
Escola pública	30	6,7%	63,3%	23,3%	6,7%	—

Escola particular	24	4,17%	50%	16,66%	16,66%	12,51%

Fonte: Dados da Pesquisa, 2017.

Em relação ao gênero feminino os resultados da tabela 1 mostram que o percentual de alunas abaixo do peso em ambas as escolas é quase equivalente, com um percentual de 2,69% a mais para escola particular.

O percentual de alunas que estão no peso normal predominou na escola pública que foi de 80%, enquanto que na escola particular foi 57,69%.

O Sobrepeso e obesidade grau I tem índice maior na escola particular do que na escola pública. Destacando que o sobrepeso das alunas da escola privada é quase 5 vezes superior aos índices de sobrepeso no gênero feminino na escola pública.

No gênero masculino podemos destacar que para o perfil nutricional de abaixo do peso o maior índice encontra-se na escola pública totalizando 6,7 % dos alunos. O peso normal dos alunos que fizeram parte do estudo mostrou uma maior prevalência na escola pública. Onde 63,3% se englobaram neste perfil nutricional totalizando 13,3% a mais que na escola particular.

O índice de sobrepeso mostrou-se contrário em comparação aos outros índices. Onde 23,3 % dos alunos da escola pública estão acima do peso ideal. Comparando ainda com a escola privada este índice foi cerca de 6,7 % maior.

Já a Obesidade grau I e obesidade grau II se mostrou maior na escola particular do que na escola pública. Onde no caso de obesidade grau I a escola privada apresentou que 16,66% dos alunos que participaram da pesquisa encontram-se neste estado nutricional. Sendo 9,34% maior que na escola pública.

Os resultados alarmantes do perfil nutricional de obesidade grau II apresentaram-se em 12,51% dos alunos da escola particular somente no gênero masculino. Ressaltando que não houve casos de obesidade grau II na escola pública.

A comparação dos resultados obtidos de ambas as escolas mostra que, com exceções das incidências de abaixo do peso e sobrepeso do sexo masculino e peso normal do sexo feminino/masculino que se mostraram prevalentes na escola pública. A prevalência dos estados nutricionais de Abaixo do peso, sobrepeso no sexo feminino e obesidade grau I e obesidade grau II para o sexo masculino se deu na escola particular. Reforçando que os resultados mais alarmantes se apresentaram na escola privada.

Destacando os resultados de sobrepeso e obesidades grau I e II Mello e Barbiere (2012), afirmam que os fatores socioeconômicos são os principais determinantes do desenvolvimento de obesidade e sobrepeso, pois, tem estreita ligação com a dieta e a atividade física regular.

Desta forma percebe-se que essas variáveis apresentadas quanto a perfil nutricional, pode se dar pela diferença na dieta alimentar entre um aluno de uma escola pública e um aluno de uma escola particular.

Slater e Enes (2010), dizem que no período da adolescência, além das transformações fisiológicas, o indivíduo sofre importantes mudanças psicossociais, o que contribui para a vulnerabilidade característica desse grupo populacional. Os adolescentes podem ser considerados um grupo de risco nutricional, devido à inadequação de sua dieta decorrente do aumento das necessidades energéticas e de nutrientes para atender à demanda do crescimento.

Outro fator que pode ser determinante para as variáveis do IMC apresentadas nesta pesquisa é o nível de atividade física dos sujeitos.

Um estudo semelhante aos nossos achados de Streb et, al. (2016) que tinha como objetivo identificar as associações entre a forma de deslocamento até a escola e frequência de excesso de peso em adolescentes. Mostra como resultado que os alunos que se deslocavam de uma forma ativa (a pé ou de bicicleta) para escola apresentaram índices menores de obesidade e sobrepeso do que os alunos que se locomovem para a escola por meio passivo (por meio de veículos automotores). (STREB et al. 2016). Reforçando assim, que pode haver uma correlação do sedentarismo com o estado nutricional desses sujeitos da pesquisa presente.

A tabela 2 apresenta os resultados do IMC dos alunos por faixa etária relacionando os valores com a tabela do IMC da Organização Mundial da Saúde (2007).

Tabela 2- IMC por faixa etária

Faixa etária	Escola Pública					Escola particular					
	Nº de alunos	AP %	PN %	SP %	OB1 %	Nº de alunos	AP %	PN %	SP %	OB1 %	OB2 %
12 anos	-	-	-	-	-	4	25	50	25	-	-

13 anos	17	-	52,82	17,65	23,53	16	-	62,5	25	12,5	-
14 anos	23	8,69	73,92	13,05	4,31	20	-	10	60	25	5
15 anos	10	10	60	20	10	10	-	30	30	10	30
Total	50					50					

Fonte: Dados da Pesquisa, 2017.

AP- Abaixo do peso/ PN- Peso Normal / SP- Sobrepeso / OB1- Obesidade Grau I/OB2- Obesidade Grau II.

Os resultados da tabela 2 despontam que a faixa etária com alunos de 12 anos só foi encontrada na escola particular, ou seja 4 alunos. No qual apresentaram valores de: 25% abaixo do peso, 50% peso normal e 25% sobrepeso.

Na faixa etária de 13 anos para escola pública participaram do estudo 17 alunos com os seguintes valores: 52,82% Peso normal, 17,65 % sobrepeso e 23,53% obesidade grau I. Para a escola particular referente a esta faixa etária foram 16 alunos que apresentaram os valores: 62,5% peso normal, 25% sobrepeso e 12,5% obesidade grau I. Destaca-se então, que o índice de peso normal para essa faixa etária é maior na escola particular tal como o sobrepeso. Já a obesidade grau I teve maior prevalência na escola pública.

Na faixa de 14 anos da escola pública, o total de alunos foi de 23. Sendo que 8,69% estavam abaixo do peso, 73,92% no peso normal para idade, 13,05 % com sobrepeso e 4,31% com obesidade grau I.

Na escola particular 20 alunos estavam nessa faixa etária e apresentaram os seguintes valores: 10% peso normal, 60% com sobrepeso, 25 % com obesidade grau I e 5% com obesidade grau II. Dessa forma, foram encontrados casos de índices abaixo do peso apenas na escola pública. Enquanto a obesidade grau II foram encontrados casos apenas na escola particular.

Destaca-se ainda que o percentual de alunos com sobrepeso e obesidade grau I foi maior na escola particular. Onde totalizou-se 17,36 % de alunos da escola pública

com estes estados nutricionais de um total de 23 sujeitos e 85 % dos alunos da escola particular de um total de 20 para a faixa etária de 14 anos.

Na faixa etária de 15 anos, 10 alunos da escola pública fizeram parte da pesquisa distribuídas em: 10% abaixo do peso, 60% peso normal, 20% sobrepeso e 10 % obesidade grau I. Enquanto que para essa faixa etária na escola particular o total foi igual a escola anterior, 10 alunos. Sendo que 30% estão em seu peso normal, 30% no estado de sobrepeso ,10% para obesidade grau I e 30% obesidade grau II. Com isso, os casos de alunos abaixo do peso só foram encontrados na escola pública. Para o peso normal a escola pública apresenta o dobro do valor da escola particular. Já em relação aos perfis nutricionais de sobrepeso e obesidades grau I e II a escola particular continua com maior prevalência para essa faixa etária. Destacando que os casos de obesidade grau II foram encontrados apenas na escola particular.

Os resultados da tabela 2 apontam que com exceções dos índices de obesidade I para faixa etária de 13 anos e abaixo do peso que foram maiores na escola pública do que na particular. As incidências de sobrepeso para as faixas etárias de 13, 14 e 15 anos foram prevalentes na escola privada. Destacando ainda que a prevalência da obesidade grau I e grau II se mostrou presente também na escola privada.

Os dados apresentados acima reforçam que um dos fatores que podem interferir para que os índices de sobrepeso, obesidade grau I e II sejam maiores na escola particular do que na pública é o fator socioeconômico.

Com isso Silva, Balaban e Motta (2005) alegam que o nível socioeconômico relaciona-se com a disponibilidade de alimentos e acesso à informação, e pode estar também associado a determinados padrões de atividade física.

Contribuindo, um estudo mais recente de Souza et, al. (2014) que teve como objetivo avaliar os fatores associados ao excesso de peso (sobrepeso/obeso) em escolares matriculados no ensino fundamental da rede pública de ensino de Divinópolis, Minas Gerais com alunos na faixa etária de 6 a 14 anos de idade. Mostrou que foi identificada uma elevada prevalência de excesso de peso entre os participantes e que escolares cujas mães apresentam maior escolaridade e com maior renda familiar estão mais susceptíveis ao sobrepeso e à obesidade.

Apesar de que o estudo acima foi realizado apenas com escolares da rede pública de ensino, é notório que quanto maior a renda familiar do sujeito maior é o risco de o mesmo desenvolver sobrepeso e à obesidade.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O principal resultado deste estudo foi que por meio da análise comparativa entre as duas escolas houve a percepção de uma maior prevalência de excesso de peso e obesidade nos alunos da escola privada. A presente pesquisa se assimila com a literatura atual e tomando com bases estes autores podemos enfatizar que quanto maior a condição econômica familiar do adolescente maior será o risco de o mesmo desenvolver sobrepeso e obesidade.

Esses resultados podem estimular ações de prevenção e controle ao sobrepeso e obesidade tanto na escola particular como na pública. Tendo em vista que essas incidências podem se perpetuar para vida adulta desses adolescentes.

Dessa forma a intervenção de profissionais da saúde na escola se torna cada vez mais indispensável, principalmente o professor de educação física que tem um papel crucial na redução desses estados de sobrepeso e obesidade na escola através da informação. Por meio de avaliações antropométricas regulares e no incentivo a hábitos saudáveis tal como na prática de exercícios físicos. Observou-se ainda que em relação ao público alvo da pesquisa os alunos da escola particular com maior faixa etária apresentaram índices elevados de sobrepeso e obesidades I e II. Com isso levanta-se a hipótese de que com o avanço da idade o risco dos alunos desenvolverem esses problemas de saúde torna-se maior. Ressalta-se ainda a importância de se desenvolver pesquisas no sentido de elencar os possíveis fatores que possam apontar as causas no aumento desses índices em escolares das escolas particulares.

REFERÊNCIAS

AIRES, Ana Paula et al. Perfil nutricional de alunos em escola pública. **Ciências da Saúde**, Santa Maria, v. 10, n. 1, p.77-86, 2009.

BARBIERI, Aline Fabiane; MELLO, Rosângela Aparecida. As causas da obesidade: Uma análise sob a perspectiva materialista histórica. **Revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp**, Campinas, v. 10, n. 1, p.133-153, abr. 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. **Secretaria de Educação Fundamental**: Parâmetros Curriculares Nacionais – Ensino Fundamental 2. Brasília, 1998.

BRASIL. Ministério da educação. **Secretaria de Educação Fundamental**: Parâmetros Curriculares Nacionais – Meio/Saúde. Brasília, 1997.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderneta de saúde do adolescente**. 2012.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. (Org.). **VIGETEL Brasil 2016**. 2016. Disponível em:

<<http://portal.arquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/abril/17/Vigitel.pdf>>. Acesso em: 29 out. 2017.

ENES, Carla Cristina; SLATER, Betzabeth. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. **Bras Epidemiol**, Sorocaba, v. 13, n. 1, p.163-171, maio 2010.

FONSECA, Jairo Simon da; MARTINS, Gilberto de Andrade. **Curso de estatística**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

HERNANDES, Flavia; VALENTINI, Meire Pereira. Obesidade: Causas e consequências em crianças e adolescentes. **Revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp**, Campinas, v. 8, n. 3, p.47-63, 2010.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Trabalho científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Universidade Feevale, 2013.

PRADO, Wagner Luiz do; PRADO, Mara Cristina do; BOTERO, Paulo João; in RASO, Vagner; GREVE, Julia Maria D'Andrea; POLITO, Marcos Doederlein. **Pollock: fisiologia clínica do exercício**. Barueri: Manole, 2013.

RECINE, Elisabetta; RADAELLI, Patrícia. **Obesidade e desnutrição: área técnica alimentação e nutrição**. Brasília: Universidade de Brasília - Unb. Faculdade de Ciências da Saúde. 2002. 60 p.

RIO DE JANEIRO. Ministério da Saúde. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (Org.). **Pesquisa de Orçamentos Familiares: Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil**. 2010. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>>. Acesso em: 02 nov. 2017.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. São Paulo: Cortez, 2012.

SILVA, Francisco Martins da et al. Obesidade infantil uma abordagem orientada para a educação. In: DANTAS, Estélio Henrique Martin. **Obesidade e emagrecimento**. Rio de Janeiro: Shape, 2005. Cap. 19. p. 1-409.

SILVA, Giselia Alves Pontes da; BALABAN, Geni; MOTTA, Maria Eugênia F. de A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, [s.l.], v. 5, n. 1, p.53-59, mar. 2005. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1519-38292005000100007>.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (Rio de Janeiro). Departamento Científico de Nutrologia. **Avaliação Nutricional da Criança e do Adolescente: manual de orientação**. São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2009.

SOUZA, Márcia Christina Caetano de et al. Fatores associados à obesidade e sobrepeso em escolares. **SciELO**, Florianópolis, v. 23, n. 3, p.712-719, jul. 2014.

- ARTIGO 4 -

ESTILO DE VIDA E SUA INFLUÊNCIA NO AUTOCONCEITO DE ESCOLARES

JÚNIOR, José Robertto Zaffalon - jrzaffalon@uepa.br
FERRARI, Janine Camargo - janineferrari7@hotmail.com
MELO, Gileno Edu Lameira de - gilenouepa@yahoo.com.br
OLIVEIRA, Jorge Farias de - jorge2farias@hotmail.com
SILVA, Rosângela Lima da - hmrose@gmail.com

RESUMO

O autoconceito é compreendido como o autoconhecimento de si mesmo, no qual o indivíduo passa a corresponder o seu eu e ser visto e descrito em termos internos e psicológicos deixando de lado os atributos físicos e externos. Na idade escolar, o autoconceito concreto muda gradativamente e percebe-se uma auto definição mais abstrata, mais generalizada e comparativa, passando a apresentar um conteúdo de caráter psicológico, cognitivo e social. Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo analisar a autoconceito de crianças fisicamente ativas e sedentárias. Para isso, foi realizado uma pesquisa de campo, da qual participaram 346 crianças com idade entre 8 e 13 anos. Os dados foram coletados por meio da escala de autoconceito (PHCSCS2) e do PAQ-C, e comparados pelo test t de student de amostras não pareadas. As crianças suficientemente ativas apresentaram melhor autoconceito ($p < 0,0001$) nos aspectos ansiedade, popularidade, aparência física, satisfação- felicidade e total quando comparados às insuficientemente ativas. Dessa forma, é possível afirmar que o estilo de vida saudável é capaz de melhorar não apenas o aspecto físico por meio da prevenção de diversas doenças crônicas não transmissíveis, mas também os aspectos sociais da criança.

Palavras-chave: Autoconceito. Estilo de vida. Crianças.

ABSTRACT

Self-concept is understood as the self-knowledge of oneself, in which the individual happens to correspond to his / her self and to be seen and described in internal and psychological terms, leaving aside the physical and external attributes. At school age, the concrete self-concept changes gradually and a more abstract, more generalized and comparative self-definition is perceived, presenting a psychological, cognitive and social content. In this context, the present study aims to analyze the self-concept of physically active and sedentary children. For this, a field survey was carried out, in which 346 children aged 8 to 13 years participated. The data were collected through the self-concept scale (PHCSCS2) and the PAQ-C, and compared by Student's t-test of unpaired samples. Sufficiently active children presented better self-concept ($p < 0.0001$) in terms of anxiety, popularity, physical appearance, contentment and overall happiness compared to those who were insufficiently active. Thus, it is possible to affirm that the healthy lifestyle is able to improve not only the physical aspect through the prevention of several chronic non-communicable diseases, but also the social aspects of the child.

Keywords: Self-concept. Lifestyle. Children.

RESUMEN

El autoconcepto se entiende como el autoconocimiento de uno mismo, en el que el individuo llega a corresponder con él mismo y a ser visto y descrito en términos internos y psicológicos, dejando de lado los atributos físicos y externos. En la edad escolar, el autoconcepto concreto cambia gradualmente y uno percibe una autodefinición más abstracta, más generalizada y comparativa, presentando un contenido psicológico, cognitivo y social. En este contexto, el presente trabajo tiene como objetivo analizar el autoconcepto de niños físicamente activos y sedentarios. Para ello, se realizó una investigación de campo, en la que participaron 346 niños de 8 a 13 años. Los datos se recolectaron utilizando la escala de autoconcepto (PHSCS2) y PAQ-C, y se compararon mediante la prueba t de Student de muestras no emparejadas. Los niños suficientemente activos tuvieron un mejor autoconcepto ($p < 0.0001$) con respecto a la ansiedad, popularidad, apariencia física, satisfacción-felicidad y total en comparación con los insuficientemente activos. Por lo tanto, es posible afirmar que un estilo de vida saludable puede mejorar no solo el aspecto físico a través de la prevención de varias enfermedades crónicas no transmisibles, sino también los aspectos sociales del niño.

Palabras clave: autoconcepto. Estilo de vida. Niños

1. INTRODUÇÃO

A vida do indivíduo é continuamente influenciada por diferentes aspectos, sejam eles sociais, familiares, educacionais, físicos, mentais e outros. A criança na fase escolar vivencia essas variadas influências, estabelecendo dessa forma, seu autoconceito e também o estilo de vida. De acordo com Schiavoni e Martinelli (2012), o autoconceito é fundamental para a definição do estilo de vida das pessoas. O autoconceito se acentua pelo descobrimento de si mesmo perante a sociedade, visando atingir meios para a procura de uma vida ativa relacionada a atividades físicas como caminhadas, brincadeiras, jogos e a prática esportiva em geral.

O autoconceito de crianças em fase escolar apresenta características concretas. Suas percepções estão ligadas a características visíveis, ou seja, características físicas. Nessa faixa etária, o autoconceito concreto muda gradualmente, e percebe-se um auto definição mais abstrata, mais generalizada e comparativa, passando a apresentar um conteúdo de caráter psicológico, cognitivo e social (SOUZA et al., 2016).

Assim, é na fase escolar que esta definição vai surgindo na criança, pois ela está inserida em uma realidade na qual as descobertas são diárias, suas percepções tornam-se relativas ao contexto do saber, no caso, a classe de aula.

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) conceitua atividade física como algum movimento corporal ocasionado pelos músculos esqueléticos, o qual requeira gasto energético, abrangendo atividades físicas exercitadas durante jogos, brincadeiras, correr e outras variadas formas de se mover. Assim, a prática suficiente da atividade física é fundamental para prevenção, conservação, restabelecimento dos equilíbrios biológico, psicológico e social, os quais são constantemente ameaçados pelas mudanças bruscas da sociedade contemporânea (OLIVEIRA, 2011). A prática regular de atividade física está ligada diretamente ao estilo de vida ativo, sendo capaz de influenciar no autoconceito de crianças, adolescentes e adultos, pois a mesma traz benefícios no aspecto biopsicossocial (OMS, 2018). A falha da prática regular de atividade física está diretamente associada ao comportamento sedentário, tal como o uso de tecnologias e outros. E esse comportamento sedentário está diretamente relacionado à saúde, havendo o risco de estar associado à obesidade, síndrome metabólica, doenças cardiovasculares e outras (MENEGUCI et al., 2015).

Com base no exposto, manter um estilo de vida saudável corrobora o autoconceito, pois aumenta a liberação da endorfina, o hormônio da felicidade. Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo analisar o autoconceito de crianças suficientemente ativas e insuficientemente ativas.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. ESTILO DE VIDA E O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

De acordo com OMS (2004), o estilo de vida é caracterizado como um aglomerado de hábitos e costumes influenciados, modificados, encorajados ou inibidos pelo processo de socialização. Entre esses hábitos estão o uso de substâncias como o álcool, fumo, chá ou café, hábitos dietéticos e de exercício, e eles têm importantes implicações para a saúde do ser humano.

Apesar da influência social, o estilo de vida é definido pelo próprio indivíduo a partir de suas escolhas, como o tipo de alimentação, a quantidade de horas de sono, sua profissão, o controle do estresse, a prática ou não de exercícios físicos, a existência ou não de vícios, entre outros (ARENA, 2009).

Nessa perspectiva, o estilo de vida é entendido como uma forma cultural e social de viver e é capaz de contribuir de forma positiva ou negativa para a saúde, refletindo na ampliação das taxas de morbidade e mortalidade (TEIXEIRA et al., 2015).

Os estilos de vida são divididos entre ativos e inativos. O estilo de vida inativo ou não saudáveis é caracterizado por comportamentos que implicam de forma predominante no surgimento de doenças, uma vez que tais padrões são fatores de risco à saúde (OMS, 2004). O estilo de vida ativo ou saudável é caracterizado pela manutenção de hábitos fundamentais para a saúde do ser humano, pois podem prevenir ou contribuir no tratamento de problemas de saúde e as complicações advindas desses (LIPP, 2007).

Teixeira et al. (2015) relatam que o aspecto da saúde é fundamental para o estilo de vida, assim como para a ocupação das pessoas, uma vez que o indivíduo com a saúde afetada, fica vulnerável à aquisição de traumas relacionados ao meio em que vive e cujas consequências estão relacionadas ao tipo de profissão, e refletem diretamente em: problemas osteomusculares, distúrbios vocais, estresse, baixa qualidade de vida entre outros.

Tal qualidade de vida pode ser considerada em vários fatores, como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, trabalho, cultura, valores, padrões e preocupações, sendo ligada ao bem-estar físico, surgimento de patologias, percepção da saúde como a integração de sentimentos, assim proporcionando um estilo de vida saudável para o indivíduo em questão (TABELEÃO; TOMASI; NEVES 2011).

O estilo de vida pode influenciar em diversos fatores, até mesmo no desenvolvimento infantil, elemento importante do desenvolvimento humano, associado ao fato de a arquitetura cerebral ser moldada nos primários anos de vida, a partir da interação entre herança genética e influências do ambiente no qual a criança vive (SOUZA; VERISSIMO, 2015).

A evolução de uma pessoa se dá pela aprendizagem de tudo aquilo que o indivíduo fez socialmente em sua vida. Vale ressaltar que brincadeira é consagrada como atividade indispensável ao desenvolvimento infantil, capaz de promover a expressão, comunicação e interação entre as crianças (PALOMINO-DEVIA; REYES-OYOLA; SÁNCHEZ-OLIVER, 2018). O ato de brincar ao longo da infância e adolescência influencia no nível de atividade física, de modo espontâneo, rotineiro e que gera alegrias, socialização, interação, proporcionando benefícios de forma involuntária desde o aspecto da saúde física e social da criança.

2.2. AUTOCONCEITO INFANTIL E A ATIVIDADE FÍSICA

O autoconceito é caracterizado como um constructo multidimensional formado por várias percepções que o indivíduo tem a respeito de si mesmo, por meio da interpretação da própria experiência e do meio, e são influenciadas por processos cognitivos (SHAVELSON; HUBNER; STANTON, 1976).

Na idade escolar, o autoconceito muda gradativamente, pois a criança começa a se perceber de uma autodefinição mais abstrata, mais generalizada e comparativa, passando a apresentar um conteúdo de caráter psicológico, cognitivo e social. Dessa forma, as vivências escolares desenvolvem um papel fundamental na concepção do autoconceito das crianças, tanto que Souza et al. (2008) apontam que crianças com déficit de aprendizagem correm grande risco de terem um autoconceito negativo no aspecto intelectual.

Crianças com dificuldades de aprendizagem apresentam autoconceito negativo sobre si e sobre seu comportamento quando comparadas a crianças que tem rendimento satisfatório (SOUZA et al., 2016).

O autoconceito atua como processo individual em enfrentar o medo e perceber o risco. A família tem o papel de auxiliar a criança a criar o seu próprio eu, ter a sua identidade, conhecer o corpo, entender as ações de outras pessoas na sociedade. Além disso, o espaço escolar trabalha como um meio de inclusão e intercâmbio social, reporta e atualiza o conjunto sociocultural, proporcionando às crianças um acréscimo do meio de interação com adultos e crianças. Com isso, o comportamento escolar e o valor conferido a ele, podem constituir-se em categorias de proteção ou de vulnerabilidade para a ampliação do autoconceito infantil (CALDAS, 2005).

A prática regular da atividade física tem como uma das metas a manutenção da saúde e prevenção de doenças em seus diversos aspectos, principalmente no período da infância. Entre os benefícios da atividade física, incluem-se o controle do peso corporal, melhora da força muscular, normalização do perfil lipídico, aumento da densidade óssea e da resistência física, benefícios psicológicos, melhora do autoconceito, aumento da sensação de bem-estar, valorização da autoestima, e diminuição do estresse e depressão (PINHEIRO et al., 2017). Tais benefícios contribuem para a satisfação de cada indivíduo com a vida que leva, com sua saúde e a qualidade dela, além de promover e sustentar a saúde do ser humano, promovendo experiências quanto aos movimentos, brincadeiras e atividades esportivas.

A atividade física em suas diversas manifestações tem sido parte da herança cultural do ser humano ao longo da história, pois é indubitavelmente a influência que exerce sobre o comportamento social e a consideração que uma comunidade dá à sua prática como parte do seu estilo de vida (PALOMINO-DEVIA; REYES-OYOLA; SÁNCHEZ-OLIVER, 2018). A atividade física se conceitua por ações planejadas, repetitivas e sentido de melhoria ou manutenção de um ou mais condicionantes físicos.

Dessa forma, é admissível assegurar que as atividades físicas são importantes, pois trabalham de forma geral com todas as idades, desde a infância até a fase idosa, despertando assim experiências quanto ao movimento, por meio de brincadeiras ou atividades esportivas. Ao trabalhar a saúde não apenas física, mas também mental, contribui para a satisfação de cada indivíduo com a vida que leva, com sua saúde e a qualidade dela, além de promover e sustentar a saúde psicológica do ser humano.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se do resultado de uma pesquisa de campo, e quanto ao objetivo, exploratório, o qual de acordo com Gil (2008), busca possibilitar maior proximidade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses e procurar o aprofundamento de uma realidade específica. Possui abordagem quantitativa, que de acordo com Prodanov e Freitas (2013), requer o uso de recursos e metodologias estatísticas, procurando demonstrar em números os conhecimentos gerados pelo pesquisador.

A pesquisa foi realizada em 10 escolas de ensino fundamental do município de Altamira-Pará, sendo 7 escolas da rede pública e 3 escolas da rede privada. Participaram do estudo 346 crianças de ambos os sexos, devidamente matriculados nas instituições, com idade entre 8 e 13 anos.

Foram avaliados o autoconceito e o nível de atividade física dos participantes. O questionário *Piers-Harris Children's Self-Concept Scale 2* (escala de Autoconceito) foi aplicado com objetivo de descobrir como as crianças realmente se sentem a cerca de si próprio. Este questionário é composto por 60 questões (PIERS; HERZBERG, 2002). Para cada questão é atribuído 1 ponto ou 0, conforme a resposta dada seja reveladora, respectivamente, de uma atitude positiva ou negativa face a si mesmo. De acordo com a recomendação do instrumento, é calculado uma média de questões específicas para cada um dos aspectos (comportamental, ansiedade, estatuto intelectual, popularidade,

aparência física e satisfação-felicidade), e quanto mais alto o valor, melhor é a sua percepção de si.

Já o questionário *Physical Activity Questionnaire for Older Children* (PAQ-C), validado no Brasil por Guedes e Guedes (2015), é designado para crianças entre 8 a 13 anos. É composto por oito questões com objetivo de dimensionar distintos aspectos da prática de atividade física dos últimos 7 dias. A classificação assumiu o ponto-de-corte para pontuação 2,5 (meio da escala de medida de 5 pontos) e aqueles com pontuação superior a 2,5 foram considerados “suficientemente ativos”, e com pontuação inferior a 2,5 foram considerados “insuficientemente ativos”.

A homogeneidade das variâncias dos grupos foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. Os grupos foram comparados pelo teste t de student de amostras não pareadas, utilizando o software GraphPad Prism 6. Os resultados estão apresentados como média $\pm$ desvio padrão da média. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$ e todos os testes estatísticos foram realizados no software SPSS versão 20.

A pesquisa seguiu todos os aspectos éticos, conforme a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), aprovada no Comitê de Ética da Universidade do Estado do Pará Campus XII Santarém. Está registrada sob o CAAE nº 89982318.1.0000.5168.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Das 346 crianças participantes, 46,8% eram do sexo masculino e 53,2% do sexo feminino. A amostra apresentou idade média de $9,84 \pm 1,20$ anos. 68,8% eram alunos de escolas públicas e 31,2% de escolas particulares.

Em relação ao estilo de vida, 67,1% dos participantes foram considerados suficientemente ativos e 32,9% insuficientemente ativos. Os estudos de Neves, Souza e Fujisawa (2017) também encontraram valores elevados de sedentarismo entre crianças, das quais 82,9% foram classificadas como sedentárias. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) aponta que o sedentarismo é um dos principais motivos para o sobrepeso, obesidade e outros problemas psicológicos. Dessa forma, o alto índice de sedentarismo encontrado entre os participantes pode contribuir para

O acometimento de diversos problemas comportamentais e sociais, além dos problemas de saúde.

De acordo com os dados expostos na Tabela 1, houve semelhança nos aspectos comportamental e estatuto intelectual. O grupo suficientemente ativo demonstrou melhor autoconceito no que diz respeito aos aspectos ansiedade, popularidade, aparência física, satisfação-felicidade e total (Tabela 1).

Tabela 1 – Comparação dos aspectos de autoconceito de acordo com o estilo de vida.

Variáveis	IA (n=114)	SA (n=232)	P
Aspecto comportamental	8,48 ± 0,25	8,47 ± 0,16	0,6529
Ansiedade	3,68 ± 0,17	4,26 ± 0,12*	<0,0001
Estatuto intelectual	8,46 ± 0,20	8,47 ± 0,16	0,6160
Popularidade	5,22 ± 0,17	5,45 ± 0,12*	<0,0001
Aparência física	5,25 ± 0,13	5,34 ± 0,10*	<0,0001
Satisfação-felicidade	6,43 ± 0,11	6,48 ± 0,09*	<0,0001
Total	37,53 ± 0,63	38,37 ± 0,44*	<0,0001

* vs. IA; **IA**: Insuficientemente ativos; **SA**: Suficientemente Ativos.

Dentro da escala de autoconceito, o aspecto comportamental corresponde há diversos tipos de comportamento, por exemplo, reconhecimento, respeito as diferenças, raça, cor, agressividade, delinquência, carga emocionais como tristeza e angústia que resultam em diversos problemas, tanto na escola como na relação com os pares (CLEMENTE, 2008). Já o estatuto intelectual é a auto avaliação que o indivíduo faz das tarefas acadêmicas e intelectuais, assim como a satisfação no que diz respeito à escola no presente e futuro (PIERS; HERZBERG, 2002). No que diz respeito a esses dois aspectos, não foi percebido diferença entre os grupos.

A ansiedade é um estado psíquico comum a todos os seres humanos. Desde muito tempo ela se apresenta como um sinal de alerta para o indivíduo, no reconhecimento de situações que oferecem perigo (SOUZA, 2016). Muniz e Fernandes et al. (2016) dizem também que ansiedade é uma qualidade emocional de uma representação mental propiciada por estímulos internos ou externos. A ansiedade, entre os aspectos do autoconceito, pode interferir no humor, inquietação interna junto às percepções negativas sobre o futuro, tensão muscular, tonturas, e desconforto mental (MUNIZ; FERNANDES et al., 2016).

Levando em consideração que a ansiedade pode ser um dos grandes culpados para as dificuldades de aprendizagem, motivação, desempenho acadêmico, entre outras, os dados obtidos apontam que o nível de atividade física é responsável por uma melhora nos comportamentos que dizem respeito ao aspecto ansiedade das crianças ao longo da rotina diária, o que pode vir a favorecer seu comportamento social e rendimento escolar. Dessa forma, é possível apontar que a criança com maior nível de atividade física possui menor percepção de ansiedade, fazendo com que as brincadeiras e práticas esportivas sejam responsáveis também por benefícios sociais e educacionais, promovendo saúde e bem-estar.

A popularidade pode ser definida pelo sucesso na prática de atividades físicas, o envolvimento em esportes e o reconhecimento de seus pares, bem como ser responsável por diminuir as possibilidades de ser intimidado na escola (MEDEIROS et al, 2016). Crochík, Dias e Freller (2017) relatam que a popularidade é representada pelos alunos considerados mais fortes, mais espertos. Dessa forma, a popularidade diz a respeito à posição social de uma pessoa frente às percepções dos seus pares nos diferentes níveis sociais em que convive, podendo ter impacto negativo ou positivo na vida dos indivíduos (MEDEIROS et al., 2016).

Considerando que o aspecto popularidade não se dá apenas em condições socioeconômicas, mas também em alunos participativos nos eventos escolares e nas práticas esportivas, foi possível perceber que o nível de atividade física, além de promover socialização e a interação dos alunos, também contribui para melhor percepção dos alunos populares, característica significativamente ($p < 0,0001$) percebida entre os alunos SA quando comparados aos IA, demonstrando assim que o nível de atividade física pode contribuir também no desenvolvimento da popularidade dos mesmos.

A aparência física é um elemento do autoconceito físico, diretamente relacionado a atividade física, que se refere às percepções que o indivíduo tem de sua aparência física, confiança e satisfação com sua própria imagem (AYALA; RAMÍREZ et al., 2017).

A aparência física é a construção multidimensional das representações internas e externas das estruturas corporais somadas à aparência física, podendo ser influenciada por sexo, idade, meios de comunicação, além de crenças e valores inseridos em uma cultura (OLIVEIRA; NASCIMENTO JÚNIOR; MOREIRA, et al., 2018). Dessa forma,

nossos achados apontam que as crianças SA apresentam melhor autoconceito no que diz respeito à sua aparência física quando comparadas às crianças IA ($p<0,0001$), evidenciando que quanto melhor o nível de atividade física, melhor é o seu autoconceito também no aspecto aparência física.

O bem-estar subjetivo conhecido também por felicidade, refere-se ao que as pessoas pensam e como elas se sentem em relação as suas vidas, uma avaliação subjetiva da qualidade de vida (CAMARGO; ABAID; GIACOMONI, 2011). De acordo com Oliveira et al. (2015), com a prática de atividade física regular pelas crianças, há um aumento na liberação de endorfina no organismo, e, por conseguinte, uma sensação de bem-estar, conforto, melhoria do estado de humor e felicidade. Nessa perspectiva, os dados apresentados na Tabela 1 apontam que as crianças SA apresentaram melhor autoconceito de satisfação-felicidade ($p<0,0001$) do que as IA, corroborando com Giacomoni, Souza e Hutz (2014), ao afirmarem que a satisfação- felicidade se dá pela definição de experiências positivas com a escola, tempo dedicado as atividades físicas e recreativas, nas quais a criança desenvolve a imagem de si, por meio da interação social, da prática de esporte e demais atividades, que podem ser desenvolvidas e estimuladas pela educação física escolar.

Conforme Veiga e Leite (2016), as qualidades psicométricas utilizadas nas investigações educacionais, por meio do autoconceito de adolescentes e jovens, geram um aspecto total de autoconceito, o qual se trata de uma junção de todos os aspectos. Nossos achados evidenciam que nesse aspecto total, os alunos SA também apresentam melhor autoconceito ($p<0,0001$) do que os IA demonstrando assim, os benefícios alcançados por meio de um estilo de vida ativo.

Com base nos dados expostos, é possível afirmar que o estilo de vida ativo favorece não somente a aquisição das habilidades motoras e intelectuais da criança, mas também o aprendizado, convívio e desenvolvimento social. Dessa forma, a saúde emocional do indivíduo é extremamente beneficiada pela prática da atividade física regular, melhorando seu autoconceito em todos os aspectos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nossos achados apontam que o autoconceito das crianças SA foi melhor do que o das crianças IA relacionando o estilo de vida ativo com a melhora do autoconceito da ansiedade, popularidade, aparência física e satisfação-felicidade.

Dessa forma, é possível afirmar que o estilo de vida saudável é capaz de melhorar não apenas o aspecto físico por meio da prevenção de diversas doenças crônicas não transmissíveis, mas também os aspectos sociais da criança. Cabe ressaltar aqui a necessidade de uma melhor atenção à saúde da criança, tanto por parte da família quanto por meio de políticas públicas voltadas para o estímulo da prática regular de atividade física, assim como, da necessidade de potencializar a ação educativa em saúde desenvolvida pela educação física escolar e pelas brincadeiras realizadas dentro e fora do contexto escolar.

REFERÊNCIAS

ARENA, Simone Sagres. **Exercício Físico e qualidade de vida: avaliação, prescrição e planejamento**. São Paulo: Phorte, 2009. 240 p.

AYALA, Karina Sugeyl Venegas; RAMÍREZ, Mónica Teresa González. Propuesta para mejorar la percepción de la imagen corporal, desde la psicología positiva. **Pensamiento Psicológico**, Monterrey, v. 16, n. 1, p.1657-8961, 20 dez. 2017. Editorial Pontificia Universidad Javeriana. <http://dx.doi.org/10.11144/javerianacali.ppsi16-1.iaib>.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular: Educação é a Base**. Brasília: MEC/Secretaria de Educação Básica, 2018. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/wp-content/uploads/2018/02/bncc-20dez-site.pdf>>. Acessado 21 nov. 2018.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional Nº 9394/96**. Brasília: Planalto, 1996. Disponível em < www.planalto.gov.br >. Acesso em: 21 Nov. 2018.

CALDAS, A. M. M. **A afetividade na formação da autoestima do aluno**. Monografia Curso de Pedagogia, 2005. Belém-PA: Centro de Ciências Humanas e Educação da UNAMA, 2002. Disponível em: <http://www.nead.unama.br/site/bibdigital/monografias/_a_afetividade_na_formacao_da_auto.pdf>. Acesso em: 31 Julho 2018.

CAMARGO, Sígla Pimentel Höher; ABAID, Josiane Lieberknecht Wathier; GIACOMONI, Claudia Hofheinz. Do que eles precisam para serem felizes? a felicidade

na visão de adolescentes. **Psicologia Escolar e Educacional**, Maringá, v. 15, n. 2, p.241-250, dez. 2011. FapUNIFESP (SciELO).

CLEMENTE, Ivan Ferreira. **Autoconceito e problemas de comportamento em crianças com dificuldades de aprendizagem**. 2008. 72 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Universidade de Lisboa Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, S.l, 2008.

CROCHÍK, José Leon; DIAS, Marian Ávila de Lima; FRELLER, Cintia Copit. Hierarquias escolares: desempenho e popularidade. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 44, p.1678-4634, 7 dez. 2017. FapUNIFESP (SciELO).<http://dx.doi.org/10.1590/s1678-4634201710167836>.

FERNANDES et al. Prevalência de obesidade em escolares de 7 a 12 anos de uma cidade Serrana do RS, Brasil. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Humano**, Canoas, Rs, v. 2, n. 12, p.1-8, jan. 2016.

GASPAROTTO, Guilherme da Silva et al. O autoconceito de estudantes de ensino médio e sua relação com desempenho acadêmico: Uma revisão sistemática.

Revista Portuguesa de Educação, [s.l.], v. 31, n. 1, p.21-38, 1 jun. 2018. University of Minho. <http://dx.doi.org/10.21814/rpe.13013>. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0871-91872018000100003&lang=pt>. Acesso em: 21 nov. 2018.

GIACOMONI, Claudia Hofheinz; SOUZA, Luciana Karine de; HUTZ, Claudio Simon. A visão das crianças sobre a felicidade. **Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 18, p.143-150, 2014.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2008.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana Elisabete Ribeiro Pinto. Medida da Atividade Física em Jovens Brasileiros: Reprodutibilidade e Validade do PAQ-C e do PAQ-A. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, [s.l.], v. 21, n. 6, p.425-432, dez. 2015.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Controle do estresse e hipertensão arterial sistêmica. **Revista Brasileira de Hipertensão**, Campinas, v. 14, n. 2, p.89-93, mar. 2007. Disponível em: <<http://departamentos.cardiol.br/dha/revista/14-2/07-controle.pdf>>. Acesso em: 16 nov. 2018

MEDEIROS, Pâmella et al. A influência do desempenho motor no “status” social percebido por crianças. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 4, p.1069-1077, dez. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092016000401069>.

MENEGUCI, Joilson el al. Comportamento Sedentário: conceito, implicações fisiológicas e os procedimentos de avaliações. **Motricidade**, [s.l.],v.11, n. 1. P160-174,30 abr.2015.Desafio Singular, Lda. <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade>. 3178.

MUNIZ, Monalisa; FERNANDES, Débora Cecílio. Autoconceito e ansiedade escola: um estudo com alunos do ensino fundamental. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 20, n. 3, p.427-436, 2016. Semanal.

OLIVEIRA, Daniel Vicentini de; NASCIMENTO JÚNIOR, José Roberto Andrade do; MOREIRA, Caio Rosas. Factors associated with body image dissatisfaction of the elderly who practice weight training. **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba, v. 31, p.1-10, 7 jun. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1980-5918.031.a013>.

OLIVEIRA, F. A. Os benefícios da atividade física no envelhecimento: uma revisão literária. **Educação Física em Revista**. V.5 n.1 jan/fev/mar/abr – 2011.

Oliveira, S. M. S. S. & Sisto, F. F. Estudo para uma escala de ansiedade escolar para crianças. **Psicologia Escolar e Educacional**, 6 (1), 57-66-2015

OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Atividade Física**. 2018. Disponível em: <<http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>>. Acesso em: 27out.2018.

OMS, ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação, relatório mundial**. Brasília, 2004. 105 p.

PALOMINO-DEVIA, Constanza; REYES-OYOLA, Felipe Augusto; SÁNCHEZ-OLIVER, Antonio Jesús. Niveles de actividad física, calidad de vida relacionada con la salud, autoconcepto físico e índice de masa corporal: un estudio en escolares colombianos. **Biomédica**, [s.l.], v. 38, n. 2, p.224-231, 15 jun. 2018. Instituto Nacional de Salud (Colombia). <http://dx.doi.org/10.7705/biomedica.v38i0.3964>.

PIERS, E. V.; HERZBERG, D. S. **Piers-Harris Children'Seif- Concept Scale** (2º ed), Wislhinre Boulevard, CA: Western Psychorlongical Servces: 2002.

PINHEIRO, Leandro Elvas et al. Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental da rede pública estadual. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, [s.l.], v. 23, n. 4, p.308-313, ago. 2017. FapUNIFESP (SciELO).

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo-rio Grande do Sul: Feevale, 2013. 277 p.

SCHIAVONI, Andreza; MAETINELLI, Selma de Cassia. O outoconceito de estudantes aceitos e rejeitados no contexto escolar. **Psicologia Argumentativa**. Curitiba, v. 30, n. 69,p 297-305,jun. 2012.

SHAVELSON, R. J., HUBNER, J. J.; STANTON, G. C. Self-concept: Validation of construct interpretations. **Review of Educational Research**, 46,407-441. 1976.

SIMÕES, Natália Costa; CASTRO, Paulo Francisco de. Avaliação Psicológica em Escolares: Relação entre Personalidade, Autoconceito e Habilidades Sociais: Avaliação Psicológica em Escolares: Relação entre Personalidade, Autoconceito e Habilidades Sociais. :**revista Interinstitucional de Psicologia**,, S.l, p.26-44, 2018.

SOUZA, Edlane Rodrigues de. **Ansiedade, autoconceito e desempenho escolar em crianças do ensino fundamental**. 03. Junho. 2016.

SOUZA, Sinara Pereira de; NASCIMENTO, Paulo Rogerio Barbosa do; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Atuação docente em Educação Física escolar: entre investimento e desinvestimento pedagógico. **Motrivivência**, S.l, p.143-159, 2018.

SOUZA, C. M. M.A **afetividade na formação da autoestima do aluno**. Monografia Curso de Pedagogia, 2002. Belém-PA: Centro de Ciências Humanas e Educação da UNAMA, 2008. Disponível em:<http://www.nead.unama.br/site/bibdigital/monografias/a_afetividade_na_formacao_da_auto.pdf>. Acesso em: 31 Julho 2018.

SOUZA, Vera Maria da;VERISSIMO, Marcos Henrique. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **J. Bras. Psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 57, n. 1, p.23-27, jan. 2015.

TEIXEIRA, Lidiane Naiara et al. As possíveis alterações no estilo de vida e saúde de professores. **Revista de Enfermagem do Centro Oeste de Mineiro**, Minas Gerais, v. 5, n. 2, p.1669-1683, mai/ago. 2015. Disponível em: <<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/876/869>>. Acesso em: 17 nov. 2018.

- ARTIGO 5 -

PRIMEIROS SOCORROS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: SABERES REVELADOS POR ALUNOS DO ENSINO MÉDIO

JÚNIOR, José Robertto Zaffalon - jrzaffalon@uepa.br
JÚNIOR, Edilson Pontes da Silva - pontijunior23@live.com
LIMA, Érika de Sousa - erikalima1992@outlook.com.br
MELO, Gileno Edu Lameira de - gilenouepa@yahoo.com.br
SILVA, Rosângela Lima da - hmrose@gmail.com

RESUMO

Desde seu surgimento, os primeiros socorros tem a finalidade de atendimento à comunidade, e a escola não se restringe ao primeiro atendimento quando necessário, nesse contexto, por ser a educação física uma disciplina escolar que desenvolve diversas atividades corporais, os alunos estão sujeitos a se envolverem em eventuais acidentes que por não terem o pré-atendimento adequado podem acarretar em sérios danos ou sequelas de ordem física e psicológica do indivíduo. Nessa perspectiva o estudo analisou as informações acerca do entendimento de primeiros socorros entre alunos de ensino médio de escolas públicas e privadas do município de Altamira-PA, por meio de uma pesquisa de campo, de objetivo exploratório e caráter qualitativo, por meio da aplicação de uma entrevista com quatro perguntas para 192 alunos daquelas instituições. As informações coletadas foram categorizadas por meio da escala de graduação e apresentadas através de quadros. Foi comprovado que os alunos possuem saberes de primeiros socorros, como também a importância desse assunto para si, a comunidade escolar e professores, além de reconhecerem a necessidade do kit de primeiros socorros na escola.

Palavras-Chaves: Primeiros socorros. Educação Física Escolar. Escolares.

ABSTRACT

Since its inception, first aid aims to service the community, and the school is not restricted to primary care when necessary, in this context, being the physical education a school subject that develops various physical activities, students are subject to involved in any accidents which for lack of adequate pre-service may result in serious injury or sequelae of physical and psychological nature of the individual. From this perspective the study analyzed the information about first aid understanding among high school students from public and private schools in the municipality of Altamira, PA, through field research, exploratory objective and qualitative, through the application of an interview with four questions to 192 students from those institutions. The data were categorized by grading scale and presented through tables. It has been proven that students have first aid knowledge, but also the importance of this issue for themselves, the school community and teachers, as well as recognize the need for first-aid kit at school.

Key Words: First Aid. School Physical Education. School.

RESUMEN

Desde su inicio, los primeros auxilios tienen el propósito de servir a la comunidad, y la escuela no se limita a los primeros cuidados cuando sea necesario, en este contexto, porque la educación física es una disciplina escolar que desarrolla diversas actividades corporales, los estudiantes están sujetos a involucrarse en cualquier accidente que, debido a que no tienen el cuidado previo adecuado, puede provocar daños graves o secuelas físicas y psicológicas del individuo. Desde esta perspectiva, el estudio analizó la información sobre la comprensión de los primeros auxilios entre estudiantes de secundaria de escuelas públicas y privadas de la ciudad de Altamira-PA, a través de una investigación de campo, un objetivo exploratorio y un carácter cualitativo, aplicando Una entrevista con cuatro preguntas para 192 estudiantes de esas instituciones. La información recopilada se clasificó utilizando la escala de graduación y se presentó a través de tablas. Se ha demostrado que los estudiantes tienen conocimiento de primeros auxilios, así como la importancia de este tema para ellos mismos, la comunidad escolar y los maestros, y reconocen la necesidad del botiquín de primeros auxilios en la escuela.

Palabras clave: primeros auxilios. Educación Física Escolar. Escuela.

1. INTRODUÇÃO

A educação física é uma disciplina que requer movimento e exige do aluno esforço físico para ser executada, acidentes estão suscetíveis no transcorrer das atividades físicas, cabendo salientar que os acidentes podem ser caracterizados como de baixa ou alta complexidade, assim necessitando a vítima de atendimento imediato, sendo os primeiros socorros o atendimento emergencial prestado a um indivíduo que sofra acidentes como corte, fratura, escoriações, entre outros.

Mas o que são acidentes? Acidentes são eventos não intencionais que podem vir a acontecer com um aluno no ambiente escolar, podem acarretar danos físicos ou psicológicos ao indivíduo lesionado (OLIVEIRA JÚNIOR; SILVA JÚNIOR; TOLEDO, 2013). O acidentado pode vir a ser atendido por uma equipe especializada do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) ou Corpo de Bombeiros, em situações clínicas ou traumáticas, respectivamente, contudo, em todas as situações, deve ser analisado o nível de gravidade da vítima.

Na atual conjuntura do município de Altamira-PA, o número de migrantes aumenta gradativa e consideravelmente, em virtude disso, acidentes estão cada vez mais frequentes na cidade, conseqüentemente ocorrem maiores acionamentos ao serviço de socorro de ambulâncias, o que sobrecarrega o atendimento ao socorro de emergência. Perante esta realidade, caso aconteça um acidente durante uma aula de educação física,

e não haja apoio imediato do serviço de socorro de ambulâncias, alunos do ensino médio de escolas tanto públicas quanto privadas tendo o conhecimento em primeiros socorros poderão auxiliar o professor numa circunstância emergencial, de forma a atuar no controle e/ou amenização da situação, até a chegada de profissionais habilitados para o atendimento especializado, uma vez que nos últimos três anos houve o aumento significativo de ocorrências de atendimento pré-hospitalares (APH) atendidas pelo 9º Grupamento Bombeiros Militar/Altamira (9º GBM/Altamira), em virtude da implantação das obras da UHE de Belo Monte na região, em meados de 2011, que trouxe consigo além dos impactos positivos, como a geração de empregos para o município e região, também operou os impactos negativos: ambientais, sociais e econômicos.

Dentre os impactos citados, os impactos sociais destacam-se, pois é um dos que mais trouxe transtornos, como o aumento populacional vultoso da cidade de Altamira, consequentemente havendo aumento do número de acidentes, que, conforme dados estatísticos do Corpo de Bombeiros Militar do Pará (CBMPA), passou de 102 ocorrências de APH, no ano de 2009, anterior à migração, para 750 atendimentos no ano de 2014 depois da migração, ou seja, o número total de ocorrências de APH multiplicou sete vezes em apenas cinco anos (PARÁ, 2014).

Diante desta realidade o SAMU e o 9º GBM/Altamira, sediados nesta cidade, não conseguem atender de imediato as chamadas de emergências, devido a grande demanda de ocorrências, oriundas de diversas situações, tanto nas escolas quanto fora delas.

Com base no exposto, o estudo procurou averiguar se alunos do ensino médio de escolas públicas e privadas do município de Altamira-PA possuem conhecimento acerca de primeiros socorros para oferecer o primeiro atendimento em ocorrência de emergência? Com isso, este estudo buscou analisar as informações sobre primeiros socorros entre alunos de ensino médio de escolas públicas e privadas do município de Altamira-PA.

2. FUNTAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. PRIMEIROS SOCORROS E A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Os primeiros socorros (PS) surgiram no século XIX na Suíça, pela necessidade de atendimento aos feridos de guerra. Posteriormente surge em Genebra a Cruz

Vermelha, com a finalidade de socorro aos feridos, e incentivava a comunidade a ter informações sobre primeiros socorros para saberem aplicar não somente no período de guerra, mas nos períodos de calamidades, catástrofes, fome, entre outros, ao estabelecer desta forma os “Primeiros Socorros” (NOVAES; NOVAES, 1994 apud SANTOS, 2010).

Enfim, o que são primeiros socorros? São procedimentos de emergência dispensados a uma pessoa em iminente perigo que tem por finalidade manter em homeostase seus sinais vitais até que o sujeito possa receber tratamento medicinal apropriado (SÃO PAULO, 2007).

Desde seu surgimento, os PS têm a finalidade de atendimento à comunidade, e a escola não se restringe ao primeiro atendimento quando necessário, assim, por ser a Educação física (EF) uma disciplina escolar que desenvolve diversas atividades corporais, os alunos estão sujeitos a se envolverem em eventuais acidentes. Em alguns casos necessitando da ajuda do professor ou do próprio aluno para prestar-lhe o primeiro atendimento.

Nesta circunstância, cabe enfatizar que o simples fato de saber o que fazer, para onde ligar, ou simplesmente sinalizar o local do acidente é importante para socorrer alguém, em situação de vulnerabilidade, deve-se considerar a figura humana o ser mais importante durante a prestação do socorro, independentemente de credo, raça ou condição financeira (DONADEL, 2011).

É sabido que os seres humanos são detentores de um forte instinto solidário, e este sentimento os estimula a tentar ajudar pessoas em momentos de dificuldades, contudo o instinto solidário não é o suficiente para prestar assistência de emergência correta e eficiente, fazendo-se necessário dominar as metodologias de primeiros socorros (OLIVEIRA JÚNIOR; SILVA JÚNIOR; TOLEDO, 2013).

Para Cossote (2007), acidentes em aulas de educação física são comuns à disciplina, e geralmente nada é realizado entre o momento do fato acontecido até a chegada da equipe de socorro, daí a importância do professor de educação física (PEF) saber realizar as primeiras intervenções de forma técnica e segura ao acidentado, a fim de poupar a vida do indivíduo e/ou minimizar as implicações de uma emergência clínica ou traumática.

Nesse sentido, é indispensável que a escola contenha um kit de primeiros socorros para a efetivação de um atendimento primário, por meio dos materiais mais

utilizados no APH: ataduras, gaze esterilizada, luva de procedimentos, óculos de proteção, colar cervical, máscaras, esparadrapo, prancha rígida, tesoura, respirador manual “ambu”, talas variadas, soro fisiológico, sacos de gelo, entre outros, estes materiais são fundamentais para a manutenção da integridade física da vítima, sendo este kit indispensável ao suporte básico da vida quando visa manter e restaurar os sinais vitais do indivíduo (CREF, 2007; FLEGEL, 2002; SÃO PAULO, 2007).

Nessa perspectiva, não basta professores e alunos possuírem o conhecimento adequado para a realização de uma ação em primeiros socorros, torna-se de suma importância destacar que é dever da escola dar o suporte material para que se possa prestar o primeiro atendimento com qualidade e segurança (BRASIL, 1994), uma vez que a responsabilidade relacionada aos alunos está pautada nos direitos constitucionais, civis, penais e na ética profissional, o professor em situações de sinistro deve procurar não eximir-se de sua responsabilidade e sentir-se encorajado a manejar tecnicamente, possíveis acidentes que venham a ocorrer durante sua prática pedagógica (CREF, 2007).

Haja visto que sobre esse pressuposto o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), enfatiza que crianças e adolescentes necessitam receber proteção e ajuda em quaisquer ocorrências (BRASIL, 1990).

Diante desses fatos, a Associação de Educação Física Europeia (EUPEA, 2002), destaca no “Código de Ética e Guia das Boas Práticas em Educação Física” que a segurança deve ser priorizada durante as aulas, e que o PEF envolvido na organização de atividades esportivas necessita ter noção de primeiros socorros ou acesso a outros que o tenham, tendo em vista que toda atividade física deva ser respaldada legalmente quanto a procedimentos de emergência. Logo, se durante uma atividade esportiva acontecer um acidente e o professor achar-se inseguro para atuar sozinho, este deve solicitar auxílio de pessoas que tenham noção em APH ou até mesmo solicitar, de antemão, apoio preventivo ao SAMU ou Corpo de Bombeiros para prestar-lhe assistência especializada, em caso de emergência.

Diante de tal circunstância torna-se extremamente importante que o PEF seja proativo, a fim de que não seja penalizado por omissão de socorro. Deve aquele entender o limite de sua intervenção enquanto educador, pois os procedimentos invasivos, prescrição e o uso de medicamentos fazem parte exclusivamente dos profissionais de medicina, porém fazendo uso da força da gravidade, de compressas frias e quentes e da imobilização, é possível o profissional prestar um bom atendimento

(CREF, 2007).

A educação física, é uma área de conhecimento que tem como objeto de estudo o movimento humano, além de contemplar as práticas corporais por meio do exercício físico, da ginástica, do jogo, do esporte, da luta/arte marcial, da dança, além de outros campos que oportunizem a prática de atividades físicas, recreativas e esportivas (BRASIL, 2004).

Assim, por ser uma disciplina que trabalha com o movimento corporal, as aulas de EF estão propícias a ocorrerem acidentes, por ser uma atividade que exige maior dispêndio físico por parte do aluno, assim, o indivíduo está sujeito a vivenciar situações de emergência que necessitem de uma intervenção em primeiros socorros.

2.2. ACIDENTES NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

No contexto da possibilidade de acidentes, é importante saber que circunstâncias emergenciais podem acontecer em qualquer lugar, e essa probabilidade aumenta consideravelmente quando há concentração de pessoas, assim, a escola é um lugar que propicia a ocorrência de acidentes, principalmente durante a realização da aula de educação física, pois atividades lúdicas e esportivas são fontes de situações emergenciais, haja visto até a estrutura física da escola pode ser responsável por acidentes durante essa aula (GONÇALVES; GIANNOTTI, 2009).

De tal modo, pode-se ressaltar que nas aulas práticas de EF, há a probabilidade de os acidentes estarem relacionados ao uso impróprio de materiais, aparelhos, vestimentas ou mesmo devido ao contato físico (SOUZA; TIBEAU, 2008). Diante de tais argumentos, Affonso Júnior (2000, p.3) afirma que acidente é basicamente o episódio que causa, fortuitamente, dano que poderá ser à alguma coisa material ou pessoa.

É fato que, muitas vezes, o PEF é solicitado a ajudar em situações que envolvam um aluno acidentado, mas, será que este profissional está apto para tal ocorrência na escola? E os alunos como enfrentam essa situação?

Souza e Tibeau (2008) expõem que o PEF deve encontrar-se preparado para atuar de maneira competente, segura e apropriada em relação à um acidente que possa acontecer em sua aula, ao partir do princípio que este profissional “não pode aprender como se preparar para as lesões pelo método de tentativa e erro” (FLEGEL, 2002, p.11), mas, estar seguro tecnicamente quanto à prestação do inicial atendimento. Em suma, o

sujeito que deixa de oferecer os PS a uma vítima, podendo fazê-lo, estará cometendo o delito de omissão de auxílio, mesmo que não seja o causador do evento (BRASIL, 1940).

Portanto, é fundamental que o PEF tenha domínio de técnicas de primeiros socorros para que, em caso de imprevisto, possa oferecer o inicial atendimento com segurança para si e para a vítima. E que docentes e discentes solicitem o socorro especializado, quando de fato se fizer necessário.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho é resultado de uma pesquisa de campo, e quanto ao objetivo, exploratória, que segundo Selltiz et al. (1967 apud GIL, 2002), têm a finalidade de proporcionar familiaridade com o problema e possibilita construir hipóteses, com abordagem qualitativa que para Teixeira (2010, p. 140), o social é percebido como uma infinidade de significados passíveis de investigação.

A pesquisa foi desenvolvida em cinco escolas públicas estaduais e três escolas particulares, ambas de ensino médio do município de Altamira-PA.

Participaram da pesquisa 192 alunos do ensino médio de escolas públicas e privadas de Altamira e que frequentam regularmente as aulas de educação física, sendo utilizada a amostragem não probabilística por adesão (BREVIDELLI; DE DOMENICO, 2009).

Os dados foram coletados através de entrevista, que para Marconi e Lakatos (2010, p. 179) “trata-se, pois, de uma conversação efetuada face a face, de maneira metódica”, contendo quatro perguntas. Cabe enfatizar que a realização das entrevistas com os alunos aconteceu de acordo com suas disponibilidades, ocorrendo, principalmente, na quadra de esporte das escolas e em sala de aula em dias e horários previamente agendados com os professores. Os dados coletados foram interpretados por meio da análise do conteúdo que para Minayo (2009, p. 84), a síntese da análise do conteúdo significa que é possível explorar o que está por trás das respostas encontradas, indo além das exterioridades do que está sendo informado.

Esses dados foram classificados através de uma escala de graduação com as categorias: não respondeu (NR), respondeu não contemplando (RNC), respondeu contemplando parcialmente (RCP) e respondeu contemplando totalmente (RCT) e ilustrados por meio de quadros constataadores de trechos das falas dos alunos

participantes (TEIXEIRA, s/d).

Os participantes foram informados de todos os procedimentos da pesquisa, tomaram conhecimento da intenção do estudo, para posterior assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). O projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado do Pará (CEP/UEPA), Campus XII – Santarém, e foi aprovado sob o parecer de nº: 1.099.844.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A análise do contexto geral da quantidade de respostas de todas as perguntas realizadas para os alunos da 1ª, 2ª e 3ª série do ensino médio de Altamira, e a consideração a escala de graduação, foram obtidos os seguintes resultados apresentados no Quadro 01:

Quadro 01 – Categorização geral das respostas.

Escala de Graduação	NR	RNC	RCP	RCT
Quantidade	32	179	212	345
TOTAL GERAL DE RESPOSTAS	768			

Fonte: Pesquisa de Campo.

Sobre a categorização geral das respostas, verificou-se que os alunos das escolas públicas e privadas do município de Altamira, que cursam o ensino médio, frequentam a disciplina de educação física, de modo geral, possuem saberes sobre o teor de primeiros socorros, sendo percebido pela quantidade de RCT (345), a partir dos elementos apresentados, conforme o quadro 01, as respostas foram discutidas e analisadas questão por questão.

Ao analisar as informações acerca do entendimento sobre primeiros socorros, surgiram os seguintes resultados (Quadro 02):

Quadro 02 – Categorização das respostas da 1ª questão.

Série	NR	RNC	RCP	RCT
1ª	09	43	34	16
2ª	01	12	02	03
3ª	03	24	29	16
TOTAL	13	79	65	35

Fonte: Pesquisa de Campo.

Ao analisar as respostas obtidas, percebeu-se que os alunos da 1ª série apresentaram um número significativo de RNC totalizando 43. No entanto houve um número abundante de RCP (34) e RCT (16). Entre os alunos da 2ª série a predominância foi de RNC (12) e entre os alunos da 3ª série a prevalência foi de RCP (29) e RCT (16), dessa forma entende-se que os alunos da 3ª série deveriam ter mais saberes sobre primeiros socorros, por já terem concluído as séries iniciais do ensino médio e consecutivamente ter vivenciados conteúdos e situações de primeiros socorros.

Assim, ao longo do questionamento foram identificados diversos saberes entre os alunos tendo como destaques os que estão descritos no Quadro 03 a seguir.

Quadro 03 - O que você entende por primeiros socorros?

Aluno 08 1ª série Escola “A”	“Bom, é o que entendo é importante né? Pra usar no dia a dia tipo, por exemplo, corta um dedo você já sabe como cuidar e tal. Então é bastante importante”
Aluno 22 2ª série Escola “E”	“É um ponto bem importante na educação física, porque ensina os alunos a saber como socorrer alguém quando é preciso e é importante saber né?”
Aluno 26	“Que os primeiros socorros são muitos importantes para todo o tipo de escolas, pois é precisam ter cuidados conosco, pois somos alunos,

3ª série Escola “A”	aprendizes e ainda precisamos de cuidados, porém nós temos mais sempre seja pouco mais sempre preciso ter cuidados. Então é isso”

Fonte: Pesquisa de Campo.

Primeiros socorros são procedimentos de emergência dispensados a um indivíduo em perigo que tem por desígnio manter em homeostase seus sinais vitais até que a vítima possa receber tratamento médico adequado (SÃO PAULO, 2007). Levando em consideração a predominância de RNC (43), percebeu-se uma confusão entre o conceito de primeiros socorros e a seriedade dos primeiros socorros, comprovado pelo número de RCP (65) e RCT (35). Contudo apesar da predominância de RCP é possível findar que os alunos possuem saberes sobre o que são primeiros socorros e principalmente da importância destes saberes.

Posteriormente os alunos foram indagados acerca da seriedade da noção em primeiros socorros na aula de educação física, conforme Quadro 04.

Quadro 04 – Categorização das respostas da 2ª questão.

Série	NR	RNC	RCP	RCT
1ª	05	35	19	42
2ª	01	02	06	10
3ª	00	06	08	58
TOTAL	06	43	33	110

Fonte: Pesquisa de Campo.

Ao analisar as respostas, pôde-se aferir que os alunos da 1ª série demonstraram um número significativo de RCT (42) e RNC (35). Já com os alunos de 2ª e 3ª séries houve uma predominância de RCT (10 e 58 consecutivamente).

Dessa forma foram obtidas diversas respostas sobre a relevância dos primeiros socorros para estudantes nas aulas de educação física. E para melhor compreensão das respostas dos alunos, estão elencadas no Quadro 05 algumas de suas falas.

Quadro 05. Qual a importância do conhecimento em primeiros socorros para os alunos na aula de educação física?

Aluno 1 1ª série Escola “F”	“O conhecimento é muito importante porque caso, igual eu falei houver algum acidente alguma coisa assim a gente poder ajudar e se não tiver como ter contato com ambulância né, ou pronto de saúde mais perto tipo um postinho uma coisa assim, poder fazer na hora da educação física tanto que é importante nas outras horas, não só na educação física, como num ambiente familiar qualquer lugar que você esteja, vai que acontece um acidente, vai que alguém se machuque você tá lá, sabe dá os primeiros socorros você ir lá dá uma ajuda, fazer os primeiros procedimentos você pode até salvar vida, caso ambulância não chegue a tempo”
Aluno 18 2ª série Escola “J”	“É importante porque vai que um parceiro nosso tá jogando bola, machuca ele, o professor não tiver, o professor for beber água, assim, nós temos que ajudar. Tem que saber pra dar os primeiros socorros pra nosso parceiro”
Aluno 25 3ª série Escola “A”	“Bem, é de fundamental importância para os alunos conhecerem também é praticar isso em casa caso aconteça algo e é importante também passar aos alunos o conhecimento é... a respeito do atendimento pessoal”

Fonte: Pesquisa de Campo.

A importância da ação em primeiros socorros se dá em virtude da maior parte das lesões sucedidas no ambiente escolar acontecerem nas aulas de educação física, estando os indivíduos que a praticam sujeitos a acidentes (MAIA et al., 2012). Desta forma considera-se que quando o escolar detém este saber, ele poderá juntamente com o professor estar intervindo na situação, sendo desnecessário o acionamento dos órgãos especializados para o local do evento em casos mais simples, como desmaio, insolação, mal súbito, em situações clínicas.

De maneira generalizada, os sujeitos do estudo responderam de forma a contemplar totalmente a pergunta ao demonstrarem-se cientes da relevância desse conhecimento não só para aula de educação física como também para o seu dia-a-dia.

Argumentos semelhantes a dos alunos foi percebido entre PEF de escolas em uma cidade no norte do estado de Minas Gerais, os quais relataram que o conhecimento em primeiros socorros é salutar no âmbito escolar carecido à probabilidade de possibilitar aos professores a competência de agir em circunstâncias emergenciais, tanto no meio escolar quanto fora dele (MAIA et al., 2012).

Os escolares foram questionados ainda da percepção acerca do PEF em caso de primeiros socorros (Quadro 06).

Quadro 06 – Categorização das respostas da 3ª questão.

Série	NR	RNC	RCP	RCT
1ª	04	22	36	38
2ª	03	05	02	10
3ª	02	04	05	61
TOTAL	09	31	43	109

Fonte: Pesquisa de Campo.

Nesse contexto, os escolares da 1ª série, maior destaque para as RCT (38), bem como para as RCP (36). A grande expressão foi de RCT, inclusive a 2ª série teve maior quantidade (10), bem como a 3ª série (61).

Sob esta percepção que o aluno possui destacam-se alguns trechos como os expostos no Quadro 07.

Quadro 07. Qual a sua percepção acerca do professor de educação física em situação de primeiros socorros?

Aluno 10 1ª série Escola “A”	“Bom, atitude do professor com a situação dos primeiros socorros iria cuidar do ferimento, iria limpar e fazer tudo ali o que tem que ser feito e num ia precisar a gente se deslocar de um local pra outro”
Aluno 13	“Deveria conhecer muito bem sobre primeiros socorros. Acho que todo professor treina isso né, questão de anatomia, então deveria mesmo

2ª série Escola “J”	saber, porque quando o aluno vem pra cá não estão mais na responsabilidade praticamente da gente tá na responsabilidade do professor, da pessoa que ensina, então o bom dele saber é isso porque a responsabilidade caso ocorra um incidente a responsabilidade vai pra ele”
Aluno 23 3ª série Escola “A”	“Ele ao mesmo tempo que é o professor ele é o cuidador de cada um dos alunos que estão na aula dele. Então ele tem que está preparado pra qualquer coisa que vem acontecer e que ele saiba bastante sobre, pra como fazer, caso algo aconteça”

Fonte: Pesquisa de Campo.

Flegel (2002) discorre que a partir do começo da aula do PEF, ele se torna responsável indiretamente pela saúde do aluno em quadra, assim, sua conduta de atuação diante de uma circunstância de emergência na escola que envolva a integridade física de alunos está pautada no artigo 135 do Código Penal Brasileiro que adverte “Deixar de prestar assistência, quando possível fazê-lo sem risco pessoal, [...]” (BRASIL, 1940), portanto este profissional deve ter sua conduta orientada no Código de Ética dos Profissionais de Educação Física, e caso não o faça, poderá acarretar em sanções penais, pois a prestação de socorro é um dever legal e sua recusa constitui crime de omissão de socorro.

Os alunos foram questionados de que maneira avaliam os materiais de procedimento pertencentes ao kit de primeiros socorros e/ou a carência deste kit na escola, conforme o Quadro 08.

Quadro 08 – Categorização das respostas da 4ª questão.

Série	NR	RNC	RCP	RCT
1ª	04	16	31	51
2ª	00	03	04	11
3ª	02	05	36	29
TOTAL	06	24	71	91

Fonte: Pesquisa de Campo.

Diante das respostas, percebe-se que os alunos da 1ª série demonstraram um número expressivo de RCT (51), bem como os da 2ª série (11). Na 3ª série destaca-se RCP (36) bem como RCT (29).

A partir desta discussão cabe verificar as informações que os alunos tem dos materiais de procedimento pertencente ao kit de primeiros socorros ou sua falta na escola, conforme fragmentos destacados no Quadro 09.

Quadro 09. De que maneira avalia os materiais de procedimento pertencentes ao kit de primeiros socorros e/ou a carência deste kit na escola?

Aluno 23 1ª série Escola “F”	“Não tem, caso a gente precise de alguma coisa tem que ligar urgente pro SAMU pro paciente não morrer”
Aluno 10 2ª série Escola “E”	“Não, não tem o kit, mas, seria muito importante se tivesse porque várias vezes os alunos já se machucaram aqui e aí, tem que esperar ambulância chegar pra poder ir, seria importante se tivesse”
Aluno 22 3ª série Escola “A”	“Bem, eu acho a questão do kit de primeiros socorros daqui da escola bem pobre em questão de, graças a Deus não aconteceu nada, mas eu penso que se acontecesse algo aqui, eu penso que não teria, o kit é bem pobre e não seria um tratamento de acordo com o que vem falando que é os primeiros socorros”

Fonte: Pesquisa de Campo.

Consta na Norma Regulamentadora (NR) 7 que todo e qualquer estabelecimento, inclusive as instituições de ensino deverão estar equipadas com materiais de primeiros socorros, de acordo com as peculiaridades da atividade desenvolvida (BRASIL, 1994).

É imprescindível que as escolas, academias e os clubes tenham o kit de primeiros socorros com materiais necessários ao primeiro atendimento como: cobertor térmico, ataduras, luva, máscara, gaze esterilizada, colar cervical, lenço, entre outros, que esteja de acordo com a modalidade esportiva praticada. E ainda, são poucas as instituições, sejam elas de ensino ou de lazer, que investem em treinamento de emergência, sendo raro encontrar o kit de primeiros socorros nestes lugares (CREF, 2014).

Resultado semelhante foi apresentado por Maia et al. (2012), quando afirmam

que na percepção dos PEF, a escola fornece aos seus usuários uma infraestrutura segura, embora muitos destes profissionais não saibam quais materiais compõem o kit de primeiros socorros, como também a maior parte das escolas não o possui.

Quanto à avaliação dos alunos em relação aos materiais de procedimento pertencente ao kit de primeiros socorros, fica explícita a carência destes nas escolas, sendo que na maioria delas, nem existem, verificando-se que ambas as pesquisas apresentaram resultados semelhantes.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa pesquisa revelou que os alunos do ensino médio das escolas públicas e privadas de Altamira adquiriram durante sua jornada estudantil saberes voltados para as ações em primeiros socorros, observados através da categorização geral das respostas o quantitativo de RCT (345) e RCP (212). Ficou evidente que os alunos têm ciência da importância desse assunto para si (RCT = 110), bem como a importância do PEF com relação às mesmas ações em sua prática pedagógica (RCT = 109), além de reconhecer a necessidade do kit de primeiros socorros na escola (RCT = 91).

Portanto, é necessário que o PEF aprofunde este conteúdo em suas aulas, para que desta forma o aluno possa contribuir com atendimento em casos de necessidades, tanto no contexto da educação física escolar como em outros momentos.

O presente trabalho mostra sua importância, no entanto não requer a conclusão do assunto, remetendo a novos trabalhos que possam vir a contribuir ainda mais com a prática dos primeiros socorros na educação física escolar.

REFERÊNCIAS

AFFONSO JÚNIOR, Carlos Moraes. **Acidentes de trabalho**. Disponível em: <<http://www.egov.ufsc.br/portal/sites/default/files/anexos/30138-30612-1-PB.pdf>>.

Acessado em 20 de Setembro de 2014.

BRASIL. Ministério da Justiça. **Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Dispõe sobre o estatuto da criança e do adolescente e dá outras providências. Portal da legislação governo federal. Disponível em: <<http://www4.planalto.gov.br/legislacao/legislacao-1/estatutos#content>>. Acessado: em 12 de maio de 2014.

_____. Ministério da Educação. **Resolução nº. 7, de 31 de março de 2004**, que institui as diretrizes curriculares nacionais para os cursos de graduação em educação física, em

nível superior de graduação plena. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=12707&Itemid=866>. Acesso em: 15 de agosto de 2014.

_____. Ministério da Justiça. **Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940**. Dispõe sobre o código penal. Portal da legislação governo federal. Disponível em: <<http://www4.planalto.gov.br/legislacao/legislacao-1/estatutos#content>>. Acessado: em 12 de maio de 2014.

_____. Ministério do Trabalho. Portaria n.º 24/GM, de 29 de dezembro de 1994. **NR 7**, Norma Regulamentadora-7 (1994) Programa de controle médico de saúde ocupacional. Diário Oficial da União, Poder Executivo, Brasília: 1994.

BREVIDELLI, Maria Meimei; DE DOMENICO, Edvane B. L. **Trabalho de conclusão de curso**: guia prático para docentes e alunos da área da saúde. 3 ed. rev. e atual. São Paulo: Iátria, 2009.

COSSOTE, D. F. Graduação em educação física e a disciplina higiene e socorros de urgência: conteúdos e estratégias de ensino. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – 2007, 6(2):161-163. Disponível em: <<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1268/974>>. Acessado em: 06 de maio de 2014.

CREF, CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 7ª REGIÃO. **Revista do CREF** - Ano VII - Nº 18 - agosto/2007. Disponível em: <7ª Região - Distrito Federal - Goiás - Tocantins<http://www.cref7.org.br/wp-content/uploads/2013/11/rev18.pdf>>. Acessado em: 06 de maio de 2014.

CREF, CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA 4ª REGIÃO - CREF4/SP. **Revista CREF4/SP** - Ano xv - nº 42 - junho/julho/agosto 2014. Disponível em: <<http://www.crefsp.org.br/conteudo/Revista042.pdf>>. Acessado em: 31 de agosto de 2015.

DONADEL, Willian Becker. **Projeto bombeiro na escola**: ensinando primeiros socorros nas aulas de educação física. Disponível em: <http://biblioteca.cbm.sc.gov.br/biblioteca/dmdocuments/CFSd_2011_1_Donadel.pdf>.

Acessado em: 06 de maio de 2014.

EUPEA , Código de ética e guia das práticas de educação física. 2002. Disponível em: <<http://www.eupea.com/public/uploads/files/documents/EUPEA Code of Ethics.pdf>>. Acesso em: 28 de julho de 2014.

FLEGEL, M. J. **Primeiros Socorros no esporte**: o mais prático guia de primeiros socorros para o esporte. Edição atualizada. Barueri -SP: Manole, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, Midbar Teixeira; GIANNOTTI, Sandra Moraes. **Primeiros socorros, uma necessidade na graduação?** Artigo apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso, Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas 5º Período da FAG, Cascavel, 2009. Disponível em: <<http://www.fag.edu.br/sis/upload/graduacao/tcc/522a562a49c55.pdf>>. Acessado em: 06 de maio de 2014.

MAIA, M. de F. de M. et al. Primeiros socorros nas aulas de educação física nas escolas municipais de uma cidade no norte do estado de minas gerais. **Coleção Pesquisa em Educação Física** - Vol.11, n.1, 2012 - ISSN: 1981-4313. Disponível em:<<http://www.fontouraeditora.com.br/periodico/vol-11/Vol11n1-2012/Vol11n1-2012-pag-195a204/Vol11n1-2012-pag-195a204.pdf>>. Acessado em: 12 de maio de 2014.

MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos da metodologia científica**. 7ª. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

OLIVEIRA JÚNIOR, Miguel A. de; SILVA JÚNIOR, Carlos Jaime da; TOLEDO, Elizandra Maria de. O conhecimento em pronto-socorrismo de professores da rede municipal de ensino do ciclo I de Cruzeiro - SP. **ECCOM**, v. 4, n. 7, jan./jun. 2013. Disponível em:<<http://publicacoes.fatea.br/index.php/eccom/article/viewFile/591/42>>. Acessado em: 06 de maio de 2014.

PARÁ. CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO PARÁ. (Ed.). **Estatísticas do CBMPA**. 2014. Disponível em: <<http://www.bombeiros.pa.gov.br/siscob/estatistica/query.php?inicio=01/01/2014&fim=>

31/12/2014@iao=8&bairro=0&ubm=10&turno=Diurno&tipo_oc3=on&vitimas;=&geral_geral=on&aph_tipo=on>. Acesso em: 27 set. 2015.

SANTOS, L. V. dos. **O professor PDE e os desafios da escola pública paranaense:** produção didático-pedagógica. Programa de desenvolvimento educacional – PDE - Núcleo regional de educação: foz do iguaçu, volume II, 2010. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2010/2010_unioeste_edfis_pdp_lourdes_vidal_dos_santos.pdf>. Acessado em: 06 de maio de 2014.

SÃO PAULO. 2ª. ed. Ampliada. Coordenação de Desenvolvimento de Programas e Políticas de Saúde. **CODEPPS**. São Paulo: SMS, 2007. 129p.: Disponível em: <http://www.cerest.piracicaba.sp.gov.br/site/images/Manual_Prev_Acid_PrimSocorro.pdf>. Acessado em: 06 de maio de 2014.

TEIXEIRA, Elizabeth. **As três metodologias:** acadêmica, da ciência e da pesquisa. 7ª. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

- ARTIGO 6 -

TEATRO EDUCATIVO: Uma análise sobre o teatro educativo como método de socialização da criança introvertida no contexto escolar.

SILVA, Rosângela Lima
SOUZA, Leonardo Andrade de
JÚNIOR, José Robertto Zaffalon
GALVÃO, Edna Ferreira Coelho

RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo analisar a importância e as formas das quais o teatro educativo pode ser utilizado como uma ferramenta colaboradora para a socialização e a minimização da inibição em crianças tímidas no contexto escolar. O público alvo foram alunos de 6º e 7º ano do período da tarde de uma escola de Ensino fundamental de Altamira, sendo que apenas 20 alunos apresentaram características relacionadas a inibição e timidez apontados pelo questionário aplicado no início da pesquisa. No final pesquisa reaplicou-se o mesmo questionário e também foi feita uma entrevista no intuito de verificar os pontos positivos e negativos da pesquisa e se houve melhora no que diz respeito a diminuição da prevalência de timidez e inibição entre os alunos pesquisados. Os resultados mostraram os alunos envolvidos nas atividades de forma progressiva, deixando a timidez de lado. Concluímos com o estudo que o teatro é um grande aliado quando utilizado para que os alunos possam participar mais ativamente das aulas, o que nos leva a considerar a inserir ele nos métodos de trabalho.

Palavras-chaves: Criança; introversão; Teatro; Interdisciplinar.

ABSTRACT

This research aimed to analyze the importance and forms in which educational theater can be used as a collaborative tool for socialization and minimization of inhibition in shy children in the school context. The target audience were 6th and 7th year students of the afternoon of a elementary school in Altamira, and only 20 students presented characteristics related to inhibition and shyness pointed out by the questionnaire applied at the beginning of the research. In the end, the same questionnaire was reapplied and an interview was also conducted in order to verify the positive and negative points of the research and whether there was improvement with regard to the decrease in the prevalence of shyness and inhibition among students Searched. The results showed the students involved in the activities progressively, leaving shyness aside. We conclude with the study that theater is a great ally when used so that students can participate more actively in classes, which leads us to consider inserting it into the methods of work.

Keywords: Child; introversion; Theatre; Interdisciplinary.

RESUMEN

Esta investigación tenía como objetivo analizar la importancia y las formas en las que el teatro educativo puede ser utilizado como una herramienta de colaboración para la socialización y minimización de la inhibición en niños tímidos en el contexto escolar. El público objetivo eran estudiantes de 6o y 7o año de la tarde de una escuela primaria en Altamira, y sólo 20 estudiantes presentaron características relacionadas con la inhibición y la timidez señaladas por el cuestionario aplicado al comienzo de la investigación. Al final, se volvió a aplicar el mismo cuestionario y también se realizó una entrevista con el fin de verificar los puntos positivos y negativos de la investigación y si hubo mejoría con respecto a la disminución de la prevalencia de la timidez y la inhibición entre los estudiantes Buscado. Los resultados mostraron a los estudiantes involucrados en las actividades progresivamente, dejando de lado la timidez. Concluimos con el estudio que el teatro es un gran aliado cuando se utiliza para que los estudiantes puedan participar más activamente en las clases, lo que nos lleva a considerar insertarlo en los métodos de trabajo.

Palabras-clave: Niño; introversión; Teatro; Interdisciplinario.

1. INTRODUÇÃO

Com base em autores como, Peres e Dias (2011) e Monjas-Casares, Caballo e Marinho (2002) a Inibição (timidez) é caracterizada por empecilhos como o medo de falar em público, relutância para se expressar e a tendência para o isolamento, gerando assim uma grande dificuldade de relacionarem-se com os outros, devido ao bloqueio ou o medo de se expressar. O simples ato de apresentar um trabalho diante de um público (os próprios “colegas” de turma, por exemplo), é visto como um grande desafio para estas crianças com problemas de timidez. As complicações para expressar-se também interferem diretamente quando relacionado à questão de interagir nas aulas expondo suas ideias e dúvidas, podendo assim interferir diretamente em seu aprendizado e por conseguinte, no boletim escolar.

Com base em experiências vivenciadas em período de estágio escolar, ocorrido na disciplina estágio II, ofertada na grade curricular do curso de licenciatura em educação física, foi possível notar a grande dificuldade de expressão e socialização de algumas crianças, por conta de seu comportamento tímido ou introvertido, onde algumas crianças se mantinham caladas (muito quietas) durante todas as aulas teóricas (das quais participamos), afastadas das demais crianças, brincando sozinhas no intervalo e quase sempre relutavam em participar em atividades práticas nas aulas de educação física. Assim, motivado por esta inquietação gerada no pesquisador, buscou-se de uma

maneira para intervir suavizando esta problemática (crianças tímidas no contexto escolar), optando-se então pela utilização dos jogos teatrais, como ferramenta de intervenção interdisciplinar, empregando-se dos métodos do teatro educativo, pois segundo Boal por meio do teatro todo ser humano pode desenvolver a capacidade de se expressar (BOAL, 2009), bem como Spolin que diz, que por meio dos jogos teatrais os alunos desenvolvem o trabalho em equipe, relação (com o outro), espontaneidade e a criatividade em grupo (SPOLIN, 2012).

Utilizou-se no estudo uma metodologia de pesquisa de campo baseado em Gil (2002), com objetivo exploratório também fundamentado em Gil (2002) e abordagem do método qualitativo com base em Minayo, Deslandes e Gomes (2009), de maneira prática, dinâmica e lúdica, com base em técnicas de grandes nomes do teatro educativo e dos jogos teatrais, como Wanderly Borges Silva, Augusto Boal e Viola Spolin. Para avaliação de resultados utilizou-se o método de relatório de observação baseado em Gil (1999) assim como o método de análise de conteúdo, de Barros e Lehfeld (1999).

Assim, baseando-se em estudos recentes como o de Spolin (2012), que aponta a importância do teatro educativo como uma ferramenta eficaz para o auxílio a desinibição de crianças no espaço escolar, nota-se a carência de estudos relacionados à área, principalmente no que se diz respeito a sua utilização em escolas públicas. No entanto, são realmente poucos os estudos que tratam de algum tema semelhante ao desta pesquisa.

Por meio desta pesquisa viremos a analisar a importância e as formas das quais o teatro pode vir à auxiliar o profissional da educação na área escolar (de forma geral multidisciplinar), assim como o profissional de educação física (o qual é um eterno pesquisador na área da ciência em saúde, do corpo em movimento e na busca da promoção do bem estar nos indivíduos,) a utiliza-lo como uma ferramenta colaboradora para a socialização e a minimização da inibição em crianças tímidas no contexto escolar.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Não se tem ao certo uma data específica da criação do teatro educativo em si, porém se caracterizarmos o termo “educativo” teremos o sentido de ensinar, então desde os períodos mais antigos em que o homem se comunicava por meio de gestos e os utilizava para contar histórias como forma de imitação da natureza e do cotidiano em

encenações ritualísticas como imitação da chuva em períodos de seca, ou representação de um guerreiro que defendia aquela tribo, para que este continue a defender a tribo mesmo após sua morte, ou quando um membro que proporcionava o mal aquela tribo falecia, para que o mesmo não retorne para atormentar aquela tribo (HELIODORA, 2008).

Uma das hipóteses mais divulgadas, relacionada a primeira vez que o teatro foi exposto, foi no séc. VI a.c. em Atenas, de uma transformação dos hinos cantados ao deus Dionísio, onde o corifeu¹ Thespis vestiu-se de Dionísio e atuou em primeira pessoa, o que era incomum naquela época (BOAL, 2009). Já voltando-se ao seu surgimento no Brasil este se deu com a chegada dos colonizadores que utilizavam do teatro para ensinarem os povos indígenas o cristianismo por meio da encenação. O teatro vem sendo utilizado para remontagem de histórias reais, ou ainda, no quesito pedagógico no ensino infantil, para trabalhar assuntos do cotidiano e da saúde na vida das crianças (HELIODORA, 2008).

No que diz respeito ao surgimento da palavra “Timidez” Perez e Dias (2011 p.3) citam o seguinte:

[...] a palavra “tímido” surgiu pela primeira vez num poema anglo-saxônico escrito por volta do ano 1000 d.C. e que significa “que se assusta facilmente”. „Ser tímido”, acrescenta o dicionário, é ser difícil de abordar, por uma questão de acanhamento, prudência ou desconfiança (apud ZIMBARDO, 2002, p.20, grifos do autor).

A timidez geralmente pode ser considerada como um problema internalizado e de inabilidade social. Esses tipos de “problemas internalizados” são como autocríticas (negativas) geradas no indivíduo e relacionadas a si mesmo, como por exemplo, pensamentos como: sou inútil não sirvo para nada, não sei fazer nada. Geralmente crianças com problemas de inibição possuem pensamentos semelhantes a estes (MONJAS-CASARES; CABALLO; MARINHO, 2002).

Assim como em outras formas de arte, o teatro é uma forma de expressão onde este público (tímidos/introvertidos), pode expor suas ideias e sentimentos, sem receber grandes críticas além de utilizar-se de artifícios como mascaras, fantoches e figurinos, fazendo com que o personagem representado sirva como um instrumento para o mesmo expressar-se em palco (ou perante um público), além de servir como uma forte

¹ Corifeu: Substantivo masculino; Regente ou diretor do coro do antigo teatro grego.

ferramenta de interação social, pois desde a criação de uma história, até a sua apresentação é necessário um trabalho de equipe, para se chegar a um resultado satisfatório.

2.1. POR QUE A CRIANÇA TÍMIDA COMO PÚBLICO ALVO

Uma questão muito levantada, ao que se diz respeito ao título desta pesquisa, é o porquê do aluno tímido no contexto escolar como público alvo? se este grupo é tão reduzido, e para os professores não costumam ser visto como um problema, mas sim como um exemplo a ser seguido pelos demais alunos, porém a inibição pode trazer consigo a dificuldade de interação social, com os demais alunos, privando este público de vivências importantes. Assim é necessário certo cuidado dos professores (de modo geral), com a super valorização do comportamento inibido nos seus alunos, pois as relações entre colegas, na infância, contribuem para o desenvolvimento interpessoal do aluno e possibilitam a aprendizagem de habilidades específicas, que não podem ser obtidas de outra forma se não pela interação social, e raramente em outro momento (após este período entre infância e adolescência) (MARINHO; CABALLO, 2002).

Havendo assim nestes indivíduos (tímidos), a dificuldade de se comunicar com o outro e manter o contato visual por muito tempo, dificuldade em falar com desconhecidos: isso ocorre pela vergonha ou medo de falar em público, muitas vezes causada por experiências negativas, que geram a auto avaliação negativa (ou Baixa estima), ou seja, a “o indivíduo passa a menosprezar-se”, este se recolhe e se afasta dos demais por se sentir diferente ou inferior aos outros (MONJAS-CASARES; CABALLO; MARINHO, 2002).

Assim alguns fatores relacionados a baixa frequência de interação social (inibição), pode ser causada por fatores sociais como, retraimento ou rejeição (indiferença do grupo). Quando relacionado ao retraimento é natural que a própria criança afaste-se do seu grupo de convívio (demais alunos), por insegurança ou situações que lhe gerem ansiedade, já voltando-se para o contexto rejeição ou indiferença, o aluno por seu comportamento mais retraído, acaba muitas vezes sendo esquecido ou excluído pelos outros da interação social, o que geralmente acaba fortalecendo nestes alunos os problemas internalizados (de autocrítica negativa), bem como seu comportamento tímido (MONJAS-CASARES; CABALLO; MARINHO, 2002).

Então, levando em consideração estas características descritas com base em Monjas-Casares, Caballo e Marinho (2002), podemos dizer que, nem sempre a introversão é decorrente da autoavaliação negativa ou um problema internalizado, em alguns casos, podem haver fatores externos geradores, como a rejeição dos demais alunos no ambiente escolar.

No que se relaciona a timidez, pode-se dizer, que ela afeta de algum modo à vida de todas as pessoas independentes da fase do desenvolvimento que se encontram. Nesse sentido a criança tímida necessita de interações para contribuir na sua aprendizagem (PEREZ; DIAS, 2011). Interação esta que se encontra dentre os principais objetivos nesta pesquisa.

2.2. COMO O TEATRO PODE AUXILIAR?

Relacionado ao uso do teatro nesta pesquisa podemos valer-se das palavras de Boal (1982 p.14), “O teatro popular pode ser feito em qualquer lugar; até mesmo no teatro [...] e por qualquer pessoa; até por atores.” Assim como em Boal (2009) traz a utilização do teatro como uma “arma” para socialização de modo geral, pois o público utilizado na faixa etária entre 12 e 15 anos, não são o alvo principal das práticas teatrais na escola, de Silva (2011) e dos jogos teatrais de Spolin (2012), os quais eram voltados à uma faixa etária de menor idade a utilizada nesta pesquisa (adolescentes), mas que também serviram como base por possuírem atividades que podem ser trabalhadas em indivíduos de variadas idades, sem grande resistência.

É de grande relevância aqui, recordarmos que o objetivo deste trabalho não é de formar atores, nem mesmo impor ao profissional da educação o uso do teatro como uma matéria de obrigatoriedade a seu currículo acadêmico, mas sim, demonstrar novas possibilidades de implementar suas aulas, ampliando assim sua visão para questões como a inibição na escola e a introdução do aluno nas culturas corporais. Dentro das pesquisas da área da educação física, é possível encontrar pesquisas de grande relevância correlacionadas ao nosso tema, como no livro “Pedagogia do movimento” de Marinho et al. (2007), que fala sobre a importância do ambiente lúdico, no ensino infantil e no ensino fundamental, propondo atividades de interação e socialização, por meio de jogos, brincadeiras e atividades que trabalhem o imaginário infantil.

Assim ligando-se a esta ideia de se trabalhar o imaginário infantil no ambiente escolar, Silva (2011), utiliza-se de jogos (brincadeiras) teatrais, para o ensino do teatro

na escola, o objetivo principal no caso da pesquisa desta autora é a segurança, ou seja, naturalidade do “ator” em cena desenvolvida por meio do jogo no teatro. Então se levarmos em consideração as qualidades naturais somadas à segurança, podemos chegar a um resultado de um indivíduo com uma maior autoconfiança, a partir do momento em que o aluno tímido começa a sentir-se mais confiante, a sua interação com o meio que lhe cerca passa a ser mais natural.

3. METODOLOGIA

A pesquisa efetuou-se na escola pública de ensino fundamental, E.M.E.F. Dr. Ulisses Guimarães, travessa Anfrísio Nunes, s/n, bairro Jardim Independente I no estado do Pará.

O período de intervenção se deu em quatro etapas: 1ª. A entrega de questionário para delimitação de público alvo a ser observado ao decorrer da pesquisa, por meio deste questionário; 2ª foi feito o reconhecimento dos alunos dos quais se enquadraram ao público alvo desta pesquisa, fundamentando as perguntas do questionário nas características descritas, como por exemplo, você possui dificuldades para fazer amizades na escola? **0** (não nunca), **1** (as vezes), **2** (sempre); dentre outros comportamentos tidos como “típicos” destas crianças (tímidas); 3ª seguindo com a intervenção com a aplicabilidade dos jogos teatrais; 4ª e por fim, reaplicação do questionário (com as mesmas questões do utilizado ao início da pesquisa) e uma entrevista com o público alvo que foi delimitado no primeiro momento da intervenção.

Foram abordados 20 alunos de 4 turmas (como público alvo), porém as intervenções ocorreram em turmas com 30 alunos no total. Dos quais apenas de 3 a 7 alunos por turma foram analisados como público alvo da pesquisa, permitindo que os demais alunos também vivenciassem das atividades de interação por meio de técnicas de jogos teatrais: como criação de histórias e leituras em grupo, jogos de salão como detetive, criação de fantoches de sombras e pesquisas em grupo relacionadas ao tema teatro, para apresentação de trabalho oral, e criação de peças teatrais (devido não ter sido possibilitado ao pesquisador desenvolver o projeto com apenas o público alvo “20 alunos”, em um ambiente (sala) separado(a), por conta do cronograma da instituição, não possibilitando esta intervenção de forma separada dos demais alunos “não inibidos”).

Porém mesmo sendo realizada a intervenção com grupos integrais de alunos das quatro turmas (turmas completas), duas de 6º ano e duas de 7º, foram utilizados o número amostral totalizado em 20 alunos, pois por meio do questionário inicial chegou-se ao resultado de um número amostral baixo de crianças com características de inibição, neste local de pesquisa.

3.2. RELATO DE INTERVENÇÃO

Aos alunos que se enquadraram como público alvo da pesquisa e demonstraram interesse em participar das intervenções foi entregue o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que informam e esclarecem aos participantes as atividades que serão realizadas, para que esses repassem aos seus responsáveis, recebendo assim a autorização para participarem desta pesquisa. Assim como o termo de assentimento livre esclarecido (TALE) que comprova o assentimento dos alunos em participar nas intervenções. Especificando também que a identidade seria mantida no mais rigoroso sigilo e que, em qualquer momento, a pessoa teria a liberdade de deixar de participar.

Inicialmente se teve como foco trabalhar-se apenas o público alvo determinado com a análise do questionário inicial (os alunos que possuíam um maior índice de inibição/timidez), onde os mesmos participariam das intervenções através do teatro educativo, pois os mesmos são o público alvo da pesquisa. Porém a não possibilidade de desenvolver as intervenções com apenas o público alvo da pesquisa surtiu um efeito positivo, devido o princípio da pesquisa ser analisar a promoção do caráter socialização e respeito mútuo no ambiente escolar (por meio do teatro educativo), assim desenvolvendo as intervenções com esses alunos tidos como público alvo em seu espaço/ambiente cotidiano (sala de aula), juntamente aos demais alunos tidos como não introvertidos ou com um grau bem inferior aos tidos como foco da pesquisa, passando a gerar um caráter de socialização de forma bem mais natural entre os alunos assim como o respeito mútuo (que é o respeito ao outro/próximo).

Bem como a submissão ao CEP (Comitê de Ética e pesquisa), que segundo a norma operacional 001/2013 que é uma norma complementar resolução 466, que descreve o seguinte como: “É vedado, tanto aos titulares quanto aos suplentes, exercer atividades nas quais interesses privados possam comprometer o interesse público e sua imparcialidade no exercício de suas atividades no sistema CEP/CONEP.” Ou seja,

qualquer pesquisa que venha a desrespeitar os direitos dos sujeitos participantes, é impedida de ocorrer.

Ao decorrer desta pesquisa de intervenção, notou-se uma resistência inicial em ambas as turmas, de alunos de sétimo e sexto ano, em suas participações nas atividades propostas, tanto os alunos descritos como tímidos (assim identificados devido ao questionário inicial utilizado), quanto os demais alunos (incluindo até mesmo os mais extrovertidos), porém este problema sanou-se ao decorrer das atividades, onde aos poucos os alunos passaram a interagir entre si.

Dentre as atividades desenvolvidas foi inicialmente feito uma aula relacionada ao histórico do teatro no Brasil e no mundo, propondo após esta primeira aula, um trabalho de pesquisa em equipes, relacionado ao histórico do teatro. Fazendo então em um segundo encontro, onde os grupos efetuaram a leitura e apresentação em equipe para demonstrar os dados encontrados com a atividade de pesquisa, onde foi observado uma grande dificuldade na apresentação de trabalhos em sala de aula, por alguns alunos em ambas as turmas nas quais foram desenvolvidas as atividades.

Já no terceiro encontro trabalhou-se uma atividade mais voltada para o lúdico, com o foco em desenvolver o imaginário infantil. Com esse intuito trabalhou-se uma criação de histórias de improviso (aqui chamada de história maluca), onde inicialmente cada aluno escreve uma palavra aleatória em um pedaço de papel, colocando-as em um recipiente (foi utilizado um chapéu) o qual será conduzido pelo professor, este iniciará uma história qualquer (podendo ser conhecida, ou inventada) e então puxar um dos papeis, utilizando a palavra aleatória que tirou do recipiente e inserindo-a na história. Escolhendo então um aluno o qual deve continuar a estória, de onde parou, este fará o mesmo que o professor, inserindo uma das palavras aleatórias do recipiente na história contada, e em seguida passar o chapéu e a chance de continuar a história para um próximo aluno, até que todos tenham participado, sempre que a história estiver ficando muito longa, é recomendado pedir aos alunos que tentem repeti-la, recontando-a desde o começo, até o momento em que o recipiente com papeis chegou a sua mão, para então continua-la. Assim além de trabalhar de forma lúdica a imaginação da criança com a criação de estórias, também estará realizando-se uma atividade para exercitar a memória destas crianças.

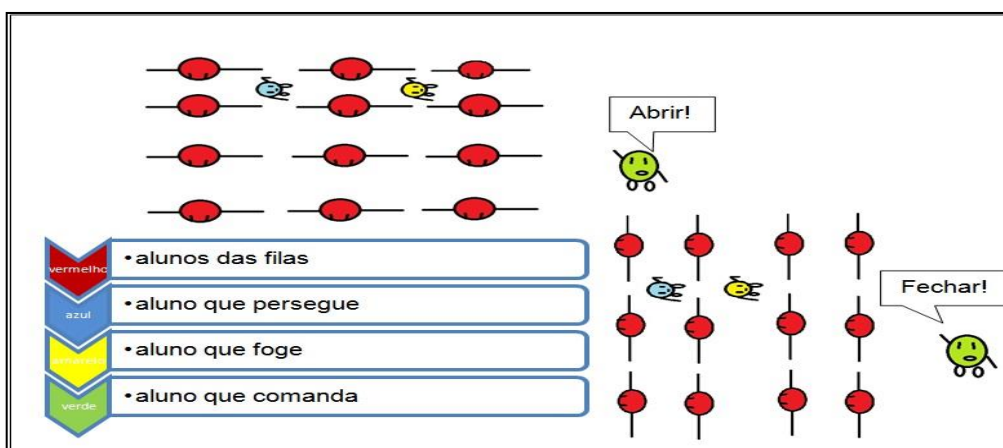
Notou-se que os alunos menos inibidos tentavam auxiliar os que possuíam uma maior dificuldade em criar histórias, ou vergonha de falar em voz alta.

No quarto e quinto encontro, se deu com a criação de fantoches de sombra, ocorrendo em dois encontros para que estas aulas fossem executadas de forma a proporcionar fácil aprendizagem, para que todos os alunos conseguissem realizar a montagem de seus fantoches de sombras (baseados em personagens populares aos conhecimentos do alunos). Os alunos demonstraram-se muito animados com a criação de bonecos de sombras, assim como bastante participativos, os alunos que terminavam suas atividades auxiliavam os demais alunos, ensinando-os a maneira correta para a montagem dos bonecos.

Ao sexto encontro, onde já foi criada uma maior interação entre os alunos (das turmas onde ocorreu esta intervenção), foram utilizados jogos teatrais como o jogo descrito por Spolin (2012) como ruas e vielas, onde formam-se de três a quatro fileiras de alunos com número iguais de alunos em cada fileira, estes devem respeitar uma distância entre si correspondente ao seus braços abertos (relacionado tanto aos indivíduos de sua fileira, quanto aos da fileira lateral), um indivíduo fora das fileiras fica responsável por ditar os comandos para os indivíduos das fileiras, que permanecerão com os braços estendidos lateralmente, como que formando um corredor dividido pelo número de fileiras utilizados de acordo com o número de alunos participantes.

Estes comandos podem ser comandos simples como abrir e fechar (em nossa atividade utilizamos, “abri-te cezamo e fecha-te cezamo”, pois havíamos trabalhado a leitura da história Alibabat e os 40 ladrões), para que os alunos parados em suas posições, movimentem seus braços de forma que abram ou fechem estes corredores formados entre as filas, enquanto um aluno (predeterminado pelo professor) persegue outro aluno por entre os corredores, o aluno que dita os comandos tem o poder de escolher se ajuda ou atrapalha quem está fugindo (segue abaixo na figura 1 como os alunos ficariam dispostos nesta atividade). Esta atividade foi utilizado com o nome de “labirinto” nas intervenções, para uma melhor assimilação dos alunos (devido a semelhança de um labirinto formado pelos alunos quando se joga), foi inicialmente difícil aos alunos executarem o jogo, porém como já haviam desenvolvido uma maior interação relacionada ao começo das intervenções, os mesmos conseguiram realizar o jogo com sucesso em ambas as turmas.

Figura 1 - jogo labirinto



Fonte: desenho ilustrativo do pesquisador para o “jogo labirinto”.

Durante o sétimo encontro continuou-se utilizando de jogos teatrais, porém como uma forma de interação inicial dos encontros com as turmas, o jogo “Detetive” foi utilizado no momento inicial do encontro, jogo este que divide os participantes em vítimas, assassino e detetive (ou detetives), os quais são definidos por sorteio, ambos os jogadores podem jogar sentados em formação de um círculo, ou em pé caminhando lentamente na sala - foi trabalhado como sugerido por Boal (1982) - como se os indivíduos personagens do jogo, neste caso os alunos estivessem em uma cena de “filme”, como em um grande baile com música tocando ao fundo. Onde o papel do assassino no jogo é de ao piscar para um participante do jogo e se este perceber deveria então encenar como estivesse morrendo (caso esteja definido vítima) ou denunciando o acusado caso seja o detetive, assim como é papel do detetive também de “investigar”, observando atentamente todos participantes, até descobrir qual deles é o assassino, caso contrário perderá o jogo se o assassino conseguir derrubar todas as vítimas sem que o detetive perceba. Seguindo-se de uma proposta de trabalho de pesquisa, relacionado às lendas folclóricas amazônicas.

Ao oitavo encontro, foi utilizado o jogo tradicional de aquecimento como jogo teatral, para desenvolver uma maior interação entre os alunos, esta atividade foi executada no pátio da escola para a melhor execução por necessitar de uma área mais ampla para esta atividade. A atividade utilizada foi “Batatinha frita” (SPOLIN, 2012), onde um aluno posiciona-se de costas para os demais alunos, que ficam posicionados atrás de uma linha demarcada pelo professor, com uma distância em média de 6 a 8

metros de distância do aluno posicionado de costas para os demais, o aluno de costa deve iniciar uma contagem (um, dois, três...), durante esta contagem os demais alunos que estavam atrás da faixa podem tentar aproximar-se do aluno de costa para toca-lo e a qualquer momento ele pode dizer a frase “batatinha frita”, dizendo isso ele pode correr atrás dos alunos que se aproximaram e tentar toca-los, antes destes retornarem a área de trás da faixa, os alunos que forem “pegos” (tocados) permanecem ao lado do aluno que o pegou ajudando-o a pegar os demais. Seguido da criação de pequenas peças teatrais com auxílio do professor com o conteúdo pesquisado pelos alunos.

Já no nono encontro, os próprios alunos pediram que trabalhássemos novamente o jogo teatral labirinto como forma inicial à aula, em seguida as peças escritas na aula passada foram ensaiadas com o auxílio do professor. Após o jogo os alunos demonstraram-se bastante animados para a realização dos ensaios.

Ao décimo encontro a intervenção foi iniciada com “exercício dos espelhos” (BOAL, 1982). Onde dois indivíduos posicionam-se, uma de frente ao outro, os alunos devem determinar quem será o primeiro a ser o espelho, o outro deve iniciar o movimento e o “espelho” deve tentar reproduzir este movimento simultaneamente, em seguida ambos trocam de papeis, o aluno que fazia o movimento agora se torna o espelho. Após os alunos assimilarem a forma básica do jogo (em local fixo e somente com sua dupla na área delimitada do jogo), se acrescenta então mais duplas, que farão movimentos simultâneos como na atividade anterior, porém movimentando-se pela sala de aula em círculo, até que todos os alunos estejam em jogo (tentando observar e imitar o movimento de seus pares). No segundo momento foram ensaiadas novamente as peças criadas no sétimo encontro, para serem apresentadas no próximo encontro.

Décimo primeiro encontro, foram feitas as apresentações teatrais dos alunos, para as suas respectivas turmas 6º e 7º ano. Após as apresentações das peças, relacionadas a lendas folclóricas, finalizamos com um jogo de “detetive” entre os alunos e com a participação do professor. Relacionado décimo segundo dia de intervenção (o último), foi feito o uso do questionário final e de uma entrevista informal, como forma de analisar o teatro educativo método socialização da criança tímida ou inibida.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1. ANALISE DE QUESTIONÁRIOS COMPORTAMENTAIS

Executou-se a comparação do questionário inicial ao questionário final relacionado a 20 alunos, baseados em comportamentos tidos como padrão de crianças tímidas no contexto escolar, por Monjas-Casares, Caballo e Marinho (2002) e Perez e Dias (2011), contendo 13 questões relacionadas ao comportamento inibido, podendo ser pontuados como (0) falso ou não frequente (ou seja, o aluno não sente-se inibido em “tal situação” relacionada ao questionário); (1) pouco Frequente ou as vezes verdadeiro (o aluno sente-se um pouco inibido em “tal situação” relacionada ao questionário); (2) Frequente e/ou verdadeiro (o aluno sente-se muito inibido em “tal situação” relacionada ao questionário). Desta forma, quanto maior o número de respostas positivas (1 ou 2) no questionário, maior será o índice de inibição do mesmo e quanto maior o número de questões marcadas como negativas (0), menos inibido será o aluno, partindo deste pressuposto segue as repostas dos questionários (inicial e final), dadas pelos alunos avaliados para comparação e análise dos resultados:

Quadro 1 - Questionário comportamental

	Questionário inicial (Quest.I):	Questionário final (Quest.II):
Questões respondidas com zero (0):	145 (55,77%)	158 (60,77%)
Questões respondidas com um (1):	80 (30,77%)	74 (28,46%)
Questões respondidas com dois (2):	35 (13,46%)	28 (10,77%)
Total:	260 (100%)	260 (100%)

Fonte: pesquisa de campo

Por meio dos dados descritos no “quadro 1”, é possível identificar uma melhora de 55,77% para 60,77% (ou seja, 5,00%) no quesito desinibição dos alunos participantes das intervenções, resultado este, obtido por meio de suas respostas descritas em seus questionários (questões marcadas em 0).

Do universo de pesquisa podemos destacar, que também é visível (no quadro 1) que as questões respondidas com 1 e 2 somadas representam inicialmente (115 questões, que significam 44,23% das respostas, apresentando assim) um número menor que questões respondidas em 0 (inicialmente em 145 questões que representam 55,77%

das respostas). O que não significa que estes alunos não possuem algum grau de inibição, mas que alguns possuem um grau de inibição menor que os outros.

Relacionado a isso pode se dizer que a timidez afeta de algum modo a vida de todas as pessoas independentes da fase do desenvolvimento que se encontram, podendo ser crônicas ou situacionais. Ou seja, relacionado aos tímidos crônicos, a pessoa não consegue falar com estranhos, possui dificuldade em fazer amigos, falar em público é considerado tímido todo o tempo, em todas as situações e praticamente com todas as pessoas. As pessoas que tem timidez situacional, a inibição se manifesta em ocasiões específicas, podendo ser estas situações algumas das citadas a timidez crônica, porém não todas e não à todo momento (variando de pessoa pra pessoa) (PEREZ; DIAS, 2012), a timidez crônica acaba sendo de mas fácil percepção pois como citado por Perez e Dias, o individuo passa a ser tímido a todo local, em praticamente todas situações assim como praticamente com todas pessoas, porem a timidez situacional já não é tão notável, pois o individuo não demonstra-se inibido a todo momento e em qualquer situação (manifestando em algumas situações especificas, variadas de pessoa para pessoa).

Assim como, se levarmos em consideração que (no quadro 1) houve um acréscimo nas questões respondidas com “0” de 5% (de 55,77% para 60,77% relacionado ao quesito desinibição) no questionário final e que este aumento provem de uma redução relacionada as questões em que estes alunos, sentiam-se um pouco inibidos (questões respondidas com “1”) de 30,77% para 28,46% ou muito inibidos (questões respondidas com “2”) de 13,46% para 10,77%, havendo assim uma mudança significativamente positiva neste público.

4.2 ANALISE DE ENTREVISTAS

Para uma melhor analise, utilizou-se de uma entrevista informal no termino da pesquisa para demonstrar a visão dos alunos, relacionada ao projeto de intervenção realizado e quais mudanças os mesmos perceberam ao termino do projeto de intervenção, composta por seis questões e dispostas nos quadros abaixo:

Quadro 2 - você gostou, das atividades realizadas nas aulas de intervenções do projeto, relacionadas ao teatro educativo?

Sim	Não
20	0

Fonte: pesquisa de campo

Dentre dos dados encontrados no quadro 2, surgiram respostas como, (7º ano Aluno 1) “Sim achei interessante, gostei bastante”; ou (6º ano Aluno 1) “Sim, elas são muito boas e muito bem explicadas” e ainda (6º ano Aluno 2) “Com certeza, bem agradável o professor explica direitinho”. Relacionada às respostas dos alunos pode se dizer que as atividades lúdicas contêm um caráter de liberdade, de prazer e de improvisação, também é fato que constituem um universo de desafios na direção da eficiência e do aperfeiçoamento técnico (BRASIL, 1998). Neste caso, o aperfeiçoamento técnico pode ser descrito como participação dos alunos durante as intervenções, como uma forma de superação a sua dificuldade de esporem-se ao decorrer das atividades, assim como as características da ludicidade como, o caráter de liberdade, de prazer e improvisação, que neste caso são derivados da metodologia dos jogos teatrais e do teatro educativo, gerando assim nos alunos uma visão positiva em relação às intervenções realizadas.

Refletindo sobre o aspecto projetos sociais, que possam proporcionar a estes alunos vivências semelhantes às propostas nesta pesquisa, foi desenvolvida a questão a seguir (Quadro 3) para uma melhor análise sobre as suas participações e conhecimentos relacionados aos projetos existentes na região:

Quadro 3 - você participa ou já participou de algum projeto cultural (artístico) ou esportivo na cidade de Altamira?

Sim	Não
9	11

Fonte: pesquisa de campo

Relacionado ao quadro 3, 7 dos 11 alunos os quais responderam não terem participado, alegaram que não conheciam muitos projetos, ou que eram novos na cidade e por isso não participaram de algum projeto, 4 dos 11 alunos os quais responderam não participarem, alegaram não participarem por falta de interesse, 9 alunos dos quais

responderam sim, alegaram Já terem participado de algum projeto cultural, artístico ou esportivo, incluindo o projeto desenvolvido na escola (mais educação).

Para analisar de forma simplificada qual o entendimento dos alunos relacionado à utilização do teatro educativo nas aulas, fez-se o seguinte questionamento presente no quadro (4) a seguir:

Quadro 4 - Você acha que o uso do teatro educativo nas aulas, é algo importante?

Sim	Não
19	1

Fonte: pesquisa de campo

Relacionado ao quadro 4, também surgiram respostas como, (6º ano Aluno 3) “É importante para poder se dar bem com os outros alunos e perder a timidez e essas coisas”, (7º ano Aluno 1) “Sim, ajuda na disciplina, a gente fica com mais respeito com os outro!” e (7º ano Aluno 4) “É a gente aprende mais coisas sobre cultura”. Sobre a importância do teatro, Boal fala que por meio do teatro todo ser humano pode desenvolver a capacidade de se expressar (BOAL, 2009), bem como Spolin que diz, que por meio dos jogos teatrais os alunos desenvolvem o trabalho em equipe, relação, espontaneidade e a criatividade em grupo (SPOLIN, 2012).

Buscando obter uma visão do aluno inibido, relacionada à sua interação com os demais (alunos) após o termino das intervenções (as quais se utilizaram métodos do teatro educativo e jogos teatrais), comparado a sua interação antes das intervenções e se os mesmos perceberam algum outro benefício relacionado convivência da turma, utilizou-se as questões dos quadros 5 e 6 a seguir:

Quadro 5 - No seu ponto de vista, você percebeu alguma melhora relacionada a sua interação individual com o restante da turma em sala de aula?

Sim	Não
18	2

Fonte: pesquisa de campo

Quadro 6 – Você notou outro benefício como a redução das brigas em sala de aula entre os alunos?

Sim	Não
17	3

Fonte: pesquisa de campo

Relacionado a questão violência entre alunos em sala de aula e a socialização (citadas nos quadros 5 e 6), surgiram relatos durante as entrevistas como, (6º ano Aluno 7) “Sim antes eles brigavam bastante, agora eles têm parado mais”; (6º ano Aluno 4) “Sim, quando o senhor passou trabalho pra gente fazer entre si, a gente passou a conversar mais”. Assim uma ótima arma para o combate ou redução, da violência entre aluno e a falta de socialização dos mesmos é ludicidade pois, o lúdico pode e deve ser utilizado como ferramenta de ensino, este se apresenta como parte integrante do ser humano e se constitui nas interações sociais, precisando também ser discutido e vivenciado pelos alunos, de forma bem instruída, para que a ludicidade não seja vivida através de práticas violentas, como em algumas brincadeiras que ocorrem no interior da escola (BRASIL, 2008). Assim quando os PCN’S sugerem que a ludicidade seja utilizada como “arma” de forma bem instruída para o ensino, também significa que a mesma não seja utilizada sem limites e regras, a mesma pode ser utilizada por exemplo em uma atividade planejada para um determinado momento da aula, como em um jogo ou brincadeira como método de socialização ou ensino de um assunto com uso da mesma, porem não a todo momento, pois a ludicidade sem regras e limites pode trazer resultados negativos como o desrespeito do aluno para com o professor e para com o outro aluno e até mesmo brincadeiras violentas no ambiente escolar como citado anteriormente pelos PCN’S (BRASIL, 2008). Ou seja, a socialização gerada, por meio das intervenções de forma lúdica, possibilitaram uma redução das brigas entre alunos em sala de aula e uma maior socialização dos mesmos com os demais alunos, segundo o relato dos próprios alunos, durante a entrevista. Assim Piaget et al. (1999) descreve que por meio da socialização, “[...] os indivíduos que estão em contato se consideram como iguais e se respeitam reciprocamente”, gerando assim um respeito mútuo.

Deste modo, para compreender se as intervenções surtiram um efeito positivo, diante do ponto de vista dos pesquisados (alunos), utilizou-se a questão a seguir no

quadro 7, deixando aos alunos um espaço livre para esporem suas ideias relacionadas ao projeto, que tipo de projeto gostariam de participar posteriormente:

Quadro 7 - Após as aulas você passou a sentir vontade de participar de algum projeto cultural, artístico ou esportivo, ou ainda maior interesse por leituras, comparado a antes das intervenções?

Sim	Não
16	4

Fonte: pesquisa de campo

Dentre as respostas relacionadas ao quadro 7 também surgiram respostas como, (6º ano Aluno 1) “Sim gostar mais de ler, por que ler é muito bom”, (7º ano, Aluno 7) “Tenho vontade, só que não conheço” e (7º ano Aluno 5) “Sim, pro esporte”. Com base nas respostas (de forma geral) da entrevista ao termino da intervenção, é possível observar que os próprios alunos notaram melhoras em suas relações com os demais alunos no ambiente escolar, assim como a diminuição de brigas rotineiras no mesmo ambiente e que muitos deles gostariam de participarem de projetos culturais, artísticos ou esportivos, mesmo fora do ambiente escolar ou dos horários das aulas, porém não possuem conhecimento sobre os projetos realizados na região.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se analisar por meio desta pesquisa, o teatro educativo como método de socialização da criança introvertida no contexto escolar, pois por meio do teatro educativo ocorreram às intervenções, as quais inicialmente mesclaram-se a atividades, naturais e rotineiras das aulas de forma geral com um trabalho de pesquisa e apresentação diante da turma (apresentação de forma oral, sem uso de apresentações teatrais neste primeiro momento) e então as praticas voltadas ao teatro propriamente dito, como o teatro de sombras e outras descritas no subtópico relato de intervenção desta pesquisa.

Fortalecendo o que diz Boal (1982 p.14) que, “O teatro popular pode ser feito em qualquer lugar; até mesmo no teatro [...] e por qualquer pessoa; até por atores.” Com o sentido de que o teatro pode ser utilizado como uma ferramenta importante de ensino, socialização e autoconhecimento das capacidades do aluno. Por meio do uso deste pode

se proporcionar aos alunos, atividades voltadas para socialização e desinibição, os quais surtiram efeitos positivos e foram apontados nos resultados do “quadro 1” e na entrevista realizada com os alunos, é possível relatar que as intervenções por meio de técnicas teatrais (do teatro educativo), surtiram um efeito positivo de socialização e desinibição no público alvo.

Podemos então perceber a importância da utilização do jogo teatral no que tange a diminuição da timidez no ambiente escolar, pois ele é um dos principais métodos utilizados para conquistar a atenção dos alunos e a ensiná-los a respeitarem regras, percebendo como estas podem proporcionar uma maior igualdade entre os alunos. O que gera entre eles um caráter de cooperação, descrito também por Spolin (2012), como um dos benefícios desenvolvidos por meio dos jogos teatrais no teatro educativo. Além de, segundo o relato dos alunos, desenvolver o desejo de participarem de projetos culturais, esportivos ou artísticos, e ainda, a diminuição de brigas entre alunos em sala de aula após as intervenções ocorridas.

Fica aberto aqui uma proposta (ou sugestão) de pesquisas posteriores, na temática teatro relacionando a importância de projetos como o “mais educação” nas escolas, para socialização destas crianças que possuem desejo de participar de projetos, porém não tem o conhecimento de como e onde encontrá-los.

REFERÊNCIAS

BARROS, Aidil de Jesus Paes de; LEHFELD, Neide Aparecida de Souza. **Projeto de pesquisa**: Propostas metodológicas. 8. ed. Petrópolis: Editora Vozes, 1999.

BRASIL. Constituição (1998). Pcn nº 371.214, de 1998. **Parâmetros curriculares nacionais**: Terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental. p. 1-114.

BRASIL. **Diretrizes curriculares da educação básica educação física**. Paraná:Secretaria de Estado da educação do Paraná, 2008, p. 1-92.

BOAL, Augusto. 200 Exercícios e jogos para o ator e não-ator com vontade de dizer algo através do teatro. 4. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira S.A. 1982.

_____, Augusto. **O teatro como arte marcial**. 1 ed. Rio de Janeiro: Editora Garamond Ltda. 2009.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas S.a., 2002.

_____, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas S.a., 1999.

HELIODORA, Barbara. **O Teatro explicado aos meus filhos**. Rio de Janeiro: Agir Editora Ltda, 2008.

MARINHO, Hermínia Regina Bugeste et al. **pedagogia do movimento**: Universo lúdico e psicomotricidade. 20. ed. Curitiba Paraná: Ibpx, 2007.

MARINHO, Maria Luiza; CABALLO, Vicente E. . **Comportamento anti-social infantil e seu impacto para a competência social**. *Psicologia, Saúde & Doenças*, Londrina – Brasil, v. 3, n. 2, p.141-147, dez. 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psd/v3n2/v3n2a03.pdf>>. Acesso em: 05 maio 2015.

MINAYO; Maria Cecília de Souza, DESLANDES; Suely Ferreira, GOMES, Romeu, **Pesquisa social**: Teoria método e criatividade. 28 ed. Petrópolis, RJ: Editora Vozes. 2009.

MONJAS-CASARES, Maria Inês; CABALLO, Vicente E.; MARINHO, Maria Luiza. A criança tímida e retraída. In: MONJAS-CASARES, Maria Inês; CABALLO, Vicente E.; MARINHO, Maria Luiza. **A criança tímida e retraída**. Londrina - Pr: Moreira Jr, 2002. p.196-201. Disponível em:

<http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=1920&fase=imprime>. Acesso em: 02 out. 2014.

OLIVEIRA, Vitor Marinho de. **O que é educação física**. 11ed. São Paulo: editora brasiliense. 2004.

PIAGET, Jean, et al. **Cinco Estudos de Educação Moral**. 2. ed. São Paulo: Casa do psicólogo, 1999.

SILVA, Wanderly Borges. **A utilização dos jogos teatrais na construção cênica:** resignificando o olhar sobre o ensino do teatro na escola. Trabalho. 2011. 49 f. TCC (Graduação) - Curso de Curso em Licenciatura, Habilitação em Teatro, Departamento de Departamento de Artes Cênicas, Unb- Universidade de Brasília Ao Instituto de Artes Cen, Brasília, 2011.

SPOLIN, Viola. **Jogos teatrais na sala de aula:** Um manual para o professor. 2. ed. São Paulo: Perspectiva, 2012. [Traduzido por: Ingrid Dormien Koudela].

- ARTIGO 7 -

AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE E EQUILÍBRIO DE PESSOAS COM DOENÇA DE PARKINSON

MELO, Gileno Edu Lameira de
SOUZA, Milkeson Mendes de
JUNIOR, José Robertto Zaffalon
RISCK, Marcio
OLIVEIRA, Jorge Farias de

RESUMO

Introdução: A doença de Parkinson compromete o equilíbrio e a mobilidade funcional dos portadores, devida esta doença ser ocasionada por consequência da morte das células dopaminérgicas que afetam o funcionamento dos núcleos da base. Nesse sentido, a avaliação da mobilidade e do equilíbrio de pessoas com doença de Parkinson (DP) é pouco explorada no dia a dia do tratamento e se justifica por poder acompanhar a evolução da doença e com isso proporcionar melhora no desempenho motor, na autoestima e numa maior expectativa de vida. **Objetivo:** O estudo teve como objetivo de avaliar a mobilidade e equilíbrio de pessoas com DP. **Materiais e Métodos:** A pesquisa foi desenvolvida com 7 portadores da doença de Parkinson que frequentam a Clínica de Fisioterapia de Altamira - FISIOCLIN. Para avaliar a severidade da doença foram utilizadas duas escalas, a primeira é a Escala Unificada de Avaliação da Doença de Parkinson – UPDRS, A segunda é a Escala de Hoehn e Yahr (H & Y). Para a avaliação do equilíbrio e mobilidade foi utilizado o test *Timed Up and Go* (TUG), por meio do sensor inercial G-Walk. Os dados foram analisados pela estatística descritiva através da média e desvio padrão. **Resultados:** Os resultados mostram que os pacientes estavam nos estagios 1 e 2 da escala de H&Y dos quais foram alocados em grupos de acordo com a severidade da doença, desta forma, foram classificados nos estagios leve a moderado de incapacidade da doença. Na escala de Berg a amostra apresentou media de 49,71 e desvio padrão 7,74. Em relação ao teste de caminhada de 6 minutos os pacientes no estagio 2 da escala de H&Y apresentaram melhor resultado que os pacientes do estagio 1. Já em relação ao Teste Timed Up and Go a amostra apresentou media de 14,30 e desvio padrão 5,50. **Conclusão:** Conclui-se que a amostra não apresenta falta de equilíbrio funcional pelo teste de Berg. Porém, apresentou baixa mobilidade pelo teste de caminhada de 6 minutos e risco de queda pelo teste Timed Up and Go.

Palavras-Chave: Doença de Parkinson. Limitação da Mobilidade. Equilíbrio Postural.

ABSTRACT

Introduction: Parkinson's disease compromises the balance and functional mobility of patients, due to this disease due to the death of dopaminergic cells that affect the functioning of the base nuclei. In this sense, the assessment of mobility and balance of people with Parkinson's disease (PD) is little explored in the day-to-day treatment and is justified by being able to monitor the evolution of the disease and thus provide improvement in motor performance, self-esteem and longer life expectancy. **Objective:** The study aimed to evaluate the mobility and balance of people with PD. **Materials and Methods:** The research was developed with 7 Parkinson's disease patients attending the Altamira Physiotherapy Clinic - FISIOCLIN. To assess the severity of the disease, two

scales were used, the first is the Unified Parkinson's Disease Rating Scale - UPDRS, the second is the Hoehn and Yahr Scale (H & Y). For the evaluation of balance and mobility, the Timed Up and Go (TUG) test was used through the G-Walk inertial sensor. Data were analyzed by descriptive statistics using mean and standard deviation. Results: The results show that the patients were at stages 1 and 2 of the H&Y scale from which they were allocated into groups according to disease severity, thus, they were classified into mild to moderate stages of disease disability. In the Berg scale, the sample had an average of 49.71 and standard deviation 7.74. Regarding the 6-minute walk test, patients in stage 2 of the H&Y scale presented better results than patients in stage 1. In relation to the Timed Up and Go test, the sample presented mean of 14.30 and standard deviation 5, 50 Conclusion: It is concluded that the sample does not present lack of functional balance by the Berg test. However, he presented low mobility by the 6-minute walk test and risk of falling by the Timed Up and Go test.

Keywords: Parkinson's disease. Limitation of Mobility. Postural balance.

RESUMEN:

Introducción: la enfermedad de Parkinson compromete el equilibrio y la movilidad funcional de los pacientes, debido a esta enfermedad debido a la muerte de las células dopaminérgicas que afectan el funcionamiento de los núcleos básicos. En este sentido, la evaluación de la movilidad y el equilibrio de las personas con enfermedad de Parkinson (EP) se explora poco en el tratamiento diario y se justifica al poder monitorear la evolución de la enfermedad y, por lo tanto, mejorar el rendimiento motor, la autoestima y Mayor esperanza de vida. Objetivo: El estudio tuvo como objetivo evaluar la movilidad y el equilibrio de las personas con EP. Materiales y métodos: La investigación se desarrolló con 7 pacientes con enfermedad de Parkinson que asistieron a la Clínica de Fisioterapia de Altamira - FISIOCLIN. Para evaluar la gravedad de la enfermedad, se utilizaron dos escalas, la primera es la Escala de calificación de la enfermedad de Parkinson unificada - UPDRS, la segunda es la Escala de Hoehn y Yahr (H e Y). Para la evaluación del equilibrio y la movilidad, se utilizó la prueba Timed Up and Go (TUG) utilizando el sensor inercial G-Walk. Los datos se analizaron mediante estadísticas descriptivas utilizando la media y la desviación estándar. Resultados: Los resultados muestran que los pacientes se encontraban en las etapas 1 y 2 de la escala H&Y de la que fueron asignados en grupos según la gravedad de la enfermedad, por lo tanto, se clasificaron en etapas leves a moderadas de discapacidad de la enfermedad. En la escala de Berg, la muestra tuvo un promedio de 49.71 y una desviación estándar de 7.74. Con respecto a la prueba de caminata de 6 minutos, los pacientes en la etapa 2 de la escala H&Y presentaron mejores resultados que los pacientes en la etapa 1. En relación con la prueba Timed Up and Go, la muestra presentó una media de 14.30 y una desviación estándar 5, 50 Conclusión: la prueba de Berg concluye que la muestra no presenta falta de equilibrio funcional. Sin embargo, presentó baja movilidad en la prueba de caminata de 6 minutos y riesgo de caerse en la prueba Timed Up and Go.

Palabras clave: enfermedad de Parkinson. Limitación de la movilidad. Equilibrio postural.

1. INTRODUÇÃO

A doença de Parkinson (DP) é uma doença caracterizada como neurodegenerativa que surge por consequência da morte das células dopaminérgicas que

estão associadas diretamente ao funcionamento dos núcleos de base. O indivíduo neste quadro clínico apresenta diversos comprometimentos nas funções motoras, dentre eles destaca-se a bradicinesia, os distúrbios do equilíbrio, a rigidez muscular, a hipometria e os tremores em repouso, desencadeando assim o comprometimento da independência da mobilidade funcional de pacientes com DP (SANTOS et al., 2016).

De acordo com Paiva (2011), se pressupõe o surgimento da DP por volta dos 55 anos, e estima-se que a cada 100.000 habitantes 100 a 200 destes venham a ser diagnosticados com a doença. Dentre as doenças degenerativas, a DP é a segunda mais comum em adultos acima de 60 anos e sua prevalência deve passar de 4,1 milhões para entre 8,7 e 9,3 milhões de 2005 a 2030 em 15 dos países mais populosos do mundo (NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CLINICAL EXCELLENCE, 2006; DORSEY et al., 2006). No Brasil, pessoas com idade igual ou maior do que 64 anos apresentaram uma prevalência de 3,3% semelhante aos dados encontrados em outros países, aos 85 anos a prevalência sobe para 4 a 5% (PAIVA, 2011).

Pessoas diagnosticadas com DP tem sua mobilidade e domínio postural fragilizados o que sugere alteração nos padrões deambulatorios e aumento da probabilidade de escorregões, tropeções e quedas, porem a intensidade das alterações depende do grau e estágio da doença em cada indivíduo (LORD et al., 2013). Para Sanfelice (2004), diagnosticar a doença em sua fase inicial nem sempre é tão fácil, mas sinais dos sintomas clássicos como: tremor, rigidez e bradicinesia podem ajudar como indicadores positivos em uma avaliação primaria.

Para Santos et al. (2016) as implicações negativas que são exercidas sobre a mobilidade funcional interferem diretamente na qualidade de vida de indivíduos com Parkinson. Para se reverter este quadro a prática de atividade física concomitante a terapia medicamentosa é uma proposta de tratamento que tem apresentado melhora significativa quanto as capacidades funcionais, ao bem-estar, e a qualidade de vida de pessoas com Parkinson (SANTOS et al., 2016).

Nesse sentido, a avaliação da mobilidade e do equilíbrio de pessoas com doença de Parkinson é pouco explorada no dia a dia do tratamento e se justifica por poder acompanhar a evolução da doença e com isso proporcionar melhora no desempenho motor, na autoestima e numa maior expectativa de vida de portadores da DP. Por isso, o presente estudo teve como objetivo analisar a mobilidade e equilíbrio de pessoas com doença de Parkinson.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

DELINEAMENTO DO ESTUDO E DA AMOSTRA

O presente trabalho trata-se de um estudo de campo descritivo transversal, prospectivo e com abordagem quantitativa. De acordo com Gil (2008) a pesquisa de campo de cunho transversal busca com maior profundidade levantar dados com o objetivo de analisar as possíveis prevalências de um determinado público, a fim de gerar subsídios para a pesquisa.

A pesquisa foi desenvolvida com 7 portadores da doença de Parkinson que frequentam a Clínica de Fisioterapia de Altamira - FISIOCLIN. Para os critérios de inclusão, os participantes deviam ter diagnóstico de DP na fase 1, 2 ou 3 na escala Hoehn e Yahr; ter visão adequada (com ou sem óculos); estar em uso da medicação antiparkinsoniana na fase “ON” ou “OFF” e ter audição adequada (com ou sem aparelho auditivo). Foram excluídos da pesquisa os que aposentassem deficiência física que o incapacite de andar; doença cardíaca grave; histórico de convulsão e hipertensão descontrolada.

Este estudo foi realizado após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado do Pará – Centro de Saúde Escola do Marco sob o parecer número 3.184.187, estando de acordo com a resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/12. Os participantes foram informados a respeito dos objetivos, riscos e procedimentos envolvidos na pesquisa e aqueles que aceitaram participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

COLETA DE DADOS

Após seleção dos sujeitos participantes da pesquisa foram feitas as avaliações funcionais e da gravidade da doença, do equilíbrio funcional e da mobilidade. Todas as avaliações foram realizadas sob as mesmas condições pelo mesmo examinador devidamente treinado.

AVALIAÇÃO DA SEVERIDADE E GRAVIDADE DA DOENÇA DE PARKINSON

Foram utilizadas duas escalas, a primeira é a Escala Unificada de Avaliação da Doença de Parkinson – UPDRS, esta foi utilizada para a avaliação de sinais e sintomas da doença, bem como o desempenho de atividades específicas com base em auto relatos e observações clínicas. A escala é composta por 42 itens divididos em quatro partes: 1)

atividade mental, comportamento e humor; 2) atividades da vida diária; 3) exploração motora; e 4) complicações da terapia medicinal. A pontuação para cada item varia de 0 (normal) a 4 pontos (graves), com pontuações mais altas que dão mais comprometimento devido à doença, porém, foi dada ênfase somente para o item 3 de exploração motora para nosso estudo (MARTINEZ-MARTIN et al., 1994). A segunda é a Escala de Hoehn e Yahr (H & Y). Esta escala aborda cinco estágios para avaliar a gravidade da DP, usando medidas essencialmente globais de sinais e sintomas (instabilidade postural, rigidez, tremor e bradicinesia) que permitem a classificação do grau de incapacidade. Os pacientes classificados nos estágios I, II e III apresentam incapacidade leve a moderada e aqueles no estágio IV e V apresentam incapacidade mais severa (HOEHN; YAHR, 1967; SCHENKMAN et al., 2001).

AVALIAÇÃO DO EQUILÍBRIO FUNCIONAL

Foi utilizada a Escala de Equilíbrio de Berg para a avaliação do equilíbrio funcional. Esta escala foi validada para uso no Brasil por Miyamoto et al. (2004). Nela o participante é classificado em relação a um conjunto de 14 tarefas em uma escala de cinco pontos. A pontuação para cada tarefa varia de 0 (incapaz de executar a tarefa) para 4 (executa a tarefa de forma independente). A pontuação final varia de 0 a 56 pontos, com menores escores, indicando um maior risco de quedas e maiores pontuações que dão melhor desempenho. O ponto de corte para o risco de quedas é inferior a 45 pontos.

AVALIAÇÃO DA MOBILIDADE E EQUILÍBRIO DINÂMICO

Foi utilizado o sensor inercial G-WALK, Gsensor para a avaliação do teste *Timed Up and Go* (TUG) e para o Teste de caminhada de seis minutos (TC6). Este dispositivo fornece acelerações lineares em três eixos ortogonais: anteroposterior, mediolateral e vertical.

O Gsensor é composto por uma rede sem fio de sensores inerciais para a análise do movimento humano. Os sensores são controlados por uma unidade de gravação de dados (até 16 elementos) através da comunicação de rádio ZigBee. Os dados de aceleração serão transmitidos via Bluetooth para um computador e processados usando o programa de software projetado para o sistema (BTS G-STUDIO, versão 2.6.12.0), que fornece automaticamente os parâmetros. O G-WALK possui hardware específico (BTS G-SENSOR) e software (BTS G-STUDIO). O dispositivo foi anexado à cintura do participante com uma alça semi-elástica na altura do espaço inter-vertebral L4-L5. A

aceleração será coletada nos três eixos anatômicos ortogonais (anterior-posterior, meio-lateral e vertical). O movimento será capturado com uma frequência de amostragem de 100 Hz (BUGANÉ et al., 2012; GALLI et al., 2015).

O Teste *Timed Up and Go (TUG)* é uma medida clínica de equilíbrio dinâmico e mobilidade funcional para idosos e consiste em ficar de pé de uma cadeira sem o auxílio dos braços, andando três metros com passos firmes e ao habitual, girar 180°, caminhando de volta para a cadeira e sentando-se novamente. O voluntário deve ter suas costas contra a parte de trás da cadeira no início do teste e retornar à mesma posição no final do teste. O teste começa com um sinal verbal "vá" e o tempo necessário para completá-lo é gravado a partir do comando verbal até o momento em que a parte traseira do participante esteja novamente em contato com a parte de trás da cadeira. Um total de 10 segundos ou menos indica mobilidade normal; 11 a 20 segundos indicam fragilidade e mais de 20 segundos indica a necessidade de assistência, análise e intervenção. Uma pontuação de 14 segundos ou mais sugere que o indivíduo é propenso a quedas (GALLI et al., 2015).

O teste de caminhada de seis minutos (TC6) foi usado o sensor inercial para medir variáveis espaço-temporais durante o teste. Foi realizado em um corredor plano com 30 metros de comprimento (com marcações a cada metro) e 1,5 metros de largura sem acompanhamento, seguindo as diretrizes do *American Thoracic Society (ATS)*, 2005). O participante foi instruído a caminhar o mais rápido possível por seis minutos e será encorajado com frases pré-estabelecidas em intervalos padronizados de um minuto.

Os dados foram analisados pela estatística descritiva através da média e desvio padrão. Os dados foram organizados e tabulados utilizando-se o programa SPSS v. 20.

3. RESULTADOS

Nossos resultados apontam que foram feitas a coleta de 7 pessoas com Doença de Parkinson tendo 5 do sexo masculino e 2 do sexo feminino, apresenta ainda, a idade, peso, altura e os resultados da severidade da doença em relação a exploração motora com a UPDRSIII e também do equilíbrio feito através da escala de Berg conforme tabela 1.

TABELA 1 - Caracterização da amostra em idade, peso, altura, UPDRS e escala de Berg em média e desvio padrão de acordo com o estágio da doença na escala de Hoehn e Yahr (H&Y).

Variável	H&Y 1	H&Y 2	Geral
	N = 2	N = 5	N = 7
Idade (anos)	61,00 ± 7,07	58,40 ± 6,69	59,14 ± 6,30
Peso (kg)	78,00 ± 16,97	77,00 ± 14,42	77,29 ± 13,67
Altura (cm)	165,00 ± 21,21	174,00 ± 9,87	171,43 ± 12,62
UPDRSIII	13,39 ± 1,25	10,35 ± 4,62	11,22 ± 4,08
Berg	49,00 ± 5,65	50,00 ± 9,02	49,71 ± 7,74

Apresentamos na tabela 2 os resultados do teste de caminhada de 6 metros nos estágios 1 e 2 da escala de H&Y. O grupo no estágio 2 da escala de H&Y apresentou melhor resultado na distância, velocidade média e cadência.

TABELA 2 – Parâmetros do teste de caminhada de 6 minutos (TC6) com média e desvio padrão geral e de acordo com a escala de Hoehn e Yahr (H&Y)

TC6	H&Y 1	H&Y 2	Geral
	N = 2	N = 5	N = 7
Distância (m)	234,00 ± 91,92	312,00 ± 95,97	289,71 ± 94,85
Velocidade Média (min)	1,68 ± 0,12	1,42 ± 0,44	1,50 ± 0,39
Cadência (p/min)	105,50 ± 30,12	111,02 ± 2,69	109,44 ± 12,77

Legenda: m: metros; min: minutos; p/min: passos por minutos.

Os parâmetros do teste Timed Up and Go mostram melhor resultado no tempo total do grupo do estágio 2 da escala de Hoehn e Yahr (tabela 3).

TABELA 3 – Parâmetros do teste Timed Up and Go (TUG) com média e desvio padrão geral e de acordo com a escala de Hoehn e Yahr (H&Y)

TUG	H&Y 1	H&Y 2	Geral
	N = 2	N = 5	N = 7
Duração(s)	17,35 ± 9,54	13,08 ± 4,02	14,30 ± 5,50
Levantando(s)	0,85 ± 0,77	1,39 ± 0,46	1,23 ± 0,56
Caminhada Indo (s)	6,29 ± 5,12	3,57 ± 1,42	4,34 ± 2,73
Rotação intermediária (s)	1,73 ± 0,80	2,05 ± 0,61	1,96 ± 0,62
Caminhada Retorno (s)	3,47 ± 1,37	2,74 ± 1,23	2,95 ± 1,20
Rotação Final Sentando (s)	4,87 ± 4,64	2,95 ± 1,18	3,50 ± 2,32

Legenda: s: segundos

4. DISCUSSÃO

O presente estudo analisou a mobilidade e equilíbrio de pessoas com doença de Parkinson. A amostra teve 7 pessoas com Doença de Parkinson, na qual 2 encontram-se

no estágio 1 e 5 no estágio 2 da escala de Hoehn e Yahr. Os resultados obtidos por meio da primeira tabela apresentada expressa-se os valores de média e desvio padrão das variáveis: idade, peso, altura, UPDRSIII e Berg. Cabe ressaltar, que, cada variável possui sua própria referência de valor, a UPDRS está considerando somente a severidade da parte motora. Observou-se pela escala de Berg que a amostra apresenta equilíbrio funcional bom, visto que está acima do ponto de corte de 45 pontos do qual sugere o risco de queda. E ainda, verificou-se que os pacientes classificados no estágio 2 da escala de H&Y apresentaram melhor equilíbrio funcional do que os pacientes classificados no estágio 1 o que teoricamente deveriam apresentar pior equilíbrio em decorrência da severidade da doença. Porém, cabe ressaltar, que os estágios I, II e III da doença são considerados moderados em relação aos graus IV e V (HOEHN; YAHR, 1967; SCHENKMAN et al., 2001).

Na presente investigação, a amostra apresentou baixa mobilidade no teste de caminhada de 6 minutos. Porém, os pacientes no estágio 2 da escala de H&Y apresentaram melhor escore em relação aos pacientes do estágio 1. O teste de caminhada de 6 min (TC6) tem sido uma ferramenta utilizada com bastante frequência no meio clínico e científico. Conforme Araújo et al. (2006) devido o teste ter sua variável tempo e velocidade bem controlada, pode haver influências do meio externo como esforço despendido e a motivação o que torna a distância uma variável bastante mutável (ARAÚJO et al., 2006). É verídico que os cálculos de regressivos do TC6 são bastante variados quando buscamos na literatura. De acordo com Erinht e Sherrill (1998) essas grandes variações nas equações são provenientes das diferenças de aplicações metodológicas dos protocolos de avaliação e das diferenças populacionais.

Os resultados com esta pesquisa apresentam uma cadência menor em relação ao que foi encontrado na literatura. Em uma revisão narrativa de Monteiro et al, (2017) que apontou uma cadência de 112 passos por minuto, o que sugere que nossa amostra apresenta baixa mobilidade em relação ao que consta na literatura. A marcha da pessoa com doença de Parkinson apresenta um padrão que é caracterizado pela baixa ativação do musculo gastrocnêmio medial, o que vem a provocar o *freezing* e a variação da velocidade de locomoção (Monteiro et al., 2017).

Este estudo também documentou os parâmetros do teste Timed Up and Go do qual mostram melhor resultado no tempo total do grupo do estágio 2 da escala de Hoehn e Yahr (tabela 3), exceto nas variáveis levantando e rotação intermediária, onde os

pacientes do estágio 1, tiveram melhor desempenho em relação a duração da tarefa. A média geral da amostra sugere que a amostra está no ponto de corte para o risco de queda.

Tais achados concordam com Nocera et al. (2013) que evidenciam que pessoas com DP expressam elevada preponderância ao medo de cair, tendo variações entre 70% e 80% sugerindo que tais episódios de queda possivelmente podem vim em decorrência da instabilidade postural e dos déficits do equilíbrio. O medo de cair influencia diretamente na diminuição da estabilidade, bem como aumenta a insegurança ao realizar as atividades de vida diárias e qualidade de vida propriamente dita (COSTA et al., 2018).

O teste TUG tem se tornado um teste bastante usual no meio científico principalmente para medir a velocidade da marcha, o tempo de reação e a potência de indivíduos com DP (MELO et al., 2018).

É valido ressaltar que a prática de exercícios físicos é uma importante ferramenta para auxilio da manutenção funcional do portador de DP, se manter-se ativo ira refletir nas suas atividades diárias, na sua qualidade de vida, nas suas relações e diversas esferas da vida (Santos et al., 2016).

5. CONCLUSÃO

Evidências apontadas neste estudo indicam que no equilíbrio funcional, os pacientes não apresentam déficit, porém, na mobilidade funcional apresentam baixo rendimento e no equilíbrio dinâmico estão sujeitos ao risco de quedas. Sugere ainda, que os pacientes classificados no estágio 2 da escala de H&Y apesar da severidade da doença, apresentaram melhores escores no equilíbrio e mobilidade em relação aos pacientes do estágio 1.

Desta forma, sugere-se a realização de estudos que consigam analisar parâmetros mais detalhados em relação à mobilidade funcional e o equilíbrio, com a finalidade de entender a importância da atividade física regular no comportamento motor de sujeitos com DP.

6. AGRADECIMENTOS

Aos pacientes que colaboraram com essa pesquisa, a Clínica de Fisioterapia de Altamira - FISIOCLIN, a Universidade do Estado do Pará – Campus de Altamira e ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Cientifico e Tecnológico(CNPQ).

REFERÊNCIAS

ARAUJO, C.O; MAKDISSE, M.R; PERES, P.A. et al. Different patterns for the 6-minute walk test as a test to measure exercise ability in elderly with and without clinically evident cardiopathy. **Arq. Bras. Cardiol.** 2006; 86 (3): 198-205.

ATS - American Thoracic Society. ATS Statement: Guidelines for The Six-Minute Walk Test. **Amj Respir Care Med.** 2005; 166: 111-117.

BUGANÉ, F; BENEDETTI, M; CASADIO, G. et al. Estimation of spatial-temporal gait parameters in level walking based on a single accelerometer: Validation on normal subjects by standard gait analysis. **Computer Methods and Programs in Biomedicine.** 2012;108(1):129-137.

COSTA, R.C.S. et al. Relato de Caso: Treino de equilíbrio em pessoas com doença de Parkinson com uso de realidade virtual. **Fisioterapia Brasil**, Santa Cruz, v. 3, n. 19, p.368-376, jun. 2018.

DOURADO, V. Z. Equações de referência para o teste de caminhada de 6 minutos. Departamento de Ciências da Saúde, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), Campus Baixada Santista, Santos, São Paulo – Brasil, **2010.**

ENRIGHT PL, SHERRILL DL. Reference equations for the six-minute walk in healthy adults. **Am J Respir Crit Care Med.** 1998; 158 (5 Pt 1): 1384-7.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.**6. ed. São Paulo: Atlas S. A., 2008.

GONÇALVES, G; LEITE. M; ORSINI, M; PEREIRA, J. **Effects of using the Nintendo Wii Fit Plus Platform in the sensorimotor training of gait disorders in Parkinson's disease.** **Neurology International.** 2014;6(1): 5048.

HOEHN M, YAHR M. **Parkinsonism: onset, progression, and mortality.** **Neurology.** 1967;17(5):427-427.

LORD. S; GODFREY, A; GALNA, B. Ambulatory activity in incident Parkinson's: more than meets the eye? **Journal of Neurology.** 2013;260(12):2964-2972

MARTÍNEZ-MARTÍN, P; GIL-NAGEL, A; GRACIA, L. et al. **Unified Parkinson's disease rating scale characteristics and structure.** Movement Disorders. 1994;9(1):76-83.

MIYAMOTO, S; LOMBARDI JUNIOR, I; BERG, K. Brazilian version of the Berg balance scale. **Brazilian Journal of Medical and Biological Research.** 2004;37(9):1411-1421.

NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CLINICAL EXCELLENCE. **Parkinson's disease: diagnosis and management in primary and secondary care.** 2006

SANFELICE, E. Moléstia de Parkinson. **Fisioterapia em movimento.** 2004;17(1):11 - 24.

SANTOS, P.C.R. dos; MORAIS, L. C. de; SIMIELI, L. et al. Comparação do equilíbrio e da mobilidade funcional entre pacientes com doença de Parkinson ativos e inativos. **Rev Bras Ativ Fís Saúde.** 2016; 21(6):534-541.

- ARTIGO 8 -

ANÁLISE DO ESTILO DE VIDA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM DIABETES, HIPERTENSÃO E OBESIDADE E SEU CONTEXTO NA SAÚDE COLETIVA

Alice Pequeno de Brito - alicepbrito96@gmail.com
Victória Baía Pinto - victoriabaia00@gmail.com
Ricardo Figueiredo Pinto – rfp@conhecimentoeiencia.com

RESUMO

As doenças crônicas degenerativas são aquelas que, aliadas a um conjunto de fatores, levam à deterioração progressiva da saúde. O objetivo do estudo foi de propor uma discussão sobre a produção de conhecimento de doenças crônicas degenerativas, como obesidade, hipertensão e diabetes. Investigando os conceitos dessas doenças, demonstrar suas prevalências, e analisando a maneira que a saúde coletiva pode contribuir para minimizar os fatos apresentados. Foram consultadas bibliotecas online Google Acadêmico, Scielo e Lilacs. O estudo de revisão bibliográfica foi adotado como critério de inclusão artigos dos anos de 2013 a 2019 na linguagem português e inglês. No estudo foram analisados 24 artigos que abordavam doenças crônicas degenerativas, como obesidade, hipertensão e diabetes em crianças. Com isso, é necessário a conscientização por meio de políticas públicas para o acesso de Unidades Básicas de Saúde para as orientações adequadas e que o número dessas doenças possa diminuir por meio de medidas preventivas.

Palavras chave: estilo de vida; crianças; adolescentes; diabetes; hipertensão; obesidade; saúde coletiva.

ABSTRACT

Chronic degenerative diseases are those that, combined with a set of factors, lead to progressive deterioration of health. The aim of the study was to propose a discussion about the production of knowledge of chronic degenerative diseases such as obesity, hypertension and diabetes. Investigating the concepts of these diseases, demonstrating their prevalence, and analyzing the way that public health can contribute to minimize the facts presented. Google Scholar, Scielo and Lilacs online libraries were consulted. The literature review study was adopted as inclusion criteria articles from 2013 to 2019 in Portuguese and English. In the study were analyzed 24 articles that addressed chronic degenerative diseases such as obesity, hypertension and diabetes in children. Thus, it is necessary to raise awareness through public policies for the access of Basic Health Units to the appropriate guidelines and that the number of these diseases can decrease through preventive measures.

Keywords: lifestyle; children; teenagers; diabetes; hypertension; obesity; collective health.

RESUMEN

Las enfermedades degenerativas crónicas son aquellas que, combinadas con un conjunto de factores, conducen a un deterioro progresivo de la salud. El objetivo del estudio fue

proponer una discusión sobre la producción de conocimiento de enfermedades degenerativas crónicas como la obesidad, la hipertensión y la diabetes. Investigar los conceptos de estas enfermedades, demostrar su prevalencia y analizar la forma en que la salud pública puede contribuir a minimizar los hechos presentados. Se consultaron las bibliotecas en línea Google Scholar, Scielo y Lilacs. El estudio de revisión de literatura se adoptó como artículos de criterios de inclusión de 2013 a 2019 en portugués e inglés. En el estudio se analizaron 24 artículos que abordan enfermedades degenerativas crónicas como la obesidad, la hipertensión y la diabetes en niños. Por lo tanto, es necesario crear conciencia a través de políticas públicas para el acceso de las Unidades Básicas de Salud a las pautas apropiadas y que el número de estas enfermedades puede disminuir a través de medidas preventivas.

Palabras llave: estilo de vida; niños adolescentes diabetes hipertensión obesidad salud pública.

1. INTRODUÇÃO

As doenças crônicas degenerativas são aquelas que, aliadas a um conjunto de fatores, levam à deterioração progressiva da saúde. A sua etiologia é multifatorial e sabe-se que existe uma interação entre comportamento, meio ambiente e perfil genético. É uma doença que consiste na alteração do funcionamento de uma célula, um tecido ou um órgão, excluindo-se nesse caso as alterações devidas a inflamações, infecções e tumores. As doenças degenerativas são assim chamadas porque elas provocam a degeneração de todo o organismo, envolvendo vasos sanguíneos, tecidos, ossos, visão, órgãos internos e cérebro.

As doenças crônicas degenerativas atuam de forma evolutiva, ou seja, vão agravando o quadro do paciente ao passar do tempo, e são irreversíveis. Existem tratamentos para controlar a evolução da doença, mas este tipo de patologia ainda não tem cura. Normalmente, essas doenças são adquiridas por erros alimentares (ou uso excessivo de gorduras de origem animal), uma vida sedentária ou um erro genético. Classificam-se como doenças degenerativas o diabetes, a arteriosclerose, a hipertensão, as doenças cardíacas e da coluna vertebral.

As doenças crônicas degenerativas são um dos maiores problemas de saúde pública da atualidade. No Brasil, as doenças têm sido responsáveis, em 2016, por 74% do total de mortes, com destaque para doenças cardiovasculares (28%) e o diabetes (5%) (WHO, 2018c).

Como as mudanças no cotidiano da população infantil ocorrem de forma drástica e num curto espaço de tempo, tais indivíduos também passaram a sofrer a ação de doenças relacionadas a esse novo contexto, como a hipertensão, diabetes mellitus e a

obesidade. O fato é que há uma nova realidade relacionada à saúde da criança no mundo inteiro, com boas e más novidades. A mortalidade infantil caiu, porém, a questão que se apresenta é o aumento do número de crianças com doenças crônicas. E as principais causas dessas doenças são hábitos ruins, como má alimentação, sedentarismo e precariedade de uma saúde pública efetiva.

Assim, os métodos de prevenção estão relacionados com alimentação equilibrada, práticas de exercícios físicos e a necessidade de reorganização dos serviços de saúde, organizados atualmente em torno do cuidado agudo ao adulto, com baixo investimento para a prevenção precoce das doenças crônico-degenerativas ainda na infância.

O objetivo do estudo foi de propor uma discussão sobre a produção de conhecimento de doenças crônicas degenerativas em crianças e adolescentes acometidas de obesidade, hipertensão e diabetes. Investigando os conceitos dessas doenças, demonstrando suas prevalências, diagnósticos e estilos de vida dessa população e analisando de que modo a saúde coletiva pode contribuir para a prevenção e tratamento dessas doenças.

O estudo de revisão bibliográfica foi adotado como critério de inclusão artigos dos anos de 2014 à 2019 na linguagem português e inglês, alguns artigos foram consultados antes desse tempo por conta da sua relevância. Foram consultadas bibliotecas online Google Acadêmico, Scielo e Lilacs. No estudo foram analisados 24 artigos que abordavam doenças crônicas degenerativas, como obesidade, hipertensão e diabetes em crianças.

2. HIPERTENSÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é condição clínica multifatorial caracterizada por elevação sustentada dos níveis da pressão arterial (PA) e é considerada um dos principais problemas de saúde pública. A HAS é caracterizada por disfunções metabólicas e alterações estruturais em órgãos do corpo, causando diversos comprometimentos. (VII DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO, 2016).

O Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM), do Ministério da Saúde, mostra que, em 2017, o Brasil registrou 141.878 mortes devido a hipertensão ou a causas atribuíveis a ela. E o fator genético é um fator primordial que pode vir contribuir negativamente para o aparecimento dessa doença. Segundo os artigos

analisados todos abordam a importância da aferição contínua da PA das crianças, com intuito de buscar valores fidedignos, pois há fatores o qual indicam que a HAS tem seu início na infância.

Existem marcadores que podem estar ajudando na facilidade do diagnóstico da HAS na infância. Segundo Cruz 2019 discute que a PA se correlaciona com Índice de Massa Corporal (IMC) e Circunferência da Cintura (CC). Notavelmente, a variável CC apresentou melhor correlação com o aumento da pressão arterial, sendo observado um aumento de 1,22 vezes a chance de a criança se tornar hipertensa a cada centímetro aumentado na CC.

Estilo de vida

Nos artigos analisados o estilo de vida é essencial para se obter a HAS e a inatividade física, hábitos alimentares ruins, fatores genéticos e marcadores inflamatórios são pontos cruciais no debate dos textos

Uma das principais causas de morte no mundo entre os adultos são as doenças cardiovasculares, normalmente progressivas que têm suas raízes nos primeiros anos de vida. A infância é uma das fases importantes nesse processo, já que são épocas de mudanças biológicas no corpo humano. (TSIOUFIS , 2011, apud GUILHERME, 2015). Observa-se que pouco tempo atrás as HAS em crianças eram doenças consideradas raras, atualmente existem estudo evidenciando essas ocorrências com crianças.

A prevalência da HAS no Brasil em crianças é de 6%. As Doenças Cardiovasculares (DCVs) são responsáveis por cerca de 17,1 milhões de morte no mundo- sendo no Brasil o número de aproximadamente de 300 mil (Cartilha SBC – HAS EM CRIANÇAS, 2013). E isso são reflexos de hábitos que são adquiridos na infância e o sedentarismo entres elas. Exposição ao estresse com as crianças aumentam a possibilidades no surgimento de doenças metabólicas, essa relação se tem pois existem a concentração de hormônios ligadas ao estresse, como o cortisol, noradrenalina e glucagon) que diante dessa situação aumentam sua concentração e podendo levar a esses distúrbios e inflamações.

Sabe-se que a obesidade e a gordura central excessiva são alterações que antecedem o aumento da pressão arterial em crianças e adolescentes. GUILHERME et al. 2015). A obesidade infanto-juvenil é uma das causas que podem causar a hipertensão nessa população e diversas outras doenças afetando o seu desenvolvimento e a

qualidade de vida desses indivíduos, com isso mudanças de hábitos são necessárias e a prática de exercícios físicos devem ser recomendados de forma que sua importância seja de forma conscientes pelas crianças.

A tabela 1 trata-se sobre os indicadores que mais apareceram nos estudos de forma que contribuíssem para o diagnóstico da doença e o estilo de vida das crianças.

Tabela 1

OBRA	INDICADORES	ESTILO DE VIDA
D'OLIVEIRA, CAMARGOS e BATISTA	Frequência Cardíaca Genética	Sedentarismo Ingestão exacerbada de alimentos industrializados
GUILHERME et al	MC e CC	Falta de atividade física Aumento na ingestão de alimentos
SOUZA et al	Frequência Cardíaca	Distúrbios Alimentares Sedentarismo
ROSANELI et al	Frequência Cardíaca IMC RCQ Genética	Mudanças de hábitos alimentares Falta de atividade física
CRUZ et al	Frequência Cardíaca CC IMC	Distúrbios Alimentares
CORDEIRO et al	Frequência Cardíaca IMC Genética	Hábitos alimentares inadequados Sedentarismo
ROCHA et al	Genética Marcadores Inflamatórios	Má qualidade na alimentação

Fonte: Elaboração própria

3. PREVENÇÃO E TRATAMENTO NA SAÚDE COLETIVA

As doenças crônicas degenerativas em crianças tornaram algo preocupante na saúde pública, as quais antes os adultos eram os principais alvos. As políticas de saúde

públicas pela equipe interdisciplinar são necessárias para à prevenção da HAS e demais comorbidades. (D'OLIVEIRA, CAMARGOS e BATISTA, 2014). Aonde o Sistema Único de Saúde-SUS pode trabalhar como forma preventiva e curativa por meio dos atendimentos gratuitos para a sociedade. Com isso podemos perceber a importância da sistematização de uma equipe multidisciplinar o qual visa profissionais de diversas áreas e podem estar atuando de forma afetiva nesses casos.

Segundo Souza (2017), a aferição da pressão arterial em crianças na Atenção Primária faz-se importante e necessária para a detecção precoce de pressão arterial elevada. Dessa maneira, esse serviço encontra-se na Unidade de Saúde mais próxima, a qual tem o dever e está proporcionando educação e saúde para a prevenção de doenças e é um espaço onde pode ser esclarecidas as dúvidas e ser melhor entendido o assunto sobre a hipertensão.

4. DIABETES

O diabetes é um grupo de doenças metabólicas caracterizadas por hiperglicemia e associadas a alguns complicações, como: disfunções e insuficiência de vários órgãos, especialmente olhos, rins, nervos, cérebro, coração e vasos sanguíneos dificuldades na secreção e/ou ação da insulina envolvendo processos patogênicos específicos, por exemplo, destruição das células beta do pâncreas (produtoras de insulina), resistência à ação da insulina, distúrbios da secreção da insulina, entre outros. A resistência à ação da insulina (RI) é uma anormalidade primária e precoce no curso da doença. Esta se caracteriza pela diminuição da habilidade da insulina em estimular a utilização da glicose pelo músculo e pelo tecido adiposo, prejudicando a supressão da lipólise mediada por esse hormônio.

A frequência do diabetes mellitus está assumindo proporções epidêmicas na maioria dos países, atualmente, particularmente na população infantil com menos de 5 anos de idade a incidência de DM1 tem aumentado (BRASIL, 2016). Se tratando de crianças e adolescentes, sabe-se que a incidência de DM1 vem aumentando, particularmente na população infantil com menos de 15 anos de idade sendo 7,6% no Brasil. (BRASIL, 2016).

Nem sempre a tríade poliúria, polidipsia e perda de peso são percebidas pela família ou mesmo pelo médico. A dificuldade do reconhecimento dos sintomas decorre do fato de que o aumento da diurese é mascarado pelo uso de fraldas e a sede se

manifesta por choro ou irritabilidade, que são sintomas inespecíficos. Essas características, associadas a pouca frequência de diabetes nessa faixa etária, na maioria das vezes retarda o diagnóstico, fazendo que a criança chegue para avaliação em estado avançado de descompensação.

Estilo de vida

Dentre os estudos analisados foi possível constatar os estilos de vida abordados pelos autores que relataram em seus trabalhos como se dá quando há diagnóstico de DM1 na criança.

O diagnóstico de DM em crianças pequenas está associado a um impacto psicológico familiar muito grande. Na maioria das vezes, não há outros casos de DM na família, o que faz que, no início, haja maior dificuldade de aceitação do diagnóstico e maior resistência ao aprendizado. Uma das alterações provocadas pelo DM1 no estilo de vida que mais se destaca é representada pela alimentação e se relaciona com a disfunção fisiológica do metabolismo de carboidratos. Tais mudanças foram apontadas pelos autores do estudo, ao relatarem que o principal modo de lidar com a doença foi a implementação de modificações nos hábitos alimentares da criança/adolescente e mais ainda, a tentativa de expandir estas mudanças para os demais membros da família (MALAQUIAS et al, 2016).

Ao investigar as dificuldades que mães têm para ajudar o filho nas atividades diárias para o controle do diabetes Zanetti e Menten (2001) encontraram uma lista com nove itens: dieta, administração de insulina, financeiras, emocionais, viagens de férias, proteção excessiva, festas e reuniões familiares, insegurança e atividades escolares, a seguir podemos ver de acordo com o trabalhos selecionados as mudanças no estilo de vida e as dificuldades que mais se destacaram.

A tabela 2 aborda a faixa etárias das crianças encontrada nos estudos e o estilo de vida mais prevalentes.

Tabela 2.

OBRA	FAIXA ETÁRIA	ESTILO DE VIDA
MALAQUIAS et al.	± 12 (p = 3,45)	Controle alimentar Vigilância constante
CALLIARI e MONTE	6 – 12 meses	Mudança de hábito Controle alimentar Manipulação da insulina

		Monitoramento da glicemia
BERTIN et al.	7 – 11 anos	Questões emocionais, econômicas e sociais Hábitos alimentares Convivência familiar
MOREIRA e DUPAS	7 – 14 anos	Dieta Imersão a insulino terapia Mudança do estilo de vida
PENNAFORT et al.	“idade escolar”	Dificuldade com a insulino terapia Questões emocionais e sociais
QUEIROZ et al.	7 – 11 anos	Restrições alimentares Controle de índice glicêmico
CRUZ et al.	3 – 6 anos	Rotinas médicas (internações, controles de exames...) Controle da glicemia Alimentação Questões emocionais

Fonte: Elaboração Própria

Prevenção e Tratamento na Saúde Coletiva

A prevenção do diabetes e de suas complicações é hoje prioridade de saúde pública. Na atenção básica, ela pode ser efetuada por meio da prevenção de fatores de risco para diabetes como sedentarismo, obesidade e hábitos alimentares não saudáveis; da identificação e tratamento de indivíduos de alto risco para diabetes (prevenção primária); da identificação de casos não diagnosticados de diabetes (prevenção secundária) para tratamento; e intensificação do controle de pacientes já diagnosticados visando prevenir complicações agudas e crônicas (prevenção terciária).

A abordagem inicial visa preparar a família para cuidar do paciente no ambiente domiciliar, e inclui dar apoio emocional, passar informações básicas sobre diabetes e suas complicações, desenvolver plano alimentar e iniciar o treinamento prático. Este último inclui aplicação, monitorização, cuidados com insulina, higiene ao manipular o material além da prática da atividade física que poderá ser garantida nas escolas através de profissionais qualificados. (CALLIARI; MONTE 2008).

Atualmente discute-se a necessidade de uma educação apropriada à idade, sendo assim para crianças pequenas esta seria primariamente direcionada aos pais e pessoas que cuidam da criança – avós, babás, empregadas etc.

Especificamente para essa faixa etária os seguintes tópicos devem ser cobertos:

- aspectos técnicos relacionados a monitorização e aplicação, conservação e cuidados com a insulina;
- nutrição balanceada, adequada às necessidades de crescimento e desenvolvimento;
- ajuste de dose de insulina durante infecções, muito comuns nesta faixa etária;
- integração social em locais de convívio com outras crianças;
- suporte às mães por causa da demanda exagerada comum nessa situação (CALLIARI; MONTE 2008).

Acredita-se que ouvir a criança, dando oportunidade para que ela fale sobre sua doença e seus sentimentos é importante para sua autoestima. Considera-se então, que prestar assistência à criança portadora de diabetes vai além do seu controle glicêmico e cuidados com alimentação e exercícios físicos. A assistência pressupõe ouvi-lo e compreendê-lo em suas ações e comportamentos, suas fugas e medos, seu modo de lidar com eles, bem como seus enfrentamentos (MOREIRA e DUPAS, 2006).

O exercício físico constitui-se em um dos pilares para o tratamento do diabetes mellitus associado à dieta e insulino terapia, sendo referenciado pela literatura como uma forma de melhorar o grau de controle glicêmico e a auto-estima das pessoas diabéticas. No entanto, a atividade física deve ser acompanhada através da determinação de glicemia e glicosúria, evitando-se dessa maneira episódios de hipoglicemia. Mesmo conhecendo os benefícios que a atividade física proporciona, recomenda-se que a criança e adolescente considere a intensidade, duração, horário do exercício, estado do controle metabólico, tempo após a última refeição e o tempo de ação da insulina. Recomenda-se, ainda, que para iniciar um programa de exercícios, antes deva ser feita uma avaliação médica da criança e adolescente.

5. OBESIDADE

A obesidade é definida como um excesso de gordura corporal relacionado à massa magra e o sobrepeso, como uma proporção relativa de peso maior que a desejável para a altura. Tais condições são de etiologia multifatorial, cujo desenvolvimento sofre

influência de fatores biológicos, psicológicos e socioeconômicos (OLIVEIRA, 2003 apud CASTRO, 2016).

A obesidade vem se tornando um sério problema de saúde pública no Brasil e no mundo, afetando crianças de todas as idades, classes sociais, raças e etnias (FECHINE, 2015). O resultado da Pesquisa Nacional sobre Demografia e Saúde (PNDS), realizada em 2006, revelou que situações de excesso de peso em relação à altura foram encontradas em 7% das crianças brasileiras menores de cinco anos, variando de 6% na região Norte a 9% na região Sul, o que indica uma exposição moderada e crescente à obesidade infantil em todas as regiões do país.

Com relação à alimentação e nutrição infantis, existem múltiplos fatores associados, mas os aspectos culturais da alimentação podem influenciar no estado de saúde da criança. A utilização de alimentos industrializados, tão comum atualmente, parece estar sendo disseminada nas práticas alimentares de crianças, possivelmente pela praticidade, mas também pela divulgação massiva da indústria de alimentos, inclusive com a participação da mídia televisionada (MURRAY, 2015 apud FECHINE, 2015).

Tendo em vista esses fatores, vale salientar sobre o estilo de vida dessas crianças e quais são os hábitos que podem contribuir para potencializar o sobrepeso e por consequência desencadear a obesidade.

OBRAS	IDADE	FATORES DE RISCO
Fechine et al	2 a 5 anos	alimentos industrializados propagandas da TV
Castro et al	5 a 8 anos	Questões emocionais Inatividade física
Camarinha, Graça e Nogueira	3 a 13 anos	Oferta alimentar nas escolas Falta de incentivo para atividades físicas
Linhares et al	<5 anos	Má alimentação Patologias relacionadas ao metabolismo Inatividade física
Barros	5 a 12 anos	Alimentos processados Influência da publicidade
Dornelles, A. D. Anton, M. C. Pizzinato, A	-	Resistencia para seguir recomendações Atividades de baixo gasto

		energético Má alimentação
Santos, F. D. R	-	Hábitos alimentares
Victorino, S. V. Z. Soares, L. G. Marcon, S. S. Higarashi, I. H.	5 a 14 anos	Hábitos alimentares (intervalo longo de uma refeição para outra).

Prevenção e Tratamento na Saúde Coletiva

É cada vez mais reconhecida a necessidade de estratégias preventivas para a obesidade infantil, pois preveni-la, bem como impedir seu agravamento é uma forma de promover a saúde física e psíquica da criança. A importância de implementar políticas públicas e programas de intervenção, bem como programas de promoção à saúde, visando a hábitos alimentares saudáveis e práticas de atividades físicas regulares, são necessários na prevenção e controle da obesidade infantil entre as crianças brasileiras (REIS, 2011 apud CASTRO, 2016).

O exercício é considerado uma categoria de atividade física planejada, estruturada e repetitiva. A aptidão física, por sua vez, é uma característica do indivíduo que engloba potência aeróbica, força e flexibilidade. O estudo desses componentes pode auxiliar na identificação de crianças e adolescentes em risco de obesidade. A criança e o adolescente tendem a ficar obesos quando sedentários, e a própria obesidade poderá fazê-los ainda mais sedentários. A atividade física, mesmo que espontânea, é importante na composição corporal, por aumentar a massa óssea e prevenir a osteoporose e a obesidade.

Programas educacionais inovadores, planejados para ampliar o conhecimento da criança sobre nutrição e saúde, bem como para influenciar de modo positivo a dieta, a atividade física e a redução da inatividade, já foram desenvolvidos.

Papel dos profissionais de saúde da rede básicas constituem em: estratégias de controle da hipertensão arterial; definição do diagnóstico clínico; conduta terapêutica; educação dos responsáveis do paciente obeso, se tratando de crianças.

6. CONCLUSÃO

As doenças crônicas degenerativas são doenças multifatoriais e estão relacionadas com interação, meio ambiente e hábitos. A HAS na infância está

interligada com o estilo de vida e sedentarismo das crianças, os quais tem grandes impactos negativos na qualidade de vida. Logo, o diagnóstico acontecendo tardiamente pode ser prejudicial a vida adulta desses indivíduos.

A DM é uma doença que vem crescendo bastante com público infantil no Brasil e está relacionada, também, com hábitos alimentares inadequados. O tratamento para essa doença vem sendo prioridade para a saúde pública, com intervenções de prevenções para o público infantil. Assim, buscando sempre o apoio adequado para a saúde mental desse público.

A obesidade é uma doença que tem característica de acúmulo de gordura corporal prejudicando a saúde do indivíduo. E crianças obesas podem ser tornar adultos obesos, então é necessário que hábitos saudáveis, educação nutricional e práticas de atividades físicas sejam impostos nessa fase. Já que essa doença se relaciona com diversos outros riscos metabólicos e cardiovasculares. Com isso, é necessário a conscientização por meio de políticas públicas para o acesso de Unidades Básicas de Saúde para as orientações adequadas e que o número dessas doenças possa diminuir por meio de medidas preventivas.

REFERÊNCIAS

BARROS, M. P. **A Influência Da Publicidade De Alimentos Na Obesidade Infantil.** Centro Universitário de Brasília – UniCEUB Faculdade de Tecnologia e Ciências Sociais Aplicadas Curso de Comunicação Social Habilitação em Publicidade e Propaganda. Brasília, 2015.

BERTIN, R. L. et al. **Percepções Do Cotidiano Alimentar De Crianças E Adolescentes Com Diabetes Mellitus Tipo 1.** Revista Contexto & Saúde. V. 16 n. 30. Rio Grande do Sul, 2016.

BRASIL. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016). Disponível em: <<https://www.diabetes.org.br/profissionais/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>>. Acesso em: 23 de Setembro de 2019.

CALLIARI, L. E. MONTE, O. **Abordagem do Diabetes Melito na Primeira Infância.** Arquivo Brasileiro de Endocrinol Metab. São Paulo, 2008.

CAMARINHA, B. GRAÇA, P. NOGUEIRA, P. J. **A Prevalência de Pré-Obesidade/Obesidade nas Crianças do Ensino Pré-Escolar e Escolar na Autarquia de Vila Nova de Gaia, Portugal.** Revista Científica da Ordem dos Médicos. Vila Nova de Gaia, Portugal, 2016.

CASTILHO, INGRID. **MINISTÉRIO DA SAÚDE,** 2019. Disponível em<<http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/45446-no-brasil-388-pessoas-morrem-por-dia-por-hipertensao>>. Acesso em: 20 de setembro de 2019.

CASTRO, G. G. FIGUEIREDO, G. L. A. SILVA, T. S. FARIA, K. C. **Qualidade de vida em crianças escolares com sobrepeso e obesidade.** Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul. Vol. 17. São Paulo, 2016.

CORDEIRO, et al. **Hipertensão Em Estudantes Da Rede Pública De Vitória/Es:Influência Do Sobrepeso E Obesidade.** Rev Bras Med Esporte, Vol. 22, No 1 – Jan/Fev, 2016

CRUZ, D. S. M. et al. **Vivências de mães de crianças diabéticas.** Escola Anna Nery Revista de Enfermagem. Vol. 21. N. 1. Rio de Janeiro, 2017.

CRUZ, et al. **Waist circumference as high blood pressure predictor in school age children.** Rev. Ciência e saúde, 2017

D'OLIVEIRA, G. D. F.; CAMARGOS, B. A. S.; BATISTA, C. C. V.; **Hipertensão arterial na infância: uma revisão bibliográfica.** Rev. Acta de Ciências e Saúde, Núm. 03 Vol. 01, 2014.

Diretoria De Promoção De Saúde Cardiovascular. **Cartilha SBC – HAS EM CRIANÇAS.** Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2013.

DORNELLES, A. D. ANTON, M. C. PIZZINATO, A. **O papel da sociedade e da família na assistência ao sobrepeso e à obesidade infantil: percepção de trabalhadores da saúde em diferentes níveis de atenção.** SAÚDE SOC. v. 23 n. 4. São Paulo, 2014.

FECHINE, A. D. L. et al. **Percepção De Pais E Professores Sobre A Influência Dos Alimentos Industrializados Na Saúde Infantil.** Rev. Bras. Promoç. Saúde. Fortaleza, 2015.

GUILHERME, et al. **Índice de massa corporal, circunferência da cintura e hipertensão arterial em estudantes.** Rev. Bras Enferm, 2015.

LINHARES, F. M. M. SOUSA, K. M. O. MARTINS, E. N. X. BARRETO, C. C. M. **Obesidade infantil: influência dos pais sobre a alimentação e estilo de vida dos filhos.** Temas em Saúde. Vol 16 n 2. João Pessoa, 2016.

MALAQUIAS, T. S. M.; MARQUES, C. D. C.; FARIA, A. C. P.; PUPULIM, J. S. L. MARCON, S. S.; HIGARASHI, I. H. **A Criança E O Adolescente Com Diabetes**

Mellitus Tipo 1: Desdobrar Do Cuidado Familiar. Cogitare Enfermagem. Paraná, 2016.

MOREIRA, M. E. L. GOLDANI, M. Z. **A criança é o pai do homem: novos desafios para a área de saúde da criança.** Instituto Fernandes Figueira. Rio Grande do Sul, 2010.

MOREIRA, P. L. DUPAS, G. **Vivendo com o Diabetes: A experiência contada pela criança.** Revista Latino-am Enfermagem. São Paulo, 2006.

Noncommunicable Diseases (NCD) Country Profiles. Geneva: World Health Organization, 2018.

PENNAFORT, V. P. S. **Rede e apoio social no cuidado familiar da criança com diabetes.** Revista Brasileira de Enfermagem. Ceará, 2016.

QUEIROZ, M. V. O. BRITO, L. M. M. C. PENNAFORT, V. P. S. BEZERRA, F. S. M. **Sensibilizando a criança com diabetes para o cuidado de si: Contribuição à prática educativa.** Escola Anna Nery. Ceará, 2016.

ROCHA, et al. **Associação de insegurança alimentar e nutricional com fatores de risco cardiometabólicos na infância e adolescência: uma revisão sistemática.** Rev Paul Pediatr. 2016.

ROSANELI, et al. **Elevated Blood Pressure and Obesity in Childhood: A Cross Sectional Evaluation of 4,609 Schoolchildren.** Arq Bras Cardiol. 2014.

SANTOS, F. D. R. **Ações de enfermeiros e professores na prevenção e no combate à obesidade infantil.** Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste. Ceará, 2014.

Sociedade Brasileira de Cardiologia, 7ª **DIRETRIZ BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO ARTERIAL.** Arq. Bras. Cardiol. Vol. 107, Nº 3, Supl. 3, Setembro 2016.

SOUZA, et al. **Prevalência de Hipertensão em Crianças de Escolas Públicas.** International Journal of Cardiovascular Sciences. 2017.

VICTORINO, S. V. Z. SOARES, L. G. MARCON, S. S. HIGARASHI, I. H. **Viver com obesidade infantil: a experiência de crianças inscritas em programa de acompanhamento multidisciplinar.** Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste. Ceará, 2014.

VON, MUHLEND AHL KE, HERKENHOFF H. **Long-term course of neonatal diabetes.** N Engl J Med. 1995;333:704-8.

- ARTIGO 9 -

BULLYING: REFLEXOS NO ÂMBITO ESCOLAR E O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

SANTOS, Giovanna Novaes Souza - gi.novaes07@gmail.com

RESUMO

O presente artigo espera apresentar de forma clara e concisa como e por que se dá o ato do Bullying no âmbito escolar, mostrando a importância da escola e do professor de Educação Física perante essa problemática. Neste mesmo sentido, conceituar o Bullying, suas causas, consequências e expor algumas propostas para possíveis soluções que poderão ser aplicadas pelo Professor de Educação Física em suas aulas, mostrando a sua importância quanto profissional da Educação e vinculando também, a escola como parceira nesse processo. A fim de subsidiar esse trabalho, buscou-se através de pesquisa documental e pesquisa bibliográfica, com base em alguns autores que abordam o assunto, identificar as causas que problematizam essa temática, uma vez que isso reflete no âmbito escolar e social.

Palavras chaves: Bullying; Educação; Papel do Professor de Educação Física.

SUMMARY

This article aims to present clearly and concisely how and why the act of bullying occurs in the school environment, showing the importance of the school and the Physical Education teacher in face of this problem. In the same sense, to conceptualize bullying, its causes, consequences and expose some proposals for possible solutions that may be applied by the Physical Education Teacher in his classes, showing its importance as a professional in education and also linking the school as a partner in this process. . In order to support this work, it was sought through documentary research and bibliographic research, based on some authors who address the subject, identify the causes that problematize this theme, since it reflects on the school and social.

Keywords: Bullying; Education; Role of the Physical Education Teacher.

RESUMEN

Este artículo tiene como objetivo presentar de manera clara y concisa cómo y por qué el acto de intimidación se produce en el entorno escolar, mostrando la importancia de la escuela y el maestro de educación física frente a este problema. En el mismo sentido, para conceptualizar el bullying, sus causas, consecuencias y exponer algunas propuestas de posibles soluciones que el maestro de educación física pueda aplicar en sus clases, mostrando su importancia como profesional en educación y también vinculando a la escuela como socio en este proceso. . Para apoyar este trabajo, se buscó a través de la investigación documental y la investigación bibliográfica, con base en algunos autores que abordan el tema, identificar las causas que problematizan este tema, ya que se refleja en la escuela y lo social.

Palabras clave: Bullying; Educación; Papel del profesor de educación física.

1. INTRODUÇÃO

Este artigo vem abordar assuntos referente ao que venha ser o bullying, conceituando-o, definindo-o, mostrando a forma como ele se desenvolve dentro do âmbito escolar, as suas causas e consequências, de que forma pode-se identificar a pessoa considerada vítima e a agressora, e como a escola e o professor de Educação Física podem estar colaborando para evitar esse tipo de situação dentro da escola.

Para isso, buscou-se através de alguns livros e autores assuntos que pudesse incrementar este trabalho, edificando-o para melhor compreensão dos leitores, logo, os autores que complementaram este estudo são: Fante (2005), Giancaterino (2007) e Ventura (2011). Cada um destes autores contribuiu de forma significativa para o desenvolvimento deste trabalho. Fante vem pontuar os comportamentos que são gerados através do bullying, identificando o público alvo e público agressor, também relata como é gerada essa situação dentro do âmbito escolar e de que forma o professor deve agir perante esses casos, retratando a importância da capacitação de um bom profissional. Giancaterino, vem mostrar a importância do professor como percursor de mudanças, já Ventura, traz os aspectos que envolvem essa temática, o público que está envolvido e as categorias do bullying. Sendo assim, percebe-se uma grande necessidade da compreensão dos leitores diante deste assunto, conscientizando-os sobre essa problemática, uma vez que ele é considerado algo novo. Também, pelo fato das pessoas não entenderem a gravidade do bullying na vida de uma criança ou adolescente, uma vez que a vítima na maioria dos casos se cala para evitar maiores constrangimentos, bem como, dificultando a ação dos pais e professores para a solucionar este problema.

Este trabalho tem como escopo, analisar o contexto do bullying no âmbito escolar e identificar quais são as causas e consequências desse ato, bem como, descrever como o professor de educação física e a escola pode estar contribuindo para uma melhor relação aluno/aluno. O artigo tem como embasamento a pesquisa bibliográfica e documental, feitas através de livros e artigos da internet, buscando compreender, como e por que os alunos têm aderido a essa atitude, e de que forma o professor de Educação Física e a Escola podem estar cooperando na amenização deste problema, já que os momentos em que mais detectam casos de bullying são nas aulas de Educação Física.

2. BULLYING

Um dos maiores percursores de conflitos na sociedade e no âmbito escolar, dá-se através da falta de respeito, agressões verbais e físicas, intencionais e repetitivas advindas do Bullying. Para atribuir uma breve discussão voltada a essa temática, primeiramente será conceituada a palavra Bullying, que vêm do termo da língua inglesa “bully” que significa “valentão”, onde refere-se à toda forma agressiva para com uma pessoa, tentando diminuí-la, intimidá-la, constrange-la, tornando essa vítima incapaz de se defender, havendo assim uma desigualdade de força e poder. Para Cordeiro (2007), “a agressividade é um estado de violência”, ou seja, é uma atitude que pode ser voltada a alguma pessoa ou algo.

O bullying pode ser definido como um comportamento cruel, aonde usam a brincadeira para poder disfarçar o verdadeiro ato de maltrato e intimidação, tendo como principal característica, a violência oculta. Segundo Fante (2005), alguns pesquisadores consideram bullying a partir do terceiro ataque contra a mesma vítima durante o ano, ou seja, ele é um conjunto de atitudes agressivas, onde muitas vezes a vítima sente-se inferior ao agressor, sem conseguir efetuar qualquer tipo de autodefesa.

Bullying: palavra de origem inglesa, adotada em muitos países para definir o desejo consciente e deliberado de maltratar uma outra pessoa e coloca-la sob tensão; termo que conceitua os comportamentos agressivos e anti-sociais, utilizado pela literatura psicológica anglo-saxônica nos estudos sobre o problema da violência escolar. (FANTE, 2005, p. 27).

As crianças e adolescentes que sofrem esse tipo de agressão tem a maior probabilidade de futuramente se tornarem adultos com sentimentos ruins e baixa autoestima, podendo construir uma “parede” quanto a seu relacionamento com as pessoas, bem como, também adquirir um comportamento violento e agressivo. Em alguns casos considerados extremos, a vítima se sente tão oprimida que chega a cometer a prática de homicídio.

O *bullying* consiste na violência física e/ou psicológica consciente e intencionalmente exercida por um indivíduo ou um grupo sobre outro indivíduo ou grupo incapazes de se defenderem e que, em consequência de tal agressão, ficam intimados, podendo ter afetada a sua segurança, autoestima e personalidade. (VENTURA, 2011, p.22)

Deste modo, o bullying pode ser dividido em duas formas, sendo ele: direto e indireto. A forma direta, é mais utilizada pelo público masculino, já na forma indireta, o público mais comum são as mulheres e crianças. Sendo assim, esse ato vêm sendo um problema mundial, aonde tornou-se uma prática a ser executada em diversos contextos

nas quais as pessoas estão inseridas, podendo ser elas: dentro das escolas, universidades e/ou faculdades, dentro da totalidade familiar, locais de trabalhos, dentre outros.

Assim, podemos observar que existe um tipo de agressão do bullying que é menos prejudicial que a outra, porém, ela não deixa de ser um tipo de agressão e também não significa que a mesma pode ser usada por ser menos agressiva.

Os comportamentos *bullying* podem ocorrer de duas formas: direta e indireta, ambas aversivas e prejudiciais ao psiquismo da vítima. A direta inclui agressões físicas (bater, chutar, tomar pertences) e verbais (apelidar de maneira pejorativa e discriminatória, insultar, constranger); a indireta talvez seja a que mais prejuízo provoque, uma vez que pode criar traumas irreversíveis. (FANTE, 2005, p. 50).

O mesmo, também pode ser dividido em algumas categorias, segundo Ventura (2011), p.24. Segue o quadro abaixo:

Verbais	Morais	Psicológicos	Sexuais	Materiais	Sociais	Físicos	Virtuais
Apelidar	Caluniar	Amedrontar	Insinuar	Destroçar	Ignorar	Bater	Divulgar imagens
Caçoar	Difamar	Perseguir	Assediar	Furtar	Isolar	Empurrar	Enviar e-mails ameaçadores
Xingar	Disseminar rumores	Humilhar	Abusar	Roubar	Excluir	Socar	Criar Comunidades

Como vimos no quadro acima, o bullying pode ser classificado de diversas formas, uma vez que, ele também pode afetar os diferentes aspectos conceituais que envolvem o homem, ou seja, isso torna-se preocupante, já que o mesmo não tem uma forma específica de atingir uma pessoa, pode ser desenvolvido em formas variadas, isso facilita a ação do agressor e dificulta as formas de defesa da vítima.

3. BULLYING NA ESCOLA

Quando tratamos de violência na escola, imaginamos uma gama de situações em que os alunos discutem, brigam, se amontoam, se ferem e logo, algum adulto se

interfere para separar. As escolas tornam-se lugares propícios para este tipo de violência, isso se dá pelo fato da quantidade de alunos em relação ao número de educadores serem bastante diferentes. A violência escolar, nas últimas décadas adquiriu crescente dimensão em todas as sociedades, o que torna a questão preocupante devido à grande incidência de sua manifestação em todos os níveis de escolaridade.

O bullying não é um fenômeno próprio de escolas públicas das zonas periféricas das grandes cidades, onde a violência, o tráfico e o consumo de drogas se integram à vida dos habitantes. Concretamente, os índices de sua incidência não são menores nas escolas particulares nem nas pequenas cidades. (FANTE, 2005, p. 66).

Partindo do ponto de vista da autora, geralmente os agressores são alunos que pertencem a famílias desestruturadas, aonde o relacionamento afetivo dentro do recinto familiar é precário ou escasso. Logo, essa criança ou adolescente age de forma agressiva, pois sente-se bem, descontando em outra pessoa tudo aquilo que passa dentro de sua casa, não sabendo ela que essas atitudes podem gerar conflitos grandes e grave. Porém, os casos de bullying não ocorrem apenas nas escolas públicas dos interiores, onde a população é da classe baixa, ela nos mostra também que esses casos podem acontecer dentro das consideradas melhores classes sociais, ou seja, o bullying pode estar presente em qualquer ambiente e em qualquer classe social.

Ventura (2011), vem afirmar o que foi dito anteriormente, que o bullying afeta meninos e meninas de todas as idades e em todas as escolas, podendo atingir também a fase adulta do indivíduo. As vezes a criança ou adolescente acaba aceitando os insultos do agressor, simplesmente para amenizar toda aquela situação, por exemplo, se uma menina é chamada de gorda e ela está realmente acima do peso, ela apenas diz: não tem problema ela me chamar dessa forma, eu realmente sou gorda! Isso Infelizmente acontece, e é algo muito comum também, a negação de muitas escolas quanto a violência advinda do bullying, o que faz este problema tornar-se mais sério e complexo dentro do âmbito escolar.

4. CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS

Os conflitos em sala de aula entre alunos é algo comum, porém, o comportamento do aluno agressor influenciará direta ou indiretamente nas atividades propostas pelo professor, tornando-as violentas. Normalmente, o agressor opta por atacar aquela pessoa que ele subjuga ser mais frágil.

As causas desse tipo de comportamento, segundo especialistas, devem-se à carência afetiva, à ausência de limites e ao modo de afirmação do poder dos pais sobre os filhos, por meio de “práticas educativas” que incluem maus-tratos físicos e explosões emocionais violentas... a necessidade que tem o agressor de reproduzir contra outros os maus-tratos sofridos tanto em casa quanto na escola, como forma, talvez, de exercer autoridade e de se fazer notado, ou talvez por ser a única maneira que lhe foi ensinada para lidar com as inseguranças pessoais sentidas diante do grupo de iguais, buscando com isso reconhecimento, auto-afirmação e satisfação pessoal. (FANTE, 2005, p. 62).

Os motivos das agressões, podem ser através dos aspectos culturais, étnicos, religiosos, políticos e físicos, ou seja, todo e qualquer tipo de característica, pode vir a ser um motivo para a violência caracterizada pelo bullying. Geralmente, o aluno que sofre bullying, sente medo de pedir ajuda, isso dificulta o processo de identificação que poderá ser efetuada pelos pais e professores. A vítima atribui em sua vida, o medo e a vergonha de comparecer às aulas, facilitando o processo de abandono aos estudos, sentindo-se incapaz de integrar-se aos grupos em sala de aula, tendo assim um baixo rendimento escolar. Bem como, ele também poderá carregar esse medo constantemente e executar as mesmas atitudes vividas juntamente com o agressor, com outra pessoa no decorrer de sua vida. Em alguns casos mais graves, pode chegar a cometer homicídio por ter seu psicológico abalado frequentemente.

A superação dos traumas causados pelo fenômeno poderá ou não ocorrer, dependendo das características individuais de cada vítima, bem como da sua habilidade de se relacionar consigo mesma, com o meio social e, sobretudo, com sua família. A não-superação do trauma poderá desencadear processos prejudiciais ao seu desenvolvimento psíquico, uma vez que a experiência traumatizante orientará inconscientemente o seu comportamento, mas para evitar novos traumas do que para buscar sua auto-superação.

Para um indivíduo, superar um choque emocional causado por agressões através do bullying, é algo que requer tempo e paciência. Existem casos em que a vítima não consegue superar esse trauma, dependendo da intensidade e da frequência com que essa pessoa foi agredida. Essa dificuldade ocorre por se tratar de algo que atinge diretamente o psicológico da vítima, trazendo ao indivíduo grandes danos e um certo bloqueio em relação ao convívio com si próprio e com o meio em que está inserido. Por estes motivos, ressalto aqui, a importância do acompanhamento do profissional da área da educação em suas práticas pedagógicas, pois ele está inserido de forma direta e indiretamente na vida daquele aluno.

5. COMO IDENTIFICAR O ALVO E O AGRESSOR DO BULLYING?

Diante das condições encontradas em um ato de bullying, podemos constatar alguns tipos de vítimas. Temos a vítima típica, aonde o indivíduo é, sensível, tímido, inseguro, considerado frágil tanto nos seus aspectos físicos quanto emocionais e que tem dificuldades de se impor, não sendo agressivo. Temos também a vítima provocadora, que se considera uma pessoa provocadora situações agressivas, porém, não consegue lidar com essa situação, tornando-se tola e imatura em momentos não-propícios. Além destes, temos também a vítima agressora, que, no entanto, tenta descontar em outra pessoa tudo aquilo que fazem com ele.

Geralmente, os envolvidos pelo bullying não violam a lei do silêncio... a própria vítima teme denunciar seus agressores, seja por conformismo, seja por vergonha de se expor perante os colegas, temendo virar motivo de gozações ainda maiores... sem perceber, a vítima vai se isolando do grupo, o que prejudica sua reputação e faz aumentar ainda mais as “brincadeiras” e os ataques abertos... desencadeando uma série de problemas cujas consequências poderão acompanhá-la por toda sua vida. (FANTE, 2005, p. 69).

Neste sentido, uma criança quando se torna vítima de bullying pode acabar se isolando dos grupos de colegas, regredindo em seu rendimento escolar e desencadear o medo de sofrer uma nova agressão. Além disso, caso não busquem soluções para poder combater este problema, o bullying pode proceder em traumas psicológicos e prejudicar a vítima durante a sua vida adulta. Em alguns casos, torna-se clara a identificação de um aluno que sofre bullying na escola, uma vez que, suas mudanças de atitudes estão visíveis e de fáceis interpretações. Logo, consideram-se alguns pontos principais em que os professores devem observar para facilitar a identificação da vítima do bullying. Dentre eles, estão:

- O isolamento da criança na hora do recreio ou até mesmo em sala de aula, principalmente nas aulas práticas;
- A criança tem um aspecto triste e deprimido;
- Em alguns casos apresentam lesões, cortes, feridas, arranhões;
- Faltam as aulas com bastante frequência.

Lembrando que, nem sempre o fato da criança estar triste ou deprimida, significa que ela é uma vítima do bullying. Talvez pode ser algum outro tipo de agressão sofrida fora do âmbito escolar ou até mesmo um sentimento normal dessa criança. Para isso faz-se necessário o acompanhamento dos pais, professores,

coordenação e psicopedagogos para estarem fazendo uma análise em todo o contexto em que essa criança vive.

Se há na classe um aluno que apresenta características psicológicas como ansiedade, insegurança, passividade, timidez, dificuldade de impor-se e de ser agressivo e com frequência se mostra fisicamente indefeso... ele logo será descoberto pelo agressor. (FANTE, 2005, p. 48).

Como visto acima, a vítima transpõe em seus aspectos ser triste e inseguro, no entanto, isso não quer dizer que, todo aluno que esteja triste ou inseguro seja considerado uma vítima do bullying, talvez seja apenas uma característica pessoal dele, ou seja, deve-se tomar cuidado ao identificar o alvo e o agressor do bullying, pois nem todos estão inseridos neste contexto.

O agressor é aquele que identifica o seu alvo sendo ele apontado como o mais fraco e indefeso. O mesmo age de forma violenta com sua vítima para poder ser mais popular entre os colegas, sentir-se poderoso e conseguir ter uma melhor imagem de si mesmo através de humilhações, tornando-se uma pessoa incapaz de resolver seus problemas com o diálogo e sentindo-se satisfeito com o sofrimento do próximo. Frequentemente o agressor é uma pessoa vinda de uma família desestruturada, porém, isso não significa que estes casos ocorrem apenas em famílias desestruturadas, mas também em famílias bem estruturadas.

Fante (2005), vem afirmar que o agressor se sente na necessidade de dominar e subjugar os outros, isso se dá pelo fato dele se sentir superior ao seu alvo. Vale ressaltar que, geralmente torna-se difícil para os pais ou professores identificarem esse tipo de violência ou tomarem algum tipo de atitude, pois a vítima não se sente à vontade de falar abertamente tudo o que está acontecendo com ela.

Da mesma forma que há maneiras para identificar a vítima do bullying, também existem alguns fatores que contribuem para a identificação do agressor, dentre eles destacam-se:

- As brincadeiras com gozações;
- Coloca apelidos e insulta os colegas;
- Dá ordens, domina e subjuga as ações dos colegas;
- Pega os objetos pessoais dos colegas sem o seu consentimento.

Esses são apenas alguns dos fatores que ajudam a identificar o agressor. Vale ressaltar que, a vítima também pode ser considerada uma vítima-agressora, é aquela que de certa forma tenta se defender e diminuir o sentimento de dor, atacando outra pessoa.

6. PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

É de grande importância o preparo do aluno durante a sua formação acadêmica, pois é através dela que os futuros docentes se tornam grandes profissionais capacitados para atuarem na área de sua escolha. Voltando-se para o professor de Educação Física, faz-se necessário que ele busque conhecer seus alunos, deixando de ser apenas um professor e passando a ser professor/aluno, onde ele se sinta habilitado de tomar decisões perante as diversas situações que poderão ser encontradas em suas aulas, uma vez que nas aulas de Educação Física os casos de bullying tornam-se mais evidentes entre os alunos. Por conseguinte, o professor também, deve escutar atentamente às reclamações dos alunos, buscando compreender o que de fato está se passando.

É necessário que os nossos professores sejam capacitados e habilitados para lidar com esse fenômeno, uma vez que ele os atinge diretamente, a considerar o baixo rendimento, observado em vários alunos “resultado do seu trabalho”; também os afeta veladamente, de maneira sutil e estressante, dentre outros motivos, pelo fato de ser o professor um ser emocional, capaz de perceber e captar tanto as atitudes de interesse dos alunos como o clima emocional da turma. (FANTE, 2005, p. 68).

O professor não pode se calar a uma piada feita dentro de sala de aula de um aluno para o outro, ele deve ser a pessoa que impõe respeito e também dá respeito. Assim, o professor tem a grande capacidade de identificar os autores e vítimas do bullying, uma vez que estes casos ocorrem em suas aulas e o convívio com seus alunos é diário, facilitando a identificação dos mesmos. Vale ressaltar que, existem diversas brincadeiras entre os colegas no meio escolar, porém, faz-se necessário distinguir uma brincadeira saudável com uma brincadeira agressiva, pois, a partir do momento em que aquela brincadeira feita causa um desconforto a quem está brincando, ela torna-se algo preocupante, podendo chegar ao ápice do seu limite. Portanto, deve-se evitar brincadeiras de gozações, apelidos e xingamentos, uma vez que, todos esses fatores ocasionam ao bullying.

O educador, também deve levar para dentro da sala de aula algumas reflexões quanto a isso, por exemplo, no momento em que acontece um ato de bullying ele deve chamar o agressor e perguntar para ele se ele iria gostar que fizessem o mesmo com ele. Assim, ele iria se colocar no lugar da vítima e certamente evitar qualquer tipo de insultos com aquele colega. O mesmo, poderá criar algumas regras de disciplina para serem seguidas pelos alunos, de acordo com o regimento escolar.

É importante que o docente trabalhe essa temática em suas aulas, abordando esse assunto de forma lúdica, explicando o que deve e o que não deve fazer quanto pessoas e não somente quanto alunos, pois infelizmente, esse contexto está inserido não apenas no âmbito escolar, mas em todo o conjunto social.

Dessa forma, também vale salientar que, o professor deve ser cauteloso quanto a forma de resolver essa situação ou tomar alguma atitude. O mesmo não deve agir de forma agressiva, uma vez que isso iria transmitir ao aluno uma sensação de “se o professor pode agir dessa forma, eu também posso”, ou seja, o professor acaba sendo um espelho para seu aluno. Portanto, se o docente tem atitudes agressivas, consequentemente ele estará dando liberdade para seus alunos estarem cometendo o mesmo tipo de agressão ou até mesmo pior para com seus colegas.

A importância do papel do professor enquanto agente de mudança, favorecendo a compreensão mútua e a tolerância, nunca foi tão patente como nos dias de hoje. Assim, a responsabilidade dos professores é grande, a quem cabe formar o caráter e o espírito das novas gerações. (GIANCATERINO, 2007, p.32).

O professor tem o papel de incentivar a solidariedade, o respeito, a aceitação das diferenças sociais, culturais e políticas, trabalhando a tolerância e ética através de trabalhos e atividades didáticas, como por exemplo, as atividades de cooperação e interpretação de diferentes papéis que geram conflitos, mostrando que a comunicação entre eles é de extrema importância e certamente favorável. Bem como, devem repassar segurança para seus alunos quanto a importância de procurarem a direção da escola para retratar sobre o que está acontecendo, evitando assim, calar-se perante essa situação.

Vale ressaltar também que, não é apenas papel do professor, resolver essas situações, ou seja, toda a escola deve estar organizada de forma que, possam trabalhar em conjunto, pois compreende-se que, a escola e o professor estão inseridos na educação para contribuírem na construção de valores e na formação do cidadão como um todo. Esse trabalho em conjunto e organizado, facilita na conscientização dos pais e também dos alunos, sendo eles a vítima, agressor e espectador, quanto aos efeitos dessas agressões.

Em casos de bullying dentro do âmbito escolar, é papel dos educadores mostrar aos envolvidos que a escola não tolera determinados tipos de condutas e explicar os motivos pelos quais não são tolerados, deve-se também, abordar questões sobre a tolerância ao colega que tem atitudes diferentes ou se veste diferente, dentre outros

motivos e do respeito por todos, independentemente do seu estilo de vida. Se houver necessidade, dialogar com os pais sobre os conflitos ocorridos dentro de sala de aula e na escola de forma geral, seja o filho a vítima ou autor do bullying, pois ambos precisam de ajuda, orientações e apoio psicológico.

Sendo assim, nesses casos, o professor deve comunicar ao diretor ou coordenador sobre o ocorrido, se necessário também chamar um psicopedagogo e um assistente social e juntos se reunir com os pais dos mesmos e conversar. Deve-se mediar a conversa, pois, não se deve orientar os pais de forma com que culpe ou julgue seu filho (a), mas sim, orientá-los quanto a importância de se trabalhar o respeito, esclarecendo toda e qualquer dúvida.

Seguindo essa mesma linha de pensamento, a escola e o professor não deve ser apenas um meio de ensino formal, mas também um contribuinte para a formação do cidadão como um todo, trabalhando os conceitos como: direitos e deveres, respeito, amizade, cooperação e solidariedade. Combater o bullying na escola, automaticamente irá combater também as agressões do aluno no contexto social. Portanto, a conscientização desse ato, deve ser voltada não somente para o agressor e vítima, como também ao espectador, pois ele pode ser uma peça importante para a denúncia da agressão.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao analisarmos o contexto do Bullying como reflexos no âmbito escolar, pode-se perceber o quão é importante e necessário o auxílio da escola e dos professores envolvidos para evitar situações que acarretam à agressão verbal e/ou física entre os alunos, conscientizando-os quanto a esse tipo de ato dentro e fora da escola.

Dentre os docentes que estão inseridos no âmbito escolar, neste trabalho enfatizamos o papel do professor de Educação Física, já que, na maioria das vezes os casos de agressões são em suas aulas, isso se dá pelo fato de ser mais perceptível ao agressor os pontos fracos da vítima, já que essa disciplina requer esforço físico, coordenação motora, raciocínio, dentre outros aspectos dos alunos.

Visto que, existem diversos fatores que levam à prática do bullying, porém, também existem amplos caminhos a serem tomados pelos docentes e toda a coordenação da escola. Basta a conscientização iniciar dentro da prática pedagógica com todos os envolvidos, frisando a sua importância como grande mediador em suas

aulas, e logo, repassar aos alunos conteúdos que trabalhem o respeito e tolerância, explicando aos mesmos as consequências de tais atos. Bem como, ainda, dialogar com os pais sobre essa problemática, uma vez que na maioria dos casos, o agressor vem de uma família conturbada, e se necessário propor um acompanhamento psicológico à criança.

Desta forma, contribuir de forma significativa em busca de soluções para este problema que acometem não somente em escolas, mas, em grupos sociais em que a criança e/ou adolescente estão inseridos, bem como, evitar traumas irreversíveis na vida do mesmo.

REFERÊNCIAS

- CORDEIRO, Daniel Cruz. **Emergências psiquiátricas**. São Paulo : Roca, 2007.
- FANTE, Cleo. **Fenômeno do Bullying: como prevenir a violência nas escolas e educar para a paz**. 2. Ed. Campinas, SP : Verus Editora, 2005.
- GIANCATERINO, Roberto. **Escola, professor, aluno - Os Participantes do Processo Educacional**. São Paulo : Madras, 2007.
- RONCA, Paulo Afonso Caruso. **Quem são nossos filhos? : compreender o mundo para saber educa-los**. – São Paulo : Edesplan : Hoper, 2004.
- VENTURA, Alexandre. **Bullying – intimidação no ambiente escolar e virtual**. – Belo Horizonte: Conexa, 2011.

- ARTIGO 10 -

UMA ANÁLISE NO CONTEXTO DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS PRATICADOS PELOS IDOSOS HIPERTENSOS EM CONCEIÇÃO DO ARAGUAIA – PA

SANTOS, Giovanna Novaes Souza - gi.novaes07@gmail.com
SOUZA, Pétala Pereira de - petallasousa@gmail.com

RESUMO

As inúmeras facilidades ofertadas pelo mundo moderno levam o homem a movimentar-se cada vez menos, o que elevou o número de sedentários, tendo como consequência, maior incidência e predominância das doenças hipocinéticas, dentre as quais destacamos a hipertensão arterial sistêmica, que tende a se manifestar cada vez mais e de forma grave em idosos. Assim, através do presente trabalho, buscou-se analisar o contexto dos exercícios físicos praticados pelos idosos hipertensos, atendidos pela rede pública de saúde da zona urbana do município de Conceição do Araguaia-PA, com o objetivo de verificar como vem sendo realizado o atendimento e quais as formas de tratamentos oferecidas aos idosos hipertensos, averiguando a eficácia e a necessidade ou não de ampliação ou implantação de novos projetos. A pesquisa foi desenvolvida através de questionários, onde foram entrevistados os 9 coordenadores dos postos de saúde e 63 idosos hipertensos, comprovando a existência de projetos voltados para esse público, bem como, para a prática de exercícios físicos, os quais apresentam resultados positivos na melhoria da saúde e na diminuição do uso de fármacos, reforçando a importância do exercício físico para a prevenção e combate de inúmeras doenças inerentes do estilo de vida inativo e ao processo de envelhecimento natural.

Palavras chaves: idoso. hipertensão. estilo de vida. exercício físico.

ABSTRACT

The innumerable facilities offered by the modern world lead man to move less and less, which has led to a higher number of sedentary patients, resulting in a higher incidence and prevalence of hypokinetic diseases, such as systemic arterial hypertension, which tends to manifest itself more and more severely in the elderly. Thus, through the present work, we sought to analyze the context of the physical exercises practiced by the public health network of the urban area of the municipality of Conceição do Araguaia-PA, in order to verify how care has been performed and what forms of treatment offered to the hypertensive elderly, ascertaining the efficacy and the necessity or not of the extension or implantation of new projects. The research was developed through questioning, where the 9 coordinators of the municipal health posts and 63 elderly hypertensives were interviewed, proving the existence of projects aimed at this public, as well as the practice of physical exercises, which present positive results in the improving the health of the elderly and reducing the use of drugs, reinforcing the importance of physical exercise for the prevention and combat of innumerable diseases inherent to the inactive life style and the natural aging process.

Keywords: elderly. hypertension. lifestyle. physical exercise.

RESUMEN

Las numerosas instalaciones que ofrece el mundo moderno llevan a los hombres a moverse cada vez menos, lo que aumenta el número de sedentarios, lo que resulta en una mayor incidencia y predominio de enfermedades hipocinéticas, entre las cuales destacamos la hipertensión arterial sistémica, que tiende a manifestarse cada vez más severamente en los ancianos. Así, a través del presente trabajo, buscamos analizar el contexto de los ejercicios físicos practicados por los ancianos hipertensos, atendidos por la red de salud pública del área urbana de la ciudad de Conceição do Araguaia-PA, para verificar cómo se ha realizado la atención, y cuáles son las formas de tratamiento que se ofrecen a los ancianos hipertensos, determinando la efectividad y la necesidad o no de expansión o implementación de nuevos proyectos. La investigación se desarrolló a través de cuestionarios, en los que se entrevistó a los 9 coordinadores de los puestos de salud y 63 hipertensos de edad avanzada, demostrando la existencia de proyectos dirigidos a este público, así como para la práctica de ejercicios físicos, que tienen resultados positivos en la mejora de la salud y reduciendo el uso de drogas, reforzando la importancia del ejercicio físico para la prevención y el combate de innumerables enfermedades inherentes al estilo de vida inactivo y al proceso natural de envejecimiento.

Palabras clave: ancianos. hipertensión. estilo de vida. ejercicio físico.

1. INTRODUÇÃO

Entre os diversos problemas de saúde que atualmente atingem a sociedade brasileira, em específico os idosos, destaca-se em virtude do alto índice, as doenças crônicas degenerativas, aparecendo com maior prevalência, a hipertensão arterial sistêmica, uma doença cardiovascular que tem como característica a elevação frequente da pressão arterial, atingindo mais de 60% dos idosos, e se não for tratada pode levar a sérias complicações, inclusive a morte. Tornando assim o combate e a prevenção desta doença uma preocupação a nível mundial.

Sabe-se que dentre as formas de tratamento e prevenção da hipertensão arterial sistêmica o exercício físico aparece como um dos principais meios, em razão do custo benefício. Desta forma, este trabalho tem como objetivo, analisar o contexto dos exercícios físicos praticados pelos idosos hipertensos, atendidos pela rede pública de saúde no município de Conceição do Araguaia Pará, bem como, os benefícios dos mesmos para este público em especial.

Importante enfatizar que, para a Organização Mundial da Saúde (2002), idoso é a pessoa com 60 anos ou mais em países que estão em desenvolvimento e com 65 anos ou mais em países desenvolvidos. Fase esta da vida, em que as pessoas já sofrem com os problemas advindos do processo de envelhecimento natural, que ocorre através da degeneração gradual e progressiva dos órgãos, tecidos e metabolismo, causando o

enfraquecimento de muitas funções do organismo, ocasionando também alterações nos aspectos físicos, psicológicos e sociais do ser humano.

Desta forma, visando uma melhor compreensão do tema, ao longo do trabalho, foram abordadas questões como estilo de vida e saúde, envelhecimento, pressão arterial, hipertensão arterial sistêmica, exercícios físicos e suas contribuições para a saúde e qualidade de vida de um modo geral, especificamente para os idosos hipertensos.

O trabalho foi desenvolvido no município de Conceição do Araguaia-PA, uma cidade com aproximadamente 46.571 mil habitantes, através de pesquisa descritiva de natureza quantitativa e qualitativa, tendo como suporte a pesquisa bibliográfica, documental e a pesquisa de campo, realizada *in loco*, na qual se utilizou como instrumento para coleta de dados, questionários compostos por perguntas estruturadas e não estruturadas, aplicados aos coordenadores dos 09 (nove) Postos de Saúde da zona urbana do município e também a um quantitativo de 63 idosos, de ambos os sexos, diagnosticados como hipertensos pelas unidades públicas de saúde, no período de 04 de setembro a 10 de outubro de 2017.

Caracterizando assim, segundo (MARCONI e LAKATOS, 2011), pesquisa por amostragem e probabilística, visto que, do universo estatístico que abrangia o público alvo, a escolha dos pesquisados foi feita de forma aleatória. Buscando assim, através deste levantamento, analisar como a rede pública de saúde vem realizando atendimentos em prol da promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos hipertensos no município de Conceição do Araguaia-PA.

2. ESTILO DE VIDA E SAÚDE

O movimentar-se é essencial ao homem, observa-se que desde a antiguidade, por questões de sobrevivência eram obrigados a praticar atividades como: caçar, pescar, saltar, correr, caminhar, nadar, dentre outras, movimentos estes que os mantinham ativos quanto ao condicionamento físico, apesar que, este não era o objetivo fim a ser alcançado por eles, pois de acordo com MENESTRINA (2005), “As civilizações antigas se viam obrigadas a executar grande número de atividades para sobreviver. Por sua vez, as civilizações atuais não precisam se movimentar tanto, pois o progresso trouxe-lhes os benefícios da tecnologia”.

Contudo, com o avanço tecnológico e industrial, houve a substituição da força muscular pela mecânica, como afirma MENESTRINA (2005), o homem passou a ser

cada vez mais sedentário, o que, por decorrência, pode resultar na aquisição de “doenças hipocinéticas”, ou seja aquelas derivadas da inatividade.

O corpo humano foi feito para o exercício. Quando nos tornamos inativos, as articulações incham, os músculos enfraquecem, o aumento de gordura afeta o sistema circulatório, o coração perde força e, consequentemente, ficamos mais expostos às doenças. (ALLSEN, p.9, 2001).

Corroborando com Allsen, LIMA (2003) aponta que a facilidade que o modo de vida moderno apresenta aparenta ser vantajosa, mas ao analisarmos a relação custo-benefício, observa-se que as consequências não são tão benéficas, pelo contrário, são desastrosas. Partindo desta concepção, observa-se que, a facilidade que surgiu junto com a evolução tecnológica tornou-se difícil ter uma vida ativa, pois as atividades do mundo atual requerem um dispêndio calórico reduzido, provocando um maior índice de mortalidade, devido doenças originadas ou agravadas pelo sedentarismo como: hipertensão arterial, diabetes mellitus, colesterol LDL alto, ansiedade, obesidade, infartos, osteoporose, dentre outras, que tem se tornado cada vez mais frequente, principalmente em idosos, devido ao estilo de vida inativo e ao desgaste natural do processo de envelhecimento.

Pesquisas científicas apontam que, na atualidade o sedentarismo é considerado como fator de risco primário para a maioria das doenças que afetam o ser humano, principalmente as cardiovasculares, mostra também que a adoção e manutenção de uma alimentação balanceada e da prática de exercícios físicos proporcionam inúmeros benefícios ao homem, atuando de forma positiva no processo de envelhecimento natural, bem como, no retardo da perda da capacidade e funcionalidade nos idosos, uma vez que o exercício físico vem sendo utilizado não só na prevenção, mas, como forma de tratamento não-farmacológico para idosos portadores de doenças crônicas degenerativas como a hipertensão.

3. SUJEITOS DO ENVELHECIMENTO

Entende-se por envelhecimento o processo natural de declínio gradual e progressivo das funções do organismo, tecidos e metabolismo, que acarreta diversas alterações e complicações, tanto no organismo quanto na estrutura física e psicossocial do ser humano, mas que podem ser desaceleradas através da adoção de um estilo de vida saudável e da prática de exercícios físicos. Vale ressaltar que quanto mais cedo se adota um estilo de vida ativo e saudável, melhor são os resultados diante do processo de envelhecimento, porém nunca é tarde para iniciar e ter qualidade de vida.

No que se refere ao envelhecimento, alguns autores como Dantas e Oliveira (2003), defendem que o envelhecimento tem seu início desde a concepção do indivíduo, porém, Moreira (2001) defende que começamos a envelhecer desde o nascimento, todavia, segundo Shephard (2003) é na meia-idade, fase que se estende dos 40 aos 65 anos que os principais sistemas biológicos apresentam perda de função de 10% a 30%, comparado aos valores de quando a pessoa era um jovem adulto, ou seja, é a partir dos 40 anos que se tornam mais visíveis os sinais do envelhecimento.

Vários fatores interferem no processo de envelhecimento, tais como: herança genética, estilo de vida (efeito negativo de uma vida sedentária, dietas inadequadas), fatores ambientais, agentes físicos (raio X, diversas radiações), agentes químicos (fumo, álcool, drogas), assim como também as doenças crônico-degenerativas. (DANTAS E OLIVEIRA, 2003 p. 83).

O processo de envelhecimento é perceptível, a aparência muda e surgem as rugas, a visão é afetada, a audição fica comprometida, o metabolismo passa a trabalhar de forma mais lenta e assim passa-se a ganhar peso com maior facilidade e a ter mais dificuldades para perder. O excesso de gordura começa se acumular pelo corpo, se deposita no interior dos vasos sanguíneos reduzindo o diâmetro e dificultando a passagem do sangue, elevando a pressão arterial e causando a hipertrofia do coração. O estresse danifica os vasos sanguíneos, torna as paredes dos vasos rígidas e aumenta a pressão arterial, causando as doenças cardiovasculares, o corpo deixa de produzir alguns hormônios, e assim os músculos e ossos enfraquecem.

O envelhecimento é um processo que afeta as células do corpo humano uma por uma, nesse processo as mitocôndrias (fontes de energia) são agredidas pelos radicais livres, dificultando e limitando a produção de energia tendo como consequência o comprometimento do funcionamento dos órgãos, a perda da capacidade e funcionalidade do indivíduo, o que reforça a certeza de que o envelhecimento é inevitável, o que nos resta é aderir um estilo de vida ativo e saudável e “envelhecer bem”.

Observa-se que a modernização culminou para o aumento da expectativa de vida, e permitiu o mundo caminhar para um elevado crescimento da população idosa, porém, apesar de proporcionar avanços em diversas áreas como a medicina, com o aumento da quantidade de idosos, houve maior incidência e predominância de alguns tipos de doenças, principalmente as cardiovasculares como a hipertensão arterial.

No caso do Brasil, um país em desenvolvimento, entende-se por idoso todas as pessoas com idade cronológica igual ou superior a 60 anos, conforme determinado pela Organização Mundial da Saúde - OMS (2002), Lei nº 10.741 de 01/10/2003 - Estatuto do Idoso, e Lei nº 8.842 de 04/01/1994 - Política Nacional do Idoso. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE, censo 2010 o número de idosos era em média de 14 milhões, todavia a OMS constatou que a população idosa no Brasil vem crescendo acima da média mundial e estima que até 2025 o país passe a ocupar a sexta posição de população mais idosa no mundo, com mais de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Esse crescente aumento da população idosa trouxe consigo novos desafios para os governantes e a sociedade em geral, pois esse público representa novas demandas e investimentos, haja vista que nessa faixa etária necessita-se de serviços, benefícios, cuidados e atenções diferenciadas.

De acordo com Shephard (2003), em qualquer período da história, as pessoas envelhecem em ritmos diferentes, mesmo dentro de um determinado país e de uma determinada classe socioeconômica, ou seja, a população idosa nunca foi e não será homogênea. Pessoas com a mesma idade cronológica envelhecem de maneira diferente, pois a idade fisiológica reflete a apoptose, ou seja, o limitado número de divisões celulares, que é geneticamente pré-programado, podendo a quantidade ser alterada por fatores externos e uma variedade de doenças (Dantas e Oliveira, 2003).

Assim sendo, uma vez que o envelhecimento se manifesta de forma diferente entre indivíduos e até mesmo no organismo de um mesmo indivíduo, Moreira (2001), trouxe a divisão da idade na forma cronológica ou calendário que é contabilizada através data de nascimento, biológica ou individual que é a idade que o indivíduo apresenta de acordo com o estado de conservação ou desgaste dos órgãos e tecidos, psicológica que está relacionada à autoimagem, ou seja, como o indivíduo se vê e se sente, sociológica que é determinada pelas estruturas sociais e por fim a fisiológica ou funcional que é considerada como verdadeira idade, uma vez que se refere a junção das idades biológicas, psicológica e social.

4. PRESSÃO ARTERIAL

A pressão arterial é a tensão exercida pelo sangue nas paredes dos vasos sanguíneos e resulta do débito cardíaco (DC), frequência cardíaca (FC) e resistência vascular periférica (RVP), onde o DC é o volume de sangue que sai do coração quando

ele contrai (o coração bombeia por minuto cerca de 5 a 5,5 litros de sangue), a FC é o pulso, ou seja, a quantidade de batimentos por minutos e RVP é a resistência dos vasos sanguíneos sobre o sangue, sendo que é para os vasos que o sangue vai após ser liberado pelo coração, dessa forma, estes são responsáveis por levar o sangue até as extremidades do corpo.

Classificação da pressão arterial de acordo com a medida casual no consultório (> 18 anos)

Classificação	Pressão (mmHg)	Pressão sistólica	Pressão diastólica (mmHg)
Ótima	< 120		< 80
Normal	< 130		< 85
Limítrofe*	130–139		85–89
Hipertensão estágio 1	140–159		90–99
Hipertensão estágio 2	160–179		100–109
Hipertensão estágio 3	≥ 180		≥ 110
Hipertensão sistólica isolada	≥ 140		< 90
Quando as pressões sistólica e diastólica situam-se em categorias diferentes, a maior deve ser utilizada para classificação da pressão arterial.			

Fonte: VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão/2010.

Conforme quadro acima, existem dois tipos de pressão arterial, a pressão arterial sistólica (PAS), que se dá com a contração do coração e simultaneamente a ejeção do sangue para as artérias e a pressão arterial diastólica (PAD) que ocorre com o relaxamento do músculo cardíaco e simultaneamente o enchimento do coração de sangue. Em adultos normais a PAS é de 120 mmHg (milímetro de mercúrio) e a PAD é de 80 mmHg (milímetro de mercúrio), podendo variar com o estresse, práticas de atividades físicas e outros.

Em idosos, a pressão arterial tende a ser mais elevada, em média 150 mm Hg/90 mm Hg, pois devido o processo de envelhecimento natural, as artérias vão perdendo a elasticidade e se tornando mais rígidas, dificultando o processo de vasoconstrição e vasodilatação.

As pressões sistólica e diastólica variam com a idade. Em recém-nascido, a pressão sistólica é em torno de 90mm Hg, com a pressão diastólica sendo de cerca de 55mm Hg. No início da idade adulta, essas pressões atingem os valores de 120/80 e, na velhice, os de 150/90. (GUYTON, 1988 p. 245).

Como podemos observar, a pressão arterial tende de aumentar junto com a idade, que somada a fatores como genética, má alimentação, sedentarismo, excesso de ingestão de bebidas alcoólicas, tabagismo, dentre outros, podem levar a alteração da

pressão arterial, alterações essas que levam tanto à hipotensão (pressão baixa), quanto para a hipertensão (pressão alta).

4.1. HIPERTENSÃO

É o aumento da pressão do sangue nas artérias, ou seja, é quando a pressão que o sangue faz nas paredes das artérias é muito forte, acima dos níveis normais. De acordo com BRUNNER & SUDDARTH (2011), a hipertensão é definida como uma pressão arterial sistólica superior a 140mmHg e uma pressão diastólica superior a 90mmHg, sendo classificada em essencial ou primária que tem causa desconhecida e secundária que está relacionada a fatores como a perfil genético, envelhecimento, sedentarismo, obesidade, diabetes, colesterol alto, nível elevado de estresse e alta ingestão de sal e álcool.

Embora alguns idosos hipertensos podem apresentar sangramento nasal, cefaleia e/ou tonturas, a maioria não apresentam sintomas nenhum, o que é muito perigoso, pois devido não sentir nada, podem ficar muito tempo com a doença e não saber, o que acarreta consequências muito sérias, podendo apresentar insuficiência renal, lesões nas artérias, hipertrofia ventricular, arritmias, infartos do miocárdio, lesões na retina e outros, ou seja, significa dizer que a hipertensão é uma doença assintomática, também conhecida como a “assassina silenciosa”, pois a grande maioria dos idosos só descobre que são hipertensos devido às complicações que derivam desta doença.

Todavia a hipertensão arterial pode ser diagnosticada de forma fácil e sem dor, basta procurar um médico ou outro profissional da área da saúde, que através da utilização de um aparelho chamado de esfigmomanômetro aferi a pressão arterial, e caso o valor esteja fora do padrão considerado normal, a pessoa deverá dispor de um acompanhamento profissional e aferir a pressão outras vezes a fim de confirmar ou não o quadro hipertenso, ou seja, a persistência da elevação da pressão arterial, pois uma única vez que a pressão arterial apresentou um valor anormal não significa que a pessoa é hipertensa. Vale ressaltar que, após comprovado o histórico hipertenso a pessoa deve passar por exames clínicos e outras formas de diagnósticos, para identificar o nível da hipertensão.

Para o controle e manutenção da pressão arterial, alguns cuidados são necessários como manter-se hidratado (para evitar a vasoconstrição), dispor de uma alimentação balanceada, focando principalmente na redução do sódio e da gordura e, na

reposição do potássio e magnésio, evitar o alto consumo de produtos industrializados, controlar o peso, praticar exercícios físicos regularmente e fazer uso de medicação se necessário e prescrito por um médico, pois de acordo com BRUNNER & SUDDARTH(2011) a meta do tratamento da hipertensão consiste em evitar as complicações e a morte, atingindo e mantendo a pressão arterial em 140/90mmHg ou menos. Os mesmos autores enfatizam ainda que, o objetivo dos medicamentos usados para o tratamento da hipertensão é diminuir a resistência periférica, o volume sanguíneo ou a força e a frequência de contração do miocárdio.

5. EXERCÍCIOS FÍSICOS E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA A SAÚDE

Para muitos, o exercício físico não é uma atividade física, ou seja, por falta de conhecimento, muitas pessoas veem e conceituam o exercício como algo fora do contexto de atividade física. No entanto, sabemos que o exercício físico é uma forma de atividade física planejada, com movimentos repetitivos, onde seu objetivo é obter resultados positivos quanto ao corpo, voltando-se para a estética e saúde, bem como, faz-se necessário o acompanhamento de um profissional que trabalhe nesta área e que vise desenvolver também uma boa resistência do seu aluno e suas habilidades motoras.

A prática de exercício físico traz grandes melhorias para todo o corpo humano, mas, o sistema que se nota maior alteração durante a prática de exercícios é o sistema cardiovascular. O exercício físico ajuda na prevenção de vários tipos de doenças, dentre elas estão: diferentes tipos de câncer, Acidente Vascular Cerebral - AVC, tratamento de doenças cardíacas, controle de peso, melhora no metabolismo, e pressão arterial, dentre outras.

O corpo humano é uma máquina que necessita de movimento, por isso precisa de atividades físicas para manter um bom funcionamento. Os exercícios são benéficos para o coração, fortalecem e tornam as contrações mais potentes, é bom para os pulmões, pois estimulam os capilares sanguíneos dos alvéolos a crescer e a absorver mais oxigênio melhorando o fôlego, permitindo a expansão dos pulmões e a respirarmos mais ar, também é bom para o esqueleto, pois exerce pressão sobre ossos e estimula a renovação, tornando os ossos mais fortes.

Com o processo de envelhecimento natural, o indivíduo fica mais exposto a doenças, e dentre elas encontram-se as cardiovasculares. Bem como, torna-se de grande importância a inclusão de hábitos que levam a prática de exercícios físicos no dia a dia

do idoso, deixando seu estilo de vida mais ativo e servindo como tratamento para inúmeras doenças advindas do sedentarismo, tal como a hipertensão arterial.

Hipertensão: a atividade física reduz a resistência vascular periférica e os níveis de pressão sistólica e diastólica através de mecanismo neuro-hormonais. Atividade física regular reduz ou torna desnecessária o uso de medicamentos para controle da pressão arterial. (OLIVEIRA, 2005 p. 82).

A pressão arterial vem aumentando juntamente ao processo de envelhecimento. O exercício físico tem sido muito utilizado como forma estratégica para prevenção e redução de doenças, tratamento e controle da hipertensão arterial, sendo ele, uma das principais formas de terapia utilizadas pelo paciente, ajudando também na diminuição da morbimortalidade.

Entre os muitos argumentos para o encorajamento da manutenção de um estilo de vida ativo durante a velhice, o praticante de exercício regular pode contar com um aumento de contatos sociais, melhora da saúde física e emocional, um risco reduzido de doenças crônicas e a manutenção de suas funções. Esses ganhos não somente melhoram a saúde do idoso, mas (pela redução da necessidade de cuidados médicos e apoio institucional) também fazem muito para conter os custos sociais de uma sociedade em envelhecimento. (SHEPHARD, 2003 p. 27).

Partindo de uma visão onde os hábitos diários refletem na saúde do ser humano, uma má alimentação com excesso de sal, tabaco, bebidas, gorduras e a falta da prática de exercícios físicos, acarretam diversas doenças como, por exemplo, a hipertensão arterial, e para que essa situação seja amenizada, é preciso que de imediato os idosos organizem a sua alimentação e comecem a estabelecer uma nova forma de vida, inserindo principalmente a prática regular de exercícios físicos.

Aponta-se como benefícios do exercício físico para os idosos hipertensos a melhora na capacidade contrátil do miocárdio, fortalecimento e resistência do coração em geral, aumento do volume de sangue, controle da pressão arterial, melhora no funcionamento do sistema circulatório e respiratório, controle dos batimentos cardíacos, maior dilatação dos vasos sanguíneos e conseqüentemente menor pressão sanguínea nas paredes dos vasos.

A prática de exercícios físicos é recomendada aos idosos hipertensos, pois têm efeito vasodilatador, onde a pressão aumenta durante e diminui nas 12h seguintes, portanto a prática de exercício moderado (FC máx. de 70%) todos os dias reduz a

pressão e pode diminuir ou até substituir a quantidade de remédios ingeridos, porém ao ser interrompida a pressão aumenta novamente. Modalidades como a musculação, pilates, yoga também são benéficos, porém devem ser complementares aos aeróbicos no caso dos idosos.

A escolha do exercício físico para pessoas idosas é um aspecto complexo, pois considerando que a maioria deles é sedentária, há muitos anos, a perda da aptidão pode impossibilitar muitas atividades que poderiam ser prazerosas. Além da falta de aptidão, outros fatores podem influenciar, limitando a escolha da atividade, como: osteoporose, artrose, instabilidades articulares, arteriosclerose, diabetes e hipertensão. Portanto, um programa de exercício físico para idosos deve levar em consideração a eficiência, a segurança e os aspectos motivacionais, o que levam muitos idosos a procurarem as atividades aquáticas como por exemplo: hidroginástica, hidroterapia e natação. (DANTAS E OLIVEIRA, 2003 p. 234).

Assim, vale ressaltar que a prescrição de exercícios físicos para este grupo especial é bem delicada, uma vez que vários fatores precisam ser levados em consideração como a idade, estilo de vida, limitações, forma de controle da hipertensão, dentre outros, que caso não seja levado em consideração podem provocar sérias complicações ou até mesmo a morte.

6. METODOLOGIA

O trabalho foi desenvolvido no município de Conceição do Araguaia-PA, uma cidade com aproximadamente 46.571 mil habitantes, através de pesquisa descritiva de natureza quantitativa e qualitativa, tendo como suporte a pesquisa bibliográfica, documental e a pesquisa de campo, realizada *in loco*, na qual se utilizou como instrumento para coleta de dados, questionários compostos por perguntas estruturadas e não estruturadas, aplicados aos coordenadores dos 09 (nove) Postos de Saúde da zona urbana do município e também a um quantitativo de 63 idosos, de ambos os sexos, diagnosticados como hipertensos pelas unidades públicas de saúde, no período de 04 de setembro a 10 de outubro de 2017.

Caracterizando assim, segundo (MARCONI e LAKATOS, 2011), pesquisa por amostragem e probabilística, visto que, do universo estatístico que abrangia o público alvo, a escolha dos pesquisados foi feita de forma aleatória. Buscando assim, através deste levantamento, analisar como a rede pública de saúde vem realizando atendimentos

em prol da promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos hipertensos no município de Conceição do Araguaia-PA.

7. RESULTADOS E ANÁLISES DA PESQUISA

7.1- Pesquisa com os coordenadores dos postos de saúde

De acordo com a pesquisa feita com os coordenadores dos 09 (nove) postos de saúde da zona urbana do município de Conceição do Araguaia, obteve-se os seguintes resultados:

- 1- A média de idosos que buscam atendimento de forma regular nos postos de saúde são de aproximadamente 2.032 (dois mil e trinta e dois).
- 2- A quantidade de idosos hipertensos que realizam tratamento de forma regular nas unidades de saúde é de aproximadamente 966 (novecentos e sessenta e seis).
- 3- Os tratamentos oferecidos na maioria das unidades de saúde são: farmacológicos, acompanhamento psicológico, nutricional, médico e atividade física.
- 4- O acompanhamento e o controle dos idosos hipertensos é realizado através do projeto Hiperdia, que inclui consulta médica, visita domiciliar, triagem, medicações e em algumas unidades é feita a avaliação de sinais vitais.
- 5- Os atendimentos disponibilizados para os idosos hipertensos são: orientações sobre as medicações, em alguns casos utiliza-se o mapa da pressão arterial para facilitar a compreensão do paciente, investigação clínico laboratorial que são os exames preconizados pelo programa Hiperdia, orientações sobre a importância do exercício físico e Índice de Massa Corporal -IMC, visitas domiciliares para quem não tem condições de comparecer nas unidades de saúde e palestras.
- 6- Nas unidades estão inseridos os projetos voltados para a prática de exercício físico como o Agita Conceição que abrange também a hidroginástica.
- 7- Os programas inseridos não suprem todas as necessidades dos idosos, pois em sua maioria não são executados nas próprias unidades, dificultando assim o controle de participação e motivação dos mesmos, considerando que os locais de realização das atividades ficam distantes de algumas unidades e até mesmo das residências dos idosos.
- 8- Segundo os coordenadores dos postos de saúde, existe sim, o interesse por parte dos idosos hipertensos em buscar atendimento.
- 9- Nas unidades só são contabilizados os índices de idosos hipertensos beneficiados com o projeto Hiperdia.

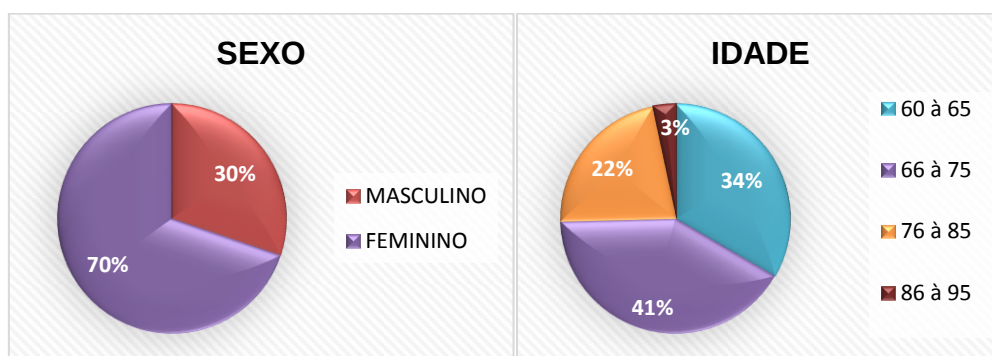
10- Com os projetos existentes, já é possível perceber uma grande melhoria na qualidade de vida, estabilização da PA, diminuição do uso de fármacos ou de sua dosagem e redução do peso.

11-As respostas foram unânimes em relação a necessidade do acompanhamento de um profissional de Educação Física, uma vez que deve ser avaliado o IMC, percentual de gordura do paciente com hipertensão arterial sistêmica e definir o melhor exercício e tempo de realização, a fim de respeitar o condicionamento cardiorrespiratório e a individualidade biológica. Papel este do Educador Físico, que durante o exercício físico, deve avaliar se o movimento que foi proposto está sendo executado de forma correta assim, o profissional de Educação Física é importante durante toda a etapa desse processo.

12-Os métodos utilizados para a conscientização e prevenção da hipertensão arterial no projeto Hiperdia são; campanhas, palestras e visitas domiciliares realizadas pelos ACS, consultas médicas, distribuição de fármacos, panfletos educativos e orientação de enfermagem.

7.2-Entrevista com os idosos hipertensos

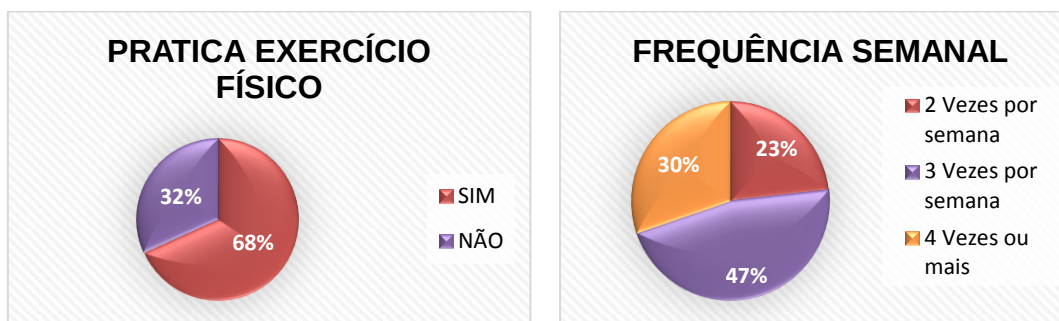
Os gráficos abaixo mostram os resultados da pesquisa realizada nos postos de saúde: Vila Cruzeiro II, Arenaldo Pinheiro Miranda, Setor Norte I e II, José Carlos Farias de Lamenza, Hosana Botelho Silva, Maria Pereira da Silva, Ilyuska Araújo Rêgo e Nívea Padin, todos localizados na zona urbana do município de Conceição do Araguaia-PA, os quais contribuíram de forma significativa para a coleta dos dados e fundamentação do tema proposto.



Fonte: Próprio autor

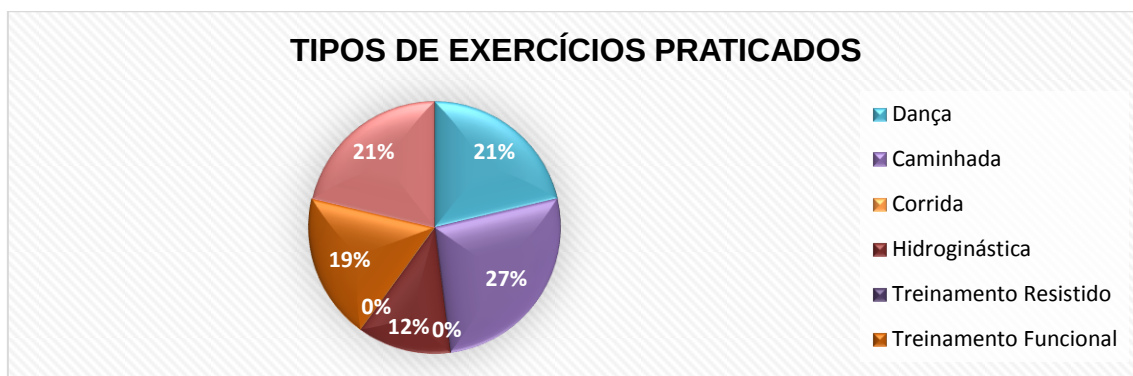
Gráficos 1 e 2 – Os dois gráficos acima mostram em percentual a quantidade de homens e mulheres que foram entrevistados e a faixa etária dos mesmos. Pode-se perceber que, o número de mulheres que buscam atendimento nos postos é bem maior que o número de homens, sendo 70% do público feminino e 30% masculino. Pode-se

observar que a idade que predomina na pesquisa é de 66 à 75 anos, em seguida estão as pessoas com idade de 60 à 65.



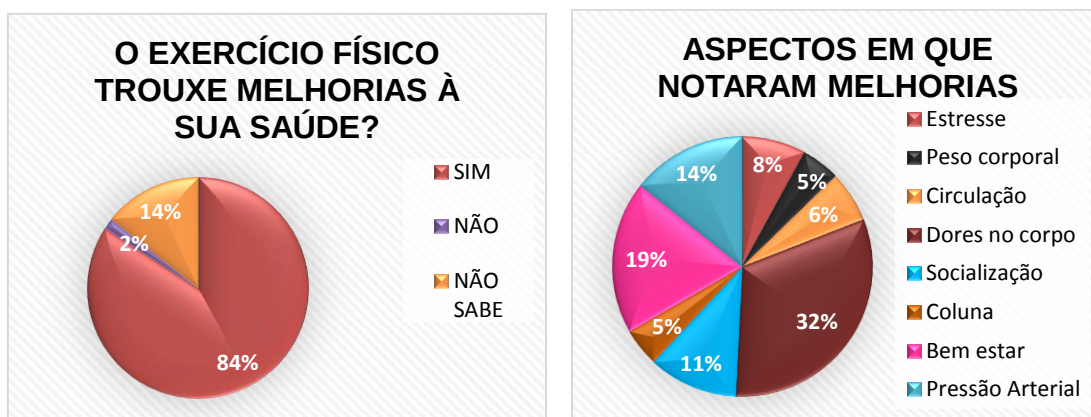
Fonte: Próprio autor

Gráficos 3 e 4 – Os gráficos acima apresentam a quantidade de pessoas que optam por praticar exercício físico e a frequência que eles praticam. Observa-se que, 68% dos entrevistados praticam exercício físico, resultando na maioria deles. Todavia a quantidade predominante na pesquisa é três vezes por semana, totalizando 47% dos entrevistados, seguida da opção 4 vezes por semana, com 30% das respostas.



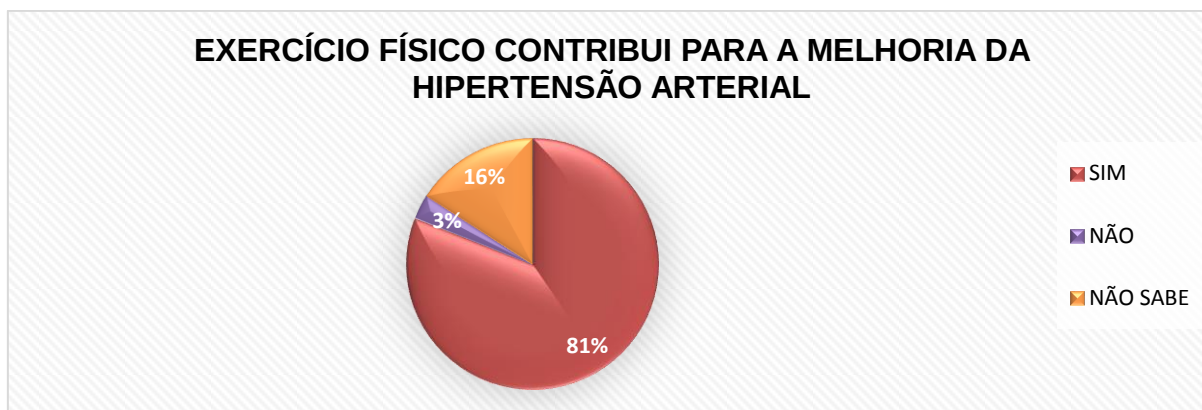
Fonte: Próprio autor

Gráfico 5 – O gráfico acima expõe que, dentre os tipos de exercícios praticados pelos idosos entrevistados, destaca-se a caminhada com 27%, logodança e outras opções aparecem com 21%.



Fonte: Próprio autor

Gráficos 6 e 7 – Os gráficos acima mostram que, com base na pergunta realizada aos idosos, notou-se que o exercício físico se mostrou eficaz, sendo que 84% dos entrevistados responderam que houve uma melhora na saúde. Destacando três principais aspectos: a diminuição das dores no corpo com 32%, bem-estar físico e mental 19% e a diminuição na Pressão arterial 14%.



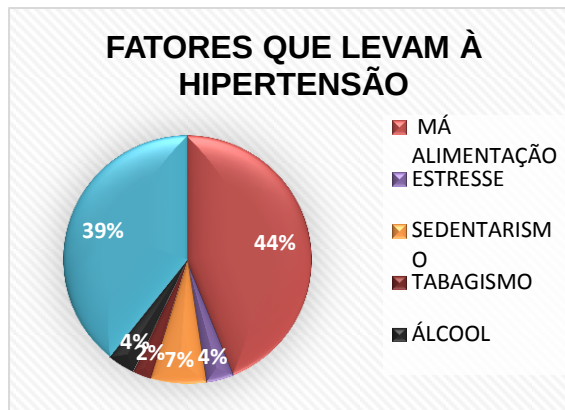
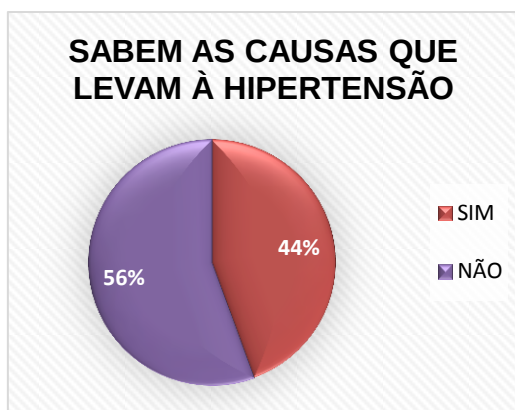
Fonte: Próprio autor

Gráfico 8 - Este gráfico mostra que dentre os entrevistados, 81% acham que o exercício físico contribui para o controle da pressão arterial, ou seja, perceberam que após iniciar a prática regular de exercício físico, houve melhoras na saúde. Porém, 16% diz não saber se o mesmo traz ou não benefícios para o controle da pressão arterial, uma vez que eles não praticam.



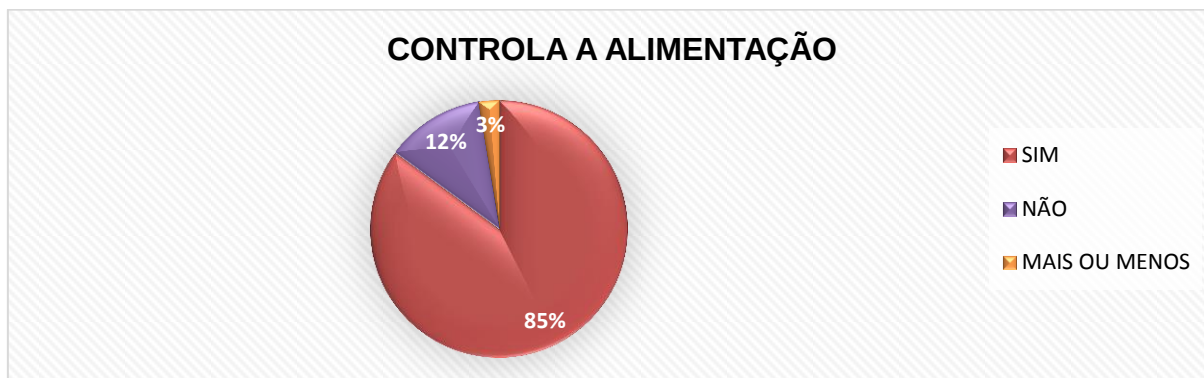
Fonte: Próprio autor

Gráfico 9 – O gráfico acima, mostra que os entrevistados são cientes da importância do acompanhamento de um profissional de Educação Física durante a prática de exercício físico, como base nessa afirmação, 87% responderam “sim” e apenas 8% disseram “não saber” se há ou não necessidade de acompanhamento, pois não praticam.



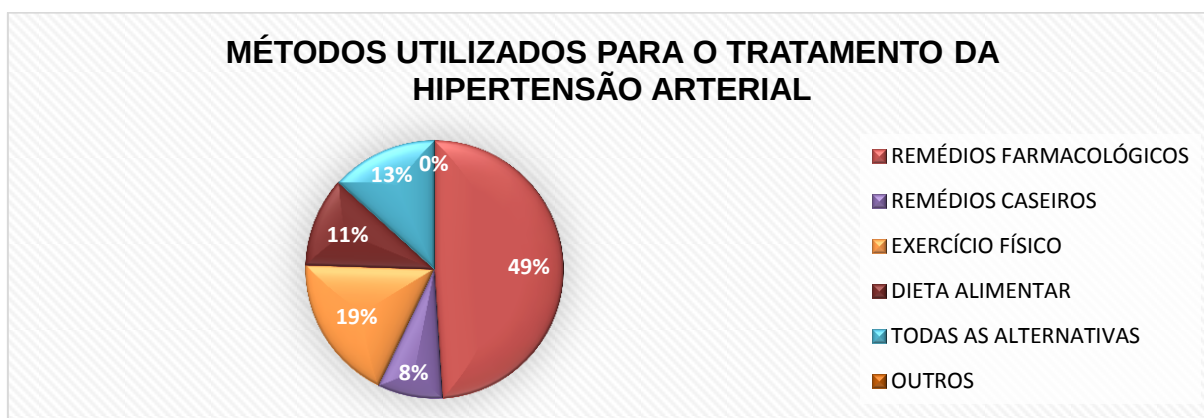
Fonte: Próprio autor

Gráficos 10 e 11 - ilustram que mais da metade dos entrevistados desconhecem as causas que levam à hipertensão, totalizando 56% dos pesquisados, porém, dentre os 44% que disseram conhecer as causas apontaram como principais fatores a má alimentação com 44% e o sedentarismo com 7%, seguido dos que não sabem quais são os fatores que ocasionam a elevação da pressão arterial, com 39%.



Fonte: Próprio autor

Gráfico 12 - O gráfico acima traz a quantidade de idosos que controlam sua alimentação, visando a melhoria da hipertensão arterial, totalizando 85% dos entrevistados, seguido de 12% dos que disseram não realizar nenhum tipo de dieta alimentar.



Fonte: Próprio autor

Gráfico 13 - Este gráfico descreve as formas de tratamento utilizadas pelos idosos hipertensos para o controle da pressão arterial, onde destaca-se com 49% o uso de remédios farmacológicos, seguido da prática regular de exercícios físicos com 19% e também dos que disseram realizar todos os métodos (remédios farmacológicos, exercício físico, dieta alimentar e remédios caseiros), no total de 13%.

Conforme o levantamento feito nas unidades de saúde pública, o projeto existente que visa o atendimento dos idosos é: “Projeto Agita Conceição”, implantado pela Secretaria municipal de Saúde a partir de 2003, trata-se de uma estratégia que tem como objetivo proporcionar a prática de atividade física sistematizada e orientada à população, com ênfase ao público da terceira idade e pacientes com alguma morbidade específica (hipertensos, diabéticos, obesos, entre outros) cadastrados nas unidades de saúde, visando melhorias na qualidade de vida, convívio social e um envelhecimento saudável, mantendo assim a sua independência funcional. Trabalha atividades como: dança, circuito, ginástica localizada, flexibilidade, atividades aeróbicas, treino funcional e hidroginástica, que são realizadas de forma descentralizada em vários pontos da cidade. E Grupo Terapêutico Hiperdia, que funciona dentro das próprias unidades de saúde e busca prevenir e tratar doenças crônicas, com ênfase na diabetes e hipertensão arterial, através de estilo de vida saudável. Desenvolvem atividades como: acompanhamento médico, psicológico, campanhas educativas e palestras com orientações sobre alimentação e vida saudável.

Ainda, com base na pesquisa realizada, pode-se perceber que muitos dos pesquisados são leigos em relação a essa temática. Notou-se que o índice de idosos hipertensos e diabéticos é considerado alto, o que de certa forma está relacionado a má alimentação e ao sedentarismo. Assim como, verificou-se nos livros de controle de atendimento dos postos que o número de pessoas com idade menor que 60 (sessenta) anos com hipertensão e diabetes é alarmante, o que reforça a importância do exercício físico para a saúde não só dos idosos mais do ser humano em geral, onde o estímulo a essa prática regular deve iniciar na infância para refletir nas demais fases da vida, e assim, desfrutar dos benefícios proporcionados pelo mesmo, conforme citação abaixo.

Os efeitos metabólicos apontados pelos autores são o aumento do volume sistólico; o aumento da potência aeróbica; o aumento da ventilação pulmonar; a melhora do perfil lipídico; a diminuição da pressão arterial; a melhora da sensibilidade à insulina e a diminuição da frequência cardíaca em repouso e no trabalho submáximo. Com relação aos efeitos antropométricos e neuromusculares ocorre, segundo os autores, a diminuição da gordura

corporal, o incremento da força e da massa muscular, da densidade óssea e da flexibilidade. E, na dimensão psicológica, afirmam que a atividade física atua na melhoria da auto estima, do auto conceito, da imagem corporal, das funções cognitivas e de socialização, na diminuição do estresse e da ansiedade e na diminuição do consumo de medicamentos. (MATSUDO & MATSUDO, p.2, 2000).

Nessa perspectiva, destaca-se a importância da participação dos profissionais de Educação Física na formação de adultos e conseqüentemente idosos conscientes da necessidade de praticar exercícios físicos regularmente e alimentar-se de forma adequada. Corroborando com a ideia, os coordenadores entrevistados ressaltam a importância do acompanhamento nutricional e do incentivo à prática regular de exercício físico, bem como, apontaram que, para melhor controle da participação dos idosos hipertensos no projeto voltado à atividade física, o mesmo deveria ser realizado nas próprias unidades, além de dispor de veículos para buscar nas residências os idosos que possuem dificuldade de locomoção e assim o projeto alcançaria melhor resultado.

Por conseguinte, notou-se que todos os idosos hipertensos participantes do “Projeto Agita Conceição”, que realizam exercícios físicos de forma regular apresentaram melhoria no quadro de saúde, ou seja, mesmo com limitações, estão obtendo uma melhor qualidade de vida. Todavia, os resultados seriam atenuados se estivessem aliados a uma alimentação equilibrada, uma vez que, ao serem questionados quanto a alimentação, a maioria diz controla-la, porém, referem-se apenas a ingestão de sódio, lipídios e açúcar, o que por si só não se trata de uma dieta balanceada, pois esses itens são encontrados em diversos alimentos, destacando assim a importância e a necessidade de acompanhamento nutricional.

Considerando que, de acordo com o IBGE, Censo 2010, o número de idosos com idade entre 60 a 100 anos ou mais é de 4.398 (quatro mil trezentos e noventa e oito) no município de Conceição do Araguaia – PA, e que o número de idosos atendidos na rede pública de saúde do município é de 2.032 (dois mil e trinta e dois). Conclui-se que, os projetos têm se mostrado eficaz em número de atendimentos, uma vez que dentre os 4.398 (quatro mil trezentos e noventa e oito) alguns residem na zona rural e outros buscam atendimentos particulares.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao analisarmos o contexto dos exercícios físicos praticados pelos idosos hipertensos atendidos pela rede pública de saúde, verificamos que a maioria deles

praticam regularmente os exercícios propostos no “Projeto Agita Conceição” e estão notando resultados positivos, destacando-se principalmente o bem-estar físico e mental, redução do uso de fármacos e o controle da pressão arterial.

Assim, diante do resultado positivo que o projeto vem apresentando e levando em consideração que no município existe uma academia da saúde e projetos para implantação de outras, o governo através da Secretaria Municipal de saúde, poderia implantar ou mesmo ampliar o projeto já existente, incluindo nas atividades o exercício físico resistido, que seria realizado nas próprias academias da saúde, uma vez que estudos recentes mostram que o exercício resistido é eficaz para a prevenção e controle da hipertensão arterial sistêmica. Bem como, para fins de maior alcance do projeto, devem optar por soluções como, a oferta de transporte para atender os idosos que se encontram com dificuldade de locomoção, uma vez que, atualmente muitos deixam de ser beneficiados pelo referido projeto em virtude da dificuldade de se deslocarem até os locais das práticas.

Portanto, o atendimento prestado ao público de idosos hipertensos em Conceição do Araguaia é de grande relevância para a população e tem apresentado índices positivos, porém, ainda assim, faz-se necessário maior investimento para a realização de campanhas educativas e de conscientização sobre a importância da continuidade do tratamento e da prevenção, mesmo para as pessoas que ainda não integram o público de idosos e/ou hipertensos.

Importante ressaltar, que os investimentos preventivos voltados para a promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos assim como da população em geral, refletem na redução dos gastos do governo com a saúde pública, visto que, apesar da hipertensão ser uma doença crônica que não tem cura, ela pode ser prevenida e tratada por métodos que substituem ou diminuem o uso de remédios farmacológicos e a demanda de atendimento e tratamento médico, como por exemplo, o exercício físico e a alimentação balanceada, que contribuem de forma direta e positiva para o envelhecimento saudável, proporcionando assim melhor capacidade de desempenho funcional, amenizando as limitações físicas e mentais.

Ainda, considerando a relevância social da Universidade do Estado do Pará-UEPA, representada pelo Campus VII em Conceição do Araguaia-PA, apresenta-se como proposta, maior interação entre o seguimento UEPA e prefeitura municipal, a fim de formarem parcerias e juntos buscarem através da participação dos docentes e

discentes da Universidade e funcionários do município, maior alcance no que tange a conscientização da sociedade quanto à necessidade da busca pela a qualidade de vida, importância da prevenção e tratamento de qualquer que seja a doença.

REFERÊNCIAS

ALLSEN, Phillip. et al. **Exercício e Qualidade de Vida: uma Abordagem Personalizada**. 6. ed. São Paulo: Manole, 2001.

BRUNNER &SUDDARTH, **Tratado de enfermagem médico-cirúrgica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

DANTAS, Estélio H. M. OLIVEIRA, Ricardo Jacó de.**Exercício, MATURIDADE e Qualidade de Vida**. 2ª Edição- Rio de Janeiro :Shape, 2003.

GUISELINI, Mauro. **Aptidão Física, Saúde e Bem-Estar: Fundamentos Teóricos e Exercícios Práticos**. São Paulo: Phorte. 2004.

GUYTON ARTHUR C. **Fisiologiahumana**. Rio de Janeiro: Sexta edição, Guanabara Koogan, 1988.

LIMA, Valquíria de. **Ginástica Laboral: Atividade Física no Ambiente de Trabalho**. São Paulo: Ed Phorte, 2003.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia científica**. 6ª. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. **Envelhecimento & atividade física**. Londrina: Midiograf, 2001.

MENESTRINA, Eloi. **Educação Física e Saúde**. 3. Ed. Unijuí/RS, 2005.

MOREIRA, Carlos Alberto. **Atividade física na maturidade: avaliação e prescrição de exercícios**. – Rio de Janeiro: Shape, 2001.

OLIVEIRA, Ricardo Jacó de. **Saúde e atividade física: algumas abordagens sobre atividade física relacionada à saúde**. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

SHEPHARD, Roy J. **Envelhecimento, atividade física e saúde**. São Paulo: Phorte, 2003.

- ARTIGO 11 -

PREVALÊNCIA DE ESTUDOS RELACIONADOS AO SEDENTARISMO NA REVISTA BRASILEIRA DE MEDICINA DO ESPORTE: UMA REVISÃO DE LITERATURA.

FERREIRA, Davi dos Santos - davi2610@gmail.com
SILVA, Erick Azuelo da - erickazuelo0@gmail.com

RESUMO

Hábitos relacionados ao sedentarismo podem acarretar em riscos à saúde, aumentando a possibilidade de se adquirir doenças pela inatividade física e alimentação inadequada. Objetivo: identificar a prevalência de estudos relacionados ao sedentarismo na Revista Brasileira de Medicina do Esporte (RBME). Metodologia: trata-se de um estudo de revisão nos periódicos da RBME da primeira edição de 2015 até a 3ª edição de 2019, após os critérios de inclusão foram selecionados 20 artigos para análise dos dados. Resultados: foram verificadas prevalências de estudos em crianças, jovens e adolescentes que representam 80% dos trabalhos e também quanto ao local da pesquisa, a escola representa 55% dos artigos. Conclusão: os jovens foram o principal grupo alvo dos estudos, mostrando que sedentarismo é uma realidade incomoda para esse público. Com isso a escola se mostra como um importante meio para intervenção dessa realidade.

Palavras chave: prevalência; sedentarismo.

ABSTRACT

Habits related to physical inactivity can pose health risks, increasing the possibility of acquiring diseases due to physical inactivity and inadequate nutrition. Objective: To identify the prevalence of studies related to physical inactivity in the Brazilian Journal of Sports Medicine (RBME). Methodology: This is a review study in RBME journals from the first edition of 2015 to the third edition of 2019, after the inclusion criteria were selected 20 articles for data analysis. Results: prevalence of studies was verified in children, youth and adolescents that represent 80% of the works and also as to the place of research, the school represents 55% of the articles. Conclusion: young people were the main target group of the studies, showing that physical inactivity is an uncomfortable reality for this audience. With this the school proves to be an important means for intervention of this reality.

Keywords: prevalence; sedentary lifestyle.

RESUMEN

Los hábitos relacionados con la inactividad física pueden causar riesgos para la salud, lo que aumenta la posibilidad de contraer enfermedades debido a la inactividad física y la nutrición inadecuada. Objetivo: identificar la prevalencia de estudios relacionados con la inactividad física en la Revista Brasileña de Medicina del Deporte (RBME). Metodología: Este es un estudio de revisión en revistas RBME desde la primera edición de 2015 hasta la tercera edición de 2019, después de que se seleccionaron los criterios de inclusión de 20 artículos para el análisis de datos. Resultados: hubo prevalencia de estudios en niños, jóvenes y adolescentes que representan el 80% de los trabajos y también en el lugar de investigación, la escuela representa el 55% de los artículos.

Conclusión: los jóvenes fueron el principal grupo objetivo de los estudios, lo que demuestra que la inactividad física es una realidad incómoda para esta audiencia. Así, la escuela se muestra como un medio importante para la intervención de esta realidad.

Palabras clave: prevalencia; inactividad física

1. INTRODUÇÃO

O sedentarismo e a inatividade física podem representar riscos para a saúde de um indivíduo, segundo (ANDRADE, CASTRO, 2017) “A Organização Mundial de Saúde traz que a inatividade física passou a ser o quarto principal fator de risco à saúde”, corroborando a ideia de que ficar parado pode não ser benéfico para o indivíduo. Para Barbanti (2011) um indivíduo sedentário é aquele que se movimenta pouco, ou seja, na atualidade temos um fator em potencial de risco para a saúde ao assumir a postura sentada por muito tempo e não praticar nenhuma atividade física. De acordo com Foss; Keteyian (2000, p. 341) “atividade física significa exatamente o que o nome implica, estar fisicamente ativo até o ponto de haver um aumento significativo no dispêndio de energia durante o trabalho”, segundo dados do IBGE “Seis em cada dez pessoas (62,1%) com 15 anos ou mais não praticam esporte e/ou atividade física entre setembro de 2014 e setembro de 2015, contra 37,9% que praticam”, delineando que grande parte dos jovens e adultos não praticam atividade física com frequência.

Dentro do aspecto do sedentarismo e formas de intervenção e tratamento destacam-se as aptidões físicas voltadas para a saúde, as quais estão relacionadas à força, flexibilidade, resistência cardiorrespiratória e resistência muscular, o estudo de Pereira *et al* (2016, p. 117) avaliou 1.455 estudantes (50,9% meninas) de 10 a 17 anos, inferindo que há prevalência baixa de aptidões físicas relacionadas à saúde na população estudada, bem como uma similaridade de fatores à baixa aptidão cardiorrespiratória e força/ resistência muscular, para a baixa flexibilidade tende a ser por outros motivos. Indicadores antropométricos se relacionam com a baixa aptidão física relacionadas à saúde em avaliados com excesso de peso, ou seja, é necessário um método eficiente para a manutenção de aptidões físicas relacionadas à saúde, tendo este como método de tratamento e intervenção, enfatiza-se que este método pode ser facilmente implementado dentro das aulas de escolares melhorando, assim, tais parâmetros analisados.

O presente trabalho foi criado como atividade avaliativa da disciplina de saúde coletiva no sétimo semestre do curso de educação física da Universidade do Estado do

Pará (UEPA), os alunos receberam temas relacionados a disciplina e deveriam produzir um artigo acerca do mesmo, para este trabalho foi selecionado falar sobre sedentarismo. Este é um tema muito pertinente para a disciplina de saúde coletiva, pois ela tem impacto direto na saúde dos indivíduos, fatores de riscos são aumentados pela falta de exercício físico, assim entende-se a atividade física como um elemento fundamental para prevenção de diversas doenças. “Em todo o mundo a prática de atividade física e o comportamento sedentário estão bem documentados como elementos fundamentais na preservação e controle de doenças crônicas como hipertensão arterial, diabetes e obesidade mórbida” (PINHEIRO, et. al. 2017 apud SCHMIDT, 2011).

Neste sentido o objetivo deste trabalho é analisar a prevalência dos estudos relacionados ao sedentarismo na revista brasileira de medicina do esporte. Identificando qual o público predominante que estão sendo estudados e os eventos relacionados ao sedentarismo.

2. METODOLOGIA

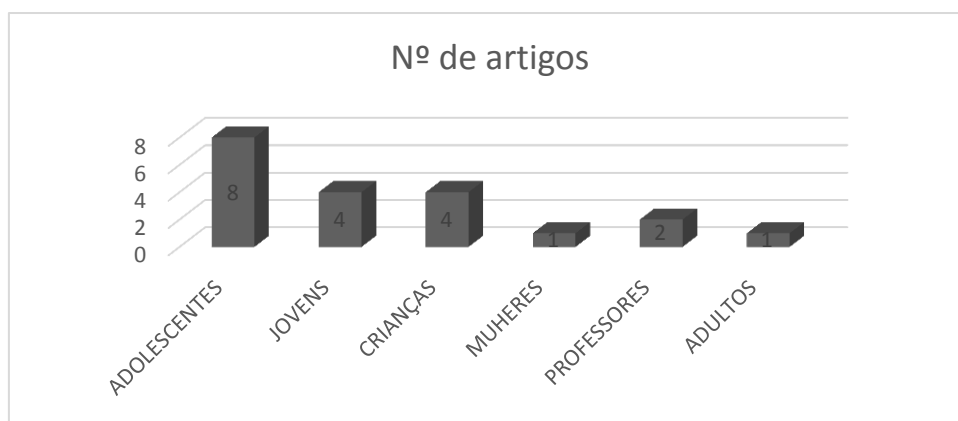
A presente revisão baseou-se na realização de uma pesquisa nos periódicos da RBME da primeira edição de 2015 até a 3ª edição de 2019, tendo como objetivo encontrar artigos que apontassem aspectos relacionados ao sedentarismo e/ou a falta de exercício físico, o período da análise dos artigos foi de 17 a 24 de setembro de 2019. Critérios de inclusão.

Foram selecionados apenas artigos originais e que tratassem como problema o sedentarismo e/ou a falta de exercício físico, apenas artigos em português e inglês. Quanto aos fatores de exclusão, artigos que em seu resumo não deixavam claro seu objetivo e artigos de revisão.

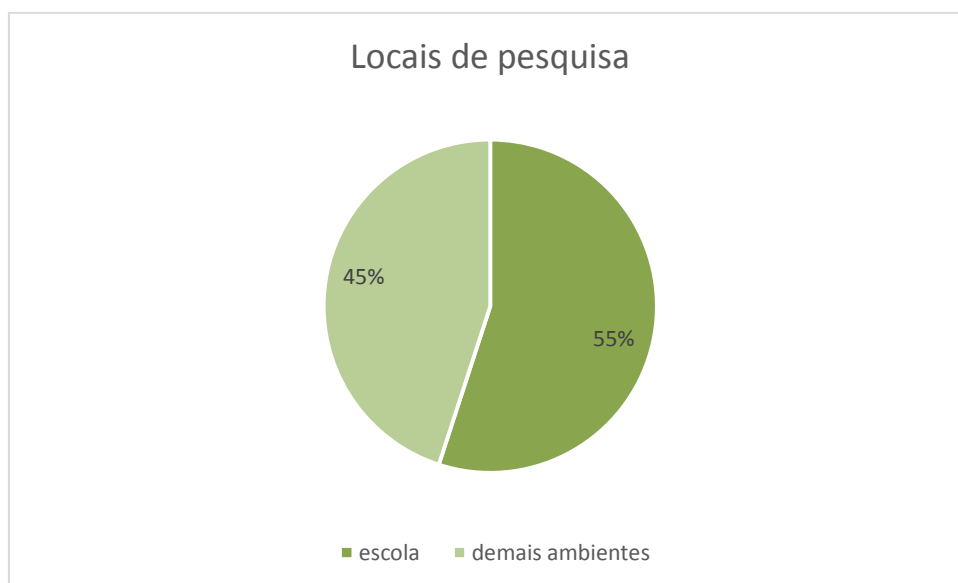
Foram selecionados inicialmente 24 artigos e após análise ficaram 20 artigos para realização do estudo.

3. ANÁLISE DOS DADOS

Todos os 20 artigos foram pesquisa de campo, houve uma prevalência dos estudos em adolescentes, crianças, e jovens, com 8,4,4 respectivamente, chegando a 80% do total de trabalhos, um artigo tratava de mulheres obesas na pós-menopausa, dois artigos em professores e um artigo em adultos no geral.



Outra prevalência foi que 55% do local dos estudos foram feitos em escolares.



4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Uma hipótese para essa prevalência dos estudos com crianças e adolescentes está relacionada ao processo de formação dos indivíduos, pois nessa fase se adquire conhecimentos levados para sua vida adulta. Outra questão está relacionada ao estilo de vida moderno e os adolescentes estão menos ativos em relação a atividades físicas. Segundo Oehlschlaeger *et. al.* 2004 os adolescentes são alvos de pesquisas em todo mundo por apresentarem comportamentos de riscos, como a falta de atividade física e alimentação inadequada.

Segundo Menezes; Duarte (2015, p. 245) pesquisou os alunos de Sergipe-Br moradores de áreas urbanas estão mais expostos ao comportamento sedentário, já os residentes nas áreas rurais estão no grupo de insuficiência de atividades físicas, isto é, o meio onde se encontra a atividade física vai modificar a dinâmica do comportamento,

no meio urbano temos uma prevalência do sedentarismo, já no meio rural há um fraco movimento direcionado à realização da atividade física, portanto delineando que não é apenas uma questão de falta de atividade física, mas o meio onde ela se encontra trará mudanças, logo é necessário uma forma interventiva eficiente que atenda às necessidades dos dois grupos, tanto para atenuar o comportamento sedentário como acentuar a exposição à atividade física.

Evidenciar o aumento de aptidões como intervenção para a não atividade física é coerente, haja vista a maioria dos adolescentes não estar num padrão aceitável de aptidão física o que fica denotado no estudo de Silva *et al* (2019, p. 95) avaliou a baixa aptidão aeróbia de adolescentes (696) de 15 a 17 anos regularmente matriculados em escolas públicas de Florianópolis-Br relacionando o comportamento sedentário, percentual de gordura elevado e sobrepeso estão diretamente ligados a maior insuficiência de aptidão aeróbia para as meninas, para os meninos definiu como o nível de estudos dos pais (acima de 8 anos) juntamente com alimentação inadequada, excesso de gordura corporal e baixa atividade física foram fatores que tiveram influência negativa à aptidão aeróbia.

Não basta praticar hábitos saudáveis na infância e adolescência tem que conscientizar o jovem para que ele mantenha esses hábitos para sua vida adulta. Um estudo feito por Chaves, Balassiano, Araújo (2016) avaliou adultos que na juventude eram ativos e começaram a adotar hábitos sedentários na sua vida, concluíram que o histórico de exercício e/ou esporte não previne a deficiência na variável de flexibilidade estudada.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados do presente estudo pode-se enviesar que o sedentarismo é um fator comum em variados públicos, no entanto, no público de idade até 18 anos (escolares) tem uma prevalência maior em números de estudos com este público específico. Deixando claro necessidade de intervenção nesse grupo específico, que na literatura já demonstra uma íntima ligação destes com hábitos sedentários.

Com isso podemos presumir que há uma deficiência nos mecanismos arrefecedores do sedentarismo e estimuladores da atividade física, sobretudo na idade escolar onde o número de aulas de educação física é reduzido facilitando, assim, um menor estímulo ao não sedentarismo. Dessa forma torna-se coerente a propagação e

efetivação de mecanismo modificadores desta realidade, valorizando o professor de educação física e a escola como um fator fundamental para se levar práticas relacionadas à saúde e que o jovem possa levar essas práticas para o seu meio social e pra toda sua vida.

REFERÊNCIAS

ANDRADE L; CASTRO S. Níveis de atividade física: um estudo comparativo entre adolescentes surdos e ouvintes. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 23, Nº 5 – Set/Out, 2017.

BARBANTI V. **Dicionário de educação física e esporte**. 2. ed. Barueri, SP: Manole, 2011.

CHAVES T; BALASSIANO D; ARAÚJO C. Influência do hábito de exercício na infância e adolescência na flexibilidade de adultos sedentários. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 22, Nº 4 – Jul/Ago, 2016

FELDEN EPG; FILIPIN D; BARBOSA DG; ANDRADE RD; MEYER C; BELTRAME TS; Pelegrini A. Adolescentes com sonolência diurna excessiva passam mais tempo em comportamento sedentário. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 22, Nº 3 – Mai/Jun, 2016.

FOSS ML; KETLEYIAN SJ. **Fox: Bases fisiológicas do exercício e do esporte**. 6.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.

MENEZES AS; DUARTE MFS. Condições de vida, inatividade física e conduta sedentária de jovens nas áreas urbana e rural. **Rev Bras Med Esporte**– Vol. 21, Nº 5 – Set/Out, 2015.

OEHLSCHLAEGER MHK; PINHEIRO RT; HORTA B; GELATTI C; SAN'TANA P. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista saúde pública**, 2004.

PEREIRA TA; BERGMANN MLA; BERGMANN GG. Fatores associados à baixa aptidão física de adolescentes. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 22, Nº 3 – Mai/Jun, 2016.

PINHEIRO L. Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental da rede pública estadual. **Rev Bras Med Esporte** – Vol. 23, Nº 4 – Jul/Ago, 2017.

Secretaria especial do esporte. **Pesquisa indica alto grau de sedentarismo e reforça que investimento público em esporte é essencial**. Disponível em: <<http://www.esporte.gov.br/index.php/ultimas-noticias/209-ultimas-noticias/57492-pesquisa-indica-alto-grau-de-sedentarismo-e-reforca-que-investimento-publico-em-esporte-e-essencial>>. Acesso em: 06 de outubro de 2019

- ARTIGO 12 -

FATORES CONTRIBUENTES PARA O SOBREPESO E A OBESIDADE NA ADOLESCÊNCIA

SANTOS, Renan Teixeira dos - Renan.santos77@outlook.com

RESUMO

O objetivo do trabalho foi reconhecer os fatores que colaboram para o desenvolvimento do sobrepeso e obesidade em adolescentes. O estudo trata-se de uma revisão da literatura, de caráter descritivo. Se utilizou de artigos ligados ao tema sobrepeso e obesidade na adolescência, a busca ocorreu nas bases de dados eletrônicas da SciELO e Google Scholar, compreendendo o período de 1998 até 2018. Os descritores e termos MeSH utilizados na busca foram: “adolescência”, “adolescente”, “sobrepeso” e “obesidade na adolescência”. Os resultados indicaram que são diversos os fatores que acarretam o desenvolvimento da doença, os principais são: os maus hábitos alimentares, exercícios de baixa intensidade tornando o indivíduo sedentário, e a questão genética. A doença acaba gerando diversas consequências a saúde como o aparecimento precoce de: doenças cardiovasculares, problemas psicológicos, disfunções crônico-degenerativas, baixa autoestima, desconfortos musculoesqueléticos, dificuldades de mobilidade, risco de quedas e fraturas, entre outros. Concluindo que a falta de informação para alertar os adolescentes, intervenção dos pais e/ou responsáveis, do professor de Educação Física juntamente com o corpo escolar, são de fundamentais importâncias para a mudanças de hábitos e prevenção dessa doença que vem crescendo a cada década.

Palavras-chave: Sobrepeso, Obesidade, Adolescentes.

ABSTRACT

The objective of this study was to recognize the factors that contribute to the development of overweight and obesity in adolescents. The study is a descriptive literature review. Using articles related to the theme of overweight and obesity in adolescence, the search took place in the electronic databases of SciELO and Google Scholar, covering the period from 1998 to 2018. The MeSH descriptors and terms used in the search were: “adolescence”, “adolescent”, “overweight” and “teenage obesity”. The results indicated that there are several factors that cause the development of the disease, the main ones are: bad eating habits, low intensity exercises making the individual sedentary, and the genetic issue. The disease ends up generating several health consequences such as the early appearance of: cardiovascular disease, psychological problems, chronic degenerative dysfunctions, low self-esteem, musculoskeletal discomfort, mobility difficulties, risk of falls and fractures, among others. Concluding that the lack of information to alert the adolescents, intervention of parents and / or guardians, the Physical Education teacher together with the school body, are of fundamental importance for the changes of habits and prevention of this disease that has been growing with each decade.

Keywords: Overweight, Obesity, Adolescents.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue reconocer los factores que contribuyen al desarrollo del sobrepeso y la obesidad en los adolescentes. El estudio es una revisión descriptiva de la literatura. Utilizando artículos relacionados con el tema del sobrepeso y la obesidad en la adolescencia, la búsqueda se llevó a cabo en las bases de datos electrónicas de SciELO y Google Scholar, cubriendo el período de 1998 a 2018. Los descriptores y términos MeSH utilizados en la búsqueda fueron: "adolescencia", " adolescente "," sobrepeso "y" obesidad adolescente ". Los resultados indicaron que hay varios factores que causan el desarrollo de la enfermedad, los principales son: malos hábitos alimenticios, ejercicios de baja intensidad que hacen que el individuo sea sedentario y el problema genético. La enfermedad termina generando varias consecuencias para la salud, como la aparición temprana de: enfermedades cardiovasculares, problemas psicológicos, disfunciones degenerativas crónicas, baja autoestima, molestias musculoesqueléticas, dificultades de movilidad, riesgo de caídas y fracturas, entre otros. Concluyendo que la falta de información para alertar a los adolescentes, la intervención de los padres y / o tutores, el maestro de Educación Física junto con el cuerpo escolar, son de fundamental importancia para los cambios de hábitos y la prevención de esta enfermedad que ha ido creciendo con cada década.

Palabras clave: Sobrepeso, Obesidad, Adolescentes.

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como tema: Fatores contribuintes para o sobrepeso e obesidade na adolescência. O sobrepeso e a obesidade são problemas que vem crescendo a cada década, A obesidade integra o grupo de Doenças e Agravos Não Transmissíveis (DANTs), tem caráter multifatorial. Vários fatores contribuem para sua prevalência, dentre eles, o atual estilo de vida da população, que se traduz em hábitos alimentares não saudáveis e atividades físicas de baixa intensidade. Entretanto, o aumento da obesidade não atinge apenas a população adulta, o público adolescente já se configura como um elemento de preocupação cada vez maior para a saúde pública.

Diante disso, o estudo visa indicar as principais causas e consequências da obesidade nessa faixa etária, fazendo um alerta principalmente aos pais e/ou responsáveis desses adolescentes, o corpo escolar, professores de educação física e outras disciplinas, e ainda profissionais de outras áreas. As questões levantadas são: Quais as principais causas que levam os adolescentes ao sobrepeso e obesidade? Quais as consequências do sobrepeso e obesidade em adolescentes. O artigo tem como objetivo reconhecer os fatores que colaboram para o sobrepeso e obesidade na adolescência.

O estudo trata-se de uma revisão da literatura, de caráter descritivo. Se utilizou de artigos sobre o tema sobrepeso e obesidade na adolescência, a busca ocorreu nas bases de dados eletrônicos da SciELO e Google Scholar, compreendendo o período de 1998 até 2018. Foram utilizados descritores simples e compostos, buscando artigos sobre “adolescência”, “sobrepeso” e “obesidade na adolescência”.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Nos dias atuais, a obesidade vem se tornando cada vez mais um problema sério a ser tratado com uma atenção especial, os índices de sobrepeso e obesidade vêm aumentando a cada década sendo classificada como epidemia (Organização Mundial da Saúde, 2013). O indivíduo que é considerado obeso, apresenta porcentagem de gordura corporal acima de 25% para homens e de 35% ou mais para mulheres (WILMORE E COSTIL, 2003, apud THUMS; 2018). A gordura corporal em excesso relacionado à massa magra, ou simplesmente obesidade, é uma condição originada de diversos motivos, cujo desenvolvimento sofre influência de fatores genéticos e ambientais.

A obesidade pode ser definida de uma maneira simplificada como o acúmulo excessivo de gordura corporal, sob a forma de tecido adiposo, sendo consequência de balanço energético positivo, capaz de acarretar prejuízos à saúde dos indivíduos (ENES; SLATER; 2010). O crescimento da obesidade na adolescência já é uma realidade nos dias atuais e se configura como um elemento de preocupação cada vez maior. As causas da obesidade são multifatoriais, estando envolvidos em sua gênese tanto aspectos ambientais como genéticos (ENES; SLATER; 2010).

A adolescência é frequentemente associada a um período do desenvolvimento humano marcado por transformações biológicas e psíquicas geradoras de inquietudes e sofrimento, sendo a emergência da sexualidade e a dificuldade em estabelecer a própria identidade alguns dos elementos associados a essa fase. Esta fase é compreendida por tempo cronológico de 10 a 19 anos de idade, sendo dividida em duas fases: de 10 a 14 anos e de 15 a 19. A fase de 10 a 14 anos é caracterizada por um período de elevada demanda nutricional já que é nesta fase que se iniciam as mudanças puberais (Organização Mundial da Saúde, 2013).

No período da adolescência, além das transformações fisiológicas, o indivíduo sofre importantes mudanças psicossociais, o que contribui para a vulnerabilidade característica desse grupo populacional. Na sociedade contemporânea, a adolescência é

considerada uma etapa caracterizada pelas dimensões psicobiológica, sociocultural e cronológica implicadas no crescimento e no desenvolvimento, as quais resultam também de contextos políticos, históricos e econômicos (DA SILVA et al., 2014). Os adolescentes podem ser considerados um grupo de risco nutricional, devido à inadequação de sua dieta decorrente do aumento das necessidades energéticas e de nutrientes para atender à demanda do crescimento.

(FEIJÓ et al., 1997 apud ENES; SLATER; 2010) chamam a atenção para a importância da consolidação de hábitos alimentares e de estilo de vida saudáveis na adolescência. Segundo os autores, é nessa fase que esses hábitos são estabelecidos e muitas vezes mantidos na vida adulta, considerando que a adolescência é um período da vida no qual ocorrem intensas mudanças físicas e psicológicas, influenciadas por fatores genéticos, étnicos e ainda pelas diferentes condições sociais e ambientais.

Através dos artigos pesquisados conseguimos identificar alguns fatores que tem influência para o adolescente atingir o sobrepeso ou a obesidade. Entre eles estão passar maior parte do tempo deles realizando atividades de baixa intensidade (assistir televisão, jogar videogame e usar o computador) e o consumo de alimentos inadequados. (OLIVEIRA et al., 2003 apud ENES; SLATER; 2010) destacam o papel do desenvolvimento econômico e do processo de urbanização sobre as modificações no estilo de vida da população, traduzidas por padrões alimentares inadequados e modelos de ocupação predominantemente sedentários.

Nos dias atuais o mundo moderno oferece diversas comodidades, tais como aparelhos de televisão, celulares, videogames, computadores, entre outros, têm favorecido a redução do gasto energético. A adoção de hábitos alimentares conhecidos como “ocidentais”, que consistem em uma alimentação rica em gorduras, especialmente de origem animal, açúcar refinado e reduzida ingestão de carboidratos complexos e fibras, tem sido apontada como condição favorecedora para o estoque energético. Além disso, a falta de informação associada à ausência de políticas de saúde que atendam adequadamente a população torna ainda mais grave e preocupante a epidemia de obesidade instalada no país (OLIVEIRA et al., 2003 apud ENES; SLATER; 2010)

No Brasil, a prática alimentar de adolescentes tem sido caracterizada pelo elevado consumo de refeições prontas, de fácil preparo e de alimentos ultraprocessados (ricos em gorduras, açúcares e sódio), paralelamente à ingestão insuficiente de alimentos in natura, tradicionais na dieta, a exemplo de feijão e hortaliças (CASTRO et

al., 2008 apud MAIA et al., 2018). Tal padrão de alimentação é influenciado, entre outros, pela adoção crescente de comportamentos alimentares não saudáveis, tais como o hábito de se alimentar em frente à TV (CAMELO et al., 2012 apud MAIA et al., 2018).

Estudos comprovam que o hábito de assistir à TV está associado à adoção de padrão alimentar não saudável entre crianças e adolescentes, incluindo o consumo de alimentos industrializados com elevado teor de sódio, açúcar e gordura, além do baixo consumo de frutas, legumes e verduras (RAMOS et al., 2013 apud ENES; LUCCHINI; 2016). No Brasil, assim como em outros países, a maioria dos comerciais veiculados na televisão aberta é relacionada aos alimentos ricos em açúcar, gordura e sal.

(DIETZ, 1998 apud ENES; SLATER; 2010) ressalta que a obesidade em adolescentes resulta do desequilíbrio entre atividade reduzida e excesso de consumo de alimentos densamente calóricos, tendo mostrado que o número de horas que um adolescente passa assistindo TV é um importante fator associado à obesidade, acarretando um aumento de 2% na prevalência da obesidade para cada hora adicional de televisão em adolescentes de 12 a 17 anos (DIETZ; GORTMAKER; 1985 apud FONSECA et al., 1998). O hábito de omitir refeições, especialmente o desjejum, juntamente com o consumo de refeições rápidas, fazem parte do estilo de vida dos adolescentes, sendo considerados comportamentos importantes que podem contribuir para o desenvolvimento da obesidade (TOJO et al., 1991 apud FONSECA et al., 1998)

Hábitos como assistir televisão, jogar videogame e usar o computador durante horas no dia a dia, é reconhecido como um fator de risco para a obesidade entre crianças e adolescentes (TREMBLAY et al., 2011 apud ENES; LUCCHINI; 2016). Sendo assim, com o avanço da tecnologia, ficou mais fácil e prático os adolescentes terem acesso a esses instrumentos tecnológicos, na maior parte do tempo utilizando esses aparelhos até como uma forma de entretenimento e distração, deixando o cuidado com o corpo e com a saúde de lado, consequentemente podendo se tornar um obeso em potencial.

As consequências da obesidade têm sido relatadas em diversos trabalhos. O excesso de gordura à saúde de adultos tem-se associado à maior ocorrência de Diabetes Mellitus, à hipertensão, ao aumento do triglicerídeo e do colesterol (WANG, 2001 apud TASSITANO et al., 2009). Em crianças e adolescentes, essa patologia se associa ao aparecimento precoce da Diabetes Mellitus tipo 2, problemas psicológicos, além de comprometer a postura e causar alterações no aparelho locomotor, e determinar maior

ocorrência de doenças cardiovasculares na idade adulta (Must, 1996 apud MONTEIRO; VICTORIA; BARRROS; 2004).

O excesso de peso corporal, já há muito tempo, deixou de ser meramente um problema de estética. Pesquisas enfatizam os danos à saúde humana causados por este distúrbio como, por exemplo, desenvolvimento da diabetes, das doenças cardiovasculares, da hipertensão, da osteoartrite e de alguns tipos de câncer, entre outras disfunções crônico-degenerativas, baixa autoestima, desconfortos musculoesqueléticos, fraturas e dificuldades de mobilidade (DE ARRUDA; HOBOLD; 2015).

A alimentação inadequada na infância e na adolescência é considerada um dos principais fatores de risco para o aparecimento precoce da obesidade e de outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como as cardiovasculares, a diabetes e o câncer, com repercussões graves durante a fase adulta (MAIA et al., 2018)

Entre os fatores de risco para a obesidade infantil e na adolescência estão o fato de ter pais obesos, a influência dos meios de comunicação, sedentarismo, alimentação inadequada, fatores genéticos, nível socioeconômico, entre outros (BREVIDELLI et al., 2015).

3. CONCLUSÃO

Através dos artigos estudados é possível concluir que a obesidade é uma doença que cresce a cada século no Brasil, e que tem caráter multifatorial, ou seja, é decorrente de vários fatores, e diante das análises realizadas as causas mais comuns para o desenvolvimento da doença nos adolescentes são os péssimos hábitos alimentares, consumo de alimentos industrializados, consumo de alimentos rico em açúcar e gorduras, o fato dos adolescentes omitirem alguma refeição durante o dia principalmente o desjejum, juntamente com o consumo de refeições rápidas, foi detectado como um fator de risco para a doença.

O hábito de realizar exercícios de baixa intensidade por um longo tempo durante o dia, como assistir televisão, jogar videogame, e a utilização de aparelhos eletrônicos como notebook, tablets e celulares, se tornando um indivíduo sedentário. Outro fator identificado é a questão de os pais serem obesos, pois a genética é um dos contribuintes para os filhos desenvolverem a doença.

Foram identificadas diversas consequências da obesidade na adolescência, causando danos à saúde com o aparecimento precoce, entre elas estão: a maior

ocorrência de Diabetes mellitus, Hipertensão, aumento do triglicérido e do colesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*), considerado como colesterol ruim, e em excesso pode ser muito prejudicial à saúde. Outras são o surgimento de doenças cardiovasculares, problemas psicológicos, disfunções crônico-degenerativas, baixa autoestima, desconfortos musculoesqueléticos, dificuldades de mobilidade, risco de quedas e fraturas.

O papel dos professores de Educação Física em conjunto com todo o corpo escolar, incluindo professores de outras disciplinas, são de fundamental importância para a prevenção do surgimento da obesidade em adolescentes, pois é através deles no dia a dia durante as aulas, que pode ser levado a informação e o conhecimento das principais causas para o desenvolvimento da doença, e quais seriam suas consequências. Utilizando métodos como a realização de oficinas e palestras envolvendo alunos, pais e/ou responsáveis, e todos que fazem parte da escola, seria possível levar o conhecimento e a importância de se ter hábitos saudáveis, assim evitando possíveis doenças ocasionadas por maus hábitos que muitos adolescentes possuem, e continuam realizando muitas vezes por falta de informação de pais e professores.

REFERÊNCIAS

THUMS, Isis Amaral. **O método hiit e seus benefícios para a qualidade de vida no século xxi**. Ijuí: Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física da UNIJUÍ, 2018.

TASSITANO, Rafael Miranda; DE BARROS, Mauro Virgilio Gomes; TENÓRIO, Maria Cecilia Marinho; BEZERRA, Jorge; HALLAL, Pedro Costa. **Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e à obesidade em adolescentes, estudantes de escolas de Ensino Médio de Pernambuco, Brasil**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 25(12):2639-2652, dez, 2009.

MAIA, Emanuella Gomes; DA SILVA, Luiza Eunice Sá; SANTOS, Maria Aline Siqueira; BARUFALDI, Laura Augusta; DA SILVA, Simoni Urbano; CLARO, Rafael Moreira. **Padrões alimentares, características sociodemográficas e comportamentais entre adolescentes brasileiros**. Rev. Brasileira epidemiologia, 2018.

ENES, Carla Cristina; SLATER, Betzabeth. **Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes**. Rev. Brasileira de epidemiologia, 2010.

Monteiro, P. Victora C. Barros F. **Fatores de risco sociais, familiares e comportamentais para obesidade em adolescentes.** Rev. Panam Salud Publica/Pan Am J Public Health 16(4), 2004.

FONSECA, Vania de Matos; SICHIERI, Rosely; DA VEIGA, Glória Valéria. **Fatores associados à obesidade em adolescentes.** Rev. Saúde Pública, 32 (6): 541-9, 1998.

DA SILVA, Julyana Gall; TEIXEIRA, Maria Luiza de Oliveira; FERREIRA, Márcia de Assunção; **ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA E AS RELAÇÕES COM A SAÚDE DO ADOLESCENTE.** Texto Contexto Enfermagem Florianópolis, Out-Dez; 23(4): 1095-103, 2014.

ENES, Carla Cristina; LUCCHINI, Beatriz Guerra, **Tempo excessivo diante da televisão e sua influência sobre o consumo alimentar de adolescentes.** Rev. Nutr., Campinas, 29(3):391-399, maio/jun., 2016.

DE ARRUDA, Miguel. HOBOLD, Edilson; **Prevalência de sobrepeso e obesidade em estudantes: relações com nível socioeconômico, sexo e idade.** Rev. Brasileira Cineantropom. Desempenho Hum., 17(2):156-164, 2015.

BREVIDELLI, Maria Meimei; COUTINHO, Raquel Machado Cavaca; COSTA, Lidiana Flora Vidoto; COSTA, Lidiane Conceição. **PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS AO SOBREPESO E OBESIDADE ENTRE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA.** Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza, 28(3): 379-386, jul./set., 2015.

- ARTIGO 13 -

ATIVIDADE FÍSICA COMO FERRAMENTA PARA O CONTROLE DE SOBREPESO E OBESIDADE INFANTIL

NUNES, José Alex Cruz
CARDOSO, Leonardo Vitor Ribeiro

RESUMO

O presente trabalho busca verificar na literatura atividades físicas que são usadas como ferramentas para o controle de sobrepeso e obesidade infantil. Trata-se de uma revisão sistemática utilizando os seguintes bancos de dados: BDTD, LILACS e Google Scholar para a busca dos artigos. Conclui-se que os tipos de atividades físicas encontrados na literatura tiveram resultados positivos quanto ao tratamento da obesidade infantil, embora falte mobilização concreta para essa intervenção acontecer.

Palavras-chave: Obesidade Infantil - Atividade Física - Estilo de Vida

ABSTRACT

The present work seeks to verify in the literature physical activities that are used as tools for controlling overweight and childhood obesity. This is a systematic review using the following databases: BDTD, LILACS and Google Scholar to search for articles. It is concluded that the types of physical activities found in the literature had positive results regarding the treatment of childhood obesity, although there is a lack of concrete mobilization for this intervention to take place.

Keywords: Childhood Obesity - Physical Activity – Lifestyle

RESUMEN

El presente trabajo busca verificar en la literatura las actividades físicas que se utilizan como herramientas para controlar el sobrepeso y la obesidad infantil. Esta es una revisión sistemática que utiliza las siguientes bases de datos: BDTD, LILACS y Google Scholar para buscar artículos. Se concluye que los tipos de actividades físicas encontradas en la literatura tuvieron resultados positivos con respecto al tratamiento de la obesidad infantil, aunque hay una falta de movilización concreta para que esta intervención tenga lugar.

Palabras clave: Obesidad infantil - Actividad física - Estilo de vida

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como temática: Atividade física como ferramenta para o controle de sobrepeso e obesidade infantil. O artigo visa conscientizar profissionais de educação física sobre a importância da atividade física para o controle de sobrepeso e obesidade infantil, bem como compilar informações para facilitar o acesso sobre o tema por profissionais da área. Com isso, o estudo visa responder as seguintes questões: Qual a situação da obesidade infantil no Brasil? Qual o estilo de vida de crianças com sobrepeso e obesidade? E quais atividades físicas são encontradas na literatura como intervenção e controle de sobrepeso e obesidade infantil?. O trabalho tem como objetivo verificar a importância da atividade física no controle de sobrepeso e obesidade infantil. O trabalho trata-se de uma revisão sistemática sobre o assunto. Os descritores da pesquisa foram extraídos do DECS e são os seguintes: “obesidade infantil”; “atividade física” e “estilo de vida”. Foram utilizados os bancos de dados BDTD, LILACS e Google Scholar para a busca dos artigos.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

“Obesidade infantil é considerada um distúrbio nutricional e metabólico, caracterizado pelo acúmulo excessivo de gordura” (VIEIRA et al, 2016). Porém, também causada por maus hábitos, não só alimentares, mas de vida, levando ao aparecimento de diversas doenças crônicas como hipertensão, diabetes, aterosclerose, artrite, artrose entre outras. Segundo dados da OMS (organização mundial da saúde), o percentual de indivíduos obesos no Brasil em 2014 chegou aos 20%, tendo maior prevalência em mulheres, 22,7%. Em relação ao sobrepeso infantil: “estima-se que 7,3% das crianças menores de 5 anos estão acima do peso, sendo as meninas as mais afetadas, com 7,7%”. (JORNAL O GLOBO, 2017, ONLINE). Nas últimas décadas, o percentual aumentado de pessoas com obesidade teve como causa vários fatores: industrialização, falta de espaços públicos para o lazer, sedentarismo, influência dos jogos eletrônicos e da mídia. O Brasil conseguiu superar a fome, porém, hoje sofre com a população obesa. Com a industrialização, migração do homem do campo para a cidade, e por consequente, seu menor esforço nas atividades urbanas comparado as atividades do campo, com o acesso aos aparelhos eletrônicos que viciam crianças e essas não querem mais brincar, correr, se movimentar, o quadro do país foi mudando. Hoje em dia, não é difícil encontrar alguém com sobrepeso ou obesidade. Este distúrbio

acarreta vários malefícios: desenvolvimento de doenças crônicas como hipertensão, diabetes, dislipidemia, aterosclerose e maior taxa de mortalidade infantil (VIEIRA et al., 2016 & MELLO; LUFT; MEYER; 2004). Também possui malefícios nos quadros de ansiedade, depressão e autoestima (CATANEO; CARVALHO; GALINDO; 2005). O sedentarismo, os maus hábitos alimentares e aspectos psicológicos são os principais fatores para o aparecimento da obesidade, já que estudos apontam que os casos de surgimento da doença atrelada a fatores biológicos são minoria (CATANEO; CARVALHO; GALINDO; 2005) o mesmo pensamento se encontra em Vieira et al. (2016). A forma como essa gordura é distribuída no corpo contribui para a gravidade da obesidade, aumentando o risco metabólico (MUOTRI, 2007 apud MESQUITA, 2010, P.20).

Segundo Souza e Júnior (2005, p.72 apud MESQUITA, p.20), de acordo com essa distribuição, a obesidade pode ser caracterizada em dois tipos: ginóide e andróide. Segundo um volume temático do caderno de saúde pública, é criticada a escassez de estudos no Brasil sobre problemas nutricionais e cita que o estudo mais recente se deu em 1997, que foi a pesquisa sobre padrões de vida (PPV). Porém, diz que esses estudos bem analisados podem contribuir para a discussão sobre a temática. Há pouco interesse pelo estudo voltado à obesidade pelo fato dos países não desenvolvidos, antes, sofrerem por desnutrição energético proteica. (CAMPOS, 1995 apud CATANEO; CARVALHO; GALINDO; 2005). O Brasil passou por uma transição demográfica, epidemiológica e nutricional, nos últimos 20 anos. As características e o estágio de desenvolvimento da transição são diferentes de país para país latino-americanos. No entanto, uma coisa em comum é o desenvolvimento da obesidade, o que influencia no perfil de morbimortalidade da população devido a doenças associadas a este distúrbio: diabetes, câncer e doenças cardiovasculares (FIOCRUZ, ENSP, 2003). Segundo Vieira et al. (2016), os principais fatores que desencadeiam a obesidade são os maus hábitos e o sedentarismo. As maiores dificuldades em mudar o quadro de prevalência desse distúrbio são o não entendimento da criança da gravidade dessa doença e a imprescindível ajuda dos pais, sua disponibilidade e colaboração para mudança de hábito alimentar e adesão a atividades físicas (IZIDORO; PARREIRA, 2010, apud VIEIRA et al., 2016). Segundo Mello; Luft e Meyer(2004), a obesidade é causa e consequência do sedentarismo, já que o sedentarismo, junto com outros fatores, leva a obesidade, que por sua vez leva a um estilo de vida ainda mais sedentário.

Outro fator que “pesa” no surgimento da obesidade são os meios de comunicação, influenciando no consumo de produtos industrializados pelas crianças (ARAUJO, 2009 apud VIEIRA et al., 2016). Propagandas (cerca de 53%), tem como teor lanches e refrigerantes e são reproduzidas no horário de programas voltadas ao público infantil e adolescente (GRAZINO E AMANCIO, 1998, apud MELLO; LUFT; MEYER; 2004). O hábito de passar horas na TV, videogame e aparelhos eletrônicos rouba o tempo em que a criança poderia realizar alguma atividade física. A modernidade, o acesso que as crianças têm aos aparelhos eletrônicos como videogame, celulares, entre outros, influenciam no estilo de vida sedentário, gerando ansiedade e compulsão alimentar e causando o acúmulo de gordura (MOURA, 2010, apud VIEIRA et al., 2016).

A literatura associa a prevalência de obesidade infantil à falta de atividades físicas, hábitos de vida sedentário e alimentação inadequada. Diversos estudos apontam atividades físicas como coadjuvante para o controle da obesidade infantil. WHO (2010, apud TESTA; POETA; DUARTE, 2017), informa que os níveis adequados de atividade física diária para a faixa etária de 5 a 17 anos é de 60 minutos de atividades moderada e vigorosa, devendo ser predominante atividades aeróbicas, associando com atividades de força 3 vezes na semana. Os exercícios físicos reduzem a massa corporal total, a gordura corporal, além manter o tecido corporal magro, ademais, ajuda a reduzir o risco de doenças crônicas como diabetes mellitus, doenças cardíacas e alguns tipos de câncer (FERREIRA 2013).

Alguns autores indicam atividades recreativas como potencial para intervir na obesidade infantil. Segundo o estudo de ensaio clínico randomizado de Testa, Poeta e Duarte (2017), que tiveram por objetivo investigar os efeitos de atividades recreativas sobre os indicadores de obesidade de crianças obesas, contaram com 11 crianças no grupo controle e outras 11 no grupo de intervenção com idade de 8 e 9 anos. Houve, no grupo de intervenção, redução dos valores de IMC, do percentual de gordura corporal e na dobra cutânea subescapular, em 12 semanas de intervenções, porém as crianças permaneceram na classificação de obesidade segundo o IMC. Corroborando com os resultados deste estudo, MILITÃO et al. (2013, apud PAES; MARINS; ANDREAZZI 2014), acompanharam 34 escolares obesos de 9 a 11 anos, durante o intervalo entre as aulas, com um programa de 10 semanas de exercícios recreativos e verificaram o aumento de VO₂ MÁX. e redução de LDL, pressão arterial, triglicérides e colesterol

total. Ambos os estudos foram aliados a orientação nutricional e hábitos de vida saudável. MOREIRA (2017), em um ensaio clínico controlado com crianças de 6 a 11 anos, procurando verificar os efeitos de um programa de intervenção com exercícios aeróbicos recreativos no excesso de peso do grupo, concluiu que o programa de treinamento com duração de 10 semanas, foi eficaz na redução do IMC em escolares. Oliveira (2018), também verificou efeitos positivos na perda do percentual de massa gorda, aumento de massa magra e melhoras na composição corporal por meio de um programa de futebol recreativo, durante 3 meses. Paes; Marins e Andreazzi (2014), concluíram que atividades lúdicas, recreativas, esportes e lutas são as melhores opções para o público infantil, visto que o treinamento resistido feito de forma tradicional, em salas de academia, não são bem aceitos pelas crianças, por ser algo tedioso e repetitivo. Os exercícios físicos, trabalhados de forma lúdica, podem favorecer o desenvolvimento do hábito de fazer exercícios e ajudar os alunos em sua perda ponderal (FERREIRA 2013).

Borfe et al. (2017), verificaram estudos que correlacionavam obesidade e capacidade cardiorrespiratória e concluiu-se que os altos níveis de IMC estão inversamente relacionados ao condicionamento aeróbio, com os indicadores de adiposidade corporal e outros fatores de risco cardiovascular. A baixa capacidade aeróbia gera pouca captação de oxigênio, não usando ácidos graxos como fonte de energia e não reduzindo a gordura corporal. Sabia (2004, apud MOREIRA 2017), observou a redução dos níveis de LDL, colesterol e triglicérides de escolares obesos num programa de 16 semanas por meio do treinamento intermitente aeróbio. Tenório (2016, apud MOREIRA 2017), também demonstrou vários estudos que teve como resultado a redução de IMC, por meio do treinamento intervalado. Sobral (2017), analisou os efeitos do treino de alta intensidade em circuito e verificou a redução do peso corporal, IMC, massa gorda e aumentando a massa magra e a taxa metabólica basal. Comparado com outros estudos que usaram treinamento aeróbio e anaeróbio, este foi mais satisfatório. Mandicaju (2018), corroborando com este estudo, verificou o aumento significativo de massa magra corporal, TMB, em escolares de 8 e 9 anos, no período de 3 meses por meio do treinamento funcional.

Sobre o treinamento resistido, Schranz et al. (2013, apud PAES; MARINS; ANDREAZZI 2014), verificaram o aumento da massa muscular e redução do percentual de gordura em um programa de seis meses de treinamento. Santarém (1996) e Ceddia

(1998) (apud SABIA; SANTOS; RIBEIRO 2004), também indicam o exercício resistido como uma opção eficiente para o combate da obesidade, visto que há uma mobilização de ácidos graxos livres e manutenção sobre os níveis teciduais de gordura, ademais, há o aumento da massa magra, o que eleva o metabolismo basal por várias horas após a sessão de treinamento. Sabia; Santos e Ribeiro (2004), também apontam efeitos positivos do treinamento anaeróbio. como a diminuição de 3,7%% da massa corporal total e, conseqüentemente 7,6% do IMC, diminuição significativa dos níveis de LDL e colesterol total dos participantes da pesquisa. Mesmos resultados positivos são encontrados no estudo de Fernandez et al. (2004), que verificaram a diminuição estatisticamente significativa da massa corporal e IMC, quando comparados os valores inicial e final do estudo. SANTARÉM (2014, apud SOUSA 2018), diz haver grandes melhoras na aptidão cardiovascular, composição corporal e lipídeos sanguíneos por meio do TR.

3. CONCLUSÃO

Os autores estudados convergem a um mesmo pensamento: a obesidade é uma doença que cresce no Brasil, devido aos péssimos hábitos alimentares, consumo de alimentos industrializados, alimentação pobre em fibras e rica em gorduras; hábito de passar horas na frente da TV, videogames, aparelhos eletrônicos, entre outros, ocasionando o sedentarismo, o que, por sua vez, gera a obesidade por haver uma ingestão calórica maior do que o gasto calórico, e isso gera o crescimento do sedentarismo (VIEIRA et al., 2016) do mesmo pensamento compactuam Mello; Luft; Meyer (2004). A alta intensidade do exercício parece estar associada a uma maior perda de gordura corporal, e elevado metabolismo basal pós exercício, porém os indivíduos destreinados não conseguem treinar com uma intensidade elevada, sendo necessário haver uma progressão de treinamento até o condicionamento necessário para tal (PAES; MARINS; ANDREAZZI 2014).

Conclui-se que apesar de existirem muitos estudos sobre intervenção no quadro de obesidade, falta mobilização concreta para essa prática de intervenção acontecer, visto que, a criança por si só não tem uma opinião formada sobre o assunto e não vai decidir mudar seus hábitos, o que torna imprescindível a adesão dos pais nesse processo, alterando o seu estilo de vida em casa para, assim, influenciar de forma positiva os filhos. Pode-se analisar algumas intervenções em escolares, porém, por

profissionais que não atuavam na mesma. Não foi encontrado estudos sobre a intervenção do professor de educação física da própria escola sobre a temática em questão

A escola também tem um papel fundamental nesse processo de prevenção e combate a doença, uma vez que tendo a consciência dos malefícios que a obesidade poder gerar como diabetes, ansiedade, problemas cardiovasculares, baixa autoestima da criança, entre outros fatores, deve se mobilizar todos os professores para abordar a temática em suas aulas, visando conscientizar seus alunos da importância de uma alimentação saudável e da prática regular de atividades físicas, ou seja, um trabalho multidisciplinar.

REFERENCIAS

BORFE, L. et al. **Associação entre a obesidade infantil e a capacidade cardiorrespiratória:** revisão sistemática. Rio Grande do Sul: Revista Brasileira em Promoção da Saúde, 2017.

CATANEO, C.; CARVALHO, A. M. P.; GALINDO, E. M. C. **Obesidade e aspectos psicológicos:** Maturidade emocional, auto-conceito, *Locus* de controle e ansiedade. Ribeirão Preto: curso de pós-graduação em psicologia da UFRGS, 2005.

FERNANDEZ, A. C. et al. **Influência do treinamento aeróbio e anaeróbio na massa de gordura corporal de adolescentes obesos.** Campo Grande: Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 2004.

KAC, G.; MELÉNDES, G. V.. **A transição nutricional e a epidemiologia da obesidade na América Latina.** In: caderno de saúde pública (online), rio de janeiro 19(sup. 1): S4-S5, 2003.

MANDICAJU, L. **Qual o efeito de treinamento funcional no condicionamento físico e na composição corporal de escolares?.** Rio Grande do Sul: Dissertação (mestrado) da UFRGS, 2018.

MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. **Obesidade infantil:** como podemos se eficazes?. Rio Grande do Sul: jornal de pediatria Scielo, 2004.

MESQUITA, C. G. **Sobrepeso e obesidade infantil:** influência dos (maus) hábitos modernos na saúde. Rio de Janeiro: instituto de educação, ciência e tecnologia fluminense, 2010.

MOREIRA, L. L. **Sobrepeso e obesidade infantil:** utilização de diferentes metodologias de treinamentos em escolares do município de Diamantina – MG. Minas Gerais: Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, 2017.

OLIVEIRA, J. M. R. de. **O efeito de um programa de futebol recreativo de 12 semanas na aptidão física de crianças com excesso de peso e obesidade.** Porto: Dissertação de Mestrado da Faculdade de Desporto Universidade do Porto, 2018.

PAES, S. T.; MARINS, J. C. B.; ANDREAZZI, A. E. **Efeitos metabólicos do exercício físico na obesidade infantil:** uma visão atual. São Paulo: Elsevier, 2014.

FERREIRA, R. **Obesidade infantil na educação física escolar:** obesidade em escolares. São Paulo: Universidade São Francisco, 2013

SABIA, R. V.; SANTOS, J. E.; RIBEIRO, R. P. P. **Efeito da atividade física associada à orientação alimentar em adolescentes obesos:** comparação entre o exercício aeróbio e anaeróbio. Ribeirão Preto: Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 2004.

SOBRAL, M. **Impacto de um programa de treinamento funcional de alta intensidade em circuito na composição corporal de adolescentes com sobrepeso e obesidade.** Porto: Dissertação de Mestrado da Faculdade de Desporto Universidade do Porto, 2017.

SOUSA, W. A. S. **Treinamento resistido e sua influência na saúde de crianças e adolescentes.** Salvador: Universidade Regional da Bahia, 2018

TESTA, W. L.; POETA, L. S.; DUARTE, M. de F. S. **Exercício físico com atividades recreativas:** uma alternativa para o tratamento da obesidade infantil. São Paulo: Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, 2017.

VIEIRA, A. R. et al. **O impacto da mídia no desenvolvimento da obesidade infantil.** Minas Gerais: Revista científica online atenas.edu.br, 2016.

- ARTIGO 14 -

ASPECTOS DA MOTIVAÇÃO NO CONTEXTO ESPORTIVO

BRANDÃO, Igor José Lima da Silva - igorbrandao61@gmail.com

TEIXEIRA, Victor André Chaves - www.vt9@gmail.com

PIRES, Prof. Dr. Daniel Alvarez - danielpires@ufpa.br

PINTO, Prof. Dr. Ricardo Figueiredo - rfp@conhecimentoeiencia.com

RESUMO

A psicologia do esporte e do exercício (PEE) é uma vertente em ascensão da psicologia geral (VIEIRA, 2010). Sendo essa uma das perspectivas da cinesiologia, abrange o estudo científico comportamental humano no esporte e no exercício, assim como a execução prática desse conhecimento (GILL; WILLIAMS; REIFSTECK, 2017). Na área, encontra-se uma prevalência entre os pesquisadores em entender como as questões psicológicas afetam o desempenho físico ou esportivo (WEINBERG; GOULD, 2017). Diante do atual cenário esportivo, onde a preparação técnica e física dos atletas são equivalentes, Totterdell e Leach (2001) destacam a preparação psicológica como a diferencial no esporte de alto rendimento. Quando abordada sobre sua importância aos treinadores, Coimbra *et al.* (2008) demonstra que quase todos os treinadores fomentam a ideia. No entanto, a minoria considera importante possuir conhecimento nesse fator de treino, embora achem necessário um auxílio do psicólogo para o atleta. Para Vilarino *et al.* (2017), variáveis da PEE como a motivação destacam-se pois visam melhorar o desempenho no esporte, seja nos treinos ou nas competições. Além disso, Samulski (2009) afirmar que a motivação e desempenho estão em uma relação direta. Dessa forma, a motivação é tema recorrente em congressos e publicações (VIEIRA *et al.*, 2010; VIEIRA; NASCIMENTO JÚNIOR; VIEIRA, 2013; WEINBERG; GOULD, 2017).

Palavras-chave: Psicologia, Motivação, Esporte

ABSTRACT

Sport and exercise psychology (PEE) is an upward strand of general psychology (VIEIRA, 2010). This being one of the perspectives of kinesiology, it covers the human behavioral scientific study in sport and exercise, as well as the practical execution of this knowledge (GILL; WILLIAMS; REIFSTECK, 2017). In the area, there is a prevalence among researchers in understanding how psychological issues affect physical or sports performance (WEINBERG; GOULD, 2017). Given the current sports scenario, where the technical and physical preparation of athletes are equivalent, Totterdell and Leach (2001) highlight psychological preparation as the differential in high performance sport. When approached about their importance to coaches, Coimbra *et al.* (2008) demonstrates that almost all coaches promote the idea. However, the minority considers it important to have knowledge in this training factor, although they find a help from the psychologist to the athlete. For Vilarino *et al.* (2017), PEE variables such as motivation stand out because they aim to improve performance in sports, whether in training or competitions. In addition, Samulski (2009) state that motivation and performance are in a direct relationship. Thus, motivation is a recurring theme in

congresses and publications (VIEIRA et al., 2010; VIEIRA; JÚNIOR BIRTH; VIEIRA, 2013; WEINBERG; GOULD, 2017).

Keywords: Psychology, Motivation, Sport

RESUMEN

La psicología del deporte y el ejercicio (PEE) es un aspecto ascendente de la psicología general (VIEIRA, 2010). Esta es una de las perspectivas de la kinesiología, abarca el estudio científico del comportamiento humano en el deporte y el ejercicio, así como la ejecución práctica de este conocimiento (GILL; WILLIAMS; REIFSTECK, 2017). En el área, existe una prevalencia entre los investigadores al comprender cómo los problemas psicológicos afectan el rendimiento físico o deportivo (WEINBERG; GOULD, 2017). Dado el escenario deportivo actual, donde la preparación técnica y física de los atletas es equivalente, Totterdell y Leach (2001) destaca la preparación psicológica como el diferencial en el deporte de alto rendimiento. Cuando se les preguntó acerca de su importancia para los entrenadores, Coimbra et al. (2008) demuestra que casi todos los entrenadores promueven la idea. Sin embargo, la minoría considera importante tener conocimiento en este factor de entrenamiento, aunque encuentran una ayuda del psicólogo para el atleta. Para Vilarino et al. (2017), las variables de PEE como la motivación se destacan porque tienen como objetivo mejorar el rendimiento en los deportes, ya sea en el entrenamiento o en las competiciones. Además, Samulski (2009) afirma que la motivación y el rendimiento están en una relación directa. Por lo tanto, la motivación es un tema recurrente en congresos y publicaciones (VIEIRA et al., 2010; VIEIRA; JÚNIOR BIRTH; VIEIRA, 2013; WEINBERG; GOULD, 2017).

Palabras clave: Psicología, Motivación, Deporte

1. INTRODUÇÃO

A psicologia do esporte e do exercício (PEE) é uma vertente em ascensão da psicologia geral (VIEIRA, 2010). Sendo essa uma das perspectivas da cinesiologia, abrange o estudo científico comportamental humano no esporte e no exercício, assim como a execução prática desse conhecimento (GILL; WILLIAMS; REIFSTECK, 2017). Na área, encontra-se uma prevalência entre os pesquisadores em entender como as questões psicológicas afetam o desempenho físico ou esportivo (WEINBERG; GOULD, 2017).

Diante do atual cenário esportivo, onde a preparação técnica e física dos atletas são equivalentes, Totterdell e Leach (2001) destacam a preparação psicológica como a diferencial no esporte de alto rendimento. Quando abordada sobre sua importância aos treinadores, Coimbra *et al.* (2008) demonstra que quase todos os treinadores fomentam a ideia. No entanto, a minoria considera importante possuir conhecimento nesse fator de treino, embora achem necessário um auxílio do psicólogo para o atleta. Para Vilarino *et al.* (2017), variáveis da PEE como a motivação destacam-se pois visam melhorar o

desempenho no esporte, seja nos treinos ou nas competições. Além disso, Samulski (2009) afirmar que a motivação e desempenho estão em uma relação direta. Dessa forma, a motivação é tema recorrente em congressos e publicações (VIEIRA *et al.*, 2010; VIEIRA; NASCIMENTO JÚNIOR; VIEIRA, 2013; WEINBERG; GOULD, 2017).

A motivação pode ser entendida como a direção e intensidade do esforço, ou seja, o quanto o indivíduo se esforça para buscar determinada situação (SAGE, 1977; WEINBERG; GOULD, 2017). Sobre a motivação no esporte, existem duas teorias fundamentais; a Teoria da Autodeterminação (SDT: *Self-Determination Theory*) (DECI; RYAN, 1985) e a Teoria das Metas de Realização (AGT: *Achievement Goal Theory*) (NICHOLLS, 1984). A SDT está focada na satisfação de necessidades psicológicas básicas e a AGT concentra-se nos fatores pessoais e situacionais, como o clima motivacional.

Olympiou, Jowett e Duda (2008) afirmam que a prática interpessoal entre treinador e atleta é fundamental no processo de treinamento e consequentemente, aumentou o interesse de pesquisadores pelo tema. Além disso, estudos buscam compreender como o clima motivacional influencia na orientação de metas e no nível de motivação de uma pessoa (NTOUMANIS; BIDDLE, 1999; DUDA, 2005). O clima motivacional será gerado e determinado, sendo positivo ou negativo, por todo o contexto social no qual o atleta vive, ou seja, não só pelos treinadores, mas também por amigos, familiares e companheiros de equipe (DUDA; BALAGUER, 2007; GONÇALVES *et al.*, 2010).

Além do mais, deve-se considerar o padrão motivacional exibido pelos atletas. Para Valentini e Rudissil (2006), as crianças e adolescentes que exibem um padrão de adaptação quando enfrentam falhas, canalizam o seu foco à estratégias para vencê-las e mantêm as expectativas altas, visando o desempenho futuro. Ainda corroborando os mesmos autores, os atletas jovens que não possuem um padrão adaptativo, não tomam medidas efetivas e possuem visões pessimistas sobre o desempenho.

Os padrões motivacionais gerados pelo clima motivacional também irão influenciar no desempenho dos atletas, tanto nos treinamentos quando nas competições (AMES, 1992). Segundo Torregrossa *et al.* (2008), estudos que investigam a influência do treinador, buscam compreender o clima motivacional criado, sua satisfação, abandono esportivo, efeito do estilo de comunicação na ansiedade ou na percepção dos

atletas. Portanto, o presente estudo segue a tendência dos pesquisadores da área, visto que busca identificar as características da motivação no contexto esportivo e do clima motivacional gerado pelo treinador.

2. A MOTIVAÇÃO NO CONTEXTO ESPORTIVO

Objeto de estudo da psicologia, a motivação pode ser entendida como a totalidade dos fatores pessoais e ambientais que determinam o comportamento dirigido a um objetivo (SAMULSKI, 1995, 2009). No esporte, as técnicas de motivação têm como objetivo o desenvolvimento de condutas desejáveis de comportamento e quando executadas por treinadores, no âmbito do treinamento, devem ter como objetivo a geração da capacidade de automotivação no atleta (motivação intrínseca), autocontrole e a capacidade de assumir responsabilidade em situações de fracasso (SAMULSKI, 2009).

No que se refere à motivação para o rendimento esportivo, entende-se como a vontade de melhorar ou manter o seu desempenho, além de ser caracterizada como a procura pelo êxito, por evitar o fracasso, mostrar melhor rendimento do que outras pessoas e se orgulhar do seu talento (HECKHAUSEN, 1980; GILL, 2000; SAMULSKI, 2009; WEINBERG; GOULD, 2017). Para explicar a motivação no contexto esportivo, a Teoria da Necessidade de Realização (*Need Achievement Theory*) (MCCLELLAND, 1961; ATKINSON, 1974) tem sido assumida como modelo para outras abordagens que surgiram a posteriori, como: a Teoria da Autodeterminação e a Teoria das Metas de Realização.

De acordo com Roberts (2001), a Teoria de Metas de Realização (NICHOLLS, 1984), tornou-se a mais importante abordagem no esporte, pelo fato de buscar entender não apenas a quantidade, mas também a qualidade da motivação (NTOUMANIS; BIDDLE, 1999; CID *et al.*, 2012). Nesta teoria, tem-se como ideia principal a percepção do indivíduo como um organismo intencional, direcionado por alguns objetivos para uma meta operante à partir de forma racional (MATA *et al.*, 2013). A metas de realização de um indivíduo é o principal fator para julgar sua percepção de competência e de conquista, seja de sucesso ou fracasso (MATA *et al.*, 2013; WEINBERG; GOULD, 2017). Portanto, sucesso ou fracasso após o resultado de uma ação, dependerá do reconhecimento concedido pelo indivíduo em relação a sua meta de realização, porque o que significa sucesso para um, pode ser interpretada como fracasso para outro.

A orientação das metas dá-se de duas formas: orientação para a tarefa ou domínio (*task or mastery involvement*) e para o ego ou resultado (*ego or performance involvement*). A orientação para a tarefa caracteriza-se quando o indivíduo julga suas habilidades de acordo com seus próprios padrões de referência e baseia-se principalmente na melhoria pessoal e esforço máximo. A orientação para o ego evidencia-se quando suas habilidades forem julgadas por critérios normativos, ou seja, a importância em demonstrar capacidade superior aos outros (NICHOLLS, 1984; DUDA; NICHOLLS, 1992; BALAGUER *et al.*, 1997; VAZOU; NTOUMANIS; DUDA, 2006; CID *et al.*, 2012).

O indivíduo orientado a tarefa possui uma base mental mais forte diante do fracasso, concentra-se na perseguição do sucesso com foco nos padrões de si próprio, ficando esse menos suscetível a pensamentos negativos, decréscimos motivacionais e criando uma ética de trabalho mais sólida. Em contrapartida, a orientação ao resultado torna o indivíduo suscetível em diminuir sua percepção de esforço e de se comparar com os demais, consequentemente para preservar sua autovalorização, opta por tarefas mais fáceis (WEINBERG; GOULD, 2017).

Nicholls (1984) ainda expõe a ideia de que as ações dos indivíduos se adequam para o alcance de suas metas, de uma forma eficaz, ou seja, essa ação maximizará os ganhos, consequentemente reduzindo as perdas. Mesmo que uma ação falhe em conseguir sua principal meta, de certa forma, ela deve ter possuído algum proveito, não pode ser inútil. Baseando-se nessa abordagem, além de fatores pessoais, os fatores situacionais como o clima motivacional, influenciam na orientação das metas (DUDA; HALL, 2001; CID *et al.*, 2012).

3. CLIMA MOTIVACIONAL E A RELAÇÃO COM O TREINADOR

Marques *et al.* (2015), afirma que o clima motivacional possui grande influência por fatores extrínsecos, ou seja, de pessoas do laço familiar, amigos e até mesmo de um relacionamento afetivo, no contexto esportivo, tem-se o treinador. Treinadores criam direto e indiretamente atmosferas motivacionais que são importantes na facilitação e qualidade da motivação (DUDA; HALL, 2001; WEINBERG; GOULD, 2017).

Segundo Ames (1992) dois climas motivacionais precisam ser destacados: orientado para a tarefa ou domínio e para o ego ou resultado. O primeiro, incentiva o

esforço, a melhoria individual, o erro faz parte do desenvolvimento, maior satisfação com o progresso pessoal e desenvolve a motivação intrínseca, enquanto o segundo, estimula a comparação interpessoal, competição com o companheiro de equipe e a motivação extrínseca (AMES, 1992; NTOUMANIS; BIDDLE, 1999; VAZOU; NTOUMANIS; DUDA, 2006).

De acordo com Balaguer *et al.* (1997), quando o clima motivacional tem uma orientação para à tarefa, o atleta irá demonstrar alto nível de motivação, maior esforço, ansiedade irrelevante, interesse intrínseco, diversão, menor abandona da atividade e maior percepção de controle sobre as ações. No entanto, o clima orientado para o resultado, irá gerar redução do esforço, maior preocupação com a competência, principalmente diante de situações de insucessos, altos níveis de ansiedade e menor percepção de controle sobre as ações (DUDA; HALL, 2001).

No momento em que o treinador gera o clima motivacional com envolvimento para a tarefa, os atletas têm maior possibilidade de desenvolverem padrões motivacionais adaptativos e positivos, no entanto, quando o clima é com envolvimento para o ego, as possibilidades são dos atletas desenvolverem modelos negativos e não efetivos (OLYMPIOU; JOWETT; DUDA, 2008). O clima que envolve a tarefa, relaciona-se positivamente com o bem estar e satisfação, enquanto, o clima que envolve o ego relaciona-se com a ansiedade e angustia (PENSGAARD; ROBERTS, 2000; REINBOTH; DUDA, 2006; SMITH; SMOLL; CUMMING, 2007).

4. CONCLUSÃO

Diante da pesquisa apresentada, o trabalho de motivação no desporto é essencial para um bom desempenho do atleta. Seus familiares e parceiros do determinado esporte terão uma influência considerável no clima motivacional destes atletas. No entanto, o papel do treinador, bem como sua interferência psicológica, é um dos principais fatores que interverem no rendimento do esportista.

É notável que o clima motivacional voltado ao alcance do sucesso é mais positivo para o atleta, quando comparado com o indivíduo que foca em evitar o fracasso. Uma estrutura psicológica mais segura e voltada à superação de suas próprias metas torna o atleta mais empenhado e mais positivo, tornando-se mais difícil de ser abalado e mantendo uma autoconfiança mais duradoura.

REFERÊNCIAS

ATKINSON, J. W. Strength of motivation and efficiency of performance. **Motivation and achievement**. Washington: V. H. Winston, 1974.

AMES, C. Classrooms: Goals, structures, and student motivation. **Journal of Educational Psychology**, v. 84, p.261–271, 1992.

BALAGUER, I. *et al.* Análisis de la validez de constructo y de la validez predictiva del cuestionario de clima motivacional percibido en el deporte (PMCSQ-2) con tenistas españoles de competición. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 11, p.41-58, 1997.

CID L.; MOUTÃO J.; LEITÃO J.; ALVES J. Translation and validation of the exercise adaptation of the Perceived Motivational Climate Sport Questionnaire. **Motriz**, v 18, p.708-720, 2012.

COIMBRA, D. R. *et al.* A importância da psicologia do esporte para treinadores. Conexões: **Campinas: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, v. 6, p. 419-429, 2008.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior**. New York: Plenum, 1985.

DUDA, J. L. Motivation in sport: The relevance of competence and achievement goals. **Handbook of competence and motivation**. New York: Guilford Press, 2005.

DUDA, J. L.; HALL, H. Achievement goal theory in sport: Recent extensions and future directions. **Handbook of sport psychology**. 2 ed. New York: Wiley & Sons, p. 417- 443, 2001.

DUDA, J.; NICHOLLS, J. Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. **Journal of Educational Psychology**, Washington, v. 84, p. 290-299, 1992.

GONÇALVES, C. E. *et al.* Efeito da experiência do treinador sobre o ambiente motivacional e pedagógico no treino de jovens. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. v. 24. p.15-26, 2010.

GILL, D. **Psychological Dynamics of Sport and exercise**. Champaign, IL: Human Kinetics. 2ª. Ed. 2000.

GILL, D.L.; WILLIAMS, L.; REIFSTECK, E.J. **Psychological dynamics of sports and exercise**. Champaign: Human Kinetics, 2017.

HECKHAUSEN, H. **Motivation und Handeln**. Berlin, Springer, 1980.

MARQUES, M. *et al.* El estilo de comunicación de entrenador y la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores e compañeros. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, v. 15, n. 2, p.47- 54, 2015.

MATA, J. F. G. *et al.* Clima motivacional en deportes individuales y de conjunto en atletas jóvenes mexicanos. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte**, v. 8, n. 2, p. 393-410, 2013.

MCCLELLAND, D. C. **The achieving society**. New York: The Free Press, 1961.

NICHOLLS, J. Achievement Motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task Choice, and Performance. **Psychological Review**, Washington, v. 91, n. 3, p. 328-346, 1984.

NTOUMANIS, N.; BIDDLE, S. A review of motivational climate in physical activity. **Journal of Sports Sciences**, v. 17, p. 643–665, 1999.

OLYMPIOU, A.; JOWETT, S.; DUDA, J. L. The psychological interface of the coach-created motivational climate and the coach-athlete relationship. **The Sport Psychologist**, n. 22, p. 423–438, 2008.

PENSGAARD, A. M.; ROBERTS, G. C. The relationship between motivational climate, perceived ability and sources of distress among elite athletes. **Journal of Sports Sciences**, n. 18, p. 191–200, 2000.

REINBOTH, M.; DUDA, J. L. Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. **Psychology of Sport and Exercise**, n. 7, p. 269-286, 2006.

ROBERTS, G. Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. **Advances in Motivation in Sport and Exercise**. Champaign-Illinois: Human Kinetics, p.1-50, 2001.

- ARTIGO 15 -

DOENÇAS CRÔNICAS E DEGENERATIVAS: Diabetes, relação de prevenção e conscientização entre família e criança.

LEAL, Idayla Fernandes - idaylafernandes@gmail.com
SILVA, Nathalia Larissa Nagata da - nagatalarissa@gmail.com
PINTO, Ricardo Figueiredo – rfp@conhecimentoeciencia.com

RESUMO

As doenças crônicas são caracterizadas pela deterioração progressiva da saúde, dentre elas a diabetes que vem recebendo destaque, pois representa hoje, no Brasil, uma das maiores causas de morbimortalidade, a doença na infância pode trazer implicações para o desenvolvimento das crianças, mudanças nas suas condições físicas, deficiências no desenvolvimento e dificuldades de aprendizagem, limitando suas atividades diárias. A partir uma revisão bibliográfica, utilizando o método clínico qualitativo como procedimento da pesquisa e como base lógica de investigação, foi utilizando o método dialético, o artigo busca explicar as relações concretas e efetivas por trás da relação de prevenção e conscientização entre família e criança com diabetes. Portanto, é necessário a implantação e o uso de novas políticas públicas de saúde e educação voltadas à área escolar e familiar, com o intuito de levar informações e gerar uma conscientização coletiva sobre diabetes.

Palavras-chave: Diabetes. Conscientização. Criança.

ABSTRACT

Chronic diseases are characterized by progressive deterioration of health, among them diabetes that has been highlighted, as it represents today, in Brazil, one of the major causes of morbidity and mortality, childhood disease can have implications for the development of children, changes in their physical conditions, developmental disabilities and learning disabilities, limiting their daily activities. Based on a literature review, using the qualitative clinical method as a research procedure and as a logical basis for research, the dialectical method was used. The article seeks to explain the concrete and effective relationships behind the prevention and awareness relationship between family and child with diabetes. Therefore, it is necessary to implement and use new public health and education policies aimed at the school and family area, in order to bring information and generate a collective awareness about diabetes.

Keywords: Diabetes. Awareness. Child.

RESUMEN

Las enfermedades crónicas se caracterizan por un deterioro progresivo de la salud, entre ellas la diabetes que se ha destacado, ya que representa hoy, en Brasil, una de las principales causas de morbilidad y mortalidad, la enfermedad infantil puede tener implicaciones para el desarrollo de los niños, cambios en su condiciones físicas, discapacidades del desarrollo y discapacidades de aprendizaje, lo que limita sus actividades diarias. Basado en una revisión de la literatura, utilizando el método clínico cualitativo como procedimiento de investigación y como base lógica para la investigación, se utilizó el método dialéctico. El artículo busca explicar las relaciones concretas y efectivas detrás de la relación de prevención y conciencia entre la familia y

el niño con diabetes Por lo tanto, es necesario implementar y utilizar nuevas políticas de salud pública y educación dirigidas al área escolar y familiar, con el fin de traer información y generar una conciencia colectiva sobre la diabetes.

Palabras clave: diabetes. Conciencia Niño

1. INTRODUÇÃO

As doenças crônicas degenerativas são doenças que aliadas a um conjunto de fatores levam a deterioração progressiva da saúde, Pilger e Abreu (2007) caracterizam a doença crônica na infância e adolescência como de curso demorado, progressiva e com riscos para o desenvolvimento físico e mental, ou seja, doenças que atuam de forma evolutiva, agravando o quadro do paciente ao passar do tempo, acabam por comprometer as funções vitais do ser humano em caráter irreversível e crescente, contudo existem tratamentos para o controle do desenvolvimento dessas patologias.

De acordo com Freitas e Rino Mendes (2007, p 5 apud Freitas MC, 1999) a condição crônica constitui um complexo, contínuo, permanente e requer estratégias necessárias para mudança de estilo de vida; Condição crônica é caracterizada por longa duração e necessita de um preparo mental para adaptar-se e ter precauções na vida que envolve estratégias, para lidar com os sintomas, e enfrentar a mudança no estilo de vida, relações familiares e sociais; Doença crônica é uma condição incapacitante que requer longo tempo de cuidado, além de contínua e concomitante ação de prevenção primária, secundária e serviço de reabilitação. O processo de cura é muito lento ou inexistente com a idade, gerando incapacidade residual e algumas vezes frequente recorrências da doença.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) confirma o aumento da prevalência das doenças crônicas, principalmente as doenças do aparelho circulatório, neoplasias e diabetes, expressa as intensas mudanças ocorridas nos padrões de adoecimento globais na segunda metade do século XX (YUSUF et al., 2001a). Nesse contexto, o diabetes vem recebendo destaque, pois representa hoje, no Brasil, uma das maiores causas de morbimortalidade (YUSUF et al., 2001a).

A OMS estima que o número de portadores da doença em todo o mundo, em 2000, era de 177 milhões, com expectativa de alcançar 350 milhões de pessoas em 2025. No Brasil, a Federação Internacional de Diabetes estima uma incidência de 7,7 novos casos/100 mil crianças/adolescentes/ano na faixa etária de 0 a 14 anos. Tal

incidência tem aumentado, principalmente na população infantil com menos de 5 anos de idade (FLORENTINO; CANABARRO, 2014).

2. JUSTIFICATIVA

Em meio a índices alarmantes sobre a diabetes como uma das maiores causas da morbimortalidade faz-se necessário a criação de políticas públicas de educação e saúde, a fim de conscientizar crianças e adolescentes ainda na escola para a questão dos danos causada pela doença e medidas ativas para prevenção através do debate sobre saúde coletiva.

3. QUESTÕES NORTEADORAS (1 A 4)

- 1) De que forma é desenvolvida a conscientização da criança com diabetes?
- 2) Diabetes, como prevenir?
- 3) Existem ações de Políticas publicas de educação e saúde voltada para o contexto familiar?

4. OBJETIVO GERAL

O objetivo deste artigo é ressaltar a importância de conscientizar crianças e seus familiares sobre diabetes, através de debates, sendo desenvolvidas ações em sala de aula e junto ao convívio familiar, com o intuito de promover uma melhoria na vida da população, pois segundo Oliveira e Gonçalves (2004, p. 761), “a educação em saúde, pela sua magnitude, deve ser entendida como uma importante vertente à prevenção, e na pratica deve estar preocupada com a melhoria das condições de vida e de saúde das populações”.

5. METODOLOGIA

Para a realização da pesquisa, foi realizada uma revisão bibliográfica com o intuito de fomentar discussões sobre a proposta temática dita anteriormente. Será utilizado o método clínico – qualitativo como procedimento da pesquisa, pois segundo Turato (2000):

... é o estudo teórico – e o correspondente emprego em investigação – de um conjunto de métodos científicos, técnicas e procedimentos, adequados para descrever e interpretar os sentidos e significados dados aos fenômenos e relacionados à vida do indivíduo, sejam de um paciente ou de qualquer outra pessoa participante do setting dos cuidados com a saúde (equipe de profissionais, familiares, comunidade).

De acordo com LAKATOS & MARCONI (2001), método se define como um conjunto de atividades sistemáticas e racionais que favorecem o alcance de objetivos, traçando o caminho a ser trilhado, detectando possíveis erros e auxiliando na tomada de decisões do pesquisador.

Como base lógica de investigação, foi utilizado o método dialético, que irá justamente buscar as relações concretas e efetivas por trás dos fenômenos. Sobre esta posição marxiana escreveu Walhens (*apud* Kosik 1976 p.17): "O marxismo é o esforço para ler, por trás da pseudo imediatez do mundo econômico reificado as relações inter-humanas que o edificaram e se dissimularam por trás de sua obra".

O método dialético pode ser entendido como uma interpretação dinâmica totalizante da realidade. Seu conceito equivale a uma argumentação que faz a distinção dos conceitos envolvidos na discussão. A mesma admite que os fatos não podem ser considerados fora de um contexto social, político e econômico.

6. REFERENCIAL TEÓRICO

Sartorelli e Franco (2003) referem que, no país, os principais fatores associados à maior prevalência do diabetes são a obesidade, o envelhecimento populacional e história familiar de diabetes. Além disso, um indicador macroeconômico a ser considerado é que o diabetes cresce mais rapidamente em países em desenvolvimento, o que impacta de forma muito negativa, devido à morbimortalidade precoce que atinge pessoas ainda em plena vida produtiva.

A doença crônica na infância pode trazer implicações para o desenvolvimento das crianças e de suas relações familiares, entre elas as mudanças nas suas condições físicas, deficiências no desenvolvimento e dificuldades de aprendizagem, limitando suas atividades diárias (NASCIMENTO et al., 2011).

A doença altera o ritmo de vida da criança. Se, antes, a prioridade era brincar, pular e jogar futebol, agora existem restrições; é preciso dobrar os cuidados para não cair e se machucar, o que pode provocar uma exacerbação dos sintomas e piorar o quadro. A prioridade, agora, para essas crianças/adolescentes, é a doença, e eles precisam se adaptar às suas limitações, e estas estão relacionadas às condições físicas, alimentares e de socialização (VIEIRA; LIMA, 2002, p. 557).

Moura; Moura e Guedes (2017, p.8) admitem que:

[...] desde o diagnóstico, a criança precisa receber informações para construir conhecimento sobre o processo saúde-doença. O empoderamento deste conhecimento constitui importante aliado para que a criança alcance independência e autonomia necessárias para o autocuidado.

Segundo Kaneto e Damião (2015, p. 94), o processo educativo para crianças com diabetes consiste no processo de munir a criança e sua família de conhecimentos, habilidades e técnicas que permitam o autocuidado, o manejo das crises e a aquisição de autonomia para realizar adaptações no estilo de vida das pessoas, visando ao melhor controle glicêmico, à prevenção de complicações agudas e crônicas e à qualidade de vida.

É importante ressaltar, quando se fala nas relações dialógicas entre os sujeitos sociais, os ensinamentos revelados pelo grande patrono da educação brasileira, o educador Paulo Freire. Entre suas muitas lições, destaca-se: “a educação é essencialmente um ato de conhecimento e de conscientização”; um ato construído pelos sujeitos que aprendem e ensinam por meio de suas relações dialógicas (FREIRE, 1987, p. 10-11).

Queiroz et al (2016, p 8) discorre os princípios para educar a criança sobre o diabetes devem fundamentar-se na motivação (o desejo e a necessidade de aprender sobre a doença), no contexto (idade e maturidade), na interatividade (atividade interessante e lúdica), na significância (importância do assunto), na progressividade (do simples para o complexo, em etapas), no dinamismo (interativo e prático), no reforço (metas e solução de problemas), na reavaliação, na evolução e na educação sempre continuada.

Para Oliveira e Gonçalves (2004, p. 761), “a educação em saúde, pela sua magnitude, deve ser entendida como uma importante vertente à prevenção, e na prática deve estar preocupada com a melhoria das condições de vida e de saúde das populações”.

Pelo Processo Educativo, os sujeitos participantes podem chegar a ser mais, fundamentalmente, mediante uma relação dialógica. Nessa perspectiva, acreditamos que o Diálogo seja uma fala com finalidade. É uma necessidade existencial, essencial para as relações dos sujeitos. O homem que se compromete poderá encontrar, no diálogo, um caminho para a sua libertação e para a mudança, descobrindo seu próprio significado, vislumbrando o significado de compartilhar e de ser. O diálogo pode ser entendido como um momento de encontro entre os homens para criar um momento comum de descoberta, para refletir, trocar e construir, reconhecendo-se sujeitos de seu próprio movimento (SILVEIRA et al., 2005 p. 161).

No que diz respeito a tratamento, Dima (2013, p. 4) reforça que o tratamento “consiste em atividade física, dieta e insulinoaterapia, e o paciente deve ser atendido por uma equipe multidisciplinar, composta por nutricionista, endocrinologista, psicólogo, enfermeira, dentre outros”.

Para Oliveira e Gonçalves (2004, p. 761), “a educação em saúde, pela sua magnitude, deve ser entendida como uma importante vertente à prevenção, e na prática deve estar preocupada com a melhoria das condições de vida e de saúde das populações”. A prática regular de atividades físicas é forte aliada na predição e redução desse risco, pois age de maneira específica sobre a resistência insulínica, segundo Sociedade Brasileira de Diabetes (2016, p. 230).

Segundo Duarte et al (2012).

Indivíduos fisicamente mais ativos têm níveis mais baixos de insulina circulante, melhor ação em receptores e pós-receptores de membrana, melhor resposta de transportadores de glicose, maior capilarização nas células musculares esqueléticas e melhor função mitocondrial, quando comparados com indivíduos menos ativos, independente do peso e do índice de massa corporal (IMC).

7. CONCLUSÃO

A diabetes que vem recebendo destaque é uma das maiores causas de morbimortalidade que é índice de pessoas mortas em decorrência de uma doença específica, a diabetes, essa doença crônica na infância traz implicações para o desenvolvimento das crianças mediante ao fato implica-se dizer que é de suma importância que a criança e sua família recebam apoio através de conscientização vinda pelas principais vias, escola e saúde.

A partir da implantação e o uso de novas políticas públicas de saúde e educação voltadas à área escolar e familiar, com o intuito de levar informações e gerar uma conscientização coletiva sobre prevenção e tratamento conseguiremos então conter esse mal que transita entre a população.

REFERÊNCIAS

DIMA, R. I. Reflexos dos Cuidados da Diabetes Mellitus nas Relações Familiares: Impactos, Limites e Estratégias. **Revista Em Debate**, n.11, p.01–31, 2013.

DUARTE, C.K. et al. Nível de atividade física e exercício físico em pacientes com diabetes mellitus. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v.58, n. 2, p.215-221, mar/abril, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010442302012000200018&script=sci_abstract&lng=p t. Acesso em 03 de outubro de 2019.

FREIRE, P. **Pedagogia do Oprimido**. 17ª ed. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1987.

FLORENTINO, F.R.A; CANABARRO, S.T.A **Criança e o adolescente: o que, como e por que cuidar?** Porto Alegre. Editora Moriá, 2014.

Freitas MC, Mendes MMR. **Condições crônicas de saúde e o cuidado de enfermagem**. Rev Latino-am Enfermagem 1999 dezembro; 7(5):131-3.

FREITAS, Maria Célia; RINO MENDES, Maria Manuela. Condição crônica: análise do conceito no contexto da saúde do adulto. **Rev Latino-am Enfermagem** , [s. l.], 2007. DOI scielo. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692007000400011&lng=en&tlng=en. Acesso em: 4 out. 2019.

KOSIK, Karel - **Dialética do Concreto**, 2ª ed., São Paulo: Paz e Terra, 1976.

KANETO, L.A; DAMIÃO, E.B.C. Avaliação do Conhecimento de Crianças com Diabetes tipo 1: Proposta de instrumento. **Revista Soc. Bras. Enf. Ped.** v.15, n.2, p 93-101, dez. 2015.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. - **Fundamentos de metodologia científica**. 4.ed., São Paulo, Atlas, 2001. 288p.

MOURA, D.J.M; MOURA, N.S; GUEDES, M.V.C. Development of a booklet on insulin therapy for children with diabetes mellitus type 1. **Rev Bras Enferm** , v.70, n.1, p.3-1, 2017.

NASCIMENTO, L. C. et al. Diabetes Mellitus tipo 1: Evidências da Literatura para seu manejo adequado, na perspectiva de crianças. **Rev. Escola Enfermagem USP**, v.45, n.3, p.764-9, 2011.

OLIVEIRA, H.M; GONÇALVES, M.J.F. **EDUCAÇÃO EM SAÚDE: uma experiência transformadora**. Rev Bras Enfermagem, Brasília (DF), v.57, n.6, p.761-3, nov/dez. 2004.

PILGER, C; ABREU, I.S. Diabetes mellitus na infância: repercussões no cotidiano da criança e de sua família. **Cogitare Enfermagem**, v.12, n.5, p.494-501, out/dez. 2007.

QUEIROZ, M.V.O. et al. Sensibilizando a criança com diabetes para o cuidado de si: contribuição à prática educativa. **Escola Ana Nery**. v.20, n.2, p.337-343. Rio de Janeiro, abr/jun. 2016.

SARTORELLI, D. S.; FRANCO, L. J. Tendências do diabetes mellitus no Brasil: o papel da transição nutricional. Caderno Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 19 (Sup. 1), p. S29-S36, 2003.

SILVEIRA, R.S. et al. Conceptualizando a prática da enfermagem a partir de Paulo Freire. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v.4, n.2, p.156-162, 2005.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes: 2015/2016. São Paulo: AC Farmacêutica, 2016.

Turato, E.R. - Introdução à metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: definição e principais características. **Revista Portuguesa de Psicossomática**, 2(1):93-108, 2000.

VIEIRA M.A; LIMA, R.A.G. Crianças e adolescentes com doença crônica: convivendo com mudanças. **Rev. Latino-amer. Enfermagem**, v.10, n.4, p.552-60, jul/agos. 2002.

YUSUF, S. et al. Global burden of cardiovascular diseases: part I: general considerations, the epidemiologic transition, risk factors, and impact of urbanization. *Circulation*, Dallas, v. 104, no. 22, p. 2746-2753, 2001.

- ARTIGO 16 -

A INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NOS SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM UNIVERSITÁRIOS

ASSIS, César Renato Amorim de
NASCIMENTO, Walquiria Silva do

RESUMO

A presente pesquisa bibliográfica teve como objetivo, analisar a influência do exercício nos sintomas de ansiedade e depressão em universitários. Foi feito um levantamento da literatura dos últimos cinco anos de pesquisa na plataforma *google* acadêmico. Os trabalhos selecionados deveriam estar relacionados ao exercício físico, ansiedade, depressão e universitários. Foram encontrados no total 20 trabalhos, 5 foram descartados após a leitura do resumo e 7 após a leitura do trabalho completo. A análise dos dados e resultados foram realizados a partir do diálogo entre os autores com base nos conteúdos extraídos. Concluímos que a atividade física influencia diretamente na saúde física e mental dos indivíduos, pois sua prática regular promove adaptações fisiológicas capazes de amenizar ou prevenir os sintomas da ansiedade e depressão, porém alguns dados revelaram que o seu excesso pode ser prejudicial.

Palavras-chaves: Exercício físico, Ansiedade, Depressão e Universitários.

ABSTRACT

The present bibliographic research aimed to analyze the influence of exercise on anxiety and depression symptoms in college students. A survey of the literature of the last five years of research on the *google* academic platform was made. The selected papers should be related to physical exercise, anxiety, depression and college students. A total of 20 papers were found, 5 were discarded after reading the abstract and 7 after reading the full paper. Data and results analysis were performed based on the dialogue between the authors based on the extracted contents. We conclude that physical activity directly influences the physical and mental health of individuals, since its regular practice promotes physiological adaptations that can alleviate or prevent the symptoms of anxiety and depression, but some data revealed that its excess can be harmful.

Keywords: Physical exercise, Anxiety, Depression and University students.

RESUMEN

La presente investigación bibliográfica tuvo como objetivo analizar la influencia del ejercicio sobre los síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. Se realizó una encuesta de la literatura de los últimos cinco años de investigación en la plataforma académica de *google*. Los trabajos seleccionados deben estar relacionados con el ejercicio físico, la ansiedad, la depresión y los estudiantes universitarios. Se encontraron un total de 20 artículos, 5 se descartaron después de leer el resumen y 7 después de leer el documento completo. El análisis de datos y resultados se realizó en base al diálogo entre los autores en función de los contenidos extraídos. Llegamos a la conclusión de que la actividad física influye directamente en la salud física y mental de las personas, ya que su práctica habitual promueve adaptaciones fisiológicas que pueden

aliviar o prevenir los síntomas de ansiedad y depresión, pero algunos datos revelaron que su exceso puede ser perjudicial.

Palabras clave: ejercicio físico, ansiedad, depresión y estudiantes universitarios.

1. INTRODUÇÃO

O exercício físico é um importante fator para a manutenção da qualidade de vida. Considerando esse fator, para a saúde mental, de acordo com Batista e de Oliveira (2015) apud Naci e Ioannidis (2013), a prática de atividade física tem mostrado efeitos similares aos tratamentos medicamentosos, já sendo indicados como forma de tratamento para ansiedade e depressão. (BATISTA E DE OLIVEIRA apud NACI E IOANNIDIS, 2015)

Os índices de depressão e ansiedade vêm tendo um considerável aumento a cada ano, graças ao excesso de atividades e preocupações diárias. Por sua vez, essas consomem muito tempo dos indivíduos, resultando em hábitos não saudáveis como noites sem dormir, má alimentação e falta de atividades físicas, tornando as pessoas mais propensas a desenvolver estes transtornos. Tendo em vista a grande quantidade de obrigações, os universitários recebem grande pressão da sociedade, para cumprir seu papel como estudante e cidadão.

Ao ingressar na universidade, normalmente, os indivíduos estão na fase de transição da adolescência para a fase adulta. Tal transição está diretamente associada a puberdade e a mudança de meio social, do qual ele sai da fase escolar para a fase universitária, exigindo do aluno uma série de novas posturas e responsabilidades, atrelando-se as novas relações sociais e a onda de informações diárias, podendo provocar uma instabilidade mental pela pressão causada por essa série de mudanças abruptas.

Esse trabalho desenvolveu-se por meio de uma pesquisa bibliográfica, a coleta de dados foi feita na plataforma do *google* acadêmico. A prioridade na busca foi a partir de artigos, dissertações e trabalhos de conclusão de curso publicados em português nos últimos cinco anos e que possuíam relação com exercício físico, ansiedade, depressão e universitários. Foram excluídos trabalhos que não possuíam ao menos três palavras-chaves concomitantemente no título ou no corpo do texto.

Após a busca na plataforma, foram encontrados no total 20 trabalhos, 5 foram descartados após a leitura do resumo e 7 após a leitura do trabalho completo. Durante a leitura foram feitas extrações dos seguintes dados: título, autor, ano de publicação,

objetivo, instrumentos utilizados para a coleta de dados, resultados e conclusão. Ao fim da coleta a análise foi realizada com base nos conteúdos extraídos.

Por fim, com esse trabalho buscou-se analisar as influências do exercício físico nos sintomas de ansiedade e depressão em universitários.

2. ANSIEDADE E DEPRESSÃO

A ansiedade é uma emoção que está presente na nossa vida de maneira corriqueira, surgindo em diversas situações do nosso dia a dia. Porém, em níveis elevados pode se tornar patológica ocasionando o mal funcionamento psíquico e somático, impedindo, muitas vezes, a realização de atividades diárias e interferindo na qualidade de vida do ser humano. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011)

Os sintomas do transtorno de ansiedade são mais intensos que a ansiedade normal, são eles: preocupações, tensões ou medos exagerados onde a pessoa não consegue relaxar, sensação contínua que algo ruim vai acontecer, falta de controle sobre os pensamentos e atitudes, pavor ou trauma após uma situação difícil. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011)

Os índices da depressão, assim como o da ansiedade, têm aparecido com grande prevalência na sociedade moderna, afetando indivíduos de todas as idades. Segundo Santos Jr (2018) a depressão é um “transtorno mental onde as alterações emocionais consistem em períodos prolongados de tristeza excessiva” (SANTOS JÚNIOR, 2018). E segundo dados da OMS (2018) estima-se que mais de 300 milhões de pessoas sofram com esse transtorno. (OPAS/OMS, 2018)

Seus principais sintomas são: humor deprimido, perda de interesse, prazer e energia reduzida, causando uma diminuição das atividades em geral realizadas pelo indivíduo, podem estar presentes também sintomas como ansiedade, distúrbios do sono e de apetite, sentimento de culpa ou baixa autoestima e falta de concentração. (OPAS/OMS, 2018)

Acredita-se que as causas para esses transtornos serem diagnosticados com frequência, estão relacionadas com o estilo de vida adotado pela sociedade, o estresse diário, fatores genéticos, abuso emocional, alterações fisiológicas ocorridas durante a puberdade e a menopausa. (BATISTA E DE OLIVEIRA, 2015)

Devido as diversas mudanças e adaptações da vida universitária muitos alunos apresentam sintomas de ansiedade e depressão durante o curso, que muitas vezes

atrapalham o desempenho desses alunos. É notável que a preocupação com a saúde mental desses estudantes vem crescendo e se tornando interesse de pesquisas científicas, visto que a incidência de quadros ansiosos e depressivos em jovens universitários tende a ser elevada. (DE CASSIA RONDINA ET AL, 2017; SANTOS JÚNIOR, 2018; RODRIGUES, REVERDITO E VIERA, 2018).

3. EXERCÍCIO FÍSICO COMO COADJUVANTE

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2014), qualquer ação realizada pelo musculo esquelético que requeira gasto de energia, é considerada uma atividade física. Tais tarefas podem ser: atividades físicas praticadas durante o trabalho, jogos, execução de tarefas domésticas, viagens e em atividades de lazer. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2014)

O exercício físico é uma subcategoria de atividade física e não devem ser confundidos, pois o exercício físico é planejado, estruturado, repetitivo e tem como objetivo melhorar ou manter um ou mais componentes do condicionamento físico. A atividade física moderada e intensa traz benefícios para a saúde. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2014)

Como citado acima, sabe-se que o exercício físico traz benefícios para a saúde física e psicológica. Os indivíduos com ansiedade e depressão, normalmente, possuem uma menor incidência na prática de exercícios físicos. Isso pode estar relacionado a própria doença que possui sintomas como a falta de disposição e força de vontade, lentidão psicomotora, ou aos medicamentos utilizados no tratamento que acabam comprometendo a motricidade. (BATISTA E DE OLIVEIRA, 2015)

Em sua pesquisa Junior (2018) selecionou 180 jovens, entre homens e mulheres que foram alocados em dois grupos: Grupo controle e grupo depressão. Como resultado, o pesquisador pode observar que:

“Quando os indivíduos foram comparados entre grupos, os estudantes com sintomas depressão apresentaram menores valores de VO2max comparados aos sem sintomas. O menor índice de aptidão aeróbia no grupo depressão pode ter relação com a estagnação que a patologia provoca, a qual pode desestimular as práticas esportivas e as atividades físicas em geral. Um ponto que corrobora com essa hipótese é o menor vigor encontrado no grupo com sintomas de depressão comparado ao grupo sem sintomas”

Com Dourado (2018), através de sua pesquisa, objetivou comparar o nível de atividade física, o perfil de humor e a percepção de estresse de estudantes universitários.

A pesquisa teve como amostragem 180 participantes, entre homens e mulheres. A triagem, que consistiu na coleta dos dados socioeconômicos e anamnese semiestruturada. questionários que avaliaram a aptidão para a prática da atividade física, o nível habitual de atividade física, os sintomas de ansiedade, o perfil de humor e a percepção de estresse. Os participantes foram divididos em sintomas leves e moderados/graves. O grupo de estudantes com sintomas moderados/graves apresentaram uma menor aptidão aeróbia e vigor; e uma maior tensão-ansiedade, depressão, comparados ao grupo sintomas leves.

Os dois pesquisadores a cima, tem em comum o fato de considerar os transtornos de ansiedade e depressão como fator que desestimula os indivíduos em praticar ou manter a pratica de atividade física. Isso ocorre graças a algumas características que estes transtornos tem, estimulando-os ao isolamento e a inatividade física.

O exercício físico vem sendo utilizado como uma alternativa terapêutica não medicamentosa, podendo ser uma medida de prevenção e tratamento desses distúrbios mentais. Esta atividade provoca benefícios como: a liberação de substâncias químicas como a endorfina que produz o sentimento de bem-estar, redução do estresse, melhora da autoestima, melhora a capacidade de memorização, aumenta a capacidade intelectual, além de prevenir doenças e melhorar a aptidão física e mental. (DE CASSIA RONDINA ET AL, 2017; QUEIROZ E VILELA, 2017; GONÇALVES, 2018; BATISTA E DE OLIVEIRA, 2015).

A prática de atividade física pode atuar como fator protetivo, reduzindo a probabilidade de sintomas de ansiedade e depressão. Rodrigues, Reverdito e Vieira (2018), obtiveram através do seu trabalho uma amostragem de 386 estudantes. Onde os autores tinham como objetivo analisar a associação entre a pratica de atividade física e as pontuações médias de ansiedade e depressão e estratégias de *coping* (estratégias de enfrentamento) de aproximação e negação. Onde os resultados encontrados foram que o exercício atua como esse fator protetivo reduzindo os sintomas da ansiedade e da depressão.

Tendo em vista os fatores citados acima. Toti, Bastos e Rodrigues (2018). Através de uma pesquisa de campo, colheram uma amostragem de 155 estudantes de educação física com mais de 18 anos, de qualquer período do curso e de ambos os sexos. Por meio de um questionário online, contendo os dados pessoais, escala de HAD

e perguntas relacionadas a prática de atividade física. Observou-se que, tanto para ansiedade, quanto para depressão, os resultados para praticantes de atividades físicas no lazer, de forma regular, com mais de 150 minutos semanais, apresentaram menor probabilidade de ter depressão e ansiedade.

É importante salientar que, os resultados obtidos em ambas as pesquisas, comprovam o efeito da atividade física como fator protetivo, onde a mesma serve como meio preventivo e auxiliar no tratamento de transtornos mentais como a depressão e a ansiedade.

No entanto, um aspecto importante para se obter saúde com a prática de atividades físicas é manter a sua regularidade e volume adequado. (LEITÃO,2017). Segundo achados na literatura, o excesso de exercício físico pode colaborar para um aumento dos sintomas da ansiedade e depressão, por isso, deve-se controlar a quantidade dessas atividades.

Para verificar a associação entre nível de atividade física (NAF) e transtorno mental comum (TMC) em universitários. Silva e Neto (2014), a partir de uma pesquisa quantitativa, realizada com 220 alunos de cursos da área da saúde. Através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), O SRQ-20 é a versão de 20 itens do SRQ-30 para rastreamento de transtornos mentais não psicóticos. Os resultados encontrados mostram que dos estudantes ativos apenas 32.6% apresentavam predisposição a desenvolver algum tipo de TMC, já os inativos apresentaram 67.4% de predisposição a desenvolver algum tipo de TMC.

Já Barros (2017), através da amostragem de 20 estudantes de ambos os sexos, queria identificar prevalência da Ansiedade e Depressão em universitários concluintes. Utilizando IPAQ-4 e a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD). A prevalência de sintomas nos ativos foi de 35% (6/17), nos inativos foi de 66% (2/3), destaca-se que um indivíduo ativo e um inativo, nas práticas de lazer, apresentaram sintomas em ambos os transtornos e que sintomas graves e moderados somente foram encontrados nos estudantes ativos.

Apesar de os resultados gerais apresentarem um feedback positivo em relação a atividade física e transtornos mentais na pesquisa feita por Silva e Neto (2014). Em um dos seus grupos subdivididos na sua pesquisa, apesar de terem o melhor índice de atividades dentre os outros grupos, o mesmo apresentou uma maior incidência de sintomas de transtornos mentais comuns. Os autores sinalizam assim como Barros

(2017) que isso pode ser pela pratica de excessiva e não controlada da atividade física, causando um possível agravamento nos sintomas desses transtornos.

Rondina et al (2017), A partir de sua pesquisa de natureza documental, realizada com 81 acadêmicos inscritos no Núcleo de apoio psicológico da universidade, onde a partir das fichas cadastrais os participantes foram divididos em três subgrupos de sujeitos: estudantes que relatam praticar exercícios físicos regularmente, estudantes que relataram não praticar exercícios físicos e os que relataram ter abandonado a prática de exercícios físicos. O número médio de sintomas ou queixas psicológicas em geral, encontrado entre estudantes que afirmaram praticar exercícios físicos regularmente foi menor, em comparação ao de estudantes que afirmaram não se exercitar.

4. CONCLUSÃO

Tendo como base a literatura estudada, pode ser constatado que a atividade física influencia diretamente na saúde física e mental dos indivíduos, pois sua prática regular promove adaptações fisiológicas capazes de amenizar ou prevenir os sintomas da ansiedade e depressão. Tendo isto em mente, faz-se necessário que exista uma nova postura para que hábitos mais saudáveis possam ser estimulados e assim contribuir para a diminuição dos índices de transtornos mentais.

O profissional de educação física tem papel fundamental para essas mudanças , começando pela educação primaria, incentivando o habito de pratica de exercícios desde a escola, por meio da conscientização da importância da atividade física, tornando os alunos aptos fisicamente e psicologicamente para enfrentarem os problemas do seu dia a dia e até mesmo as mudanças abruptas de cenário, como ocorre na passagem do ensino médio para a universidade.

Apesar de a maior parte dos trabalhos encontrados na literatura trazerem o exercício como benéfico para a saúde mental. Existem dados que mostraram que o excesso do exercício pode piorar o quadro de ansiedade e depressão das pessoas. Contudo, tais informações nos mostram que ainda existe uma necessidade de mais pesquisas na área, para que possamos ter maior leque de informações e subsídios para lidar com estes transtornos.

REFERÊNCIAS

BARROS, Renato Ferraz de Oliveira et al. **Ansiedade e Depressão em universitários estudantes de Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina**. Florianópolis. 2017.

BATISTA, Jefferson Isaac; DE OLIVEIRA, Alessandro. **Efeitos Psicofisiológicos do Exercício Físico em Pacientes com Transtornos de ansiedade e depressão**. Corpoconsciência, v. 19, n. 3, p. 1-10, 2016.

BRASIL. Biblioteca Virtual em Saúde. Ministério da saúde. **Ansiedade**. Curitiba. 2011. Disponível em:> <http://bvsms.saude.gov.br/dicas-em-saude/470-ansiedade><

DE CASSIA RONDINA, Regina et al. **Queixas psicológicas e prática de atividade física: um estudo com universitários em um núcleo de assistência psicológica**. Ciência & Desenvolvimento-Revista Eletrônica da FAINOR, v. 10, n. 3, 2017.

DE MELO QUEIROZ F; VILELA T. C, A. **Benefícios psicológicos resultantes da realização de exercícios físicos**. 2017. Trabalho de conclusão de curso (Bacharel em Educação Física). Faculdade União de Goyazes. Goiás.

DOURADO, Evellin Pereira et al. **Influência dos sintomas de ansiedade na aptidão aeróbia, humor e percepção de estresse em estudantes universitários**. 2018.

GONÇALVES, Lucas Souto et al. **Depressão e atividade física: Uma revisão**. 2018. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura e Bacharel em Educação Física). Universidade Federal de Uberlândia. Uberlândia.

JÚNIOR, Santos et al. **Aptidão aeróbia, humor e percepção de estresse: uma comparação entre estudantes universitários com e sem sintomas de depressão**. 2018. 83p. Dissertação (Mestrado em Ciências Aplicadas à Saúde) -Universidade Federal de Goiás – Jataí.

LEITÃO, Catarina Duarte de Oliveira Freire. **Associação entre a atividade física e o bem-estar dos jovens universitários europeus**. 2017. Tese de Doutorado. Universidade de Lisboa.

Organização Pan-Americana de Saúde. Organização Mundial da Saúde. **Folha informativa - Depressão**. Brasília: OPAS/OMS; 2018. Disponível em:> https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095.

Organização Mundial da Saúde. **Folha informativa – Atividade física**. OMS; 2018. Disponível em:>

http://actbr.org.br/uploads/arquivo/957_FactSheetAtividadeFisicaOMS2014_port_REV1.pdf

POLIANY, Oliveira Rodrigues; RILLER, Riverdito; PAULO ALBERTO, Vieira Santos. **Praticar atividade física reduz ansiedade e depressão em estudantes universitários.** In: Cuba Salud 2018. 2018.

SILVA, Adenice de Omena; NETO, Jorge Lopes Cavalcante. **Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários.** Motricidade, v. 10, n. 1, p. 49-59, 2014.

- ARTIGO 17 -

EXERCÍCIOS FÍSICOS E SUAS CONTRIBUIÇÕES NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM IDOSOS

CASTRO, Natália Cristine Rocha de - castronatalya91@gmail.com
NASCIMENTO, Igor Saraiva - igornascimento30@yahoo.com

RESUMO

Introdução e objetivo: Devido o assíduo e vigente crescimento de casos de ansiedade e depressão em idosos, o exercício físico vem se tornando um grande método não farmacológico na prevenção e tratamento dessas patologias, sendo assim o presente trabalho tem como objetivo compreender quais são esses exercícios físicos que mais podem auxiliar no tratamento e/ou prevenção de ansiedade e depressão na terceira idade. **Metodologia:** pesquisa de revisão bibliográfica, nos bancos de dados: Scielo e google acadêmico, sendo analisados três artigos no site da Scielo e seis artigos no google acadêmico, após utilização conjuntamente dos termos “depressão”, “ansiedade”, “idosos” e “exercício físico”, estarem inclusos no título dos artigos, num período de 2010 à 2019. **Resultados:** Concluiu-se que os exercícios físicos que mais mostraram significativa relação para diminuição dos níveis de ansiedade e depressão, foram os que se realizam em conjunto, com mais interação social, trabalhando mais o equilíbrio e concentração, como no caso da dança.

Palavras chaves: Depressão, ansiedade, idosos e exercício físico.

ABSTRACT

Introduction and objective: Due to the frequent and frequent growth of cases of anxiety and depression in the elderly, physical exercise has become a great non-pharmacological method for the prevention and treatment of these diseases, so the present work aims to understand what these exercises are. physical factors that can most assist in the treatment and / or prevention of anxiety and depression in old age. **Methodology:** bibliographic review search in the databases: Scielo and academic google, being analyzed three articles on the Scielo website and six articles on academic google, after using the terms "depression", "anxiety", "elderly" and " included in the title of the articles, from 2010 to 2019. **Results:** It was concluded that the physical exercises that showed the most significant relationship to decrease anxiety and depression levels were performed jointly, with more social interaction, working more balance and concentration, as in the case of dance.

Keywords: Depression, anxiety, elderly and physical exercise.

RESUMEN

Introducción y objetivo: debido al crecimiento frecuente y frecuente de casos de ansiedad y depresión en los ancianos, el ejercicio físico se ha convertido en un excelente método no farmacológico para la prevención y el tratamiento de estas enfermedades, por lo que el presente trabajo tiene como objetivo comprender qué son estos ejercicios. Factores físicos que pueden ayudar más en el tratamiento y / o prevención de la ansiedad y la depresión en la vejez. **Metodología:** investigación de revisión bibliográfica en las bases de datos: Scielo y google académico, analizándose tres artículos en el sitio web de Scielo y seis artículos en google académico, luego de usar los términos

"depresión", "ansiedad", "ancianos" y "incluido en el título de los artículos, de 2010 a 2019. Resultados: Se concluyó que los ejercicios físicos que mostraron la relación más significativa para disminuir los niveles de ansiedad y depresión se realizaron conjuntamente. más interacción social, trabajando más equilibrio y concentración, como en el caso de la danza.

Palabras clave: Depresión, ansiedad, ancianos y ejercicio físico.

1. INTRODUÇÃO

Nos dias de hoje desordens mentais como a ansiedade e depressão estão cada vez mais evidentes na sociedade, sendo de grande preocupação o crescimento cada vez mais acelerado de casos de suicídios decorrentes da negligência no tratamento, informações e conhecimento sobre essas patologias. Uma vez que, devido à falta de informações, muitas pessoas ainda possuem a percepção dessas desordens como “preguiça” ou outros adjetivos que depreciam a realidade de quem sofre com essas doenças, assim como, também, uma visão limitada sobre a abrangência do público afetado.

Devido fatores comuns na vida de muitos jovens e adultos como uma rotina acelerada e várias preocupações pessoais e sociais, se torna comum o pensamento que desordens mentais como ansiedade e depressão tenham relações diretas apenas com esses públicos, entretanto, na terceira idade essas doenças são muito frequentes também, devida às dificuldades acumuladas ao longo dos anos e as que surgem com a idade avançada.

Por exemplo, imagine uma pessoa que durante muitos anos teve uma boa qualidade de vida, de repente, ter suas mobilidades funcionais limitadas, conforme sua idade vai avançando, assim como o surgimento de doenças crônicas que são muito comuns nesta etapa da vida. São mudanças abruptas de rotina, que se tornam ainda mais difíceis se não houver apoio familiar, como infelizmente, acontece em muitos casos.

Além disso, ter tido uma rotina estressante ao longo dos anos, negligenciando sua saúde mental e física com consumo excessivo de álcool, drogas e sedentarismo, podem contribuir para o desenvolvimento dessas doenças mentais na terceira idade (FRANÇA, MURTA, 2014, p.322)

Sendo assim, a presente pesquisa se justifica devido à importância de se romper o pensamento comum que essas desordens mentais tenham relações diretas apenas com o público de jovens e adultos, uma vez que, os idosos são um público cada vez mais afetado nos dias de hoje, o que implica em várias outras questões como a falta de

investimentos públicos no tratamento através da prática de exercícios físicos, para essa faixa etária que cresce cada vez mais na sociedade, assim mostrar a importância do profissional de educação física no tratamento dessas patologias, com a necessidade de compreensão que o exercício físico pode ser realizado em qualquer idade.

A pesquisa possui o objetivo de compreender quais exercícios físicos mais podem auxiliar no tratamento e/ou prevenção de ansiedade e depressão em idosos. Sendo uma pesquisa de revisão bibliográfica, nos bancos de dados: Scielo e google acadêmico, sendo analisados três artigos no site da Scielo e seis artigos no google acadêmico, num período de 2010 à 2019, utilizando as seguintes palavras chaves que serviram de base para critério de seleção dos artigos, devendo estarem contidas no título de cada um: depressão, ansiedade, idosos e exercício físico.

2. DESENVOLVIMENTO

Transtorno de depressão e ansiedade

Os transtornos mentais nos dias de hoje são cada vez mais recorrentes na sociedade, de forma que, infelizmente, notícias sobre casos de suicídio se tornaram cada vez mais frequentes nos últimos anos. Os fatores que levam ao desenvolvimento dessas patologias podem ser de naturezas biológicas e/ou sociais, sendo assim, seus sintomas se manifestam em qualquer idade.

A ansiedade, assim como outros sentimentos, é natural do ser humano, entretanto há um limite para que esse ela seja considerada normal e não patológica.

Cury (2013) em seu livro “ANSIEDADE: como enfrentar o mal do século”, explica que:

A ansiedade vital torna-se uma ansiedade doentia quando contrai o prazer de viver, a criatividade, a generosidade, a afetividade, a capacidade de pensar antes de reagir, a habilidade de se reinventar, o raciocínio multifocal, entre outros. Um dos mecanismos psíquicos que mais transformam essa ansiedade vital numa ansiedade asfixiante é a hiperconstrução de pensamentos. Quem tem uma mente agitada, quem é uma máquina de se informar e de pensar, ultrapassou os limites saudáveis da movimentação psíquica e desenvolverá a Síndrome do Pensamento Acelerado (p. 51).

Teles (2017) sobre depressão, comenta que:

Tristeza é uma emoção natural, normal do ser humano, diante de uma perda qualquer. Ela é, pois, uma reação afetiva básica frente a situações de perda. Devemos nos lembrar que muitos dos problemas emocionais não são patológicos, mas existenciais, a não ser que tenhamos a vida como uma doença...(p. 3).

Os sintomas mais comuns da depressão são: apatia, fadiga, dificuldade de concentração, isolamento, dores crônicas e sem motivo clínico,

irritabilidade, insônia ou excesso de sono, altoimagem negativa, falta de apetite e impulsos suicidas (p. 7).

Possíveis contribuições para depressão e ansiedade em idosos

O estatuto do idoso, lei nº 10.741, de 1 de Outubro de 2003, é considerado um dos maiores feitos para a população idosa no Brasil, considerando pessoas idosas com idade igual ou superior a 60 anos, regulando à essas seus direitos assegurados. Sendo dever do estado, garantir um direito social, de proteção à vida e saúde, promovendo políticas públicas que permitam um envelhecimento saudável e digno.

Na terceira idade a probabilidade de se desenvolver transtornos de ansiedade e depressão pode ser maior do que se imagina. Os acúmulos de situações e hábitos ao longo da vida de um idoso são de suma importância na qualidade de vida que o mesmo terá em seu processo de envelhecimento.

Com a idade avançada é natural haver perda de funcionalidade e executar movimentos simples no cotidiano, como por exemplo, agachar, caminhar, elevar os braços e etc. Tornam-se complexos à medida que se vai envelhecendo, assim como em alguns casos, o aparecimento de patologias, que impossibilitam os idosos de exercer com completa autonomia suas vontades.

Habitualmente, as queixas dos idosos não são apenas de ordem física, mas também psíquica e social. Por isto, a avaliação destes indivíduos deve ser abrangente o bastante para ser capaz de detectar as alterações existentes e, até mesmo os sinais de risco iminente de alguma perda funcional, com consequente perda da autonomia. (PARADELA, 2011, p.31).

Os aspectos ambientais também devem ser levados em consideração nos fatores de contribuições para o desenvolvimento de ansiedade e depressão, por exemplo, idosos que são abandonados e/ou internados em asilos por seus familiares, possuem maior probabilidade de desenvolver transtornos de ansiedade e depressão, pois saber que há com quem contar em momentos de angústia e o afeto amenizam uma futura depressão e/ou ansiedade.

Atividades físicas e idosos com depressão e ansiedade

Percepções de saúde e doença nem sempre estiveram relacionadas às mesmas coisas, houve mudanças na forma de se pensar e tratar as diversas patologias existentes em cada período. Antigamente, saúde estava relacionada com estética, ter um corpo

bonito, dentro dos padrões impostos significava ser saudável, não levando em consideração o ser humano como um organismo complexo, biologicamente.

Hoje em dia sabe-se que ter saúde e qualidade de vida é algo além do físico, deve-se levar em consideração a complexidade do ser humano, sabendo que saúde física e mental estão correlacionadas diretamente.

Os remédios para depressão e ansiedade são fortes e costumam causar efeitos colaterais indesejáveis nos pacientes, sendo assim, como método não farmacológico, que não causa esses efeitos indesejáveis, se tem a prática de atividades físicas, que pode auxiliar no tratamento dessas desordens mentais e de outras doenças.

A prática de atividade física pode ser feita em qualquer idade, entretanto, deve-se levar em consideração e se respeitar as limitações de cada indivíduo, caso contrário, ao invés de se obter resultados positivos, pode haver uma piora no estado de saúde.

Resultados das pesquisas sobre o tema

Autor	Título	Amostra	Avaliação	Resultado
Guimarães. et al, 2011.	Ansiedade e parâmetros funcionais respiratórios de idosos de dança	18 idosos ao total. 9 praticantes de dança há no mínimo 2 anos (G1) e 9 sedentários (G2).	Inventário de ansiedade, citometria, a espirometria, monovacuumetria e questionário de Baecke para idoso.	Idosos praticantes apresentaram menor nível de ansiedade-traço.
Karin Gabriel, Adriane Pozzobon, 2013.	Efeitos da atividade física na depressão e na qualidade de vida de idosos	20 praticantes de atividades físicas e 20 não praticantes, acima de 60 anos	Inventário de Baecke e qualidade de vida: instrumento de Wogol Breef	Grupo de praticantes de atividade física teve um maior percentual sem ansiedade, melhor domínio psicológico.
Minghelli. et al, 2013.	Comparação dos níveis de ansiedade e depressão entre idosos ativos e sedentários	72 idosos, de ambos os gêneros. Divididos entre sedentários e fisicamente ativos	Competências físicas: força, equilíbrio, flexibilidade, coordenação motora, respiração, lateralidade, danças, jogos recreativos e expressão corporal, 2 vezes por semana, 1 hora de duração diária, aquecimento no início e volta à calma no final.	Os sedentários apresentaram maiores chances de desenvolver sintomas de ansiedade e depressão.
Ferreira, 2014 et al.	Avaliação dos níveis de depressão em idosos praticantes de diferentes exercícios físicos	116 idosos de ambos os sexo, acima de 60 anos.	Divisão entre grupos que praticavam musculação, hidroginástica, ginástica aeróbica, pilates e os que não praticavam exercício regular (grupo	Praticantes de ginástica aeróbica apresentaram menores escores para depressão e o grupo de controle os

			de controle)	maiores.
Gonçalves. et al, 2015.	Qualidade de vida e indicativos de depressão em idosos praticantes de exercícios físicos em academias da 3ª idade da cidade de Maringá (PR)	41 idosas, com no mínimo 3 meses de prática nas ATIs e com frequência mínima de 2 vezes por semana	Questionário socioeconômico, instrumentos de avaliação de qualidade de vida e instrumento de avaliação de indicativos de depressão.	As idosas praticantes de exercício físico nas ATIs no geral tiveram uma boa qualidade de vida e baixos índices indicativos de depressão
Teixeira. et al, 2016.	Atividade física, autoestima e depressão em idosos	61 idosos do sexo masculino e 154 do sexo feminino	Questionário de autopercepção, com informações sobre idade, sexo, escolaridade, situação financeira, conjugal, institucionalização e prática frequente de atividade física.	Idosos inativos apresentaram maiores níveis para depressão
Gouvêia. et al, 2017.	Impacto da dança sênior nos parâmetros emocionais, motores e qualidade de vida de idosos	20 idosos de ambos os sexos	Aulas com duração de 45 minutos, 3 vezes por semana, durante 3 meses, com coreografias de baixo impacto, finalizando com alongamento	Redução significativa para ansiedade estado ansiedade traço.
Melo. et al, 2017.	A influência do tempo de prática de dança de salão nos níveis de depressão de idosos	51 idosos de ambos os sexos praticantes de dança de salão	Aulas realizadas 3 vezes por semana com duração de 60 minutos. Para avaliação se utilizou o Mini Mental e depressão por inventário de Baeck, teste de relação de depressão e outros fatores independentes	Correlação negativa significativa entre tempo da prática regular de dança e depressão
Oliveira. et al, 2019.	Os efeitos da atividade física na ansiedade, depressão e qualidade de vida em idosos residentes na comunidade	156 idosos do sexo feminino e 44 do sexo masculino, entre esses tiveram 100 sedentários e 100 ativos.	Questionário de Baeck modificado, pesquisa de saúde, escala hospitalar de ansiedade e depressão e qualidade de vida	O grupo ativo apresentou maiores escores para atividade física e qualidade de vida, enquanto os sedentários mostraram escores mais altos de ansiedade e depressão

3. DISCUSSÃO

Alguns artigos não especificaram quais tipos de exercícios físicos foram analisados para se obter o resultado final, entretanto, a análise de todos mostram a prática da atividade física benéfica aos idosos, mesmo que para alguns a melhora nos níveis de ansiedade e depressão não tenham sido significativas, não se houve complicações ou agravamento nos sintomas.

É válido ressaltar que, os artigos que especificaram os tipos de exercícios e quais seus procedimentos, mostram que para se obter os resultados finais positivos, compreenderam que no mínimo os indivíduos deveriam ter 3 meses da prática de atividades físicas com frequência de 2/3 vezes na semana.

As atividades desenvolvidas que mais se mostraram significativas no tratamento e prevenção à diminuição dos níveis de ansiedade e depressão foram as realizadas contendo mais interações sociais, como a dança e a ginástica aeróbica, houve também uma correlação entre os níveis de depressão e como estava a autoestima dos pacientes, assim como, também pode ser concluído que há um processo de envelhecimento mais saudável, nos idosos fisicamente ativos, de forma que, esses são menos afetados em sua saúde mental nesse processo.

4. CONCLUSÃO

Apesar do assunto sobre depressão e ansiedade em pessoas idosas, e a prática de atividades físicas no auxílio dessas patologias ser assíduo, há uma dificuldade em se encontrar estudos recentes que abordem a correlação desses fatores.

Entretanto, nos artigos encontrados, concluímos que a prática de atividades físicas com orientação adequada, se mostra de grande eficiência para o tratamento e prevenção de distúrbios mentais como ansiedade e depressão.

No caso dos idosos, o estudo foi concluído que através dos exercícios físicos houve diminuição dos níveis de ansiedade e depressão, especialmente nas atividades que se realizaram em grupo, com mais interação social, trabalhando mais o equilíbrio e concentração, como no caso da dança, que pode ser observada como a atividade física mais optada por esse público. Uma possível razão para isso pode ser o fato de que na terceira idade, às vezes há o abandono familiar e com isso esse público se sente carente de afeto e se isola, portanto a realização de atividades que propiciem a eles o contato

direto com outras pessoas tende a surtir efeitos positivos em relação aos níveis de depressão e ansiedade.

Realizar exercícios físicos vai além da estética, se trabalha motricidade, o lado cognitivo, social, etc. A junção de todos esses fatores contribui para uma vida mais satisfatória e saudável, sendo de suma importância uma orientação adequada.

5. SUGESTÕES

São necessários mais estudos que aprofundem o papel do exercício físico no auxílio a ansiedade e depressão, não apenas nos idosos, mas também, em crianças e adolescentes, uma vez que, nos dias de hoje, são públicos cada vez mais afetados.

Pensando assim, são necessárias intervenções nas escolas, mostrando como a educação física tem grande importância no combate há essas patologias. A prevenção à ansiedade e depressão também começa na infância e adolescência, é necessário criar bons hábitos para reduzir possíveis riscos de desenvolver essas doenças.

E, é essencial saber como este tema esta sendo abordado nas escolas e a relação multidisciplinar de profissionais de educação física com as demais profissões da área da saúde nesse auxílio.

REFERENCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Estatuto do Idoso / Ministério da Saúde - 3. ed., 2. reimpr. - Brasília : Ministério da Saúde, 2013.

CURY, A. **Ansiedade: como enfrentar o mal do século: a síndrome do pensamento acelerado**, como e por que a humanidade adoeceu coletivamente, das crianças aos adultos. 1. ed. São Paulo: Saraiva, 2014.

DE AZEVEDO GUIMARÃES, Adriana Coutinho et al. Ansiedade e parâmetros funcionais respiratórios de idosos praticantes de dança. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 4, 2017.

DE OLIVEIRA, Lucineide da Silva Santos Castelo Branco et al. Os efeitos da atividade física na ansiedade, depressão e qualidade de vida em idosos residentes na comunidade. **Tendências Psychiatry Psychother.** Porto Alegre, v. 41, n. 1, p. 36-42, março de 2019. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-60892019000100005&lng=en&nrm=iso>. acesso em 08 out. 2019. Epub 04/02/2019. <http://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0129>

FERREIRA, Lilian et al. Avaliação dos níveis de depressão em idosos praticantes de diferentes exercícios físicos. **ConScientiae Saúde**, v. 13, n. 3, p. 405-410, 2014.

GABRIEL, Karin; POZZOBON, Adriane. Efeito da atividade física na depressão e na qualidade de vida de idosos. **Cinergis**, v. 14, n. 2, 2013.

GONÇALVES, Fellipe Biazin et al. Qualidade de vida e indicativos de depressão em idosos praticantes de exercícios físicos em academias da terceira idade da cidade de Maringá (PR). **Saúde e Pesquisa**, v. 8, n. 3, p. 557-567, 2015.

GOUVÊA, José Alípio Garcia et al. Impacto da Dança Sênior nos parâmetros emocionais, motores e qualidade de vida de idosos. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v. 18, n. 1, p. 51-58, 2017.

LEANDRO-FRANCA, Cristineide; GIARDINI MURTA, Sheila. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 34, n. 2, p. 318-329, June 2014 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000200005&lng=en&nrm=iso>. access on 09 Oct. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001152013>.

MELO, Cristina Carvalho de et al. A Influência do Tempo de Prática de Dança de Salão nos Níveis de Depressão de Idosos. **Revista de psicología del deporte**, v. 27, n. 4, p. 0067-73, 2018.

MINGHELLI, Beatriz et al . Comparação dos níveis de ansiedade e depressão entre idosos ativos e sedentários. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo , v. 40, n. 2, p. 71-76, 2013 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832013000200004&lng=en&nrm=iso>. access on 08 Oct. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-60832013000200004>.

PARADELA, Emylucy. Depressão em idosos. **Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto**, v. 10, n. 2, 2011.

TEIXEIRA, C. M. et al . Atividade física, autoestima e depressão em idosos. **CPD**, Murcia , v. 16, n. 3, p. 55-66, sept. 2016. Disponible en <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232016000300006&lng=es&nrm=iso>. accedido en 09 oct. 2019.

TELES, Maria Luiza Silveira. **O que é depressão**. Brasiliense, 2017.

- ARTIGO 18 -

OBESIDADE INFANTIL NA ESCOLA : DESAFIOS E ALTERNATIVAS DE SUPERAÇÃO

SANTOS, Lucas Jacó dos - lucasjacosantos@gmail.com
GONÇALVES, Ideval Augusto dos Santos - idevalaugusto@hotmail.com

RESUMO

O presente artigo terá como enfoque a questão da análise da obesidade infantil na escola, visando principalmente entender os aspectos principais e as razões decorrentes dessa problemática que gradativamente vem aumentando as suas ocorrências não somente entre as crianças em si, mas também com os adolescentes propriamente ditos, devido a ingestão de uma péssima alimentação dia após dia. Com base em um apanhado bibliográfico a partir das contribuições acadêmicas a respeito do tema, a pesquisa em destaque abordará também as discussões mais evidentes em relação a obesidade infantil na escola, como elas ocorrem normalmente, e o que pode ser melhorado em relação a isso, incluindo com a relação da mesma com a Educação Física, e também quais benefícios a mesma pode trazer para a criança com base na busca de qualidade de vida. Ao final da mesma, será discutido o que de mais importante foi comentado em relação a essa problemática, e de que forma essa temática pode ser debatida no âmbito da saúde coletiva e da escola como um todo, tal qual as propostas de melhoria que podem ser colocadas em pauta.

Palavras Chave: Obesidade Infantil, Escola, Educação Física, Saúde Coletiva.

ABSTRACT

The present article will focus on the issue of the analysis of childhood obesity in school, mainly aiming to understand the main aspects and the reasons resulting from this problem that is gradually increasing its occurrences not only among the children themselves, but also with the adolescents themselves. , due to the ingestion of a bad diet day after day. Based on a bibliographic overview from the academic contributions on the subject, the highlighted research will also address the most obvious discussions regarding childhood obesity in school, how they usually occur, and what can be improved about it, including its relationship with Physical Education, and also what benefits it can bring to the child based on the pursuit of quality of life. At the end of the discussion, it will be discussed what was most important commented on this issue, and how this issue can be debated in the context of public health and the school as a whole, as the proposals for improvement that can be placed on the agenda.

Keywords: Childhood Obesity, School, Physical Education, Collective Health.

RESUMEN

El presente artículo se centrará en el tema del análisis de la obesidad infantil en la escuela, principalmente con el objetivo de comprender los principales aspectos y las razones resultantes de este problema que está aumentando gradualmente sus ocurrencias no solo entre los propios niños, sino también entre los adolescentes. , debido a la ingestión de una mala dieta día tras día. Basado en una descripción bibliográfica de las contribuciones académicas sobre el tema, la investigación destacada también abordará

las discusiones más obvias sobre la obesidad infantil en la escuela, cómo ocurren generalmente y qué se puede mejorar al respecto, incluyendo su relación con la educación física y también los beneficios que puede aportar al niño en función de la búsqueda de la calidad de vida. Al final de la discusión, se discutirá lo que fue más importante comentado sobre este tema, y cómo este tema puede debatirse en el contexto de la salud pública y la escuela en general, como las propuestas de mejora que pueden ser colocado en la agenda.

Palabras clave: Obesidad infantil, escuela, educación física, salud colectiva.

1 INTRODUÇÃO

A quantidade de ocorrências de obesidade infantil nas escolas no geral vem aumentando gradativamente ano após ano em todo o país, devido principalmente a má alimentação ingerida todo dia ou quase todo dia na maioria dos casos. Além disso, o sedentarismo é outro fator que acompanha lado a lado a questão da obesidade, visto que normalmente é encontrado que as crianças e os adolescentes acabam passando horas e mais horas na frente do celular, do vídeo game e afins, ao invés de praticar alguma atividade física, mesmo que não seja muito intensa, mas que mesmo assim irá trazer um benefício fisiológico para a criança ou o adolescente.

Com base nesse contexto, a citação de Bernardes, Pimenta e Caputo (2002) apresentam algumas das causas da obesidade como um todo. Para as mesmas por exemplo, a obesidade pode ser neuroendócrina, pode ser causada por desequilíbrio nutricional e/ou inatividade física; além de ser uma característica proveniente de distúrbio genético.

A citação mencionada sugere ainda, que as consequências médicas, sociais, econômicas e psicológicas que não forem tratadas ao longo dos anos, tendem a se refletirem pela vida toda como: dificuldade emocional, em virtude das fortes pressões da sociedade para serem magros, ansiedade, depressão, aumento de diabetes, aumentos da prevalência de câncer, aumento da prevalência de morte prematura, aumentam de cardiopatias, entre outros problemas fisiológicos.

A importância dessa pesquisa se dá pelo fato de que a obesidade infantil como um todo está bastante evidente não só no Brasil, mas no mundo também principalmente, e no caso dessa mesma temática envolvida na escola, a evidência acaba sendo mais notório devido principalmente a péssima alimentação ingerida dia após dia.

Além disso, o debate acadêmico a respeito desse tema deve ser mais do que nunca colocado em pauta com mais frequência no âmbito da educação física e da prática

de atividade física propriamente dita, visto que nas escolas encontra-se bastante evidências de crianças e adolescentes com níveis de obesidade variados e patologias diversas, adquiridas primeiramente pela obesidade em si.

E esse detalhe é bastante reforçado na citação de Rinaldi et al. (2008), onde é falado que a inatividade física está atrelada em consequência a fenômenos nutricionais. Atualmente, foram reduzidos os espaços de lazer que possibilitam a realização das práticas de atividade física, devido normalmente ao uso em excesso de aparelhos eletrônicos em geral, como os vídeo games, smartphones/celulares e os computadores por exemplo, e atrelado a isso também, está a forte incidência do uso de serviços de pronta entrega em domicílio, induzindo as crianças a passarem mais tempo no ambiente doméstico, fomentando assim o crescimento do sedentarismo nessa faixa etária.

Outra citação importante que deve ser mencionada para entendermos de uma forma geral esse contexto em outras óticas, é a de Mello, Meyer e Luft (2004), onde os mesmos comentam que a definição para obesidade é simples quando não se prende a formalidades científicas ou metodológicas. O visual do corpo é o grande elemento a ser observado. Na infância, a doença pode estimular uma puberdade precoce, o que acarreta uma maturação esquelética antecipada com altura final diminuída, devido ao fechamento mais precoce das cartilagens de crescimento.

Sendo assim, a justificativa principal sobre a importância dessa pesquisa, se dá pelo fato de que como esse tema é bastante evidente e corriqueiro na sociedade, o mesmo deve possuir uma importância enorme também no debate acadêmico da educação física e da saúde coletiva em si, devido principalmente as questões da busca de qualidade de vida, prevenção de doenças e afins, etc.

A obesidade infantil como um todo vem trazendo problemas que afetam não somente a pessoa que sofre com o problema, mas também todas as pessoas que estão ao seu redor vivenciando a situação. Uma contribuição acadêmica que resume bem essa realidade, é a citação de (GOLKE,2016), onde o mesmo menciona que o aumento da Obesidade Infantil está colocando a saúde de toda uma geração em risco. Também a citação de (BRASIL ,2002) nos mostra que;

“O desenvolvimento precoce da obesidade vem apresentando dados alarmantes entre crianças e adolescentes em todo o mundo, que tende a se manter em todas as fases da vida. A obesidade infantil pode gerar consequências em curto e longo prazo e é importante preditivo da obesidade na vida. Sendo assim, a prevenção desde o nascimento é necessária, tendo em vista que os hábitos alimentares são formados nos primeiros anos de vida.

Uma vez habituada a grande concentração de açúcar ou sal, a tendência da criança é rejeitar outras formas de preparação do alimento.”

Podemos compreender que, com base na citação mencionada, o hábito alimentar das crianças e dos adolescentes cada vez mais vem piorando em termos de valor nutricional, principalmente quando colocamos como exemplo a questão da ingestão de alimentos industrializados em geral, que contém muito açúcar, muito sal e conservantes afins, que são muito prejudiciais a saúde, e principalmente para o desenvolvimento da criança nesse contexto.

Além disso, podemos mencionar também com base na citação de (ARAÚJO, 2007), onde é comentado que alguns fatores podem ser correlacionados para tal estado, como por exemplo: doenças genéticas, alterações nutricionais, e fatores psicológicos. Sendo assim, podemos afirmar que a obesidade é uma patologia crônica, caracterizada pelo acúmulo gradativo de gordura corporal, podendo causar complicações em vários sistemas do organismo como um todo.

Portanto, todos esses fatores já mencionados estão diretamente relacionados com a obesidade infantil, e mais especificamente em relação com a mesma na escola, e que normalmente não possui uma atenção bastante evidente por parte da família dessas crianças e adolescentes, e também do próprio profissional de Educação Física, que muita das vezes não está tão dedicado a entender os problemas fisiológicos acarretados pela obesidade que alguma criança ou adolescente pode acabar demonstrando durante as aulas por exemplo.

2. OBJETIVO

- Compreender as razões com os quais os casos de obesidade infantil na escola são bastante evidentes nos dias atuais.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analisar, com a utilização de contribuições acadêmicas a respeito da obesidade infantil na escola, as consequências que ela pode trazer para a criança, o adolescente, a família dos mesmos, e também em relação a convivência social como um todo.
- Entender quais são os fatores que podem ser os maiores responsáveis pela gigante ocorrência de casos de obesidade infantil na sociedade, e mais especificamente na escola.

- Perceber que o exercício físico feito da forma adequada, e absorção de uma alimentação nutritiva e balanceada, pode acabar ajudando na prevenção de uma piora no nível de obesidade como um todo, e de outros problemas decorrentes, como a diabetes e a hipertensão por exemplo.
- Compreender que o profissional de educação física pode sim ser um integrante participativo e colaborativo na prevenção desse problema de saúde pública, e principalmente tendo uma atuação na escola, para que os casos desse male possam ser controlados com eficiência, buscando assim uma promoção de qualidade de vida para as crianças e os adolescentes.

4. REFERENCIAL TEÓRICO

As consequências da obesidade nas crianças são inúmeras, mas vale ressaltar que a educação alimentar em relação a sua origem, quase sempre vem do ambiente do seu próprio lar, e com base nesse fato, a contribuição de (Fagundes et. al., 2008) comenta que o ambiente familiar compartilha e a influência os pais nos padrões de estilo de vida dos filhos, incluindo a escolha dos alimentos, e nível de atividade física, crianças sedentárias são mais propícias a várias doenças e além disso, as mesmas acabam sofrendo com vários tipos de preconceitos, conforme a contribuição realizada por (Mazini Filho et. al., 2019), onde nos é falado que:

“Crianças eutróficas e ativas são indicações de inúmeras evidências científicas que tendem a afastá-las de doenças cardiovasculares e do bullying, favorecendo um estilo de vida mais saudável e as aproximando de uma fase adulta recomendada.”

Um bom convívio familiar consequentemente traz bons hábitos alimentares para as crianças, e em suma, pais que tem uma dieta rica em nutrientes, tendem a passar bons costumes alimentares para as crianças, conforme uma outra contribuição de (Mazini Filho et. al., 2019) “. Pais com mais instruções, consequentemente conseguem educar e orientar melhores seus filhos, o que por sua vez trazem consequências positivas no estilo de vida adotado e peso corporal.”

Outro aspecto é a relação a obesidade no âmbito escolar, que vem ganhando notoriedade em alguns estudos relacionados ao fator da obesidade infanto-juvenil, e com base nisso, as taxas de obesidade em estudantes são crescentes no ambiente escolar ano após ano. Para que possamos entender a gravidade da situação nesse contexto, podemos mencionar a contribuição de (Pierine et.al., 2006), que no qual:

“...realizaram uma pesquisa na qual verificou-se baixa qualidade nutricional no lanche escolar, com reduzida quantidade de fibras, cálcio e ferro, e elevada quantidade de carboidratos processados, lipídios e sódio, e talvez pela forte influência da mídia, os alimentos mais consumidos pelos alunos, foram açúcares (doces), bolacha recheada, frios, pães, refrigerantes, batata frita ou chips e salgados. O interesse dos pesquisadores foi relacionar o nível de atividade física, a qualidade alimentar do lanche escolar e a composição corporal das crianças e jovens. Os resultados demonstraram que 33% estão com excesso de peso, 60% são inativos fisicamente e 58% possuem grande quantidade de gordura abdominal. Mais uma vez os autores alertam para que as escolas proporcionem programas de exercício físico e educação alimentar às crianças e jovens.”

Podemos citar também a notória diferença em relação ao nível de obesidade no sistema educacional do nosso país, com base na contribuição de (Machado et.al., 2018) que fala que “pode-se observar que os alunos da escola particular apresentaram índices percentuais de sobrepeso e obesidade discretamente maiores em relação às escolas públicas”.

Esse problema está simplesmente ligado ao fator alimentício do ambiente escolar, o qual proporciona alimentos de péssima qualidade nutricional, com base nisso, a contribuição de (Silva et.al., 2018), nos fala que alimentos industrializados e cada vez mais comercializados, podendo causar inúmeros distúrbios patológicos no futuro ou mesmo durante a infância.

A escola em seu conteúdo pedagógico como todo, deveria trabalhar com mais ênfase a questão das atividades físicas, e o quanto que ela é benéfica a saúde, para todas as pessoas, não somente durante as aulas de educação física, mas também em outras disciplinas escolares, gerando assim um trabalho em conjunto para ajudar a solucionar o alto índice de crianças obesas no âmbito escolar, e com base nisso, em uma outra contribuição feita por (Machado et. al., 2019), a mesma afirma que é necessário que as escolas também estimulem a adoção de práticas alimentares saudáveis, além de propiciarem espaços e iniciativas para a prática de esportes e exercícios físicos como um todo.

Portanto, as crianças com alto grau de obesidade, são as que menos se locomovem em seu cotidiano, que segundo (Fernando et.al., 2012), “Faz-se necessário que a comunidade e as escolas estimulem a adoção de práticas alimentares saudáveis, além de propiciarem espaços para a prática de esportes e exercícios físicos”. Sendo assim, com base nessa reflexão final, podemos ressaltar que a Educação Física escolar deve, ou deveria ter pelo menos, uma importante missão a ser cumprida nesse contexto,

onde a busca pela qualidade de vida deve ser colocada mais do que nunca em primeiro plano.

5. CONCLUSÃO:

Com base nos dados apresentados e analisados, podemos concluir que a obesidade infantil, e mais especificamente, relacionada com o âmbito escolar, é um grave problema que cresce ano após ano, e em proporções bem maiores, devido ao sedentarismo, ao consumo excessivo de alimentos com baixo valor nutricional, a falta de um apoio considerável por parte da família nesse contexto também, e o mais importante, da falta de uma participação mais presente por parte do profissional em educação física intervir da maneira mais correta nesse contexto, nas aulas da disciplina, com a estimulação da prática de atividade física.

REFERÊNCIAS

BESSA, N,R. **Obesidade Infantil na Escola : O Papel do Professor de Educação Física**. 2018. 35f. Produção de Monografia - FAEMA. Disponível em : <<http://repositorio.faema.edu.br:8000/jspui/handle/123456789/2137>>. Acesso em 22 Set. 2019.

CORNACHIONI, T,M; ZADRA, J,C,M; VALENTIM, A. **A obesidade infantil na escola e a importância do exercício físico**. 2011. Ef Deportes. Disponível em : <<https://www.efdeportes.com/efd157/a-obesidade-infantil-na-escola.htm>>. Acesso em 22 Set. 2019.

FAGUNDES, A.; et al. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Parelheiros do município de São Paulo**. Rev. paul. pediatr. Vol. 26. Núm. 3. 2008.

FERNANDES, M. De M.; Penha, D. S. G.; Braga, F. de A. **Obesidade Infantil em crianças da rede pública de ensino: prevalência e consequências para flexibilidade, força explosiva e velocidade**. Rev. Educ. Fis/UEM. Vol. 23. Num. 4. p. 629-634. 2012.

MAZINI FILHO, Mauro Lúcio; et al. **Nível de atividade física diária e hábitos alimentares em escolares de 10 a 13 anos da cidade de Leopoldina-MG**. Leopoldina: Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v.13, n.79 (2019).

QUINTANILHA, A,P. **Controle da Obesidade Infantil em Escolas Municipais da Cidade de Buritis – Minas Gerais**. 2014. 41f. Trabalho de Conclusão de Curso - UFMG. Disponível em : <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/control-obesidade-infantil-escolas-municipais.pdf>>. Acesso em 22 Set. 2019.

- ARTIGO 19 -

ENFERMAGEM E AS PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DURANTE O TRATAMENTO HEMODIALÍTICO: REVISÃO DA LITERATURA

NAKA, Karytta Sousa
CUNHA, Eudiene Ramos da
MESQUITA, Deisiane da Silva

RESUMO

Objetivo: descrever as principais complicações com o doente renal crônico durante o tratamento hemodialítico e as intervenções de enfermagem. Metodologia: trata-se de uma revisão integrativa da literatura nas bases de dados SCIELO, LILACS e BDENF, no período entre 2012 a 2016, norteadas pela questão: quais as principais complicações que o doente renal crônico apresenta durante as sessões de hemodiálise e as intervenções de enfermagem necessárias para um cuidado humanizado? Resultados: foram selecionados 4 artigos e as principais complicações identificadas foram: hipotensão arterial, câimbras musculares, cefaleia, náuseas e vômitos, prurido e hipertensão arterial. As intervenções de enfermagem foram: monitoramento dos sinais vitais e hidroeletrólítico, administração de medicamentos e orientação ao paciente. Conclusão: A equipe de enfermagem possui um papel fundamental ao paciente, logo, conhecimentos acerca das possíveis complicações durante o tratamento e as intervenções de enfermagem, tornam-se essenciais para uma assistência humanizada e efetiva.

Descritores: Hemodiálise; Complicações; Cuidados de Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: To describe the main complications with the chronic kidney patient during hemodialysis treatment and nursing interventions. Methodology: This is an integrative literature review in the databases SCIELO, LILACS and BDENF, from 2012 to 2016, guided by the question: what are the main complications that chronic kidney patients present during hemodialysis sessions and interventions Nursing Needs for Humanized Care? Results: 4 articles were selected and the main complications identified were: hypotension, muscle cramps, headache, nausea and vomiting, pruritus and arterial hypertension. The nursing interventions were: monitoring of vital and hydroelectrolytic signs, medication administration and patient orientation. Conclusion: The nursing team has a fundamental role to the patient, so knowledge about possible complications during treatment and nursing interventions becomes essential for a humanized and effective care.

Descriptors: Hemodialysis; Complications; Nursing care.

RESUMEN

Objetivo: Describir las principales complicaciones con el paciente con riñón crónico durante el tratamiento de hemodiálisis y las intervenciones de enfermería. Metodología: Esta es una revisión de literatura integradora en las bases de datos SCIELO, LILACS y BDENF, de 2012 a 2016, guiada por la pregunta: ¿cuáles son las principales complicaciones que presentan los pacientes con riñón crónico durante las sesiones e intervenciones de hemodiálisis? ¿Necesidades de enfermería para la atención

humanizada? Resultados: se seleccionaron 4 artículos y las principales complicaciones identificadas fueron: hipotensión, calambres musculares, dolor de cabeza, náuseas y vómitos, prurito e hipertensión arterial. Las intervenciones de enfermería fueron: monitoreo de signos vitales e hidroelectrolíticos, administración de medicamentos y orientación del paciente. Conclusión: el equipo de enfermería tiene un papel fundamental para el paciente, por lo que el conocimiento sobre posibles complicaciones durante el tratamiento y las intervenciones de enfermería se vuelve esencial para una atención humanizada y efectiva.

Descriptor: Hemodiálisis; complicaciones; Cuidados de Enfermería.

1. INTRODUÇÃO

A Insuficiência Renal Crônica (IRC) é caracterizada pela perda da função renal (glomerular, tubular e endócrina) de maneira progressiva e irreversível, culminando em diversas alterações no organismo, como acúmulo de toxinas urêmicas, desequilíbrio hidroeletrólítico e acidobásico, onde os rins não conseguem mais manter a homeostasia do meio interno⁽¹⁾.

A IRC é considerada um grave problema de saúde pública no Brasil e no mundo por apresentar altas taxas de morbimortalidade, elevados índices de prevalência e, principalmente, por interferir tanto na saúde do indivíduo e de seus familiares quanto na sociedade e sistema de saúde, ganhando cada vez mais relevância da comunidade científica internacional ^(2,3).

Estima-se que no Brasil o quantitativo de pacientes crônicos em tratamento de diálise aumentou mais que o dobro nos últimos oito anos, atingindo um total de 100.397 mil pacientes dialíticos por ano, garantindo ao país o terceiro lugar em tratamentos de hemodiálise no mundo ^(2,4).

A hemodiálise (HD) corresponde a uma das três modalidades de terapia renal substitutiva, compreendendo a um tratamento mecânico e extracorpóreo, complexo, invasivo e limitante que visa à remoção de líquidos e substâncias tóxicas presentes no sangue por meio de uma máquina específica, sendo utilizado em 89% dos casos dos pacientes no Brasil ⁽⁵⁻⁷⁾. Em cerca de um terço das sessões de hemodiálise há algum tipo de complicação aos doentes renais crônicos ⁽⁸⁾.

Assim, o conhecimento dos profissionais de enfermagem sobre as complicações durante a HD pode contribuir significativamente para a melhoria da assistência de enfermagem, a fim de amenizar e reduzir os efeitos adversos que o tratamento pode causar ao doente ⁽⁹⁾.

Diante desse contexto, o estudo objetivou descrever as principais complicações com o doente renal crônico durante o tratamento hemodialítico e as intervenções de enfermagem durante a terapia renal substitutiva.

2. METODOLOGIA

2.1. TIPO DE ESTUDO

Trata-se de um estudo descritivo de revisão integrativa da literatura a fim de conhecer os resultados de outras pesquisas sobre a temática das principais complicações durante a sessão de hemodiálise e as intervenções de enfermagem. A questão norteadora foi: Quais as principais complicações que o doente renal crônico apresenta durante as sessões de hemodiálise e as intervenções de enfermagem necessárias para um cuidado humanizado?

2.2. COLETA DOS DADOS

A pesquisa foi realizada no mês de dezembro de 2017 nas bases de dados virtuais: Scientific Electronic Library (SCIELO), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), utilizando o cruzamento dos descritores: “Insuficiência renal crônica”, “Complicações”, “Hemodiálise”, “Enfermagem”, “Cuidados de enfermagem”. Os termos foram combinados de diferentes formas por meio do operador booleano “AND” para garantir uma busca ampla.

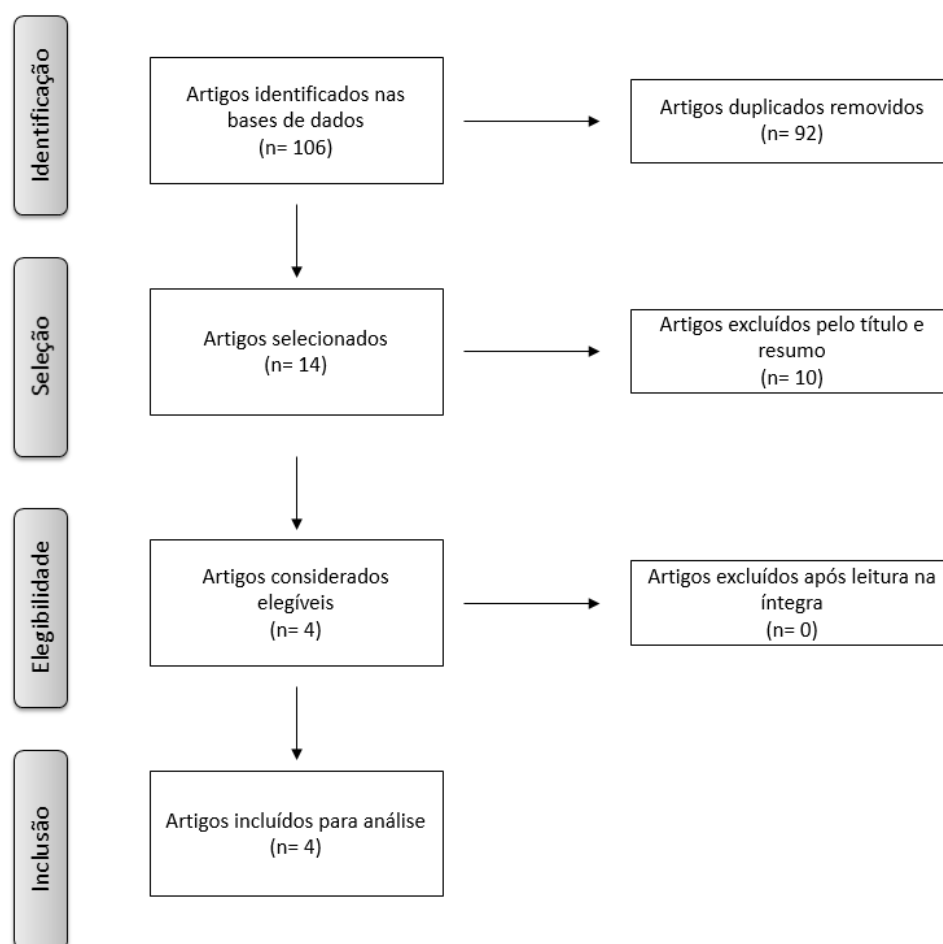
Os critérios de inclusão foram estudos realizados no período entre 2012 a 2016, artigos disponíveis na íntegra e no idioma português. Foram excluídos estudos em outros formatos de publicação, duplicidades e outros idiomas. Após a aplicação dos filtros nas bases de dados indexadas, foi realizada a pré-seleção dos artigos com base na leitura do título e resumo e, em seguida, procedeu-se a leitura na íntegra. Foram encontrados 106 artigos publicados, no entanto, após a aplicação dos critérios de inclusão, obteve-se um total de 14 artigos relacionados à temática. Destes, somente 4 foram selecionados para a elaboração deste estudo.

2.3. PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS

Após a seleção dos artigos, a discussão dos dados obtidos foi feita de forma descritiva, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão integrativa elaborada, de forma a atingir os objetivos do estudo e fornecer subsídios aos

enfermeiros quanto as complicações dos doentes renais crônicos durante as sessões de HD e a tomada de decisão necessária. A Figura 1 apresenta o fluxograma das etapas de elaboração do estudo.

Figura 1. Fluxograma das etapas de realização do estudo



Fonte: Autoras (2019).

3. RESULTADOS

A amostra da revisão integrativa foi composta por 4 estudos, sendo 2014 (02) o ano com maior número de publicações. Em relação aos periódicos de publicação, a Revista de Pesquisa Cuidado é fundamental online foi a mais frequente (50%) no estudo. O Quadro 1 sintetiza os estudos incluídos na revisão.

Quadro 1. Distribuição dos estudos selecionados na base de dados LILACS, SciELO e BDENF, segundo título, autores, periódico e ano

ESTUDOS	AUTORES	PERIÓDICO/ ANO
Complicações em pacientes renais durante sessões hemodialíticas e intervenções de enfermagem	COSTA et al.	Revista de Pesquisa Cuidado é fundamental online UFRJ, 2015
Análise das principais complicações durante a terapia hemodialítica em pacientes com insuficiência renal crônica	PEREIRA et al.	Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro, 2014
Cuidados de enfermagem ao paciente renal crônico em hemodiálise	FRAZÃO et al.	Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, 2014
As ações do enfermeiro ao paciente renal crônico: reflexão da assistência no foco da integralidade	ALVES, GUEDES e COSTA	Revista de Pesquisa Cuidado é fundamental online UFRJ, 2016

Fonte: Busca eletrônica.

As principais complicações dos pacientes durante a sessão de hemodiálise identificada pelos artigos foram: hipotensão arterial, câimbras musculares, cefaleia, náuseas e vômitos, prurido e hipertensão arterial.

4. DISCUSSÃO

Dentre as complicações durante as sessões de hemodiálise, a hipotensão arterial está presente nas diferentes publicações. A hipotensão ocorre em até 20-30% das sessões, tornando-se a principal complicação intradialítica do tratamento. As principais causas estão associadas ao excesso de líquido removido do volume plasmático, instabilidade hemodinâmica do paciente e à reposição insuficiente de líquidos ^(10,11). Os sintomas comumente que os pacientes apresentam são sudorese, palidez cutânea, dispneia, confusão mental e taquicardia ⁽¹²⁾.

Para essa complicação, as intervenções de enfermagem são posicionar o paciente na posição de Trendelenburg para elevar a circulação cerebral; iniciar reposição de líquidos (bolus); reduzir a velocidade de ultrafiltração; observar os níveis de hemoglobina e hematócritos; monitorar os sinais vitais e condições hídricas e, até mesmo, suspensão da sessão dialítica ^(12,13).

As câimbras musculares estão entre as complicações intradialíticas mais predominantes, estando presentes em cerca de 20% das sessões de HD. Essa complicação também está relacionada excesso de líquido removido de forma brusca do espaço extracelular ⁽¹²⁾. Sua patogênese é desconhecida, mas está provavelmente associada à rápida ultrafiltração, hiponatremia e, geralmente, precedida da hipotensão, predominando nos membros inferiores ⁽¹¹⁾. A administração de solução de glicose ou soro fisiológico hipertônico é eficaz no tratamento agudo, utilizando-se também gluconato de cálcio, a fim de manter o volume sanguíneo ⁽¹⁴⁾.

A cefaleia é outro sintoma frequente na HD. Os fatores desencadeadores estão relacionados à hipertensão arterial, hipotensão arterial e alterações da massa corporal. A diálise tende a induzir a cefaleia por conta da grande quantidade de deslocamento entre água e eletrólito. Como intervenção, a administração de analgésicos via oral ou parenteral e a redução do fluxo sanguíneo durante o início do tratamento pode ser realizada ⁽¹²⁾.

Neste estudo, outras complicações como náuseas e vômitos, prurido e hipertensão arterial foram identificadas. Náuseas e vômitos podem ocorrer em até 10% das diálises e, segundo Pereira et al. (2014), em pacientes estáveis essa complicação provavelmente está relacionada à hipotensão, podendo ser também sintomas precoces da síndrome do desequilíbrio. Deve-se ser tratada primeiramente a hipotensão, caso esteja relacionada a esta e, ocorrendo a persistência de náuseas e vômitos, a administração de antieméticos.

Costa et al., (2015) afirmam que o prurido também é outra complicação durante a HD, ocorrendo em 5% das sessões, além de desaparecer ou intensificar com o início da HD. As intervenções de enfermagem são utilizar emolientes tópicos, administrar anti-histamínicos via oral ou endovenosa, orientar o uso de produtos neutros para higiene corporal e evitar coçar ^(8,12).

Na revisão, os artigos indicam a hipertensão arterial como uma das complicações presentes durante o tratamento. Acredita-se que os fatores

desencadeadores sejam o excesso de sódio, sobrecarga hídrica antes de iniciar a sessão e ansiedade, podendo ser confirmado a partir da comparação do peso inicial do paciente antes da sessão e o peso seco ⁽¹²⁾. Os cuidados de enfermagem devem ser direcionados para tratar a hipervolemia. Dessa maneira, deve-se verificar a administração de anti-hipertensivos e o monitoramento da pressão arterial em períodos frequentes (15/15min).

Diante do exposto, observa-se que as principais complicações que surgem durante as sessões de HD estão relacionadas com as alterações hidroeletrólíticas e distúrbios hemodinâmicos. A importância da equipe de enfermagem é evidente, sendo necessário o conhecimento técnico e o olhar holístico ao paciente submetido às sessões de HD. O conhecimento das principais complicações e a agilidade para intervir é fundamental para garantir uma assistência de qualidade ao paciente ⁽⁸⁾.

5. LIMITAÇÕES DO ESTUDO

As limitações deste estudo estão relacionadas à delimitação à estudos nacionais e a escassez de publicações referentes a temática e, consequentemente, uma limitação teórico-reflexiva.

6. CONTRIBUIÇÕES DO ESTUDO PARA A PRÁTICA

Com este estudo, espera-se que os cuidados durante a terapia hemodialítica pelos profissionais de enfermagem possam contribuir para a qualidade de vida e segurança do paciente e, consequentemente, para uma qualidade assistencial eficiente, além de disseminar as ações fundamentais de enfermagem diante de complicações recorrentes durante a hemodiálise.

7. CONCLUSÃO

Complicações durante as sessões de HD podem surgir aos doentes renais crônicos, estando à hipotensão arterial, câimbras musculares, cefaleia, náuseas e vômitos, prurido e hipertensão arterial como as principais. Em relação às intervenções de enfermagem, as prioritárias foram o monitoramento dos sinais vitais, monitoramento hidroeletrólítico, avaliação do peso antes e depois da diálise, administração de medicamentos prescritos e orientação ao paciente.

A equipe de enfermagem possui um papel fundamental nos cuidados prestados ao paciente, pois são os profissionais que estão mais presentes durante as sessões de hemodiálise, logo, conhecer as possíveis complicações que podem ocorrer durante a

hemodiálise, bem como as intervenções que devem ser realizadas, torna-se essencial para uma assistência de enfermagem humanizada e efetiva

8. CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Karytta Sousa Naka: Concepção e desenho, Análise e interpretação dos dados, Redação do artigo, Revisão crítica e Revisão final; Eudiene Ramos da Cunha: Análise e interpretação dos dados, Redação do artigo, Revisão crítica e Revisão final; Deisiane da Silva Mesquita: Análise e interpretação dos dados, Redação do artigo, Revisão crítica e Revisão final

REFERÊNCIAS

PERES LAB, BIELA R, HERRMANN M, MATSUO T, Ann HK, Camargo MTA, et al. **Estudo epidemiológico da doença renal crônica terminal no oeste do Paraná. Uma experiência de 878 casos atendidos em 25 anos.** J. Bras. Nefrol 2010; 32(1): 51-56.

COSTA FG, COUTINHO MPL. **Hemodiálise e depressão: representação social dos pacientes.** Psicol. Estud 2014; 19(4): 657-667.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde 2013:** Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. Rio de Janeiro: IBGE, 2014.

Sociedade Brasileira de Nefrologia. **Censo de Diálise.** SBN 2013.

CHEREGATTI AL. **Enfermagem em unidade de terapia intensiva.** 2ª ed. São Paulo (SP): Martinari; 2010.

MAGNACO P, GUSBERTI T, WERNER L. **Previsão por meio do uso de simulação da capacidade de atendimento em hemodiálise no Brasil para 2015.** In: Anais do SIMPOI, 2013, São Paulo (SP), Brasil.

RUSA GP, PERIPATO GI, PAVARINI SC, INOUE K, ZAZZETTA MS, ORLANDI FS. **Qualidade de vida/espiritualidade, religião e crenças pessoais de adultos e idosos renais crônicos em hemodiálise.** Rev. Latino-Am. Enfermagem 2014; 22(5): 911-917.

SILVA MS, MARINI TSO, SILVA CFB. **Enfermagem e suas intervenções nas principais complicações ocorridas durante a sessão de hemodiálise.** Rev. Enfermagem e Saúde Coletiva 2016; 1(2): 45-60.

FREITAS RLS, MENDONÇA AEO. **Cuidados de enfermagem ao paciente renal crônico em hemodiálise.** Carpe Diem: Rev. Cultural e Científica do UNIFACEX 2016; 14(2): 22-35.

PEREIRA ER, RIBEIRO IM, RUAS EFG, SILVA PLN, GONÇALVES RPF, DIAMANTINO NAM. **Análise das principais complicações durante a terapia hemodialítica em pacientes com insuficiência renal crônica.** RECOM 2014; 4(2): 1123-1134.

SILVA FRC, SANTOS MS, PEREIRA RG, SOUSA PV. **Enfermagem e as complicações frequentes durante o tratamento hemodialítico: revisão da literatura.** FACEMA 2016; 2(3): 238-241.

COSTA RHS, DANTAS ALM, LEITE EMD, LIRA ALBC, VITOR AF, SILVA RAR. **Complicações em pacientes renais durante sessões hemodialíticas e intervenções de enfermagem.** Rev. Pesqui. Cuid. Fundam. (Online) 2015; 7(1): 2137-2146.

FRAZÃO CMFQ, DELGADO MF, ARAÚJO MGA, LIMA E SILVA FBB, SÁ JD, LIRA ALBC. **Cuidados de enfermagem ao paciente renal crônico em hemodiálise.** Rev Rene 2014; 15(4): 701-709.

FERMI MRV. **Manual de diálise para enfermagem.** (2010). Rio de Janeiro (RJ): Medsi; 2010.

- ARTIGO 20 -

**A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO RESISTIDO NA FLEXIBILIDADE,
FORÇA EXPLOSIVA E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE BAILARINOS
CLÁSSICOS**

**ROCHA, Carlos Dornele Rocha
SILVA, Nayara Matoso da**

RESUMO

O objetivo deste trabalho foi em um estudo de caso, avaliar o efeito de 12 semanas de treinamento de força, realizado em duas sessões semanais, com duração de uma hora, para o desenvolvimento da força dinâmica, no complemento das rotinas de preparação artística de dois bailarinos clássicos, uma mulher e um homem. Utilizou-se uma pesquisa de campo pré experimental com pré e pós testes aplicados a um mesmo grupo, onde avaliou-se peso corporal, percentual de gordura, peso gordo, peso magro e flexibilidade do quadril. Concluiu-se que o treinamento resistido pode influenciar positivamente na composição corporal, impulsão vertical e na flexibilidade de bailarinos clássicos.

Palavras chaves: Treinamento Resistido. Bailarinos. Composição corporal. Flexibilidade.

ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate the effect of 12 weeks of strength training, performed in two weekly sessions, lasting 1 hours, for the development of the dynamic force, in addition to the routines of artistic preparation of Two classical dancers, a woman and a man. We used a pre-experimental field research with pre and post tests applied to the same group, where body weight, fat percentage, fat weight, lean weight and hip flexibility were evaluated. It was concluded that resistance training can positively influence body composition, vertical impulsion and flexibility of classical dancers.

Keywords: Resistance training. Dancers. Body composition. Flexibility.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue evaluar el efecto de 12 semanas de entrenamiento de fuerza realizado en dos sesiones semanales, de una hora de duración, para el desarrollo de la fuerza dinámica, complementando las rutinas de preparación artística de dos semanas. Bailarines clásicos, una mujer y un hombre. Se utilizó una investigación de campo pre-experimental con pruebas previas y posteriores aplicadas al mismo grupo, que evaluó el peso corporal, el porcentaje de grasa, el peso de grasa, el peso magro y la flexibilidad de la cadera. Se concluyó que el entrenamiento de resistencia puede influir positivamente en la composición corporal, el impulso vertical y la flexibilidad de los bailarines clásicos.

Palabras clave: Entrenamiento de resistencia. Bailarines Composición corporal. Flexibilidad

1. INTRODUÇÃO

Sabe-se que Balé Clássico é um estilo de dança, caracterizada pela busca constante de padrões estéticos com movimentos em grande amplitude articular e esses quase sempre, apresentam-se além dos limites anatômicos comuns, sendo, que a maioria dos elementos referente a técnica aplicada nessa atividade, foram criados e evoluídos ao longo do tempo e aparentemente, sugerem priorizar a capacidade física flexibilidade nas rotinas de preparação físico técnica de seus praticantes.

Consoante Santos e Amorim (2014), exige-se dos praticantes desta modalidade força, flexibilidade, resistência e equilíbrio, em horas de ensaios para uma técnica impecável, resultando em uma rotina intensa, onde o gasto de energia é elevado. Há segundo Angiol et al., (2009), constante busca por uma imagem corporal bem específica, que supervaloriza a estética, como baixo peso, corpo longilíneo, estreito e músculos não aparentes, a fim de refletir leveza, elegância, fluidez e graciosidade nos palcos.

A busca pelas medidas ideais em bailarinas conforme Hass, Garcia e Bertoletti (2010), ultrapassam a normalidade e, na medida em que elas se tornam profissionais, a necessidade de manter o peso adequado apenas aumenta. Essa visão, talvez explique as exigências de professores, familiares e da sociedade em geral, influenciando-os a uma absurda preocupação com a estética corporal.

Em nossa sociedade e entre os praticantes do balé clássico, ainda é perceptível um senso comum, que relaciona o desenvolvimento da força à perda da flexibilidade, ao excesso de peso corporal, influenciando na leveza e delicadeza da execução técnica dessa atividade corporal, levando esses praticantes a descartar possibilidades de iniciar a prática do exercício resistido.

No intuito de elucidar sobre a influência do treinamento resistido na flexibilidade, força explosiva e composição corporal, de bailarinos clássicos, o objetivo deste trabalho, foi realizar um estudo de caso com a participação de dois praticantes dessa atividade corporal (uma mulher e um homem), submetidos a avaliações de sentar e alcançar no banco de wells, para a cadeia muscular posterior; impulsão vertical, para força explosiva e a especimetria, para avaliação da composição corporal, antes e após a aplicação de 12 sessões de treinamento resistido. Os resultados encontram-se apresentados sob análise e discussão.

2. MATERIAIS E MÉTODO

Trata-se de um estudo de caso, apresentado por uma pesquisa descritiva pré-experimental, com pré e pós teste, conforme Campbell e Stanley (1979).

Dois sujeitos (1 mulher com 21 anos e 1 homem com 22 anos de idade), após assinarem um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), foram submetidos à pré-testes no Banco de Wells em sentar e alcançar para avaliar a flexibilidade do quadril, proposto pela ACSM (2007); teste de impulsão vertical, que conforme Johnson e Nelson (1979), pode ser utilizado para avaliar a força explosiva; o percentual de gordura que servirá de base para avaliar a densidade corporal, foi conforme a equação de Falkner ($\% G = \sum DC \times 0,153 + 5,783$), onde $\% G$ = percentual de gordura; $\sum DC$ = somatório das dobras cutâneas (tricipital, subescapular, suprailíaca e abdominal), recomendado por Rocha e Guedes Júnior (2013), foi realizado através do compasso clínico Cescorf, recomendado por Guedes (2006); a avaliação da massa corporal (MC) utilizada para estimar o peso gordo ou massa gorda ($MG = \%G \times 0,153 + 5,783$) foi realizada em balança antropométrica mecânica Filizola para 150 quilos, sugerida por Rocha e Guedes (2013). Após 12 semanas da prática de treinamento resistido em duas sessões semanais, através do método bombeado por articulação, completo, que segundo Leyghton (1988), consiste em realizar uma série utilizando os principais músculos envolvidos nos gestos técnicos de uma região (membros inferiores) e logo a seguir, série com todos os músculos envolvidos na atividade funcional de outra região (membros superiores), por exemplo, objetivando o desenvolvimento da força dinâmica. os sujeitos foram reavaliados (pós-teste), através dos mesmos instrumentos complementando a coleta dos dados das variáveis tratadas neste estudo; os resultados estão apresentados em uma tabela e em gráficos, recebendo devida análise e discussão acadêmica.

3. O BALETT CLÁSSICO E SUAS NECESSIDADES TÉCNICAS

O ballet clássico nasceu conforme Di Donato (1994), em consequência do desenvolvimento e da transformação da dança primitiva, a qual se baseava no instinto para uma dança formada por passos diferentes, com ligações e figuras previamente elaborados para um ou mais participantes.

O ballet é definido conforme Achcar (1985), como uma arquitetura em forma de dança, sendo resultado da fusão de artes como música, pintura, poesia e a dança, formando constantemente através de movimentos, figuras no ar; é considerada por isso,

como a única forma de dança que não se limita às dimensões da terra. A evolução das técnicas do ballet clássico, segundo Caminada (2006), tem como finalidade a leveza e agilidade do corpo e de seus movimentos, através do desenvolvimento de força, resistência muscular e flexibilidade.

O meio de expressão da dança é consoante Soares Neto (2004), o corpo do bailarino, essa exposição da forma física, é o que o incentiva a estar sempre em busca de um corpo magro e delineado, ou seja, com um baixo percentual de gordura. No ballet clássico conforme Carbonneau (1998 apud Ferrari e Alvares, 2011), a beleza dos movimentos é caracterizada pela leveza do corpo e seus gestos, sinalizando uma figura longilínea, de braços e pernas finas e longas.

O aspecto longilíneo e pálido do corpo de Marie Taglioni marcou consoante Santos (2009), os primórdios do corpo slim como idealização de beleza e, desde então, essa é a noção predominante, tanto na dança clássica quanto na cultura física e estética. Esse perfil parece ter sido absorvido pelos praticantes do Ballet clássico, principalmente porque sabe-se, a maioria das companhias nacionais e internacionais de balé, exigem durante as seletivas que a bailarina seja magra, longilínea e alongada.

Para Achcar (1985), a prática do balé permite desenvolver e enriquecer as qualidades do homem, a beleza corporal, visão, precisão, coordenação, tenacidade e flexibilidade. Entretanto, é fácil de se observar que a flexibilidade, é uma aptidão de extrema importância, para os(as) bailarinos (as) e sua perda parece representar um abalo na carreira artística e profissional dessas pessoas.

A flexibilidade, conforme Zakharov (1992, p.158), “pode ser definida como a liberdade para mover-se ou como a capacidade física do indivíduo condicionar a obtenção de grandes amplitudes durante a execução de movimentos”. A flexibilidade consoante Dantas (2005), é uma qualidade física responsável pela execução voluntária de um movimento de amplitude angular máxima, por uma articulação ou conjunto de articulações, dentro dos limites morfológicos, sem risco de provocar lesões

A flexibilidade ou mobilidade é bastante específica para cada articulação, podendo variar de indivíduo para indivíduo e até no mesmo indivíduo. (PHILLIPS e HASKELL, 1995; ACHOUR JR., 2006).

Observa-se que essa capacidade física, possui um valor imensurável para os bailarinos de ambos os sexos, sendo constantemente treinada. Segundo Clarkson et al., (1988, apud Gulak, 2007), “um erro constante em programas de condicionamento para

bailarinos, é dar preferência a flexibilidade e negligenciar a força e outros elementos condicionantes”.

A força é definida por Fleck e Kraemer (2006), como sendo a quantidade máxima dessa capacidade que um músculo ou grupo muscular pode gerar em um padrão específico de movimento em determinada velocidade. Fleck; Figueira (2003); Jovine et al. (2006), consideram a força como um fator decisivo para melhorar o desempenho tanto de atletas de alto rendimento, como das pessoas não atletas para dar cabo de suas atividades diárias.

O treino de força ou treinamento contra resistência, para Winetti e Carpinelli (2001 apud Guilherme e SOUZA Júnior, 2006), consiste em um método de treinamento que envolve a ação voluntária do músculo esquelético contra alguma forma externa de resistência, promovida pelo próprio peso corporal, pesos livres ou máquinas. Apresenta diversas variáveis que correspondem aos seus elementos estruturantes; esses relacionados ao volume, intensidade, recuperação, frequência, sobrecarga, número de repetições, séries, que podem e devem ser controlados de diversas formas (UCHIDA, CHARRO, BACURAU, NAVARRO, PONTES, 2010).

Conforme Gianolla (2003), a popularização do treinamento resistido (TR), deve-se ao fato deste apresentar um baixo índice de lesões, promover o aumento de capacidades físicas importantes como força, potência, resistência muscular, além de ser um método de treinamento totalmente adaptável ao praticante e eficaz quando se trata de modelagem corporal.

Fleck e Figueira Júnior (2003); Balsamo e Simão (2007); consideram o TR como o exercício físico mais completo, não apenas por objetivar o desenvolvimento das aptidões físicas, mas também, porque nele, se destaca os atributos relacionados à saúde e ao desempenho atlético, tais como melhora da composição corporal, resistência cardiovascular, força muscular, resistência muscular, agilidade, equilíbrio, flexibilidade, potência, tempo de reação, coordenação motora; retarda o envelhecimento e reduz os índices de doenças causadas pelo sedentarismo.

O treinamento resistido auxilia o corpo no combate à ação da gravidade e impede adaptações posturais provocadas pela atração constante da terra a que estamos expostos diariamente, desenvolve importante papel na reabilitação de muitas lesões, e pode ajudar na luta contra muitas doenças como o diabetes, artrite, hipertensão arterial e os problemas cardíacos. (AABERG, EVERETT, 2002).

A Força, consoante Forno (2011) e Salvador *et al* (2010), é a capacidade de exercer tensão muscular contra uma resistência, envolvendo fatores mecânicos e fisiológicos que determinam o potencial dessa capacidade física em determinado movimento, e é outra capacidade física perceptível na execução clássica das técnicas de bailarinos, podendo-se considerar indispensável aos praticantes dessa atividade corporal.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO

Apresenta-se a seguir uma Tabela e gráficos referentes aos dados das variáveis tratadas nesse estudo.

Tabela 1. Dados pré, pós e médios das variáveis tratadas no estudo.

	Pré					
	Pré fem.	masc.	Média	Pré F	Pós masc.	Média
Massa	47.7	52.3	50	47.5	51.9	49.7
% G	13.89	11.29	12.59	12.82	10.67	11.74
peso gordo	6.626	5.905	6.265	6.09	5.225	5.66
peso magro	41.61	46.395	44.00	41.41	45.77	43.59
Impul, vert.	42.5	52.2	47.35	43.2	54.0	48.6
Flexibilidade	36.5	38.2	37.35	43.2	39.05	41,12

É comum ainda hoje, encontrarmos entre os bailarinos, resistência à prática do treinamento resistido na rotina de suas atividades de preparação atlética, principalmente por necessidade do desenvolvimento e manutenção de um corpo esbelto, longilíneo, com pouca adiposidade e a manutenção do peso corporal. Há certa desconfiança de que o treinamento de força poderá torná-los pesados, menos flexíveis, prejudicando equilíbrio, agilidade e leveza, elementos fundamentais para o desempenho técnico, dos praticantes

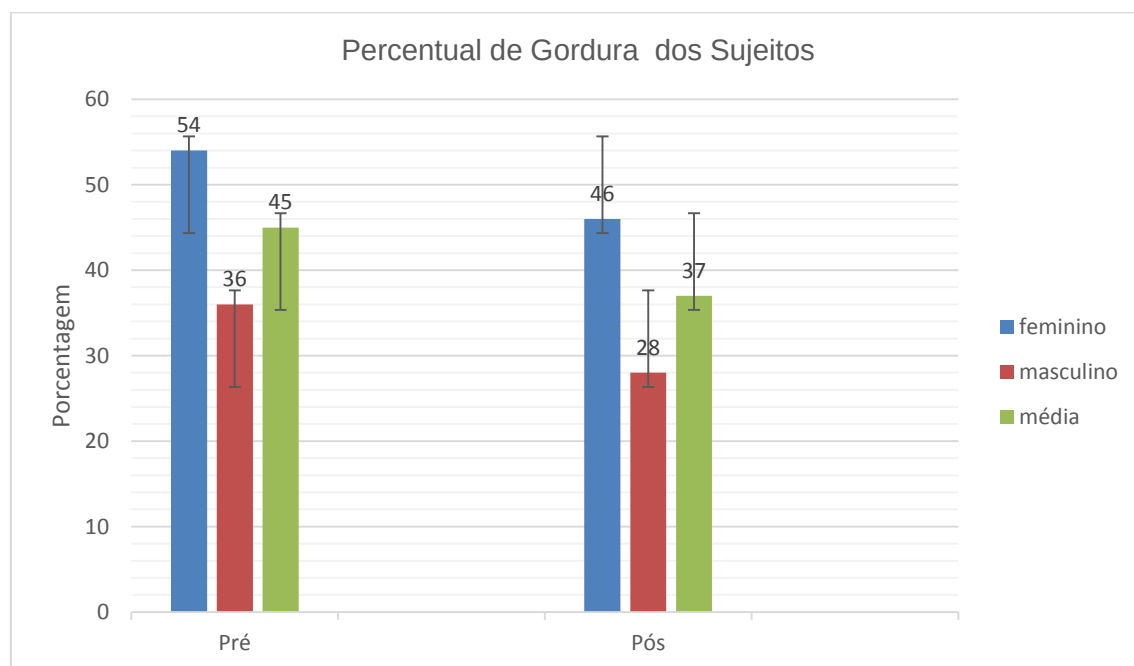
Consoante Fleck e Kraemer (2017) as alterações normais na composição corporal em consequência do treinamento com RECD de curta duração (6 a 24 semanas) nos dois sexos, são pequenos aumentos na massa magra e pequenas diminuições no percentual de gordura, enfatizam ainda que massa corporal total, na maioria das vezes, apresenta pequenos aumentos durante períodos de curtos treinamentos.

Os resultados apresentados referentes a percentual de gordura, conforme Gráfico 1. peso gordo, encontram eco no trabalho acima citado, apresentando divergência quanto a massa corporal total e a massa magra Gráfico 2, possivelmente devido a

frequência da atividade (2 vezes por semana), através do treinamento com resistência externa constante e dinâmica (RECD), conforme Fleck e Kramer (2017), e o não controle das sessões de atividades específicas da preparação física e técnica, dos praticantes da atividade em estudo, observando-se a utilização do treinamento concorrente onde conforme Santos e Amorim (2014), exige-se dos praticantes desta modalidade horas de ensaios para uma técnica impecável, resultando em uma rotina intensa, onde o gasto de energia é elevado, na busca conforme segundo Angiol et al., (2009), por uma imagem corporal bem específica, que supervaloriza a estética, como baixo peso, corpo longilíneo, estreito e músculos não aparentes, a fim de refletir leveza, elegância, fluidez e graciosidade nos palcos.

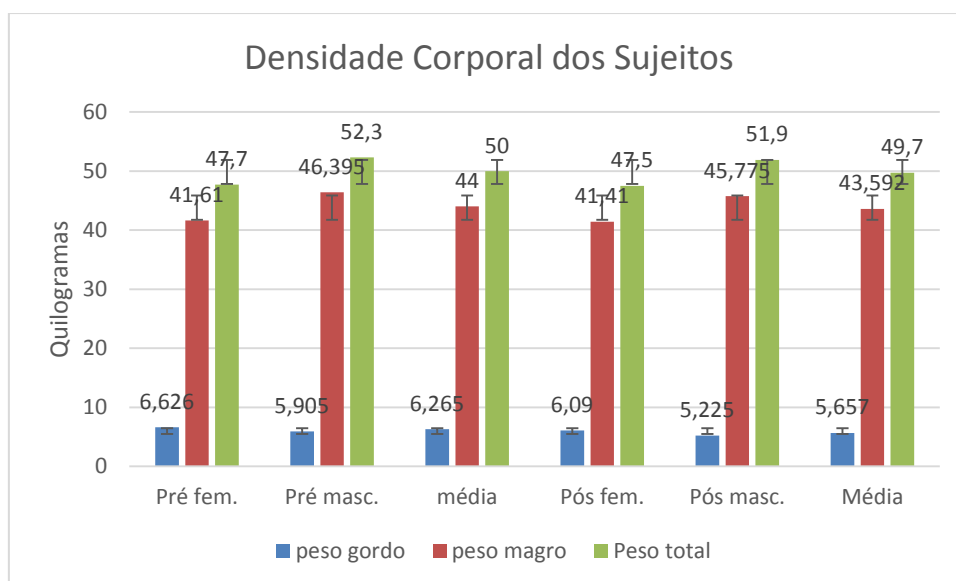
Kraemer et al., (2000) e Max et al., (2001), relatam que alterações muito maiores na composição corporal podem ocorrer com programas compostos por alto volume e múltiplas séries; Kremer (1999), sugere ainda que programas periodizados podem resultar em maiores alterações na composição corporal do que programas não periodizados.

Gráfico 1.



(Fonte: Os autores, 2019).

Gráfico 2.



(Fonte: Os autores, 2019).

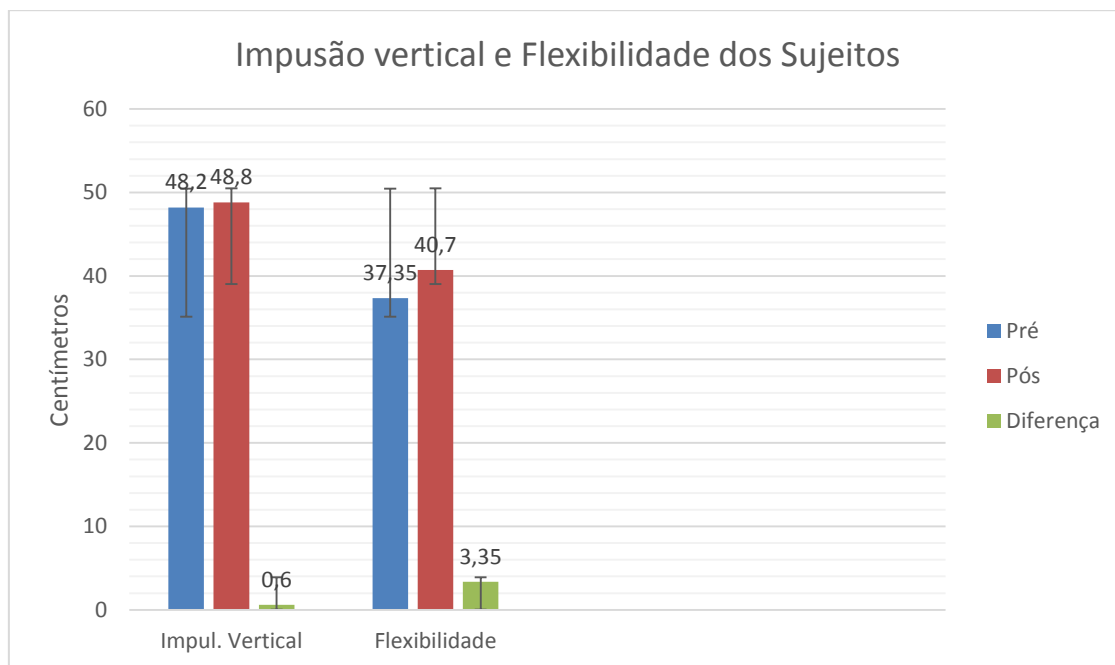
O gráfico 3, traz os dados referentes as variáveis impulsão vertical e flexibilidade. Sabe-se que o grau de mudança no desempenho motor que ocorre em atletas como resultado do treinamento resistido é bastante variável; conforme Marques e Badillo, (2006), mudanças significativas e não significativas foram mostradas em uma variedade de tarefas de desempenho motor, quando atletas realizam treinamento com pesos como complemento ao seu treinamento normal e depende de certos fatores, incluindo o tipo de programa de treinamento e a tarefa específica para desempenho motor da atividade corporal treinada. O resultado embora positivo, vai ao encontro dos argumentos do autor acima citado, haja vista, que o desenvolvimento da força rápida específica para o desenvolvimento da força rápida, não fez parte do treinamento de força dos sujeitos da pesquisa.

O gráfico oferece também os dados referentes as avaliações da flexibilidade dos sujeitos deste trabalho, mostra-nos resultados positivos conforme as respostas de cada sujeito e a média de seus dados. Esses dados vão ao encontro aos trabalhos apresentados por Cyrino et al (2004) e os argumentos de Santarém (2012).

Cyrino et al (2004), demonstraram ganhos significativos de flexibilidade com o treinamento de força (TF). Consoante Santarém (2012), um mecanismo que facilita o aumento da flexibilidade estimulado pelo treinamento de força, é o aumento da extensibilidade que acontece nos músculos submetidos a sobrecargas de tensão e que

durante o processo de hipertrofia provoca acentuada proliferação do tecido conjuntivo muscular que é o tecido elástico do corpo.

Gráfico 3.



(Fonte: Os autores, 2019).

5. CONCLUSÃO

O treinamento resistido, também conhecido como treinamento de força ou com pesos exige que a musculatura corporal se movimente ou tente movimentar-se contra uma força externa; abrange ampla gama de modalidades de treinamento, incluindo exercícios corporais com pesos, usos de tiras elásticas exercícios pliométricos e corridas em aclives. O treinamento resistido deve fazer parte de do todo plano de treinamento físico, não só para aprimoramento da performance motora, como elemento importante à profilaxia de lesões. O treinamento resistido pode melhorar o desempenho de bailarinos, contribuindo para melhoria da composição corporal e para aumento e suas flexibilidades. Estudos longitudinais controlados e periodizados com números elevados de praticantes, poderão nos trazer resultados bem mais esclarecedores sobre o assunto em pauta.

REFERÊNCIAS

AABERG, Everett. **Conceitos e técnicas para o treinamento resistido** – São Paulo: Manole, 1º edição, 2002.

ACHCAR, Dalal. **Ballet, arte, técnica, interpretação**, Cia. Brasileira de Artes Gráficas – Rio de Janeiro, 2º edição, 1985.

ANGIOL, M.; MMETSIOS, G.; KOUREDAKIS, Y. W. **Fitness in contemporary dance: a systematic review**. Int J Sports Med. Vol. 131. Num. 7. 2009. p.475-484.

BALSAMO, S.; SIMÃO, R. **Treinamento de força: para osteoporose, fibromialgia, diabetes tipo 2, artrite reumatóide e envelhecimento**. 2.ed. São Paulo: Phorte, 2007.

CAMINADA, Eliana; ARAGÃO, Vera. **Programa de Ensino de Ballet – Uma Proposição**. Rio de Janeiro: UniverCidade Editora, 2006.

Campbell, D.T. e Stanley, J.C. **Delineamentos experimentais e quase experimentais de pesquisa**. São Paulo: EPU-EDUSP, 1979.

CYRINO E. S.; Oliveira A. R., Leite J. C. et al. **Comportamento da Flexibilidade após 10 Semanas de Treinamento com Pesos**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. v. 10, n. 4, p. 234, Jul/Ago 2004.

DANTAS, Estélio H.M. **Alongamento e flexionamento**, 5º edição, Rio de Janeiro: Manole, 2005.

DI DONATO, S. **História da dança**. *Revista Dançar*. Rio de Janeiro, v.1, 1994.

FLECK, S. J.; FIGUEIRA, A. J. **Treinamento de força para fitness e saúde**. São Paulo: Phorte, 2003.

FLECK, S. J; KRAEMER, W.J. **Fundamentos do treinamento de força muscular: princípios básicos do treinamento muscular**. Porto Alegre: Artmed, 2006.

FLECK, S. J; KRAEMER, W.J. **Fundamentos do treinamento de força muscular: princípios básicos do treinamento muscular**. Porto Alegre: Artmed, 2017.

FERRARI, Elisa Pinheiro e ALVAREZ, Bárbara Regina. **Associação entre a imagem corporal e o estado nutricional em praticantes de ballet clássico**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 153, Febrero de 2011. <http://www.efdeportes.com/>. Acessada em 19 de outubro de 2019.

FORNO, L. D. O. **Princípio da variabilidade nos programas para hipertrofia muscular prescritos pelos professores de musculação na cidade de Criciúma.** [Monografia]. Universidade do Extremo Sul Catarinense - Criciúma, 2011, p. 63.

GIANOLLA, F. **Musculação: conceitos básicos.** São Paulo: Manole, 2003.

GUEDES D. P. **Composição corporal: princípios, técnicas e aplicações.** 2.ed. Londrina: APEF, 1994.

GUILHERME, J. P. F.; SOUZA Jr., T. P. **Treinamento de força em circuito na perda e no controle do peso corporal.** Revista Conexões, v. 4, n. 2, 2006.

GULAK, A. **Parâmetros Fisiológicos, Motores e Morfológicos de Bailarinas Clássicas.** Dissertação (Mestrado em Educação Física), Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

HAAS, A. N.; GARCIA, A. C. D.; BERTOLETTI, J. **Imagem Corporal e Bailarinas Profissionais.** Rev. Bras. Med. Esporte – Vol. 16, Nº 3 – Mai /Jun., 2010.

LEIGTON, J. **Aptidão física, desenvolvimento corporal e condicionamento através da musculação.** Rio de Janeiro: Sprint, 1988.

KOMEROSKI, Isabel Giovannini. **Dança jazz e o trabalho de força e flexibilidade: Um estudo de caso com bailarinas iniciantes.** Porto Alegre – 2014, p. 31.

MOTA, Raniele Almeida de. **Padrões corporais do balé clássico e o seu impacto no cotidiano de bailarinas da cidade do Natal/RN – Natal/RN - 2015, p. 22.**

MARINS, João Carlos Bouzas; GIANNICHI, Ronaldo Sérgio. **Avaliação e prescrição de atividade física guia prático – 3º edição – Rio de Janeiro: Shape, 2003**

PONTES, Luciano Meireles de et al. **Efeitos de 16 semanas de treinamento futebolístico na mobilidade dorso-lombar e isquiotibial de futebolistas amadores.**

In: **Congresso de Ciência do Desporto**, 2005, Campinas. Anais, Campinas: FEF / UNICAMP, 2005, v.1, p. 28-32.

POWERS, S. K. e HOWLEY, E. T. **Fisiologia do exercício – teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho.** São Paulo: Manole, 2017.

RABELO, Tassiana de Melo. **Lesões nos membros inferiores em bailarinas clássicas: uma revisão de literatura** - Belo Horizonte - 2012, p. 1.

ROCHA, Isabel Jorge Munhoz da. **Treinamentos complementares as aulas de dança para bailarinos: uma revisão literária** - Curitiba, 2014.

RIBEIRO, Cibele Calvi Anic; ABAD, Cesar Cavinato Cal; BARROS, Ronaldo Vilela; NETO, Turíbio Leite De Barros. **Nível de flexibilidade obtida pelo teste de sentar e alcançar a partir de estudo realizado na Grande São Paulo** – São Paulo, 2010.

SANTARÉM, José Maria. **Musculação em todas as idades.** São Paulo; Manole, 2012.

- ARTIGO 21 -

INTERAÇÃO DO TRATAMENTO CLINICO FISICO: NA PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA

SARAIVA, Marcos Francisco de Oliveira
PALHETA, Bruno de Almeida Garcia

RESUMO

A interação do tratamento clínico e físico, pelo princípio da integralidade por percepção da qualidade de vida, que relata à participação efetiva da Educação Física, por sua vez vinculada através de pesquisas científica baseada em evidência seguindo inúmeras trajetórias. No foco principal desta pesquisa, que projeta a filosofia da Motricidade Humana como ciência, dentro de uma proposta de ampliação e qualificação acadêmica das especializações que trazem como vertente a atuação na área de reabilitação, saúde e qualidade de vida. Baseando-se nas fundamentações principais de: investigação das funções orgânicas no processo de atividades vitais e ao mesmo tempo buscando entender as forças que atuam sobre o corpo humano, proporcionando dessa forma o benefício funcional e qualidade de vida em indivíduos acometidos por patologias que comprometam o aparelho locomotor. Baseando-se nestas probabilidades, relatamos um caso, com objetivo de discutir a metodologia aplicada ao atendimento e acompanhamento do programa de exercícios físicos, prescrito e executado antes, durante e depois, como complemento do tratamento clínico, em patologia degenerativa crônica (coxartrose bilateral CID. M16. 0) em indivíduo de meia idade, decorrente de fatores orgânicos, associados a sobrecarga do esforço por atividade, onde a evolução principal da observação foram as condições (estado) funcionais do paciente, incluindo marcha, preservação articular e relações com a prescrição de medicamentos. Na constatação obtivemos que, para prescrição de uma conduta satisfatória, não podemos conceber um padrão geral, e sim um programa individualizado, organizados em procedimentos para o restabelecimento funcional e a qualidade de vida, minimizando o uso de fármacos, alcançando a redução da velocidade do processo degenerativo. E por consequência estabelece a contribuição documental da especialização de Educação Física na solicitação do atendimento multidisciplinar atualmente muito discutido.

Palavras chave: Osteoartrose, coxofemoral, interação clínica, relato de caso.

ABSTRACT

The interaction of clinical and physical , to the perception of quality of life demonstrates the effective participation of Physical Education , in turn linked through evidence-based scientific research following numerous trajectories . The main focus of this research , which projects the philosophy of science as Human Kinetics , within a proposed expansion of academic qualifications and expertise they bring to the performance aspect in rehabilitation , health and quality of life . Based on the main foundations of: research in bodily functions in the process of vital activities while seeking to understand the forces that act on the human body , thereby providing the functional benefit and quality of life for individuals affected

by diseases that compromise the locomotor system . Based on these probabilities , we report a case in order to discuss the methodology applied to the care and monitoring of the exercise program , prescribed and executed before , during and after , as a complement to medical treatment in chronic degenerative disease (ICD bilateral coxarthrosis . M16 . 0) in middle-aged individual , due to organic factors , associated overhead effort by activity, where developments were main observation conditions (state) in physiological function , including walking, articulate and preserve relationships with prescription drug . In conclusion we found that , for prescribing a satisfactory conduct , can not conceive of a general pattern , but an individualized program , organized in procedures for the functional recovery and quality of life while minimizing the use of drugs , increasing the speed reduction process degenerative . And therefore establishes the contribution documentary specialization Physical Education at the request of the multidisciplinary care currently much discussed

Keywords : Osteoarthritis , hip , clinical interaction , case report .

RESUMEN

La interacción del tratamiento clínico y físico, basada en el principio de integralidad a través de la percepción de la calidad de vida, que se relaciona con la participación efectiva de la Educación Física, a su vez vinculada a través de investigaciones científicas basadas en evidencia que siguen numerosas trayectorias. En el foco principal de esta investigación, que proyecta la filosofía de la Motricidad Humana como ciencia, dentro de una propuesta de expansión y calificación académica de las especializaciones que traen el desempeño en el área de rehabilitación, salud y calidad de vida. Basado en los fundamentos principales de: investigación de funciones orgánicas en el proceso de actividades vitales y, al mismo tiempo, tratar de comprender las fuerzas que actúan sobre el cuerpo humano, proporcionando así el beneficio funcional y la calidad de vida en individuos afectados por patologías que comprometen la enfermedad. aparato locomotor. Con base en estas probabilidades, informamos un caso para discutir la metodología aplicada a la atención y el seguimiento del programa de ejercicio físico, prescrito y ejecutado antes, durante y después, como complemento del tratamiento clínico, en la patología degenerativa crónica (coxartrosis bilateral de DAI). M16.0) en un individuo de mediana edad, debido a factores orgánicos, asociados con la sobrecarga de esfuerzo de la actividad, donde la evolución principal de la observación fueron las condiciones funcionales (estado) del paciente, incluida la marcha, la preservación de las articulaciones y las relaciones con la prescripción. de medicamentos. Descubrimos que, para prescribir una conducta satisfactoria, no podemos concebir un patrón general, sino un programa individualizado, organizado en procedimientos para la restauración funcional y la calidad de vida, minimizando el uso de drogas, logrando la reducción de la velocidad de la droga. proceso degenerativo Y, por lo tanto, establece la contribución documental de la especialización en Educación Física en la solicitud de atención multidisciplinaria que se discute actualmente.

Palabras clave: Osteoarthritis, articulación de la cadera, interacción clínica, reporte de caso

1. INTRODUÇÃO

A osteoartrose (OA), que na literatura traz sinônimos de artrose, osteoartrite, e no quadril articulação coxofemoral, coxoartrose. E é definida classicamente como doença degenerativa que ocorre com maior frequência em adultos acima dos 65 anos, como perturbação crônica das articulações caracterizadas pela degeneração da cartilagem e do osso adjacente, causando dor articular e rigidez em geral. Segundo o colégio Americano de Reumatologia e definida como: “grupo heterogêneo de condições que induzem sinais e sintomas articulares associados a alterações relacionadas ao tecido ósseo situado na margem articular”, a maioria das definições concordam vários pontos entre si.

Também são variados os mitos a cerca de artrose, um dos mais comuns e associação da doença como resultante de um processo natural de envelhecimento, motivadas pela pouca observação dos sintomas antes dos 40 anos, embora muitas pessoas nesta faixa manifestem sinais de artrose nas radiografias, entretanto e mais comum observar a evolução dos sintomas após os 60 anos ou mais o que reforça o mito.

Sua prevalência aumenta com a idade é pouco observada antes dos 40 anos, muito frequente após os 60 anos, ou mais, cerca de 85 % dos indivíduos tem evidência radiológica e/ou clínica da enfermidade. (CHAHADE, 2000).

Em geral (OA) é apontada no Brasil e no mundo como doença que produz alto número de incapacidade para o trabalho, devido elevado grau de dor do sistema musculoesquelético, produzido pela infecção dolorosa das articulações por insuficiência de cartilagem, ocasionada por um desequilíbrio entre a formação e a destruição dos seus principais elementos, que leva a uma incapacitação funcional progressiva.

No cotidiano traz limitações concernentes às funções vitais e suas realizações das mais simples a mais complexas como: permanecer muitas horas em determinada posição sejam elas até confortáveis: sentado, deitado, de pé; dificultando também as ações motoras como: subir lances de escadas e ladeiras, calçar meias e sapatos, carregar peso, cortar ou limpar as unhas dos pés, entrar e sair de automóvel.

Portando dificultam e limitam movimentos de rotação, flexão e extensão da bacia, causam deambulação quanto à marcha, e produzem crepitações (estalos). Dependendo do componente inflamatório e o tempo de acometimento da enfermidade sem tratamento, e notada à condição de atrofia muscular em consequência ao período de repouso prolongado (inatividade), pela limitação de dor e a rigidez da articulação, evoluindo para sensação de incapacidade locomotora gerando ansiedade e depressão.

Entre todas as articulações que ocorrem OA predominam o quadril e joelho como as mais frequentes, como tal este estudo refere-se à OA de quadril que além de apresentar dentro de seu quadro sintomático os relatos gerais, inclui características próprias de disfunção muscular e dependência funcional, agravadas pela solicitação da articulação na sustentação do peso corporal.

A osteoartrose de quadril bilateral ou coxo artrose bilateral característica pela redução dos espaços articulares coxofemoral, associada à esclerose subcondral e reação osteofitária marginal nos acetábulos e nas cabeças femorais. Tem sido referido em estudos quanto ao aspecto musculo esquelético, por apresentar ocasionalmente perda de força dos grupos musculares que envolvem a articulação com OA, principalmente no caso de articulação coxofemoral.

Os músculos representam um papel importante e essencial na estabilidade do quadril, desde que a sua direção seja transversal. Os músculos, cuja direção é semelhante a do colo do fêmur, forçam a cabeça do fêmur contra o acetábulo. Isso também é verdadeiro para os pelvitrocantarianos, obturador externo e os glúteos, principalmente o pequeno e o médio cujo componente de coaptação é importante e que devido a sua potência representam papel primordial, sendo denominados músculos sustentadores do quadril (SETTINERI, 1988).

1.1. TRATAMENTO CLINICO E CIRURGICO

As alternativas de tratamento evoluem e multiplicam-se nas ultimas décadas, e são vistas como possibilidades de mudanças do quadro evolutivo da OA, que antes acreditava ser uma doença evolutiva, sem perspectivas de tratamento.

Em pacientes de OA de graus elevados e que apresentam comprometimento progressivo das dependências funcionais e falha no tratamento conservador, o senso comum leva a serem encaminhados a ortopedistas que faram a indicação para tratamento cirúrgico que consiste de: osteotomias Profilática e Terapêutica: (modificação da posição do fêmur ou bacia) conforme as alterações percebidas nos

exames radiograficos; desbridamento artroscopico: (retiradas de corpos livres intra-articulares); artroplastias totais: que recebem o apoio tecnológico, tornando os métodos cada vez menos invasivos, mais rápidos na recuperação diminuindo os prazos de convalescência, e ainda podendo utilizar de matéria prima variada e de alta qualidade para instalação de prótese ou de recuperação do tecido comprometido pela enfermidade. Entre tanto principalmente no Brasil a varias situações que são analisadas entre a indicação e a realização dessas intervenções.

Situações essas que envolvem propriedade do sistema de saúde, custo, afecções, acompanhamento pós-operatório, entre outros, limitando o alcance da população.

Decorrente da característica crônico-degenerativa desta enfermidade, onde as alterações desse processo são altamente incapacitantes, evidenciou-se a necessidade da aplicação de um tratamento adequado. Levando-se em conta os tratamentos medicamentoso, não medicamentoso, cirúrgico, efeitos colaterais, perda da função articular e a perda da produtividade, a OA é uma das doenças mais caras e limitantes. Por todos estes fatos, decorre seu grande interesse médico-social, assim como a busca de novas formas de tratamento (FELICE et al.,2002).

1.2. TRATAMENTO FARMACOLÓGICO

No campo farmacológico e notada a modificação das prescrições evitando os fármacos clássicos com efeitos colaterais mais representativos: analgésicos; anti-inflamatórios; que só aparecem nos casos extremos, dando lugar aos agentes tópicos que são indicados como medicação de primeira escolha. As drogas sintomáticas de ação duradora assumem posição na literatura de eficazes no tratamento dos sintomas de OA sendo prescritas por manipulação de componentes como: sulfato de glucosamina; diacereína e extratos não saponificáveis de soja e abacate. Outro método farmacológico coadjuvantes surge com a suplementação por nutrição avançada, que apresenta no mercado: colágeno hidrolisado, com boa aceitação clinica porem sua eficácia ainda e objeto de estudo.

Além de medidas externas tais como medicamentos analgésicos, anti-inflamatórios não esteroides e, atualmente, substâncias como diacereína, sulfato de glicosamina, sulfato de condroitina, extrato insaponificável do abacate e soja e ácido hialurônico que, embora sem evidências conclusivas para sustentar os benefícios clínicos (alívio da dor e melhora funcional), constituem alternativas medicamentosas promissoras (LONGYHORE, 2003).

1.3. TRATAMENTO TERAPÊUTICO

Concordando com Zhang et al., (2005), a Fisioterapia pode ser útil através da termo terapia, massoterapia, reforço muscular Peri articular e outros métodos. A Fisioterapia tem sua participação relatada no tratamento da OA, especificamente de coxartrose bilateral, primeiramente com acompanhamento do quadro álgico (dor e inflamação) e passa pela fase de manutenção da integridade funcional da articulação do quadril, estendendo-se ao fortalecimento do grupo muscular adjacente, tendo em seu desdobramento; agentes físicos: termo terapia, eletroterapia e o TENS, (todos os métodos coadjuvantes no tratamento da dor); cinesioterapia: alongamento, fortalecimento muscular localizado que inclui exercícios aeróbios e posturais (para manter a cartilagem em bom estado, aumentar a mobilidade articular, reforçar os músculos circundantes para que possam amortecer melhor os impactos), na mesma ordem surge a hidroterapia como facilitador do tratamento, por proporcionar ao paciente em tratamento um estímulo positivo iniciado pelas condições de locomoção, redução do impacto inclusive com a utilização de sobre carga evoluindo após a melhora clínica e o desaparecimento do processo doloroso, a uma possibilidade de complemento para o treinamento funcional coadjuvante com o exercício resistido e cardiorrespiratório denominado hidroginástica, visto em nossa pesquisa como uma evolução da Fisioterapia aquática que aproveita-se das propriedades do ambiente aquático para o tratamento da OA, muito citada na literatura desde o século passado pela sua abrangência (densidade relativa, força de empuxo ou flutuação, tensão superficial, pressão hidrostática, redução da ação gravitacional e mais seus efeitos terapêuticos).

Outro procedimento utilizado na Fisioterapia que citamos como parte da interação clínica no caso tratado, a Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (FNP), que alcança dimensões fora do contexto do tratamento de reabilitação articular, para atender como profilático no esporte, saúde e qualidade de vida completando os conteúdos da proposição de treinamento físico tanto esportivo como funcional, melhorando a amplitude e o fortalecimento articular qualidades solicitadas para o desempenho esportivo e saúde física.

Por tanto os resultados de estudos para tratamento Físico e Clínico de OA, convergem para as interações que reúnam pelo princípio da integralidade especialidades e procedimentos variados dentro de um consenso metodológico que

abrange entre as condutas diagnóstico clínico preciso e terapias que colaborem na analgesia do quadro e inicie o processo de fortalecimento dos grupos musculares atuantes nas funções das articulações atingidas, para recuperação funcional.

Este trabalho teve seu referencial teórico constituído de informações contidas na literatura médica e científica nacional e mundial, sobre patologia degenerativa crônica que por sua dimensão compromete a saúde e principalmente a qualidade de vida do indivíduo acometido. E descreve a participação da Educação Física na interação do tratamento Físico e Clínico trazendo como aporte conhecimentos que tratam da área de reabilitação pela investigação das funções orgânicas no processo da vida com saúde e qualidade, buscando responder as questões que envolvem a participação multidisciplinar no tratamento Físico e Clínico de indivíduo portador OA bilateral de quadril, descrevendo o programa de treinamento aplicado em concordância entre as especialidades envolvidas, com o relato das respostas sobre o quadro geral do paciente, antes e após a utilização do programa.

2. OBJETIVO

Relatar sobre tudo a interação multidisciplinar no acompanhamento e continuidade do tratamento clínico e físico, extraídos da pesquisa, abordando o diálogo e a metodologias utilizadas pelas especialidades envolvidas especificamente no caso.

3. METODOLOGIA

Sobre o delineamento e definição da pesquisa, tem sua representação clássica a unidade de caso que se refere a um indivíduo, entretanto o caso contempla uma interação (ação exercida mutualmente). Como já foi considerado, no âmbito das pesquisas biomédicas, os estudos de caso frequentemente envolvem um caso específico, que irá entrar na coletânea universal de casos similares, possibilitando lançar mais luzes para o conhecimento da doença e, por via de consequência, descobrir as intervenções preventivas e terapêuticas adequadas para o seu tratamento (Oliveira, 1995, p. 105).

O relato de apresentação do caso destaca dois momentos, o primeiro que antecede o tratamento com a interação multidisciplinar e o segundo que contempla esta interação no tratamento clínico, em um paciente com patologia diagnosticada,

coxartrose bilateral congênito, supostamente a 20 anos, aceleradas em relação desgaste do tecido cartilaginoso, por décadas de atividades esportivas de impacto a praticas de exercícios com sobrecarga, agravadas por diagnostico fora do tempo, retardando o inicio do tratamento.

No primeiro momento (2006), em busca do atendimento por crise dolorosa a frequentes lesões musculares que acometiam as extremidades inferiores principalmente na região dos músculos adutores da coxa, seguidas de lombalgias na região sacro coaxial, estando à época o individuo submetido a treinamento para competições de media distancia variando entre 10 a 12 km, realizando treinamento considerado aeróbio de alta intensidade, sem o complemento adequado de exercícios resistidos específicos.

Foi recepcionado para atendimento das queixas relatadas, por especialistas em Traumatologia e Ortopedia, que solicitaram exames radiológicos, e prescreverão medicamentos, anti-inflamatório, relaxante muscular e analgésico, para diminuir a crise aguda, e logo após o encaminharam a avaliação e atendimento fisioterápico.

Como o caso apresentou uma resposta paliativa e lenta, no período estabelecido de 18 meses, abriu-se a hipótese de intervenção cirúrgica, a qual foi analisada coletivamente nos aspectos, primeiramente custo benefício: valor da cirurgia, o local (cidade) de acontecimento da intervenção cirúrgica, tipo de intervenção aberta ou laparoscópica, cobertura oferecida no plano de saúde do paciente, e posteriormente a outros fatores: ordem de prioridade entre os o pacientes para a mesma cirurgia, faixa etária, recuperação, finalidades funcionais após a cirurgia, períodos de tratamento, entre outros. Diante desses aspectos houve um consenso que resultou na proposta para tratamento clínico pelo principio da integralidade, que abrangesse a participação multidisciplinar, reunindo além das especialidades Medicas e Fisioterapêuticas a de Educação Física Especializada.

Tendo inicio no ano de 2008 o segundo momento, com a coordenação clinica da medica especialista em Reumatologia do Hospital de Aeronáutica de Belém, área de abrangência da unidade de saúde do Comando da Aeronáutica na Amazônia, local de atendimento clinico do paciente, assegurado pelo sistema de saúde (SARAM), que realizou investigações sobre exames físicos clínicos, radiológicos e de ressonância magnética, incluindo o histórico do paciente e

deduções a partir das queixas de limitações articulares, dor após esforço e constantes intervenções fisioterapêuticas e farmacológicas para controle do quadro doloroso.

As investigações resultaram no esclarecimento de diagnostico a pelo menos 20 anos, apresentado cistos ósseos subcondriais acetabulárias, evidencias de osteoartrose do quadril bilateralmente, que podem ter sofrido aceleração do seu processo inflamatório degenerativo, por fatores patológicos, combinados aos efeitos de impacto de treinamento de alta intensidade e volume de exercícios aeróbico, especificamente da modalidade corrida rustica, aos 46 anos de idade, tendo realizado este programa de treinamento por aproximadamente 25 anos ate a época do diagnostico.

No inicio desta segunda fase de tratamento clinico (2008), aos 47 anos de idade do paciente, foram realizadas como conduta do tratamento farmacológico a prescrição de: sulfato de Glucosamina à 1,5 g, associada a S.Condroitina 1,2 g, manipulados e Dipirona sódica a 500 mg, prescrito por conveniência de crises dolorosas. Foi mantido o tratamento fisioterápico em: cinesioterapia resistida, alongamento e US (ultrassom) por período constante. Houve o relato da proibição por ordem medica da pratica de esportes e/ou atividades que sofram alto impacto na articulação do quadril, principalmente a modalidade corrida.

No entanto sendo orientado a buscar após a crise inflamatória, como complemento, orientação e acompanhamento de profissional(s) da área de Educação Física Especializado(s), para elaboração de um programa de exercícios Físicos, que em seus objetivos incluam a interação clínica.

Estabelecendo uma nova fase no tratamento a partir da interação por dialogo entre o profissional de Educação Física, Medico e o Fisioterapeuta, sobre questões relativas à escolha dos exercícios principalmente os que solicitem e envolvam as extremidades inferiores e a articulação do quadril.

Que foram analisados quanto aos aspectos das cadeias cinéticas e participação articulares, ficando estabelecido iniciar um programa de treinamento que contemplassem exercícios aeróbios de baixo impacto, paralelos a seções de treinamento de exercícios resistido de força (musculação), mantendo sempre o tratamento fisioterapêutico, e acompanhamento clinico periódico.

4. PROGRAMAS DE EXERCÍCIO

Antecedendo as avaliações para iniciarmos o programa de exercícios, obtivemos a liberação em documento redigido pela Médica Reumatologista responsável pelo tratamento do paciente em questão, que explicitava as condições para iniciar o treinamento, direcionada ao profissional especialista em Educação Física, em sua parte mais relevante: (evitar atividades de sobre carga (peso), corrida longa, em geral atividades que sofressem impactos principalmente na articulação do quadril, assim como evitar movimentos que solicitem extensão, rotação ou movimentos bruscos da articulação).

Para então ser traçado o objetivo da interação, de comungar as ações das intervenções buscando qualidade de vida, saúde dentro de um programa de exercícios visando: controle do peso corporal; reforço por cadeia muscular; manutenção das capacidades musculares de força, resistência; e melhora das condições cardiorrespiratórias.

Foram realizadas duas avaliações para orientar o caminho do programa de treinamento criando propriedade, e abastecendo o critério de prescrição de zonas de treinamento dos exercícios em geral: para determinar as zonas do treinamento aeróbico, utilizamos o teste ergométrico em estágios, iniciando caminhada na esteira a 4 km/h, aumentando 1 km/h a cada 2 minutos, verificando a 20s antes do termino dos estágios a FC (frequência cardíaca) e PSE, e a 10s do termino do mesmo estagio foi solicitado pelo avaliador a contagem crescente em voz alta iniciando com: 0(zero), 1001(mil e hum), 1002(mil e dois) assim sucessivamente ate a o termino do tempo estabelecido 10s, incluindo a leitura do avaliado das condições do estado de fadiga com relação a escala de BORG na primeira avaliação teste ergométrico o índice para VO_2 máx.= 20,5 , com verificação da FC repouso, FC durante o exercício e após, foram obtidos substrato pelo protocolo de caminhada considerando neste momento do teste o individuo dentro do grupo destreinado, incluindo zona de treinamento aeróbico: 9 METS, pela faixa etária, zona IV; diante das resultantes foi proposto para um período considerado adaptativo buscando os objetivos gerais do treinamento, partindo do principio de Periodização do Treinamento aonde a iniciação vem de uma visão geral para uma especifica, com os objetivos intermediários bem estabelecidos respeitando as limitações do paciente por tratar-se

do caráter de intervenção no tratamento clínico, promovendo a interação pelos princípios específicos do treinamento.

Quadro 1 – relação entre VO_2 , METs (seções de treino e periodização do treinamento) ACSM 2000

Relação entre VO_2 , METs e intensidade de marcha ou corrida		
VO_2 (ml/kg.min)	METs	Intensidade (km/h)
7,0 ml/kg.min	2 METs	2 – 3 km/h
10,5 ml/kg.min	3 METs	3 – 4 km/h
14,0 ml/kg.min	4 METs	4 – 5 km/h
17,5 ml/kg.min	5 METs	5 – 6 km/h
35,0 ml/kg.min	10 METs	10 – 11 km/h
42,0 ml/kg.min	12 METs	12 – 13 km/h
63,0 ml/kg.min	18 METs	18 – 19 km/h

Quadro 2 –

SESSÃO DE TREINO INTERVALADO INTENSIVO – ZONA IV

METsmáx	Velocidade do tiro (km/h)	Velocidade da recuperação (km/h)
8	7,5-8,5	4,0-4,5
9	8,5-9,5	4,5-5,0
10	9,5-10,5	5,0-5,5
11	10,5-11,5	5,5-6,0
12	11,5-12,5	6,5-7,0
13	12,5-13,5	6,5-7,5
14	13,5-14,5	7,5-8,5
15	14,5-15,5	8,5-9,5
16	15,5-16,5	10,0-11,0

Recomenda-se tiros de 1 a 3 minutos com recuperação de igual ou menor duração. Para indivíduos menos adaptados ao treino intervalado os tiros devem ser mais curtos e recuperação mais longa.

Proposição “para os exercícios aeróbicos caminhada em esteira dentro das zonas estabelecidas, prescindidas de 10” (minutos), entre aquecimento e alongamento dos grupos musculares em geral, e 40” a 50” (minutos) do exercício de caminhada totalizando 50 a 60 min a cada seção, 3 vezes na semana (ver quadro 3), com os objetivos de melhorar o consumo de oxigênio, aprimoramento do movimento

de marcha e manter o controle do peso corporal fator este primordial em pacientes portadores de patologias que comprometem as articulações, além de benefícios para qualidade de vida e saúde.

Quadro 3 – Proposição detalhada do treinamento cardiopulmonar.

Dia	Exercício	Duração	Local
Segunda	Caminhada	40' a 60'	Esteira ergométrica
Quarta	Caminhada	40' a 60'	Esteira ergométrica
Sexta	Caminhada	40' a 60'	Esteira ergométrica

Quadro 4 –

PROGRAMA PERIODIZADO – 9 a 10 METS – fase básica

Semana 1	Semanas 2-4	Semanas 5-8	Semanas 9-12
2 X contínuo ext. 45% do VO ₂ máx 40 minutos	2 X contínuo ext. 45% do VO ₂ máx 50 minutos	2 X contínuo ext. 45% do VO ₂ máx 55 minutos	2 X contínuo ext. 45% do VO ₂ máx 60 minutos
1 X contínuo int. 55% do VO ₂ máx 30 minutos	1 X contínuo int. 55% do VO ₂ máx 35 minutos	1 X contínuo int. 55% do VO ₂ máx 40 minutos	1 X contínuo int. 55% do VO ₂ máx 45 minutos

Recomenda-se treinamento de resistência muscular localizada nesta fase do macrociclo (40 a 60% de 1RM)

E para orientar a proposição dos exercícios resistidos de musculação foi aplicado o teste 1RM, onde os índices de 100% nos principais exercícios. Seguindo ainda as mesmas características metodológicas por tratar-se de uma intervenção interativa, foram observados aspectos relativos a planos anatômicos, padrões de movimento para os exercícios resistidos, análise mecânica de movimento, tipo de contração muscular diante das seções de treinamentos, para os objetivos de: reforço dos músculos para as ações antagonistas, agonistas, sinergias e estabilizadoras dentro das seções de treinamento, para favorecer a o equilíbrio entre as cadeias musculares que por consequência do treinamento sofrem adaptações crônicas

beneficiando o estado funcional do paciente, maior vascularização muscular esquelético, integridade articular pelo equilíbrio muscular e tintinei-o, mais os benefícios fisiológicos.

As seções foram compostas por exercícios resistidos precedidos de fase de aquecimento e alongamento (ver quadro 5), considerando: seções de exercícios por grupos musculares em series de 3x12 a 15 repetições. Peso equivalente a 40 ate 60% 1RM, nas 18 (dezoito) semanas iniciais, período considerado adaptativo para o objetivo, com intervalos entre as series de 1 min, utilizando o padrão de movimento variado entre empurrão, tração, agachamento, flexão e extensão, tipo bi articulares, com orientações respiratórias e posturais, tendo ênfase no aproveitamento das fases excêntrica e concêntrica na realização do movimento, totalizando atendimento a 5 grupos musculares, um exercício para cada grupo, em sequencias aleatórias mantendo volubilidade, criatividade, dinamismo, em cada seção com intervalo entre as seções de ate 48 horas, priorizando sincronia entre volume e intensidade.

Quadro 5 – Proposição detalhada de exercícios resistidos.

Dia	Exercício	Series/rep.	% 1RM	Grupo muscular
Terça	Supino (bench press)	4 x 15	50 %	Peitoral
	Agachamento 90 ⁰	4 x 15	40 %	Pernas
	Extensão antebraço	3 x 12	40 %	Braço
	Flexão de antebraço	3 x 12	40%	Braço
Quinta	Puxada vertical	3 x 12	40 %	Costas
	Levantamento de terra	3 x 12	40 %	Costas
	Elevação da Pelve	3 x 15	P. corporal	Glúteos
	Adução do quadril	3 x 15	40 %	Glúteos
	Abdução do quadril	3 x 15	40 %	Glúteos médio
	Abdominal	3 x 20	Livre	Abdome

5. RESULTADOS

Foram analisadas durante o período de 18 semanas, que foi estipulada como primeira fase de observação, as respostas da interação do tratamento clinico, dentro do programa de exercícios físico orientado, na percepção da qualidade de vida do paciente citado com o diagnostico de coxa artrose bilateral, em tratamento acompanhado de profissionais das áreas de Medicina, Fisioterapia e Educação Física.

A proposição de Treinamento que inclui exercício cardiopulmonar e exercícios resistidos foram observados e controlados os requisitos de frequência, adaptabilidade, grau de dificuldade para realizar o prescrito, e o feedback sobre o estado geral do paciente pôs seções de treinamento.

Foram registradas as respostas dentro do período citado, que evidenciaram boa adaptabilidade no desenvolvimento das etapas estabelecidas, surgindo como consequência o progressivo ganho de força, evidente melhoria do tono muscular, melhora ventilatória na solicitação cárdico respiratória, e a manutenção do peso corporal ideal para a estatura do paciente.

Neste mesmo período não foi realizada a avaliação clínica, mais foi mantida a prescrição farmacológica a sim como as seções de Fisioterapia paralelas ao programa de treinamento com ênfase em alongamentos, não foi relatado queixas de dor e nem de ocorrências que dificultassem desenvolvimento do programa. Diante do observado o programa continuou mantendo as mesmas condutas por mais 18 semanas, totalizando 90 dias de acompanhamento, para então realizar a avaliação clínica.

O relato da avaliação clínica apresentou: não haver agravamento do estado Físico e Clínico, e sim uma ligeira melhora do estado geral, exceto a limitação de amplitude.

Logo apos os resultado do exame clinico foram adotadas as seguintes providencias pelo grupo: considerando não haver queixas de dores ou desconforto do paciente, modificou-se a prescrição farmacológica utilizando glucosamina 20 g, manipulada, uma vez ao dia durante 180 dias, eliminando os outros componentes antes prescritos, sendo orientado ao paciente manter o mesmo programa de treinamento Físico.

Dentro da mesma avaliação houve percepção de limitação de amplitude articular principalmente de quadril apresentada no exame físico clinico, o que levou a incluir nas seções de fisioterapia seções de alongamentos por Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (FNP), em dias alternados aos do treinamento resistido para beneficiar a amplitude e a integridade articular.

Outra providencia foi tomada pela ocorrência da constatação dentro do período de 90 dias de treinamento, de aumento de peso corporal do paciente, criando

a necessidade de uma análise em IMC, pois qualquer ocorrência que cause o aumento do peso corporal e uma alerta para o tratamento.

Diante disto o grupo, buscou junto á outra especialidade (Nutrição), orientação para controle do peso corporal do paciente, cabendo ao profissional de Educação Física manipular as variáveis volume e intensidade no treinamento para controlar o efeito de aumento da massa muscular.

No geral podemos descrever como benefícios deste período ausência do quadro álgico, melhora funcional, psicológica, aumentando a auto estima.

A interação prossegue fazendo adaptações de ajuste, justificadas pelas evoluções fisiológicas do treinamento e os benefícios trazidos como consequência da interação.

E após o período de 550 dias aproximadamente ou um ano e seis meses totais de registro do tratamento, apresentamos as ocorrências mais relevantes, no aspecto clínico: a suspensão da administração de fármacos anteriormente prescritos e inicio da utilização isolada por prescrição da suplementação por peptídeos bi ativos obtidos através de hidrolise programada do colágeno.

Atualmente o acompanhamento apresenta adequações tanto na evolução do treinamento como da busca pelo controle, em exames periódicos solicitados pela especialidade que coordena o tratamento.

Por necessidade adaptativa com resposta ainda a ser analisada, houve suspensão momentânea do treinamento cardiopulmonar em esteira ergométrica que foram substituídas por seções de treinamento, realizadas em tanque ou piscina com intensidade, volume e especificidade, (com e sem aparelhos), programados para manter e/ou melhorar: mobilidade; flexibilidade; equilíbrio; estabilidade; força; resistência; condição física geral; produzindo melhor oferta de VO₂ max e manutenção do peso corporal do paciente, ganhando um caráter de atividade acíclica, lúdica, elaboradas e acompanhadas para qualidade de vida do paciente, completadas com caminhadas ao ar livre, com a duração controlada para manter o volume e a intensidade do treinamento.

Tendo esta atividade passando a assumir como experimento, aos dias da semana em alternância ao programa de treinamento resistido, que permanecem dentro do descrito anteriormente.

6. DISCUSSÃO

Apesar das dificuldades iniciais para estabelecer uma interação dentro de um tratamento clínico e físico, manifestada pela resistência cultural entre as especialidades, que foram sanadas com o diálogo e a apresentação de uma linha definida pelo princípio da integralidade, para a trajetória da pesquisa por parte do grupo de Profissionais. O que possibilitou o avanço do processo. Segundo Mattos (2004, p. 1413), o princípio de integralidade inclui a possibilidade de articular ações preventivas e assistenciais envolvendo um duplo movimento por parte dos profissionais: “apreender de modo ampliado as necessidades de saúde” e “analisar o significado para o outro das demandas manifestas e das ofertas que podem ser feitas para responder as necessidades apreendidas, tendo em vista tanto o contexto imediato do encontro como o contexto da própria vida do outro [...]”.

Esta atitude inicial proporcionou a pesquisa uma condição inédita, pois começamos a manter uma interação multidisciplinar, que dialogou dentro de um nível que revelou a importância do aprofundamento de conhecimento geral, entre todos os envolvidos. Sob o ponto de vista da integralidade, portanto, não se pode reduzir o sujeito à doença que lhe provoca sofrimento; contrariamente, deve-se recorrer à perspectiva da intersubjetividade para levar em conta tanto o conhecimento sobre as doenças (chamaríamos de conhecimento técnico) quanto o conhecimento (que não necessariamente temos) sobre os modos de “andar a vida daqueles com quem interagimos nos serviços de saúde” (Mattos, 2004, p. 1413).

Diante do consenso avaliativo do grupo, até o final do período estudado, traz como unanimidade os objetivos relativos a qualidade de vida apresentados pelo paciente na interação, percebida e relatada não só pelo paciente mais por todos que fizeram parte do estudo do caso, um dos motivos para a motivação de continuidade do estudo.

Por isso torna este estudo relevante que demonstra possibilidades de interação no tratamento clínico, principalmente por incluir especialidades que apresentam atualmente grande solicitação na saúde pública, mostrando claramente uma nova vertente principalmente para Educação Física que busca através de suas especializações, cada vez mais participar atuando como ferramenta do processo de prevenção, recuperação e promoção da saúde.

7. CONCLUSÃO

Buscando atingir o proposto nos objetivos desse estudo que apresentou dentro da discursão metodológica do programa de treinamento como participação no tratamento clínico de patologia (OA) coxofemoral bilateral, os resultados relatados foram satisfatórios para qualidade de vida do paciente mais ressaltaram as condições para manter o acompanhamento e controle da evolução degenerativa decorrentes efeitos patológicos da enfermidade.

Entretanto foram discutidas com muita propriedade as participações das especialidades envolvidas no estudo, demonstrando ser uma trajetória acessível na condução do tratamento Físico e Clínico em determinadas patologias que incluam a solicitação de tratamento visando o quadro geral principalmente aquelas que tenham influencias diretas com a reabilitação, locomoção, e qualidade de vida, evitando a proliferação de outras enfermidades, por consequência de evolução ou tratamento não eficaz de uma enfermidade patológica congênita.

Com isso foi analisada esta interação de modo que: a primeira fase do tratamento clínico que se inicia pelo diagnóstico e de exclusividade da especialidade médica, que atua no acompanhamento com a responsabilidade de meio moderador das condutas.

A fase seguinte requer a atuação fisioterapêutica especializada, pois o momento é indispensável para o êxito da interação, nesta fase o profissional atuara como elo entre a primeira fase e a seguinte, sendo uma espécie via de acesso das condutas.

A fase a seguir intencionalmente não se denominou como ultima, pois acreditamos que haja espaço para mais atuações no processo de interação, tão importante quanto às anteriores requerendo um grau de conhecimento específico e atualizado do profissional de Educação Física que procedera com propriedade entre as demais, fazendo um acompanhamento avaliativo dentro do programa de exercícios que analise e priorize as condições físicas citadas pelas especialidades anteriores, para então elaborar métodos, em busca de objetivos concernentes a solicitação de controle dos efeitos negativos da enfermidade e a melhorar a qualidade de vida, entre outras pela manutenção da independência motora e funcional.

O relato dessa interação é importante por apresentar ações exercidas por profissionais embora todos da área de saúde, mas de especialidades diferentes, pelo princípio da integralidade e que buscam mutuamente o estado de saúde satisfatório e qualidade de vida, ou seja, excelência na existência do ser humano, embora este indivíduo apresente uma enfermidade que pela sua ação comprometem uma das mais vitais condições dos seres vivos a locomoção e dependência funcional. Condições estas que trazem como consequência manifestações de outras condições desfavoráveis a qualidade de vida, podendo contribuir para o óbito.

REFERÊNCIAS

GIL, Antônio C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. São Paulo: 4º Ed. Atlas, 2006.

LUDORF, Silvia M. Agatti. **Metodologia da Pesquisa: do projeto à monografia**: Rio de Janeiro, Shape, 2004.

MARCONI, Marina de A; LAKATOS, Eva M. **Metodologia Científica**. 4º Ed, São Paulo: atlas 2004.

SEVERINO, Antônio J. **Metodologia do Trabalho Científico**. 22º Ed São Paulo: Cortez, 2002.

REVISTA BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA, Campinas, jul/ago 2006, V. 46 nº. 4, p. 253-260, **Tradução e Validação Cultural do Questionário Algofuncional de Lequesne para Osteoartrite de Joelhos e Quadril para Língua Portuguesa – Felipe C. Marx, Leda Magalhães Oliveira, Cintia G. Beline, Michele Cristina C. Ribeiro . 2006.**

REVISTA BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA, Campinas, jul/ago 2006, V. 46 nº. 4, p. 253-260, **Bursite iliopectínea: relato de caso – Eduardo Amaral, Leonardo Mourão Cerqueira . 2006.**

Avaliação dos músculos flexores e extensores do quadril em sujeitos portadores de osteoartrose. Jerônimo Rafael Skau¹, Marília Silva Gonçalves¹, Mary Ellen Figueiredo Ruffato¹, Paula Alves Sancho da Silva¹, Regina Célia Biazeto¹, Luis Mochizuki^{1,2} e Rubens Correa Araújo¹ Universidade São Judas Tadeu (USJT) - São Paulo ^{1,2} Universidade de São Paulo (USP)

Osteoartrite (Artrose): Tratamentoc*)

CAMPOS, Maurício de Arruda. **Biomecânica da musculação** / Maurício de Arruda Campos.- Rio de Janeiro: Sprint, 2000 inclui bibliografia ISBN 85-7332-115-6 1. Biomecânica 2. Musculação - Aspectos fisiológicos 3. Mecânica humana I. Título 00-0191 CDD 612.76 CDU 612.67 180200 220200 008515

BRAZIELLAS, Maria de Lourdes Motta **Normas para apresentação de trabalho de conclusão de curso, monografia, dissertação e tese** / Maria de Lourdes Motta Braziellas e Nelza Maria Moutinho Ançã – 3. ed. rev. Rio de Janeiro: Editora Gama Filho, 2010. 103p. : il. gráf.

- ARTIGO 22 -

CARACTERIZAÇÃO DO QUE SÃO RESÍDUOS SÓLIDOS

VERDE, Olivaldo Marques Monte
PINTO, Ricardo Figueiredo
VICTÓRIA, Baía Pinto

RESUMO

Os resíduos sólidos são todos os materiais que resultam das atividades humanas e que muitas vezes podem ser aproveitados tanto para reciclagem como para sua reutilização, podem ser caracterizados e classificados de diversas formas, o manejo adequado dos resíduos é uma importante estratégia de preservação do meio ambiente, assim como de promoção e proteção da saúde. Objetivo: O objetivo deste capítulo é identificar, conceituar e analisar as formas de reutilização dos resíduos sólidos para a manutenção do meio ambiente. Métodos: Foram utilizados como banco de dados Google Acadêmico, Scielo e artigos da UCS que abordavam essas classificações e consequências. Conclusão: Ficou evidente que os resíduos sólidos são provenientes do desenvolvimento econômico e industrial, e culminou em diversos comprometimentos ambientais, porém são necessárias alternativas a fim de minimizar essas consequências.

Palavras chave: Resíduos sólidos, meio ambiente, reutilização, reciclagem.

ABSTRACT

Solid waste is all materials that result from human activities and that can often be used for both recycling and reuse, can be characterized and classified in various ways, proper waste management is an important strategy for preserving the environment, as well as health promotion and protection. Objective: The objective of this chapter is to identify, conceptualize and analyze the forms of solid waste reuse for the maintenance of the environment. Methods: We used Google Scholar database, Scielo, and UCS articles that addressed these classifications and consequences. Conclusion: It was evident that solid waste comes from economic and industrial development, and culminated in several environmental compromises, but alternatives are needed to minimize these consequences.

Keywords: Solid waste, environment, reuse, recycling.

RESUMEN

Los desechos sólidos son todos los materiales que resultan de las actividades humanas y que a menudo se pueden usar tanto para reciclar como para reutilizar, se pueden caracterizar y clasificar de varias maneras, el manejo adecuado de los desechos es una estrategia importante para preservar el medio ambiente, así como la promoción y protección de la salud. Objetivo: El objetivo de este capítulo es identificar, conceptualizar y analizar las formas de reutilización de residuos sólidos para el mantenimiento del medio ambiente. Métodos: Utilizamos la base de datos de Google Scholar, Scielo y artículos de UCS que abordaban estas clasificaciones y consecuencias. Conclusión: era evidente que los desechos sólidos provienen del desarrollo económico e industrial, y culminaron en varios compromisos ambientales, pero se necesitan alternativas para minimizar estas consecuencias.

Palabras clave: Residuos sólidos, medio ambiente, reutilización, reciclaje.

1. INTRODUÇÃO

Um ecossistema é um conjunto formado pelas interações entre componentes bióticos, como os organismos vivos: plantas, animais e micróbios, e os componentes abióticos, elementos químicos e físicos, como o ar, a água, o solo e minerais. Estes componentes interagem através das transferências de energia dos organismos vivos entre si e entre estes e os demais elementos de seu ambiente. Esse é o conceito técnico sobre o ecossistema, essa integração de componentes não se limita apenas em aspectos naturais, mas a interação do homem e natureza é uma realidade, e que desencadeia sérios problemas ambientais.

O desenvolvimento econômico, o crescimento populacional, a urbanização e a revolução tecnológica vêm sendo acompanhados por alterações no estilo de vida e nos modos de produção e consumo da população. Como decorrência direta desses processos, vem ocorrendo um aumento na produção de resíduos sólidos, tanto em quantidade como em diversidade, principalmente nos grandes centros urbanos. (GOUVEIA, 2012).

A degradação ambiental, o perecimento de recursos e a urgência de resultados salientam a necessidade de mudanças na reavaliação de normas, a fim de que sejam refletidas as possibilidades de instrumentalização social, política e tecnológica para o desenvolvimento sustentável (RODRIGUES & MENTI, 2018). Tendo isso em vista, o presente trabalho trata sobre a caracterização dos resíduos sólidos e sua influência no meio ambiente, demonstrando alguns conceitos e demonstrando prevalências. Foram consultadas bibliotecas online Google Acadêmico, Scielo e UCS, além de livros que contemplassem as palavras chaves.

Caracterização

Os agrupamentos humanos, ao longo de sua história, desenvolvem interpretações teóricas que dão sentido à realidade que pertenciam. Os antigos gregos, por exemplo, concebiam o meio ambiente de uma forma holística e orgânica: homem e natureza eram duas ideias complementares, na verdade indistintas. O meio ambiente era visto como um todo no qual cada uma das partes (inclusive o homem) se articulava com as demais. A concepção moderna, por outro lado, distingue o meio ambiente natural do meio ambiente não natural ou humano. A natureza é pensada como exterior ao homem, portanto apartada dele e dos assuntos humanos (RIBEIRO, 1991, p. 29-30, 2005, p. 16, apud TILIO, 2010).

Essa distinção entre homem e natureza torna possível pensar em dois tipos de ambiente: o natural e o produzido. O primeiro é o ambiente que resulta dos processos internos da natureza, físicos, químicos e/ou biológicos nos quais a presença do homem não interfere diretamente. Já o segundo é aquele ocupado pela ação humana, que necessariamente altera o ambiente natural. Os dois subtipos principais de ambiente produzido seriam o ambiente urbano e o rural, e seu modo de produção atualmente predominante, o capitalismo. Essa forma moderna de organizar as ideias (e, por conseguinte, de entender o mundo) possibilita que a natureza seja vista como um recurso à disposição do homem. Mas isso não ocorre sem consequências negativas, como deve ficar claro mais adiante. A expressão meio ambiente é por vezes utilizada para fazer referência apenas ao ambiente natural. O geógrafo Francisco Mendonça fala de um período que vai do século XIX até meados do século XX, em que a ideia de separação entre a natureza e o homem era especialmente marcante. Para apresentar a temática ambiental de então Mendonça narra que, naquele período,

(...) por meio ambiente se entende a descrição do quadro natural do planeta compreendido pelo relevo, clima, vegetação, hidrografia, fauna e flora dissociadamente do homem ou de qualquer sociedade humana. (MENDONÇA, 2005, p. 21-22)

A discussão sobre a problemática ambiental atual é uma realidade em diversos pontos do mundo e traz impactos à vida dos seres humanos. Esta crise ecológica não tem um contorno de ordem apenas biológica, pois envolve uma variabilidade de aspectos, sejam eles sociais, econômicos, psicológicos e culturais. E é uma crise que tem exigido dos seres humanos uma revisão de posturas, desde aquelas que dizem respeito ao existir humano propriamente dito (ontológica), até a forma como ocorre a produção do conhecimento (epistemológica), passando por diferentes aspectos do cotidiano.

Na sociedade contemporânea, a temática ambiental está presente de diversas formas, sobretudo no que diz respeito aos aspectos relacionados à proteção do meio ambiente, à sua governança e ao desenvolvimento sustentável (FONSECA, 2015). De acordo com a resolução CONAMA 306:2002: “Meio Ambiente é o conjunto de condições, leis, influências e interações de ordem física, química, biológica, social, cultural e urbanística, que permite, abrigar e rege a vida em todas as suas formas”. Já na ISO 14001:2004 a seguinte definição sobre meio ambiente é: “circunvizinhança em que uma organização opera, incluindo-se ar, água, solo, recursos naturais, flora fauna, seres

humanos e suas inter-relações.” Uma organização é responsável pelo meio ambiente que a cerca, devendo, portanto, respeitá-lo, agir como não poluente e cumprir as legislações e normas pertinentes (ISO 14001).

Os grandes empreendimentos, como as construções de hidrelétricas por exemplo, têm ocupado um lugar de destaque, tanto nas transformações da natureza quanto nos efeitos gerados à saúde das populações atingidas direta e indiretamente pelas obras (GIONGO et al, 2015). Bermann (2007) explica que oficialmente, a construção desses empreendimentos tem sido associada ao desenvolvimento econômico, à sustentabilidade, ao modelo de energia, limpa, renovável e de baixo custo, à produção e consumo de bens e serviços e à própria subsistência da população (Aneel, 2015).

Se tratando dos produtos finais desses empreendimentos e dessas alavancas que geraram o capitalismo agudo, temos não só o produto que passa pelas mãos dos operários e chegam nas mãos do consumidor, mas temos os resíduos como produtos finais desta produção que move todo o lucro dessas indústrias, além dos resíduos que advém dos domicílios diariamente e também merecem atenção.

A história do lixo está ligada ao processo civilizatório humano, quando deixamos de ser nômades e começamos a nos fixar no território, passamos a conviver com resíduos gerados. Com o reflexo do crescimento dos núcleos populacionais e por motivo de higiene, as pessoas começaram a encaminhar os resíduos para espaços situados fora dos muros da cidade para não incomodar a dinâmica do lugar, já a Revolução Industrial permitiu a ampliação da produtividade e também a evolução do comércio, facilitando a ampliação da quantidade do lixo gerado (PINHO, 2018).

Esta problemática em relação a geração dos resíduos sólidos vem se agravando na maioria dos países devido ao aumento populacional e ao acentuado crescimento urbano que, associado à evolução dos costumes, criação ou mudanças de hábitos, melhoria do nível de vida, desenvolvimento industrial, novos métodos de embalagens dos produtos consumidos e o crescente acesso a produtos industrializados, trazem como consequência, o aumento da geração de resíduos sólidos no campo e nas cidades (ADISSI; PINHEIRO; CARDOSO, 2013).

Em um ensaio de historicidade sobre o lixo, Cavalcante (2002) explica que, no passado, grande parte dos resíduos eram de origem orgânica, sendo fácil sua degradação, uma vez que frutas, legumes e outros serviam, após o consumo humano, para a alimentação animal. Com a Revolução Industrial ocorrida na Inglaterra, em 1779,

o elevado processo de urbanização desencadeou a produção em série, aumentando significativamente os resíduos que, até então, eram tratados por simples lixo-rejeito (DIAS, 2002).

Para a Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT, 2004), no lixo se encontram os chamados resíduos sólidos, resultantes de origem industrial, hospitalar, residencial, comercial, agrícola, de serviços e de varrição, sendo físico sólido e semissólido. Os resíduos sólidos podem, ainda, ser classificados, de acordo com sua origem, como resíduos domiciliares, provenientes do serviço de saúde, comercial, industrial, vindos de varrição, radioativos, de portos e aeroportos, entre outros, tendo, portanto, a importância da reutilização ou destino adequado na sua finitude (BRINGHENTI, 2004).

Qualquer atividade humana produz resíduos, os resíduos sólidos configuram um dos grandes problemas que ameaçam a vida sobre a Terra. Além de poluir o solo, a água e o ar, também é capaz de oferecer abrigo para animais que veiculam doenças diversas. A crescente utilização de produtos descartáveis e o desperdício são fatores que agravam a produção de lixo em todo o mundo, somando-se à produção de resíduos gerados durante a sua fabricação, sendo estes resíduos recicláveis ou não.

Os resíduos sólidos industriais, por serem muito variados, e se originarem de diversos ramos da indústria – metalurgia, química, petroquímica, alimentícia, etc., a responsabilidade da disposição final dos mesmos é do gerador do resíduo, pois a grande maioria deles se classifica como resíduos classe I – perigosos. Entre estes resíduos podem estar cinza, lodos, óleos, resíduos alcalinos ou ácidos, plásticos, papéis, madeiras, fibras, metais, borrachas, vidros, etc. (LORA, 2000, p. 422-424)

Pela NBR 10.004/2004, os resíduos são classificados quanto à sua periculosidade, em:

1. Resíduos classe I - Perigosos: Característica apresentada por um resíduo que, em função de suas propriedades físicas, químicas ou infectocontagiosas, pode apresentar: a) risco à saúde pública, provocando mortalidade, incidência de doenças ou acentuando seus índices; b) riscos ao meio ambiente, quando o resíduo for gerenciado de forma inadequada.
2. Resíduos classe II - Não perigosos:
 - 2.2 Resíduos classe II A - Não inertes, Aqueles que não se enquadram nas classificações de resíduos classe I - Perigosos ou de resíduos classe II B - Inertes, nos termos desta

Norma. Os resíduos classe II A - Não inertes podem ter propriedades, tais como: biodegradabilidade, combustibilidade ou solubilidade em água.

2.3 Resíduos classe II B - Quaisquer resíduos que, quando amostrados de uma forma representativa, segundo a ABNT NBR 10007, e submetidos a um contato dinâmico e estático com água destilada ou desionizada, à temperatura ambiente, conforme ABNT NBR 10006, não tiverem nenhum de seus constituintes solubilizados a concentrações superiores aos padrões de potabilidade de água, excetuando-se aspecto, cor, turbidez, dureza e sabor.

3. Resíduos classe III (Inertes): Não têm constituinte algum solubilizado em concentração superior ao padrão de potabilidade de águas. Ex: rochas, tijolos, vidros, certos plásticos e borrachas que não são decompostos prontamente.

Além dos resíduos se dividirem por várias características e graus de periculosidade há ainda processos diferentes de tratamento e disposição final para o resíduo urbano e os resíduos sólidos industriais. No caso do primeiro, as técnicas mais apresentadas como soluções são (ANDRADE, 2000 apud GOMES et al. 2015):

- a) Aterro sanitário: compactação e aterramento do lixo com tratamento dos afluentes líquidos e gasosos decorrentes;
- b) Compostagem: Nas diversas formas possíveis, que se constitui na decomposição aeróbica do lixo orgânico – separado em casa ou em usina – para servir de adubo na agricultura;
- c) Reciclagem: reaproveitamento do material orgânico do lixo destinado à venda para setores da indústria;
- d) Incineração: queima do lixo em alta temperatura, indicado principalmente para o lixo hospitalar;
- e) Coleta seletiva: triagem domiciliar do lixo destinado à reciclagem e compostagem.

A gestão de resíduos sólidos será um dos principais desafios para os municípios brasileiros nos próximos anos. A questão ganhou maior relevância em razão da promulgação da Política Nacional dos Resíduos Sólidos – PNRS – instituída pela lei nº12.305/2010, com a perspectiva de possibilitar ao Brasil, uma evolução frente aos problemas ambientais, sociais e econômicos decorrentes do gerenciamento inadequado dos resíduos sólidos (Baldim, 2016).

A melhor maneira para a redução desses impactos é fazer a reutilização de materiais descartados, utilizando o como matéria prima para novos produtos. Esta é uma abordagem corretiva, direcionada para trazer de volta ao ciclo produtivo matérias-primas, substancias e produtos extraídos dos resíduos depois que eles já foram gerados. Daí se faz mais importante à necessidade de verificar o destino dado a esses resíduos, e a sociedade é essencial no que tange a garantia de um desenvolvimento sustentável no sistema (GOMES, et al. 2015).

Segundo a Lei Federal nº 12.305/10, que institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos, os Resíduos Sólidos Urbanos (RSU) se caracterizam em: material, substância, objeto ou bem descartado resultante de atividades humanas em sociedade, a cuja destinação final se procede, se propõe proceder ou se está obrigado a proceder, nos estados sólido ou semissólido, bem como gases contidos em recipientes e líquidos cujas particularidades tornem inviável o seu lançamento na rede pública de esgotos ou em corpos d'água, ou exijam para isso soluções técnica ou economicamente inviáveis em face da melhor tecnologia disponível, ou seja, são aqueles originados das atividades domésticas em residências urbanas, e os resíduos provenientes da limpeza urbana (varrição, limpeza de logradouros e vias públicas, bem como de outros serviços de limpeza urbana).

Essa mesma lei traz definições para o gerenciamento de resíduos sólidos, caracterizado pelo conjunto de ações exercidas, direta ou indiretamente, nas etapas de coleta, transporte, transbordo, tratamento e destinação final ambientalmente adequada dos resíduos sólidos, de acordo com plano municipal de gestão integrada de resíduos sólidos ou com plano de gerenciamento de resíduos sólidos. Assim, gerenciamento de resíduos sólidos trata de perspectivas específicas e funcionais sobre o tema, abrangendo causas administrativas, gerenciais, econômicas, ambientais e de funcionamento.

(...) o termo gerenciamento deve ser entendido como o conjunto de ações técnicooperacionais que visam implementar, orientar, coordenar, controlar e fiscalizar os objetivos estabelecidos na gestão. Entende-se por gestão o processo de conceber, planejar, definir, organizar e controlar as ações a serem efetivadas pelo sistema de gerenciamento de resíduos. Este processo compreende as etapas de definição de princípios, objetivos, estabelecimento da política, do modelo de gestão, das metas do sistema de controles operacionais, de medição e avaliação do desempenho e previsão de quais os recursos necessários (MASSUKADO, 2004).

A Associação Brasileira de Empresas de Limpeza Pública (ABRELPE), divulgou que, no Brasil, foram geradas em um ano 78,6 milhões de toneladas de RSU, e

estima-se que 7 milhões de toneladas não tenham sido coletadas, comparando com o relatório de 2013, verifica-se um crescimento de 3,2% do total gerado (ABRELPE, 2015), a gestão desses resíduos por meio desses indicadores têm melhorado no entanto o armazenamento, a coleta, o transporte e principalmente a disposição final ainda são etapas precárias, principalmente nas áreas urbanas de pequenos municípios (PINHO, 2018), o cenário geral pode ser resumido que os avanços foram poucos, e um dos motivos dessa ineficiência é a pouca eficácia da organização política que opta regularmente por projetos piloto visando resultados a curto prazo.

Na gestão e gerenciamento de resíduos sólidos, deve ser observada a seguinte ordem de prioridade: não geração, redução, reutilização, reciclagem, tratamento dos resíduos sólidos e disposição final ambientalmente adequada dos rejeitos. Poderão ser utilizadas tecnologias visando à recuperação energética dos resíduos sólidos urbanos, desde que tenha sido comprovada sua viabilidade técnica e ambiental e com a implantação de programa de monitoramento de emissão de gases tóxicos aprovado pelo órgão ambiental, assim como a adoção, desenvolvimento e aprimoramento de outras tecnologias limpas como forma de minimizar impactos ambientais (SILVA et al, 2014).

Ainda se tratando de gerenciamento, a gestão de resíduos sólidos no Brasil é atribuição da prefeitura, estabelecida na Constituição, no artigo 23, porém pequenos e médios municípios encontram dificuldades em atender esses aspectos que técnicos, sociais e ambientais. Essa fragilidade pode ser compreendida pela carência de recursos até a baixa qualificação de um corpo técnico de fato, efetivo (PINHO, 2018).

São hoje relativamente bem conhecidos os impactos ambientais ligados à produção de resíduos e ao descarte de lixo. Muitas das questões ambientais do planeta decorrem da produção dos bens (CINQUETTI, 2004). As mais frequentemente mencionadas nos livros de referência sobre resíduos, nos materiais didáticos e manuais para o professor são o uso e consequente esgotamento de recursos naturais (ART, 1998), a produção e o uso de energia (majoritariamente hidrelétrica no caso do Brasil), e a poluição (ar, água ou solo). Embora menos mencionados, devem ser incluídos os impactos causados pela produção de alimentos, que compõem, junto com madeiras e tecidos, 65% dos resíduos do lixo domiciliar brasileiro (JARDIM et al., 1995).

Quanto aos impactos da disposição de lixo, podem ser considerados os originados pelo descarte individual inadequado, assim como a disposição realizada por empresas ou municipalidades. A disposição inadequada em vias públicas, rios e outros

locais impróprios pode ocasionar degradações estéticas (poluição visual), agravamento das enchentes e a disseminação de doenças. Quando não há coleta domiciliar, recomenda-se que os resíduos de alimentos sejam compostados e que o lixo seja enterrado ou transportado até postos onde ocorra a coleta e recomenda-se, ainda, que o lixo não seja queimado (CINQUETTI, 2004). Já o lixo coletado por governos municipais ou empresas deve ser disposto em aterros sanitários. Somente 13,8% dos municípios brasileiros dispõem o lixo em aterros sanitários (IBGE, 2003).

2. CONCLUSÃO

Considerando as abordagens apresentadas fica evidente que o manejo de resíduos ainda enfrenta sérias limitações, mesmo utilizando tecnologias apropriadas, principalmente em relação à destinação para aterros sanitários e à incineração. A disposição no solo, mesmo que em aterros sanitários com captação de gases e efluentes esbarra no esgotamento de áreas físicas apropriadas para esse fim, nos grandes centros urbanos, implicando no deslocamento desses resíduos para longas distâncias, com os consequentes transtornos associados ao transporte (poluição, acidentes, etc). Além disso, deve ser considerado o potencial esgotamento dos serviços ecossistêmicos necessários para degradar todo o resíduo depositado.

A reciclagem, como já colocado, precisa ser impulsionada com a implantação da coleta seletiva e triagem dos resíduos, além de educação em meio ambiente para a população que desconhece essas estatísticas e derivações levando em conta as deficiências em infraestrutura para a realização desse trabalho em grande parte dos municípios brasileiros, deve-se atentar para a PNRS, que propõe a destinação de recursos financeiros para os municípios realizarem trabalho de integração e capacitação de catadores de recicláveis, incentivando a criação e o desenvolvimento de cooperativas ou de outras formas de associação.

REFERÊNCIAS

ABNT. NBR 10.004: **Resíduos sólidos – Classificação: ABNT**, p 71. Rio de Janeiro, 2004.

ABRELPE – Associação Brasileira de Limpeza Pública e Resíduos Especiais. **Panorama de Resíduos Sólidos no Brasil**. São Paulo, 2015. Disponível em:

<<http://www.abrelpe.org.br/Panorama/panorama2014.pdf>> Acesso em: 15 de setembro de 2019.

ADISSI, P. J; PINHEIRO, F. A; CARDOSO, R. S. **Gestão Ambiental de Unidades Produtivas**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2013. 1 ed.

ART, H. W. **Dicionário de Ecologia e Ciências Ambientais**. São Paulo: Melhoramentos, 1998. 583 p.

BALDIM, R. **Diplomacia de Cidades: Agendas Globais, Acordos Locais**. In: Geopolítica das cidades: velhos desafios, novos problemas. Brasília: IPEA, 2016. 372 p.

Bermann, C. **O projeto da usina hidrelétrica de Belo Monte: a autocracia energética como paradigma**. Novos Cadernos NAEA, 15(1), 5-23, 2012. doi: 10.5801/ncn.v15i1.895

BRASIL. O CONSELHO NACIONAL DO MEIO AMBIENTE-CONAMA. Disponível em: <<http://www2.mma.gov.br/port/conama/res/res02/res30602.html>> Acesso em 13 de setembro de 2019.

BRINGHENTI, Jacqueline. **Coleta Seletiva de Resíduos Sólidos Urbanos: Aspectos Operacionais e da Participação da População**. Tese de Doutorado, Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

CINQUETTI, H. S. **Lixo, resíduos sólidos e reciclagem: uma análise comparativa de recursos didáticos**. Educar. p. 307-333. Editora UFPR. Curitiba, 2004

Environmental Management System. Disponível em: <<https://www.iso.org/obp/ui/#iso:std:iso:14001:ed-3:v1:en>> Acesso em 13 de setembro de 2019.

FONSECA, R. O. **Compensação Ambiental: Da contradição à valorização do meio ambiente no Brasil**. Revista Ambiente e Sociedade. São Paulo, 2015.

GIONGO, C. R.; MENDES, J. M. R.; SANTOS, F. K. **Desenvolvimento, saúde e meio ambiente: contradições na construção de hidrelétricas**. Serv. Soc. Soc. São Paulo, p. 501-522. Setembro, 2015.

GOMES, L. D. SILVA, P. B. S. LIMA, L. B. FRANCO, ELDELITA, A. P. **Geração e Destinação Do Lixo Orgânico Flv em Pontos de Vendas na Cidade de Teresina Frente Produção Mais Limpa.** XXXV Encontro Nacional De Engenharia De Produção: Perspectivas Globais Para A Engenharia De Produção. Fortaleza, 2015.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saneamento Básico. Disponível em: Acesso em: 13 de setembro de 2019.

JARDIM, N. S et al. (Coords.). **Lixo municipal – manual de gerenciamento integrado.** São Paulo: Instituto de Pesquisas Tecnológicas do Estado de São Paulo: Cempre, 1995.

LORA, Electo Silva. **Prevenção e controle da poluição nos setores energético, industrial e de transporte.** Brasília (DF): ANEEL, 2000.

MASSUKADO, Luciana Miyoko. 2004. **Sistema de Apoio à Decisão: avaliação de cenários de gestão integrada de resíduos sólidos urbanos domiciliares.** Dissertação (Mestrado em Engenharia Urbana) – Programa de Pós-Graduação em Engenharia Urbana.

- ARTIGO 23 -

MEGAEVENTOS ESPORTIVOS: UMA ANÁLISE SOBRE O PRISMA DE ACADÊMICOS DO CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM EDUCAÇÃO FÍSICA.

OLIVEIRA, Tany Luêny Silva de - tannylueny13@gmail.com
BUGARIM, Jonatha Pereira - bugarim@hotmail.com

RESUMO

O Brasil vivência em sua conjuntura um período repleto de megaeventos esportivos, entre eles se destacam Copa do Mundo FIFA, que ocorreu em 2014 e os Jogos Olímpicos de 2016. O objetivo deste estudo é analisar como o tema megaeventos esportivos influencia na formação dos universitários do curso de educação física. Procedimentos metodológicos: A pesquisa possui uma abordagem qualitativa com o nível de estudo descritivo-exploratória. O instrumento de coletas de dados utilizado foi à entrevista semiestruturada. O público alvo foram 46 acadêmicos do curso de Licenciatura Plena em Educação Física da Universidade do Estado do Pará, Campus XIII. Com a análise dos resultados, percebeu-se que a influência está veementemente vinculada à formação do público pesquisado, em razão de os mesmos estarem cientes do que são megaeventos esportivos, principalmente por meio das políticas públicas de esporte e lazer que são discutidas no íntimo das conferências, fazendo-se necessário uma governança voltada para a população.

Palavras-chave: Megaeventos. Políticas Públicas. Universidade.

ABSTRACT

Brasil lives in their actual situation, a period of massive sports events, including the FIFA World Cup which happened in 2014 and the 2016 Olympic Games. This article proposed to analyze how the mega sports events theme influences the graduation of the physical education academics. Methodological procedures: the research is descriptive and exploratory with qualitative approach and the data collection instrument used was the semi-structured interview. The audience was 46 academics of the physical education course from the Universidade do Estado do Pará campus XIII. With the analysis of the results, it is perceived that the influence it is strongly linked to the formation of the public interviewed, in the reason they are aware of what is a mega sport event, especially through the public politics of sport and leisure which are discussed in the intimate conferences, being required an oriented governance for the population.

Keywords: Mega Events. Public politics. University.

RESUMEN

Brasil está experimentando, en su momento, un período lleno de megaeventos deportivos, entre ellos la Copa Mundial de la FIFA, que tuvo lugar en 2014 y los Juegos Olímpicos de 2016. curso de educación física. Procedimientos metodológicos: la investigación tiene un enfoque cualitativo con el nivel de estudio descriptivo-exploratorio. El instrumento de recolección de datos utilizado fue la entrevista semiestructurada. El público objetivo fueron 46 académicos del Curso de Grado

Completo en Educación Física en la Universidad Estatal de Pará, Campus XIII. Con el análisis de los resultados, se observó que la influencia está fuertemente vinculada a la formación del público investigado, debido al hecho de que son conscientes de lo que son los megaeventos deportivos, principalmente a través de las políticas públicas de deporte y ocio que se discuten en su interior. conferencias, con un enfoque en la gobernanza orientada a la población.

Palabras clave: Mega eventos. Políticas públicas. Universidad

1. INTRODUÇÃO

O Brasil vivência em sua conjuntura presente, um período de volumosos eventos esportivos de abrangência global. Fermino, Poffo e Santos (2013) a corroborar com a assertiva citada, versa que se pode apontar como exemplo os Jogos Pan-Americanos em 2007, a Copa do Mundo de Futebol da FIFA em 2014, os Jogos pré-olímpicos de 2015 e os Jogos Olímpicos em 2016, dessa forma são muitos os acontecimentos voltados para o esporte e, conseqüentemente para o professor de educação física.

O presente debate aloja o professor de educação física no centro da discussão, em razão de existir um lastro de conhecimentos técnicos imbricados entre si e ligados a subtemas como a Gestão Esportiva, Iniciação Esportiva, Lazer, Treinamento, Preparação Física entre outros. Nesse prumo entende-se que o profissional de educação física não pode se posicionar de forma alheia a esta celeuma. Portanto, a investigação possibilita refletir como ocorre a interação do professor de Educação Física em formação inicial, perante a realização dos Megaeventos Esportivos.

A problemática deste estudo trata-se como os megaeventos esportivos se relacionam com a formação inicial do acadêmico de educação física?

O objetivo deste estudo é analisar como o tema megaeventos esportivos influencia na formação dos universitários do curso de licenciatura plena em educação física. Compreendendo o que são Megaeventos Esportivos, analisando se estes são considerados políticas públicas, elaborando a descrição do que são legados sociais, e como estes legados são vistos pelo governo federal. Identificando quais os legados sociais deixados ao município de Tucuruí segundo o caderno de legado social, verificar se os estudantes de educação física entendem o que são políticas públicas de esporte e lazer, tentando identificar quais os legados sociais deixados pelos megaeventos esportivos sob o prisma dos universitários de educação física.

A relevância social vigente deste trabalho visa à importância do professor de Educação Física em trabalhar a criticidade com os alunos, para que os mesmos cresçam compreendendo as políticas do processo em que vivemos. Além de a pesquisa possuir um cunho acumulativo dentro da área do conhecimento científico, pela magnitude que o tema apresenta.

Sobre o emprego do termo megaeventos segundo Tavares (2012) uma abordagem dedutiva a partir do que tem sido publicado na mídia, universalmente têm sido chamados de megaeventos esportivos competições internacionais que reúnem um número de atletas que atinge a casa dos milhares em um espaço de tempo de um mês, no máximo, com potencial de impacto em diferentes setores da sociedade e que possui significativa carga simbólica.

É através desses megaeventos que brotam para o país sede, legados sociais, sejam de caráter esportivos ou simbólicos, e sobre esta declaração, Coakley e Souza (2013), alegam que a promoção e o desenvolvimento da herança associado a megaeventos esportivos são resultados intencionais de ligações políticas que começam desde o processo de candidatura e permanecem após os eventos, e que legados dos megaeventos esportivos geralmente se referem aos resultados para a cidade ou país sede, especificamente relacionados aos esportes e seus desdobramentos para a sociedade. De acordo com os autores, podem ser incluídos nessas características o aumento da participação esportiva da população, o estabelecimento de novos programas de esportes, a criação ou renovação de locais e infraestrutura e, ainda, a formação de capital social relacionado ao esporte que busque revitalizar comunidades. Já Souza e Marchi (2010), compreendem que legado é uma contribuição para o crescimento de um comércio esportivo que certamente não está preocupado com a formação de praticantes esportivos, mas com a formação de disposições práticas para o consumo do esporte e dos produtos esportivos de maneira instantânea, deixando de lado o cunho simbólico e o fair play.

2. O BRASIL FRENTE AOS MEGAEVENTOS ESPORTIVOS (COPA DO MUNDO FIFA E OLIMPÍADAS 2016)

Para efeito de definição, Dacosta (2008) compreende um megaevento esportivo como uma competição que, para ser realizada, necessita de grande potencial financeiro, logístico e humano, apresenta também grande poder de atração da mídia e é realizado

regularmente a cada período de 4 anos. Normalmente os países sede destes megaeventos são aqueles com uma economia bastante desenvolvida, além de possuir uma política estável para que as construções nas instalações ocorram e tragam a garantia de realização destes megaeventos. Ainda há muitas dúvidas sobre a realização dos megaeventos principalmente no Brasil, todavia, a perspectiva de Ribeiro, Soares e Dacosta (2014), é de que a realização destes eventos possam acarretar grandes riscos financeiros por vários anos ou décadas, entretanto, o impacto desse acontecimento através de mobilizações políticas, tende a transformar positivamente o dia a dia do cidadão.

É importante ressaltar segundo Coakley (2009), que entre os países considerados as grandes potências mundiais, os megaeventos esportivos são tidos como forma de mostrar superioridade e reconhecimento internacional, por isso o grande interesse em se candidatar a país sede. Quando se trata de justificar o direito de sediar esses eventos esportivos, Pires (2011) destaca que são elencadas várias possibilidades de melhorias gerais na infraestrutura do país, aeroportos, mobilidade urbana, hospedagem, serviços, turismo, etc., aumentando assim a visibilidade do país, mesmo que sejam benefícios de curto ou de longo prazo.

Os megaeventos nos trarão colisões e heranças econômicas, as quais uma pequena quantidade de brasileiros em relação ao total índice da população conhece verdadeiramente, como benefícios em curto prazo: empregos em obras de infraestrutura, realização dos jogos, promoção do país, envolvimento de jovens em atividades culturais e voluntariado e envolvimento da população com atividades físicas e esportivas são de suma importância para os mesmos, e os de longo prazo como obras de infraestrutura, projetos sociais, qualificação de transportes públicos e etc. Que de acordo com o Poyter (2008), as melhorias para a população podem ser de duas naturezas, aquelas chamadas de tangíveis, como por exemplo, a melhoria do sistema de transporte, e até mesmo aquelas consideradas intangíveis, tais como a melhoria da autoestima dos moradores das cidades envolvidas.

3. LEGADOS ESPORTIVOS E SOCIAIS

Da herança que será deixada nos países sede, Filgueira e Dacosta (2008), entendem que são obras deixadas por pessoas, e o que determinará a intensidade dos benefícios e malefícios, do dever e gratificação, dos proveitos e prejuízos destas

produções será a maneira de como as pessoas se comprometerão com o andamento do acontecimento. Legado não quer dizer somente coisas positivas, pode ser uma herança também negativa, resultante da ação humana. Porém, se o que se espera é um legado positivo, é necessário que o país saiba aproveitar das oportunidades que serão deixadas, principalmente a prática esportiva em busca de uma melhor qualidade de vida para a população. Logo, se torna obvio que as cidades que acolhem eventos esportivos grandiosos como a Copa do Mundo e os Jogos Olímpicos, obtenham uma verdadeira adoção de hábitos saudáveis.

É importante ressaltar que para que se origine legados duradouros, é necessário que antes exista um planejamento estratégico capaz de assegurar o bom desempenho das ações, principalmente de legados tangíveis como, por exemplo, as infraestruturas. Carvalho (2014) diz que o planejamento é primordial para garantir o legado após o termino dos jogos, em particular os equipamentos esportivos e as instalações de competições. É viável que se tenha um comprometimento por parte do governo que, entretanto, pouco está interessado em originar benefícios para a população, deixando explicito o interesse especialmente pelo capital investido no evento.

Parece obvio, mas Paiva e Rossetto (2013) ressaltam que os legados de megaeventos esportivos são elementos inseparáveis da política pública e do cargo substancial do Estado, seja qual for, assegurando os direitos sociais fundamentais a todos os cidadãos, com qualidade, igualdade e universalidade. E é através das Conferências que surgem como discussão às políticas públicas, sobre a reflexão de Castelan (2011) é onde se formulam, envolve e valoriza a participação de todos os segmentos da sociedade. Entretanto, recursos obtidos a partir dos megaeventos após a realização dos mesmos, torna-se a fonte de entretenimento que por direito devia ser do cidadão, ou seja, um mercado de compra e venda do lazer e da prática esportiva. Tubino (2010) declara que no Brasil é responsabilidade pública garantida pelo Estado, a promoção do esporte educacional para todos, dentro ou fora da escola, democratizando e gerando cultura esportiva, desenvolvendo o indivíduo em relações sociais mútuas e com a natureza, à sua formação corporal e as próprias potencialidades.

Conforme Paiva e Rossetto (2013), diante deste contexto de multiplicidade das manifestações do fenômeno esportivo, do desencontro entre o que se pretende como

política de fomento ao esporte e o real oferecimento de condições de realização, o Brasil venceu a candidatura para tornar-se sede dos dois maiores megaeventos esportivos: Copa do Mundo de Futebol FIFA e Jogos Olímpicos. E tem por obrigação trazer para o país bons resultados, tanto esportivos, como financeiros, midiáticos dentre outros, e tornar o esporte uma garantia do direito ao acesso de todos os cidadãos às práticas esportivas.

4. OS MEGAEVENTOS ESPORTIVOS COMO INFLUÊNCIA NA FORMAÇÃO ACADÊMICA DOS ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

Contudo que se pode analisar através dos megaeventos esportivos, onde estaria inclusa a participação do acadêmico de educação física, sendo este um importante protagonista dentro destes eventos. E como essa classe se enquadra dentro dessa lógica utilizada pelo governo através das políticas públicas de esporte e lazer. Pelo o que aponta Fermino, Poffo e Santos (2013) é necessário se pensar nos impactos que os megaeventos acarretarão no campo da Educação Física, analisando como é de grande importância que eventos como estes, podem causar nos cursos de formação de professores e nas escolas brasileiras.

É relevante que os acadêmicos vivenciem essa prática, enquanto experiência na formação para que se torne um profissional completo. Equipados de informações acerca da gestão organizacional, da criação de projetos esportivos que servirão de herança para a população, do esporte de rendimento preparando-lhes para futuros treinadores, ou até mesmo como atualização de conhecimentos em suas aulas escolares, predispondo-lhes para situações futuras. E no que se difere Fermino, Poffo e Santos (2013) além de uma maior abertura dos grupos de pesquisa no papel de democratização e socialização da produção do conhecimento científico dentro das universidades procurando atrair novos alunos-pesquisadores, mas também que estes futuros professores despertem o interesse investigativo em associar a sua prática de intervenção aos conceitos e teorias produzidos no âmbito acadêmico.

A influência que a mídia traz sobre o esporte preocupa muito na formação destes acadêmicos, pois, o esporte na escola não tem o papel de preparar os alunos para ser um atleta, mas para utilizar a cultura corporal vigente em suas práticas, entretanto, os projetos resultantes dos megaeventos esportivos sim, deveriam assumir esse papel. A importância está na influência de que os megaeventos estejam ligados a melhoria

das aulas, enquanto materiais esportivos, vivência de diferentes e novas modalidades esportivas, e até mesmo a infraestrutura escolar possibilitando que o professor possa transmitir suas aulas com qualidade, além de utilizar temas como estes dentro de suas aulas para transformando seus alunos em cidadãos mais críticos e esclarecidos. A análise de Fermino, Poffo e Santos (2013), sobre este tema é que enquanto futuros professores essa é uma realidade preocupante, pelo fato de haver uma dificuldade em relação à mídia, para com uma visão mais crítica de acordo com o papel que será assumido nas instituições de ensino. Haja vista, que o esporte e as práticas corporais são uma ferramenta eficaz e conhecida para o marketing, a espetacularização e para a influência e associação de qualquer tipo de venda, portanto recebe um bombardeio de informações que tem como mira um público vulnerável e pouco crítico.

5. POLÍTICAS PÚBLICAS DE ESPORTE E LAZER

Faz-se viável debater políticas públicas nesta produção porque é um tema que está ao redor de todo e qualquer planejamento de ações voltadas para o povo. Não podendo esquecer que a questão megaevento esportivo está bastante presente neste contexto, pois as produções originadas a partir do mesmo, só se faz eficaz pela participação e contribuição de impostos, pagos pela população. E é através das conferências municipais, estaduais, nacionais e internacionais que segundo Castelan (2011), que possui a finalidade de democratizar a elaboração da Política Nacional de Esporte e Lazer e os Planos Nacionais, envolvendo e avaliando a participação de todas as esferas da sociedade brasileira, progredindo na criação de organismos de controle e investimentos realmente efetivos, que surgem as políticas públicas. No entanto, a temática do Megaevento não está presente nesses espaços de discussão, e mesmo assim ações governamentais são direcionadas para incentivar nos eventos como Olimpíadas e Copa.

Seja esportiva ou não, é vista como uma política voltada para o cidadão, e que neste contexto deve ser analisada em forma de projeto social, esporte educacional ou lazer esportivo. Nesta toada Sawitzki (2012) afirma que o esporte e lazer estão incluídos entre os diversos direitos sociais da população que devem ser assegurados pelo Estado, sendo evidente a permanência de todos os cidadãos em programas de esporte e lazer, não podendo haver exclusão como acontece no esporte de rendimento direcionado para uma minoria.

Como mostra Minuzzi, Marin e Frizzo (2013) as contra tendência, em relação às manifestações sociais, são mobilizadas especialmente, pela classe trabalhadora, que tolera cotidianamente as atuações estratégicas do Estado, que procuram objetivar o cumprimento das imposições do Comitê Olímpico Internacional para exporem as cidades-sedes no padrão de cidades globais, através da contemplação de políticas públicas neoliberais (educação, trabalho, saúde, meio ambiente, moradia, lazer, entre outras), contribuindo, para o alargamento e aceleração de circulação do capital.

6. MATERIAIS E MÉTODOS

Responderam à pesquisa 46 estudantes regulares do curso de licenciatura plena em educação física, da Universidade do Estado do Pará campus XlII. Entre eles, 18 homens e 28 mulheres. Alguns deles participam ou já participaram do programa do governo federal Mais Educação presente no município de Tucuruí-Pa, nenhum possui emprego de contratado ou concursado na área de educação física.

Todos os respondentes de nossa pesquisa foram informados dos objetivos de nossa pesquisa através da leitura e posterior consentimento através de nosso Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Ressaltamos, ainda, que nossos respondentes não eram obrigados a se identificar e, ainda, utilizamos o horário livre (intervalo das aulas) para que pudessem preencher o questionário.

Os questionários eram entregues após uma pequena conversa com os respondentes. Nesta conversa fiz questão de ressaltar da não necessidade de identificação e também situei os pesquisados sobre a temática abordada. Dividimos nossa análise em tópicos, pois foi possível reunir algumas perguntas que estavam relacionadas que eram suscetíveis de serem analisadas juntas.

Estudar o impacto destes eventos é, neste período, estudar um pouco este grupo de profissionais que parece ficar constantemente excluídos das decisões políticas, fazendo um corte e análise da realidade dos espaços públicos esportivos.

O estudo teve uma natureza qualitativa, embasado em conhecimentos que segundo, Richardson (2009) este método de pesquisa defende a descrição aprofundada de peculiaridades e de determinadas variáveis que interagem nas dinâmicas sociais. Este mesmo autor também enfatiza a possibilidade de descrição minudenciada de certo elemento, focando na comunicação de variáveis relacionadas aos processos dinâmicos dos grupos sociais, com base na utilização de pesquisa de natureza qualitativa. Para o

desenvolvimento do estudo foram utilizadas a pesquisa documental, entrevista semiestruturada, com a técnica roda de conversa, e a pesquisa descritivo-exploratória. A pesquisa documental, conforme enunciam Gil (2008), bem como, Marconi e Lakatos (2005), permite novas formas e análises de determinados materiais. Para autores como Sampieri, Collado e Lucio (2006), a análise documental é procedente para a reorganização de informações e para revelar novos ajustes nessas informações. A análise documental segundo Ludke e André (1986) constitui uma técnica importante na pesquisa qualitativa, seja complementando informações alcançadas por outras técnicas, seja mostrando novos aspectos de um tema ou problema.

Já união de pesquisa documental e pesquisa exploratória enriquece a concepção do fenômeno pesquisado, portanto, favorece a interpenetração dos polos epistemológicos, adicionando avanço para a visão final do estudo. Sampieri, Collao e Lucio (2006) ressaltam que a pesquisa documental concebe uma forma precisa de envolver os aspectos escassamente pesquisado ou passíveis de novas interpretações. Já no caso da pesquisa exploratória, sua aplicação reforça as nuances das percepções e de outros significados, capazes de transmitir maior compreensão sobre o universo pesquisado (CALEFFE e MOREIRA).

A entrevista semiestruturada, caracterizada por Gil (2008), é definida como uma técnica em que o investigador se apresenta frente ao investigado e lhe formulam perguntas, com o objetivo de obter dados relevantes à investigação. Sendo neste caso, uma maneira de interação social. Mais especificamente, é uma forma de diálogo assimétrico, em que uma das partes busca coletar dados e a outra se apresenta como fonte de informação.

A pesquisa descritivo-exploratória foi utilizada com o intuito de aprofundar-se no universo pesquisado. A vantagem deste tipo de pesquisa, segundo Severino (2007), é permitir o levantamento de informações, com a expectativa de mapear os determinantes do objeto de estudo. Na pesquisa documental foram tomados como base, a Revista Motrivivência, o Portal de Periódicos da CAPES no Banco de Teses e Ministério do Esporte.

Como critério de inclusão serão levados em consideração estudantes universitários do curso de educação física na Universidade do Estado Pará, Campus XIII. Os universitários de educação física se enquadram no perfil, em razão de estarem

inseridos no processo de formação profissional imbricado com a temática estudada, e possuírem em sua grade curricular a disciplina, políticas públicas de esporte e lazer.

7. RESULTADO

Com respeito à primeira pergunta do questionário sobre o que os acadêmicos entendiam por Megaeventos Esportivos, 23,91% equivalentes a 11 universitários responderam que são eventos de grande porte, que acontecem de 4 em 4 anos, apresentando benefícios e malefícios para o país sede. Sua realização deveria deixar um legado após seu acontecimento, tanto para o entretenimento, economia, o desenvolvimento esportivo, não se tornando um produto lucrativo para uma minoria. Além de possuir cunho alienante, fazendo com que muitas pessoas desconheçam o real sentido do evento. Semelhante a 23,91% correspondente a 11 entrevistados, retrucaram que Megaeventos Esportivos são grandes espetáculos que mobilizam vários atletas de várias modalidades, em que esses atletas, através da competição buscam o primeiro lugar no pódio. Já 26,08% relativo a 12 dos acadêmicos responderam que Megaeventos Esportivos são eventos que envolvem uma serie de fatores, social, financeiro, político, econômico, que são muito divulgados pela mídia, que visam difundir a prática esportiva e que mobilizam muito o comércio. Proporcionalmente a 26,08% referente a 12 acadêmicos condizem que são grandes eventos que atingem uma nação, possui grande divulgação e requer uma infraestrutura de alta qualidade.

Sobre a segunda pergunta a respeito da existência na relação entre o tema Megaevento Esportivo e o curso de licenciatura em Educação Física, 30,43% relevante a 14 acadêmicos contestam que existe sim relação, devido a inclusão do esporte, ginástica, lutas que são aspectos discutido na área de educação física e nesses grandes eventos, além do aspecto social e cultural que está incluso na formação de atletas. Todavia, 28,26% referente a 13 universitários afirmam que está relacionado principalmente, devido a discussão da temática, megaevento esportivo na disciplina de políticas públicas, tanto na organização do evento, a questão cultural e a manipulação da mídia. De acordo com a entrevista 15,21% equivalente 7 estudantes afirmaram que existe essa relação, porque o megaevento gera emprego para os profissionais de educação física, ou deveria haver a participação desse profissional assiduamente, porém não existe. E que frequentemente assuntos como esse, passem a ser palco de debates e críticas dentro do curso. Declaram-se 26,08% equivalente a 12 universitários

que existe essa relação, porque os professores de educação física são formadores de opinião, e assuntos como megaeventos esportivos devem ser debatidos em sala de aula com os alunos, ou esses eventos mostram a realidade dos esportes, mesclando com as diversidades culturais dos alunos nas aulas.

Com base nas respostas da terceira pergunta sobre quais as contribuições que os Megaeventos Esportivos trariam para a atuação do profissional de Educação Física, 30,43% compatível a 14 acadêmicos responderam que com o megaevento mais presente no cotidiano do aluno é possível trabalhar outros conteúdos, não só o esporte em si. A conscientização da prática esportiva, novos materiais de trabalhos, como bolas, piscinas. Além de um novo olhar da realidade e explanação dos conteúdos nas aulas. Concidentemente 30,43% igual a 14 universitários acreditam que a contribuição se dá através das novas informações dos conhecimentos relacionados ao esporte como, por exemplo, a organização de competições. Com os megaeventos esportivos, acreditam que aumentaria a valorização e o auxílio ao treinamento de atletas. Entretanto, 17,39% relativo a 8 desses acadêmicos creem que contribuiria com a valorização do profissional de educação física, principalmente dentro das políticas públicas de esporte e lazer, forneceria diversas formas na promoção de empregos. E concomitante a 21,73% referente a 10 dos estudantes, declaram não existir nenhuma contribuição, pois, nem todos tem acesso aos espaços utilizados nesses eventos, e que esses eventos tem objetivo a circulação do capital para as empresas envolvidas, mas não necessariamente para a educação.

Na quarta pergunta que discorre sobre a interferência dos megaeventos esportivos na realidade do município em que residiam 39,13% equivalente a 18 entrevistados responderam que não, pelo fato de está sendo realizados distante do município, ou pela razão de não existir legado para as regiões que não são sedes, mesmo sendo utilizado o dinheiro dos impostos de todos. E 60,86% proporcionalmente a 28 estudantes alegam existir sim interferência, pelo fato de ocorrer um reflexo na economia, com o aumento dos preços dos produtos, ou porque através da mídia e do entretenimento, a cidade muda em alguns ambientes e horários, somente para assistir os jogos. Afirmam também que interfere de forma negativa, relacionado a questão financeira, já que na visão de infraestrutura apenas as capitais sede recebem, contudo, os outros municípios ficam a mercê desses benefícios.

Na quinta pergunta sobre, o universitário como o professor de Educação Física, acredita ser interessante trabalhar esta temática dentro da escola, 89,19% condizente a 41 entrevistados responderam que sim, porque é interessante repassar conhecimentos desta temática mostrando os pontos positivos e negativos para os alunos, tornando-os mais críticos e entendedores das políticas em que se vive, e os informando de que maneira acontecem esses eventos. Por ser um assunto da atualidade, desmascarar o que a mídia prega sobre esses eventos. Auxiliar o aluno a ser um atleta, a importância em deixar clara a eficiência do esporte dentro da escola e para a saúde. Entretanto, contestam a essa resposta 8,69% correspondente a 4 estudantes, asseguram que não é interessante trabalhar essa temática devido à escola ter o papel de formar trabalhadores e não cidadãos conscientes da péssima realidade, além de implantar um tema alienante e que daria falsas esperanças para as crianças sonhadoras. E mais 2,17% equiparado a 1 acadêmico acredita ser e não ser interessante trabalhar essa temática, para esclarecer os dois lados que os megaeventos deixarão para os alunos, não deixando que eles especulem e entendam apenas informações da mídia.

8. DISCUSSÃO

A presente pesquisa apresentou como objetivo, analisar como o tema megaeventos esportivos influencia na formação dos universitários do curso de licenciatura plena em educação física. Após a observação obtida através dos questionários, pode-se perceber que a temática está veementemente entrelaçada na realidade dos acadêmicos. Em se tratando de megaeventos esportivos os entrevistados alegaram ser grandes espetáculos mundiais, que movimentam diversas esferas sociais, capaz de trazer ao Brasil, novas mudanças e alterações, seja na ideologia, na saúde, política ou cultura, principalmente o comércio, e Santin (2009) ao discutir esses grandes eventos no Brasil, afirma que são as maiores produções geradas pelo crescimento tecnológico, pela ambição econômica e pela sede de domínio, durante o século XX. Sua realização deveria deixar um resultado após seu acontecimento, tanto para a elite, quanto para a população em situação de pobreza, não se tornando um produto lucrativo para uma minoria. Através das conclusões dos acadêmicos A, B e C, podemos identificar três respostas que mais se aproximam ao que seriam megaeventos esportivos.

O entrevistado A respondeu:

Megaeventos são grandes eventos esportivos, no qual o país sede é contemplado para realizá-lo, visto que, com a concretização desse evento o local escolhido ter que passar por um processo de transformação no período de 4 anos, em que na maioria das vezes acaba gerando grandes problemas para o país. (Indivíduo A, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado B respondeu:

São eventos que envolvem uma serie de fatores, tanto financeiro, social como econômico, que é muito divulgado pela mídia, gerando uma circulação monetária à cidade sede. Mas em questão de alguns legados, muitas das vezes só durante o evento. (Indivíduo B, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado C respondeu:

São ou deveriam ser “megaeventos esportivos” que deveriam deixar um legado após seu acontecimento, tanto para o entretenimento, economia, entre outros pontos positivos para a população, não sendo somente um produto muito lucrativo para uma minoria. (Indivíduo C, entrevista em 14 de agosto de 2015)

Referente à segunda pergunta se existe relação dos megaeventos com a licenciatura de educação física, ao responderem que se faz presente devido à política pública existente na sociedade, dentre várias vezes discutida dentro das universidades, o acadêmico ainda é excluído, e esse profissional não é valorizado, como exemplo, as condições salariais, o status social frente às outras profissões, os equipamentos adequados para o exercício da profissão e a carga horária de trabalho semanal. Como Betti (2009), imprime em seu discurso, é eminente e injusto para com estes profissionais tais expectativas, pois, acaba por gerar frustrações e consequentemente o fracasso. Quanto à participação efetiva que é explícita pela ausência desse profissional geralmente percebida nesses grandes eventos, Ribeiro, Soares e Dacosta (2014) afirmam que, a título de profissionais, quando grandes eventos esportivos acontecem especialmente, quando se tem uma larga cobertura midiática, muitos professores de educação física acabam por atuar como dirigentes, treinadores, atletas, árbitros, voluntários, entre outras funções de apoio, além de visualizar sua área de atuação sendo invadida, comentada e debatida por especialistas e pelo público em geral, disseminando uma cultura esportiva alinhavada por estes megaeventos. O que torna essa área de atuação desvalorizada e abandonada. Sobre as respostas dos acadêmicos A, B e C sobre essa relação existente, afirmam.

O entrevistado A respondeu:

Sim, pois os profissionais da área da educação física deveriam ser considerados como um dos alicerces desse evento, por atuarem na área e sempre estarem presentes no esporte, mas infelizmente isso não ocorre, porque a visão capitalista sempre é colocada em primeiro lugar. (Indivíduo A, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado B respondeu:

Sim, porque o profissional da Educação Física deveria ser um protagonista nestes megaeventos, porém como isso não acontece, esses eventos passam a ser palco de debates e críticas dentro do curso, assim como o legado e políticas públicas que ficam a partir do acontecimento implicando direta ou indiretamente na continuação do curso. (Indivíduo B, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado C respondeu:

Sim, uma vez que nós educadores físicos deveríamos estar à frente desses eventos, mas é muito difícil ver um de nós lá. O curso permite nos dá conhecimento sobre “tudo” o que ocorre nesses eventos, mas a elite vem e nos tira o que é por direito. (Indivíduo C, entrevista em 14 de agosto de 2015)

Condizente as contribuições que os Megaeventos Esportivos trariam para a atuação do profissional de Educação Física, foi disseminado entre as respostas que os assuntos poderiam ser contemplados em sala de aula com a iniciativa de divulgar os preceitos olímpicos no espaço escolar, podendo deixar de ser uma iniciativa individual e isolada de poucos professores para se tornar um movimento pedagógico coletivo. Libâneo, Oliveira e Toschi (2008), afirmam que os acontecimentos contemporâneos interferem na educação escolar de vários modos, como exemplo, alteram os objetivos e prioridades da escola, originam modificações nos interesses, nas necessidades e nos valores escolares, obrigam a escola a mudar suas práticas, e induzem a deformações na atitude do professor e no trabalho docente, procurando mostrar os conhecimentos advindos das produções socioculturais que se originam fora da escola interferindo de alguma maneira, nas atividades escolares.

Observou-se que na discussão em torno dessas contribuições, segundo Ribeiro, Soares e Dacosta (2014) que na verdade há uma preocupação muito ampla especificamente dos bens materiais que a população de maneira geral espera receber como, construções de estádios, arenas, linhas de metrô, reforma dos aeroportos, entre outros. Entretanto, o legado de maneira educacional está esquecido, pois parece não ser incluso o pequeno mundo do esporte escolar, ou seja, os recursos investidos ou a criação de empregos não inclui os profissionais que atuam com a educação esportiva na educação básica. As repostas dos alunos A, B e C, sobre as contribuições que esses eventos trarão para os profissionais.

O entrevistado A respondeu:

Eles trarão novas formas de abordagem na educação física escolar, novas formas de atuação. (Indivíduo A, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado B respondeu:

Quase nenhuma, nem todos têm acesso aos espaços utilizados por esses eventos depois de feitos, há a generalização do professor de educação quanto a suas habilidades, estes

eventos têm como principal objetivo a boa circulação de capital para algumas empresas envolvidas, mas não necessariamente voltado para a educação. (Indivíduo B, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado C respondeu:

Poderia sim falar de “contribuição”, como profissional, até porque direta ou indiretamente esses megaeventos esportivos realizados atingem nossa profissão. Mesmo envolvidos com nosso trabalho somos excluídos. Dentro da organização das políticas públicas temos muito que oferecer como professor de educação física. (Indivíduo C, entrevista em 14 de agosto de 2015)

Incutido na quarta pergunta, os entrevistados estão cientes de há uma influência direta no município em que reside, sobretudo pelo consumo extraordinário aos produtos esportivos, mesmo que em curto prazo. E pela massificação de telespectadores que param pra assistir aos espetáculos esportivos. Oposta a essa lógica ainda sim existe aqueles que acreditam não possuir influência pelo fato de Tucuruí-Pa não ser uma cidade sede desses jogos. As respostas dos acadêmicos A, B e C, se aproximam bastante a lógica dos megaeventos.

O entrevistado A respondeu:

Sim, pois na minha opinião se reflete na economia, pelo aumento dos preços dos produtos, mercadorias e outros. (Indivíduo A, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado B respondeu:

Sim, pois através da mídia e do entretenimento durante esses megaeventos a cidade muda em alguns ambientes e horários, somente para assistir os megaeventos, e a arquitetura e o paisagismo da cidade em que eu moro fica voltado para esses megaeventos. (Indivíduo B, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado C respondeu:

Não, geralmente esses megaeventos se direcionam para a cidade sede, com infraestrutura, revitalização das cidades que estão envolvidas diretamente no megaevento. Enquanto que as outras continuam da mesma maneira, sem alterar em nada sua realidade. (Indivíduo C, entrevista em 14 de agosto de 2015)

Sobre a relação de que o universitário como o professor de Educação Física, acredita ser interessante trabalhar esta temática dentro da escola, a grande maioria respondeu com convicção que sim tornando interessante repassar conhecimentos desta temática aos alunos, além do mais como interfere Betti (2009) sugere que haja uma universalidade nas políticas públicas ao desenvolver a cultura esportiva, sobretudo no âmbito escolar, forçando que a escola, de uma hora para outra, tenha a responsabilidade pelo surgimento de novos talentos esportivos, sem que com isso existam condições humanas e materiais para tal. Bracht e Almeida (2013) alegam que na relação megaeventos esportivos e escola, existem zonas de convergência dos

códigos e princípios do modelo dominante de esporte com os da instituição escolar. Sem se render à procedência do sistema esportivo, a escola deve voltar o esporte aos objetivos educacionais, visando promover para a população uma vasta alfabetização esportiva.

Dentre outros, são contrários a essa afirmação contribuindo que não se deve trabalhar essa temática em sala para não criar falsas expectativas para os alunos. E ainda existe um entrevistado que acredita ser e não ser interessante incluir esse tema nas aulas.

Inclusos nesse debate, os entrevistados A, B e C, responderam da seguinte maneira.

O entrevistado A respondeu:

Sim, nossos alunos devem conhecer e entender o que são esses megaeventos, o que eles trazem de legados para nós e a partir daí saber criticar e debater sobre essa temática. (Indivíduo A, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado B respondeu:

Não, escola já tem meio que o papel de formar trabalhadores e não cidadãos conscientes da dura realidade, e ainda implantar um tema alienante como esse seria, dar falsas esperanças para que crianças sonhadoras tente algo tão difícil de se conseguir. (Indivíduo B, entrevista em 14 de agosto de 2015)

O entrevistado C respondeu:

É e não é interessante esse tema ser debatido em aula para esclarecer as duas faces dos megaeventos, não deixar para os alunos, só apenas as informações da mídia. (Indivíduo C, entrevista em 14 de agosto de 2015)

9. CONCLUSÃO

A realização de megaeventos esportivos no Brasil, como o Pan Americano de 2007, a Copa do Mundo Fifa de 2014 e os próximos Jogos Olímpicos e Paraolímpicos de 2016 são de fato temas que acarretam uma série de discussões e compreensões a respeito das diferentes dimensões que atingem. Quando se dialoga sobre esta temática em âmbito acadêmico, percebe-se que ainda é complexo devido à criticidade e as reflexões que são feitas durante e após a graduação de educação física.

Em face aos resultados que foram analisados através das afirmações dos entrevistados, não restam dúvidas que a influência está veementemente vinculada à formação do público pesquisado, em razão de os mesmos estarem cientes do que são megaeventos esportivos, principalmente por meio das políticas públicas de esporte e lazer que são discutidas no íntimo das conferências, fazendo-se necessário uma

governança voltada para a população. Dentre isso, os reais e os falsos legados que restarão após a realização dos mesmos, especialmente nos municípios em que residem e, sobretudo entre os aspectos e novas maneiras de se trabalhar esses assuntos em suas aulas de educação física.

No que e refere à produção do conhecimento, é necessário problematizar e investigar outras esferas que esse contexto possui. Sendo este um assunto pouco pesquisado dentro das universidades, podendo existir a possibilidade de servir de referência para futuras pesquisas, a fim de acumular novas experiências e interesse dos estudantes de educação física por meio desta vertente do conhecimento, ampliando assim o olhar para a valorização de nossa profissão.

REFERÊNCIAS

BETTI, M. **Copa do mundo e jogos olímpicos: inversionalidade e transversalidades na cultura esportiva e na Educação Física escola.** Motrivivência. v. 21,n. 32/33, p. 16- 27 Jun-Dez./2009.

BRACHT, V.; ALMEIDA, F. Q. **Esporte, escola e a tensão que os megaeventos esportivos trazem para a Educação Física Escolar.** Em Aberto, Brasília, v. 26, n. 89, p. 133-145, jan./jun. 2013.

BRASIL, **Ministério do Esporte.** Cadernos de Legado Social. Rio de Janeiro, 2014.

CARVALHO, J. M. **Os Jogos Olímpicos, a cooperação descentralizada e a aplicação de políticas públicas: o modelo de Barcelona 92 para o Rio de Janeiro 2016.** 2014. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Relações Internacionais, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

CASTELAN, L. P. **As conferências nacionais do esporte na configuração da política esportiva e de lazer do governo Lula (2003-2010).** 2011. 188 f. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Concentração Educação Física e Sociedade, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2011.

COAKLEY, J. **Sports and Politics: How Do Governments and Global Political Processes Influence Sports? In: Sport in society: issues and controversies.** New York: McGraw-Hill, 2009. p. 352 469.

COAKLEY, J.; SOUZA, D. L. S. **Sport megaevents: Can legacies and development be equitable and sustainable? Revista Motriz,** Rio Claro, v. 19, n. 3, p. 580- 589, jul/set. 2013.

FERMINO, A. L.; POFFO, B. N.; SANTOS, S. M. **Megaeventos esportivos e formação de professores em Educação Física: um estudo de caso.**

Revista Motrivivência, Florianópolis, v. 25, n. 41, p.115-127, 26 nov. 2013. Semestral. Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC).

FILGUEIRA, J.C.M. **Importância dos Legados de Megaeventos Esportivos para a Política Nacional do Esporte: cidade, cidadania e direitos dos cidadãos.** In: DaCosta, L.; CORRÊA, D.; RIZZUTI, E.; VILLANO, B.;

MIRAGAYA, A. **Legados de Megaeventos Esportivos.** Brasília: Ministério do Esporte, 2008.

GIL, A. C. **Método e técnicas de pesquisa social.** 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2008.

LIBÂNEO, J. C.; OLIVEIRA, J. F.; TOSCHI, M. S. **Educação escolar: políticas, estrutura e organização.** 6. ed. São Paulo: Cortez, 2008. 407 p.

LUDKE, M.; ANDRÉ, M.E.D.A. Pesquisa em educação: abordagens qualitativas. São Paulo, EPU, 1986.

MARCELLINO, N. C. **Megaeventos: perspectivas para o lazer.** In: MARCELLINO, N. C. (Org.). Legados de Megaeventos Esportivos. Campinas: Papirus, 2013.

MARQUES, F. B.; FIGUEIREDO, Z. C. C. **Diretrizes curriculares nacionais e suas repercussões nos currículos de formação docente em educação física.** Motrivivência, Florianópolis, v. 26, n. 43, p.30-43, dez/2014.

MASCARENHAS, F. **Megaeventos esportivos e Educação Física: alerta de tsunami.** Revista Movimento, Porto Alegre, 2012: 18 (1): 39-67.

MEZZAROBBA, C.; MESSA, F.; PIRES, G. L. **Quadro teórico-conceitual de referência: megaeventos e o agendamento midiático-esportivo.** In: PIRES, G. L. (Org.). O Brasil na Copa, a Copa no Brasil: registros de agendamento para 2014 na cobertura da mídia da Copa da África do Sul. Florianópolis: Tribo da Ilha, 2011.

MINUZZI, E. D.; MARIN, E. C.; FRIZZO, G. E. **As manifestações sociais como contratendência ao espetáculo olímpico de entretenimento planetário.** Rev. Motrivivência. n. 41, p. 27-41 Dez./2013.

MOREIRA, H.; CALEFFE, L. G. **Metodologia da pesquisa para o professor pesquisador.** Rio de Janeiro: Dp & A, 2006. 245 p.

PAIVA, R. P.; ROSSETTO, A. J. J. **Projeto Cidades da Copa: movimento pelo legado esportivo dos megaeventos esportivos.** Motrivivência. n. 41, p. 71-84, Dez./2013.

PIRES, G. L. (org.). **O Brasil na Copa, a Copa no Brasil: registros de agendamento para 2014 na cobertura midiática da Copa da África do Sul** – Florianópolis: Tribo da Ilha, 2011.

POYTER, G. **Regeneração urbana e legado olímpico de Londres 2012**. In: DACOSTA, L.; CORRÊA, D.; RIZUTTI, E.; VILLANO, B.; MIRAGAYA, A. Eds.

Legados de megaeventos esportivos. Brasília: Ministério do Esporte, 2008. pp. 121-151.

PRONI, M. W. **A reinvenção dos Jogos Olímpicos**. Esporte e Sociedade. Rio de Janeiro, v. 3, n. 9, p. 01-35, jul./out. 2008.

RIBEIRO, C.; SOARES, A.; DACOSTA, L. **Percepção sobre o legado dos megaeventos esportivos no Brasil: o caso da copa do mundo fifa 2014 e os jogos olímpicos rio 2016**. Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, v. 36, n. 2, p. 447-466, abril/junho 2014.

RICHARDSON, R. J. (Org.) **Pesquisa social: métodos e técnicas**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

SANTIN, S. **Megaeventos esportivos no Brasil: benefícios-contradições**. Florianópolis, Motrivivência, ano XXI, n.32/33, p.332-334, Jun-Dez./2009.

DIDÁTICA APLICADA: UM ESTUDO DE CASO SOBRE A FORMAÇÃO DE PROFESSORES EM UMA TURMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**PEREIRA, Diego Domingos Ferreira - diegodomingos08@gmail.com
FILHO, Reginaldo Fernandes Portela - r.fernandes630@gmail.com
BUGARIM, Dra. Maria da Conceição Pereira - cbugarim@yahoo.com.br
BUGARIM, Esp. Jonatha Pereira - bugarim@hotmail.com**

RESUMO

O objetivo desta pesquisa constitui-se em Investigar as contribuições que a disciplina Didática Aplicada à Educação Física trouxe para a formação dos professores do curso de licenciatura em Educação Física. Para realizar a investigação, usamos como suporte teórico vários autores, dentre os quais: Libâneo (1994), Sobral (2010), Frizzo (2012), Mello e Finck (2012), Neira (2017), Fonseca (2015), Pereira (2016), Franco (2016). Os dados coletados foram estudados a partir das abordagens descritiva e quantitativa, pois se tratava de opiniões e comportamentos. Os sujeitos desta pesquisa foram os acadêmicos de uma turma do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual do Pará (UEPA). Usamos como mecanismo de coleta de dados a aplicação de questionários, onde os dados coletados foram analisados e apoiados nos autores estudados. Assim, concluímos que a Didática Aplicada à Educação Física é de grande importância para a obtenção da prática profissional, pois ao decorrer do período de sua execução o acadêmico pode colocar em prática todo o conhecimento teórico que adquiriu ao longo de sua graduação. Com isso, o novo profissional poderá desenvolver várias habilidades para solucionar problemas enfrentados no contexto escolar, compreendendo a importância que todo educador tem no processo educativo dos alunos.

Palavras-chaves: Didática Aplicada. Acadêmicos. Formação de Professores. Educação Física.

ABSTRACT

The objective of this research is to investigate the contributions that the Didactics Applied to Physical Education discipline brought to the formation of Physical Education teachers. To carry out the research, we used as theoretical support several authors, among which: Libaneo (1994), Sobral (2010), Frizzo (2012), Mello and Finck (2012), Neira (2017), Fonseca (2015), Pereira (2016), Franco (2016). The collected data were studied from the descriptive and quantitative approaches, because they were opinions and behaviors. The subjects of this research were the academics of a class of the Physical Education Degree course of the State University of Pará (UEPA). We used as data collection mechanism the application of questionnaires, where the collected data were analyzed and supported by the authors studied. Thus, we conclude that the Didactics Applied to Physical Education is of great importance for obtaining professional practice, because during the period of its execution the academic can put into practice all the theoretical knowledge that he acquired during his undergraduate. With this, the new professional can develop various skills to solve problems faced in

the school context, understanding the importance that every educator has in the educational process of students.

Keywords: Applied Didactics. Academics. Teacher training. PE.

RESUMEN

El objetivo de esta investigación es investigar las contribuciones que la disciplina Didáctica Aplicada a la Educación Física aportó a la formación de maestros de Educación Física. Para llevar a cabo la investigación, utilizamos como soporte teórico varios autores, entre los cuales: Libaneo (1994), Sobral (2010), Frizzo (2012), Mello y Finck (2012), Neira (2017), Fonseca (2015), Pereira (2016), Franco (2016). Los datos recopilados se estudiaron a partir de los enfoques descriptivos y cuantitativos, porque eran opiniones y comportamientos. Los sujetos de esta investigación fueron los académicos de una clase del curso de Licenciatura en Educación Física de la Universidad Estatal de Pará (UEPA). Utilizamos como mecanismo de recopilación de datos la aplicación de cuestionarios, donde los datos recopilados fueron analizados y respaldados por los autores estudiados. Por lo tanto, concluimos que la Didáctica Aplicada a la Educación Física es de gran importancia para obtener la práctica profesional, porque durante el período de su ejecución, el académico puede poner en práctica todos los conocimientos teóricos que adquirió durante su licenciatura. Con esto, el nuevo profesional puede desarrollar diversas habilidades para resolver los problemas que se enfrentan en el contexto escolar, entendiendo la importancia que cada educador tiene en el proceso educativo de los estudiantes.

Palabras clave: Didáctica Aplicada. Académico Formación de profesores. Educación Física.

1. INTRODUÇÃO

Atualmente a Didática Aplicada é uma disciplina obrigatória nos cursos de Licenciatura e é considerada uma etapa fundamental no processo de realização de formação de professores de Educação Física. Pois esta oferece subsídios que visam desenvolver as habilidades práticas do futuro docente (PIMENTA; LIMA, 2012).

Deste modo, conhecendo a grande importância da disciplina Didática Aplicada, decidimos realizar um estudo com objetivo de investigar a importância da disciplina Didática Aplicada na formação de professores de educação física. A fim de expor os benefícios resultantes a respeito da utilização da mesma na prática de ensino. A pesquisa foi realizada na Universidade do Estado do Pará (UEPA), Campus XIII, localizado na cidade de Tucuruí-Pa, Rua Quatro, nº 20, bairro: Santa Mônica.

Contudo, para a realização desse estudo desenvolvemos uma pesquisa de campo com abordagens descritiva e quantitativa que foi realizada por meio de um

questionário aplicado ao nosso público de pesquisa. Dessa forma, o uso do questionário possibilitou uma maior facilidade ao acesso do nosso público.

Apesar disso, por meio desse estudo respondemos à problemática de pesquisa, que visa reconhecer: Quais contribuições à disciplina Didática Aplicada trouxe para a formação dos professores do curso de Licenciatura em Educação Física?

Por meio dos dados que foram obtidos, analisamos buscando fundamentação teórica nos autores Frizzo (2012) e Libâneo (1994), pois os mesmos em seus estudos apresentam propostas voltadas para a realização de Prática Pedagógica, que visam desenvolver uma visão ampla e profunda do que se pretende retirar da Didática Aplicada, portanto Libâneo (1994) afirma que:

Didática é a disciplina que estuda o processo de ensino no seu conjunto, no qual os objetivos, conteúdos, métodos e formas organizativas da aula se relacionam entre si, de modo a criar as condições e os modos de garantir aos alunos uma aprendizagem significativa (LIBÂNEO, 1994, p.27).

Entretanto, este trabalho encontrou-se dividido em dois momentos. Sendo que no primeiro momento estudamos a sua importância nas aulas de Educação Física escolar e, também, apresentamos um breve histórico sobre a Ementa da Disciplina Didática Aplicada à Educação Física estabelecida pela Universidade do Estado do Pará, abordando a sua configuração como disciplina obrigatória e o mínimo curricular exigido para sua aplicação, e por fim apresentamos algumas exigências expressas pela LDB para a formação de professores.

Segundo o artigo 62 da LDB: É a própria Lei de Diretrizes e Bases da Educação quem tem a solução com o Curso Normal Superior, dentro do Instituto Superior de Educação, deve preparar docentes com proposta de ensino de qualidade, dentro da nova visão de seu papel na sala de aula, na escola e na sociedade.

No momento atual, necessitamos de uma política pública de formação, que trate, de maneira ampla, simultânea, e de forma integrada, tanto da formação inicial, como das condições de trabalho, remuneração, carreira e formação continuada dos docentes. Cuidar da valorização dos docentes é uma das principais medidas para a melhoria da qualidade do ensino ministrado às nossas crianças e aos nossos jovens. E, de acordo com a Constituição, o fundamento deve ser, a “valorização” é conteúdo

próprio do capítulo que trata da Educação, dispondo, em termos de princípio (CARVALHO, 1998).

Em seguida, abordamos todo processo de realização de nossa pesquisa, apresentando o tipo de pesquisa e o local escolhido para a sua realização, bem como o nosso público de pesquisa e instrumentos utilizados para a coleta de dados, exibindo detalhadamente todas as informações, revisão de literatura, materiais e métodos que contribuíram para a sua realização, assim como as técnicas e análises dos dados.

De acordo Mello e Finck (2012), a profissionalidade docente em Educação Física é uma construção diária que irá perpassar por diferentes fases durante a trajetória profissional do Professor de Educação Física dentro e fora do ambiente escolar. Com apoio da declaração mencionada acima, levanta-se a seguinte questão: Quais contribuições à disciplina Didática Aplicada trouxe para a formação dos professores do curso de Licenciatura em Educação Física?

A escolha do presente tema como objeto de estudo relevou-se pelo caso de ser uma temática pouco questionado e se justifica, a partir da compreensão de a boa formação acadêmica hoje, irá delimitar o verdadeiro profissional amanhã, pois o que é absorvido e adquirido dentro da universidade e fora dela e o que vai fazer o diferencial de qualificação de todo e qualquer profissional. A proposta deste estudo busca uma eventual mudança no que se difere formação de professores especificamente na área da Educação Física, e para isso foi analisado por meio de questionário o déficit sobre essa graduação, isto é, sobre o desempenho que cada acadêmico possui em relação à Didática Aplicada dentro da universidade.

Objetivo geral dessa pesquisa é investigar a importância da disciplina Didática Aplicada na formação de professores de educação física. A fim de expor os benefícios resultantes a respeito da utilização da mesma na prática de ensino. Para alcançar o objetivo geral foram definidos os seguintes objetivos específicos, conferir se houve alguma contribuição da disciplina Didática Aplicada para a formação acadêmica em turma de Educação Física. Verificar se faltou alguma coisa que a disciplina Didática Aplicada, poderia ter trabalhado para uma melhora atuação na prática docente. Descobrir como foi realizada a Prática de Ensino desses acadêmicos.

Foram definidas as seguintes questões norteadoras: de que forma a disciplina Didática Aplicada contribuiu para a formação acadêmica de estudantes de Educação Física? Como a disciplina pode contribuir com a formação acadêmica na prática docente? As técnicas de observação, participação e regência são adequadas para a Prática de Ensino?

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. A DEFINIÇÃO DE DIDÁTICA, CONTEXTO HISTÓRICO E SUA IMPLEMENTAÇÃO NOS CURSOS BRASILEIROS DE LICENCIATURA

Aqui deixaremos clara a história da Disciplina no contexto Brasileiro, também será esclarecido o significado da expressão “Didática” e como se deu sua instauração nos cursos de licenciatura no Brasil desde as décadas de 20 e 30. O significado do termo “Didática”, para Sobral (2010), não surgiu de imediato, mas suas técnicas vêm sendo utilizadas desde o início das civilizações onde os educadores usavam métodos de ensino diferenciados para que seus educandos aprendessem da mesma forma que a eles foram ensinados. Observa-se que os mestres repassavam o conhecimento com o intuito de formar indivíduos com as características de sua sociedade.

Já no período Antigo/Medieval, os docentes em questão, apesar de estarem em épocas históricas diferentes, difundiram suas concepções de mundo nas quais suas reflexões convergiam para um ponto em comum. Ainda no contexto histórico a complementação da teoria didática data do século XVII, que marcou o fim do Renascimento dando início ao Período Medieval, quando João Amós Comênio (1592-1670) acabou escrevendo a primeira obra sobre Didática, intitulada “Didática Magna”, dessa forma ele desenvolveu um novo método de ensino. Um de seus princípios diz que “[...] a educação é um direito natural de todos” Libâneo (1994, p.58). É importante se observar a evolução dos conceitos sobre a Didática para que o entendimento fique mais claro, de forma sucinta e objetiva. O termo em questão vem do grego didaska, que quer dizer, a arte de instruir, de ensinar.

Em décadas passadas começou o implante da didática nas universidades Brasileiras, isso foi encontrado na análise de documentos dos anos de 1920 a 1930 feita por Fonseca (2015), no início do século XX a disciplina Didática começou a

ser inserida com seus moldes e conceitos no Brasil. Ficou evidenciada certa preocupação com a organização de um processo de formação específica e especializada para o exercício do magistério, mas nesse período ainda não se falava no termo “Didática” para designar um saber, uma área específica de conhecimento ou disciplina. Isto é, a ideia de uma disciplina assim denominada não se fez presente nos diferentes ordenamentos legais que organizavam a formação de docentes para o sistema educacional brasileiro da época.

Então os cursos superiores de licenciatura até o ano de 1939 não tinham uma ligação direta com a disciplina didática, somente com a implementação da Faculdade Nacional de Filosofia (FNFfi) da Universidade do Brasil que o modelo de formação serviu de exemplo para todo o país, a partir daí foi generalizado a ideia de formação de professores em nível superior associando inteiramente à criação de um Curso de Didática e de uma disciplina acadêmica específica denominada Didática Geral. Até essa década não havia um sistema de ideias que atribuísse à Didática Geral com seus pressupostos teóricos e metodológicos característicos de uma disciplina (FONSECA, 2015).

Mas o termo “Didática” com o passar dos anos e com várias pesquisas sendo elaboradas por estudiosos foi fragmentada e tendo alguns significados distintos. A principal, segundo o pensamento de Sobral (2010), seria a Didática Geral que reconhece sua natureza incompleta, a partir do momento em que as pessoas atribuem um novo significado a ela pela mudança de sua visão de mundo, sendo assim encontra nas Didáticas Específicas contribuições que a complementa ou tenta complementá-la.

2.2. EMENTA DA DISCIPLINA E ALGUMAS EXIGÊNCIAS DA LDB

Será apresentado aqui um breve histórico sobre a Ementa da Disciplina Didática Aplicada à Educação física, abordando a sua configuração como disciplina obrigatória e o mínimo curricular exigido para sua aplicação, assim como será mostrada algumas exigências expressas pela LDB para a formação de professores.

A Disciplina Didática Aplicada à Educação Física possui a ementa pré-estabelecida pela Universidade do Estado do Pará da seguinte forma: Relaciona Pedagogia, Didática e a prática educativa. Discute a Didática e a democratização do

ensino. Analisa o processo de ensino na escola. Aborda aspectos sobre o projeto pedagógico da escola e os planejamentos de ensino, os objetivos e conteúdos do ensino, os métodos de ensino da Educação/Educação Física e o trabalho escolar como forma de organização do ensino, a avaliação do processo ensino-aprendizagem e as relações professor-aluno na sala de aula.

A LDB, nº 9.394, foi aprovada em 20 de dezembro de 1996, e é composta por vários artigos que tratam de diversos temas sobre a Educação no Brasil, abordando desde a educação infantil até o nível superior, e que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. No Título VI que trata dos Profissionais de Educação, a LDB abrange a questão da formação de professores de maneira geral, constituindo normas a serem adotadas pelos profissionais em atuação em todo nível de Ensino. Essa etapa aborda a formação inicial desses profissionais e constrói caminhos para o processo de formação de professores, no parágrafo único do artigo 61 é discutido a importância da formação do profissional de Educação, com o enfoque de que é fundamental a associação entre teorias e práticas, mediante estágios supervisionados e capacitação em serviço (BRASIL, 1996).

2.3. A DISCIPLINA DIDÁTICA APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA E A IMPORTÂNCIA DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO

Esse pensamento sobre a Didática no contexto da Educação Física foi ganhando mais força nos últimos anos diante de uma Educação Física Brasileira pouco valorizada no contexto escolar, principalmente no final dos anos 70 e durante a década de 1980, entre várias questões, ela foi marcada pela discussão sobre qual seria a sua identidade, seu campo de saber e seu objeto epistemológico articulador das práticas pedagógicas (CARLAN; DOMINGUES; KUNZ, 2009).

Para que houvesse uma identificação da disciplina Didática com os cursos de Educação Física, Barbosa (2006) diz que a mesma se contrapõe ao que ela era definida historicamente, em que a didática considerada meramente instrumental, caracterizada prioritariamente pelo melhoramento das técnicas de ensino é diferente da didática como reflexão sistemática forjando-se no contexto de uma pedagogia crítica, atenta à possibilidade de contribuir para a formação de um professor de Educação Física consciente de seu papel político e engajado com os problemas sociais de seu tempo.

A Didática da Educação Física segue aos critérios lançados pelos precursores da Didática, ficando o educador com a função de escolher qual se adapta com a sua realidade e com a concepção de Educação Física que ele irá utilizar em sua prática e dia-a-dia. Nestas abordagens, pode assim dizer, são partes essenciais da Didática da Educação Física, deste modo identificarão como os educadores irão interagir durante a sua prática docente (SOBRAL, 2010).

Nessas práticas docentes haverá momentos de dificuldades, principalmente em escolas públicas, e para que os impactos sejam menores nesse professor, ele enquanto acadêmico, é supervisionado em estágios onde se depara com a realidade escolar e encontra alguns âmbitos de reflexão, que é a cultura escolar, o conteúdo/aprendizagem e o agir docente, esses três permeiam a prática pedagógica dos professores em formação inicial dentro do caminho formativo que acontece durante o estágio. Como há uma enorme ligação entre cada um destes âmbitos que influencia a atuação dos docentes, surge uma espécie de dois caminhos opostos reflexivos. Em um sentido, a reflexão sai da aula para assumir relações, por exemplo, com o entorno social da escola. Do contrário, também acontece à tomada de consciência do docente em relação no ambiente escolar, que acaba interferindo na sua ação em sala de aula (MARTINY; GOMES-DA-SILVA, 2014).

Depois dessas observações será notável que a partir das reflexões no âmbito escolar, uma espécie de adesão ou aversão do professor acadêmico em relação à escola. Por meio delas, o docente começa a construir uma relação com o mundo escolar ainda no estágio supervisionado. Caso haja essa identificação com o meio escolar fica facilitado para que esse professor saiba conduzir depois de formado uma aula com didática e ludicidade despertando independente de quem seja o aluno um interesse pela Educação Física. O não empenho na área escolar também pode ocorrer. Independentemente de qual das qualidades manifestadas ele irá escolher, as duas irão permiti-lo compreender melhor o universo educativo, seu funcionamento, seus alunos e suas implicações. Esta compreensão inclusive pode proporcionar respostas aos estagiários que eles não encontram somente no dia-a-dia dentro da sala de aula (MARTINY E GOMES-DA-SILVA, 2014).

2.4. OS APRENDIZADOS QUE PODEM SER ADQUIRIDOS QUANDO A DIDÁTICA É UTILIZADA DE FORMA CORRETA NAS ESCOLAS

Nas disciplinas escolares, fica identificado que são atreladas ao plano capitalista, isso fica mais evidente após a entrada do discente formado no mundo do trabalho onde recebem um conteúdo programático escolar que tem a meta de fazer o aluno aprender a ser um “futuro trabalhador”, essa ideia de escola capitalista fica ainda mais reforçada com a linha de pensamento de Frizzo (2012) que em um plano mais geral de análise da escola e da organização do trabalho pedagógico da educação física, é identificado elementos que compõem este modelo de educação escolarizada da atualidade, onde o projeto histórico, a teoria educacional e a teoria pedagógica alicerçam as bases constituintes da educação orientada pela lógica de mercado e da formação escolar com o intuito de trabalhar a empregabilidade e o disciplinamento, mecanismos “necessários” para a formação da juventude no atual período.

Sabendo da realidade e o que as escolas atuais querem do educador físico, percebe-se uma importância ainda maior da disciplina Didática Aplicada, como os próprios autores Araújo, Bezerra e Santos (2010) identificam em sua pesquisa de análise, recorreram à concepção crítica de didática para analisar as possibilidades de intervenção do educador em sua prática pedagógica para uma adaptação ao momento escolar e até mesmo a modificação do seu método de ensino para alcançar um resultado mais significativo no aluno. A didática revelou-se do ponto de vista da relação sociedade-educação como fundamental na formação do educador e do cidadão.

Devido há esse pouco investimento na Educação Física escolar no Brasil muitos professores se sentem limitados, porém o educador deve estar atento que o aluno não é o culpado, e a sua aula ainda sim tem um objetivo a ser atingido, são nessas situações onde a didática ajuda a sair dos incômodos, seja com o imprevisto ou a preparação antecipada pelo o que está por vir. Essa falta de didática nos Educadores Físicos fica ainda mais perceptível a partir de um conteúdo pouco trabalhado nas aulas, e que necessita bastante de atenção. A dança que é uma importante manifestação do movimento e da cultura poderia ser instruída às crianças ainda na educação infantil, já abrindo portas para uma evolução no decorrer das etapas de ensino, diminuindo o preconceito e desenvolvendo o pensamento crítico. Pensando no papel pedagógico formativo e informativo das faculdades de Educação Física, enquanto componente curricular se faz necessário o planejamento,

imprescindível a ação pedagógica, e que perpassa também pela sistematização dos conteúdos; é ideal que os professores se debrucem à cerca das possibilidades, contribuições e procedimentos didático-metodológicos do conteúdo Dança na especificidade da Educação Infantil, no intuito de subsidiar suas ações, já que a proposta apenas elenca os conteúdos e assuntos a serem trabalhados (PEREIRA, 2016).

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1. O QUE É PESQUISA AFINAL?

O desenvolvimento do trabalho foi firmado no estudo de Marconi e Lakatos (2007, p.15) que pesquisa “é um procedimento formal, com o método de pensamento reflexivo, que requer tratamento científico e se constitui no caminho para se conhecer a realidade ou para descobrir verdades parciais”. Com isso as autoras afirmam que a pesquisa tem como finalidade descobrir respostas para uma determinada questão por intermédio de métodos científicos.

Definição essa, que não se difere de Gil (1999, p.42), a pesquisa “processo formal e sistemático de desenvolvimento do método científico. O objetivo fundamental da pesquisa é descobrir respostas para problemas mediante o emprego de procedimentos científicos”, o que compara com o estudo de Marconi e Lakatos (2007).

Como isso, toda e qualquer pesquisa possui como finalidade procurar compreender a realidade da situação em estudo, visando o desenvolvimento de conhecimento que possa em seu feito transformar a realidade e solucionar problemas.

Neste sentido, Rodrigues (2006) diz em seu trabalho que a pesquisa pode ser classificada quanto à obtenção de informações em: Pesquisa bibliográfica, Pesquisa documental, Pesquisa de laboratório e Pesquisa de campo.

Deste modo, este trabalho se qualifica como uma pesquisa de campo, que segundo Rodrigues (2006, p.89) “é aquela realizada a partir de dados obtidos no local (campo) onde o fenômeno surgiu, e ocorre em fenômeno natural, espontaneamente”, pois trabalhamos com a investigação de informações que serão coletadas a partir de inquisições realizadas em campo.

3.2. LOCAL DA PESQUISA

A pesquisa foi realizada através da Universidade do Estado do Pará (UEPA), Campus XIII, localizado na cidade de Tucuruí- PA, na Rua Quatro, nº 20, bairro: Santa Mônica.

3.3. SUJEITO DA PESQUISA

Para a realização da pesquisa, foram abordados como sujeitos de pesquisa os graduandos do curso licenciatura em uma turma de Educação Física. Desses sujeitos foram selecionados apenas acadêmicos que obtiveram como media mínima de aprovação 8,5 na disciplina Didática Aplicada à Educação Física.

3.4. COLETAS E ANÁLISE DE DADOS

Rodrigues (2006) diz que as ferramentas mais utilizadas para a realização da coleta de dados são: a observação, a entrevista, o formulário e o questionário. No presente estudo, será definido o questionário como coleta de dados. Segundo Rodrigues (2006) “o questionário é um dos instrumentos de coleta de dados que pode ser enviado ou entregue pessoalmente para o informante, e este deverá preencher e devolve-lo ao pesquisador”.

3.4.1. Instrumentos

3.4.1.1. Estrutura do questionário

O questionário escolhido para a aplicação da coleta de dados foi formado por 06 perguntas enumeradas de 01 a 06, tendo como pergunta 01 e 02 dados pessoais e 03, 04, 05 e 06 perguntas voltadas diretamente para os efeitos da disciplina didática Aplicada para formação de professores em Educação Física, tendo como opções de resposta nas 03, 05 e 06 questões a) “SIM” e b) “NÃO” e para a questão 04 as opções “a) Apenas observação”, “b) Observação e Participação” e “c) Observação, Participação e Regência”. Porém o mesmo foi elaborado com perguntas para atenderem a problemática da pesquisa.

3.4.1.2. Critérios de Inclusão

Participaram da pesquisa somente os acadêmicos que cursaram a disciplina de didática.

3.4.1.3. Critérios de Exclusão

Não participaram do estudo alunos que cursaram a disciplina de didática e tiraram nota inferior a 8,5. Alunos que estavam em dependência na disciplina pesquisada.

Foi realizada a apresentação da pesquisa na turma no qual foi explicado o estudo e solicitado a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) conforme a resolução 466/2012.

3.4.1.4. Processo de análise de dados

Com posse das informações coletadas por intermédio do questionário aplicado junto aos acadêmicos, realizamos a análise de dados através de um mecanismo que facilitou a obtenção dos resultados. O mecanismo que foi utilizado para a obtenção dos resultados é o EXCEL 2016, no qual os resultados foram tabulados em forma gráfica.

Segundo Miranda (2007, p.27) “O programa Excel é um programa escrito e produzido pela empresa Microsoft baseado em planilhas eletrônicas. O sistema é muito utilizado para cálculos, estatísticas, gráficos, relatórios, formulários e entre outros requisitos das rotinas empresariais, econômicas, administrativas e domésticas.”.

3.4.1.5. Análise dos Dados

Os Dados analisados que apresentaremos são baseados nos dados coletados sobre a disciplina Didática Aplicada aos acadêmicos do curso de licenciatura em Educação Física. Entretanto, a análise se sustenta nos resultados adquiridos pela coleta de dados realizada por meio do uso do questionário aplicado.

Neste contexto, todos acadêmicos que contribuíram com nossa pesquisa não foram identificados, garantindo assim a preservação de sua Identidade. A primeira e segunda pergunta do questionário aplicado foi destinada no objetivo de conhecermos o perfil dos sujeitos de estudo, como idade e sexo.

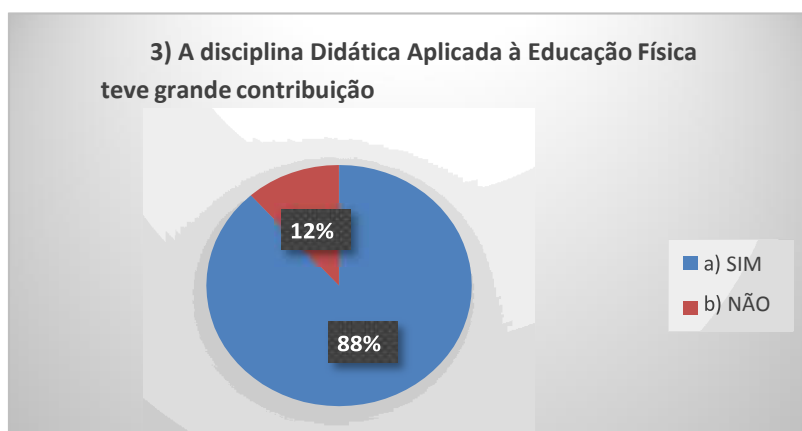
A pesquisa se caracterizou com 100% dos entrevistados estando entre a faixa etária de 17 a 29 anos, e o sexo dos acadêmicos se dividiu em 46% do gênero feminino e outros 54% sendo do gênero masculino.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No entanto, todas as demais perguntas, foram elaboradas com o objetivo de identificar como se deu o processo da realização da disciplina Didática Aplicada à Educação Física, e qual contribuição ela trouxe para a formação profissional dos acadêmicos. No qual, os acadêmicos puderam marcar qual opção que mais se enquadra na sua concepção enquanto formação e experiência de acordo com cada fase da disciplina.

Dessa forma, procuramos inicialmente identificar se a disciplina contribuiu para a formação profissional dos acadêmicos, fazendo-lhes a terceira pergunta: **A disciplina Didática Aplicada à Educação Física teve grande contribuição para sua formação?** Onde os acadêmicos puderam fazer a escolha entre as opções “a) SIM” ou “b) NÃO” de acordo com a sua experiência. Observados no gráfico a seguir:

Gráfico 1 – Terceira pergunta do questionário aplicado na turma de Educação Física.

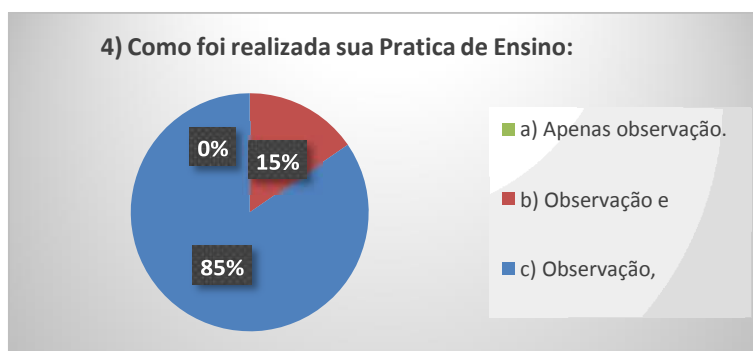


Fonte: autores do projeto

Com isso, podemos perceber que grande parte dos acadêmicos responderam a opção “SIM” estipulado em 88% e apenas 12% responderam a opção “NÃO”, conforme o levantamento de dados. O que nos leva a entender que a disciplina Didática Aplicada à Educação Física teve sim uma grande contribuição para a formação de nossos entrevistados, que segundo Gonçalves e Rocha (2015) a Didática deve ser conhecida, aprendida e aplicada de fato pelo professor, que poderá contribuir para a construção do processo de ensino –

aprendizagem de seus alunos, já que ela pode ser considerada uma ciência aplicada na formação do conhecimento, e como instrumento facilitador para o trabalho docente.

Gráfico 2 – Quarta pergunta do questionário aplicado na turma de Educação Física.



Fonte: autores do projeto

A quarta pergunta do questionário indagava **como havia sido realizada a prática de ensino do acadêmico**. Entre as opções de escolha haviam as alternativas: “a) Observação”, “b) Observação e Participação” e “c) Observação, Participação e Regência”. No gráfico é possível observar que não houve marcações na primeira opção, mostrando que a turma não se limitou a apenas observar as aulas da disciplina de Didática, da mesma forma que para Franco (2016), não é produtivo o acadêmico exclusivamente assistir as aulas, pois um aprendizado pedagógico, no sentido de práxis, sempre se configura em um ato consciente e participativo, que surge da multidimensionalidade que cerca a ação educativa.

A segunda opção teve um percentual de 15% das escolhas dos estudantes, um percentual baixo, porém é importante que se destaque esse número, pois, provavelmente, serão profissionais com mais dificuldades na atuação escolar, visto que não participaram das aulas de regência durante o período da disciplina, como fala Neira (2017) em seu trabalho, onde afirma que no período em que se encontra na faculdade, o acadêmico deve se envolver nas diversas vivências, em que, para formar um profissional crítico e socialmente comprometido, é fundamental a presença de diferentes pontos de vista sobre os mesmos temas estudados.

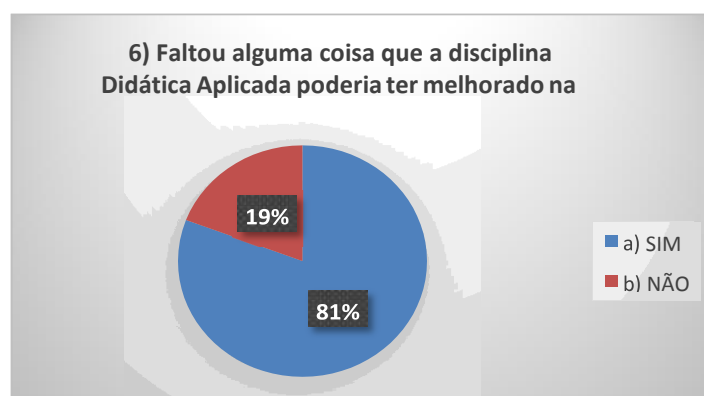
A terceira alternativa obteve 85% das marcações dos estudantes, uma quantidade significativa, uma vez que esse tipo de experiência no período

acadêmico auxilia os futuros professores a estarem preparados para lidar com os diferentes tipos de alunos, onde Carvalho e Silva (2016) corroboram com essa ideia descrevendo que apesar da importância do cumprimento do currículo do professor, ele também deve melhorar diariamente seus conhecimentos e a maneira de aplicar sua prática pedagógica, pois cada aluno tem o seu tempo para aprender, suas necessidades, curiosidades e uma afinidade singular com o saber que lhe é ensinado.

A quinta pergunta do questionário tinha a intenção de descobrir se, para os acadêmicos, **as técnicas de observação, participação e regência são apropriadas para a prática de ensino**. Dessa forma as respostas se dividiam em “a) SIM” e “b) NÃO”.

Nessa questão, 100% das respostas dos discentes foram “a) SIM”, isso é muito importante a se destacar, visto que a as técnicas são de suma importância na formação de qualquer professor, assim como é exposto por Franco (2016), para ele um professor quando se utiliza de várias técnicas pedagógicas, sabendo qual é o sentido de sua aula para a formação do aluno, sabendo como sua aula integra e expande a formação desse aluno, onde apresenta a consciência do significado de sua ação, tem uma atuação pedagógica diferenciada: ele discorre com a necessidade do aluno, insiste diretamente em sua aprendizagem, acompanha o interesse de seus educandos, faz questão de aplicar o aprendizado, acredita que este será o mais importante a ser adquirido pelo o aluno.

Gráfico 3 – Sexta pergunta do questionário aplicado na turma de Educação Física.



Fonte: autores do projeto

O sexto e último questionamento feito aos acadêmicos perguntava se **havia faltado alguma coisa que a disciplina Didática Aplicada poderia ter melhorado na atuação prática do docente**. Sendo assim, as respostas foram divididas em duas opções “a) SIM” e “b) NÃO”.

Nessa questão houve um percentual de 19% de respostas “b) NÃO”, dessa forma, alguns dos pesquisados se sentiam completamente instruídos quanto ao que a Disciplina Didática poderia auxiliar em suas vidas enquanto profissionais, porém isso comumente ocorre devido aos estudantes, em busca da sobrevivência acadêmica, colocarem em primeiro lugar a conclusão da Educação Física pela via mais fácil, ou seja, apossar-se dos conteúdos que lhes são repassados e dominar as práticas adotadas de forma a obter mais suavemente as médias para aprovação, sem realmente se interessarem em como aquilo irá influenciá-lo após a formação (NEIRA, 2017).

Os outros 81% das marcações foram para a alternativa “a) SIM”, sendo assim, fica evidente que a maior parte da turma não se sentia contemplada quanto a competência que a Didática deveria atingir em suas vidas enquanto profissionais, como é relatado por Candau (2012), onde, a formação do educador é prepará-lo filosófica, científica, técnica e afetivamente para o tipo de ação que vai exercer durante o período docente. Para que se atinja isso, serão necessárias não só as aprendizagens cognitivas sobre os diversos campos de conhecimento que o auxiliem no desempenho do seu papel, mas o desenvolvimento de uma atitude dialeticamente crítica, sobre o mundo e sua prática educacional.

5. CONCLUSÃO

Atualmente a Didática Aplicada é disciplina obrigatória nos cursos de Licenciatura, e é considerada uma etapa de grande importância no processo de realização de formação de professores. Já que esta oferece elementos que visam desenvolver o lado educador dos acadêmicos. Entretanto, em nosso estudo temos como objetivo principal é investigar a importância da disciplina Didática Aplicada na formação de professores de educação física. A fim de expor os benefícios resultantes a respeito da utilização da mesma na prática de ensino.

Contudo, na procura de alcançar o mesmo, construímos uma pesquisa que foi realizada por intermédio de um questionário com a finalidade de solucionar ao nosso

problema de pesquisa que pretende conhecer: Quais contribuições à disciplina Didática Aplicada trouxe para a formação dos professores do curso de Licenciatura em Educação Física? Com isso, podemos perceber através da coleta e análise dos dados que foram alcançados acerca da pesquisa em cima da importância da disciplina Didática Aplicada à Educação Física na formação acadêmica, que ela trouxe contribuições para o aprendizado e prática docente dos futuros profissionais de Educação Física, apesar de uma grande quantidade da turma acreditar que ela poderia ter auxiliado ainda mais em seus aprendizados, o que se torna algo admirável quando percebemos que muitos dos discentes confiam que a Didática tem muito a acrescentar em suas vidas, facilitando a transmissão dos seus conhecimentos.

A disciplina, além de proporcionar conhecimentos e experiências, contribuiu também para o desenvolvimento de metodologias aplicadas a conteúdos de educação física. Apesar disso, as experiências vivenciadas dentro e fora da sala de aula proporcionaram aos futuros professores a oportunidade de aplicar sua visão acadêmica em caráter profissional, desenvolvendo matérias e métodos de ensino para sua atuação.

Dessa forma, podemos dizer que nosso objetivo principal foi alcançado, pois podemos identificar que a disciplina Didática Aplicada à Educação Física é de fundamental relevância para o acadêmico, uma vez que o mesmo terá a chance de ter contato direto não apenas com os alunos, mas também com o seu futuro local de trabalho.

Por fim, a Didática Aplicada à Educação Física é carregada de benefícios voltados para a aprendizagem, para o melhoramento do ensino e principalmente para os estágios obrigatórios. Já que os maiores beneficiados serão os acadêmicos e a sociedade de modo especial.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Laís de Santana; BEZERRA, Ada Augusta Celestino; SANTOS, Paula Tauana. **A IMPORTÂNCIA DA DIDÁTICA NA FORMAÇÃO DO EDUCADOR**. Aracaju, 2010. 9 p.

BARBOSA, Claudio Luis de Alvarenga. **A DIDÁTICA E SUA INSERÇÃO NO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**. Rio de Janeiro: Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, 2006. 17 p.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional** nº 9394, de 20 de dezembro de 1996. Disponível em <<http://portal.mec.gov.br/arquivos/pdf/ldb.pdf>> acessado em 26 de agosto de 2016 às 19hs.

CARLAN, Paulo; DOMINGUES, Soraya Corrêa; KUNZ, Elenor. DIDÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA BRASILEIRA: UMA COMPREENSÃO DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA. **Pensar A Prática**, Ijuí, v. 12, n. 3, 25 out. 2009.

CANDAU, Vera Maria. **A Didática em Questão**. 33. ed. Petrópolis: Vozes, 2012. 75 p.

CARVALHO, Maria Goretti Quintiliano; SILVA, Tayce Santa da. **A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA PARA A FORMAÇÃO ACADÊMICA**. Pirenópolis: 2016. 3 p.

CARVALHO, Djalma Pacheco de. **A Nova Lei de Diretrizes e Bases e a formação de professores para a educação básica**. Ciênc. educ. (Bauru) [online], v. 5, n. 2, p. 81-90, período. 1998.

FONSECA, Maria Verônica Rodrigues da. **A HISTÓRIA DA DISCIPLINA ACADÊMICA DIDÁTICA GERAL NA FACULDADE NACIONAL DE FILOSOFIA (FNFI) DA UNIVERSIDADE DO BRASIL: UM OLHAR ARQUEOLÓGICO**. Curitiba: Escola Superior de Guerra Divisão de Planejamento e Orientação Didático Pedagógica, 2015. 9 p.

FRANCO, Maria Amélia do Rosario Santoro. Prática pedagógica e docência: um olhar a partir da epistemologia do conceito. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, Brasília, v. 97, n. 247, p.534-551, dez.2016.

- ARTIGO 25 -

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL EM MULHERES DE 25 A 35 ANOS NO MUNICÍPIO DE GOIANÉSIA DO PARÁ

SILVA, Josimar Nazaré Torres da - josimarnazare@hotmail.com
BUGARIM, Jonatha Pereira - bugarim@hotmail.com

RESUMO

Objetivo: Verificar os efeitos de um programa de exercício físico sobre a composição corporal em mulheres ativas. **Materiais e Métodos:** A amostra inicial foi composta por 37 participantes. Em razão da liberdade para desistir da pesquisa em qualquer momento pela assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ao termino do estudo a pesquisa foi concluída com 08 participantes. O programa foi composto por treinos de exercício físico, com frequência de três vezes na semana em dias alternados em um período de 12 semanas. As variáveis avaliadas foram composição corporal utilizando o Índice de Massa Corporal (IMC), Relação Cintura Quadril (RCQ). Utilizou se o Excel para análise de resultados.

Palavras-chave: Exercício Físico, Composição corporal, Mulheres.

SUMMARY

Objective: To verify the effects of a physical exercise program on body composition in active women. **Materials and Methods:** The initial sample consisted of 37 participants. Due to the freedom to give up the research at any time by signing the Informed Consent Form, at the end of the study the research was concluded with 08 participants. The program consisted of exercise training, three times a week on alternate days over a 12-week period. The variables evaluated were body composition using Body Mass Index (BMI), Hip Waist Ratio (WHR). Excel was used for analysis of results.

Keywords: Physical Exercise, Body composition, Women.

RESUMEN

Objetivo: verificar los efectos de un programa de ejercicio físico sobre la composición corporal en mujeres activas. **Materiales y métodos:** La muestra inicial consistió en 37 participantes. Debido a la libertad de abandonar la investigación en cualquier momento firmando el Formulario de Consentimiento Informado, al final del estudio la investigación concluyó con 08 participantes. El programa consistió en entrenamiento físico, tres veces por semana en días alternos durante un período de 12 semanas. Las variables evaluadas fueron la composición corporal utilizando el índice de masa corporal (IMC), la relación cintura cintura (WHR). Excel se utilizó para el análisis de resultados.

Palabras clave: ejercicio físico, composición corporal, mujeres.

1. INTRODUÇÃO

A problemática desta pesquisa é investigar os efeitos de um programa de exercício físico sobre a composição corporal entre mulheres de 25 a 35 anos no município de Goianésia do Pará.

O objetivo geral é analisar e identificar diferenças entre obesidade e emagrecimento, buscando alternativas e resultados concretos e satisfatórios para o seu bem-estar físico mental e social e principalmente para a sua qualidade de vida.

Onde os procedimentos metodológicos desse artigo é utilizar como objeto de estudo uma pesquisa de campo em 37 mulheres através de um programa de exercícios funcionais as diferenças e efeitos que os exercícios físicos pode fazer no grupo de 30 mulheres avaliando o (IMC) índice de massa corporal e o (IRCQ) índice relação cintura e quadril, utilizando como materiais, balança, fita métrica, e como método o questionário.

No decorrer deste texto científico será abordado os seguintes temas, estilo de vida, obesidade, a ginástica, aptidão física, o exercício físico, composição corporal, obesidade um fator de risco, o sedentarismo, os benefícios do exercício físico.

Os autores utilizados nesta pesquisa foram, Silva(2010), Costa (2012) Pereira (2012) Shankar (2010). Okorodudu (2010).

2. REVISÃO DE LITERATURA

ESTILO DE VIDA

Segundo Silva (2010), atualmente vivemos em um mundo em que a cada dia globalização está predominante no cotidiano das pessoas com isso, ocorrendo um índice muito grande de pessoas sedentária devida á falta de atividades físicas, surgindo assim doenças crônicas como, diabetes tipo I e tipo II, hipertensão, osteoporose, artrite, artrose, cardiovasculares e uma das principais doenças que atinge muitos brasileiros é a depressão, pois os sintomas atingem não só o lado emocional como a condição física do corpo.

De acordo com Souza (2012) a sociedade está vinculada a dois fatores fundamentais relacionados á saúde que é está dividido em classes sociais onde uns tem uma boa saúde e outros não, pois o fator econômico está inserido nesse contexto social, pois quem tem um fator econômico melhor do que o outro tem uma melhor saúde, onde poderá se alimentar de forma adequada com mais nutrientes e mantendo uma vida mais saudável, enquanto as, classes mais baixas as condições sociais são mais precárias e saúde praticamente escassa, pois vivemos uma sociedade praticamente capitalista que se privatiza da própria divisão de classes uns tem muito e outros tem pouco ocorrendo uma desigualdade social muito grande devido á má distribuição de renda.

OBESIDADE

Segundo Costa (2012) a obesidade esta relacionada á ingestão de alimentos que por sua vez é industrializados e atrativos, fabricados pelas as empresas, fazendo com que a sociedade obtém uma alimentação mais pratica e eficaz, causando o aumento do tecido adiposo no organismo, mais sabendo que os alimentos alternativos podem prejudicar a saúde como açucars e com muitas energias, resultando um desequilíbrio nutricional muito grande, causando uma série de doenças crônicas citadas anteriormente. Á obesidade também está co-relacionado ao estilo de vida das pessoas, que ao observar a sociedade atualmente está muito a desejar a pratica de atividade física regular e também inserindo a cada dia maus hábitos se referindo á uma vida saudável que depende principalmente, da força de vontade e de fazer uma dieta, com uma reeducação alimentar conciliando a praticar atividade física, esportes, caminhada, consultando o médico, valorizando seu estilo de vida com mais saúde.

Afirma Pereira (2012) que a obesidade no Brasil vem crescendo não só na idade infantil, mais também em todas as idades do infantil a terceira idade, devido os maus hábitos alimentares e ao sedentarismo, predominando mais entre as mulheres, pois se manifesta de forma intensa entre mulheres, e em todas as classes sociais e países subdesenvolvidos e desenvolvidos de primeiro mundo tanto influenciados no contexto cultural como no contexto econômico sendo um dos problemas graves voltados á saúde publica que pode até ocorrer um grande índice maior ainda se não for cuidada com uma atenção básica e através de exercício físico e uma reeducação alimentar conciliando a atividade física e uma boa alimentação.

Na concepção de Saba (2011) conceitua a obesidade com o excesso de gordura corporal localizada não só na região abdominal, mais em todas as partes do corpo, mais que se concentra mais na parte da circunferência abdominal e que a diferença entre uma pessoa obesa para um gordo se faz pelo o calculo do índice de massa corporal $IMC = m \text{ (kg)} \div a^2$ ou seja, o peso dividido pela a altura ao quadrado para uma melhor compreensão a respeito da sua composição corporal.

Segundo Dumith (2010) sobre o comportamento dos adolescentes e adultos, sedentários afirma que passar o tempo sentado assistindo TV, e no computador, celular e internet, que tem seus artifícios, como, facebook, whatsapp, contribui muito para uma vida sedentária e se compromete na sua condição física, social e emocional como a

depressão que esta atingindo a cada dia adolescente, crianças e adultos e na sua própria postura corporal, ocorrendo dores musculares e doenças crônicas.

GINÁSTICA

Segundo Leontiev (2011) o desenvolvimento humano passa por transformações ocorrendo, não só nos aspectos físicos e estéticos, mais também nos fatores sócio – culturais, pois a sociedade está em constante transformação tanto humana como tecnológica, com essa relação influenciam o ser humano em todas as esferas sociais e principalmente na questão corpo ideal e corpo real, onde surgiu uma série de pessoas em busca do corpo perfeito, que acabam se desesperando em resultados imediatos, e até passam a consumir medicamentos para a perda de peso, e não alcançando seus resultados acabam frustradas ocorrendo á ansiedade e a depressão, pois vivemos em uma sociedade moderna que a aparências é um dos focos fundamentais até para conseguir o um emprego com isso há uma desigualdade social e física.

Segundo Graeff (2012) a ginástica tem como fundamental importância oportunizar de todas as formas o aluno e explorar suas capacidades físicas e motoras como, força, flexibilidade, agilidade, resistência e velocidade. Além de desenvolver essas habilidades, através da ginástica o educando aprenderá a manter uma boa saúde através dos exercícios físicos que a ginástica oferece em toda a sua amplitude através do movimento e da cultura corporal.

Afirma Rondinelli (2014) a grande finalidade do movimento corporal é melhorar a saúde da sociedade, e através da ginástica isso era possível e também para a sua própria auto - estima e bem estar físico e mental e para as suas realizações das atividades diárias do cotidiano com mais determinação e principalmente para uma qualidade de vida, mais para isso tem que haver uma mudança nos hábitos sociais como a pratica de atividade física e a pratica do esporte e proporcionando lazer e entretenimento para a sociedade através de coreografias e movimentos acrobáticos.

Segundo Silva (2010) a cultura corporal se dar no movimento e na dimensão da flexibilidade que o corpo possa se limitar ou ir além dos seus próprios limites, como na ginástica artística, acrobática, aeróbica e rítmica, sendo que cada movimento tem seus fundamentos e são criados e coreografados de acordo com a pessoa que está executando, respeitando a sua individualidade, pois a ginástica se define através do movimento e da performance, relacionando novos movimentos.

Para Oliveira (2011) o processo pedagógico voltado ao ensino da ginástica na escola e no processo de ensino e aprendizagem do aluno, é de grande importância a ginástica para o desenvolvimento cognitivo e motor e principalmente sócio – afetivo, mais sendo de forma planejada e elaborada tanto nas aulas teóricas como nas aulas práticas, explorando todas as possibilidades de movimentos que o aluno já possui e fazendo com que o aluno crie novos movimentos de forma sistematizada e aprenda a manter uma ginástica corretiva evitando certas doenças fazendo com que ocorram desvios na coluna, como escoliose, cifose e lordose.

Segundo a CBG (2014) a ginástica a cada ano vem se destacando na mídia através da ginástica de auto – rendimento, com os atletas profissionais que visam como uma forma de sobrevivência através da ginástica ritma feminina e a ginástica aeróbica esportiva, pois é considerável toda uma logística para que os atletas se proporcionem a treinamentos e também a participar de competições e além dos patrocínios que colaboram através das imagens dos atletas a publicidade e comercialização de marketing que a cada dia vem crescendo na mídia.

Fernandes (2012) afirma que a obesidade é um fator de risco, e que é preciso muito cuidado com as doenças crônicas causada pela a obesidade e principalmente, orientar um obeso para a prática de atividade física regular, ao aconselhar, a mudança de hábitos principalmente na alimentação e também no seu estilo de vida, pois a obesidade é uma grande arma para a baixa auto – estima, e distúrbios psicológicos como a ansiedade e a depressão onde pode até ocorrer uma autopunição com a sua própria imagem, devido a sua preocupação com sua estética corporal.

APTIDÃO FÍSICA

Segundo Dumith (2010) a aptidão física está relacionada à redução ou a diminuição de doenças crônicas, e também a mudanças de hábitos, para uma vida mais saudável através dos exercícios físicos, como, correr, caminhar, pedalar, praticar esportes, academia, dança, tudo relacionado a uma atividade regular e com uma orientação de um profissional de educação física, e fazer diariamente um diagnóstico sobre a sua saúde no médico. A aptidão física é um conjunto de atividades físicas que só beneficia a saúde e qualidade de vida.

Para Fernandes (2011) a ginástica se dar para o fortalecimento do corpo, em seu próprio desenvolvimento natural, onde o corpo tem seus variados movimentos e sua

própria estética em um contexto de cultura corporal, onde são realizados através do salto, da corrida, arremessar, rolar, pular, empurrar, trepar e defender, movimentos de varias maneiras, que ao ser executado naturalmente fortalecer os grupos musculares do corpo.

Segundo Guimarães (2013) a ginástica dificilmente será aplicada no contexto pedagógico escolar, pois há uma falta de material e espaço adequado e também profissional especializado na área, que possa trabalhar e também ainda há o preconceito referente os meninos em praticar a ginástica, que possivelmente contribuirá para as suas capacidades físicas como força, agilidade, equilíbrio, resistência, velocidade e flexibilidade.

De acordo com, Coletivos de Autores (2012) a ginástica é uma ferramenta fundamental nas aulas de educação física, pois promover, lazer, ludicidade, criatividade, divertimento e desenvolver a coordenação motora e a cognição, também o sócio – afetivo, envolvendo a interação e a socialização através das aulas de ginástica, e em busca de novos conhecimentos a respeito da ginástica, construindo e reconstruindo movimentos, em uma aula prazerosa de forma dialogada e pratica, proporcionando a satisfação individual e coletiva entre os alunos.

EXERCICIO FÍSICO

Segundo Shankar (2010) o exercício físico tem mostrado que ao ser realizado corretamente e com uma orientação de um profissional de educação física tem uma grande diminuição do peso corporal e ainda também tem benefícios para o bem estar – físico e mental da pessoa, fortalecendo os grupos musculares e também com uma condição melhor cardiovascular.

Para Santanasto (2011) o processo de envelhecimento se dar na diminuição da massa magra ocorrendo uma série de efeitos no organismo do ser humano, que possa comprometer sua saúde, ocorrendo alterações no seu processo hormonal, havendo uma secreção e diminuição dos hormônios sexuais tanto feminino como masculino, onde o exercício físico contribui para a redução interna do organismo amenizando mais as conseqüências.

Walsh (2011) afirma que o exercício físico tem efeitos desejáveis e indesejáveis dependendo da duração e a sua intensidade, com isso podemos afirma que ao realizar uma atividade física é preciso fazer uma avaliação física anteriormente antes do treino

para melhores resultados, buscando objetivos concretos e resultados satisfatórios principalmente utilizando as duas formas de exercício físico o aeróbico e o anaeróbico com muita ou pouca carga depende do biótipo da pessoa e com intensidade leve, moderada ou rápida com essa relação poderá até ocorrer uma hipertrofia muscular e adquirir resultados de forma saudável e tendo também uma reeducação alimentar conciliando atividade física e uma alimentação saudável.

Para Maltseva (2011) o exercício físico pode alterar na questão da imunidade do ser humano, pois é um fator fundamental para a saúde tanto coletiva como individual, pois através do exercício físico poderá evitar varias doenças crônicas como a diabete, colesterol alto, hipertensão, artrite, artrose, depressão, diminuição da massa gorda localizada na circunferência abdominal e também ao realizar qualquer tipo de atividade física na questão exercício físico aeróbico o organismo libera um estimulante natural que é endorfina, estimulante que dar uma sensação de prazer após uma atividade física de longa ou curta duração dependendo da intensidade do exercício e do tempo.

Segundo Albino (2012) o exercício físico na terceira idade, tem resultados significativos para a saúde do idoso, pois promove maior mobilidade de movimento e coordenação motora e melhora a condição respiratória e principalmente a sua auto – estima e para realizar uma simples atividade física como subir uma escada, calçar um sapato, vestir – se ou até na pratica de um esporte o exercício físico sendo feito de forma correta contribuirá, para a sua postura corporal e corrigindo sua maneira de sentar, andar, correr, caminhar, pular, arremessar, empurrar ou mover algum objeto de um lugar para o outro como uma cadeira, uma mesa, uma caixa ou até mesmo reaprendendo sobre a lateralidade, sabendo o que é o lado esquerdo ou direito e re - socializando suas atividades na sua época de infância entre os outros da terceira idade.

Silva (2012) afirma, que a o exercício físico contribui de forma extrema para a sua qualidade de vida do idoso e para seu próprio cotidiano, onde através do exercício físico, realizado em grupos de terceira idade, ocorre uma interação e socialização, pois, há uma ludicidade que traz benefícios tanto psicossocial como na mobilidade motora e condição satisfatória para a sua saúde tanto individual como coletiva no grupo desenvolvendo e reabilitando suas capacidades físicas, como, força, resistência, equilíbrio, agilidade, velocidade, flexibilidade e principalmente sua auto – estima, adquirindo bem – estar físico mental e social.

Segundo Alencar (2010) analise que a atividade da vida diária do idoso não está relacionada com o exercício físico regular, pois a uma diferença na intensidade e no movimento, pois na atividade diária são exercício repetitivo realizado todos os dias e o exercício físico é realizado de maneira sistemática de acordo com um programa de exercício físico que pode ser feito durante três dias na semana ou até cinco dias na semana com uma orientação de um profissional de educação física, onde o idoso fazendo o exercício físico poderá adquirir a sua autonomia funcional e ser independente de suas funções do dia a dia, sendo capaz e acreditando nas suas possibilidades relacionado a mobilidade e atividade física.

Para Shankar (2011) o exercício físico aumenta a condição muscular e a força, ocorrendo uma hipertrofia, devido o aumento da massa muscular através do exercício físico, principalmente em uma atividade de intensidade com uma carga de alta resistência tanto no exercício físico aeróbico como no anaeróbico, iniciando com uma carga leve e aumentando de acordo com o programa de exercício físico e a sua intensidade na contração muscular e extensão do grupo que está sendo trabalhado durante a musculação no exercício resistido de ganho de força e resistência.

Segundo Andreato (2011) a aptidão aeróbica é excelente para a resistência muscular e ideal para o fortalecimento cardiovascular e além de diminuir o índice da massa corporal dentro dos padrões da normalidade através da modalidade lutas e também adquirindo flexibilidade e agilidade nos movimentos executados durante os treinos, onde na modalidade lutas exige uma série de exercício físico como corrida para o aquecimento saltos, movimentos de lateralidade esquerda e direita, agachamentos, exercício físico de alta intensidade para um melhor desempenho nas competições.

COMPOSIÇÃO CORPORAL

Para Okorodudu (2010) a composição corporal está relacionada ao percentual da gordura que o corpo possui que poderá ser um fator de risco no caso da obesidade que é ainda um dos principais fatores da atualidade como um problema de saúde pública definindo também como o excesso de tecido adiposo no organismo, que poderá obter complicações no organismo humano se não cuidar de forma correta e a melhor forma é através do exercício físico e uma reeducação alimentar sendo balanceada e moderada e com o exercício físico para o gasto energético.

Moskovitz (2010) afirma que para se obter uma avaliação de força e resistência é preciso todo um programa de treinamento e repetições máximas semelhante ao treino circuit - training que pode ser realizado em um minuto onde o atleta faz contrações com uma barra em supino reto fazendo o exercício físico em alta intensidade, pois, têm que ter uma resistência de um minuto durante as contrações de supino reto que trabalha os grupos musculares posteriores maiores e menores da parte peitoral.

Segundo Franchini (2011) afirma que a atleta de judô para adquirir força e resistência é preciso muito treino de exercício físico aeróbico e o anaeróbico para uma melhor condição física e fortalecimento do oxigênio e dar força, pois é de fundamental importância em uma competição oficial é está preparado para lutar, e principalmente manter uma resistência na pegada e a força controlada e também mantendo uma resistência abdominal para uma finalização do oponente com mais eficácia.

Para Santarém (2012) é muito grande a demanda de pessoas a procura de academias e clubes voltados ao exercício físico e a qualidade de vida saudável e além da indicação ao treinamento de força que este relacionado ao ganho de massa muscular e resistência melhorando a capacidade metabólica e condicionando a massa óssea e também adquirindo uma melhor flexibilidade e coordenação além de um bom condicionamento cardiovascular e respiratório e buscando resultados satisfatórios não só para o corpo mais sim para a sua própria saúde.

Segundo Santarém (2012) o exercício resistido no treinamento está relacionado a vários fatores no processo metabólico do ser humano, pois promover uma reação extremamente eficaz, principalmente para o a perda de peso e o emagrecimento, devido serem de alta intensidade e durante á pratica do exercício físico ocorre um processo de ressíntese de hemoglobina e mioglobina que esta associada de modo inversa com as taxas de obesidade e também desenvolvendo as fibras musculares durante o exercício intenso.

Moraes (2010) afirma que de atividade física está associada ao uma imagem corporal e com essa relação temos dois conceitos de corpo, corpo real e corpo ideal, onde o corpo real tem sua significância natural em seu modo de viver e interagir relacionado ao exercício físico, já no corpo ideal a uma busca constante de resultados rápidos onde as pessoas acabam consumindo drogas para emagrecer e a busca constante de anabolizante para submeter a um corpo perfeito independente do sexo, idade ou

classe social não buscando uma vida mais saudável através do exercício físico e uma alimentação saudável.

Segundo Reis (2010) afirma que temos que fazer uma reflexão empírica a respeito do corpo, imagem corporal e aparência, pois esses aspectos estão contextualizados a uma cultura corporal que implica muitas mulheres na questão corpo e a sua estética, pois na maioria das vezes as mulheres principais sedentárias, não estão satisfeita com o seu corpo e sua aparência, mais sabendo que ao praticar alguma atividade física obterá benefícios não só para uma boa aparência mais também para uma boa saúde, pois no exercício físico tem toda uma contagem de tempo de movimentos repetitivos onde é uma experiência corporal e servirá de forma significativa para a sua vida e sim sentirá com uma auto – estima melhor e um bem estar – físico e mental satisfatório.

Alberto (2012) afirma que o Brasil é um dos países que até 2025 atingirá um índice muito grande de pessoas obesas esse fator é muito agravante para a saúde publica, pois precisará reverter esse quadro com políticas publicas voltada a saúde do trabalhador e de todas as classes sociais e principais atingirá crianças e adolescentes esse fator é preocupante para a saúde publica, que nos resta é só a alertar para a pratica de atividade física e passar a mudar hábitos que não contribui para a sua saúde, passando de passivo para ativo a respeito do exercício físico.

Segundo Brito (2012) o sedentarismo e a obesidade é um dos fatores que mais mata pessoas nos últimos anos devidas às doenças crônicas que atinge da adolescência até a terceira idade e a estimativa é que se continuar com o comportamento de sedentário e alimentar – se de alimentos alternativos a tendência é só aumentar a quantidade de pessoas doente e a morrer por não cuidar da sua própria saúde e umas das doenças mais agravantes em adolescentes e até a terceira idade é a depressão, além da diabetes tipo I e II, doenças cardiovasculares e outras.

OBESIDADE UM FATOR DE RISCO

Para Almeida (2010) as causas da obesidade se definem em vários fatores, pode ser genético, metabólico, medicamentoso, nutricionais, psicossociais ou a ingestão de calorias em excesso ou influencias cultural a alimentação relacionada á família e não desgastando pode acumular o tecido adiposo em seu corpo que ao passar do tempo vai aumentando tanto na circunferência abdominal como em outras partes do corpo e outras

causas elevando uma série de complicações no organismo da pessoa, que pode levar até a morte se não cuidar de forma correta a questão da obesidade mórbida que é uma das mais preocupantes para a saúde da própria pessoa como para a saúde pública que se precisa de uma organização política mais humanizada.

Segundo Assis (2011) afirma que a prática da atividade física traz benefícios fundamentais para a pessoa tanto nos aspectos físicos como mentais que pode ser considerada como prioridade em nossa sociedade com a prática de atividade física fica mais importante do que outros fatores sociais priorizando a saúde em primeiro lugar até por que há uma prevenção de doenças crônicas praticando atividade que pode ser em uma simples caminhada até um nível mais elevado na intensidade do exercício físico, pois só beneficia o corpo e a mente e ainda o corpo agradece e a saúde também onde os resultados são imediatos no organismo e para o fortalecimento e das fibras musculares.

Costill (2010) afirma que a fisiologia do exercício é um dos estudos mais complexos e fundamentais para o conhecimento do corpo e os seus limites em relação ao esforço físico, intensidade, tempo, exercício aeróbico e anaeróbico, força, resistência e carga, com esses fatores são colocados em pesquisa de forma reagem com essa toda atividade física no organismo humano isso a fisiologia do exercício explica de forma clara e concreta todos os fundamentos dos grupos musculares e seus critérios avaliativos a respeito do exercício físico e suas conseqüências no processo de oxidação e repouso das fibras musculares contidas nos grupos musculares do corpo humano que acontece através de um programa de treinamento tanto na musculação como no esporte principalmente de auto rendimento.

SEDENTARISMO

Segundo Silva (2011) o sedentarismo está relacionado ao mundo moderno e tecnológico, pois contribui muito para o comodismo e conforto da vida contemporânea, caracterizando a ausência da atividade devida à falta de tempo ou preguiça mesmo de fazer atividade física, e com isso fazendo com que ocorram complicações no seu organismo através das doenças crônicas, o sedentarismo é considerado também a doença do século e também motivado pela globalização e o comodismo que algumas pessoas preferem ter, ou seja, ficar em casa assistindo TV, no computador acessando a internet se ir ao mercado ou há praça só vai de carro ou moto, tudo isso contribui para uma vida sedentária.

Para Oliveira (2012) a pratica do exercício físico regular diminui a adiposidade no caso de pessoas na fase da obesidade, mais também estão a sujeito a um programa de treinamento, onde pela influencia do exercício físico ocorre uma alteração na composição corporal relacionado á leptina e com isso gradativamente vai reduzindo a massa gorda que se localiza no corpo e também o exercício físico recomendado para a prevenção de algumas patologias, como a resistência a insulina, dislipedemia e obesidade e com isso através de um programa de treinamento fica concretizado e aprovado que o exercício físico combate uma série de doenças no corpo humano e além de melhorar o condicionamento físico e motor da pessoa e principalmente sua auto - estima.

Segundo Alvin (2010) existe dois tipos de exercício o aeróbico e anaeróbico onde os dois complementam o outro sendo que o exercício aeróbico e menos intensidade e de longa duração e o anaeróbico com alta intensidade e de curta duração onde também pode ser de intensidade leve moderada e forte depende muito do exercício a ser realizado, onde são capazes de produzir energias e oxigênio, onde os exercícios anaeróbicos são utilizados peso e carga, por exemplo, a musculação exercício realizado de forma estática já no exercício aeróbico é, pedalar, nadar, correr, dançar exercícios para o fortalecimento da função cardiorrespiratória realizada de forma dinâmica.

Prado (2010) afirma com o passar do tempo, ou quando chegamos ao período da terceira idade as fibras musculares vão se desgastando, causando uma diminuição e redução da força e da potência dos músculos, podendo influenciar na autonomia funcional ocorrendo também alterações como menor densidade óssea, reduzindo totalmente os movimentos ativos e passivos de todas as articulações, comprometendo na qualidade de vida do idoso, mais com a pratica de atividade física reverte todos esses efeitos obtendo mais longevidade na sua vida social e mental.

Segundo Junior (2011) a composição corporal em mulheres não se dar resultado só através de uma atividade física, mais é preciso planejar um programa de treinamento especifico para cada biótipo, sendo realizado de maneira correta e com objetivos a alcançar, pois o a pratica do exercício físico contribui para o controle do peso corporal, da força muscular e o controle da pressão arterial e principalmente mantendo o controle do oxigênio e fortalecendo suas capacidades físicas.

Bortoletti (2010) afirma que algumas pessoas há uma auto-apreciação com a imagem corporal tendo uma sensação de belo e colocando a beleza estética em primeira

instancia ocorrendo até mesmo um distúrbio emocional com a própria imagem e também uma autopunição com a sua imagem, tendo uma sensação que esta gorda, mais na verdade é de sua imaginação que pode até ocorrer um distúrbio alimentar como a anorexia uma doença que atinge muitas pessoas e que leva até a morte se não for cuidada, onde a pessoa se imagina gorda diante do espelho e também ao ingerir alimentos provoca seu próprio vômito causando até mesmo uma doença chamada bulimia, o que temos que aprender é aceitar a nossa própria imagem corporal como ela é e não se frustrando com uma beleza ideal e sim aprendendo a conviver com a sua própria realidade voltada a cultura do corpo.

Santarém (2012) que exercício físico é a forma mais concreta para a perda de peso e o emagrecimento e prevenção o tratamento da obesidade, quando bem sistematizado com a carga do próprio corpo ou peso livre ou máquina, mais para isso é preciso também fazer uma avaliação física e uma amnésia para melhores resultados e também através do exercício físico melhora a capacidade metabólica, estimula a redução de gordura corporal e o aumento de massa óssea e contribuindo ainda mais para o emagrecimento através do gasto calórico e as contrações musculares durante o exercício físico.

Segundo Pitanga (2011) esse novo padrão de vida contribui muito para o sedentarismo contribuindo ainda mais para a obesidade em todo o mundo e a grande de parte da população está se tornando obeso devido a esse novo padrão de vida no mundo contemporâneo que vivemos atualmente se tornando uma patologia multifuncional, causando varias doenças pelo o próprio consumismo desenfreado e pelo o comodismo no mundo que as o acesso é muito rápido em relação a produtos industrializados e enlatados correlacionando corpo, saúde e alimentos.

Oliveira (2011) afirma que o individuo quando este sobrepeso é de 25 kg e quando supera o valor de 30 kg em seu (IMC) índice de massa corporal e para se entender melhor demonstra que há uma alteração também na composição corporal em diferentes tecidos que compõe a massa corporal, que além dos músculos e os ossos as gorduras e a massa residual que esta sintetizada há esses tecidos nas fibras musculares do corpo que causa todo um processo de ressíntese ao ser estimulado á uma atividade de exercício físico de leve, moderado ou de forte intensidade.

Segundo Oliveira (2011) afirma que o exercício físico além de contribuir mais para a saúde há modificações também na composição corporal, também traz benefícios

futuros para o corpo e saúde, como o aumento e a eficiência do coração, o aumento a disposição, o aumento da massa magra, o aumento da massa óssea, o aumento da oxidação de gorduras, melhora a qualidade no sono, proporciona o aumento do metabolismo basal e proporciona o fortalecimento do sistema imunológico, então esta comprovada o quanto exercício físico contribui para uma qualidade vida e bem estar, físico, emocional e social.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo apresentado foi caracterizado uma experiência exploratória através de um programa de exercícios funcionais, corrida, polichinelo, agachamentos, agachamento sumô, agachamento avançado, abdominais, todos os exercícios realizados no método pirâmide decrescentes sendo séries de 21, 15, 09. Os métodos pirâmide consistem na manipulação da intensidade de carga de forma crescente ou decrescente com a progressão das séries modificando de forma inversa o número de repetições em cada série executada. Muito similar aos métodos pirâmide, outros métodos foram desenvolvidos e investigados a mais de 60 anos atrás. Já o método piramidal decrescente justifica-se pela necessidade de diminuir a carga devido a pouca disponibilidade de fontes energéticas quando um intervalo entre séries insuficiente para recuperação é utilizado.

Sendo utilizado para a avaliação física referente ao (IMC) índice de massa corporal, peso foi utilizado á balança mecânica da marca G.TECH modelo Sport anti-derrapante, para e estatura uma fita métrica e para a avaliação do (IRCQ) índice de relação cintura e quadril foi utilizada a fita métrica.

Amostrar

As voluntárias integravam um projeto de pesquisa e extensão “Vida Saudável”, tem como o objetivo de promover atividade física orientado ao público feminino na idade de 25 á 35 anos na E.M.E.F. Gov. Alacid Nunes no município de Goianésia do Pará, voltado a promoção, prevenção e manutenção da saúde incluindo o treinamento funcional, desenvolvido no período vespertino.

Os critérios de inclusão previamente estabelecidos foram os seguintes:

Mulheres de 25 á 35 anos, que praticavam atividade física durante 03 meses e que apresentaram o atestado médico liberando para a realização do treinamento funcional.

Onde primeiramente foi divulgado o projeto de pesquisa e informado de que forma seria realizado, nesse contexto participaram da divulgação 60 mulheres sendo que todas queriam participar, mais entre as participantes tinham algumas que a idade não permitia de acordo com a pesquisa, entretanto para a realização do estudo e da pesquisa só poderia 30 mulheres que ao final com muita insistência a participar da pesquisa participaram 37 voluntárias do programa de treinamento funcional (TF). E finalmente, destas 37 voluntárias somente 08 completaram o período de intervenção respeitando todos os protocolos de avaliação.

Ética da pesquisa

Todas as voluntárias participantes do estudo foram orientadas de que maneira seria realizada a pesquisa, onde cada participante receberam uma ficha de anamnese, e também tendo a total liberdade de desistir da pesquisa.

Protocolos de Avaliação

Variáveis Antropométricas - Peso Corporal, Estatura e Índice de Massa Corporal (IMC = peso/altura x altura) calculado dividindo-se a massa corporal (em quilogramas) pela a estatura (em metros) ao quadrado.

Resultado	Situação
Abaixo de 17	Muito abaixo do <i>peso</i>
Entre 17 e 18,49	Abaixo do <i>peso</i>
Entre 18,5 e 24,99	<i>Peso</i> normal
Entre 25 e 29,99	Acima do <i>peso</i>
Entre 30 e 34,99	<i>Obesidade</i> I
Entre 35 e 39,99	<i>Obesidade</i> II (severa)
Acima de 40	<i>Obesidade</i> III (mórbida)

Com o objetivo de aferir o peso corporal relacionado ao (IMC) índice de massa corporal foi utilizada á balança mecânica da marca G.TECH modelo Sport antiderrapante com a capacidade para 130 Kg onde a balança foi posicionada sobre uma superfície lisa e plana. O peso foi analisado com a participante na medida central da balança sem apoio e sem se movimentar, em uma postura ortostática (ereta) com os braços ao longo do corpo estendido. A obtenção do peso foi em quilogramas. Foi utilizado para calcular os parâmetros de composição corporal (IMC) e a Relação Cintura e Quadril (IRCQ). As medidas coletadas foram massa corporal, perímetro da cintura e quadril.

Tabela do IRCQ – (Feminino)

Idade	Baixo	Moderado	Alto	Muito alto
Até 29	<0,71	0,71 – 0,77	0,78 – 0,82	> 0,82
30-39	< 0,72	0,72 – 0,78	0,79 – 0,84	> 0,84
40-49	< 0,73	0,73 – 0,79	0,80 – 0,87	> 0,87
50-59	< 0,74	0,74 – 0,81	0,82 – 0,88	> 0,88
>59	< 0,76	0,76 – 0,83	0,84 – 0,90	> 0,90

Procedimentos de intervenção

O programa de treinamento funcional foi realizado em um período de três meses, fevereiro, março e abril.

Treinamento funcional

O treinamento funcional realizado em três meses no horário de 18:00 hs às 19:00 hs, onde foi realizado em 12 semanas em três dias da semana, segunda, quarta e sexta.

Os treinos eram aplicados e realizados no método pirâmide decrescente em três séries de 21,15,09, sendo fixo em todo programa de treinamento somente a corrida realizada de maneira variada, frente, lateralidade, elevação de pernas e joelhos. Os treinos eram realizado durante três dias da semana, segunda, quarta e sexta, com um tempo de uma hora de duração sendo das 18:00h às 19:00h, em quinze em quinze eram realizada a avaliação física com as participantes sendo todas as sextas feiras relacionadas aos quinze dias.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 01

IMC (pré-treino)	IMC (pós-treino)
27,25	23,89
20,83	17,43
27,55	32,92
32,02	25,48
23,92	27,35
24,97	30,64
25,39	20,83
34,63	29,19

O primeiro sujeito da pesquisa, apresentou IMC 27,25 Kg/m², após o treinamento, o IMC alterou para 26,89 Kg/m². O segundo sujeito possuía 20,83 Kg/m² de IMC, após o treinamento resultou em 20,43 Kg/m². O terceiro já apresentou no pré – treino 27,55 Kg/m² de IMC e no pós – treino 27,92 Kg/m². O quarto sujeito tinha 32,02 Kg/m² de IMC, já no pós- treino houve uma pequena alteração para 30,48 Kg/m² IMC. Quinto sujeito no pré –treino era de 23,92 Kg/m² já após o treino houve uma alteração para 24,35 Kg/m². O sexto sujeito seu IMC no pré – treino era de 24,97 Kg/m², já no pós – treino ficou 26,64 Kg/m².

Segundo Santarém (2012) o exercício resistido no treinamento está relacionado a vários fatores no processo metabólico do ser humano, pois promover uma reação extremamente eficaz, principalmente para o a perda de peso e o emagrecimento, devido serem de alta intensidade e durante á pratica do exercício físico ocorre um processo de ressíntese de hemoglobina e mioglobina que esta associada de modo inversa com as taxas de obesidade e também desenvolvendo as fibras musculares durante o exercício intenso.

O sujeito sétimo apresentou no pré – treino 25,39 de IMC no pré – treino já no pós – treino ocorreu uma diminuição para 23,83 Kg/m². O oitavo sujeito possuía um IMC no pré – treino de 34,63, e após o treino se concretizou em 34,19 Kg/m² ocorreu uma pequena diminuição.

Tabela 02 - IRCQ

IRCQ (pré-treino)	IRCQ (pós-treino)
0,83	0,65
0,88	0,70
0,76	0,4
0,97	0,85
0,91	0,80
0,83	0,89
0,74	0,88
0,89	0,75

O primeiro da pesquisa no pré – treino do IRCQ tinha 0,83, no pós – treino houve uma diminuição para 0,75 o IRCQ. O segundo sujeito no pré – treino possuía

0,88 o IRCQ, já no pós – treino ficou 0,82. O terceiro sujeito no pré – treino 0,76 no IRCQ, no pós – treino ocorreu pequena diminuição para 0,7 IRCQ. O quarto sujeito identificou um IRCQ de 0,97, no pós – treino apresentou 0,91 no IRCQ.

Walsh (2011) afirma que o exercício físico tem efeitos desejáveis e indesejáveis dependendo da duração e a sua intensidade, com isso podemos afirmar que ao realizar uma atividade física é preciso fazer uma avaliação física anteriormente antes do treino para melhores resultados, buscando objetivos concretos e resultados satisfatórios principalmente utilizando as duas formas de exercício físico o aeróbico e o anaeróbico com muita ou pouca carga depende do biótipo da pessoa e com intensidade leve, moderada ou rápida com essa relação poderá até ocorrer uma hipertrofia muscular e adquirir resultados de forma saudável e tendo também uma reeducação alimentar conciliando atividade física e uma alimentação saudável.

O quinto sujeito obteve no pré – treino o IRCQ de 0,91, já no pós – treino houve uma diminuição para 0,83 no IRCQ. O sexto sujeito possuía 0,83 no IRCQ logo no pós – treino ocorreu uma pequena alteração para 0,85 no IRCQ. No sétimo sujeito tinha 0,74 no IRCQ, no pós – treino ocorreu uma alteração para 0,85 no IRCQ. O oitavo sujeito identificou no pré – treino 0,89 no IRCQ, no pós – treino apresentou uma diminuição para, 0,84 no IRCQ.

5. CONCLUSÃO

Portanto percebe-se que em todo o processo e análise e investigação do estudo e da pesquisa caracteriza que há uma significância e resultados concretos e significativos relacionado ao $(IMC) = \text{peso (Kg)} / \text{estatura ao quadrado}$ e $IRCQ = \text{Circunferência da Cintura (cm)} / \text{Circunferência do Quadril}$ $IC = \text{Circunferência da Cintura (m)} / 0,109 \times [\text{Peso (kg)} / \text{Estatura (m)}]^{1/3}$. Pois as duas vertentes investigadas apresentam resultados considerados relevante aos protocolos de avaliação física realizados nas participantes entre os efeitos do exercício físico e alteração na composição corporal, tanto da massa gorda como da massa magra caracterizando em massa muscular, beneficiando mais resistência e força, obtendo também melhores resultados em relação cintura com a diminuição da circunferência abdominal, evitando até mesmo uma complicação no sistema cardiorrespiratório.

REFERÊNCIAS

ALBINO, I.L.R.; FREITAS, C.R.; TEIXEIRA, A.R.; GONÇALVES, A.K.; SANTOS, A.M.P.V.; BÓS, A.J.G. **Influência do treinamento de força muscular e de flexibilidade articular sobre o equilíbrio corporal em idosas.** Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, v.15, n.1, p.17-25, 2012. Educação física do ensino médio das a-ginastica.htm

ALENCAR, N.A.; SOUZA JÚNIOR, J.V.; ARAGÃO, J.C.B.; FERREIRA, M.A.; DANTAS, E. **Nível de atividade física, autonomia funcional e qualidade de vida em idosas ativas e sedentárias.** Fisioter Mov., v.23, n.3, p.473-81, jul./set. 2010.

ALMEIDA, A. T. M. S. **O treino do paladar, marcadores precoces de uma alimentação saudável para a vida.** Universidade do Porto, Faculdade de Ciência da Nutrição e Alimentação, 2010.

ALMEIDA, SALLUM & SILVA. **Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte n.25, 2011

BRITO, A. K. A.; JÚNIOR, F. L. S.; COELHO, L. S.; FRANÇA, N. M. **Nível de atividade física e correlação com o índice de massa corporal e percentual de gordura em adolescentes escolares da cidade de Teresina-PI.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, Pelotas/RS, v. 17, n. 3, p.212-216, 2012. Disponível em: Acesso em 02 mai. 2013.

COSTA, ALINE Fabiana Barbieri e ROSANGELA Aparecida Mello, **As causas da obesidade: Uma análise sob a perspectiva materialista histórica,** Universidade Estadual de Maringá; Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 10, n. 1, p. 133-153, jan./abr. 2012.

CBG - **Confederação Brasileira de Ginástica;** www.cbginastica.com.br; Acesso em: 08 de Junho de 2014.

CARLUCCIO. E. M. S SILVA, V. H. FERNANDES, C. A. M. **Prevalência de sobrepeso, obesidade e sedentarismo em moradores do município de Paraná.** Coleção pesquisa em Educação Física – Vol. 11, n. 3, 2012.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2012. 200 p. FAGGION, C. A. Prática docente dos professores de Ed.

DUMITH, S. C.; Ramires, V. V.; Souza, M. J. A.; Moraes, D. S.; Petry, F. G.; Oliveira, E. S.; Ramires, S. V.; Marques, A. C. **Aptidão física relacionada ao desempenho motor em escolares de sete a 15 anos**. Revista Brasileira Educação Física e Esportes. Vol. 24. Núm. 1. 2010.

DA CRUZ, E. C.; SANTOS, S. P.; ALBERTO, V. **A contribuição da Educação Física escolar na prevenção terapêutica da obesidade, Ji-Paraná**: Universidade Federal de Rondônia, Departamento de Educação Física (Monografia), 2010. Disponível em: Acesso em 13 ago 2013.

FERNANDES, Rita Cassia. **As concepções metodológicas da Educação Física/Ginástica: uma visão histórica**. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 16, Nº 160, Septiembre de 2011. <http://www.efdeportes.com/efd160/as-concepcoes-da-educacao-fisica-ginastica.htm>

FERMINO, RC, PEZZINI, MR, REIS, RS. **Motivos para a prática de atividade física e Imagem Corporal em frequentadores de academia**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. São Paulo, v.16, n.1, p.18-23, 2010

GUIMARÃES, DannyellaCrysthina Batista. RAMOS, Geraldo. AMORIN, Livia. MARTINS, Thatiane. GUSTAVO, Wellington. SOUZA, Samantha Garcia de. **Preconceito contra o sexo masculino na ginástica da escola**. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Ano 18, nº 186, Novembro de 2013.

GARAY L.C.; OLIVEIRA A.P. **Aderência e frequência em programas de atividades físicas: a influência de diferentes níveis de aptidão física**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, n.20, p. 56-64, 2012.

SILVA JÚNIOR, J. P. et al. **Estabilidade das variáveis de aptidão física e capacidade funcional de mulheres fisicamente ativas de 50 a 89 anos**. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, Florianópolis, v. 13, n. 1, p. 8-14, 2011.

Santarém, J.M. **Musculação em todas as idades: Comece a praticar antes o seu médico recomende.** Barueri. Manole. 2012.

SHANKAR, ROMEU Paulo Martins Silva, **Exercício Físico e Saúde,** Universidade Federal de Uberlândia, ano 2011.

SOUZA, ALINE Fabiana Barbieri e ROSANGELA Aparecida Mello, **As causas da obesidade: Uma análise sob a perspectiva materialista histórica,** Universidade Estadual de Maringá; Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 10, n. 1, p. 133-153, jan./abr. 2012.

SILVA, M.F.; GOULART, N.B.A.; LANFERDINI, F.J.; MARCON, M.; DIAS, C.P. **Relação entre os níveis de atividade física e qualidade de vida de idosos sedentários e fisicamente ativos.** Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, v.15, n.4, p.635-42, 2

THOMAS JR, NELSON JK, SILVERMAN SJ. **Métodos de pesquisa em Educação Física.** 5ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

WILMORE, J.H.: COSTILL, D. L. **Fisiologia do esporte e do exercício.** Barueri: Manole, 2010.

- ARTIGO 26 -

EXERCÍCIO MULTIMODAL E O EFEITO NA QUALIDADE DE VIDA DAS MULHERES PÓS MENOPAUSADAS DO MUNICÍPIO DE ITAITUBA/PA

SOUZA, Marco José Mendonça de - IFRR
MENDONÇA, Eliana da Silva Coêlho - IFRR
SOUZA, Moacir Augusto de - IFRR
COÊLHO, Eriana da Silva - SESC
PINTO, Ricardo Figueiredo- UEPA

RESUMO

A definição definitiva da qualidade de vida não desfruta de consenso até o momento. Após a Segunda Guerra Mundial, a Qualidade de Vida tornou-se uma questão muito estudada no mundo e de suma importância, significando melhoria do padrão de qualidade de vida da sociedade. Consequentemente os conceitos foram crescendo, englobando o desenvolvimento sócio-econômico e humano e a percepção das pessoas a respeito de suas vidas. Há vários consensos sobre seu significado, existindo várias correntes de pensamento e várias tendências de pesquisa, todas complementando uma a outra, a pesquisa é de característica descritiva para a análise da qualidade de vida. O objetivo geral do estudo foi analisar se o efeito do exercício multimodal melhorou a qualidade de vida, das mulheres pós menopausadas de Itaituba Pará. Metodologia: A amostra foi constituída de 50 mulheres escolhidas da forma aleatória e sua faixa etária entre 45 a 85 anos com a média de 54 ± 9 , todas assinaram o TCLE para participar do projeto. Metodologia: o procedimento estatístico utilizado foi o teste t de Student para comparação dos resultados entre as amostras, para realização destes testes e o instrumento foi proposto pela OMS para avaliar adulto, o Word Health Organization Quality of Life Instrument Bref (WHOQOL BREF). Resultados em relação à QV o resultado teve a seguinte análise que demonstraram que o grupo teve diferenças significantes entre o pré e pós das atividades multimodal para os domínios: físico ($\Delta\% = 7,89$ $p=0,0001$), psicológico ($\Delta\% = 5,78$ $p=0,0101$) e relações sócias ($\Delta\% = 8,74$ $p=0,0001$) para as voluntárias da pesquisa. Porém, apesar do aumento, no domínio ambiental não foram encontradas diferenças significantes para o ($\Delta\% = 1,00$ $p=0,4687$), mostrando que na questão citada a atividade não tem uma relação direta com este domínio, e caracterizando a qualidade geral dos domínios temos um ($\Delta\% = 7,60$ $p < 0,0001^*$). Conclui-se que o exercício multimodal ao ar livre teve resultados satisfatórios em relação da melhoria da qualidade de vida e consequentemente diminuição dos riscos a saúde.

Palavras Chaves: Composição Corporal, Parâmetros Metabólicos Bioquímicos, Variáveis Hemodinâmicas e Qualidade de vida.

ABSTRACT

The definitive definition of quality of life has not reached consensus so far. After World War II, Quality of Life became a much-studied issue of the world and very important, meaning improvement of the quality of life standard of society. Consequently the concepts were growing, encompassing the socio-economic and human development and people's perception of their lives. There are several consensus on its meaning, there are several currents of thought and several research trends, all complementing each other,

research is descriptive for the analysis of quality of life. The general objective of the study was to analyze whether the effect of multimodal exercise improved the quality of life of postmenopausal women in Itaituba/PA. Methodology: The sample consisted of 50 randomly selected women aged between 45 and 85 years old. 54 ± 9 , all signed the informed consent form to participate in the project. Methodology: The statistical procedure used was the Student's t test to compare the results between the samples, to perform these tests. Results regarding QoL The result had the following analysis which showed that the group had significant differences between pre and post multimodal activities for the domains: physical ($\Delta\% = 7.89$ $p = 0.0001$), psychological ($\Delta\% = 5.78$ $p = 0.0101$) and social relations ($\Delta\% = 8.74$ $p = 0.0001$) for the research volunteers. However, despite the increase, in the environmental domain no significant differences were found for the ($\Delta\% = 1.00$ $p = 0.4687$), showing that in the aforementioned question the activity has no direct relationship with this domain, and characterizing the quality. In the general domain we have one ($\Delta\% = 7.60$ $p < 0.0001$). It can be concluded that outdoor multimodal exercise had satisfactory results in relation to the improvement of the quality of life and consequently the reduction of health risks.

Keywords: Body Composition, Biochemical Metabolic Parameters, Hemodynamic Variables and Quality of Life.

RESUMEN

La definición definitiva de calidad de vida no ha llegado a un consenso hasta el momento. Después de la Segunda Guerra Mundial, la calidad de vida se convirtió en un tema muy estudiado y mundial, lo que significaba mejorar el nivel de calidad de vida de la sociedad. En consecuencia, los conceptos fueron creciendo, abarcando el desarrollo socioeconómico y humano y la percepción de la vida de las personas. Hay varios consensos sobre su significado, hay varias corrientes de pensamiento y varias tendencias de investigación, todas se complementan entre sí, la investigación es descriptiva para el análisis de la calidad de vida. El objetivo general del estudio fue analizar si el efecto del ejercicio multimodal mejoró la calidad de vida de las mujeres posmenopáusicas en Itaituba Pará. Metodología: La muestra consistió en 50 mujeres seleccionadas al azar con edades comprendidas entre 45 y 85 años. 54 ± 9 , todos firmaron el formulario de consentimiento informado para participar en el proyecto. Metodología: El procedimiento estadístico utilizado fue la prueba t de Student para comparar los resultados entre las muestras, para realizar estas pruebas, y la OMS propuso el instrumento para evaluar la calidad de vida de la Organización Mundial de la Salud de Word Health Bref (WHOQOL BREF). Resultados con respecto a la calidad de vida El resultado tuvo el siguiente análisis que mostró que el grupo tenía diferencias significativas entre las actividades pre y post multimodales para los dominios: físico ($\Delta\% = 7.89$ $p = 0.0001$), psicológico ($\Delta\% = 5.78$ $p = 0.0101$) y relaciones sociales ($\Delta\% = 8.74$ $p = 0.0001$) para los voluntarios de la investigación. Sin embargo, a pesar del aumento, en el dominio ambiental no se encontraron diferencias significativas para el ($\Delta\% = 1.00$ $p = 0.4687$), lo que demuestra que en la pregunta mencionada anteriormente la actividad no tiene una relación directa con este dominio, y que caracteriza la calidad. En el dominio general tenemos uno ($\Delta\% = 7.60$ $p < 0.0001$..) Se puede concluir que el ejercicio multimodal al aire libre tuvo resultados satisfactorios en relación con la mejora de la calidad de vida y, en consecuencia, la reducción de los riesgos para la salud.

Palabras clave: composición corporal, parámetros metabólicos bioquímicos, variables hemodinámicas y calidad de vida.

1. INTRODUÇÃO

O exercício multimodal tem a caracterização de variações de exercícios físicos aplicado para um objetivo ou vários, tais qual a melhoria da força, equilíbrio, resistência, flexibilidade entre outros.

Os estudiosos Farina et al., (2014), em um estudo de revisão apontou a diferença de protocolos, pois os exercícios multimodais são mais eficazes do que os exercícios que trabalham apenas uma das capacidades físicas, com isso melhorando vários aspectos do idoso.

Após a Segunda Guerra Mundial, a Qualidade de Vida tornou-se uma questão muito estudada no mundo e de suma importância, significando melhoria do padrão de qualidade de vida da sociedade. Consequentemente os conceitos foram crescendo, englobando o desenvolvimento sócio-econômico e humano e a percepção das pessoas a respeito de suas vidas. Há vários consensos sobre seu significado, existindo várias correntes de pensamento e várias tendências de pesquisa, todas complementando uma a outra. Além disso, ao longo do tempo, a forma de avaliação se alterou, passando de uma avaliação baseada em parâmetros objetivos conforme a população investigada, ou idealizados pelos pesquisadores, para outra que valoriza a percepção subjetiva das pessoas. (CHIAVENATO, 2004).

A qualidade de vida foi definida pela Organização Mundial de Saúde como: “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (THE WHOQOL GROUP, 1995). Essa definição leva em consideração que a saúde é “o completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não simplesmente a ausência de enfermidade” (WHO, 2002).

A qualidade de vida é definida como o nível de satisfação com a vida, a qual depende da inter-relação de múltiplos fatores, visto que há fortes influências dos hábitos de vida de cada pessoa, da atividade física, da dieta, do comportamento preventivo, da percepção de bem-estar, das condições físicas e ambientais, da renda, da percepção subjetiva de saúde, do relacionamento familiar, das amizades e dos aspectos espirituais e religiosos (LAWTON, 1991, NAHAS, 2001; NERI, 2001 & SILVA, 1999).

A qualidade de vida também é caracterizada com o grau de consciência entre a vida real e as expectativas do indivíduo, refletindo a satisfação de objetivos e sonhos do próprio (CALMEIRO & MATOS, 2004, p. 50).

Já na visão da Organização Mundial de Saúde (OMS, 1995), enuncia a qualidade de vida como sendo a “percepção do indivíduo acerca de sua posição na vida, de acordo com o contexto cultural e sistema de valor com os quais convive e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”.

O termo qualidade de vida como vem sendo aplicado na literatura médica não parece ter um único significado (GILL & FEINTEIN, 1994). Condições de saúde, funcionamento social e qualidade de vida têm sido usados como sinônimos (GUYATT & COLS, 1996) e a própria definição de qualidade de vida não consta na maioria dos artigos que utilizam ou propõe instrumentos para sua avaliação (GILL & FEINTEIN, 1994). A qualidade de vida esta relacionada com a saúde ("Health-Related Quality Of Life") e Estado subjetivo de saúde ("Subjective Health Status") são conceitos afins centrados na avaliação subjetiva do paciente, mas necessariamente ligados ao impacto do estado de saúde sobre a capacidade do indivíduo viver plenamente. Bullinger & Cols. (1993). Consideram que o termo qualidade de vida é mais geral e inclui uma variedade potencial maior de condições que podem afetar a percepção do indivíduo, seus sentimentos e comportamentos relacionados com o seu funcionamento diário, incluindo, mas não se limitando, à sua condição de saúde e às intervenções médicas.

Já algum tempo a qualidade de vida é um importante marcador que qualifica de maneira como a população está se sentindo, avaliam e qualificam como está o funcionalmente seu estado de saúde, e devido a isso, a sua avaliação deve ser considerada um componente essencial na compreensão dos efeitos da menopausa, possibilitando uma análise bastante ampla acerca dos possíveis benefícios de diferentes tratamentos (MATHEWS & BROMBERG, 2005; GAMBACCIANI et al., 2003).

A qualidade de vida foi definida pela Organização Mundial de Saúde como: “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (The Whoqol Group, 1995). Essa definição leva em consideração que a saúde é “o completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não simplesmente a ausência de enfermidade” (WHO, 2002).

As avaliações de qualidade de vida vêm sendo incorporadas às práticas do setor da Saúde cada vez mais. Nos últimos cinquenta anos verificaram-se a necessidade e a importância dessas investigações clínicas e da formulação de políticas para melhoria da saúde da população. Vários estudos e pesquisas no mundo trabalham para melhoria das evidências científicas para que surjam um impacto das políticas implementadas. A qualidade de vida tem sido usada, para caracterizar os grupos da sociedade e avaliar intervenções terapêuticas.

Nessas últimas décadas, este enfoque tem mudado e o resultado das condutas médicas tem sido avaliado, também, através de variáveis subjetivas, que incorporam as percepções dos pacientes em relação ao seu bem-estar e à sua qualidade de vida populacional.

A outra preocupação decorre da qualidade de vida e conseqüentemente o estilo de vida das pessoas em todas as faixas etárias, sobretudo de idosos, cresceu em importância no final do século passado e início do novo milênio e está associada a fatores como estilo de vida, satisfação no trabalho, relações familiares, disposição, espiritualidade, dignidade, relações familiares, bem-estar físico, psicológico, social e cognitivo (SHEPHARD, 1997; SILVA, 1999 & GUBIANE, 2000).

Um modelo de qualidade de vida na velhice foi elaborado por Lawton (1991) englobando quatro dimensões conceituais: a competência comportamental, condições ambientais, qualidade de vida percebida e bem-estar subjetivo.

A extrema importância da avaliação de qualidade de vida (QV) da população aumentou de modo expressivo durante os últimos 60 anos. Esta maior procura e relevância deve-se principalmente por ser um enfoque que valoriza a perspectiva da população e de pacientes e permite avaliar o real impacto de uma complexidade na área da saúde e objetivos de seu tratamento sob um aspecto multidimensional, ou seja, além de simplesmente levar em conta a redução da morbidade e mortalidade (FLECK, 2000).

Tal multidimensionalidade possibilita a abordagem da saúde dos indivíduos em diferentes domínios como, por exemplo, aspectos físicos, funcionamento no dia-a-dia, desempenho social e aspectos emocionais.

Tais conceitos revelam a importância da auto percepção do estado geral de saúde e foram usados no desenvolvimento do WHOQOL-old (World Health Organization Quality of Life instrument old) que avalia a qualidade de vida dos idosos (POWER et al., 2005).

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Qualidade de Vida

Existem vários estudos científicos a respeito desse tema, a qualidade de vida é um dos temas que mais estão crescendo no mundo e no Brasil, pois segundo alguns estudos a sociedade está cada vez precisando desse apoio científico. A qualidade de vida é um fator primordial para que a sociedade tenha mais saúde.

A qualidade de vida tem sido ultimamente reconhecida como um dos objetivos primordiais do atendimento em saúde (KATSCHNIG, 1997).

Historicamente, o desenvolvimento do conceito de qualidade de vida perpassou fases de interesses científicas bastantes distintas, criando um solo fértil, crescente e dinâmico que levou ao estabelecimento de um corpo sólido teórico e prático acerca de Qualidade de Vida, sem que, no entanto, se tenha chegado próximo a um consenso conceitual.

As pesquisas em temas relacionados a construção de percepção subjetiva de satisfação iniciaram-se na literatura internacional em 1953, com a publicação de uma série de estudos conduzidos por Jones, um psicólogo americano da Universidade de Harvard, reunidos no livro *The Pursuit of Happiness* (JONES, 1953). Guryn & colaboradores (1960) seguiram as pesquisas em felicidade, determinando desde então que tal conceito compunha-se de dimensões positivas e negativas, sendo importantes determinantes não somente a presença da primeira, mas também a ausência da última. A presença das dimensões positiva e negativa na composição do construto felicidade também se verifica no construto qualidade de vida, aspecto em que os dois conceitos se aproximam. “Já o estudioso Farquhar (1995), destaca, em relação à conceituação de qualidade de vida, que o termo “qualidade” traz consigo uma conotação positiva que não se aplica ao conceito de qualidade de vida, sendo e não meramente a ausência de doença e enfermidade” (OMS, 1948). Tal conceituação, além de determinar uma ampliação do conceito de saúde, enfatiza o caráter subjetivo da avaliação. Assim, coloca de modo inequívoco a percepção de bem-estar subjetivo como um dos pilares do conceito de saúde.

A partir da década de 1990, a avaliação de resultados de intervenções em saúde através do ponto de vista do paciente cresceu muito em importância. Tal tendência teve início ainda na década de 1970, com uma situação de insatisfação dos pacientes, enquadrados como consumidores de serviços médicos inseridos em uma crescente visão

mercantilista das práticas de saúde. Tal insatisfação embasava-se, parcialmente, na crescente onda intervencionista focada em necessidades e indicações estritamente técnicas e despreocupada com o bem-estar, autonomia e satisfação do paciente (KATSCHNIG, 1997).

Recentemente, a avaliação subjetiva dos resultados de intervenções médicas por parte dos pacientes a elas submetidas (Chamada Patient Reported Outcomes) passou a ser parâmetro fundamental. Como exemplo de tal importância, a Food and Drug Administration (órgão norte-americano responsável pela regulamentação e aprovação de intervenções na área da saúde) exige que os estudos de eficácia e eficiência de intervenções incluam alguma medida de desfecho realizada a partir de pacientes (além das clássicas medidas de redução de sintomatologia e morbi-mortalidade) (WIKLUND, 2004; FDA, 2005). Deste modo, a tendência de valorização subjetiva dos pacientes passou a ter maior relevância no contexto científico, o que também viria a provocar impacto na conceituação teórica do construto qualidade de vida (BRENHEIM, 1999).

Portanto, a importância da caracterização da percepção subjetiva e não somente de parâmetro exclusivamente objetivos, bem como a necessidade de ampliar o aspecto de investigação na área da saúde para além de aspectos unicamente clínicos e focados em doença e sintomas, compuseram o panorama científico de onde emergiu o conceito de qualidade de vida e suas diferentes definições e utilizações.

A primeira citação do termo qualidade de vida em um jornal médico data de 1966, quando JR Elkinton publicou um editorial no periódico *Annals of Internal Medicine* intitulado *Medicine and Quality of Life*. Nesse, o autor criticava a prática médica vigente na época, a qual dava demasiado peso aos desenvolvimentos tecnológicos e técnicos em detrimento da preocupação com o bem-estar e o grau de satisfação que tais conquistas poderiam proporcionar aos pacientes (KATSCHNIG, 1997). Três anos mais tarde, Fairweather & colaboradores (1969), incluíram pela primeira vez medidas subjetivas de satisfação e bem-estar (associadas à medição de desfechos objetivos clássicos) em uma pesquisa de campo que visava a avaliar o impacto de um programa de tratamento comunitário nos Estados Unidos. A partir de então, e de modo mais acentuado a partir da década de 80, a necessidade de avaliação subjetiva de desfechos viria a ser abordada pelo desenvolvimento dos conceitos teóricos do construto qualidade de vida.

3. ATIVIDADE FÍSICA

O termo atividade física, para alguns autores (MONTROYE & COL., 1996; SALLIS & OWEN, 1999) é um fenômeno de comportamento extremamente complexo, sendo atualmente definido como um conjunto de comportamentos que inclui todo o movimento corporal, ao qual se atribui um significado diferente de acordo com o contexto onde se realiza (SALLIS & OWEN, 1999).

A definição que mais consensos reúne na literatura atual segundo Oliveira e Maia (2002), é a apresentada por Caspersen e col. (1985, citado por MOTA, 1999), que entende a atividade física como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulte em dispêndio energético.

Neste sentido, Fernandes (2002), conclui que esta definição engloba toda a atividade física utilizada para nos deslocarmos, tanto nas tarefas da vida diária, no trabalho, nas atividades praticadas em tempos de lazer, nas atividades desportivas organizadas ou não, e no caso das crianças e jovens, na escola.

No contexto da Acsm (2000), os exercícios aeróbios são caracterizados por atividades realizadas com movimentos cíclicos, envolvendo grandes grupos musculares, em intensidade leve a moderada (50% a 80% do consumo máximo de oxigênio - VO_2 máx.) e com longa duração (20 a 60 minutos). Diversos benefícios associados à prática de exercícios físicos foram relatados, e tornaram-se responsáveis pela sua recomendação tanto para a população em geral, quanto como terapia não farmacológica para o tratamento de diversas patologias (MORIMOTO et al, 2006). Além da redução de risco cardiovascular e da incidência de vários tipos de câncer, a relação existente entre atividade física e a promoção da saúde (LEE, 2003; BOUCHARD, STEPHARD, & STEPHENS, 1994) também se associa à prevenção e tratamento de outras patologias, tais como diabetes, osteoporose, obesidade e depressão (SLATTERY, 1996; PESCATELLO & DIPIETRO, 1993). Além disso, o exercício promove benefícios psicológicos, tais como a melhora do estado de disposição, a diminuição do stress e da ansiedade, e um aumento do sentido de auto-eficácia que contribuem para um melhor status de bem-estar geral (FOX, 1999; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1997).

Embora tomado como consenso o fato da atividade física associar-se a manutenção do estado de saúde e qualidade de vida da população.

O conceito Atividade Física (AF) é confundido muitas vezes com Exercício físico e Aptidão Física. Para o presente estudo optamos por considerar AF a realização de

qualquer movimento voluntário produzido pelos músculos esqueléticos, que tenha como resultado o dispêndio energético (CASPERSON et al., 1985), englobando aqui toda e qualquer atividade realizada diariamente, que contribua para esse fim e que modifique o consumo calórico total.

O Exercício é seria uma subcategoria da AF que é planejada, estruturada, repetitiva e sistemática e direcionada onde são efetuados movimentos corporais com a intenção de melhorar ou manter um ou mais elementos da Aptidão Física (HOWLEY, 2001), sendo que a Aptidão Física é a junção de um conjunto de características possuídas ou adquiridas por um indivíduo, relacionadas com a capacidade de realizar Atividade Física (CASPERSON et al., 1985).

Hoje é praticamente um consenso entre os profissionais da área da saúde que a atividade física é um fator determinante no sucesso do processo do envelhecimento (MATSUDO, S.M., MATSUDO, V.K.R. & NETO, T.L.B., 2001).

Acredita-se que os programas de AF para esta faixa etária, são imprescindíveis, por apresentarem um conjunto de benefícios ao nível fisiológico, social e psicológico, com vista à melhoria do bem-estar e qualidade de vida do sujeito.

4. METODOLOGIA

Seleção da Amostra

A amostra foi constituída por 50 mulheres pós-menopáusicas (HARLOW et al., 2012) que integraram o programa institucional “Exercício multimodal ao Ar Livre”, apoiado pelo Instituto Federal do Pará (IFPA) As inscrições para participação no referido programa foram realizadas no Centro comunitário do Bairro da Floresta no município de Itaituba/PA, onde os voluntárias compareceram para uma palestra explicativa e assinaram o termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de inclusão da amostra foram observados através da avaliação da história clínica e reprodutiva.

Os referidos critérios de inclusão foram os seguintes:

1. Mulheres na fase pós-menopausa, cuja amenorreia permanente decorreu de forma natural ou induzida, e com ausência de menopausa precoce (HUSTER et al., 2010);
2. Idade igual ou superior a 45 anos;

Ética da Pesquisa

O presente trabalho cumpriu com as normas para realização de pesquisa em seres humanos, resolução nº 466/2012 que trata de pesquisas e testes em seres humanos foi publicada ontem, dia 13 de junho, no Diário Oficial da União. A resolução foi aprovada pelo Plenário do Conselho Nacional de Saúde (CNS) na 240ª Reunião Ordinária, em dezembro de 2012. Todos os sujeitos do estudo que aceitaram a participar deste estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice 1) para Participação em Pesquisa, contendo: objetivo do estudo, os procedimentos de avaliação, caráter de voluntariedade da participação do sujeito e a isenção de responsabilidade por parte do avaliador do Instituto Federal do Pará. Não houve qualquer tipo de compensação financeira pela participação. As voluntárias foram devidamente esclarecidas sobre os objetivos e procedimentos do estudo e informados sobre os possíveis riscos e benefícios, além da confidencialidade das informações adquiridas. Salientando que os riscos envolvidos na participação deste estudo são baixos e que se declara não haver conflitos de interesse.

Após terem sido informados sobre o objetivo do estudo, os sujeitos assinaram um termo de consentimento informado, elaborado de acordo com os princípios da Declaração de Helsinque.

Para a avaliação da Qualidade de vida

Quando da preparação do instrumento, após termos um conhecimento claro do que necessitávamos referente ao tema, passamos a elaboração do questionário, tendo em atenção o seguinte: procurou atender na construção a sua eficácia, validade, relevância, especificidade, clareza, profundidade e extensão. Para uma maior eficácia sentimos a necessidade de limitar tanto quanto possível na extensão e de agrupar as questões por categorias.

O instrumento foi proposto pela OMS para avaliar adulto, o Word Health Organization Quality of Life Instrument Bref (WHOQOL BREF). Este instrumento tem sido utilizado para mensurar a qualidade de vida relacionada à saúde em grupos de indivíduos enfermos, sadios e idosos. (HWANG & COLABORADORES, 2003). WHOQOL-Bref é uma versão reduzida do Word Health Organization Quality of Life Instrument 100 (WHOQOL-100) e é composto de 26 questões, sendo duas delas gerais de qualidade de vida e 24 representantes de cada uma das 24 facetas que compõem o

instrumento original, o WHOQOL-100. Os dados que deram origem à versão abreviada foram extraídos de testes de campo em 20 centros de 18 países (FLECK & COLABORADORES, 2000). A versão brasileira do WHOQOL-Bref, traduzida e validada pelo grupo de estudos em qualidade de vida da OMS no Brasil, foi a utilizada neste estudo. O WHOQOL-Bref é composto por quatro domínios da qualidade de vida, sendo que cada domínio tem por objetivo analisar, respectivamente: a capacidade física, o bem - estar psicológico, as relações sociais e o meio ambiente onde o indivíduo está inserido. Além destes quatro domínios, o WHOQOL-Bref é composto também por um domínio que analisa a qualidade de vida global (FLECK & COLABORADORES, 2000; HWANG & COLABORADORES, 2003).

O módulo WHOQOL-BREF é constituído de 26 perguntas (sendo a pergunta numero 1 e 2 sobre a qualidade de vida geral e satisfação com a saúde), as respostas seguem uma escala de Likert (de 1 a 5, quanto maior a pontuação melhor a qualidade de vida). Fora essas duas questões (1 e 2), o instrumento tem 24 facetas as quais compõem 4 domínios que são: Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente.

Neste Instrumento terá que aparecer o resultado somente em média (1 A 5) por domínio e por faceta. Neste instrumento é necessário também recodificar o valor das questões 3, 4, 26 (1=5) (2=4) (3=3) (4=2) (5=1) As perguntas 1 e 2 deverão aparecer da seguinte forma.

- 1 – Percepção da qualidade de vida (Resultado Em Média 1 A 5);
- 2 – Satisfação com a saúde (Resultado Em Média 1 A 5).

Cada faceta é só somar os valores da entrevista (de 1 a 5) e dividir pelo numero de participantes. Fazer uma média onde o resultado vai ser de 1 Até 5. Cada domínio é composto por questões, cujas pontuações das respostas variam entre 1 e 5. Os escores finais de cada domínio são calculados por uma sintaxe, que considera as respostas de cada questão que compõe o domínio, resultando em escores finais numa escala de 4 a 20, comparáveis aos do WHOQOL-100, que podem ser transformados em escala de 0 a 100. O instrumento em questão é autoaplicável, mas, neste estudo, optou-se pela entrevista direta, dada a dificuldade de leitura, os problemas visuais e o analfabetismo.

A utilização do WHOQOL-Bref neste estudo é justificada pela literatura, que mostra boa resposta do instrumento à qualidade de vida (HWANG & COLABORADORES, 2003), e pela ausência de um instrumento validado e traduzido para o português com características tão abrangentes e de simples aplicabilidade.

Aplicação do Termo Livre e Esclarecido

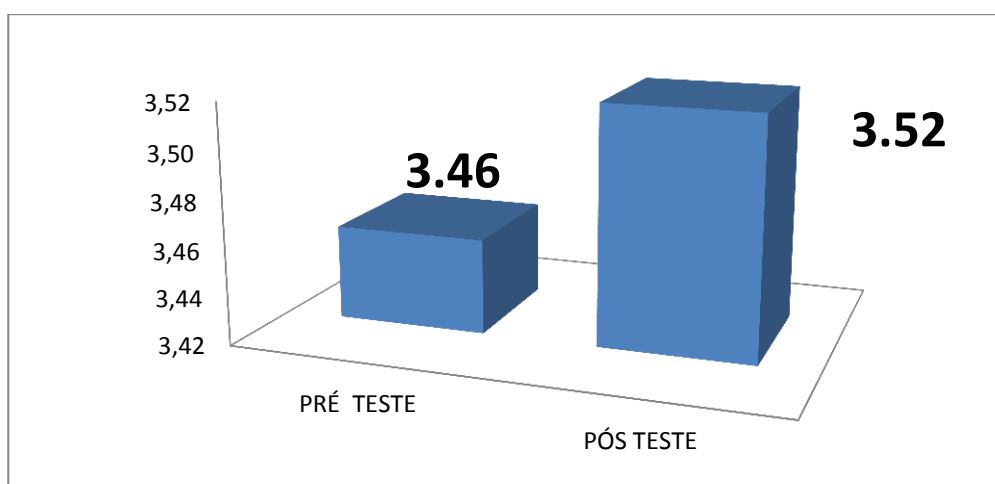
Após o contato com o público alvo pessoalmente e apresentar os objetivos desta pesquisa, os mesmos foram convidados a participar do estudo. Com a concordância verbal estabelecida, os participantes preencheram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Antes de iniciar aplicação do questionário foi novamente descrito as participantes o objetivo do estudo. Foi assegurada completa confidencialidade dos dados e conteúdos obtidos. Foi elucidado que os dados seriam tratados conjuntamente. Não havendo possibilidade de ser identificados na apresentação dos resultados, e exaltado à importância das suas respostas para o objetivo do estudo, mas que poderia ser interrompida se fosse à vontade do participante. Durante o preenchimento procurou criar-se um ambiente cordial, de modo que esse sentisse a vontade e foi sugerido que lê-se antes de iniciar o preenchimento, para uma maior familiarização.

5. RESULTADOS

A avaliação da qualidade de vida (QV) foi realizada com 50 mulheres pós menopausadas residentes em Itaituba/PA. Os dados foram coletados inicialmente e após seis meses e o instrumento utilizado para quantificar foi WHOQOL-bref desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-GROUP, 1994),

Na verificação de umas das perguntas relacionadas a qualidade de vida separadamente observada no gráfico abaixo.

Gráfico 01: Percepção da Qualidade de vida antes e após do programa Multimodal.

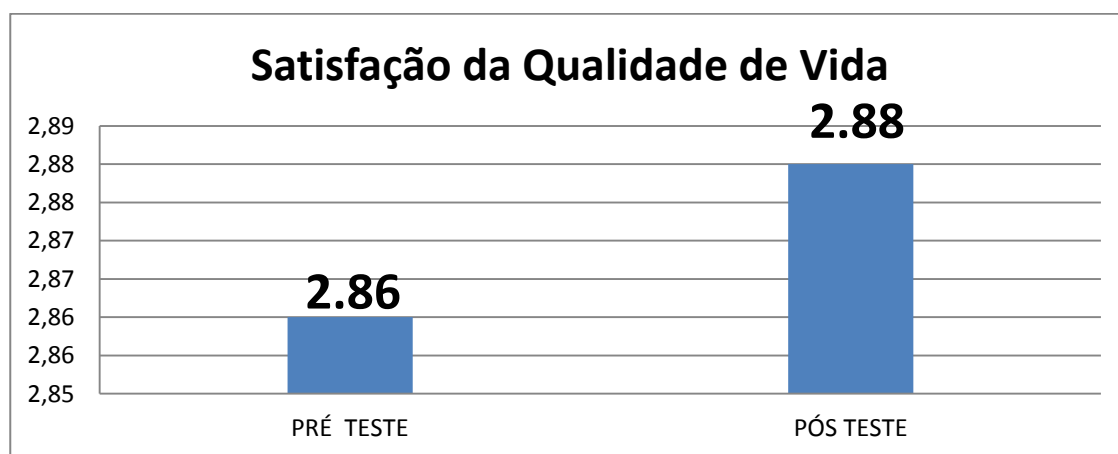


Resultado significativo para o Teste t: $p < 0,0001$ (para duas amostras dependentes).

O gráfico 01, caracteriza a média entre duas amostras dependentes pré e pós intervenção do estudos tendo como a pergunta isolada do questionário sobre qualidade de vida sobre a percepção, nessa amostra rejeita-se a hipótese nula (H^0) e aceitou a H^1 substantiva nesta variação do questionário da QV.

Na segunda questão do questionário Whoqol bref, tivemos a seguinte pergunta o grau de satisfação com sua saúde.

Gráfico 02: Grau de satisfação com sua Saúde das Mulheres pós menopausadas de Itaituba/PA.



Resultado significativo para o teste t: $p < 0,0001$. (para amostra dependente).

O gráfico 02, caracterizou-se que houve significância na questão sobre o grau de satisfação com a saúde, nesta pergunta teve significância positiva, o resultado caracterizando que a hipótese nula H^0 foi rejeitada e a H^1 substantiva foi aceita, a pergunta que trata do grau de satisfação com sua saúde. Após seis meses de intervenção das atividades multimodal teve resposta significativa na qualidade de vida.

Verificamos na tabela 04 abaixo a média, desvios padrão e a variação do delta dos escores obtidos para os quatro domínios do WHOQOL Bref, a partir das respostas de todas as voluntárias antes e depois da intervenção.

Tabela 01: Avaliação dos domínios e Qualidade Geral dos Domínios das Mulheres Pós menopausadas Antes e após seis meses de Estudo.

Qualidade de Vida DOMÍNIOS	Avaliação				P
	Antes	DP	Depois $\Delta\%$	DP	

Domínio físico	62,54 ± 9,86	67,48 ± 11,10	7,89	<0,0001*
Domínio psicológico	62,88 ± 6,86	66,52 ± 12,10	5,78	0,0101*
Domínio social	62,68 ± 26,12	68,16 ± 23,55	8,74	<0,0001*
Domínio ambiental	45,74 ± 21,64	46,20 ± 21,05	1,00	0,220*

Qualidade dos Domínios Geral	58.46 ± 8,48	62,09 ± 10.61	7,6	<0,0001*

*Resultado significativo para o teste t de *Student* (duas amostras dependentes). Delta de Variação. DF,DP,DS,DA,DGD.

A tabela 01 verificou a média geral, desvios padrão, delta da variação e o $p <$ de significância dos domínios físicos, psicológicos, sociais e ambientais dos escores obtidos para os quatros domínios do WHOQOL-bref e o domínio geral a partir das respostas de todas.

Amostra mostrou significância positivas após os seis meses de intervenção nas médias referentes aos três domínios do questionário. Para avaliar o nível de significância dessas diferenças pré e pós, aplicou-se o teste de Wilcoxon para as amostras dependentes não paramétricas antes e após. Os resultados foram significativos para o domínio físico ($p=0,0001$) aceitando a H_s substantiva e rejeitando a H^0 nula, já no domínio psicológico ($p=0,0101$) também rejeita-se a H^0 nula e aceita-se a H_s substantiva, já na amostra do domínio ambiental rejeita-se a H_s substantiva e aceita a hipótese nula (H^0). No domínio geral verificou-se que a H_s substantiva foi aceita pela sua significância $p < 0,0001$. Para entender o comportamento das variáveis dependentes entre as amostras foi aplicado o teste de t student para medidas repetidas para cada um dos domínios dentro de cada grupo separadamente e depois geral para os domínios.

A mesma mostra que houve uma significância após os seis meses nas médias referentes os três domínios do questionário. Para avaliar o nível de significância dessas diferenças, aplicou-se o teste t de student para medidas repetidas.

Os resultados foram significativos para o domínio físico ($p=0,0001$) e domínio psicológico ($p=0,0101$) do WHOQOL-bref, Para entender o comportamento das variáveis dependentes entre os dois tempos de aplicação foi aplicado o teste t student para medidas repetidas para cada um dos domínios dentro de cada grupo separadamente.

Os resultados da análise demonstraram que o grupo teve diferenças significantes entre o início e após seis meses de atividades multimodais para os domínios: físico ($\Delta\%=7,89$ $p=0,0001$ aceitando a H_s), psicológico ($\Delta\%=5,78$ $p=0,0101$ aceitando a H_s) e

relações sócias ($\Delta\% = 8,74$ $p=0,0001$ aceitando a H^1) para as voluntárias da pesquisa. Porém, apesar do aumento, não foram encontradas diferenças significantes para o domínio ambiental com o ($\Delta\% = 1,00$ $p=0,4687$ rejeitando a H^1 e aceitando a H^0). Para testar os diferentes efeitos dos tratamentos sobre a qualidade de vida, os dados obtidos a partir das duas aplicações do WHOQOL-bref foram separados entre os quatro domínios para os grupos de pesquisa: DF, DP, DRS, DA. Os resultados para cada um dos domínios em cada tempo de aplicação podem ser visualizados na tabela. Os resultados do não foram evidenciados, pois não houve alterações significantes no domínio ambiente ($\Delta\% = p= 0,498$). Já na relação da qualidade de vida geral nos quatros domínios houve uma boa significância nos resultados da média geral de $(65,46 \pm 11,32$ e passou para $68,06 \pm 12,77)$ caracterizando um ($\Delta\% = 3,97$ $P < 0,0001^*$) neste aspecto rejeita-se a H^0 e aceita-se a H^1), isso significa dizer que a vida ficou melhoria significativa neste contexto.

Comparando-se as diferenças entre os escores iniciais e os finais do grupo que realizou a atividade multimodal antes e após a intervenção, obtiveram-se os seguintes resultados:

Para o domínio físico, a diferença média e o desvio padrão entre o escore pré e o pós- atividade multimodal foi inicial $62,54 \pm 9,86$ para as mulheres submetidas a atividade multimodal e após a intervenção revê uma melhoria significativa de $67,48 \pm 11,10$, com um p significativo de $<0,0001^*$.

- No domínio psicológico, a diferença da média foi de $62,54 \pm 6,86$ e o resultado final após seis meses foi $66,52 \pm 12,10$, caracterizando um $p <$ de significância foi $0,0101$.
- No domínio social, o escore inicial foi de $62,88 \pm 26,12$ e após os seis meses de atividade caracterizaram $68,16 \pm 23,55$, com um $p < 0,0001$ e de boa relevância para a melhoria do domínio social.
- Não houve diferenças para o domínio ambiental. Levando-se em conta os dados acima, buscou-se investigar, dentro dessa mesma análise, a presença de efeitos associados benéficos entre a prática de atividade multimodal dessa população. Os resultados não evidenciaram diferenças significantes para $<p$ desses valores entre o pré $45,74 \pm 21,64$ e pós com a média e desvio $46,20 \pm 21,05$ e seu $p = 0,4687$ para o domínio ambiente.
- Na questão qualidade geral dos domínios verificamos uma boa significância de $p < 0,0001$, com isso rejeita-se a H^0 e aceita-se a H_s substantiva.

6. CONCLUSÃO

Conclui-se que a atividade traz benefícios em relação à qualidade de vida em três domínios, tais como os domínios psicológico, social e físico e a qualidade geral, mas para o domínio ambiental não houve significância, pois a atividade não altera o meio ambiente, já a qualidade de vida geral teve uma boa melhoria.

- ARTIGO 27 -

EM ANÁLISE OS PROJETOS PEDAGÓGICOS DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA, NAS MODALIDADES: PRESENCIAL E EAD DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAPÁ

SARAIVA, Marcos Francisco de Oliveira
PAULA, Valeria de Nazare Alves de

RESUMO

O objetivo é realizar o levantamento de dados referentes ao Projeto Político Pedagógico (PPP), em vigor, do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Amapá (UNIFAP - AM), documento este que rege os formatos de ensino presencial (PRES) e a distância (EAD), a seleção do tema da abordagem é idealizada como ponto de partida para o aprofundamento de estudos, comparando os currículos de formatos diferentes do curso supracitado, que pelas suas características de atuação profissional, favorecem as críticas que questionam quanto a sua qualidade, na formação da prática profissional, neste caso na formação inicial de professores de licenciatura em Educação Física. O estudo é de abordagem qualitativa. Onde foi analisado o PPP, observando que o referido documento é comum aos dois formatos, assim como suas ementas, já na composição da malha curricular, constatamos arranjos cronológicos de conteúdos, modificando a sua aplicação em períodos diferentes, no decorrer dos cursos. A interpretação que ocorreu por análise de conteúdo, destaca as ementas que obedecem à regência do PPP do curso de licenciatura em Educação Física da IES, dispostas em malhas curriculares apresentadas em níveis para o formato EAD, e em semestres para o formato PRES, com discreta modificação na organização dos conteúdos, como já citamos anteriormente. Entre tanto delimitamos nosso levantamento e análise neste momento, exclusivamente no PPP da IES pesquisada. Quanto às experiências, os cursos da IES pesquisada apresentam nos dois formatos, origens recentes, inclusive o formato EAD inaugura em 2019, sua primeira turma. Compartilhamos do pensamento de produzir foco aos caminhos metodológicos para expansão de formatos de ensino de formação, mas atentos à necessidade de vivências significativas para o repertório das práticas.

Palavras chave: Projeto Pedagógico; Formação de professor; modalidade de ensino.

ABSTRACT

The objective is to collect data related to the Pedagogical Political Project (PPP), in force, of the Physical Education degree course of the Federal University of Amapá (UNIFAP - AM), a document that governs the presential teaching formats (PRES). and distance learning (EAD), the selection of the approach theme is idealized as a starting point for further studies, comparing the curricula of different formats of the aforementioned course, which, due to their characteristics of professional practice, favor the criticisms that question regarding its quality, in the formation of professional practice, in this case in the initial formation of Physical Education undergraduate teachers. The study is qualitative approach. Where the PPP had been analyzed, noting that this document is common to both formats, as well as its menus, already in the

composition of the curriculum, we found chronological arrangements of contents, changing its application at different periods, during the courses. The interpretation that occurred by content analysis, highlights the menus that obey the conducting of PPP of the degree course in Physical Education at IES, arranged in curricular meshes presented at levels for EAD format, and semesters for PRES format, with discrete change in the organization of content, as we have already mentioned. However, we delimited our survey and analysis at this time, exclusively in the researched IPS PPP. As for the experiences, the researched IES courses present in both formats, recent origins, including the EAD format inaugurates in 2019, its first class. We share the thought of producing focus on methodological ways to expand formative education formats, but aware of the need for meaningful experiences for the repertoire of practices.

Keywords: Pedagogical project; Teacher training; teaching modality.

RESUMEN

El objetivo es recopilar datos relacionados con el Proyecto Político Pedagógico (PPP), en vigencia, del curso de grado de Educación Física de la Universidad Federal de Amapá (UNIFAP - AM), un documento que rige los formatos de enseñanza presencial (PRES). y el aprendizaje a distancia (EAD), la selección del tema del enfoque se idealiza como punto de partida para futuros estudios, comparando los planes de estudio de los diferentes formatos del curso antes mencionado, que, debido a sus características de práctica profesional, favorecen las críticas que se hacen con respecto a la pregunta su calidad, en la formación de la práctica profesional, en este caso en la formación inicial de docentes de pregrado en Educación Física. El estudio es enfoque cualitativo. Donde se había analizado el PPP, señalando que este documento es común a ambos formatos, así como a sus menús, ya en la composición del plan de estudios, encontramos arreglos cronológicos de contenidos, cambiando su aplicación en diferentes períodos, durante los cursos. La interpretación que se produjo mediante el análisis de contenido, destaca los menús que obedecen a la realización de PPP del curso de grado en Educación Física en IES, organizados en mallas curriculares presentadas en niveles para formato EAD, y semestres para formato PRES, con discreto cambio en la organización del contenido, como ya hemos mencionado. Sin embargo, delimitamos nuestra encuesta y análisis en este momento, exclusivamente en el IPSPP investigado. En cuanto a las experiencias, los cursos IES investigados presentes en ambos formatos, orígenes recientes, incluido el formato EAD, inauguran en 2019, su primera clase. Compartimos la idea de enfocarnos en formas metodológicas para expandir los formatos de educación formativa, pero conscientes de la necesidad de experiencias significativas para el repertorio de prácticas.

Palabras clave: Proyecto pedagógico; Formación del profesorado; modalidad de enseñanza.

1. INTRODUÇÃO

O ensaio bibliográfico apresentado traz como principal objetivo, á analise comparativa do Projeto Politico Pedagógico (PPP), do curso de licenciatura em Educação Física, da UNIFAP – AM, nos formatos (métodos) de ensinos oferecidos pela IES, presencial (PRES) e distância (EAD). O levantamento surge como parte

introdutória, para compor a pesquisa que esta sendo produzida, para analisar comparativamente os currículos dos cursos, na mesma forma de análise do projeto pedagógico, referentes aos cursos de licenciatura em Educação Física PRES e EAD, ofertados pela mesma Instituição de Ensino Superior (IES).

No decorrer da busca por referências teóricas, indispensável à qualidade da pesquisa, priorizamos autores de publicações relacionadas às questões sobre conteúdos curriculares, na formação inicial de professores de Educação Física, tema esse, que continua a proporcionar extensa discussão sobre suas formas e abrangência, diante das necessidades sócias culturais das regiões, e de avanços tecnológicos, dando origem a novas preocupações, neste momento abordou às formas de ensino para a formação de professores de Educação Física, diante expansão de cursos ofertados pelo método EAD.

Seguindo esta linha de raciocínio e necessário considerar, que o curso de licenciatura em educação Física da IES, em questão, baseia-se no objetivo do PPP que e definido: como mais um posicionamento institucional diante da realidade e do desenvolvimento da área de conhecimento discutido pela comunidade acadêmica que direciona a prática pedagógica da instituição. [...] As transformações sociais, econômicas e tecnológicas pelas quais passa a sociedade, e conduzem necessariamente, ao constante repensar da formação acadêmica. (PPP – UNIFAP – AM, 2010).

O motivo central que justifica a escolha por este estudo, é vir a esclarecer duvidas que surja nas discussões sobre a qualidade da formação de professores de Educação Física, diante da proposta de ensino em formatos diferentes, que emergem como ferramentas para minimizar as dificuldades de acesso e carências de estrutura de determinada camada social, que além da necessidade de formação superior, profissional, para a qualificação, buscam aumentar as possibilidades de inserção no mercado de trabalho. E este público paralelamente ocupa-se de atividades econômicas, para suprir a sua própria subsistência, e de seus dependentes, o que diminuem as suas disponibilidades de tempo, a serem destinadas as atividades acadêmicas.

Entretanto, concordando com (TARDIF, 2002, pg. 82 apud Santos, Simões e Moreira, 2018), o estudo centra-se na formação inicial de professores em Educação Física, por ser um dos momentos de descoberta, significativas e indispensáveis na formação de todo e qualquer professor. Pois e através dela que os saberes são construídos é colocados em pratica por seus agentes.

Buscamos desvelar com este estudo, os caminhos formativos, especificamente do curso de Educação Física da UFAM – AM, em seus formatos PRES e EAD, diante da constatação de crescimento da procura populacional ao processo de acesso a formação em nível superior, apropriando-se das estatísticas que apontam o crescimento da escolha do curso de Educação Física, como uma das principais opções, e não mais como segunda ou terceira opção, o que ocorria em outras épocas, o que despertou a atenção, para a investigação.

Outro ponto justifica este crescimento pela escolha da Educação Física: “é na atualidade a disciplina, que na sua área de conhecimento abrange vários campos de atuação, além de trazer culturalmente uma ligação muito próxima com o esporte, e se torna atrativa pela forma do ensino a distância EAD”, o que reforça esta escolha da população, por oferecer possibilidade de formação utilizando o método de adequação do tempo utilizado para o compromisso acadêmico, ou seja, maior flexibilidade para cumprir as demandas curriculares.

No entanto, constata-se um eco de críticas pelo estigma que acompanham determinadas disciplinas, principalmente as de cursos de formação em Educação Física, que a prática e a maior ferramenta de transmissão do desenvolvimento do conteúdo das aulas, que segundo estas vozes, não conseguiriam qualidade a ser desenvolvidos por formas inovadoras de ensino, como a formação de professores em Educação Física por EAD.

Nesta perspectiva, entende-se que, submeter o assunto a pesquisa, seguindo a trajetória esclarecedora, ganhando seguidores na trilha, aumentando o volume de trabalhos publicados, que venham colaborar com a própria expansão do formato EAD, sem, no entanto, deixar de buscar qualidade da formação, seja ela qual for o formato ou modalidade proposto, sem conflitos, pois o que não falta são conflitos ideológicos e interpretações errôneas de leis, que cada vez mais, desfavorecem a autoafirmação da Educação Física no Brasil.

A área, e o objeto de estudo.

O levantamento do PPP da UFAM - AM, está inserido no projeto de mestrado em Ciências da Educação, na linha de pesquisa: Políticas para educação Básica e superior que contemplam questões relativas às políticas da educação básica e superior, políticas de currículo e avaliação, assim como das políticas de formação de professores,

da Universidade de Desenvolvimento e Sustentabilidade – UDS, no Paraguai, que tem interesse em pesquisar as duas modalidades do curso da UNIFAP – AM, estudo comparativo dos currículos de licenciatura em Educação Física nos formatos presencial e EAD: um estudo de caso de IES em Macapá – Amapá – Brasil.

O caminho metodológico

A definição por essa abordagem de pesquisa surge da persuasão íntima que elege a investigação qualitativa como a possibilidade de uma visão mais atenciosa e ampliada, referente ao fenômeno investigado. Tendo como instrumento de pesquisa a análise documental, pelo método histórico. “este tipo de método leva em conta o passado, remetendo aos pesquisados a necessidade de resgatarem as raízes daquilo que se pretende pesquisar, por exemplo, a vida, as instituições e os costumes têm origem no passado,” (DIAS, 2005, p. 65 apud Bazzanella, 2013).

A análise documental do PPP, solicitada dentro do padrão formal entre às instituições envolvidas, e registra a visita do Professor, Doutor Ricardo Figueiredo Pinto, Orientador do mestrando, autor do artigo, obtendo acesso ao referido documento, e aos relatos dos Professores coordenadores pedagógicos dos cursos em destaque, referentes às propostas constantes no documento em vigência, assim como as ideias em perspectivas da elaboração e atualização de nova edição do documento, dentro das necessidades de adequação e expansão das formas de ensino, para o curso de Licenciatura em Educação Física.

Após a obtenção do documento original na íntegra, destacamos os principais pontos nos levaram a contextualizar de forma imparcial a análise dos achados e desenvolvendo um diálogo com a pretensão de objetivos estabelecidos para a formatação do perfil do curso de licenciatura em Educação Física, destacando que o referido documento atende as duas formas: presencial e EAD, para a formação de professores da IES, pesquisada.

A análise documental inicia-se, após o contato prévio, entre os representantes das instituições envolvidas, proporcionando todo o suporte legal para as ações. O documento analisado, está sendo reformulado, sem, no entanto ter prazo para a sua aprovação, segundo as informações fornecidas pelos Professores Coordenadores do curso, envolvidos no processo de elaboração de uma nova edição do documento.

Entretanto segundo a declaração do mesmo grupo, de docentes, não haverá mudanças que abalem a estrutura do atual PPP, e sim, seriam apresentadas propostas que visão a adequação, diante das exigências das Leis e Diretrizes e de acompanhamento da evolução tecnológica e educacionais, que venham contribuir cada vez mais a qualificar o curso de Educação Física da Instituição, inclusive o curso de Licenciatura em Educação Física do formato EAD.

2. ABORDAGEM ANALÍTICA DO PPP DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA NA MODALIDADE PRESENCIAL DA UFAM – AM.

Os achados na análise do PPP objeto da pesquisa, encontramos a sua sustentação na lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, no Capítulo IV - Da Educação Superior (Art. 43 à 57), pg. 20 a 25; Capítulo V – Da Educação Especial, dentro do Projeto do curso nos seus objetivos, analisados pela comissão criada em 10 de dezembro de 2001, por meio da Portaria nº 753 – UNIFAP, de 11 de dezembro de 2001, na gestão do Professor Fernando Batista Guerra, então Reitor pró-tempore, mas somente com advento da eleição e posse do reitor João Brazão da Silva Neto, retomou-se os trabalhos, normalmente aos tramites legal para efetivação da criação do curso superior em Educação Física com habilitação em Licenciatura plena, conforme as Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB 1996). Buscando atender a necessidade da sociedade Amapaense apropriando-se do alcance crescente do Ensino Superior, visando atender as perspectivas de ofertas de modalidades venham beneficiar à formação profissional, aptos a preencher as oportunidades de vagas locais e regionais, com base na LDB, capítulo VII – Dos recursos financeiros.

Desenvolvemos o detalhamento do documento pesquisado, fazendo um registro histórico de eventos que proporcionem um dialogo entre os fatos e as opiniões do pesquisador, com intuito expressar compreensão lógica aos leitores. Inicialmente destacamos o registro de criação da Universidade Publica com direito privado, mantida pela união estabelecida pela lei nº 7.530, de 29 de agosto de 1986, e instalada pelo decreto nº 98.977, de 02, março, de 1990, vinculada ao MEC, seu foro na cidade de Macapá, capital do Estado do Amapá.

O documento objeto da análise central o Projeto Politico Pedagógico de Criação do Curso de Licenciatura em Educação Física na Universidade Federal do Amapá, Pró – Reitoria de Ensino e Graduação, (2010), contem 179 (cento e setenta e nove) paginas,

descritas em unidades e subunidades, precedidas por tópicos pre-textuais : introdução, informações sobre a Instituição, estrutura organizacional, objetivos e funções da universidade, histórico de inserção da UNIFAP.

A unidade 1 apresenta: Organização Didática Pedagógica; Estrutura organizacional e os organogramas; Projeto do curso; currículo do curso e ementas das disciplinas apresentadas por semestres, incluindo sua bibliografia. Na unidade 2. Com esse detalhamento objetivamos demonstrar a estrutura do PPP, e relacionar com as nossas óticas de observação do conteúdo.

Em 10 de dezembro de 2001, por meio da Portaria 753-UNIFAP, de 11/12/2001, na Gestão do Professor Paulo Fernando Batista Guerra, então Reitor Pró-tempore, foi criada a Comissão para análise da Proposta para a Criação do Curso de Licenciatura em Educação Física. Com o advento da eleição e posse do Reitor João Brazão da Silva Neto, retomou-se aos trabalhos priorizando os objetivos traçados pela Comissão, mormente no que tange ao trâmite Legal para efetivação da criação do Curso superior em Educação Física com habilitação em Licenciatura plena, pautado nas necessidades da Sociedade Amapaense e na expansão do ensino superior, bem como na perspectiva de ofertas nas modalidades que venham de encontro à formação de profissionais aptos a atender as demandas locais e regionais, dentro das atuais condições sócio-econômicas do Estado e do País, sensibilizadas com as recomendações do Ministério da Educação e Cultura (MEC) quanto à política de expansão do ensino superior (...), (PPCEF, 2010).

Outro aspecto relevante na análise do PPP, revela a sua sustentação na lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, no Capítulo IV - Da Educação Superior (Art. 43 à 57), pg. 20 à 25; Capítulo V – Da Educação Especial, dentro do Projeto do curso nos seus objetivos, analisados pela comissão criada em 10 de dezembro de 2001, por meio da Portaria nº 753 – UNIFAP, de 11 de dezembro de 2001, na gestão do Professor Fernando Batista Guerra, então Reitor pró-tempore, mas somente com advento da eleição e posse do reitor João Brazão da Silva Neto, retomou-se os trabalhos, normalmente aos tramites legal para efetivação da criação do curso superior em Educação Física com habilitação em Licenciatura plena, conforme as Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB 1996) Atualizada até junho de 2018.

Art. 52. As universidades são instituições pluridisciplinares de formação dos quadros profissionais de nível superior, de pesquisa, de extensão e de domínio e cultivo do saber humano, que se caracterizam por: I – produção intelectual institucionalizada mediante o estudo sistemático dos temas e

problemas mais relevantes, tanto do ponto de vista científico e cultural, quanto regional e nacional [...]. (LEI 9.394. 1996).

Á comissão reiniciou seu trabalho, que fora interrompido, registrado no documento analisado, trazendo como justificativa o levantamento sócio-educacional realizado na região e localidades circunvizinhas, para estabelecer com a criação do curso Licenciatura em Educação Física, benefícios a essas comunidades, dentro dos objetivos propostos na relação entre o curso oferecido pela IES e a comunidade.

Em atenção aos estudos realizados nas redes de ensino público e privado, nos clubes, nas ONGs e nas comunidades em geral, chegou-se a conclusão de que o atendimento no campo das ações referentes à formação de professores/as no ensino infantil, fundamental e médio e, profissionais que utilizam os movimentos corporais para uma melhor qualidade de vida, em especial, deveria destacar a grande carência de profissionais habilitados em nível superior que proporcionassem uma ação eficaz no atendimento dentro da área de educação física, sem olvidar-se do aumento populacional no Estado do Amapá que, indubitavelmente, vem a exigir a formação de profissionais com maior conhecimento, pautado numa cultura científica e tecnológica a fim de que possa diversificar as exigências dentro da própria área profissional. (PPCEF, 2010).

1. 2 - Quadro de apresentação do curso.

LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA MODALIDADE PRESENCIAL

Total de Vagas Anuais	50
Número de Alunos por Turma	50
Turno de Funcionamento	Matutino
Regime de Matrícula Crédito	Semestral
Carga Horária Total	3660
Integralização:	
Mínimo	8 semestres
Máximo	14 semestres

Toda elaboração do PPP da UNIFAP – AM traz como referencia o documento magno a Lei nº 9.394/96, de 20 de dezembro de 1996, Diretrizes e Bases da Educação Nacional, promulgada em 1996, e sua ultima revisão 2013. No entanto incluimos outros documentos que tem relação, não somente com a proposta do PPP da UNIFAP - AM, mais de todos os cursos de Educação Física no Brasil, principalmente os da região norte, por terem relação direta com as questões que envolvem currículo e formação de Professores de Educação Física, ao longo da historia. O primeiro deles a publicação da

lei nº 9.696/98, que regulamenta a profissão de Educação Física e criam-se o Conselho Federal e os Conselhos Regionais de Educação Física (1998).

Apresentamos as denominações e bases legais que fundamentam o PPC de licenciatura em Educação Física da UNIFAP – AM, (...) O Curso superior de Educação Física na Universidade Federal do Amapá, de acordo com a resolução de nº 7 do CES 31 de março de 2004, e Parecer CNS/CES009/2001, está sendo recomendado para a formação em Licenciatura, em nível superior pleno e para a formação de professores/as da educação básica em nível superior. (PPC, 2001). E traz como objetivo geral:

Formar professores/as de Educação Física compromissados com a formação integral do ser humano, a partir da relação efetiva na construção do movimento pelo movimento, que sejam capazes de compreender e dar respostas às necessidades dos sujeitos, das instituições públicas e particulares, de grupos sociais e a comunidade em geral. Entretanto, essa ação só é possível através da concepção, do planejamento, da reflexão e intervenção na sua prática funcional, bem como, conservando e valorizando o equilíbrio dos domínios envolvidos nesse processo de transformação do ser humano através da educação física. (PPC, 20101).

No campo de atuação profissional o referido PPC, delimita a atuação do Professor de Educação Física formado dentro da proposta do curso de licenciatura, no entanto o que restringe esse campo de atuação veja a seguir por meio da pesquisa que situa por cronologia de documentos, a atuação dos Professores e Profissionais de Educação Física no Brasil.

(...) O/a professor/a de Educação Física da UNIFAP de Macapá estará apto para atuar na escola e em diversos âmbitos da cultura corporal de toda a região Norte e do País. O/a egresso/a Licenciado em Educação Física terá como campo de trabalho, preferencialmente, a Educação Física Formal, caracterizada pela docência na educação básica e superior das redes pública e particular. (PPC, 2001).

Currículo

No ano de 2001 o Parecer CNE/CP 009/2001, salienta-se a necessidade de promover a educação escolar numa perspectiva de “continuidade articulada entre educação infantil, ensino fundamental e ensino médio”, cujo marco referencial será as Diretrizes e Parâmetros Curriculares Nacionais para as diferentes etapas da educação básica. Partindo dessa premissa, os reformadores salientam que a reforma curricular dos cursos de formação docente representa “um instrumento para transformar em realidade as propostas da educação básica” (BRASIL, 2001, p.8). E no ano seguinte, (2002) a

promulgação da portaria que estabelece as Diretrizes Curriculares Nacionais para Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena, por meio da Resolução CNE/CP 1/2002.

As Diretrizes Curriculares Nacionais para a Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena, constituem-se de um conjunto de princípios, fundamentos e procedimentos a serem observados na organização institucional e curricular de cada estabelecimento de ensino e aplicam-se a todas as etapas e modalidades da educação básica. (BRASIL, 2002a, p. 1).

Segundo o PPC, O currículo do curso foi planejado para ser operacionalizado pelo regime crédito semestral e contempla as exigências das Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Licenciatura em Educação Física, no que tange às disciplinas de fundamentação biológica do corpo humano, dimensão técnico-instrumental, dimensão didático pedagógica, dimensão cultural do movimento, articulação teoria e prática e demais exigências da Universidade Federal do Amapá, além do Estágio supervisionado, Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), enquanto parte fixa do currículo e Atividades Complementares (AC). Segue abaixo o quadro demonstrativo das disciplinas com suas respectivas cargas horárias distribuídas nas dimensões de formação. E, a seguir, distribuição da carga horária.

Dimensão Biológica	
Dimensão técnico-instrumental	
Dimensão didática pedagógica	
Dimensão cultural do movimento	
Articulação teoria e prática	
Carga Horária Total	3.660 horas/aula de 50min = 3050 horas/relógio
Limite Mínimo de Integralização	8 (oito) semestres
Limite Máximo de Integralização	12 (doze) semestres

DIMENSÕES	DISCIPLINA	CH
Biologia do Corpo Humano	Nutrição aplicada a educação física e ao esporte.	60
	Biologia aplicada a educação física	75
	Anatomia Humana	75
	Cinesiologia	60
	Bioquímica Geral	60
	Emergência e Primeiros Socorros	45
	Fisiologia Humana	75
	Saúde Pública	45
	Desenvolvimento Motor	60
	Crescimento, Desenvolvimento e Maturidade	45
	Fisiologia do Exercício	60
	Estudos em DC não Transmissíveis	45

	Avaliação Motora Aplicadas à Aptidão Física	45
Técnico-instrumental	Trabalho de Conclusão de Curso I	45
	Trabalho de Conclusão de Curso II	45
	Informática Aplicada	45
	Estudo em Idioma Inglês	45
	Métodos e Técnicas de Pesquisa	45
	Metodologia de Investigação da Pesquisa em Educação Física	45
	Organização, Administração e Marketing em Educação Física e Esporte.	45
Didático-Pedagógico	Motricidade Humana na 3ª idade	45
	Historias da Educação Física, Esportes e Educação Física	75
	Politica Legislação Educacional Brasileira	60
	Educação Física Especial	75
	Libras	60
	Didática Aplicada ao Ensino da Educação Física	75
	Pedagogia do Movimento na Infância e na Adolescência	75
	Psicologia Educacional	60
	Psicologia Aplicada ao Esporte	45
	Psicologia da Aprendizagem e do Ensino	60
	Educação Física Escolar (Educação infantil e fundamental)	45
	Educação Física escolar (Educação Médio e Superior)	45
Dimensão: Cultura do Movimento Humano	Recreação e Lazer Integrada a Natureza	60
	Antropologia Biocultural e Sociologia	75
	Metodologia de Esportes Coletivos I (futebol de campo e futsal)	60
	Metodologia de Esportes Coletivos II (voleibol)	60
	Metodologia de Esportes Coletivos III (Basquetebol)	60
	Metodologia de Esportes Coletivos IV (handebol)	60
	Metodologia de Esportes Individuais I (Ginástica geral / ginástica rítmica)	60
	Metodologia de Esportes Individuais II (natação e outras atividades físicas no meio líquido)	60
	Metodologia de Esportes Individuais III (atletismo)	60
	Metodologia de Esportes Individuais IV (ginástica artística)	60
	Jogos e Esportes de Identidade Cultural	75
	Treinamento em Ciências do Esporte	75
	Danças em Geral e Artes Marciais	60
Articulação Teoria-Prática	Prática Pedagógica I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII	405
	Atividade Acadêmica Científico-Cultural I, II, III, IV, V	210
	Estágio Curricular Supervisionado I, II, III	405

Tendo sua proposta fundamentada nos preceitos da Formação Acadêmica, reúne um conjunto de diretrizes e estratégias que expressam e orientam a prática pedagógica do curso, descrevendo detalhadamente a composição de habilidades e competências a serem desenvolvidas, assim como os referenciais que direcionam a elaboração do curso e a metodologia a ser adotada.

1.3 - Matriz curricular do curso de licenciatura em educação física, modalidade presencial: código, disciplina, carga horária, crédito e pré-requisito:

1º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO

Biologia Aplicada a Educação Física	EF 0101	75	5	
História e Teorias da Educação Física, Esportes e Atividades Físicas	EF 0102	5		
Informática Aplicada	EF 0103	3		
Estudo em Idioma (Inglês)	EF 0104	3		
Pedagogia do Mov. na Infância e na Adolescência	EF0105	5		
Antropologia Biocultural e Sociologia	EF 0106	5		
Prática Pedagógica I	EF 0107	3		
TOTAL				

2º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Anatomia Humana	EF 0108	75	5	
Métodos e Técnicas de Pesquisa	EF 0109	45	3	
Bioquímica Geral	EF 0110	60	3	
Nutrição Aplicada Física e Esportes	EF 0111	60	4	
Saúde Pública	EF0112	60	4	
Prática Pedagógica II	EF 0113	45	3	Prática Pedagógica I
AACC I	EF 0114	45	3	
TOTAL		390		

3º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Emergência e Primeiros Socorros	EF 0115	45	3	
Fisiologia Humana	EF 0116	75	5	
Psicologia Educacional	EF 0117	75	5	
Metodologia de Esporte Coletivo I(Fut. de Campo e Fut. Salão)	EF 0118	60	4	Pedagogia do Mov. na Infância e na Adolescência
Metodologia de Esportes Individuais I(GG e GRD)	EF0119	60	4	Pedagogia do Movimento na Infância e na adolescência
Prática Pedagógica III	EF 0120	45	3	Prática Pedagógica II
AACC II	EF 0121	45	3	AACC I
TOTAL			405	

4º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Cinesiologia	EF 0122	60	4	
Metodologia de Esportes Coletivos II (Voleibol)	EF 0123	60	4	Pedagogia do Movimento na Infância e na adolescência
Metodologia de Esportes Individuais II (Natação e outras atividades físicas no meio líquido)	EF 0124	60	4	Pedagogia do Movimento na Infância e na adolescência

Política e Legislação Educacional Brasileira	EF 0125	60	4	
Recreação e Lazer Integrada a Natureza	EF0126	60	4	
Desenvolvimento Motor	EF 0127	60	4	Anatomia
Prática Pedagógica IV	EF 0128	60	4	Prática Pedagógica III
AACC III	EF 0129	45	3	AACC II
TOTAL		450		

5º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Educação Física Especial	EF 0130	75	5	
Metodologia de Esportes Coletivos III (Basquetebol)	EF 0131	60	4	Pedagogia do Mov. na Infância e na Adolescência
Metodologia de Esportes Individuais III (Atletismo)	EF 0132	60	4	Pedagogia do Mov. na Infância e na Adolescência
Psicologia da Aprendizagem e do Ensino	EF 0133	60	4	Psicologia Educacional
Crescimento, Desenvolvimento e Maturidade	EF 0134	45	3	
Didática Aplicada ao Ensino da Educação Física	EF 0135	75	5	
AACC IV	EF 0136	45	3	AACC III
Prática Pedagógica V	EF 0137	45	3	Prática Pedagógica IV
TOTAL		465		

6º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Metodologia de Esportes Coletivos IV (Handebol)	EF 0138	60	4	Pedagogia do Movimento na Infância e na adolescência
Danças em Geral e Artes Marciais	EF 0139	60	4	
Motricidade Humana na 3ª idade	EF 0140	45	3	
Libras	EF 0140	60	4	Educação Física Especial
Psicologia Aplicada à educação física e Esporte	EF 0141	45	3	Psicologia da Aprendizagem e do Ensino
Metodologia da Investigação Científica em Educação Física	EF 0142	45	3	Métodos e Técnicas de Pesquisa
Metodologia de Esportes Individuais IV (GA)	EF 0143	60	4	Pedagogia do Movimento na Infância e na adolescência
Prática Pedagógica VI	EF 0144	60	4	Prática Pedagógica V
AACC V	EF 0145	30	2	AACC IV
Estágio Supervisionado I EF 0146	EF 0146	105	7	
TOTAL		570		

7º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Avaliações Motoras Aplicadas à Aptidão Física	EF	45	3	

	0147			
Trabalho de Conclusão de Curso I	EF 0148	45	4	
Educação Física Escolar (Educação Infantil e Fundamental)	EF 0149	45	3	
Educação Física Escolar (Educação Médio e Superior)	EF 0150	45	3	
Fisiologia do Exercício	EF 0151	45	4	Fisiologia Humana
Estudos em Doenças Crônicas Não Transmissíveis	EF 0152	45	3	
Estágio Supervisionado II	EF 0153	150	10	Estágio Supervisionado I
Prática Pedagógica VII	EF 0154	60	40	Prática Pedagógica VI
TOTAL		495		

8º SEMESTRE

NOME DA DISCIPLINA	Código	C.H	Crédito	PRÉ-REQUISITO
Trabalho de Conclusão de Curso II	EF 0155	45	3	Trabalho Conclusão de Curso I
Treinamento em Ciências do Esporte	EF 0156	75	5	
Organização, Administração e Marketing em Educação Física e Esporte	EF 0157	45	3	
Jogos e Esportes de Identidade Cultural	EF 0158	75	5	
Estágio Supervisionado III	EF 0159	150	10	Estágio Supervisionado II
Prática Pedagógica VIII	EF 0160	60	4	Prática Pedagógica VII
TOTAL		450		

2. ABORDAGEM ANALÍTICA DO PPP DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA NA MODALIDADE EAD DA UFAM – AM.

Elementos para implantação de cursos à distância.

Iniciamos o levantamento do Projeto Pedagógico do Curso de Licenciatura em Educação Física da modalidade EAD, oferecido pela UNIFAP, pelo convenio celebrado com o curso de Licenciatura em Educação Física da modalidade presencial, da mesma instituição elaborado para sua implantação após a identificação de aspectos fundamentais, utilizando do instrumento de roteiro de entrevista aplicado com objetivo de obter informações sobre o processo de implantação e desenvolvimento de um curso à distância utilizando-se de duas IES uma pública e uma privada. As entrevistas ocorreram em dois momentos, primeiramente realizada por meio de conversa informal e

também escrita e posteriormente gravada, para então compor os dados relevantes para a pesquisa.

Em se tratando de cursos de pós-graduação lato sensu à distância, é necessário que se definam no planejamento as etapas a serem realizadas para reconhecimento do curso pelo MEC, pois conforme o Conselho Nacional de Educação, no artigo 11, a Resolução nº 1, de 2001, e conforme o disposto no § 1º do art. 80 da Lei nº 9.394, de 1996, os cursos de pós-graduação lato sensu à distância só poderão ser oferecidos por instituições credenciadas pela União. Tais cursos deverão incluir necessariamente provas presenciais e defesa presencial de monografia ou trabalho de conclusão de curso. (Res. nº 1, de 2001).

2.1 - Quadro de apresentação do curso.

LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA MODALIDADE EAD

Total de Vagas Anuais	
Número de Alunos por Turma	
Turno de Funcionamento	
Regime de Matrícula Crédito	198 Cr
Carga Horária de Componentes Eletivos:	Máxima 75 h
Carga Horária por Período Letivo:	Mínima 300 h
Carga Horária Total	2.970 h
Créditos por Período Letivo:	
Mínimo	24
Médio	24
Máximo	50
Prazos em Períodos Letivos:	
Mínimo	08
Médio	08
Máximo	12

2.3 - Matriz Curricular do curso de Licenciatura em Educação Física, modalidade EAD: Componente Curricular, CH Detalhada, Tipo e Natureza:

1º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
EDUC. FIS. ESC. E A AMBIENCIA VIRT. DE APRENDIZAGEM - 45h (3cr)	DEAD0002	DISC.	OBRIG.
COMUNICAÇÃO, EXPRESSÃO E ESTUDO ACADEMICO - 45h (3cr)	DEAD0014		
FUNDAMENTOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA - 60h (4cr)	DEAD0054		
DIDÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA - 45h (3cr)	DEAD0055		
JOGO E EDUCAÇÃO FÍSICA - 60h (4cr)	DEAD0056		
PRÁTICAS CURRICULARES I - 45h (3cr)	DEAD0057		
CH Total:	300 h		

2º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
PSICOLOGIA DA EDUCACAO - 60h (4cr)	DEAD0058		
FUNDAMENTOS BIOLOGICOS APLICADOS A EDUCACAO - 60h (4cr)	DEAD0059		
PESQUISA EM EDUCACAO FISICA - 60h (4cr) 0h (0cr) aula	DEAD0060		
PEDAGOGIA DOS ESPORTES INDIVIDUAIS - 60h (4cr)	DEAD0061		
PEDAGOGIA DA GINASTICA ESCOLAR - 60h (4cr)	DEAD0062		
PRATICAS CURRICULARES II - 60h (4cr)	DEAD0063		
CH Total:	360 h		

3º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
HISTORIA DA EDUCACAO E DA EDUCACAO FISICA - 60h (4cr)	DEAD0064		
FUND. DE ANATOMIA HUM. E CINESIOLOGIA APLIC A EDUC - 60h (4cr)	DEAD0065		
FUND. SOCIO-FILOSOFICOS DA EDUC FISICA - 45h (3cr)	DEAD0066		
MANIFESTACOES RITMICAS E EXPRESSIVAS - 60h (4cr)	DEAD0067		
PEDAGOGIA DOS ESPORTES COLETIVOS - 60h (4cr)	DEAD0068		
PRATICAS CURRICULARES III - 60h (4cr)	DEAD0069		
CH Total:	345 h		

4º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
FUNDAMENTOS FISIOLÓGICOS DA EDUC. FISICA - 60h (4cr)	DEAD0070		
EDUCACAO FISICA ESCOLAR E DEFICIENCIA - 60h (4cr)	DEAD0071		
POLITICA E FUNDAMENTOS DA EDUCACAO BASICA - 45h (3cr)	DEAD0072		
PEDAGOGIA DA EDUCACAO FISICA NA EDUC INFANTIL - 60h (4cr)	DEAD0073		
PEDAGOGIA DA DANÇA ESCOLAR - 45h (3cr)	DEAD0074		
PRATICAS CURRICULARES IV - 60h (4cr)	DEAD0075		
CH Total:	330 h		

5º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
LIBRAS - LINGUA BRASILEIRA DE SINAIS - 60h (4cr)	DEAD0076		
ESTÁGIO SUPERVISIONADO I - 105h (7cr)	DEAD0077		
CRESCIMENTO E DES. MOTOR HUMANO - 60h (4cr)	DEAD0078		
EDUCACAO FISICA E MIDIA - 60h (4cr)	DEAD0079		
PEDAGOGIA DA EDUC.FIS. NO ENS. FUNDAMENTAL - 60h (4cr)	DEAD0080		
LAZER, TRABALHO E SOCIEDADE - 45h (3cr) 0h (0cr) aula 0h	DEAD0081		
PRATICAS CURRICULARES V - 60h (4cr)	DEAD0082		
CH Total:	330 h		

6º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE - 60h (4cr)	DEAD0083		
PROGRAMAS DE APTIDÃO FÍSICA APLICADA À EDUCAÇÃO FÍSICA - 60h (4cr)	DEAD0084		
PEDAGOGIA DAS LUTAS / ARTES MARCIAIS - 60h (4cr)	DEAD0085		
PEDAGOGIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENS. MÉDIO - 60h (4cr)	DEAD0086		
MEDIDAS E AVALIAÇÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA - 60h (4cr)	DEAD0087		
PRÁTICAS CURRICULARES VI - 60h (4cr)	DEAD0088		
ESTÁGIO SUPERVISIONADO II - 105h (7cr)	DEAD0089		
ATIVIDADES CURRICULARES COMPLEMENTARES I - 120h (8cr)	DEAD0090		
CH Total:	585 h		

7º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
NATUREZA E EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR - 60h (4cr)	DEAD0091		
PRÁTICAS CURRICULARES VII - 60h (4cr)	DEAD0092		
ESTÁGIO SUPERVISIONADO III - 105h (7cr)	DEAD0093		
ATIVIDADES CURRICULARES COMPLEMENTARES II - 90h (6cr)	DEAD0094		
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO I - 45h (3cr)	DEAD0095		
CH Total:	360 h		

8º Nível

Componente Curricular	Código	Tipo	Natureza
LÍNGUA ESTRANGEIRA - 45h (3cr)	DEAD0096		
PRÁTICAS CURRICULARES VIII - 45h (3cr)	DEAD0097		
ESTÁGIO SUPERVISIONADO IV - 105h (7cr)	DEAD0098		
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II - 45h (3cr)	DEAD0099		
CH Total:	240 h		

Encontramos nas propostas curriculares das duas modalidades (presencial e AAD) de licenciatura em Educação Física um perfil desejado atento à realidade contemporânea, buscando entender as demandas profissionais as quais estão em constante evolução, através da capacitação, mais generalizada e flexível, versátil e abertas as novas exigências de trabalho/globalizado. Defende a reformulação dos cursos de formação profissional, possibilitando a reflexão crítica sobre a prática pedagógica que venha beneficiar a qualidade do ensino superior na área de Educação Física. E finaliza exprimindo a articulação existente entre as questões da educação superior na área de Educação Física, e as formas emergentes de métodos de ensino para processo de formação de professores da IES.

Justificadas no momento que busca atender a necessidade da sociedade Amapaense apropriar-se do alcance crescente do Ensino Superior, visando atender as

perspectivas de ofertas de modalidades venham beneficiar à formação profissional, aptos a preencher as oportunidades de vagas locais e regionais, com base na LDB, capítulo VII – Dos recursos financeiros.

Art. 69. A União aplicará, anualmente, nunca menos de dezoito, e os Estados, o Distrito Federal e os Municípios, vinte e cinco por cento, ou o que consta nas respectivas Constituições ou Leis Orgânicas, da receita resultante de impostos, compreendidas as transferências constitucionais, na manutenção e desenvolvimento do ensino público [...](LEI 9.394. 1996).

No instrumento de análise documental, iniciamos destacando o registro de criação da Universidade Pública com direito privado, mantida pela união estabelecida pela lei nº 7.530, de 29 de agosto de 1986, e instalada pelo decreto nº 98.977, de 02, março, de 1990, vinculada ao MEC, seu foro na cidade de Macapá, capital do Estado do Amapá. O documento objeto da análise central o Projeto Político Pedagógico de Criação do Curso de Licenciatura em Educação Física na Universidade Federal do Amapá, Pró – Reitoria de Ensino e Graduação, (2010), contém 179 (cento e setenta e nove) páginas, descritas em unidades e subunidades, precedidas por tópicos pré-textuais: introdução, informações sobre a Instituição, estrutura organizacional, objetivos e funções da universidade, histórico de inserção da UNIFAP. As unidades 1.

Organização didática pedagógica, que inclui organograma de estrutura da composição, currículo do curso e ementas das disciplinas por semestre; 2. Com esse detalhamento objetivamos demonstrar a estrutura do PPP, e relacionar com as nossas óticas de observação do conteúdo.

Tendo como referência o documento magno a Lei nº 9.394/96, de 20 de dezembro de 1996, Diretrizes e Bases da Educação Nacional, promulgada em 1996, e sua última atualização 2018, e seguimos a coleta de dados pontuando outros documentos que tem relação com a proposta do PPP da UNIFAP, a publicação da lei nº 9.696/98, que regulamenta a profissão de Educação Física e criam-se o Conselho Federal e os Conselhos Regionais de Educação Física (1998).

Por tratarmos de análise do currículo dos cursos de Licenciatura em Educação Física nas modalidades presencial e ensino a distância EAD, surge uma nova questão, em virtude de hoje termos uma dicotomia no momento da atuação profissional de Educação Física no Brasil, regimentada pela lei 9.696 de 1º de setembro de 1998, "o exercício das atividades de Educação Física" e a designação de "Profissional de

Educação Física" passaram a ser "prerrogativa dos profissionais regulamentes registrados nos Conselhos Regionais de Educação Física", como estabelece o seu art. 1º. Para nortear as atividades privativas do profissional de Educação Física estão previstas no art. 3º da mencionada lei:

“Coordenar, planejar, programar, supervisionar, dinamizar, dirigir, organizar, avaliar e executar trabalhos, programas, planos e projetos, bem como prestar serviços de auditoria, consultoria e assessoria, realizar treinamentos especializados, participar de equipes multidisciplinares e interdisciplinares e elaborar informes técnicos, científicos e pedagógicos, todos nas áreas de atividades físicas e do esporte" (LEI 9.696, 1998).

Por ter sido incluído como fundamentação no documento pesquisado é de extrema importância citar o que preceitua o art. 2º da Lei nº 9.696/98:

Art. 2º Apenas serão inscritos nos quadros dos Conselhos Regionais de Educação Física os seguintes profissionais: I - os possuidores de diploma obtido em curso de Educação Física, oficialmente autorizado ou reconhecido; II - os possuidores de diploma em Educação Física expedido por instituição de ensino superior estrangeira, revalidado na forma da legislação em vigor; III - os que, até a data do início da vigência desta Lei, tenham comprovadamente exercido atividades próprias dos Profissionais de Educação Física, nos termos a serem estabelecidos pelo Conselho Federal de Educação Física. (grifamos). (LEI. 9.696, 1998).

Neste momento percebesse que o único critério estabelecido pela Lei nº 9.696/98, em seu art. 2º, caput e inciso I, para o livre exercício da profissão, é a inscrição nos Conselhos Regionais de Educação Física e a posse do diploma obtido em curso de Educação Física, oficialmente autorizado ou reconhecido. Entretanto, em virtude de varias reivindicações e solicitação de reavaliação por parte dos profissionais que atuavam há décadas como treinadores e professores (leigos), instrutores de lutas, dançarinos que ministravam aula de dança e ritmo, surge o credenciamento de provisionados.

Como todo Conselho Profissional, o CONFEF cumpre várias legislações anteriores à sua criação, inclusive e destacadamente a Constituição Federal, onde é garantida a absorção dos práticos em profissões regulamentadas. O Sistema CONFEF/CREFs foi criado pela Lei nº 9.696/98, tendo iniciado seus trabalhos sem março de 1999. No mesmo ano foi baixada a Resolução n.º 13, incluindo e normatizando os procedimentos de registro dos não-graduados, pessoas que já atuavam em várias modalidades de atividades físicas antes da sanção da Lei e foram então designados como Transitórios. Após o amadurecimento e adaptações dos moldes administrativos existentes, o CONFEF aperfeiçoou o texto, baixando a Resolução

45/2002. Os Transitórios passaram a ser denominados Provisoriamente, como nos demais Conselhos Profissionais. (REVISTA CONFEF, pg. 5, 2017).

Outro fato interessante a destacarmos, que embora o nosso trabalho tenha sido direcionado ao curso de licenciatura em Educação Física, vislumbramos para aprofundamento do estudo, incluímos o curso de bacharelado em Educação Física como desdobramento, pois revelamos a seguir outros acontecimentos relativos a licenciatura versus bacharelado que provocaram posteriormente resoluções do Conselho Nacional de Educação, vinculado ao Ministério da Educação, estabelecendo que as Universidades deveriam providenciar a cisão do curso de Educação Física em Bacharelado e Licenciatura, com currículos diferentes.

Segundo essas resoluções, o licenciado em Educação Física só poderia atuar em colégios e universidades, mas não em academias e clubes, por exemplo, nem em outras áreas de competência do profissional de educação física em geral, enquanto o bacharel em Educação Física poderia atuar em academias, clubes e quaisquer áreas relacionadas à atividade do profissional de Educação Física em geral, à exceção das escolas. Essa norma – Resolução nº 07/2004 do Conselho Nacional de Educação – instituiu as "Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de graduação em Educação Física, em nível superior de graduação plena", foi publicada no Diário Oficial da União em 05/04/2004 e teve como base o parecer CNE/CES, 58/2004. (Parecer CNE/CES, Pg. 58, 2004).

Em virtude desta resolução, outras providências tiveram que ser adotadas referente a licenciatura, pois desde sua criação no Brasil, com curso provisório de Educação Física do Exército em 1910, que tinha duração de cinco meses, e a maioria de seus alunos eram militares e os professores eram ex-atletas e médicos (FIGUEREDO, 2005), até a criação dos cursos civis em 1934 em São Paulo e no Rio de Janeiro em 1939, estas escolas fundadas nos estados de São Paulo e foi incorporada a Universidade de São Paulo, e a do Rio de Janeiro a Universidade do Brasil, posteriormente Universidade Federal do Rio de Janeiro traziam como objetivo serem as escolas padrões na formação de Educação Física.

Segundo FIGUEREDO, 2005. O curso de Educação Física da atual Universidade Federal do Rio de Janeiro, apesar de que naquela ocasião já existirem outras escolas de formação na área de Educação Física no país, ela foi a primeira instituição de ensino superior em Educação Física pertencente a uma universidade e que

curiosamente outorgava diferentes títulos com diferentes durações: licenciado - 2 anos; Técnico desportivo - 1 ano; Treinador e Massagista desportivo - 1 ano; e Medico especializado em Educação Física e desporto - 1 ano.

Para o nosso estudo é importante destacar o momento que a formação em Educação Física emerge com a resolução CFE de nº 69/69.

Em 1969 o currículo de formação o currículo de formação em Educação Física ganha o status de nível superior após a Resolução CFE de nº 69/69 que aumentava a carga horária para um mínimo de três anos e 1800 horas, outorgando título de Licenciatura Plena e uma possível complementação de duas disciplinas para a obtenção de Técnico desportivo. Percebeu-se uma preocupação com a formação educacional com aumento das disciplinas da área, porem a grande novidade foi a inserção de um elenco de disciplinas obrigatórias, subdivididas em básicas e profissionais, nos cursos de todo país, sendo este modelo chamado de currículo mínimo (TOJAL, 2005).

O curso superior de Licenciatura Plena em Educação Física, apresenta as disciplinas em grades curriculares divididas em básicas e profissionais, com as seguintes disciplinas:

Básicas	Profissionais	Recreação/pedagógicas parecer nº 672/69
Biologia	Socorros urgentes	Psicologia da Educação
Anatomia	Ginástica	Didática
Fisiologia	Rítmica	Pratica de ensino/Estagio Supervisionado
Cinesiologia	Natação	Estrutura do ensino 1º e 2º graus
Biometria	Atletismo	
Higiene		

O conteúdo a seguir trata da necessidade de aplicação do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE), onde apresentaremos um contra ponto, inclusive com resultados de consulta ao Poder Judiciário que em determinada época julgou ilegalidade na resolução do MEC que normatizava a obrigatoriedade dos alunos dos cursos citados no documento, a terem que prestar o exame.

O exercício da profissão tanto na esfera publica como na iniciativa privada, é matéria reservada à lei federal, por tratar de Direito Civil, não devendo ser regulado por resolução ou outros atos administrativos hierarquicamente inferiores à lei. É o caso, por exemplo, da resolução do MEC que exige a realização do exame conhecido como "ENADE" (EXAMA NACIONAL DE DESEMPENHO DOS ESTUDANTES) como condição para que aluno de curso superior obtenha o diploma e a colação de grau.

Nesses casos, o Poder Judiciário tem reconhecido a ilegalidade da resolução do MEC, uma vez que não existe qualquer lei que exija a realização do ENADE como condição para a obtenção do diploma e colação de grau, como podemos observar da seguinte decisão do Colendo Superior Tribunal de Justiça: "ADMINISTRATIVO - MANDADO DE SEGURANÇA - ENADE - EXAME NACIONAL DE DESEMPENHO DOS ESTUDANTES - FALTA DE CIÊNCIA DA DATA DA PROVA POR ESTUDANTE - LIMINAR DEFERIDA - COLAÇÃO DE GRAU REALIZADA - SEGURANÇA CONCEDIDA. 1. "É indispensável a cientificação inequívoca ao estudante, de forma direta e individualizada, de sua seleção para integrar a amostra de alunos obrigados à realização da avaliação" (MS 10.951/DF, Rel. Min. Teori Albino Zavascki, Primeira Seção, DJU 6.3.2006).

Continuando, destacamos que a ocorrência que envolve a obrigatoriedade de incluir como requisito necessário para a conclusão e deliberação do Diploma dos cursos relacionados pelo MEC, em portaria do data do ano de 2006, ano que o projeto Pedagógico do curso de licenciatura em Educação Física da UFMA – AM, na modalidade presencial estava sendo elaborado.

(...) . 2. O zelo do STJ com a devida publicidade é tamanho que, mesmo com a estampa de portaria do Ministério da Educação, que possibilite a regularização da situação da demandante em relação ao ENADE, em nada "altera a ilegalidade da recusa, por parte do Senhor Ministro de Estado da Educação, em conceder dispensa a estudante que demonstrou não ter participado da avaliação em comento por erro atribuível exclusivamente ao ente responsável pela realização do evento". (Edcl no MS 12.104/DF, Rel. Min. Denise Arruda, Primeira Seção, DJ 29.6.2007). 3. A impetrante não foi notificada formalmente e procedeu aos necessários requerimentos de informação nos órgãos competentes, sem que houvesse sido esclarecida ou respondida. Essas circunstâncias não foram objeto de refutação pelo Ministério da Educação, que deixou de recorrer da liminar que permitiu à impetrante colar grau e receber o diploma da instituição de ensino superior. "Segurança concedida". (STJ, MS 12867/DF, Rel. Min. Humberto Martins, J. 12.03.2008, DJe 24.03.2008).

No entanto o que temos hoje sobre a Avaliação, expressa que – O Exame Nacional de Desempenho de Estudantes é componente curricular obrigatório dos cursos de graduação e consiste em uma avaliação individual e um questionário. No histórico escolar ficará registrada a situação de regularidade em relação à obrigação de participação na prova.

A portaria do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (Enade) 2017, publicada nesta quinta-feira, 27, no Diário Oficial da União, determina as áreas que

terão seus cursos avaliados nesta edição. O exame será aplicado em 26 de novembro. O Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep) ainda publicará o edital com mais detalhes sobre esta edição do exame. Devem ser inscritos: Ingressantes – estudantes que iniciaram o curso em 2017, e estão devidamente matriculados, e tenham de zero a 25% da carga horária mínima do currículo do curso cumprida até o final das inscrições do Enade 2017; Concluintes dos cursos de bacharelado ou licenciatura – estudantes com expectativa de conclusão do curso até julho de 2018 ou que tenham cumprido 80% ou mais da carga horária mínima do currículo do curso até o final das inscrições do Enade 2017; Concluintes dos cursos superiores de tecnologia – estudantes com expectativa de conclusão do curso até dezembro de 2017 ou que tenham cumprido 75% ou mais da carga horária mínima do currículo até o final das inscrições do Enade 2017;

Ingressantes e concluintes irregulares – estudantes que, apesar de habilitados, não foram inscritos ou não fizeram o exame por motivos não previstos na Portaria Normativa (MEC nº 40/2007).

O mesmo documento descreve delimitando a abrangência do exame referindo-se a áreas do conhecimento, no entanto não encontramos inclusão referindo-se a modalidades de ensino até o presente momento.

Apesar de as inscrições serem necessárias para os ingressantes e concluintes delimitados, fazem a prova, efetivamente, os concluintes dos cursos de bacharelado ou licenciatura e os concluintes dos cursos superiores de tecnologia. Todas as inscrições são de responsabilidade das instituições de educação superior. Serão avaliados os estudantes de cursos vinculados às seguintes áreas de avaliação: Bacharéis nas áreas de: arquitetura e urbanismo; engenharia ambiental; engenharia civil; engenharia de alimentos; engenharia de computação; engenharia de controle e automação; engenharia de produção; engenharia elétrica; engenharia florestal; engenharia mecânica; engenharia química; engenharia; sistema de informação. Bacharéis ou com licenciatura nas áreas de: ciência da computação; ciências biológicas; ciências sociais; filosofia; física; geografia; história; letras - português; matemática; química. Licenciatura nas áreas de: artes visuais; educação física; letras - português e espanhol; letras - português e inglês; letras - inglês; música; pedagogia. Tecnólogos nas áreas de: análise e desenvolvimento de sistemas; gestão da produção industrial; redes de computadores; gestão da tecnologia da informação (MEC nº 40/2007).

Ainda buscando algo específico sobre o exame do ENADE, referente à modalidade de ensino EAD, analisada em nossa pesquisa, fomos remetidos ao pensamento de incorporar o previsto para a expedição do diploma da modalidade presencial, seguindo as diretrizes estabelecidas a essa modalidade, do mesmo curso, a Licenciatura em Educação Física, sem por tanto descrever exclusivamente o que se refere a modalidade EAD, compreende-se por tanto.

PORTARIA Nº 828, DE 16 DE ABRIL DE 2019: Estabelece o regulamento do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes - Enade 2019. O MINISTRO DE ESTADO DA EDUCAÇÃO, no uso da atribuição que lhe confere o art. 87, parágrafo único, inciso II, da Constituição, em conformidade com o disposto nos arts. 5º, § 11, e 14 da Lei nº 10.861, de 14 de abril de 2004, e tendo em vista o disposto na Portaria Normativa nº 840, de 24 de agosto de 2018, do Ministério da Educação, resolve: Art. 1º O Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes - Enade, na edição do ano de 2019, será aplicado para fins de avaliação de desempenho dos estudantes dos cursos vinculados às seguintes áreas de avaliação do Ano I do Ciclo Avaliativo do Enade: d) Educação Física;(...).

As citações dos parágrafos do artigo a seguir, encerram por hora a nossa narrativa e descrição sobre o assunto de análise do PPC(s), dos cursos de Licenciatura em Educação Física de modalidades distintas, deixando a possibilidade de continuidade de pesquisas que envolvam o tema aqui abordado.

Art. 10. Os estudantes concluintes habilitados devidamente inscritos no Enade 2019 ficam convocados à participação nessa edição do Exame, nos termos do edital, sendo obrigatórios a realização da prova e o preenchimento do Questionário do Estudante para obtenção de regularidade. § 1º Serão considerados em situação irregular perante o Enade 2019 os estudantes concluintes habilitados que não forem inscritos por suas respectivas IES no período estabelecido no edital do Exame ou forem devidamente inscritos e deixarem de cumprir as obrigações previstas no caput. § 2º A regularização de estudante concluinte habilitado em situação irregular perante o Enade 2019, em decorrência de ausência de inscrição, dar-se-á mediante apresentação de Declaração de Responsabilidade da IES, nos termos do edital do Exame. § 3º A regularização de estudante concluinte habilitado em situação irregular perante o Enade 2019, em decorrência de descumprimento de suas obrigações, dar-se-á conforme critérios e procedimentos de dispensa estabelecidos no edital do Exame. Art. 11. As IES deverão acompanhar a divulgação de todos os atos, editais e comunicados referentes ao Enade, publicados no Diário Oficial da União, no sítio oficial do Inep e/ou no Sistema Enade, disseminando-os junto à comunidade acadêmica. Art. 12. Os atos irregulares ou as omissões das IES em relação ao Enade 2019, previstos nesta Portaria, no edital do Exame e em outros normativos, estarão sujeitos às penalidades definidas na legislação vigente. Art. 13. Os resultados do Enade 2019 serão divulgados pelo Inep associados aos

respectivos códigos de curso e de Instituições de Educação Superior utilizados no processo de inscrição de estudantes no Exame, de acordo com cronograma definido em edital. Art. 14. Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação. (Port. 828, 2019).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O levantamento feito pelo estudo envolveu o PPC, de licenciatura em Educação Física, da Universidade Federal do Amapá, o qual demonstra uma oportunidade para ingressarmos no universo da formação de professores e profissionais da área em destaque, além das modalidades oferecidas para esta formação na atualidade.

E por meio da análise superficial (por ser um estudo transversal) que realizamos, encontramos no PPP, um documento bem elaborado, seguindo todas as expectativas da formação Profissional em Educação Física, expondo uma sincronia entre a formação clássica a necessidade contemporânea da atuação da educação física, para o processo educacional e do desenvolvimento humano e recentemente como disciplina indispensável para obtenção de saúde e qualidade de vida, que nos conduzem pela trilha da pesquisa no campo da formação de Professores de Educação Física, quais iniciamos pelo seguimento de licenciatura buscamos atingir a questão que envolve a qualidade da formação por meio de modalidades distintas (presencial e EAD), do curso de Licenciatura em Educação Física, sendo iniciado na Região Norte e ganhando a repercussão nacional, em virtude do crescimento da procura e oferta do ensino em Distância.

O amparo nas legislações vigentes completam a legalidade e suporte do PPC, enquadrando nos preceitos necessários para sua aprovação nas esferas competentes, entretanto percebemos a necessidade de referirmos a outros documentos que abalizam a proposta de qualidade do Curso de Formação, onde destacamos a atuação do Profissional de Educação Física, validação do curso, as exigências do MEC e solicitação do exame ENAD, entre outras. O quadro de disciplinas contempla com sua escolha e carga horaria, o que hoje temos como referencia de excelência, equiparando aos melhores cursos oferecidos no Brasil.

Porém no desdobramento do estudo, realizaremos a análise entendendo que o mesmo PPC, em questão norteia as duas modalidades presencial e de ensino EAD, todavia que constara no nosso trabalho de comparação entre as duas modalidades oferecidas dentro do mesmo curso na mesma IES.

E sem duvida, temos o conhecimento da qualidade da modalidade presencial pelo seu complemento pratico na metodologia, o que favorece a Formação em Educação Física disciplina fundamentada na praticidade. No entanto destacamos a EAD, como uma das mais democráticas modalidades de educação, pois se utiliza de tecnologia de informação e comunicação, embora tenhamos grande obstáculo principalmente referente aos sinais de satélites e conexão as redes de NET na região norte, onde foi realizado o estudo, entre tanto vem se mostrando uma modalidade crescente, fato esse que requer em nossa opinião, maior atenção pela velocidade que atinge o elevado índice de procura pela população.

No inicio da modalidade a distancia tínhamos outros veículos e ferramentas que para a época também se apresentavam como desafios para sua qualidade de execução, hoje contamos com ferramentas e veículos mais eficazes para qualidade do processo, no entanto o volume e velocidade das informações requerem um preparo tanto quanto estrutural e de apoio didático, para tratamento e disseminação, tudo vem a corroborar para reflexão dos atores envolvidos no processo, principalmente de cursos como podemos incluir o de Educação Física, que trazem a praticidade como um dos principais atributo de transmissão do conhecimento, por esta ligada intrinsecamente as praticas corporais o movimento humano e ao gesto técnico esportivo.

Outros atrativos que favorecem a procura, destacamos o grau de exigência na qualidade da seleção; a lei que o governo federal criou estabelecendo normas para Educação a Distancia no Brasil (UNIFESP, 2009), dando aos cursos superiores EAD a equivalência ao curso superior oferecido pela modalidade presencial o ingresso por qualificação ao curso pretendido, que a nosso ver trariam mais qualidade para o acompanhamento aos acadêmicos no decorrer do curso.

Embora a magnitude que essa modalidade alcançou, seria difícil retroceder, entretanto pela pratica vivenciada como tutor externo de uma instituição que oferece o curso de licenciatura em Educação Física, oportunizamos neste trabalho a necessidade de inclusão de determinadas ações e produções de trabalhos científicos no sentido de qualificar a formação, a qual podemos perceber que tem inúmeras paginas na historia da Educação no Brasil, e porque não expressar para comunidade a preocupação com a qualidade dos futuros professores e profissionais de Educação Física.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei** nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, Dispositivos Constitucionais Emenda Constitucional nº 11, de 1996, Emenda Constitucional nº 14, de 1996, Lei nº 9.424, de 24 de dezembro de 1996 Regulamentações Pertinentes. Capítulo VII - Dos Recursos Financeiros.

BRASIL. **Decreto** n.º 98.977, de 2 de março de 1990, DIOU n.º 43, de 5 de março de 1990, nos termos da Lei n.º 7.530, de 29 de agosto de 1986, a UNIFAP realiza o primeiro vestibular para os cursos. (DIOU. 43/1990).

BRASIL. **Portaria Ministerial** n.º 868/90, de acordo com o Parecer n.º 649/90-SESu, aprovado em 9 de agosto de 1990 e publicado na Documenta MRC n.º 35, tornando-a uma Instituição de Ensino Superior (IES), mantida pela União. (DIOU. 43/1990).

BRASIL. Lei nº 9.696/98, no ano de 1998, **regulamenta-se a Profissão de Educação Física e criam-se o Conselho Federal e os Conselhos Regionais de Educação Física.**

BRASIL. Resolução CNE/CP nº 1/2002, **instituem-se as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena.**

BRASIL Resolução CNE/CP nº 2/2002, **estabelece-se a duração e a carga horária dos cursos de licenciatura, de graduação plena, de Formação de Professores da Educação Básica, em nível superior.**

BRASIL. Parecer CNE/CES nº 215 de 11 de março de 1987 - Brasília/DF. **Dispõe sobre a reestruturação dos cursos de graduação em Educação Física.**

BRASIL. Portaria Nº 828, de 16 de abril de 2019. **Estabelece o regulamento do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes - Enade 2019**, DIOU. Seção 1 ISSN 1677-7042 Nº 74, quarta-feira, 17 de abril de 2019.

COSTA Celso José e COSTA Nara Maria, Diretor de Educação a Distância e Coordenadora do (DED) da CAPES Universidade Federal Fluminense Instituto de Matemática © ETD – **Educação Temática Digital**, Campinas, v.10, n.2, p.71-90, jun. 2009 – ISSN: 1676-2592. 90.

CASTRO Jose Marcio de, LADEIRA Eduardo da Silva, **Gestão e Planejamento de Cursos a Distância (EAD) no Brasil: um estudo de casos múltiplos em três instituições de ensino superior**, Article in Gestão & Planejamento 10(2):229-247 · July 2009 with 620 Reads.

DE PAULA Keilla Carrijo, FERNEDA Edilson, FILHO Maurício Prates de Campos, **Elementos para Implantação de Cursos à Distância**, Colabor@ - Revista Digital da CVA - Ricesu, ISSN 1519-8529 Volume 2, Número 7, Maio de 2004.

FERREIRA Marcello, LOGUERCIO Rochele de Quadros e MILL Daniel, **Diálogos entre competências e currículos: análise em cursos de Física a distância**, Revista Electrónica de Enseñanza de las Ciencias Vol. 17, Nº 1, 167-182 (2018).

Fundação Universidade Federal do Amapá – UNIFAP, **Projeto Político Pedagógico de Criação do Curso de Licenciatura em Educação Física na Universidade Federal do Amapá**. Disponível em: Home Page: www.unifap.br / E-Mail: unifap@unifap.br. Acesso em: 15 fev. 2019.

- ARTIGO 28 -

A INFLUÊNCIA DAS COMUNIDADES ECLESIAIS DE BASE (CEBs) NA ESTRUTURAÇÃO POLÍTICA, ECONOMICA E SOCIAL DO MUNICÍPIO DE IGARAPÉ MIRÍ- PARÁ-BRASIL

**LEÃO, Dilma de Oliveira - dilmaleao@gmail.com
PINTO, Ricardo Figueiredo - rfp@conhecimentociencia.com**

RESUMO

O município de Igarapé-Mirí, que através do aperfeiçoamento do Projeto Mutirão conseguiu e vem conseguindo legar à população uma herança de desenvolvimento econômico, social, político e religioso, motivo pelo qual esta pesquisa visa investigar as relações entre o contexto sociopolítico e religioso que define a população ribeirinha da região. Esta pesquisa realizada por meio de uma metodologia teórico-empírica, fundada em entrevista pessoais e em coleta de dados, teve como objetivo geral analisar a influência das Comunidades Eclesiais de Base - CEBs, na estruturação política, econômica e social do município de Igarapé Mirí, nos últimos 45 anos. Os resultados deste estudo revelam a maneira como a sociedade ribeirinha de Igarapé-Mirí relaciona-se com o meio ambiente, restando explícito o modo como as famílias ribeirinhas do município de Igarapé-Mirí têm se organizado socialmente, dentro de um novo padrão de produção e consumo, tendo na produção e no manejo do açaí uma fonte de produção sustentável capaz de resgatá-los econômica, política, religiosa e socialmente. Revelou-se uma sociedade sustentável, vez que procura manter o estoque de capital natural uma reduzida depredação natural, permitindo o desenvolvimento das gerações futuras e materializando o verdadeiro sentido do desenvolvimento sustentável.

PALAVRAS-CHAVE: Igreja, Política, Desenvolvimento.

ABSTRACT

The municipality of Igarapé-Mirí, that by improving the Effort Project managed and has been able to bequeath to the people a legacy of economic, social, political and religious, which is why this researcher was taken to investigate the relationship between the socio-political and religious context defining the local population of the region. This survey through a theoretical and empirical methodology, based on personal interviews and data collection, aimed to analyze the influence of the Christian Base Communities - CEBs, political structure, economic and social development of the municipality of Igarapé Mirí, in the last 45 years. The results of this study show how the riverfront society Igarapé-Miri relates to the environment, leaving explicit the way riverine families of the Igarapé-Miri city have been socially organized, into a new pattern of production and consumption, and the production and management of açaí a source of sustainable production able to rescue them economic, political, religious and social. It proved to be a sustainable society, as it seeks to maintain the stock of natural capital reduced natural predation, allowing the development of future generations and materializing the true meaning of sustainable development.

Keywords: Church, Politics, Development.

RESUMEN

El municipio de Igarapé-Mirí, que a través de la mejora del Proyecto Mutirão ha tenido éxito y ha podido legar a la población un patrimonio de desarrollo económico, social, político y religioso, por lo que esta investigación tiene como objetivo investigar las relaciones entre el contexto sociopolítico y religioso que lo define. La población ribereña de la región. Esta investigación realizada a través de una metodología teórico-empírica, basada en entrevistas personales y recolección de datos, tuvo como objetivo general analizar la influencia de las Comunidades Eclesiales Básicas - CEBs, en la estructuración política, económica y social del municipio de Igarapé Mirí, Brasil. en los últimos 45 años Los resultados de este estudio revelan la forma en que la sociedad ribereña Igarapé-Mirí se relaciona con el medio ambiente, dejando explícitamente la forma en que las familias ribereñas del municipio de Igarapé-Mirí se han organizado socialmente, dentro de un nuevo patrón de producción y producción. consumo, teniendo en la producción y gestión de acai una fuente sostenible de producción capaz de rescatarlos económica, política, religiosa y socialmente. Se ha convertido en una sociedad sostenible, ya que busca mantener el stock de capital natural con depredación natural reducida, permitiendo el desarrollo de las generaciones futuras y materializando el verdadero significado del desarrollo sostenible.

Palabras Clave: Iglesia. Política

1. INTRODUÇÃO

Pode-se dizer que a formação sociopolítica da região do Baixo Tocantins tem sido configurada, historicamente, por um conjunto de mobilizações e movimentos gestados e promovidos por atores sociais coletivos.

Tais processos têm permitido e legitimado o surgimento de inúmeras organizações sociais, que se configuram em um novo modo de exercer o cooperativismo no espaço amazônico.

Este é o caso do município de Igarapé-Mirí, que através do aperfeiçoamento do Projeto Mutirão conseguiu e vem conseguindo legar à população uma herança de desenvolvimento econômico, social, político e religioso, motivo pelo qual, esta pesquisadora foi levada a investigar as relações entre o contexto sociopolítico e religioso que define a população ribeirinha da região.

Neste contexto, esta pesquisa realizada por meio de uma metodologia teórico-empírica, fundada em entrevista pessoais e em coleta de dados, teve como objetivo geral analisar a influência das Comunidades Eclesiais de Base - CEBs, na estruturação política, econômica e social do município de Igarapé Mirí, nos últimos 45 anos.

E como objetivos específicos, buscou identificar as CEBs no cenário político e religioso do Brasil e América Latina; fazer um levantamento histórico do processo de implantação das CEBs e a evolução das conquistas de transformação da realidade

social, política e econômica do município de Igarapé-Miri a partir da criação das Comunidades Cristãs e ainda, analisar as relações de poder entre as CEBs e a Sociedade Civil organizada nas lutas e conflitos vivenciados no processo de transformação política e social do município de Igarapé-Miri

Sendo assim, vale antecipar que o contato direto com os atores sociais do município de Igarapé-Miri refletiram a trajetória de um município que através das conquistas das CEBs e do Sindicato dos Trabalhadores Rurais, conseguiu estruturar as bases produtivas tradicionais da região, abaladas com o declínio da economia dos engenhos.

Portanto, o que se revela no decorrer desta pesquisa são os fundamentos e as heranças de um processo de desenvolvimento local de bases sustentáveis, que foram e serão resultantes de lutas, conflitos, alianças e fracassos incentivados por uma essência político religiosa que vem se consolidando com o passar dos anos.

2. REFERÊNCIAL TEÓRICO

2.1. FILOSOFIA POLÍTICA

Considerando que o objetivo deste estudo é analisar a influência das Comunidades Eclesiais de Base - CEBs, na estruturação política, econômica e social do município de Igarapé Miri – Pará, nos últimos 50 anos, o enfoque na Filosofia parece ser o mais acertado, sobretudo, quando se atenta aos fatores que serão delineados no decorrer deste capítulo.

Primeiramente, não se pode esquecer de destacar que o sentido da filosofia política e o seu caráter significativo se mostram tão evidentes hoje como foram desde a época em que a filosofia política surgiu em Atenas, sobretudo, porque toda ação política tem como fim ou a preservação ou a mudança de um status quo determinado.

Em vista disto, segundo Leo Strauss “quando se deseja preservar, almeja-se prevenir mudanças para pior; quando se deseja mudar, almeja-se trazer algo melhor²”.

Assim, é possível afirmar que toda ação política é guiada por algum pensamento sobre o melhor ou o pior, ou seja, é fruto do conhecimento que por sua vez gera questionamentos e é justamente isso que torna a Filosofia Política tão atual, especialmente, porque a humanidade é movida pelo conhecimento.

² STRAUSS, Leo. O que é Filosofia Política? (Tradução Francesca Cricelli) In: **Leviathan – Cadernos de Pesquisas Políticas**. n 2, 2011, p. 167-193.

Para Leo Strauss “a filosofia política emerge quando os homens assumem explicitamente o objetivo de adquirir conhecimento sobre a boa vida e a boa sociedade³”.

Assim, a essência da Filosofia Política é a busca pela formação de uma sociedade formada através do desejo de consecução do bem comum. Noutras palavras, a filosofia política é uma tentativa de substituir a opinião sobre a natureza das coisas políticas pelo conhecimento da natureza das coisas políticas.

Razão pela qual as coisas políticas, propriamente ditas sempre são alvo de avaliação, de crítica, enfim de aprovação ou negação. Isto se dá porque a política é um bem intangível que pertence a todos e, por isso, todos têm não apenas o direito, mas a obrigação de intervir politicamente na sociedade, especialmente quando esta sociedade é regida pelos princípios que a tornam democrática. Como está consubstanciado no Preâmbulo da Constituição Federal de 1988, que fala do dever do Estado em proporcionar a todos, sem distinção, proteção no sentido mais amplo da palavra, a seguir:

Nós, representantes do povo brasileiro, reunidos em Assembleia Nacional Constituinte para instituir um Estado Democrático, destinado a assegurar o exercício dos direitos individuais e sociais, a liberdade, a segurança, o bem-estar, o desenvolvimento, a igualdade e a justiça como valores supremos [...]⁴.

Assim, esta proteção devida pelo Estado se materializará quando implementadas as medidas programáticas que prometeu concretizar. Tais medidas visa a concretização dos valores sociais que a Constituição Federal se propõe a resguardar. Um exemplo claro de norma programática necessária ao bem-estar da sociedade está no inciso IV do artigo 3º da Carta Magna, *in verbis*:

Artigo 3º: Constituem objetivos fundamentais da República Federativa do Brasil:
[...]
IV: promover o bem de todos, sem preconceito de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação⁵.

A proteção devida pelo Estado será demonstrada, principalmente, através de ações que visem efetivar o bem comum. Para exprimir melhor o que vem a ser o bem comum, o Papa João XXIII, afirmou “o bem comum consiste no conjunto de todas as

³ Idem. p. 167.

⁴ BRASIL. **Constituição Federal de 1988**. Preâmbulo.

⁵ Idem.

condições de vida social que consistam e favoreçam o desenvolvimento integral da personalidade humana⁶”.

Corroborando o ensinamento de Sua Santidade, Dalmo Dallari leciona afirmando que “[...] nesta ideia de integral desenvolvimento da personalidade está compreendido tudo, inclusive os valores materiais e espirituais, que cada homem julgue necessário para a expansão de sua personalidade⁷”.

Assim, o bem comum pode ser entendido como aquilo que a todos interessa e traz benefícios, sendo este, portanto, o principal objetivo do Estado, que se materializará com a garantia de que a sociedade se desenvolva de maneira sadia.

Entretanto, para garantir o bem comum à sociedade, o Estado tem de lançar mão de instrumentos que proporcionem melhores condições de desenvolvimento e principalmente, instrumentos que possibilitem este desenvolvimento de forma segura.

Desta forma, Lênio Streck afirma que Justiça é um poderoso instrumento da Filosofia Política na medida em que “passa a exercer uma função ativa no processo de afirmação da cidadania e da justiça substantiva⁸”. Para tanto, o Estado se vale, por exemplo, de políticas públicas e das leis, sendo estas últimas fortes aliadas na tentativa de proporcionar o bem comum através da justiça.

Não se pode deixar de considerar a questão da promoção da dignidade da pessoa humana através da Filosofia Política e seu objeto de estudo. Nesta perspectiva, o ideal de que os homens possuem uma única natureza e, por conseguinte, um valor idêntico, se consubstancia em uma conquista de toda a humanidade. Eduardo Ramalho Rabenhorst afirma:

O que durante muito tempo distinguiu o homem da maioria das outras espécies foi justamente o fato de que eles não se reconhecem entre si. Um gato, para um gato, sempre foi um gato. Um homem, ao contrário, deveria preencher determinadas condições draconianas para não ser excluído, inapelavelmente, do mundo humano. O que caracterizava o homem, a princípio, era o fato de reservar zelosamente o título de homem apenas para a sua comunidade⁹.

⁶ DALLARI, Dalmo de Abreu. **Elementos de Teoria Geral do Estado**. 34 ed. São Paulo: Saraiva, 2013. p. 24.

⁷ Idem. p. 24.

⁸ STRECK, Lênio Luiz. **Jurisdição constitucional e hermenêutica**: Uma nova crítica do direito. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2002. p. 32.

⁹ RABENHORST, Eduardo Ramalho. **Dignidade Humana e Moralidade Democrática**. Brasília: Brasília Jurídica, 2011. p. 13.

Neste sentido é que se baseia a ideia de dignidade humana, ou seja, a designação da natureza racional do homem, sendo que tal ideia encontra fundamentação filosófica na segunda formulação do imperativo categórico de Immanuel Kant, que assevera “aja de tal maneira que tu trates a humanidade, tanto em tua pessoa como na pessoa dos demais, sempre com um fim e nunca apenas como um meio¹⁰”.

Assim, hodiernamente o ideal de dignidade faz parte de uma trilogia que é composta por liberdade, respeito e dignidade, estes três institutos, de acordo com Dalmo Dallari “são indispensáveis à materialização da proteção, um dever não só do Estado mais da sociedade¹¹”.

É imprescindível que se esclareça o que vem a ser tanto o respeito quanto a dignidade, assim, de acordo com os ensinamentos de Ingo Wolfgang Sarlet:

O respeito se refere principalmente à forma de tratamento que é dispensada a uma pessoa [...] é o tratamento atencioso, a consideração que se deve manter nas relações com as pessoas respeitáveis, seja pela sua idade, condição social ou grau de hierarquia que ocupam¹².

Vislumbra-se como um dos fundamentos do respeito, a integridade moral e psíquica, que por serem uma projeção da personalidade, devem refletir os elementos que integram a vida interior da pessoa, por isso é tão importante a proteção à integridade moral, haja vista esta ser um dos vetores que guiarão as personalidades da sociedade e refletirá no fazer político da mesma.

Assim, o respeito pode ser enxergado, segundo Dalmo de Abreu Dallari, como “uma das bases que firmarão a pessoa humana numa vida sadia, constituída sobre uma base de consideração que deve ser recebida dos demais e que também passa a dever ao próximo¹³”.

O respeito à dignidade humana se tornou um mandamento a partir de 1988, com a promulgação da Constituição da República Federativa do Brasil que no inciso III de seu artigo 1º¹⁴, trata tal respeito como um dos fundamentos da República.

¹⁰ Idem. p. 14.

¹¹ DALLARI, Dalmo de Abreu. **Op. Cit.** p. 53.

¹² SARLET, Ingo Wolfgang. **Dignidade da Pessoa Humana e Direitos Fundamentais na Constituição Federal de 1988**. 5 ed. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2007. p. 128.

¹³ DALLARI, Dalmo de Abreu. **Op. Cit.** p. 59.

¹⁴ Artigo 1º: A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e dos Municípios e do Distrito Federal, constitui-se em Estado democrático de direito e tem como fundamentos: [...]

III - a dignidade da pessoa humana.

[...].

Sendo assim, o Princípio da Dignidade da Pessoa Humana implica diretamente no fato de que o Estado deverá ter como uma de suas metas permanentes, a proteção, a promoção e a realização concreta de uma vida digna para todos. Neste sentido, Ingo Wolfgang Sarlet afirma:

[...] a dignidade da pessoa humana constitui não apenas a garantia negativa de que a pessoa não será objeto de ofensas ou humilhações, mais implica também, num sentido positivo, o pleno desenvolvimento da personalidade de cada indivíduo [...] se da dignidade – na condição de princípio fundamental – decorrem direitos subjetivos à sua proteção, respeito e promoção (pelo Estado e pelos particulares), igualmente haverá de se ter presente a circunstância de que a dignidade implica também, em *'ultima ratio'* por força de sua dimensão intersubjetiva, a existência de um dever geral de respeito por parte de todos (e de cada um isoladamente) os integrantes da comunidade de pessoas para com os demais e, para além disso e, de certa forma, até mesmo um dever das pessoas para consigo mesmas¹⁵.

Assim, a dignidade também guarda relação com o respeito, posto que aquela é a causa do respeito que é dispensado a uma pessoa, neste sentido, melhor definição traz Dalmo de Abreu Dallari ao definir dignidade como sendo “[...] a qualidade moral que, possuída por uma pessoa, serve de base ao próprio respeito em que é tida [...]”¹⁶.

Com isto, chega-se à conclusão de que o Estado, como proporcionador dos meios através dos quais se concretizarão os direitos fundamentais dos cidadãos em geral deve agir no sentido do ensinamento de Paulo Nader, que afirma que “o Estado moderno dispõe de um poder próprio para a proteção e afirmação de seus cidadãos”¹⁷.

Assim, se pode afirmar que de certa forma a Filosofia Política traz consigo uma essência socrática, sobretudo, porque pretende falar dos homens, da cidade, da vida humana e da moral. Contudo, não se pode deixar de ressaltar o fato de que a Filosofia Política moderna confronta-se com o problema do pluralismo religioso, de modo que a criação de um Estado neutro se torna uma das soluções, inclusive, previstas por Hobbes para conciliar a questão religiosa com a política e a filosofia¹⁸.

Isto pode ser facilmente vislumbrado quando se analisa a concepção de Filosofia Política proposta por Sócrates/Platão, no sentido de que “a filosofia política

¹⁵ SARLET, Ingo Wolfgang. **Op. Cit.** p. 113.

¹⁶ DALLARI, Dalmo de Abreu. **Op. Cit.** p. 61.

¹⁷ NADER, Paulo. **Introdução ao Estudo do Direito**. 36 ed. rev. e atual. Rio de Janeiro: Forense, 2010. p. 29.

¹⁸ MORGADO, Miguel. **Filosofia Política e Democracia**. Disponível em: <<http://analisesocial.ics.ul.pt/documentos/1283950302M7hIH4uq7Yt28WR7.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2014. p. 475.

examina as diferentes fontes da discórdia e do conflito que se traduzem em concepções divergentes de justiça e do bem¹⁹”.

Por esta razão é que na obra de Aristóteles acerca da política, a polis se torna condição para que o indivíduo alcance a felicidade. Noutras palavras, a estrutura social oferecida pela vida na polis é considerada pelo filósofo o fator preponderante para que o bem comum seja alcançado pelos indivíduos.

Nesta perspectiva, Thiago Silva Freitas Oliveira e Luiz Felipe Sahd lecionam que “para Aristóteles, o bem do indivíduo coincide com o bem da cidade, a felicidade e a melhor constituição são o fim último da existência do indivíduo e a realização da natureza deste²⁰”. O Estado, contudo, atender a alguns pré-requisitos que o tornarão virtuoso, segundo a concepção de Aristóteles, são eles:

População, pois ela deve ser na justa medida, nem exígua nem numerosa. Território, que deve ser capaz de fornecer o necessário à vida, mas sem ser muito extenso. Deve também ser fácil de defender. Qualidade dos cidadãos, que devem possuir uma virtude política necessária à vida em comunidade. É importante a existência de várias funções internas à cidade, capaz de movimentá-la e sustentá-la. Funções estas que todos os cidadãos deverão realizar. Dentre todas as condições a principal ou essencial será a virtuosidade de cada cidadão. Uma cidade torna-se feliz na medida em que cada cidadão é virtuoso²¹.

Mas, a filosofia política também traz em seu bojo as relações de poder como objeto de estudo. Nesta perspectiva, o poder pode ser definido como “a capacidade ou a possibilidade de agir, de produzir efeitos, podendo ser inerente a indivíduos, a grupos humanos, objetos ou a fenômenos naturais²²”.

Contudo, no que concerne à Filosofia Política, o poder deve ser compreendido a partir de um sentido especificamente social, ou seja, a partir da sua relação com a vida do homem em sociedade. Assim, o Poder acaba ganhando contornos mais precisos, sobretudo, quando se considera que o homem é não só o sujeito, mas também o objeto do Poder social. Neste contexto, sobre o viés de fenômeno social, o poder pode ser considerado uma relação entre os homens.

Levando em conta a essência da Filosofia Política e, conseqüentemente as relações de poder que surgem a partir da reunião do indivíduo em sociedade é que este

¹⁹ Idem. p. 478.

²⁰ OLIVEIRA, Thiago Silva Freitas; SAHD, Luiz Felipe. **As bases do pensamento político de Aristóteles e a fundação de uma Filosofia Política**. Rio de Janeiro: Saraiva, 2010, p. 21.

²¹ Idem. p. 21.

²² STOPPINO, Mario. Poder. In: BOBBIO, Norberto; MATTEUCCI, Nicola; PASQUINO, Gianfranco. **Dicionário de política**. 3 ed. Brasília: UnB, 1993. p. 943.

estudo identifica as CEBs no cenário político e religioso do Brasil e América Latina, fazendo um levantamento histórico do processo de implantação das CEBs e a evolução das conquistas de transformação da realidade social, política e econômica do município de Igarapé Mirí a partir da criação das Comunidades Cristãs, a fim de analisar as relações de poder entre as CEBs e a Sociedade Civil organizada nas lutas e conflitos vivenciados no processo de transformação política e social do município de Igarapé Mirí, nas linhas que seguem.

É importante frisar que compreender a organização e o exercício do poder na sociedade contemporânea exige uma incursão que deve ir muito além da reconstrução da história empreendida pelos grupos dominantes e vitoriosos. Assim, é a partir das relações sociais que cada ser humano consegue se enxergar como uma singularidade, através de uma relação de oposição onde cada um se afirma e ao mesmo tempo se diferencia dos demais. Ou seja, o que funda as sociedades humanas não é apenas a diferença, mas, sobretudo, a permanente afirmação.

Por esta razão, o poder pode ser considerado inseparável do político. Porém, esta capacidade de tomar decisões e fazê-las valer é decorrente da necessidade da vida em sociedade. Assim, é importante que não se confunda o Estado com o poder, pois este é um atributo de toda e qualquer sociedade e aquele, por seu turno, é uma das formas de organização e exercício do poder na sociedade.

A palavra “poder”, portanto, em seu significado mais geral, designa “a capacidade ou a possibilidade de agir com o intuito de atingir objetivos ou ampliar alguma vantagem ou benefício de um indivíduo ou grupo²³”. Diante disto, se pode afirmar que o poder permeia todas as relações humanas na vida em sociedade, contudo, não se pode deixar de salientar, também, que muitos dos conflitos que insurgem na sociedade decorrem de lutas pelo poder, especialmente, quando se dimensiona a noção de que quanto mais poder um indivíduo ou grupo obtém, maiores as possibilidades de atingir seus objetivos e realizar seus desejos à custa dos desejos de outros.

Buscando traçar novas perspectivas para a compreensão da relação poder/política/Estado, diversos pensadores deixaram legados que devem ser analisados. Aristóteles, por exemplo, defende que comunidade política é uma evolução natural dos agrupamentos humanos. Já para Nietzsche, a legitimação do mais forte no poder, seria

²³ ARENDT, Hanna. **A condição Humana**. Rio de Janeiro: Forense, 1991, p. 64.

dada pela pura e simples racionalização do fundamento valorativo da moral, deslocando-se o foco desta dos bons costumes, para a análise crítica dos objetivos da norma moral: racionalidade, pelo maior aprimoramento de todos, como grupo e como indivíduos²⁴.

Então, para Nietzsche o poder é a forma de expressão da potência de cada indivíduo, e se cada indivíduo colabora, querendo ou não, consciente ou inconscientemente, para a evolução, torna-se claro que, para o filósofo, importa racionalizar, dentro do fim evolutivo colimado, o fundamento axiológico da política, que por sua vez legitima e condiciona o acesso e exercício do poder.

Por sua vez, Michel Foucault chama atenção para a relação entre poder, ideologia e discurso. Para Foucault, o papel do discurso é fundamental para a forma como ele pensava o poder e o controle na sociedade. Foucault acredita que o poder age através dos discursos especializados, elaborados e disseminados por indivíduos que detêm o poder ou a autoridade, no propósito de moldar atitudes nos indivíduos. Salienta que esses discursos, em muitos casos, apenas podem ser contestados por discursos elaborados por especialistas concorrentes. Portanto, os discursos podem ser empregados como um poderoso instrumento para coibir formas alternativas de pensar ou falar. O conhecimento passa a ser uma força poderosa de controle. Interessa ao autor analisar de que modo o poder e o conhecimento estão ligados às tecnologias de vigilância, de cumprimento de leis e de disciplina. Para ele, quem detém o poder se incumbe do ato de vigiar e punir²⁵.

De certo que a política inexoravelmente está ligada à concepção de poder, sendo que esta consiste, segundo o entendimento de Hobbes, “nos meios adequados à obtenção de qualquer vantagem²⁶”; ou, como a visão de Russell, que vê a política como um “conjunto de meios que permitem alcançar os efeitos desejados²⁷”. Segundo Bobbio, o poder “é a imposição de um sobre o outro, é a imposição de uma vontade sobre a outra vontade²⁸”.

²⁴ NIETZSCHE, Wilhelm F. **Vontade de Potência**. Trad. Mário D. Ferreira Santos. Porto: Rés, 1983.

²⁵ ANDERSON, Perry. Balanço do neoliberalismo. In: SADER, Emir; GENTILI, Pablo. **Pós-neoliberalismo: as políticas sociais e o Estado democrático**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

²⁶ HOBBS, Thomas. **Leviatã**. Ed. Martin Claret, São Paulo, 2006, p. 271.

²⁷ RUSSELL, Bertrand. **Ensaio Filosófico**. São Paulo: Nova Cultural, 1992, p. 75.

²⁸ BOBBIO, Norberto. **Os intelectuais e o poder: dúvidas e opções dos homens de cultura na sociedade contemporânea**. Trad. de Marco Aurélio Nogueira. São Paulo, Editora da UNESP, 1997, p. 141.

A partir destas considerações deve-se notar que a relação do poder político pode ser percebida de inúmeras maneiras, por exemplo, na relação entre governantes e governados; entre soberano e súditos; entre Estado e cidadãos; entre autoridade e obediência. Há, ainda, segundo Norberto Bobbio²⁹, várias formas de poder do homem sobre o homem e o poder político é uma delas. Para Aristóteles, como já frisado, o poder era concebido de três formas, quais sejam: o poder paterno, o poder despótico e o poder político. Da mesma forma John Locke³⁰, na modernidade, apresenta o poder paterno, que se sustenta na natureza; o poder despótico, sustentado no castigo e o poder civil tendo como fundamento o consenso.

Na Modernidade, o conceito de poder, na sua visão ampla, resume-se, segundo Bobbio³¹, no poder econômico, no poder ideológico e no poder político, sendo que o primeiro é o que se vale da posse de certos bens, capitaneado pelos donos dos meios de produção, que têm a posse da terra e das indústrias e têm a empresa em seu nome; em oposição, está o trabalhador que nada tem a não ser a sua força de trabalho (mão-de-obra), única força que tem para, em troca, receber um salário mínimo. Já o poder ideológico se baseia na influência das ideias formuladas pelo poder dominante. Tais ideias são expressas, em certas circunstâncias, por uma pessoa investida de autoridade e difundida mediante certos processos, exercem sobre a conduta dos associados. De modo que, os formadores de ideias têm a função de consenso, isto é, de criar ideias que mantenham as estruturas intactas, preservando a classe dominante. Neste contexto, a família, as religiões, a escola, os meios de comunicação sociais e o Direito são alguns dos aparelhos que dão sustentação ao sistema.

Assim, o poder tem a estrutura burocrática a seu favor, de modo que quem detém o poder econômico e o poder ideológico tem consequentemente, o poder político. O poder político utiliza-se, muitas vezes, de instrumentos mediante os quais exerce a força física (armas de toda espécie e potência).

É o poder que utiliza a força (coação), empregando as mais diferentes formas de violência, para garantir a permanência dos privilégios de determinado grupo. Mas, as três formas de poder se fundamentam e mantêm uma sociedade de desiguais. Isso significa, “dividida em ricos e pobres, com base no primeiro; em sábios e ignorantes,

²⁹ Idem.

³⁰ LOCKE, John. **Segundo tratado sobre o governo**. São Paulo: Ed. Abril, 1973.

³¹ BOBBIO, Norberto. **Op. Cit.**

com base no segundo; em fortes e fracos, com base no terceiro; genericamente, em superiores e inferiores³²”.

Por outro lado, a teoria marxista³³ analisa a sociedade de acordo com esse esquema: a base real, ou também chamada de estrutura, que compreende o sistema econômico e a superestrutura que conta com a força do sistema ideológico, capaz de criar e disseminar ideias dos mais variados tipos, utilizando a persuasão, para legitimar os atos da superestrutura. Para este filósofo, durante séculos perduraram dois tipos de poder: o poder espiritual (que atualmente chamaríamos de ideológico) e o poder temporal que unificou o dominou (poder econômico) e o império (poder político).

Diante destas considerações, é necessário fazer uma análise acerca da relação fé, poder e política. Em um primeiro momento, deve-se distinguir a política social e a política partidária, vez que a primeira tem relação direta com a busca do bem comum da sociedade, enquanto a segunda, representa a luta pelo poder de estado, para conquistar o governo municipal, estadual e federal.

Os partidos políticos passam a ter sua existência condicionada à obtenção de poder, seja para mudá-lo (processo libertador), seja para exercê-lo assim como se encontra constituído (governar o estado que existe), considerando os interesses de grupos ou de classes que elaboram um projeto para toda a sociedade e que, de certa forma, controlam o próprio partido.

No que concerne à fé, vale frisar que os grupos religiosos também são criadores de opinião e de decisão, portanto, na política a fé se expressa pela prática da justiça, da solidariedade, da denúncia da corrupção. Concretamente, fé e política se encontram juntas na vida das pessoas. A fé inclui a política, quer dizer, um cristão pelo fato de ser cristão, deve se empenhar pela justiça e pelo bem-estar social; também deve optar por programas e pessoas que se aproximem o mais possível àquilo que entendeu ser o projeto de Jesus e de Deus na história. Foi o que o Papa Francisco ressaltou quando esteve no Brasil.

Mas a fé transcende a política, porque a fé se refere também à vida eterna, à ressurreição da carne, à transformação do universo, coisa que nenhuma política social e nenhum partido ou estado podem prometer. A passagem da fé à política partidária não é

³² Ibidem, p. 187.

³³ MARX, Karl; ENGELS, Friedrich. **Manifesto do Partido Comunista**. Trad. Pietro Nasseti. São Paulo: Martin Claret, 2000.

direta. Da leitura das Escrituras não se deduz diretamente o apoio a um determinado partido e o dever de votar numa pessoa.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo revelam a maneira como a sociedade ribeirinha de Igarapé-Mirí relaciona-se com o meio ambiente, restando explícito o modo como as famílias ribeirinhas do município de Igarapé-Mirí têm se organizado socialmente, dentro de um novo padrão de produção e consumo, tendo na produção e no manejo do açaí uma fonte de produção sustentável capaz de resgatá-los econômica, política, religiosa e socialmente.

A filosofia política através de seus elementos básicos de conhecimento e discussão da ação política, vem dar o suporte para a construção deste trabalho, no que concerne as questões relacionadas ao bem comum, dando possibilidade de ampliar as discussões em um sentido mais amplo considerando que a política atinge a todos e envolve todos os segmentos da sociedade.

Na realidade da região do município de Igarapé Mirí, o que se visualiza é o povo lutando para garantir diretos constitucionais de liberdade, segurança, bem-estar, desenvolvimento, igualdade e justiça social. Direitos que o Estado deve promover e assegurar a todos as pessoas independente de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer formas de discriminação.

Por fim, foi dessa forma, que as mudanças sociopolíticas e religiosas aconteceram a partir do Projeto Mutirão, cuja essência era uma produção voltada para práticas econômico-ecológicas autossustentáveis para todos os atores locais, beneficiando a todos igualmente, em mutirão.

REFERÊNCIAS

ANDERSON, Perry. **Balanço do neoliberalismo**. In: SADER, Emir; GENTILI, Pablo. Pós-neoliberalismo: as políticas sociais e o Estado democrático. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

ARENDT, Hanna. **A condição Humana**. Rio de Janeiro: Forense, 1991, p. 64.

BRASIL. **Constituição Federal de 1988. Preâmbulo. Artigo 1º: A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e dos Municípios e do Distrito Federal, constitui-se em Estado democrático de direito e tem como fundamentos: a dignidade da pessoa humana.**

BOBBIO, Norberto. **Os intelectuais e o poder: dúvidas e opções dos homens de cultura na sociedade contemporânea**. Trad. de Marco Aurélio Nogueira. São Paulo, Editora da UNESP, 1997, p. 141.

DALLARI, Dalmo de Abreu. **Elementos de Teoria Geral do Estado**. 34 ed. São Paulo: Saraiva, 2013. p. 24.

HOBBS, Thomas. **Leviatã**. Ed. Martin Claret, São Paulo, 2006, p. 271.

LOCKE, John. **Segundo tratado sobre o governo**. São Paulo: Ed. Abril, 1973.

MARX, Karl; ENGELS, Friedrich. **Manifesto do Partido Comunista**. Trad. Pietro Nasseti. São Paulo: Martin Claret, 2000.

NADER, Paulo. **Introdução ao Estudo do Direito**. 36 ed. rev. e atual. Rio de Janeiro: Forense, 2010. p. 29.

NIETZSCHE, Wilhelm F. **Vontade de Potência**. Trad. Mário D. Ferreira Santos. Porto: Rés, 1983.

OLIVEIRA, Thiago Silva Freitas; SAHD, Luiz Felipe. **As bases do pensamento político de Aristóteles e a fundação de uma Filosofia Política**. Rio de Janeiro: Saraiva, 2010, p. 21.

RABENHORST, Eduardo Ramalho. **Dignidade Humana e Moralidade Democrática**. Brasília: Brasília Jurídica, 2011. p. 13.

RUSSELL, Bertrand. **Ensaio Filosófico**. São Paulo: Nova Cultural, 1992, p.75.

SARLET, Ingo Wolfgang. **Dignidade da Pessoa Humana e Direitos Fundamentais na Constituição Federal** de 1988. 5 ed. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2007. p. 128.

- ARTIGO 29 -

UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A CONSCIENTIZAÇÃO DA SUSTENTABILIDADE ASSOCIADA AO LAZER COM CRIANÇAS.

MARQUES, Héilton Brendo de oliveira
FERREIRA, Paulo Rafael Braga
GONÇALVES, Rayane Klecilma Viana
BUGARIM, Jonatha Pereira

RESUMO

O presente estudo tem por objetivo instigar a relação existente entre lazer e sustentabilidade nas turmas do 6º ano da escola Ana Pontes Francez no município de Tucuruí/PA, e a partir disso desenvolver a percepção por meio da literatura científica Metodologia: Esta pesquisa possui uma abordagem qualitativa, com nível de pesquisa descritivo. O público alvo foram alunos do 6º ano, na faixa etária de 11 e 12 anos, de uma escola pública. O instrumento de coleta de dados utilizado foi a técnica da observação e roda de conversa. A análise de dados realizada foi a técnica análise de conteúdo proposta por Bardin Resultados e Discussão: Mediante as análises feitas por meio da observação das práticas realizadas, pode-se inferir o uso da ludicidade como meio de aprendizagem de novas temáticas, trabalhar assuntos como meio ambiente, recicláveis e sustentabilidade com as crianças se torna dinâmico e eficaz, a criança além de trabalhar as habilidades corporais, imaginação e criatividade também desenvolve um senso crítico acerca da problemática abordada Conclusão: Portanto, experimentando-se satisfatoriamente e trabalhando não somente um corpo, mas o aluno e futuro cidadão de bem, contribuinte para uma sociedade melhor.

Palavras-chave: Sustentabilidade. Ludicidade. Lazer. Educação.

ABSTRACT

This study aims to instigate the relationship between leisure and sustainability in the 6th grade classes of the Ana Pontes Francez school in the municipality of Tucuruí / PA, and from that point on develop the perception through the scientific literature Methodology: The analysis of data collected through systematic observation can characterize given populations Results and Discussion: Through the analysis made through the observation of the practices performed, one can infer the use of playfulness as a means of learning new topics, environment, recyclability and sustainability with children becomes dynamic and effective, the child in addition to working on bodily skills, imagination and creativity also develops a critical sense about the problem addressed Conclusion: Therefore, experiencing satisfactorily and working not only a body, but the student and future citizen of good, contributor to a better society.

Keywords: Sustainability. Playfulness. Recreation. Education

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo instigar la relación entre el ocio y la sostenibilidad en las clases de sexto grado de la Escuela Ana Pontes Francez en Tucuruí / PA, y a partir de esto desarrollar la percepción a través de la literatura científica. Metodología: Esta investigación Tiene un enfoque cualitativo con un nivel de investigación descriptivo. El público objetivo eran estudiantes de sexto grado, de 11 y

12 años, de una escuela pública. El instrumento de recolección de datos utilizado fue la técnica de observación y la rueda de conversación. El análisis de datos fue la técnica de análisis de contenido propuesta por Bardin. Resultados y discusión: A través del análisis realizado a través de la observación de las prácticas realizadas, se puede inferir el uso de la diversión como un medio para aprender nuevos temas, los sujetos de trabajo como un medio. medio ambiente, reciclabilidad y sostenibilidad con los niños se vuelve dinámico y efectivo, el niño además de las habilidades del cuerpo de trabajo, la imaginación y la creatividad también desarrolla un sentido crítico sobre el problema abordado Conclusión: Por lo tanto, experimentando satisfactoriamente y trabajando no solo un cuerpo, pero el estudiante y futuro buen ciudadano, contribuyente a una sociedad mejor. **Palabras clave:** Sostenibilidad. Lúdico Ocio Educación.

1. INTRODUÇÃO

O lazer é um mecanismo que auxilia no desenvolvimento do indivíduo juntamente com a educação, por meio dos seus conjuntos de características e aplicabilidades. Dessa forma, ambos ajudam na ampliação dos próprios interesses e na expansão do seu desempenho e suas atribuições, bem como, estão aliados ao prazeroso processo de execução (REQUIXA, 1979).

Segundo Requixa (1980), uma forma de se utilizar o lazer nas aulas seria através do lazer como veículo da educação - educação pelo lazer. O lazer seria uma forma de auxiliar na absorção do conhecimento, contribuindo assim na educação. Mediante a participação das atividades de lazer, os indivíduos desempenham individualmente ou coletivamente, circunstâncias que garantam sua qualidade de vida.

Nessa perspectiva, tem-se os jogos e brincadeiras, os quais são de fundamental importância no processo evolutivo humano, pois de acordo com Santos (2000), o jogo e a brincadeira constituem recursos capazes de promover o desenvolvimento físico, mental e socioemocional dos indivíduos.

Nesse seguimento as brincadeiras podem incentivar o caráter lúdico, uma vez que, com os processos de transformações oriundos da globalização, as crianças passaram a ser alienadas pelo meio e assim passando a utilizar os mecanismos eletrônicos frequentemente, deixando de movimentar o corpo, podendo sucessivamente acarretar doenças crônicas não transmissíveis (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

As experiências proporcionadas pelo brincar, permitem que seja desenvolvida a interação social, bem como, a atribuição com o meio, soluções de problemas oriundos desse seguimento. Tendo em vista que, é por meio das brincadeiras que os indivíduos

passam a exercer as responsabilidades asseguradas. Além de deter um papel crucial na etapa de adaptação social com os obstáculos, regras e demais cedidas, para a realização das atividades (VYGOTSKY, 2009).

Dessa forma, o presente estudo tem por objetivo instigar a relação existente entre lazer e sustentabilidade nas turmas do 6º ano da escola Ana Pontes Francez no município de Tucuruí/PA e a partir disso desenvolver a percepção por meio da literatura científica. E para verificar se a proposta foi efetivada, delimitamos a seguinte temática como centralizadora deste projeto, sendo ela: como a sustentabilidade pode ser trabalhada através da ludicidade nas escolas?

Portanto, o presente estudo é justificado pela necessidade de se buscar novas percepções acerca das temáticas lazer, educação e sustentabilidade nas aulas de educação física escolar. Tendo em vista, que esses fatores são primordiais para o arcabouço pré-existente dessa abordagem, e com o intuito de explanar e desenvolver novas funcionalidades para eles. Proporcionando-se dessa forma novas compreensões e um incentivo a sua inserção no âmbito escolar (REQUIXA, 1979).

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. EDUCAÇÃO PELO LAZER

As atividades de lazer possuem como foco levar o caráter lúdico a seus praticantes através de atividades recreativas, bem como os jogos e brincadeiras, entretanto, possui uma função opcional para a sua prática ou não, tornando-se assim uma atividade optativa, além de facilitar o desenvolvimento pessoal e social (REQUIXA, 1980).

Dessa forma, a educação e lazer estão intrinsecamente ligados pelo seu conjunto de atividades propostas oferecendo prazer e satisfação aos seus praticantes. Justifica-se a participação das ações de lazer, como essenciais para a promoção do bem-estar e saúde. Além de serem instrumentalizados ferramentas do lazer no processo educativo das crianças (REQUIXA, 1980).

2.2. SUSTENTABILIDADE E EDUCAÇÃO

O processo de sustentabilidade está sendo um assunto recorrente na atual sociedade, uma vez que, é uma temática essencial para um futuro, com redução de resíduos poluentes ao meio ambiente. Tornar esse assunto frequente, por meio do uso midiático assumiu um papel transformador social, além de conscientizar na através da

educação ambiental, que oferece um conhecimento acerca do desenvolvimento sustentável (TAMAIIO, 2000).

A educação ambiental, está interligada as práticas sustentáveis inseridas no cotidiano escolar. Os profissionais da educação têm por dever mediar as informações cedidas e necessárias para o bom funcionamento dos conceitos relacionados a natureza. E dessa forma, viabilizando e incentivando anovas práticas educacionais (TAMAIIO, 2000).

2.3. LUDICIDADE E EDUCAÇÃO

A ludicidade é um instrumento bastante utilizado no âmbito educacional. Uma vez que, ele proporciona a sensação de prazer e diversão para quem o utiliza. Tendo em vista, esses fatores a ludicidade na educação é um instrumento essencial para o ensino aprendizagem nas aulas de Educação Física Escolar (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

O processo educacional, utiliza de inúmeras ferramentas para torná-lo mais atrativo para o ensino nas aulas, dentre eles, tem-se a ludicidade como mecanismo de suma importância para melhor estimular as práticas, bem como, a opção de criar e recriar procedimentos, utilizando-se brincadeiras que estimulem o desenvolvimento corporal (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

2.4. BRINCADEIRAS E MEIO AMBIENTE

As brincadeiras utilizadas nas aulas de educação física escolar, detém o papel de estimular os alunos a praticarem as atividades físicas ofertadas a elas. A educação ambiental por meio de brincadeiras, tem o propósito de incentivar os alunos a praticar novos hábitos sustentáveis, visando uma sociedade com fins ecológicos positivos, e uma possível redução de entulhos não recicláveis e poluentes (UNESCO, 2005).

Com isso, a junção desses dois mecanismos é de grande valia para o processo de ensino aprendizagem dos alunos, uma vez que, isso irá incentivar a novos hábitos de vida. Além de mesclar, formas de ensino e assim evitando deixar as aulas monótonas, e colocando a relação direta entre homem e natureza, viabilizando formas de preservação e conservação dos recursos naturais (UNESCO, 2005).

Portanto, a educação básica teria como proposito o papel de estimular os novos hábitos, aplicando a demanda ambiental, como um sistema construtivo. Sendo

primordial na construção curricular para a inserção da educação ambiental, e nos conhecimentos oriundos deste processo (SATO, 2002).

3. METODOLOGIA

3.1. TIPO DE ESTUDO

Essa pesquisa é de caráter descritivo, envolvendo-se a observação de crianças do 6º ano do Ensino Fundamental, em uma escola no município de Tucuruí/PA. A análise de dados coletados através de questionários ou observação sistemática pode caracterizar dadas populações (GIL, 2008).

Para este estudo os indivíduos participantes foram sujeitos escolares que estavam aptos a participar da ação, tendo em vista o esforço físico necessário para realizar as atividades propostas. Dessa forma buscando expor as características necessárias para a execução do estudo, uma vez que essa pesquisa não busca explicar os efeitos descritos apesar de ser o pilar para nossa explicação (VERGARA, 2000).

3.2. PARTICIPANTES

O público alvo foram alunos do 6º ano do Ensino fundamental, de uma escola pública do município de Tucuruí/PA, que estavam aptos a participar da ação. Assim sendo, as tarefas foram realizadas no próprio espaço interno disponibilizado da escola. Ressalta-se que as ações foram acompanhadas por discentes e um docente do curso de Educação Física da Universidade do Estado do Pará (UEPA), Campus XIII – Tucuruí-Pa.

3.3. INSTRUMENTO DE COLETA E ANÁLISE DE DADOS.

Para a coleta de dados, o método utilizado foi utilizado técnica da observação, o que segundo Gil (2008), tem a função de analisar através de observações as ações realizadas pelos indivíduos, buscando verificar a realidade de cada cidadão. A análise de dados foi utilizada a análise de conteúdo proposta por Bardin.

3.4. PROCEDIMENTO DE INTERVENÇÃO

Para dar a início a ação foi realizado o alongamento devido a carga de exercícios que seriam solicitados a realizar posteriormente, é de fundamental importância o relaxamento dos músculos para que os participantes se sintam confortáveis em realizar as atividades sem correr o risco de possíveis lesões ou dores musculares após a execução das atividades (MATVEIEV,1991; ACSM,2014).

Dessa maneira busca-se desenvolver o lúdico através de atividades criativas e que proporcionem entretenimento necessário para desenvolver as atividades propostas, tendo em vista que a ludicidade tem um papel importante na evolução da capacidade de assimilação durante a práticas das ações (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

Por seguinte a realização do aquecimento se deu através de brincadeiras, tais como, corrida com balão que se sucedeu da seguinte forma: os alunos foram divididos em dois grupos com números iguais e foram distribuídos balões para cada um, na quadra foram colocadas duas cadeiras cada uma correspondente a um grupo, o objetivo da atividade era estourar os balões ao sentar nas cadeiras, que deveriam ser alcançadas ao percorrer uma certa distância e o grupo que o fizesse em menor tempo seria o grupo vencedor (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

Outra atividade também desenvolvida foi a corrida com a bola, na quadra foram colocados dois cones e duas bolas correspondente aos dois grupos já formados na atividade anterior, o objetivo da atividade consistia em pegar a bola de trás do cone e entregar ao próximo colega, que deveria devolver a bola para atrás do cone e assim sucessivamente, o grupo que finalizasse em menor tempo seria o vencedor. Buscando assim, através de atividades lúdicas trabalhar o estímulo elétrico proporcionado pelo aquecimento como forma de preparação das seguintes atividades (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

Nesta perspectiva foi dado início as atividades de caráter recreativo como corrida com saco, bandeirinha e queimada. Para isso em ambas foram separados grupos dos quais eles teriam o propósito de alcançar os objetivos propostos durante a atividade, trabalhando a cooperatividade em equipe, além das habilidades físicas como flexibilidade, agilidade, força e equilíbrio (VIEIRA, 2016).

Aliado a isto, temos o uso do circuito sensório motor que visa trabalhar o sistema sensorial bem como o sistema motor, ambos são responsáveis por grande parte dos movimentos executados pelo corpo humano. Dessa forma a utilização dessa técnica tem por finalidade promover a manutenção e promoção desses sistemas. Assim viabilizando um padrão de desempenho aceitável (MONTEIRO; EVANGELISTA, 2012).

Desse modo buscou-se inserir a abordagem educação de corpo inteiro que busca conciliar a educação do corpo e da mente trabalhando o ser em sua totalidade, além de obstáculos físicos, como boliche de garrafa pet, cones, bambolês e cordas também

foram adicionados obstáculos como perguntas e equações matemáticas (FREIRE, 1997).

A partir disso, promovemos um momento de conscientização através de ferramentas com enfoque na questão da sustentabilidade, uma vez que ela é responsável pela compreensão da temática meio ambiente, levando em consideração que o ensino em sua fase inicial pode promover novos hábitos positivos tanto pessoais quanto coletivos (BRASIL, 1999).

Em decorrência disto foi realizada uma dinâmica para os alunos. Inicialmente foram espalhados pelo local garrafas pets de diferentes modelos, cada uma obtendo um valor específico pré-determinado pela equipe responsável, o propósito dessa ação era fazer com que os alunos arrecadassem as garrafas que foram dispersas pelo local, os participantes foram divididos em dois grupos, foi estipulado um tempo de dois minutos para que recolhessem o maior número de garrafas possíveis, ao término do tempo estipulado foi conferida a quantidade e o valor correspondente a cada garrafa, o grupo com maior somatória de pontos seria o vencedor. Após esse momento foi realizada uma

AÇÃO DO LAZER				
ALONGAMENTO	AQUECIMENTO	BRINCADEIRAS	CIRCUITOS	CONCIENTI ZAÇÃO
M1	M2	M3	M4	M5
ALONGAMENTOS DE MEMBROS INFERIORES	CORRIDA COM BALÃO	CORRIDA COM SACO	CIRCUITO SENSORIO- MOTOR	CAÇA SUSTENTÁVEL
	CORRIDA DE BOLA	BANDEIRINHA		RODA DE CONVERSA
ALONGAMENTOS DE MEMBROS SUPERIORES		QUEIMADA		
TEMPO DE AÇÃO: 120 MINUTOS				

roda de conversa onde a equipe responsável expôs ideias e argumentos em prol dos benefícios da sustentabilidade e da importância da utilização de materiais recicláveis em diversos âmbitos, tais como, brincadeiras, decoração e confecção de materiais (TEIXEIRA, 1995).

Em suma, pode-se mensurar a proposta da ação por meio de uma tabela a qual viabiliza as ações em momentos, os quais estarão dispostas de maneira detalhada no quadro abaixo:

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante as análises feitas por meio da observação das práticas realizadas, pode-se inferir o uso da ludicidade como meio de aprendizagem de novas temáticas, trabalhar assuntos como meio ambiente, recicláveis e sustentabilidade com as crianças se torna dinâmico e eficaz, a criança além de trabalhar as habilidades corporais, imaginação e criatividade também desenvolve um senso crítico acerca da problemática abordada (FRIEDMAMN, 2006).

Diante disso, buscou-se atentar a práticas que os levassem a refletir sobre a utilização de materiais recicláveis como possíveis instrumentos, como brinquedos, a fim de fazer com que eles tenham a percepção de que esses materiais podem ser aproveitados em seu dia a dia, moldando a consciência sobre os danos que podem ser causados pelo desperdício e má distribuição desses materiais (FADINI; FADINI, 2005).

Por intermédio de uma roda de conversa podemos perceber que a compreensão das crianças sobre o assunto sustentabilidade e meio ambiente pouco se tinha, muitos nem sabiam o que significava a palavra. Já constatamos, nesse sentido, a importância de levar cada vez mais formas didáticas lúdicas para fazer com que as crianças tenham essa visão e tenham ciência sobre temáticas tão impactante quanto essa, trabalhar aos poucos, por meio das escolas, com o intuito de que futuramente essa criança venha a se tornar um cidadão consciente e que coopera para um mundo melhor e duradouro (SORRENTINO, 1998).

O uso de materiais recicláveis por parte dos professores também desperta nas crianças interesse e curiosidade, mediante a isso também devemos levar em consideração que como profissionais somos, de certo modo, um espelho para o que essas crianças possam vir a seguir. Além disso, sabe-se que a falta de estrutura em muitas escolas da rede pública de ensino prejudica o desempenho das aulas de Educação Física devido à escassez de materiais, nesse caso o uso de materiais recicláveis seria uma ótima solução e beneficiaria tanto de modo pessoal quanto de modo coletivo (FREIRE, 1997)

O uso de jogos culturais como queimada, bandeirinha também foi um recurso utilizado para que a aula não se tornasse monótona e sem a participação dos alunos, procurou-se fazer com que o momento tivesse mobilidade em conteúdo, visto que a não variabilidade do mesmo poderia resultar na dispersão e não contribuição com aula

(MANOEL, 2005). Ademais, os jogos possuem um caráter de descontração e liberdade, trouxe um ar lúdico e saudável para as crianças (HUIZINGA, 1951).

5. CONCLUSÃO

Em virtude disso, pode-se totalizar que as atividades lúdicas em associação com as temáticas interdisciplinares, no caso a temática abordada foi o, meio ambiente, por meio da sustentabilidade, deduz-se que as mesmas podem ser desenvolvidas nas escolas e nas aulas de

Educação Física Escolar. E dessa forma, visando-se que haja interação com os alunos, expondo os benefícios e malefícios que aquele conteúdo detém, a fim de explorar as suas vantagens em busca de conscientização e uma possível mudança comportamental em relação ao assunto. A ludicidade por sua vez, atrelada ao seu caráter livre e desprendido, transforma as aulas em momentos de lazer, no qual os alunos se tornam sujeitos livres e capazes de vir a contribuir para o momento. Portanto, experimentando-se satisfatoriamente e trabalhando não somente um corpo, mas o aluno e futuro cidadão de bem, contribuinte para uma sociedade melhor.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Política Nacional de Educação Ambiental**. Brasília, DF: Ministério do Meio Ambiente/ MEC, 1999.

FADINI, P. S.; FADINI, A. A. B. Lixo: **desafios e compromissos**. Disponível em: <<http://sbqensino.foco.fae.ufmg.br/uploads/314/lixo.pdf>>. Acesso em: 20 jun. 2005.

FREIRE, J. B. **Educação de corpo inteiro**: teoria e prática da Educação Física. 4. ed. São Paulo: Scipione, 1997

FRIEDMANN, Adriana. O desenvolvimento da criança através do brincar. São Paulo: Moderna, 2006.

GIL, Antonio carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HUIZINGA Johan. **Homo Ludens**: essai sur la fonction sociale du jeu. Paris: Gallimard, 1951.

Manoel EJ. Adaptação e desenvolvimento motor. In: TANI, G. (Org.). **Comportamento Motor. Aprendizagem e desenvolvimento**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p. 71-81.

MATVEIEV, L. **Fundamento do treino desportivo**. 2ª ed. Lisboa: Horizonte, 1991.

MONTEIRO, A. G.; EVANGELISTA, A. L. **Treinamento funcional: uma abordagem prática**. São Paulo: Phorte, 2012.

REQUIXA, R. (1979). Conceito de lazer. **Revista Brasileira de Educação Física e Desporto**. N.º 42, pp. 11-21.

REQUIXA, R. (1980). As dimensões do lazer. **Revista Brasileira de Educação Física e Desporto**. N.º 45, pp. 54-76.

SANTOS, Santa Marli Pires. **Brinquedoteca: A criança o adulto e o lúdico**.

Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

SATO, M. **Educação Ambiental**. São Carlos: Rima, 2002

SORRENTINO, M. De Tbilisi a Tessaloniki, a educação ambiental no Brasil. In: JACOBI, P. et al. (orgs.). **Educação, meio ambiente e cidadania: reflexões e experiências**. São Paulo:

SMA.1998. p.27-32.

TAMAIIO, I. **A Mediação do professor na construção do conceito de natureza**. Campinas, 2000.

TEIXEIRA, Carlos E. J. 1995 **A Ludicidade na escola**. Editorial Loyola, São Paulo, Brasil.

VERGARA, Sylvia C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3.ed. Rio de Janeiro: Atlas, 2000.

VIEIRA, Alexandre. A educação física e a recreação: uma nova proposta de trabalho! **Site Médico**– sua saúde cada vez melhor! 2016. Disponível em: <<http://www.sitemedico.com.br/site/boa-forma/fitness/7370-a-educacao-fisica-e-a-recreacao-uma-nova-proposta-de-trabalho>>. Acesso em: 20 jun. 2019

VIGOTSKY, L. S. **A formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes, 1984.

UNESCO. **Década das Nações Unidas da Educação para um Desenvolvimento Sustentável**, 2005-2014: documento final do esquema internacional de implementação. – Brasília: UNESCO, 2005.

- ARTIGO 30 -

ESPORTE NA ESCOLA COMO IMPORTANTE INSTRUMENTO NA MELHORIA DO RENDIMENTO ESCOLAR

PAULA, Valéria de Nazaré Alves de – valpaula24@gmail.com
SOUSA, Elenton Oliveira de – elentonlicgrada@gmail.com
SARAIVA, Marcos Francisco de Oliveira - marcosedfsaraiva@hotmail.com

RESUMO

O esporte é tratado tradicionalmente como um fenômeno sócio-cultural, por vários autores, estando sempre em destaque na nossa sociedade. Através da mídia em geral, da televisão, jornais escritos, rádio, clubes, academias, praças públicas, etc, estamos constantemente nos deparando com ele no contexto escolar, podendo considerá-lo como um patrimônio da humanidade. O esporte apresenta várias possibilidades de manifestação, o presente estudo tem o objetivo de analisar como o esporte nas aulas de Educação Física pode contribuir com o aumento de desempenho escolar dos alunos, e com objetivo específico assegurar que a disciplina educação física que está inteiramente relacionada ao esporte é de relevante importância para o processo de ensino aprendizagem escolar. Usou-se a técnica da pesquisa bibliográfica, procurando discutir a importância do Esporte como fator de melhora no desempenho escolar, sinalizando para a necessidade de uma Educação Física escolar voltada para a possibilidade de todos terem acesso ao conteúdo esporte, propiciando ao aluno condições de conhecê-lo, reproduzi-lo, reconstruí-lo e transformá-lo de acordo com contexto.

Palavras chaves: Esporte, educação Física Escola, Aprendizagem.

ABSTRACT

Sport is traditionally treated as a socio-cultural phenomenon by many authors, always being prominent in our society. Through the general media, television, written newspapers, radio, clubs, gyms, public squares, etc., we are constantly facing him in the school context and can consider him as a heritage of humanity. Sport has several possibilities of manifestation, the present study aims to analyze how sport in Physical Education classes can contribute to the increase of students' school performance, and with the specific objective to ensure that the discipline physical education that is entirely related to the Sport is of relevant importance for the teaching-learning process. We used the technique of bibliographic research, seeking to discuss the importance of sport as a factor in improving school performance, signaling the need for a school physical education aimed at the possibility of everyone having access to sports content, providing the student with conditions to know it, reproduce it, rebuild it and transform it according to context.

Keywords: Sport, Physical education School, Learning.

RESUMEN

El deporte es tratado tradicionalmente como un fenómeno sociocultural por muchos autores, siempre siendo prominente en nuestra sociedad. A través de los medios generales, la televisión, los periódicos escritos, la radio, los clubes, los gimnasios, las

plazas públicas, etc., nos enfrentamos constantemente a él en el contexto escolar y podemos considerarlo como un patrimonio de la humanidad. El deporte tiene varias posibilidades de manifestación, el presente estudio tiene como objetivo analizar cómo el deporte en las clases de Educación Física puede contribuir al aumento del rendimiento escolar de los estudiantes, y con el objetivo específico de garantizar que la disciplina de la educación física esté completamente relacionada con el El deporte es de importancia relevante para el proceso de enseñanza-aprendizaje. Se utilizó la técnica de investigación bibliográfica, buscando discutir la importancia del deporte como factor de mejora en el rendimiento escolar, señalando la necesidad de una educación física escolar centrada en la posibilidad de que todos tengan acceso al contenido deportivo, proporcionando al estudiante condiciones de conocimiento. reproducirlo, reconstruirlo y transformarlo según el contexto.

Palabras clave: deporte, escuela de educación física, aprendizaje.

1. INTRODUÇÃO

O presente estudo tem o objetivo de analisar como o esporte nas aulas de Educação Física pode contribuir com o aumento de desempenho escolar dos alunos, e com objetivo específico assegurar que a disciplina educação física que está inteiramente relacionada ao esporte é de relevante importância para o processo de ensino aprendizagem escolar, já que o tema esporte faz parte do Curriculum escolar em sua base teórica, de acordo com a legislação vigente.

Vários aspectos fundamentam a justificativa de tornar a prática esportiva como componente essencial na vida do aluno entre eles podemos destacar: O sedentarismo e todas as suas consequências e malefícios que vão desde o pretensão de patologias fisiológicas ,psicológicas à questões de ordem social, tendo a inatividade como fator principal; realização pessoal do participante com autoestima mais elevada, fugindo de um padrão imposto pela indústria midiática e seus artefatos sociotécnico que são padrões sociais.

O esporte, é essencialmente ativo, está entre as principais atividades físicas praticadas pelo homem na modernidade. Atualmente é visto como fonte primordial na formação do indivíduo, por isso é fundamental saber introduzi-lo de forma que consiga estimular e agregar valores e modos de comportamento, interagindo com aspectos biológicos e socioculturais que emergem do convívio humano.

O esporte é uma das várias formas de atividade física praticada com diversas finalidades, dentre elas podemos destacar: finalidade recreativa, educativa, sociocultural, profissional ou como meio de melhorar a qualidade de vida. Pois quase

metade dos brasileiros que praticam atividades físicas, são adeptos de algum esporte que pode ser individual ou coletivo.

O ambiente escolar de certo modo se tornou um ambiente de preparação para exercer profissões e se preparar para grande nível de competições, onde só é forte quem sobreviver as preparações demonstrando o esporte como poder e soberania “o esporte escolar, tal como tem sido trabalhado, apresenta as mesmas características que o esporte profissionais, uma vez que é tratado como uma estratégia para demonstrar poder e soberania” (BURITI, 2009, p.21).

A iniciação esportiva e de extrema relevância na formação de professores de educação física, que ao criar estratégias de especialização, usa o treinamento desportivo como forma de aprendizagem e se utiliza da ciência do crescimento e desenvolvimento motor, colocando assim regras básicas com poucas abrangências tanto no campo físico, teóricos, visando a plena formação de alunos tanto em aspecto sociais ou intelectual, físico e psicossocial para sim dar inicio, aos esportes escolares, sem influenciar apenas competições, mas sim como forma de aprendizagem e desenvolvimento social.

A iniciação esportiva do programa de educação física, não poderia significar uma especialização em qualquer dos esportes, mas, sim utilizar os pré-desportivos para aprendizagem e desenvolvimento motor, com táticas simples e regras básicas que caracterizam as modalidades, sem muita exigência técnicas, atendendo nos objetivos de cooperar na formação integral do aluno, em seus aspectos físico, intelectual e psicossocial, iniciando aqui sua preparação técnica para os esportes escolares (BARBOSA, 2007, p. 19).

É importante ressaltar que o professor de Educação física enquanto profissional habilitado, precisa ter a competência de saber identificar os alunos com um padrão desportivo além do cabível na escola, e assim poder desenvolver suas habilidades motoras, mas é necessário conhecer também as potencialidades genéticas de cada indivíduo(individualidade biológica).Sabemos que algumas variáveis físicas como altura,peso,percentual de gordura,força muscular, velocidade,agilidade e potência parecem ser altamente dependente da constituição genética e como o sucesso esportivo não depende única e exclusivamente de uma única variável,pois também existem os fatores fenotípicos.

Hoje no Brasil há estudos sobre a aplicação de métodos avaliativo no esporte que nos permitem detectar valências físicas básicas e servem como complemento na

orientação esportiva, manipulando as impressões digitais. A dermatoglia é um método aplicado na otimização das especializações no esporte em muitos países, é importante ressaltar sua importância no meio da investigação científica, sua aplicabilidade exitória tanto no desenvolvimento esportivo como na saúde são reconhecidos internacionalmente.

As pessoas constantemente estão em busca de mudanças e precisam de grandes transformações no contexto social, e é no esporte que conseguem preencher várias lacunas e conseguem se encontrar de forma satisfatória, pela sua imensa abrangência cultural, ainda mais quando se trabalham em equipe de forma cooperativa, ampliando sua compreensão de si mesmo e do grupo.

O esporte é transformador e, no contexto dos jogos cooperativos, particularmente, é transformador da compreensão-ação que temos da realidade. Nesse sentido, participar do esporte é ampliar a consciências de si mesmo, do outro e do mundo (CORREIA, 2006, p.49).

O artigo se justificava com função de quebrar paradigmas, pois, o esporte, é visto como múltiplas faces e formas de lazer, competições multimilionárias, ou como forma de violência. Porém, deve ser visto como metodologia de ensino e aprendizagem nas ciências de desenvolvimento motor, social, intelectual e psicossocial escolar, visando o rendimento escolar de crianças, adolescentes e jovens que ao praticarem o esporte tem um estímulo para continuar aprendendo cada vez mais.

De acordo com os resultados obtidos em bibliografias estudadas, as aulas de educação física tendem a promover uma ótima forma de se trabalhar o esporte na escolar, pois o mesmo deve ser trabalhado de maneira correta e por profissionais totalmente qualificados na área de educação física. Portanto, pela necessidade de mais estudos sobre as práticas escolares como uma ferramenta de desenvolvimento pleno dos estudantes nas escolas, e diante deste contexto, pode-se dizer que as práticas esportivas devem ser usadas como metodologia de incentivo para o melhor rendimento escolar dos educandos, levando em consideração a grande procura dos alunos por algum tipo de prática esportiva.

2. METODOLOGIA

Conforme Marconi e Lakatos (2003), faremos uso da técnica da pesquisa de cunho bibliográfico, utilizando as fontes bibliográficas do tipo de publicações, encontradas em livros, artigos, publicações avulsas, Dissertações, monografias etc.

3. REVISÃO DE LITERATURA

Esporte é um fenômeno que se caracteriza por si próprio, que visa alcançar o equilíbrio mental, do indivíduo, com aspectos de lazer, euforia e divertimento da pessoa que o pratica deixando o corpo e a mente totalmente relaxados. É um meio do indivíduo esvaziar a mente dos problemas e alcançar a saúde, e também buscar a disciplina através do esporte, para alcançar o desenvolvimento do corpo, ou premiação. Segundo Patronis (1991), “o esporte é um fim em si próprio quando considera os aspectos como prazer, o divertimento, a euforia, a higiene mental” (BURITI, 2009, p. 50).

O esporte Brasileiro é praticado em muitas modalidades tanto de forma amadora quando nas organizações profissionais, individual ou coletivo. Na vertente de performance é organizado por Confederações Nacionais Esportivas, sendo principal o comitê Olímpico Brasileiro, tendo o futebol como modalidade esportiva mais popular no país. Os estudos da ciência da motricidade humana é uma das bases do conhecimento do movimento humano.

Hoje é muito comum tanto nas aulas de educação física como nos jogos escolares a prática esportiva em geral é realizada na perspectiva do esporte espetáculo rendimento, isto é da ânsia da vitória em algumas situações a qualquer custo da conquista, da especificidade, do troféu e na medalha ficando configurada a ideia de que só tem êxito na prática esportiva quem vence e ganha títulos. Sobre o intuito único de “vencer o jogo” e na ausência de princípios de formação humana e desenvolvimento social, em muitas situações ocorre a violação das regras do jogo, e agressividade física e moral a seletividade a exclusão aspectos considerados negativos na formação humana.

No início do ano letivo um número expressivo de alunos aparece para iniciar a prática esportiva, muitas vezes com o objetivo de galgar um título de atleta de alta performance e ser conhecido internacionalmente por sua destreza no referido esporte. No entanto, existem critérios que acabam por peneirar os mais habilidosos, e assim consegue-se um grupo de qualidade e elimina-se os menos habilidosos.

É possível observar que os objetivos e procedimentos metodológicos do esporte escolar se confundem com os objetivos e procedimentos do sistema esportivo institucionalizado de rendimento, ficando difícil distinguir, impor limites às práticas e metodologia um do outro, em alguns casos sobrepondo-se o rendimento já que quase sempre buscam êxito e vitória.

Em relação ao esporte escolar é importante frisar que o processo que de ensino e aprendizagem da prática esportiva, encontra-se sob influência do sistema esportivo, do mercado consumidor, da mídia e da busca por resultados positivos, deixando de lado e desrespeitando as diferentes etapas de desenvolvimento global pelos quais os alunos passam.

De acordo com Wein (2001), a maior barreira do ensino dos esportes está no fato dos professores serem conhecedores dos conteúdos sobre os esportes, entregando desconhecendo a individualidade de cada aluno. Porém, é necessário frisar que cada indivíduo é único e precisa ser traçada uma metodologia que enquadre cada aluno ao seu esporte de acordo com suas habilidades.

Ao analisarmos cinesiologicamente a prática esportiva faz-se necessário focar na importância de o homem manter-se sempre ativo, dinâmico em constante movimento por isso é importante ressaltar o esporte no âmbito da educação física como exercício físico. Assim sendo pode-se atribuir ao esporte uma função predominantemente física, tornando o aluno um sujeito dinâmico e que o movimento é inerente à sua existência e deve estar presente em toda sua vida.

O estreito e fundamental vínculo da Educação Física com o esporte, principalmente no âmbito do conhecimento empírico, é muito comum e os dois conceitos acabam virando sinônimos, devido as duas palavras. Serem homônimas ao se falar em senso comum. É muito importante frisar também, o quanto foi e é árduo o trabalho para desmistificar este conceito atribuído culturalmente pelas práticas históricas da nossa disciplina. Porém, não se pode ignorar a importância que o esporte tem ou pode ter, dependendo aqui do olhar e da direção que o professor tem para essa prática, assim como não é salutar que por falta de conhecimento algumas pessoas queiram entender o esporte como uma prática negativa no ponto de vista educacional, e com essa justificativa cheguem a abolir o esporte nas aulas.

A negação do esporte não vai no sentido de aboli-lo ou fazê-lo desaparecer ou então, negá-lo como conteúdo das aulas de EF. Ao contrário, se pretendemos modificá-

lo é preciso exatamente o oposto, é preciso tratá-lo pedagogicamente. É claro que, quando se adota uma perspectiva pedagógica crítica, este “tratá-lo pedagogicamente” será diferente do trato pedagógico dado ao esporte a partir de uma perspectiva conservadora de educação. (BRACHT, 2000, p. 6).

E preciso entender que o esporte é um produto sociotécnico enraizado culturalmente no mundo moderno, e compreende a “[...] escola como um lugar de produção de cultura [...]” (VAGO, 1996, p. 12), e que a Educação Física tem como uma de suas vertentes de conhecimento, o estudo das Ciências do Esporte, assim como o da motricidade humana, fica claro o esporte como de extrema importância na escola, até porque o mesmo faz parte do conteúdo da disciplina educação física.

É importante incluir um esporte na rotina, pois ajuda a evitar doenças frequentes. Isto porque o hábito de fazer atividade tem inúmeros efeitos positivos no sistema imune, promovendo saúde evitando doenças infecciosas com frequência. Além de impactar positivamente no psicológico, a atividade física reflete positivamente na autoestima e bom humor.

De acordo com a Organização Mundial De Saúde (OMS), é necessário ao menos 150 minuto de atividades físicas moderada por semana já conseguem trazer benefícios significativos para o educando. Pode ser esportes individual ou coletivo, o importante é deixar o sedentarismo para trás e optar por um esporte que lhe agrada.

Mesmo tendo sido favorecido na Constituição de 1988 como um direito social a ser garantido e disponibilizado para toda a população sem distinção de sexo idade e condição física ou qualquer outra característica individual, os estudos sobre a prática esportiva no Brasil e suas relações com as políticas públicas são alvos de discussões recentes e vem enfrentando desafios, deve ser ampliado o número de pesquisa sobre o que o relaciona a uma condição e natureza de direito social fundamental. Conforme está reclamando em 2001 o processo de democratização do setor esportivo de lazer, se tornou possível na medida em que estudos projetos e programas foram incentivados corroboram com tal afirmação Toledo e Bega (2010, p 3) ao declarar que:

O esporte é componente fundamental para manutenção da qualidade de vida, porém é necessário que os alunos sejam conscientizando da importância da prática esportiva para sua existência saudável. O professor de Educação física tem a função de mostrar os benefícios que o esporte pode trazer aos alunos, desde as questões físicas,

psicológicas, sociais e fundamentalmente educativa ,assim como a função de sociabilidade, ampliando o convívio social.

A educação física escolar tem um compromisso de buscar incorporar o esporte na vida de seus alunos estes devem ao saírem da escola levar consigo uma imagem boa do esporte como opção de atividade para o seu lazer no entanto em nossa realidade social a prática do esporte me deixando terceira atividade do Lazer perdendo os patos para os programas televisivos apenas para os jogos eletrônicos portanto ao se desenvolver o esporte atenta aos princípios cinestésicos deve-se buscar transferir os alunos que a prática esportiva pode suprir suas necessidades em termos do movimento que seus benefícios vão além de muitas práticas repetitivas encontradas na maioria das academias de ginástica e musculação.

O esporte, adotado na atualidade como um dos fenômenos socioculturais e políticos mais importantes nesta virada de séculos, não pode ser descrito por concepções momentâneas em um determinado período históricos. Ele só pode ser compreendido se o situarmos num processo com Interatuações culturais e contextuais, variando a cada novo momento histórico.

A educação física na escola é vista por muitos (integrantes da própria comunidade escolar) como um momento de diversão e brincadeiras, jogadas sem sentidos ou como treinamento desportivo onde as relações entre professores e alunos passam a ser vista como professor e treinador e aluno atleta (MATOS E MEIRA, 2000 página 10), isso contribui para colocar os alunos como máquina de rendimento as quais têm por fim a capacidade de obtenção dos melhores resultados .Nas competições interescolares (COSTA, 2003) essa educação física era pertinente na década de 70 e 80 e não a educação física de hoje que ao longo dos anos foi evoluindo e se modificando através da pesquisa estudos e finalmente somos reconhecidos como os educadores a pena que muitas pessoas ainda ignora essa conquista.

Salienta-se que é importante para o estudante a prática de qualquer esporte, independentemente de qual seja, para melhoria de sua qualidade de vida, aptidão física, relações sociais etc. Neste sentido pontua-se que para ter um desenvolvimento satisfatório no esporte e na saúde, por exemplo, é de suma importância considerar a dermatoglia e as potencialidades genéticas.

A prática esportiva é uma atividade predominantemente física que se tornou um hábito de vida saudável ,no qual Cagigal sendo citado pelos autores Darido e Rangel

(2005) chegou a assegurar que o esporte é um dos hábitos que caracteriza os homens e mulheres do nosso tempo, como explana o autor Tubino (1999): "[...] o maior fenômeno do século XXI".

Nas últimas décadas o número crianças e adolescentes envolvidos em atividades esportivas vem crescendo bastante, tem se a estimativa de centenas de milhares de jovens em atividades esportivas no mundo inteiro, de acordo com Becker Junior e Teloken (2000), as práticas esportivas representam uma das mais importantes e prazerosas fontes de movimento humano o que influencia expressivamente a participação de todas as faixas etárias nas atividades de esporte.

É importante ressaltar que a Psicologia do esporte e do exercício se fundamenta no estudo científico de pessoas e da conduta humana em contextos esportivos e de exercício e na aplicação prática desse conhecimento na ciência da motricidade humana (GILL E WILLIAMS, 2008). Os psicólogos do esporte e do exercício identificam princípios e diretrizes que os profissionais podem empregar para ajudar adultos e crianças a participarem e se beneficiarem de atividades esportivas e de exercício.

Nesse sentido, para Bourdieu (1983) o ser humano retoma o esporte para si como um bem cultural e também como uma espécie de entretenimento. Assim, o habitus que é incorporado como referência ao ser humano como atleta é determinado através de seu de capital cultural e também seu capital econômico, ou seja, o habitus do atleta é aquilo que o vai o constituir como tal. Assim para Bourdieu (1983):

[...] não são derivações subjetivas, acidentais, disformes e frutos das motivações conscientes dos atores, mas, em vez disso, se apresentam como um sistema de disposições constituído e acionado consensualmente no sentido de classificar e distinguir, aproximar e distanciar objetivamente indivíduos e grupos no espaço social de possíveis [...]. (BOURDIEU, 1983).

Ou seja, a constituição do habitus do atleta vai ser influenciado não por acaso, mas sim, pela carga cultural, econômica e social do mesmo o constituindo como tal.

Essas influências tanto subjetivas (Influência das pessoas em volta) com as do meio que o atleta está inserido, como também a personalidade (Condições Psicológicas) é caracterizada de maneira individual dos traços do sujeito no esporte. Ou seja, essas influências são traços próprios do perfil comum de cada indivíduo, que vai influenciar no que se refere à sua conquista e ao êxito no determinado esporte. Nesse Mesmo sentido nos afirma Rúbio (1999) que:

[...] o nível de motivação de um atleta é determinado pela interação de fatores pessoais como personalidade, necessidades, interesses e habilidades, assim como fatores situacionais específicos como facilidade na prática, tipo de técnico ou orientação para a vitória ou fracasso da equipe. A apreciação dessas questões pode auxiliar na compreensão de diferentes situações num mesmo jogo, já que alguns atletas podem se sentir mais motivados se criticados ou punidos enquanto outros podem se frustrar, deprimir ou mesmo exprimir grande raiva. (RUBIO, 1999).

É importante desenvolver um olhar reflexíssimo para o esporte, analisando todo o contexto escola, através de uma perspectiva pedagógica crítica, como cita o professor Valter Bracht (2000), ou progressista como preferimos abordar, pois o tema é sensível e precisa de um cuidado especial. Apesar do mesmo já ter sido muito discutido no âmbito acadêmico, ainda restam algumas incertezas sobre a eficiência deste instrumento ou do papel do professor como condutor da aquisição do conhecimento dos alunos. Levando esta discussão para dentro da quadra, acreditamos que uma das preocupações que o professor deverá ter, dando um destaque a essa por se tratar de um conceito que vai de encontro com o contexto sócio-econômico-político e cultural atual, é com a competitividade.

Na escola, é preciso resgatar os valores que privilegiam o coletivo sobre o individual, defender o compromisso da solidariedade e respeito humano, a compreensão de que jogo se faz “a dois”, e que é diferente jogar “com” o companheiro e jogar “contra” adversário. (SOARES et al, 1992, p.7).

O conceito de Esporte no Brasil está atualizado com a evolução conceitual do fenômeno sociocultural esportivo, ao aceitá-lo como direito de todas as pessoas, e com as formas de exercício desse direito (Esporte-educação, Esporte-lazer e Esporte-desempenho). Esta atualização ocorre, inclusive, em termos de legislação atual (Lei nº 9.615/98) e também na Política Nacional do Esporte.

O valor da educação através do esporte na escola deve estar rodeado de mudanças de comportamento dos alunos, e estão sendo fortemente influenciados pela mídia que influencia os alunos a serem cada vez mais consumidores do esporte, formando opinião, porém é necessária uma reestruturação de valores que possam favorecer a formação plena dos educandos através das aulas de Educação Física (PAES,1996).

É importante que a escola esteja atenta ao discurso da mídia, que como podemos observar estão presentes de forma muito direta na vida dos alunos, porém isso deve ser feito de forma crítica, estabelecendo uma ligação entre escola e mídia, construindo, para

que seja construído um novo um novo conceito de pratica esportiva. Os agentes que compõem o esporte de rendimento não podem ser deixados de lado na escola porque pode ocorrer detectarão de talentos dentro da escola e não se pode de se eximir desse compromisso enquanto professor, mesmo não sendo esse o objetivo das aulas de educação física nem do planejamento anual.

Portanto os esportes em seu âmbito escolar, é bastante útil para o indivíduo no meio social, tornando-o assim um meio transformador da compreensão de si mesmo e do mundo todo. Pois o esporte promove uma visão reflexiva dos acontecimentos e desenvolvimento políticos, sociais e culturais que acometem o esporte.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O referido artigo foi de grande valia para o processo de ensino/aprendizado e enriquecimento para a classe acadêmica. Para a pesquisa foram utilizados alguns matérias de cunho bibliográfico, com o intuito de obter informações metodológica para fundamentar as revisões literária, objetivando diagnosticar através de estudos que mensurem a que ponto as atividades esportivas praticadas na escola podem melhorar o rendimento escolar dos estudantes.

Ao analisa a questão realmente o esporte é um grande aliado ao ambiente escolar, através do esporte os alunos terão a motivação para continuar a ir à escola não só praticar atividades esportivas, mas frequentar as outras disciplinas curriculares. De acordo com a escola ela proporciona atividades esportivas para os alunos praticarem desde que ele tenha bom rendimento escolar.

Constatamos que o esporte deve ser ainda mais trabalhado em conjunto com as demais disciplinas. É necessário que professores e alunos compreendam a relação de interdisciplinaridade ligam a ambos. O esporte dever ser tratado e entendido como disciplina com conteúdo cultural, e deve ser compreendido por todas as crianças e, também, ser estimulado de diversas maneiras e momentos. Frisamos que se todos os professores tivessem uma voz mais ativa para ajudar a melhorar o rendimento escolar dos educandos, seja através do esporte ou de outras disciplinas, todos ganhariam um melhor desempenho. Os alunos consideram que o esporte é um meio de educação que faz parte do ambiente escolar e que através dos esporte alunos encontram motivação para conseguir melhorar seus rendimentos escolares ao logo do período letivo.

Assim, Martins (2005) mostra-nos que para haver interação entre as pessoas, temos que ter um significado. Isto ressalta que não basta à escola produzir conhecimento aleatórios para posteriormente transportá-lo para a sociedade. O ponto inicial deve ser outro, primeiramente a escola precisa identificar quais as necessidades da sociedade (comunidade escolar), para posteriormente produzir um conhecimento, com retorno à sociedade. Neste contexto, temos o esporte permeando constantemente a vida dos educandos em geral, portanto mais uma vez podemos afirmar que este conteúdo é de grande interesse e valia para os educandos.

Acreditamos que há possibilidade de uma pedagogia direcionada para a formação cidadãos críticos, autônomos e preparados para o livre exercício da cidadania, porém, está só irá se concretiza, caso a escola seja um espaço democrático. Ao se Alencar a cultura corporal de movimento como referência para a Educação Física escolar, é necessário temos que garantir a todos, o acesso a essa cultura prevista em leis, propiciando ao aluno condições de conhecê-la, reproduzi-la, reconstruí-la e transformá-la de acordo com o contexto que se encontre.

Sendo o esporte um dos conteúdos curriculares desta disciplina Educacional, tornasse fundamental oferecer um tratamento pedagógico adequado, pois cabe ao profissional identificar e apresentar aos alunos variadas possibilidades de aplicação. Precisamos definitivamente excluir da Educação Física escolar à função de mera e simples reprodutora de gestos esportivos, passando a ter o esporte como um forte instrumento metodológico e pedagógico, formando cidadãos críticos e autônomos que reflitam sobre os valores e atitudes, cidadãos críticos e aptos a usufruírem do pleno exercício da cidadania.

Portanto, está pesquisa contribuirá muito para a classe acadêmica, pois servira de instrumento de aprendizagem tanto intelectual como pessoal, aos acadêmicos em geral, e que este artigo possa servi como base para outras pesquisas no que diz respeito as atividades esportiva como desempenho escolar de educandos.

REFERENCIAS

ALVES, J. G. B. **Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto.** Revista Brasileira Saúde Materno Infantil, v. 3, p. 5 – 6, 2003.

BURITI, Marcelo de Almeida(org.), **Psicologia do esporte.** – campinas, SP: editora alínea, 2009.

BARBOSA, Claudio Luiz de Alvarenga. **Educação física escolar**. Petrópolis, RJ: vozes, 2007.

BRASIL, Ministério de Educação e do Desporto. **Parâmetros Curriculares Nacionais: terceiro e quarto ciclos: Educação Física / Secretaria de Ensino Fundamental**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BETTI, M; ZULIANI, L. R. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. V.I, n.1, p. 73-81, 2002.

BELBENOIT, G. **O desporto na escola**. Lisboa: Estampa, 1976.

BOURDIEU, **Questão de sociologia**, Rio de Janeiro :Marco Zero,1983

CONFEEF - **conselho federal de educação física. Resolução CONFEEF n.º 056, de 18 de agosto de 2003. Dispõe sobre o Código de Ética dos Profissionais de Educação Física registrados no Sistema CONFEEF/CREFs**. Rio de Janeiro: CONFEEF, 2003.

CORREIA, Marcos Miranda. **Trabalhando com jogos cooperativos: em busca de novos paradigmas na educação física** / Marcos Miranda Correia. – Campinas, SP: Papiros, 2006.

CONFEEF - **conselho federal de educação física**. Carta brasileira de prevenção integrada na área da saúde. Rio de Janeiro: CONFEEF, 2004.

DARIDO, S. C. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

FERRAZ, O. L. **Educação Física escolar: conhecimento e especificidade, a questão da Pré escola**. Revista Paulista de Educação Física, supl. 2, 16-22, 1996.

LUCAS, B. B. **A Educação Física e a formação corporal em uma escola progressista: um olhar etnográfico**. 2004. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Gama

FILHO. Castelani, Lino. **Educação física no Brasil: a história que não se conta**. Rio de Janeiro, 2004.

LIBANEO, José Carlos. Et al. **Educação escolar**; 10.ed. – São Paulo, 2012.

LUCENA, Ricardo de F. **O esporte na cidade: Aspecto do esforço civilizador brasileiro/ Ricardo de F. Lucena campinas**. SP: Autores associados, Chancela editorial CBCE, 2001. - (coleção educativo Física e esporte.

LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica** / Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. – 5. Ed. – são Paulo: Altas 2003.

- ARTIGO 31 -

DIFICULDADES NA PRODUÇÃO DA REDAÇÃO PARA O EXAME NACIONAL DO ENSINO MÉDIO - ENEM

CÔRTE, Jose Guilherme de Souza
PINTO, Ricardo Figueiredo

RESUMO

A escrita ocupa um papel influenciável nos registros de ideias, sentimentos, memória, e levando para o campo social, sua influência surge na aquisição dos conhecimentos de mundo, como cultura, lazer, etc. O Exame Nacional do Ensino Médio é um poderoso instrumento avaliativo em prol de verificar o desempenho da educação básica, o mesmo possui como parte fundamental na obtenção dos resultados, uma prova de redação, com esta, após correções, conseguimos identificar as dificuldades que os alunos demonstraram em suas respectivas produções. Levando também em consideração que a nota de redação do ENEM é um dos principais fatores de decisão, para que o participante ingresse numa instituição de ensino superior. Um professor que está disposto a trabalhar com alunos produções de textos, contribuirá grandemente para o desenvolvimento deste. Assim, para o desenvolvimento da escrita ocorrer de forma transparente, didática e também prazerosa, o professor, precisa deixar o papel de “corretor”, aquele que ler e corrige, para ocupar o papel de “interlocutor”, onde guiará o aluno para o caminho do aprendizado.

Palavras-chave: Redação, ENEM, produção de texto, dificuldades.

ABSTRACT

Writing plays an influential role in the recording of ideas, feelings, memory, and leading to the social field, its influence arises in the acquisition of world knowledge, such as culture, leisure, etc. The National High School Exam is a powerful assessment tool to verify the performance of basic education, it has as a fundamental part in obtaining the results, a writing test, with this, after corrections, we can identify the difficulties that students demonstrated in their respective productions. Also taking into consideration that ENEM's writing grade is one of the main decision factors for the participant to join a higher education institution. A teacher who is willing to work with student text productions will greatly contribute to the development of this. Thus, for the development of writing to occur in a transparent, didactic and also pleasurable way, the teacher needs to leave the role of “corrector”, the one who reads and corrects, to occupy the role of “interlocutor”, where he will guide the student towards learning path.

Keywords: Writing, ENEM, text production, difficulties.

RESUMEN

La escritura desempeña un papel influyente en el registro de ideas, sentimientos, memoria y conduce al campo social, su influencia surge en la adquisición de conocimiento mundial, como la cultura, el ocio, etc. El National High School Exam es una poderosa herramienta de evaluación para verificar el desempeño de la educación básica, tiene como parte fundamental en la obtención de los resultados, una prueba de escritura, con esto, luego de las correcciones, podemos identificar las dificultades que

los estudiantes demostrado en sus respectivas producciones. También teniendo en cuenta que la calificación de escritura de ENEM es uno de los principales factores de decisión para que el participante se una a una institución de educación superior. Un maestro que esté dispuesto a trabajar con las producciones de texto de los estudiantes contribuirá en gran medida al desarrollo de esto. Por lo tanto, para que el desarrollo de la escritura ocurra de manera transparente, didáctica y también placentera, el maestro debe dejar el rol de "corrector", el que lee y corrige, para ocupar el rol de "interlocutor", donde guiará al alumno hacia camino de aprendizaje.

Palabras Clave: Escritura, ENEM, producción de textos, dificultades.

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo vem abordar sucintamente e através de embasamentos teóricos e de resultados divulgados pelo Ministério da educação das notas de redação dos participantes, para desta forma encontrarmos dificuldades que os alunos apresentam ao produzirem suas redações, apesar de sabermos o modelo de redação que é aplicado no Exame Nacional do Ensino Médio – ENEM, muitos alunos possuem dificuldades quando estão em exercício da atividade, uma vez que precisam estar treinados, e de fato ciência do que se pretende produzir, além de atentarem-se as pontuações coesões, entre outros elementos componentes da redação, pois qualquer erro resultará em perdas de pontos.

É nesse momento que o professor deverá ter a paciência para trabalhar com os alunos, exercícios de aprendizado que possibilitem o aluno a superar suas dificuldades e consequentemente tirar uma boa nota no ENEM, pois sabe-se que a redação tem grande importância decisiva para que o aluno ingresse no ensino superior.

2. A REDAÇÃO DO EXAME NACIONAL DO ENSINO MÉDIO E AS DIFICULDADES DISCENTES

Considerando que o Exame Nacional do Ensino Médio é um poderoso instrumento avaliativo em prol de verificar o desempenho da educação básica, o mesmo possui como parte fundamental na obtenção dos resultados, uma prova de redação, com esta, após correções, conseguimos identificar as dificuldades que os alunos demonstraram em suas respectivas produções.

Levando também em consideração que a nota de redação do ENEM é um dos principais fatores de decisão, para que o participante ingresse numa instituição de ensino superior, em que o estudante não pode tirar nota zero, faz-se de suma

importância que sejam divulgados o desempenho dos alunos, e desta forma o professor poderá usufruir de subsídios que o auxiliarão no desempenho de práticas de ensino que contribuirão para que os alunos obtenham bons resultados quando forem realizar a prova. E desta forma, desenvolver no aluno habilidade de escrita e leitura que o capacitem e aprimorem seus discursos a ponto de repassar para o papel conteúdos com qualidade. O portal do ENEM vem demonstrando, com bases nos resultados levantados das provas aplicadas em anos anteriores, a ineficiência do ensino de práticas de leitura e escrita, na educação básica.

Escrever está na moda. As novas tecnologias de comunicação, quem diria, ressuscitaram o valor da escrita. Já não se escrevem cartas como antigamente, mas concisas mensagens eletrônicas. Já não se admitem relatórios longos e complexos. Tempo é dinheiro. Relatórios devem ser objetivos e contundentes. E os vestibulares? Estudante não entra na faculdade se falhar na redação. Nunca se precisou tanto da escrita quanto agora (Squarisi e Salvador, 2013, p. 9).

Os resultados divulgados anualmente sobre o desempenho dos alunos na redação do ENEM é importante para que o professor possa criar estratégias de ensino que trabalhem no aluno, a construção de um aluno crítico capaz de colocar no papel suas ideias e discussão sobre determinado assunto, de maneira coesa, levando ao leitor o convencimento de sua escrita acerca do que foi explanado na sua produção textual.

No que compete às dificuldades nas produções de texto da redação do ENEM, podemos destacar os fatores de ensino-aprendizagem que o aluno recebeu ao longo de seu estudo, em que o professor executava a função de apenas corrigir as produções do aluno, e também aos fatores psicológicos, afinal a nota da redação é um dos marcos decisivo para que o aluno possa ingressar no Ensino Superior, resultando de certa forma a sensação de pressão emocional. É necessário que o professor crie estratégia de ensino-aprendizagem que possibilitem resultar no aluno a absorção do conhecimento de forma prazerosa.

Delimitando-se as condições de produção, para que o aluno possa construir textos com qualidade e segurança sobre o que pretende discorrer, faz-se necessário o domínio de conhecimento de mundo, estar ciente do que se passa ao seu redor em seus mais diferentes contextos, como social, emocional, entre outros fatos, pois quando sabemos do que se trata determinado assunto, a produção textual fica mais fácil.

Destaca-se também que a prova de redação do Exame Nacional do Ensino Médio, vem abordar temáticas contemporâneas, que possibilitam o aluno criar conteúdos com maior dinamismo, isto no que se refere à qualidade do assunto.

O modelo de redação trabalhado no ENEM é o dissertativo-argumentativo, incluída dentro da prova de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, o maior exame nacional educacional do país, trabalha esta modalidade de redação, no qual solicita do escritor uma produção textual sobre o assunto proposto, cujo objetivo é convencer o leitor por meio de seu ponto de vista relatado.

Assim, Antunes (2010, p. 65), destaca que “[...] é de extrema importância apreender os elementos que definem o sentido e os propósitos globais”. Os conteúdos programáticos do ensino de leitura e escrita em sala de aula precisam conter em suas abordagens didáticas, temas que venham trabalhar os aspectos mais abrangentes que compõe o texto, como por exemplo, a finalidade do texto, as composições do mesmo, gênero textual, relevância da produção.

Em suma, Antunes (2010) destaca a necessidade de atemão compreendermos o aspecto geral do texto/produção, pois é de suma importância compreender as características globais do texto, para conseguinte, entendermos as demais classificações contidas nele.

No que compete aos conteúdos temáticos que o ENEM aborda para a produção da Redação, bem como sua forma avaliativa, Antunes (2010) destaca a incompatibilidade de objetivos que o exame propõe em avaliar nas produções, quanto ao que o professor de Língua Portuguesa, busca trabalhar em sala de aula, contudo, é necessário verificar as dificuldades que o aluno tem ao produzir um texto, seja ele, dissertativo, descritivo, entre outros, e trabalhar as diversas modalidades em prol de fazer com que este aluno sinta-se preparado para abordar os mais variados assuntos que são propostos.

O conhecimento sobre o assunto que pretende escrever é um fator que atrelado com o saber de usar corretamente a gramática, terá como resultado escritores de qualidade e preparados para a prova de redação do Exame Nacional do Ensino Médio, contudo, salienta-se que não é uma tarefa fácil trabalhar com a modalidade de produção textual em sala de aula, antes de chegar a qualidade da produção textual desejada, haverá erros a serem sanados.

Um meio de garantir a aprendizagem do aluno é trabalhar estes erros, pois resultará num desempenho mais elevado, uma vez identificado os erros dos alunos o professor saberá exatamente onde trabalhar, e desta forma conseguirá transformar as dificuldades em aprendizados significativos.

Destaca-se que no processo de ensino-aprendizagem, a escola tradicional via o erro como antagonista do aprendizado, e buscava descartar esses erros, além de classificá-lo como desvio do saber. Contudo, quando direcionamos o erro para as perspectivas de aprendizagem, obtemos outra visão, já estudadas pela psicologia, antropologia, linguística, entre outras áreas de conhecimento.

É o que destaca Núñez e Ramalho (2012):

O erro pode ser definido em termos do desvio da resposta do estudante em relação ao padrão estabelecido ou ao modelo de atividade (Nunez, 2009). Se considerarmos a aprendizagem como um tipo de atividade que tem como uma das finalidades fazer o estudante passar de um estado de desenvolvimento A para outro estado A+1, o erro é, nessa passagem, uma manifestação das dificuldades de aprendizagem e, assim sendo, uma ferramenta importante no processo de aprendizagem. Não obstante, supõe-se que no estado A+1 o estudante não cometa os erros manifestados no processo (Núñez e Ramalho, 2012, p. 23).

No que tange a perspectiva de aprendizagem, o erro tem importância no processo de ensino, pois são nas didáticas aplicadas em prática que será possível identificar onde o aluno está errando, suas dificuldades serão notadas e o aluno tem nova oportunidade de compreender o conteúdo que não estava entendendo, resultando nos seus erros quando praticados.

Assim, destacamos a inevitável função que o erro tem no processo de ensino-aprendizagem, pois vem se manifestar como uma dificuldade que não teve solução, ou seja, voltarão a se repetir os erros, quantas vezes as avaliações da aprendizagem forem aplicadas, uma vez que são avaliações realizadas ao longo do ensino. E continuando com as didáticas de ensino que o professor continua ignorando os erros do aluno ou apontando onde ele errou e não o ajudando a criar alternativas solutivas, se perpetuadas até o momento de sua prova, seja ENEM ou outros exames avaliativos, os erros tornarão à tona novamente.

Quando relacionamos as dificuldades de aprender com os erros cometidos ao longo desse processo Núñez e Ramalho (2012), destacam:

Os erros se relacionam com as dificuldades de aprendizagem na medida em que são consequência e manifestação delas. As dificuldades de aprendizagem levam a determinados tipos de erros durante a

aprendizagem e também no final da aprendizagem, quando os alunos não conseguem resolver as dificuldades para aprender. Dessa forma, as análises dos erros nas provas sinalizam para dificuldades características e sistemáticas na aprendizagem (Núñez e Ramalho, 2012, p.24).

Trabalhando o erro com a área de Língua Portuguesa, no que competem as produções textuais, destacamos que não se pode afirmar que uma pessoa fala certo e a outra pessoa errado, pois sabemos que a sociolinguística frisa a heterogeneidade da língua, por conseguinte, temos uma variedade de comunicação, que dependendo de sua região empregam palavreados regionais, pois está intrínseco na cultura daquela região, ou seja, o falar não pode ser atribuído de forma correta para apenas um público. Todavia, no que tange a redação do ENEM, existem regras que precisam ser aplicadas, pois se tratando produções textuais, a prova exige que seja aplicada de acordo com a norma padrão da Língua Portuguesa, pois esta modalidade será realizada no exame de forma escrita, assim entende-se que existem muitas variedades enunciativas da língua portuguesa de região para região, entretanto quando passadas para o papel, o texto deve ser produzido, seguindo as normais, como por exemplo, pontuação.

Assim, Benfica (2002) propõe que:

o aluno já sabe falar quando chega à escola e domina, em sua essência, a gramática da língua /.../ vai para a escola para desenvolver seu conhecimento linguístico discursivo dos gêneros escritos (Benfica, 2002, p. 172) .

O estudando no decorrer do seu dia, domina a linguagem oral, e segundo Santos (2015), no processo de ensino aprendizagem da modalidade escrita, o aluno encontrará dificuldades, decorrente a forma de falar que engloba fatores como entonação, intervalo de tempo para falar, e consequentemente implicará no estudante, dificuldades como grafia, organização das palavras, entre outros.

A partir do que fora destaca no parágrafo anterior, é possível encontrarmos erros relativos à variedade escrita, nas provas do ENEM, uma vez que possuem como critério de pontuação, que a redação seja escrita de acordo com a norma padrão da Língua Portuguesa. Ou seja, é necessário trabalhar no aluno a diferença entre o falar para o escrever, pois como na linguagem oral existem regras para que o discurso chegue no interlocutor com clareza, a linguagem escrita mais do que tudo exige qualidade em sua produção, desta forma o leitor compreenderá o que foi escrito.

Corroborando com o exposto, McWhorter (2003), destaca:

A mudança nacional de uma cultura escrita para uma cultura oral tem amplos e profundos efeitos, mas o ponto central é um específico. Depende

de uma distinção que a maioria de nós tem pouca razão para perceber no nível diário. Salvo se formos linguistas. Ou seja, reconhecer que há um jeito de falar e um jeito de escrever; temos uma tendência (compreensível) a subestimar a importância da diferença entre esses dois pólos. (McWhorter, 2003, p. 21)

Outro motivo que dificulta o processo de ensino-aprendizagem da modalidade escrita nos estudantes está relacionado à forma que o ensino da norma padrão de Língua Portuguesa é repassada. Faraco (2002) destaca que se deve priorizar as práticas de leitura e produção escrita, e não trabalhar técnicas de memorização das regras de gramática, ou atividades que contemplam apenas a classificação de termos empregados no texto produzido, como o método tradicional de ensino trabalhava, e sentimos nos dias atuais seus efeitos.

Os motivos supracitados de trabalhar técnicas de memorização textual refletem nos dias atuais, quando percebemos que ainda há muita deficiência quando elaboram textos. Antunes (2009) salienta que estas deficiências, não são resultados de competências locais presentes na produção, os paradigmas linguísticos também não são resultados diretos.

Antunes (2009) afirma:

[...] o insucesso da escrita escolar é responsabilidade mais de outros fatores do que do componente linguístico. Na verdade, esse insucesso tem raízes em espaços e momentos anteriores àqueles da elaboração de um trabalho escrito. Tem raízes na ausência de uma condição básica, insubstituível, necessária, que é ter o que dizer. Ou seja, tem raízes na contingência daquela intertextualidade não estimulada, não providenciada na escola, que se satisfaz na rotina de escrever textos sem discussão prévia de informações e dados, sem planejamento, sem rascunhos, imobilizada numa única versão, em geral, improvisada. (Antunes, 2009, p. 167)

Sabemos que a prática da escrita é trabalhada em todas as áreas disciplinares do ambiente escolar, entretanto é no ensino de redação que podemos trabalhar como a escrita pode acontecer seguindo as normas padrão da Língua Portuguesa. São muitos os tipos de redação que as escolas praticam, entre tantas, muitas voltam para um tipo de organização textual: a dissertação argumentativa. Caracterizada por trabalhar um texto de opinião, cuja finalidade é convencer o leitor, além de ser amplamente utilizada nas provas de larga escala, como concurso público e inclusive o Exame Nacional do Ensino Médio, como informado anteriormente.

As escolas, cursinhos, entre outros locais de ensino cujo objetivo é trabalhar no aluno a prática da escrita textual, voltadas para a prova do Exame Nacional do ensino

Médio, devem-se atentar-se aos erros cometidos no decorrer das aulas e trabalhar junto com os alunos caminhos que façam que o entendimento seja real, uma vez que a prova de redação configura como fator decisivo para o acesso do aluno ao ensino superior.

[...] desenvolver competências linguísticas, textuais e comunicativas dos alunos, possibilitando-lhes uma convivência mais inclusiva no mundo letrado de hoje (não no sentido de, simplesmente, aceitá-lo, mas principalmente de questioná-lo, de imprimir-lhes mudanças). Assim, a ênfase na leitura, análise e produção de textos narrativos, descritivos, argumentativos, expositivos e conversacionais, considerando seus aspectos enunciativos, discursivos, temáticos, estruturais e linguísticos (que variam conforme as situações comunicativas), caracteriza-se como uma das renovações mais apregoadas no ensino da nossa língua, embora ainda insuficientemente praticada (Bezerra, 2005, p. 43).

É necessário que vejamos a importância de trabalhar o erro dos alunos como uma forma de identificar qual sua dificuldade no processo de transpor para o papel sua argumentação sobre determinado assunto, levando em consideração a necessidade de empregar-se pontualmente, bem como trabalhar as concordâncias verbais, entre outros fatores que são exigidos pela norma padrão de Língua Portuguesa.

Segundo Flôr (2009),

O novo ENEM (Exame Nacional do Ensino Médio) requer dos estudantes habilidades que estão fortemente ligadas a uma superação da visão instrumental da linguagem, pedindo que se estabeleçam relações entre textos e saindo do contexto da memorização no que se refere às ciências exatas (Flôr, 2009, p. 218),

As dificuldades dos alunos devem ser vistas como um fator complementar que possibilitará o professor a trabalhar intrinsecamente aquela área de aprendizado, de modo a ajudá-lo a ter domínio sobre o que se produz, e conseqüentemente ter segurança para expor suas ideias, empregadas corretamente a partir das regras da norma padrão de Língua Portuguesa.

3. O PROFESSOR COMO MEDIADOR DO CONHECIMENTO PARA A PRODUÇÃO DE TEXTO

Saber produzir um texto, de forma coesa e que esteja dentro da norma padrão de Língua Portuguesa, não é uma tarefa que resultará em bons escritores da noite pro dia, sabemos que muitas famílias brasileiras não têm o costume de reservar um tempo do seu dia para a prática da leitura, as escolas por sua vez, deixam a desejar quanto ao incentivo desta prática. Rojo et al. destaca que o desenvolvimento da criança para a prática da leitura, está intimamente relacionada com os hábitos observados no ambiente

familiar, com a práticas de leitura que os adultos demonstram quando estão lendo e escrevendo.

É o modo de participação da criança, ainda na oralidade nestas práticas de leitura e escrita, dependentes do grau de letramento familiar (e, acrescentaríamos) da instituição escolar e/ou pré-escolar em que a criança está inserida, que lhe permite construir uma relação com a escrita enquanto prática discursiva e enquanto jogo (Rojo et al., 2005, p. 123).

A escrita ocupa um papel influenciável nos registros de ideias, sentimentos, memória, e levando para o campo social, sua influência surge na aquisição dos conhecimentos de mundo, como cultura, lazer, etc.

Garcia (2002) destaca:

Aprender a escrever é, em grande parte, se não principalmente, aprender a pensar, aprender a encontrar ideias e a concatená-las, pois, assim como não é possível dar o que não se tem, não se pode transmitir o que a mente não criou ou não aprisionou (Garcia, 2002, p. 301).

O bom educador tem o poder de usar o seu saber para nortear os alunos que possuem dúvidas sobre determinado assunto e desta forma, trazer benefícios para esses alunos. O docente que apresenta dificuldades com produções textuais, não conseguirá alcançar nos alunos o êxito desejado para desenvolver no educando suas habilidades de leitura e escrita.

No campo do método tradicional de ensino, no que compete a prática de ensino da escrita, muitas escolas trabalham com produções textuais no formato de que o professor estipula regras, onde uma dessas, certamente é a de que ele será o único leitor da produção do aluno. Isso é angustiante, tornando no aluno a sensação de incapacidade, pois ele produzirá um texto que caberá apenas ao professor ler, avaliar e, por conseguinte dar sua sanção.

Assim, para o desenvolvimento da escrita ocorrer de forma transparente, didática e também prazerosa, o professor, precisa deixar o papel de “corretor”, aquele que ler e corrige, para ocupar o papel de “interlocutor”, onde guiará o aluno para o caminho do aprendizado.

O professor precisa criar formatos de ensino que o permita corrigir as produções sem causar no aluno o sentimento de incapacidade, Ruiz (2001), destaca que o professor precisa fazer as correções das produções textuais, mas tomando precauções que permitam fazer com que o aluno tenha sentimento de motivação, podendo enxergar onde pode melhorar.

Com isso, temos a técnica da reescrita dos textos que os alunos produziram o professor trabalhando no aluno técnicas de melhorar a escrita, terá como resultado, um aluno capaz de encontrar novas formas de reescrita, de compreensão e, trabalhar esses erros, o aluno terá novos horizontes de aprendizagem. Ruiz (2001, p.35) destaca que: “a revisão não é apenas uma das fases de produção de um texto, mas a que demonstra o caráter processual da escrita”.

Trabalhar a reescrita, como propõe Ruiz, desenvolverá tanto no professor, quanto no aluno, reflexões que abrirão portas para pensamentos solutivos. Ou seja, essa prática vem contribuir no aluno gosto pela escrita, tornando-se desta forma, importante para que o aluno sinta-se inspirado para escrever.

Destaca-se novamente o papel que o professor tem de mediador no processo de ensino da prática da escrita no aluno, este papel é fundamental para que os alunos consigam êxito em suas produções textuais, e a prática sendo mediada, ocasionará no aluno entendimentos reflexivos que o possibilitarão a construir produções com domínio e compreensão, capazes de empregar as pontuações corretamente, por exemplo, bem como ter o domínio de outras estruturas gramaticais.

Torna-se indiscutível, assim, o papel do professor como mediador da aprendizagem. Essa mediação do professor é um fator determinante do sucesso que o aluno possa ter em seu processo de aquisição e desenvolvimento da escrita. As leituras que tomam os textos dos alunos como unidades de sentido têm se revelado mais produtivas do que aquelas que apenas focalizaram partes do texto ou seus aspectos gramaticais (Suassuna, 2011, p. 120).

Entre tantas funções que o professor executa no ambiente escolar, no que tange o professor de Língua Portuguesa, podemos destacar como uma das mais desafiadoras, a formação de escritores que saibam produzir um texto coeso, com empregos de pontuações corretamente, entre outras.

O professor deve trabalhar no aluno, a escrita e produção de texto de modo que seja prazeroso, e que o aluno não sinta receio com o que produzir, por achar que o professor vai chamar sua atenção de maneira indevida, logo com o intuito de punição e não de mediação, como proposto por Ruiz.

O professor tem que se integrar na situação de produção como coautor, e não como mero observador. É interagindo realmente com o aluno que ele pode mudar as coisas no ensino da escrita. E isso não se consegue sem um envolvimento maior com o aluno-produtor, sem uma pequena dose de afetividade (Ruiz, 2001, p. 203).

Assim, o professor precisa estar presente no acompanhamento das etapas que constituem a produção textual de autorias de seus alunos, trabalhar o planejamento, reescrita, revisão, são situações didáticas que bem aplicadas, resultarão em bons resultados para o desenvolvimento do aluno.

Para que o aluno possa se inscrever no discurso, a produção textual, por exemplo, deve ser concebida como uma prática social. Para tanto, é necessário que alunos e professores desenvolvam uma visão rica do ato de escrever em que: escrever não pressupõe apenas a produção do texto, mas também seu planejamento (antes), sua revisão e edição (depois) e seu subsequente consumo pela audiência alvo para que autor e leitor possam atingir seus objetivos de trocas simbólicas (Motta-Roth, 2008, p. 372).

Assim, a aplicação das técnicas didáticas supracitadas resultará em produções que tenha significados, pois o professor acompanhando a produção dos alunos, terá na composição final, um produção textual recheada de reflexão e reescrita adequada, após as devidas revisões.

Paulo Freire corrobora que a competência linguística e resultado de uma construção de significados que sofreu mudanças no decorrer do caminho para chegar a sua coesão, competência linguística, desta forma, é a aquisição de conhecimentos que é absorvida durante a prática social.

A leitura do mundo precede da palavra, daí que a posterior leitura desta, não possa prescindir da continuidade da leitura daquela. Linguagem e realidade se prendem dinamicamente. A compreensão do texto a ser alcançada por sua leitura crítica implica a percepção das relações entre o texto e o contexto (Freire, 2005, p. 11-12).

A tarefa de trabalhar intimamente a construção do texto nos alunos, apesar de trabalhosa, possibilita encontrar os erros que são comumente cometidos quando o texto é produzido. Pois as dificuldades que cada aluno possui, pode ser diferente da dificuldade do colega, e no decorrer do aprendizado podem ser superadas. Assim, o acompanhamento é necessário para que o professor encontre a dificuldade do aluno, e também para acompanhar o progresso do aluno. Pois um professor que não acompanha o processo de aprendizagem de seu aluno, ele não saberá intervir no problema, ou se quer conseguirá identificar a dificuldade do educando.

Oliveira (2010) afirma que:

Não há nada inerentemente errado no ato de apenas corrigir um texto. Essa prática é muito comum em empresas de grande porte. Antes de enviarem um documento para alguém ou de publicarem um texto em jornais e revistas, as empresas designam um funcionário, às vezes com a função exclusiva de revisor textual, a tarefa de buscar erros e corrigi-los. Chama-se essa prática de revisão textual. Ela também tem um lugar

importante no universo acadêmico, mas, na sala de aula, não ajuda os alunos em nada (Oliveira, 2010, p. 164).

É necessário que tenha um acompanhamento consciente e eficiente, que possibilite no aluno trabalhar reflexões em prol de sua melhoria nas produções textuais, pois para que se tenha uma produção textual, faz-se necessário que seu conteúdo esteja inserido em determinado contexto social comunicativo, exigindo do aluno, conhecimento de mundo, estes conhecimentos são indiscutíveis para às ações do discurso e sua produção coesa e efetiva.

Desta forma, corroborando com o que fora supracitado, destacamos que por mais que saibamos a quem o texto destina-se, bem como seu gênero, torna-se ineficaz sua enunciação se não tivermos um lugar discursivo, isso associamos aos conhecimentos de mundo, e está atrelado ao fato em termos também conhecimento de mundo.

Como bem ressalta Antunes (2003),

A atividade da escrita é, então, uma atividade interativa de expressão, (ex-, “para fora”), de manifestação verbal das ideias, informações, intenções, crenças ou dos sentimentos que queremos partilhar com alguém, para, de algum modo, interagir com ele. Ter o que dizer é, portanto, uma condição prévia para o êxito da atividade de escrever (Antunes, 2003, p. 45).

Apesar de termos o domínio linguístico-textual, a ausência do conhecimento do assunto, não garantirá que se tenha uma produção textual, independente da proficiência do escritor, a falta de conhecimento sobre determinado assunto o impedirá de produzir determinado texto, sobre o assunto que não se tem domínio.

O professor precisa auxiliar o aluno para que o mesmo tenha o domínio de produção textual, capaz de empregar corretamente as pontuações, bem como construir um texto coeso, cheio de argumentos e propostas que possam causar no leitor o convencimento desejado.

É necessário não apenas apontar o erro, mas acima de tudo, mostrar o caminho do acerto, escrever corretamente tem consequências que não só beneficiarão o aluno na produção textual para o Enem, bem como outros processos avaliativos que exigem a redação, mas contribuirá para o desenvolvimento de um cidadão social, emocional, cognitivo.

3. METODOLOGIA

Caracteriza-se como pesquisa bibliográfica expositivo-argumentativa, pois nos ajudou segundo Manzo (1971:32, apud Marconi & Lakatos, 2003:183), “explorar novas

áreas onde os problemas não se cristalizaram o suficiente’, e desta forma nos ajudando no “ reforço paralelo na análise de nossas pesquisas e manipulações das informações”. Assim, esta pesquisa de cunho bibliográfico, permitiu-nos, de acordo com Marconi & Lakatos (2003:183), “o exame de um tema sob novo enfoque de abordagem, chegando a conclusões inovadoras”.

4. RESULTADOS

Abaixo, encontra-se o quadro demonstrativo quantitativo de resultados das redações realizadas pelos participantes, divulgadas pelo Instituto Nacional de estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP.

Veja:

Quadro 1: Resultados por área de conhecimento – ENEM 2018 – aplicação regular

REDAÇÃO

Proficiência Média Geral	522,8
Proficiência Média Concluintes	523,4
Proficiência Média Egressos	520,9
Proficiência Média Treineiros	541,2
Redações Nota Zero	112.559
Redações Nota Mil	55

Fonte: Instituto Nacional de estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP.

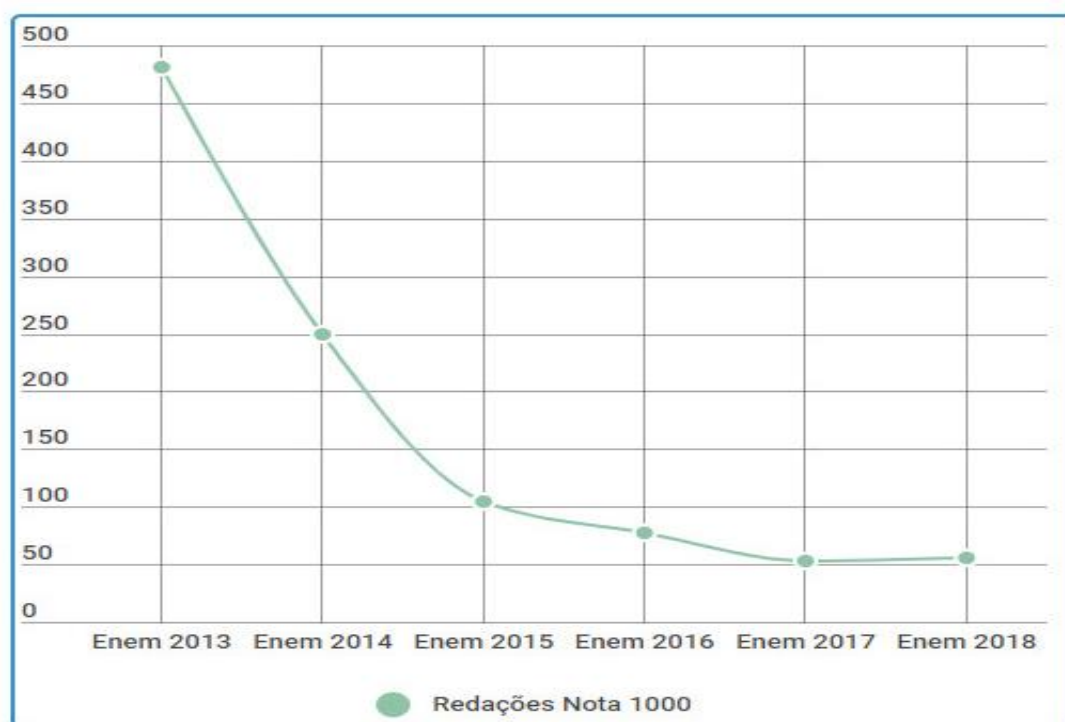
Segundo o Instituto Nacional de estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, foram apresentados os números de redações nota zero e nota 1000. Ao todo, 55 participantes obtiveram a nota máxima e 112.559 (2,73%) zeraram a prova dissertativa.

O número de notas zero é bem menor que o de 2017. Os principais motivos para nota zero no Enem 2018 foram: redações em branco (1,12%), fuga ao tema (0,77%) e cópia do texto motivador (0,36%).

Tomando como base os motivos para as notas zero do ENEM, destacadas no parágrafo acima, de acordo com as informações divulgadas pelo INEP, entendemos que o professor precisa usar de artifícios da coesão quando estiver trabalhando com os alunos técnicas de produção textual. Pois não adiantará ter uma redação com vários parágrafos, ou até fechado o máximo de linhas exigidas, se o texto não apresentar afirmações coerentes.

Para que se tenha um domínio de um texto bem produzido, leva-se um pouco de tempo, é uma tarefa que o professor, bem como o aluno, deve estar ciente de que precisará de atenção, paciência e foco em aprender, para no fim obter bons resultados.

Uma observação pertinente é que a nota média da redação caiu, contudo os alunos que tiraram nota 1000 no ano de 2018 aumentou, se comparado aos anos anteriores da aplicação destas provas, bem como 2% dos participantes obtiveram nota acima de 900, 1% a mais que o ano de 2017.



Fonte: vestibular.brasilecola.uol.com.br

Sabemos que o Exame Nacional do Ensino Médio, é um meio que o aluno tem de ingressar no ensino público superior, e destaca-se desta forma a importância que a nota da redação tem como fator decisivo.

Trabalhar produção de texto requer que o aluno esteja totalmente focado para poder ter um resultado satisfatório bem como de fato aprender os elementos que compõem um texto. É tarefa de o professor criar didáticas atrativas que possibilite o educando a sentir instigado em aprender e principalmente entender a importância de produzir um texto bem elaborado.

5. CONCLUSÃO E RECOMENDAÇÕES

A escola precisa incentivar o hábito da leitura, e abrir esse universo para o aluno, a ponto de os fazerem sentir gosto pelo que se ler, pois terão como consequência um vocabulário vasto, aprimorado, capaz de empregar corretamente os discursos tanto oralmente, quanto escritos.

Contudo, para que se tenham esses resultados nos educandos, a disciplina que mais trabalha produção textual, visando a produção correta de textos, como emprego correto dos acentos, ortografia, coesão, entre outros é a Língua Portuguesa, assim, os professores desta área de ensino devem fugir do modelo tradicional de produções textuais, em que consistia em fazer com que os alunos escrevessem por escrever, deve-se trabalhar no educando a ideia de que a produção do texto deve ter um objetivo.

As produções textuais não devem ser trabalhadas apenas como o cumprimento de uma tarefa solicitada, é necessário que trabalhe estas produções visando de fato assegurar o aprendizado dos alunos quanto à qualidade de um texto produzido, pois o aluno precisa aprender os componentes do texto, como produzir, onde acentuar, entre outras regras ortográficas e gramaticais que compõe um texto bem produzido.

Desta Forma o docente não deve limitar no ensino das produções de textos, apenas a gramática, é importante ensinar o aluno que o texto começa a ser produzido bem antes de sua escrita, o planejamento é um dos primeiros passos que o aluno deve ter ao iniciar a construção de um texto, independente de qual assunto seja escrito, pois é necessário organizar os pensamentos, e todo seu conhecimento de mundo sobre o tema que se pretende redigir para que se possam organizar as ideias e colocá-las nos parágrafos de forma coesa e bem abordada, assim o intuito de aprendizagem está sendo praticado em sala de aula, garantindo no aluno a certeza de seu aprendizado sobre a construção de texto, independente do tema que fora solicitado em sala de aula.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, I. **Língua, texto e ensino: outra escola possível**. São Paulo: Parábola Editorial, 2009.

BENFICA, Maria. 2002. **Do Texto-Fonte palestra ao relato noticioso: uma experiência com a retextualização no ensino fundamental**. Scripta, v. 6, n. 11, p.171-184.

BEZERRA, M. A. **“Ensino de língua portuguesa e contextos teóricos-metodológicos”**. In: DIONÍSIO, A. P.; MACHADO, A. R.; BEZERRA, M. A. (orgs). Gêneros textuais e ensino. São Paulo: Parábola Editorial, 2011.

FLÔR, C. C. **Leitura e formação de leitores em aulas de química no Ensino Médio**. 2009. 235 f. Tese (Doutorado em Educação Científica e Tecnológica) – Centro de Ciências da Educação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2009. Disponível em: . Acesso em: 24 set. 2019.

FREIRE, P. **A importância do ato de ler: em três artigos que se completam**. 46 ed. São Paulo: Cortez, 2005.

GARCIA, O. M. **Comunicação em Prosa Moderna**. 21 Edição. Rio de Janeiro: Fundação Getulio Vargas, 2002.

McWHORTER, John. 2003. **Doing our own thing — the degradation of language and music**. New York: Gotham Books.

MOTTA-ROTH, D. **Análise Crítica de Gêneros: Contribuições para o ensino e a pesquisa de linguagem**. São Paulo: DELTA, 2008.

RUIZ, E. **Como se corrige redação na escola**. São Paulo: Mercado de Letras, 2001.

SUASSUNA, Livia. **Avaliação e reescrita de textos escolares: a mediação do professor**. In: ELIAS, Vanda Maria (Org.). Ensino de língua portuguesa: oralidade, escrita e leitura. São Paulo: Contexto, 2011. p. 119-134.

- ARTIGO 32 -

POLÍTICA DE EDUCAÇÃO BÁSICA PARA O ENSINO DE JOVENS E ADULTOS

LAURIDO, Jorge Augusto
Pinto, Ricardo Figueiredo

RESUMO

A educação possui um lugar de extrema importância quanto ao desenvolvimento e capacitação do cidadão, pois é um direito social o acesso à educação de qualidade. Leis foram sancionadas, o que é uma grande conquista, é um direito da população. Educação é o principal caminho da mudança para garantir que as pessoas que não concluíram seu ensino básico, tenham dignidade social, que muitas vezes são excluídas do mercado de trabalho, por não terem concluída sua formação básica. Estes estão incluídos numa parcela de problemática social, como condição econômica, gravidez na adolescência, moradia. As políticas públicas possuem o poder de estabelecer leis, resoluções, diretrizes entre outras decisões advindas do poder público, desta forma correspondendo às orientações do governo e suas disposições, tomam decisões que são direcionadas as necessidades sociais, no que compete o âmbito pessoal, profissional e educacional.

Desta forma, a educação de Jovens e adultos, pode ser também, considerada de caráter político, devido à preocupação social em criar projetos que contribuam aos que não puderam concluir o ensino escolar na faixa etária, que por situações econômicas, por exemplo, abandonaram o ambiente escolar.

Palavras Chave: EJA, educação, política educacional, jovens, adultos.

ABSTRACT

Education has a place of utmost importance in the development and empowerment of the citizen, as it is a social right to access quality education. Laws have been sanctioned, which is a great achievement, is a right of the population. Education is the main path of change to ensure that people who have not completed their basic education have social dignity, which is often excluded from the labor market because they have not completed their basic education. These are included in a portion of social issues, such as economic condition, teenage pregnancy, housing. Public policies have the power to establish laws, resolutions, guidelines and other decisions coming from the public power, thus corresponding to the government guidelines and its provisions, make decisions that are directed to social needs, in which the personal, professional and educational.

Thus, the education of youth and adults can also be considered political, due to the social concern in creating projects that contribute to those who could not complete school education in the age group, who for economic reasons, for example, abandoned the school environment.

Keywords: EJA, education, educational policy, youth, adults.

RESUMEN

La educación tiene un lugar de suma importancia en el desarrollo y el empoderamiento de los ciudadanos, ya que es un derecho social para acceder a una educación de calidad.

Las leyes han sido sancionadas, lo cual es un gran logro, es un derecho de la población. La educación es el camino principal del cambio para garantizar que las personas que no hayan completado su educación básica tengan dignidad social, lo que a menudo se excluye del mercado laboral porque no han completado su educación básica. Estos se incluyen en una parte de los problemas sociales, como la situación económica, el embarazo adolescente, la vivienda. Las políticas públicas tienen el poder de establecer leyes, resoluciones, pautas y otras decisiones que provienen del poder público, por lo tanto, correspondientes a las pautas gubernamentales y sus disposiciones, toman decisiones que se dirigen a las necesidades sociales, en las que el personal, profesional y educacional. Por lo tanto, la educación de jóvenes y adultos también puede considerarse política, debido a la preocupación social en la creación de proyectos que contribuyan a aquellos que no pudieron completar la educación escolar en el grupo de edad, que por razones económicas, por ejemplo, abandonaron el ambiente escolar.

Palabras clave: EJA, educação, política educacional, jovens, adultos.

1. INTRODUÇÃO

2. POLÍTICA DE EDUCAÇÃO BÁSICA PARA O EJA

A reavaliação de uma modalidade de ensino que atenda às necessidades de um grupo que necessita de uma formação para o mercado de trabalho, por exemplo, é um segmento que se diferencia dos demais modelos de educação formal, este é um dos principais segmentos da EJA, voltado para o ensino de jovens, adultos.

A educação de Adultos engloba todo o processo de aprendizagem formal e informal, onde pessoas consideradas ‘adultas’ pela sociedade desenvolvem suas habilidades, enriquecem seu conhecimento e aperfeiçoam suas qualificações técnicas e profissionais, direcionando-as para a satisfação de suas necessidades e da sociedade. A educação de adultos inclui a educação formal e o espectro da aprendizagem informal e incidental disponível numa sociedade multicultural, onde os estudos baseados na teoria e na prática devem ser reconhecidos (Declaração de Hamburgo, 2000, item 3, p. 163).

O olhar da EJA para esse público é reparar esse abismo educacional, e também resgatar a igualdade de direito que fora negado ou retirado e, desta forma promover o acesso a uma realidade social importante e fundamental para o crescimento pessoal e social do cidadão: direito à educação básica.

As políticas públicas tem fundamental importância em assegurar e promover o ensino, pois Segundo Vieira (2007), destaca que “as políticas representam o espaço onde se manifesta a ‘politicidade inerente à educação’, na medida em que traduzem expectativas de ruptura ou de continuidade” (Vieira, 2007, p. 56).

As políticas públicas possuem o poder de estabelecer leis, resoluções, diretrizes entre outras decisões advindas do poder público, desta forma correspondendo às orientações do governo e suas disposições, tomam decisões que são direcionadas as necessidades sociais, no que compete o âmbito pessoal, profissional e educacional.

Desta forma, a educação de Jovens e adultos, pode ser também, considerada de caráter político, devido à preocupação social em criar projetos que contribuam aos que não puderam concluir o ensino escolar na faixa etária, que por situações econômicas, por exemplo, abandonaram o ambiente escolar.

As escolas que oferecem a modalidade de ensino para jovens e adultos, precisam dar aos alunos as oportunidades de desenvolverem-se com competências fundamentais para seu aprendizado através dos conteúdos escolares repassados, bem como capacitá-los a desenvolver-se no mundo, interagir em sociedade em prol de tornarem-se cidadãos ativos.

Buscando capacitar os alunos para o ambiente social e desenvolver as habilidades técnicas e cognitivas destes, teremos como consequência, cidadãos preparados para a vida em sociedade, pois muitos estão se dando uma nova oportunidade, que por diversas situações não puderam começar ou dar andamento em seus estudos. A EJA visa preparar para a vida todos os alunos e garantir que estes concluam com qualidade o nível escolar que lhes competem, seja fundamental I, II ou Ensino Médio, incentivando a frequência destes alunos em prol do seu aprendizado.

A educação de jovens e adultos será destinada àqueles que não tiveram acesso ou continuidade de estudos no ensino fundamental e médio na idade própria. § 1º: Os sistemas de ensino assegurarão gratuitamente aos jovens e adultos, que não puderam efetuar os estudos na idade regular, oportunidades educacionais apropriadas, consideradas as características do alunado, seus interesses, condições de vida e de trabalho, mediante cursos e exames. § 2º O Poder público viabilizará e estimulará o acesso e a permanência do trabalhador na escola (Brasil, 1996).

A educação possui um lugar de extrema importância quanto ao desenvolvimento e capacitação do cidadão, pois é um direito social o acesso à educação de qualidade. Leis foram sancionadas, o que é uma grande conquista, é um direito da população. Desta forma, as políticas educacionais devem estar sempre em constantes mudanças, pois visam trabalhar conteúdos que abordam contextos sociais da época, procurando atender as diversas demandas sociais. Leis foram necessárias, pois precisava criar

projetos pedagógicos que atendessem essa parcela de alunado, com conteúdo que fazem parte da realidade deles.

Com a demanda populacional aumentando nos centros urbanos no período de 1930, decorrente ao crescimento de indústrias, a sociedade estava transformando-se de forma a adequar-se aquela nova realidade, era necessária a criação de um sistema educacional público que atendessem a população, assim, o processo de ensinamento para jovens e adultos começou a ganhar espaço, e sequencialmente, no período de 1940, o Governo Federal estendeu o ensino de Jovens e adultos ao plano elementar educacional.

A Educação de Jovens e adultos, ao longo de seus anos, permeia-se a programas educacionais básicos, principalmente por conteúdos que abordam o combate ao analfabetismo, esta é a visão inicial que muitos tinha da EJA, de ser um programa voltado apenas para o processo de ensino básico, como leitura e cálculos, tinha-se a percepção que a finalidade desta modalidade de ensino era apenas de ensinar o indivíduo a ler, escrever e fazer cálculos básicos. Entretanto, é possível perceber que o programa incentiva a melhoria profissional, melhora da autoestima, tornando o aluno mais preparado para a sociedade, independe de sua idade, a educação tem o poder de transformar o cidadão a tornar-se mais participativo no meio social. Ao poder assinar sua carteira de identidade, ler noticiários, etc., são situações que promovem autoestima, orgulho pessoal, e a EJA busca educar cada aluno, preparando-o intelectualmente.

As primeiras iniciativas destinadas a educação de jovens no Brasil começaram no século XX, estimuladas pela necessidade de acelerar o crescimento econômico do país. Todavia, as políticas nesse campo não tiveram uma continuidade eficiente que buscasse atender aos anseios dos segmentos envolvidos. (GOMES; MORAES, 2017).

Segundo Arroyo (2006), a educação de jovens e adultos veio logo após a Educação Jesuítica, que se destinava apenas a formação indígena e catequista da Igreja Católica, mas passou por vários momentos de grande significado político-social, para sua organização e se revelou, até os dias atuais, um sistema resistente e forte.

Ribeiro (2001) assinala que foi no ano de 1940 que começou a Educação de Jovens e Adultos, iniciando-se a Política Educacional Nacional com base na abordagem sócio construtivista. Todavia, alguns acontecimentos ajudaram a incentivar o surgimento da Educação de Jovens em Adultos:

Em 1920, surgiu questionamentos, com o que fazer nas questões do Ensino para os Adultos e o que o Estado deveria fazer, pois tratava-se de uma necessidade pública. Essa pressão, iniciou então a criação do Fundo Nacional de Ensino Primário em 1942 e junto com ele programas para o ensino de adultos e ampliação da educação dessa modalidade, pois o país possuía uma taxa alarmante de analfabetismo e esse fundo tentava dar uma resposta a isso, combatendo o analfabetismo adulto e infantil.(ARROYO, 2006, p.13).

Essa taxa de analfabetismo apresentava uma imagem negativa sobre o Brasil, prejudicial para os investimentos externos, pois a visão de um país subdesenvolvido com grande número de analfabetos. UNESCO teve um papel basilar nesse momento, pois fez apelos no contexto internacional para mudar o quadro de atraso educacional em vários países como forma de minimizar as desigualdades sociais e entre os países.

Em resposta a esses apelos da UNESCO, em 1947 surgiu o Serviço de Educação de Adultos – SEA, que teria como objetivo definir um curso Primário para adultos, com professores habilitados a cumprir essa missão. (ARROYO, 2006).

Todavia, o analfabeto era visto como uma pessoa marginalizada, algo negativo para a nação, o país precisava avançar em sua economia e com muitas pessoas analfabetas isso representava um grande obstáculo ao desenvolvimento. Mudar esse quadro era fundamental ao crescimento e conquista de um patamar mais elevado do Brasil no cenário internacional. Os movimentos populares e sindicatos contribuíram para fortalecer a luta em prol da educação dos jovens e adultos:

Tem-se que deixar registrado que realmente os movimentos populares, de grupos sociais como: sindicatos e outros foram os reais responsáveis de surgir uma educação voltada para transformação, incluindo no processo educacional e de modernização do país. A EJA levaria e leva aos poucos o sujeito a uma transformação social ou cultural. (ARROYO, 2006, p. 20).

A partir da década de 60, outras campanhas começaram a ocorrer no país com visões diferentes das anteriores. Passaram a defender a bandeira educação igualitárias e para todos. Apresentam-se programas para erradicar o analfabetismo no país, e com essas melhorias conseguir a imagem ideal para o país. Seguindo essa prerrogativa também se defendeu a elaboração de políticas destinadas a melhorar as condições de vida ao povo brasileiro. Cunha (2012, p.34) esclarece que “(...) antes apontado como causa da pobreza e da marginalização, o analfabetismo passou a ser interpretado como efeito da pobreza gerada por uma estrutura social não igualitária (...)”.

Os movimentos e campanha que emergiram nos anos de 1960 ocorreram em várias partes do Brasil, os quais constituíram um esforço político de significativa força para instigar programas de Educação de Jovens e Adultos. Surgindo campanhas de Educação de Jovens e Adultos, entre os mais conhecidos estão: o Movimento de Educação de Base, o Movimento de Cultura Popular de Recife, “De pé no chão também se aprende a ler”, de Natal e o Plano Nacional de Alfabetização do Ministério da Educação e Cultura, entre outros. (CUNHA, 2012).

Nesse contexto, Paulo Freire constituiu uma referência na Educação de Jovens e Adultos, pois ele apresentou um projeto de educação pensado de forma específica, por meio do qual o indivíduo no processo de aprendizagem passou a ser visto com agente ativo. A educação e a alfabetização passaram a ser vista de maneira crítica e dialogicamente. (CUNHA, 2012).

As ideias de Paulo Freire foram relevantes no Plano Nacional de Alfabetização, que se destinava atender a maior parte da população analfabeta do país, mesmo que tenha surgido através de movimentos estudantis e também de entidade sindicais, que trabalharam para que o seu método fosse colocado na Educação de Jovens e Adultos, dentro do Ministério da Educação e aos poucos com seus resultados o programa gerou benefícios políticos e passou a ter maior apoio do governo como método principal.(CUNHA, 2012).

Esses avanços foram logo tolhidos pela ditadura militar, que se instalou na década de 1960, cujo projeto de educação se moveu por uma visão avessa a crítica e reflexão política, preocupada mais com o tecnicismo.

De acordo com Haddad (2000), no período militar, particularmente, em 1967, que nasceu o Mobral - Movimento Brasileiro de Alfabetização. Esse projeto foi resultado do trabalho realizado pelo grupo interministerial que buscou uma alternativa ao trabalho da cruzada ABC. Todavia, algumas partes do projeto foram substituídas por interesses do governo militar. Segundo Cunha (2012):

O que se buscava no regime militar era concentrar sim, mas sem preparar a mão de obra, que no processo de aprendizagem, deviam apenas buscar uma complementação pedagógica, uma prática de aprendizagem preparando o aluno para apenas ler e escrever. Cunha (2012, p.38):

É oportuno ressaltar que o Mobral se caracterizou por uma pedagogia conservadora, na qual o educando não era visto como agente ativo do processo de aprendizagem. O método de aprendizagem se distanciou da proposta de Paulo Freire.

Em 1971, surgiu o Supletivo cuja finalidade era complementar a escolarização e o analfabetismo, com a intensão de dar acesso à escola aqueles que ainda não tinham conseguido terminar seus estudos no tempo regular e na idade compatível com a série. Essa modalidade de ensino foi instituída pela Lei 5.692/71, o projeto de educação era apenas promover uma escolarização tardia e atividades educativas da maneira mais flexível para o educando, buscando com isso suprir suas deficiências decorrentes desse “atraso”.

O Supletivo acabou sendo um utilizado para atender apenas os interesses de governo, como explica Haddad e Di Pierro (2000).

O ensino supletivo foi apresentado a sociedade como um projeto escola de futuro, elemento de um sistema educacional compatível com a modernização socioeconômica, observada pelo país nos anos 70. Não se tratava de uma escola voltada aos interesses de uma determinada classe popular, mas de uma escola e por sua clientela pois a todos deveriam atender uma dinâmica permanente de atualização. *Haddad e Di Pierro (2000, p. 117).*

Para entender melhor a conformação do Supletivo é preciso levar em conta a pressão política da Ditadura Militar naquele momento histórico, no qual se priorizou apenas uma educação técnica, visando atender o mercado de trabalho e a vida social, mas, é de reconhecer quem nem a esse objetivo a modalidade atendeu efetivamente, em razão das debilidades estruturais de como ela era realizada.

Haddad e Di Pierro (2000) reconhecem que a iniciativa do Supletivo formou a base dos parâmetros da Educação a Distância, com o início de uso de novas tecnologias, como no caso a educação com a TV e rádio, que passaram a ser empregadas em outros momentos dos projetos educacionais no Brasil.

Em fins da década de 1980 ocorreu o fim da ditadura militar e maior democratização da sociedade. Nesse contexto, o cenário se tornou favorável para abertura de novos movimentos e lutas, inclusive, no campo da educação. Segundo Cunha (2012) novas aspirações para a EJA começam a ser desenhadas.

Com a democratização do país em fins de 1980, trilhou-se o caminho do neoliberalismo, quando se defendeu o discurso da qualificação da mão de obra jovem para sua inclusão no mercado de trabalho. Essa proposta ganhou reafirmação com a Conferência Mundial sobre educação para todos, que defendeu a educação para todos como meio de inclusão.

O Programa Mobral na década de 1980 foi sendo substituído pela Fundação Nacional para Educação de Jovens e Adultos, e passou a se chamar “Educar”. Embora este novo programa fosse visto como diferente do Mobral, alguns aspectos continuaram. Haddad e Di Pierro (2000) explicam que nessa década a educação popular começa a ser expressa, pois não era valorizada no regime militar, nem promovida.

Em termos legais, Constituição Federal de 1988 representou um grande avanço, sendo regida pelo princípio da dignidade da pessoa humana, valorizou a cidadania e consolidou o tema educação como obrigação de todos. Estabeleceu que a Educação Básica fosse oferecida também através da EJA. A Constituição Federal estabeleceu também a educação presencial e não apenas a de forma não presencial. Em seu artigo 208, a Constituição de 1988 reconheceu o Direito Universal ao Ensino Fundamental Público e gratuito, independentemente da idade, representando um passo a favor da Educação de Jovens e Adultos (HADDAD DI PIERRO, 2000).

Na década de 1990, marcada pela visão neoliberal, ocorreu a extinção da Fundação Educar. Tal conjuntura se caracterizou pela descentralização da Educação de Jovens e Adultos, cuja responsabilidade passou a ser delegada aos municípios. Alguns programas foram financiados para implementar projetos com o objetivo de alfabetizar com a colaboração de movimentos da sociedade civil e instituições de ensino e pesquisa. O PAS - Programa de Alfabetização Solidária foi um desses programas. As gestões governamentais e organizações trabalharam inicialmente focando no público jovem das periferias urbanas, depois atingiram outros públicos.

No governo de Fernando Collor, ocorreu a tentativa de criar o Programa Nacional de Alfabetização e Cidadania (PNAC), mas com o impeachment a proposta não foi adiante com o governo de Itamar Franco. A Reforma da Educação ocorreu em 1995, quando houve a descentralização dos sistemas educacionais, porém, a Educação de Jovens e Adultos não recebeu a atenção devida dos entes federados. Haddad e Di Pierro (2000) evidenciam a reforma educacional ao invés de garantir a obrigatoriedade do governo federal na aplicação de recursos, fez o contrário:

O principal instrumento da Reforma da Educação, foi aprovação da Emenda Constitucional 14/96, que suprimiu das disposições transitórias da Constituição Federal de 1988, o artigo que comprometia a sociedade e os governos, a erradicar o analfabetismo e universalizar o Ensino Fundamental até 1998, desobrigando o Governo Federal de aplicar nessa finalidade a metade dos recursos vinculados à educação (,,) (HADDAD e DI PIERRO, 2000 p. 123)

É válido ressaltar que, embora tenha sido criado o Fundo de Desenvolvimento do Ensino Fundamental e Valorização do Magistério FUNDEF, a Educação de Jovens e Adultos pouca atenção recebeu por parte do governo federal, pois os investimentos desse fundo, não previam qualquer favorecimento à expansão do Ensino de Jovens e Adultos, ficando este com recursos limitados.

Ribeiro, Joia e Pierro (2001), esclarecem que um dos problemas relacionados ao EJA é o fato dessa modalidade ser vista ou associada a um Ensino Noturno de segunda linha, de caráter complementar e compensatório, cuja clientela seria composta por adultos que não conseguiram concluir seus ensinos na idade ideal ou foram reprovados e alguns seriam taxados até como fracasso escolar. Essas condições contribuíram de certo modo para a “marginalização” dessa modalidade de ensino, recebendo baixos investimentos.

Gomes e Moraes (2017) explicam que em 2008, a EJA, passou a fazer parte das Leis das Diretrizes e Bases da Educação (LDB) e foi reconhecida como de direito público. Todavia, antes que isso ocorresse já existia o parecer CNE CEB 11/2000, o qual considerou que a Educação de Jovens e Adultos não é representa uma forma de suprir a educação perdida e sim uma nova educação. A LDB (Lei nº 9.394) pouco se expressou sobre a educação de jovens e adultos, destacando uma curta seção e pouco inovadora.

O reconhecimento como direito público pela LDB ocorreu em um momento histórico em que o aluno, sua autoestima e seus conhecimentos prévios começam a ser defendidos e valorizados. A EJA, passa a ser vista com um novo olhar, distanciado a nuance assistencialista, buscando-se incutir nos alunos o entendimento de que a escola é um lugar de *preparo social*. (GOMES E MORAES, 2017).

Nos idos dos anos 2000, os programas educacionais também passaram a se preocupar com as questões físicas dos indivíduos, abrangendo os alunos da EJA menos assistidos. Gomes e Moraes (2017) explicam que os alunos atuantes em trabalho árduos que cansados foram considerados com maior dificuldade na aprendizagem. Esse também seria um fator responsável pela evasão escolar na EJA. Esse fato fez surgir a proposta de atendimento diferenciado dos alunos, preocupados com cada indivíduo, o que representou um avanço para o EJA.

As políticas públicas voltadas para a educação de jovens e adultos são asseguradas por lei, e determinadas pelo Plano Nacional da Educação – PNE, por exemplo, que no artigo 2014 da constituição federal de 1988 frisa:

A lei estabelecerá o plano nacional de educação, de duração plurianual, visando à articulação e ao desenvolvimento do ensino em seus diversos níveis e à integração das ações do poder público que conduzam à: I – erradicação do analfabetismo, II – universalização do atendimento escolar (BRASIL, 1988).

Corroborando com o que fora destacado, é notório que apesar do direito à educação de qualidade ter reconhecimento nas normas nacionais e internacionais, é fundamental reforçar que ela seja garantida, pois a efetividade destas políticas públicas, ganharão mais significado e força de propagação se a sociedade em geral, cobrar seus direitos e participar das decisões de âmbitos políticos, pois saberão decidir o que é necessário de forma igualitária sobre os meios decisivos a serem tomados em prol de uma educação de qualidade, e por vivenciarem as situações, poderão informar com clareza os pontos a serem melhorados. Destaca-se esse contexto interpretativo, pois a contemplação de um sistema educacional que enxergue todos os cidadãos que não tiveram acesso à educação na idade própria sem distinção, fará que a EJA cumpra um dos seus principais objetivos.

Salienta-se que o professor tem fundamental importância em despertar no aluno o gosto pela leitura, cálculos, escrita, e também de fazer com que os mesmos não tenham timidez em querer aprender e a apagarem o achismo de que tem idade para estar em sala de aula. É necessário que o docente crie propostas didáticas atrativas e que estejam de acordo com a realidade do aluno.

A EJA, ao longo de seus anos, procurou adaptar-se de acordo com a população atual da época, trabalhando políticas públicas, que certamente mudariam a identidade desta modalidade de ensino, uma forte característica é que a mesma está atrelada a qualificação profissional.

A diversidade cultural, econômica e social é evidentes características dos alunos da EJA, e esta modalidade de ensino está fortemente atrelada ao campo profissional destes, interferindo diretamente na melhoria de seu desempenho, pois muitos alunos pretendem buscar uma melhora profissional por intermédio da educação. Desta forma, constitui-se como um desafio a ser cumprido, pois é necessário identificar esta parcela

de sujeitos que estão implicados nesta modalidade de ensino e trabalhar políticas públicas que estejam atreladas as situações que atingem estas condições.

Deve-se abordar metodologias que venham obter resultados em prol da eficácia do ensino repassado, assegurando que os alunos estejam preparados para o meio social que estão inseridos, pois a educação de jovens e adultos deve ser repassada visando capacitar o cidadão a viver em sociedade, cumprir seus deveres sociais e consequentemente ter uma melhoria profissional, autoestima pessoal, etc. Professores, alunos, e demais profissionais atrelados a esta modalidade de ensino, devem excluir o pensamento que se tinha da EJA, pois ao longo de sua trajetória, fora vista como uma “indefinição, voluntarismo, campanhas emergenciais, soluções conjunturais” (Arroyo, 2011, p. 20). Devem-se criar políticas públicas que além de trabalhar visando a alfabetização destes capacitá-los para o mercado profissional.

Damasceno (2013) enfatiza que o jovem da atual sociedade, está diretamente relacionado com as organizações profissionais e sociais, são situações que estão simultaneamente atreladas ao seu cotidiano. Neste contexto, deve-se dar suporte ao jovem, conhecendo os valores que estão ligados à sua sociabilidade, pois desempenham um forte desdobramento em sociedade, valor profissional, pessoal, e repercutem em seu desenvolvimento. O professor trabalhando metodologias que abordam a realidade do aluno, tornará mais compreensiva as aulas, instigará o aluno a aprender, pois sentirá familiarizado com as situações, bem como sentir-se mais preparado para desenvolver suas tarefas.

As principais políticas públicas da EJA estão vinculados à alfabetização de jovens e adultos, aumento do nível de escolaridade e também direcionados a educação profissional, sua história está permeada por mudanças, que contribuíram significativamente para desempenhar-se com eficiência. As leis sancionadas em prol desta modalidade de ensino resultaram na obrigatoriedade do poder público em atender esta parcela da população levando em consideração a faixa etária, condição de vida social, etc, de forma a ofertar um ensino que os atendessem e não interferindo na sua vida cotidiana, como trabalhar.

De acordo com Gomes e Moraes (2017), a tendência de valorização da EJA foi seguida por alguns Estados da federação, a exemplo do Governo da Bahia, ao lançar o TOPA - Todos Pela Alfabetização, cujo objetivo era alfabetizar um milhão de baianos até o ano de 2010. Nesse contexto, o próprio senso do Programa Brasil Alfabetizado

identificou um grande progresso na alfabetização de jovens e adultos nos Estados e municípios. Além disso, ocorreu a formação continuada de educadores, visando melhorar a qualidade do trabalho docente.

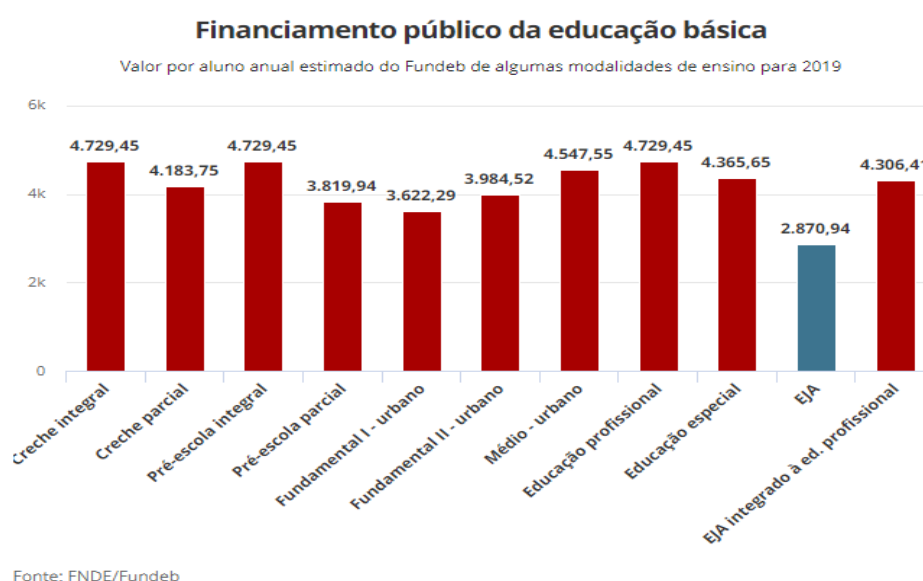
As condições expostas no decorrer deste capítulo, demonstra a necessidade de ampliar as políticas públicas voltadas para a educação dos jovens e adultos, pois além das garantias de direitos adquiridos, é necessário que seja aplicado de maneira igualitária, pois o desafio da educação básica de qualidade é extenso, e cabe ao poder público ofertar condições de ensino que proporcionem um ensino de qualidade.

3. METODOLOGIA

Caracteriza-se como pesquisa bibliográfica expositivo-argumentativa, pois nos ajudou segundo Manzo (1971:32, apud Marconi & Lakatos, 2003:183), “explorar novas áreas onde os problemas não se cristalizaram o suficiente”, e desta forma nos ajudando no “reforço paralelo na análise de nossas pesquisas e manipulações das informações”. Assim, esta pesquisa de cunho bibliográfico, permitiu-nos, de acordo com Marconi & Lakatos (2003:183), “o exame de um tema sob novo enfoque de abordagem, chegando a conclusões inovadoras”.

4. RESULTADOS

A seguir, apresentaremos alguns dados pertinentes à Educação de Jovens e Adultos divulgados pelo Ministério da educação e órgãos responsáveis, para sequencialmente fazermos as análises.



No governo Lula foi criado o Programa Brasil Alfabetizado mediante o Decreto nº 6093 de 24 de abril de 2007. O objetivo era a universalização da alfabetização de Jovens e Adultos, a partir dos 15 anos ou mais. Essa iniciativa, segundo Gomes e Moraes (2017) representou uma conquista, pois passou a financiar a Educação de Jovens e Adultos, modalidade funcionando de maneira precária.

As políticas educacionais focadas diretamente ao ensino da educação de jovens e adultos, ganham expressiva atenção a partir da Constituição Federal de 1988, garantido o direito à educação para todos os cidadãos brasileiros, assegurando os direitos coletivos e individuais destas, conforme artigo 208:

Art. 208. O dever do Estado com a educação será efetivado mediante a garantia de: I - ensino fundamental, obrigatório e gratuito, assegurada, inclusive, sua oferta gratuita para todos os que a ele não tiveram acesso na idade própria (BRASIL, 1988).

Assegurar o direito à educação básica para os cidadãos que não puderam estudar quando estavam na idade própria é um grande passo, tinham-se uma visão da educação de jovens e adultos apenas para eliminar e/ou diminuir a taxa de analfabetismo no Brasil, mas com o passar dos anos, ganhou-se o devido valor de assegurar a essa parcela da população o direito de continuar seu estudo, de forma gratuita e com qualidade, as etapas do ensino básico.

Outra grande conquista da Educação de Jovens e Adultos foi sua inclusão no fundo do Desenvolvimento da Educação Básica, o FUNDEB, que havia substituído o Fundo de Manutenção e Desenvolvimento do Ensino Fundamental e de Valorização do Magistério o FUNDEF. Essa iniciativa ajudou muito nas questões básicas, como reservar recursos para Educação de Jovens e Adultos, mesmo que eles ainda sejam menores que as outras modalidades.

O estabelecimento de um novo fundo contribuiu para o surgimento de uma estrutura administrativa de caráter gerencial voltada ao EJA:

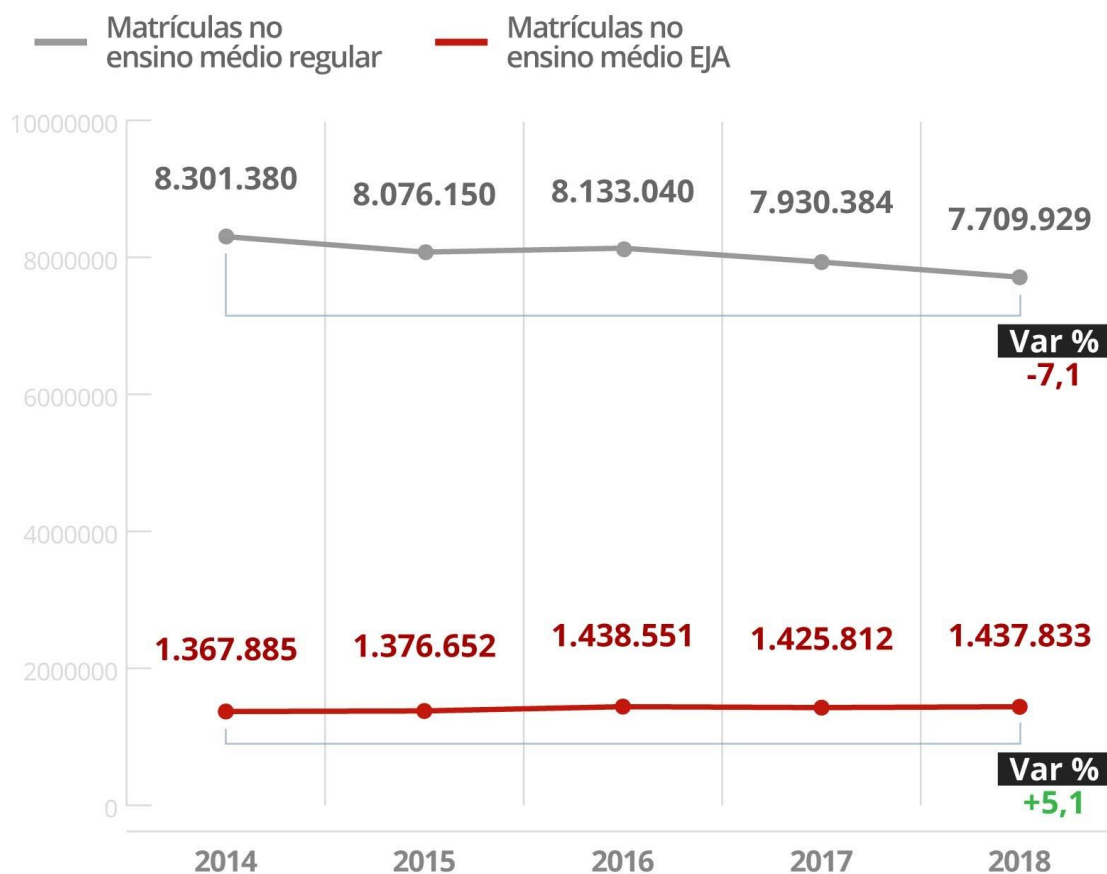
(...) a EJA nas novas estruturas de funcionamento da Educação Básica - Fundo de Manutenção e Desenvolvimento do Ensino Básico (FUNDEB) criam-se isto estruturas gerenciais específicas para EJA nas secretarias estaduais e municipais. (ARROYO, 2006, p.20)

Vale ressaltar que, as discussões sobre a nova configuração ou estrutura para EJA, ainda constitui um assunto na agenda dos diversos movimentos sociais,

Sindicatos, ONGs, universidades, escolas, em busca de um modelo diferente que possa atender às necessidades do público da Educação de Jovens e Adultos. Segundo Arroyo (2006, p.20) “o compromisso dessa diversidade de coletivos da sociedade, não é mais de campanhas nem de ações assistencialistas” (ARROYO 2006 p. 20).

Ensino médio regular x EJA

Matrículas caíram no ensino regular e cresceram no EJA



Fonte: Inep/Microdados do Censo da Educação Básica (2014 a 2018)



Infográfico elaborado em: 12/02/2019

O item VII, das diretrizes Curriculares Nacionais para a EJA, estabelece que o preparo do educador, deve atender exigências que atendem a complexidade desta modalidade, uma vez que os professores estarão trabalhando com alunos de faixa etária acima da média, para as séries que estão matriculadas. Os docentes deverão estar

preparados para a construção de planos de ensinos pedagógicos que se adequem ao público que está ensinando.

A didática do docente será o diferencial para fazer que o aluno permaneça em sala de aula e sinta motivado em aprender, assim cabe a equipe escolar em tentar amenizar o número de evasão de alunos. Como observação no infográfico acima, o número de aluno da EJA no ensino médio aumentou, se comparado ao mesmo período do ano passado.

Contudo, é necessário levar em consideração o processo de formação dos professores, pois Leôncio Soares (2006, p. 127), enfatiza:

É irrisório o número de Faculdades de Educação que formam educadores voltados para atuar com jovens e adultos. Em muitos casos, sem um quadro de professores com formação inicial para atuar com essa população, as iniciativas governamentais e não governamentais têm procurado realizar formação em serviço (Soares, 2006, p. 127).

O processo de formação do educador, muitas vezes, não atende o trabalho com o público da faixa etária de um projeto majestoso como a EJA, o professor precisa qualificar-se e compreender o público que se vai trabalhar, e poder construir ferramentas que assegurem a qualidade do ensino e também garantir o aprendizado para os alunos.

5. CONCLUSÃO

A modalidade de ensino da EJA, propõe oferecer a continuidade do ensino básico daqueles alunos que não puderam concluir seu ensino básico na faixa etária média, tem um histórico curioso, no que compete sua criação, foi chamada de alfabetização, suplência, supletivo, etc., lecionavam voluntários e/ou professores que ministravam aulas para crianças e aplicavam as mesmas técnicas de ensino para os jovens e adultos. Com a instituição do parecer nº 11/2000 da Câmara de Educação Básica do Conselho Nacional de Educação, foi regulamentado que a Educação de Jovens e Adultos teriam um papel diferenciado quanto a forma de ensino: Os jovens e adolescentes não devem receber didáticas aplicadas às crianças e adolescentes, os mesmos devem ser tratados como tais.

Preparar jovens e adultos para a cidadania, é o principal foco da EJA, pois acredita-se que a constituição de uma educação básica para esta modalidade de ensino deve atender a preparação dos alunos para o meio social que estão incluídos. O

oferecimento de vagas não é um fator que busca resolver o problema desta modalidade, é preciso que seja ofertado uma qualidade de ensino, em que, os professores estejam aptos a desenvolverem com os educandos trabalhos inovadores, em suas distintas áreas de conhecimento, e que o aluno possa incorporar na sociedade essas técnicas que foram repassadas na escola. A EJA é uma modalidade de ensino componente da Educação Básica e não mais um subsistema que objetiva técnicas de ensino com funções reparadoras que deve ser oferecido com qualidade atendendo todos os alunos que são amparados por lei.

REFERÊNCIAS

ARROYO, Miguel. **Educação de jovens-adultos: um campo de direitos e de responsabilidade pública.** In: Diálogos na Educação de Jovens e adultos/ Leôncio Soares, Maria Amélia Gomes de Castro Giovanetti, Nilma Lino Gomes. – 4 ed. – Belo Horizonte: Autêntica, 2011 (Estudos em EJA).

ARROYO, Miguel Gonzalez. **Formar educadoras e educadores de jovens e adultos.** In: SOARES, Leôncio (Org). Formação de educadores de jovens e adultos. Belo Horizonte: Autêntica / SECAD-MEC / UNESCO, 2006.

ARROYO, Miguel González. **Educação de Jovens – adultos: um campo de direitos e responsabilidade pública.** In: SOARES, Leôncio Soares (Org.). Diálogos na educação de jovens e adultos. Belo Horizonte: Autentica, 2006.

BRASIL. **Constituição Federal do Brasil.** Brasília: Senado Federal, 1988.

_____. Lei de diretrizes e bases da educação nacional nº 9394/96. Brasília: Ministério da Educação e Cultura, 1996.

BRASIL. **Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Básica.** Parecer nº 11, de 10 de maio de 2000. Dispõe sobre as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação de Jovens e Adultos. Disponível em: <http://www.cne.gov.br/>.

BRASIL. Ministério da Educação; Secretaria de Educação Básica; Conselho Nacional de Educação; Câmara de Educação Básica. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/wpcontent/uploads/2018/04/BNCC_19mar2018-versaofinal.pdf Acesso em 12/09/2019.

CUNHA, Maria Conceição da. Introdução - discutindo conceitos básico. In **SEED-MEC Salto para o futuro – Educação de jovens e adultos.** Brasília, 2012.

CONSELHO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, resolução nº 001 de 05 de janeiro de 2010.

DAMASCENO, Maria Nobre. Juventudes: **Formação e valores**. Fortaleza: Expressão Gráfica e Editora, 2013.

SOARES, Leôncio. Do direito à educação à formação do educador de jovens e adultos. In: SOARES, Leôncio; GIOVANETTI, Maria Amélia Gomes de Castro; GOMES, Nilma Lino. Diálogos na Educação de Jovens e adultos. 4. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2011. (Estudos em EJA).

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da indignação**. Editora Unesp, 2000.

GADOTTI, M; ROMÃO J. E. **Educação de Jovens e adultos: teoria, prática e proposta**. 2 ed. São Paulo: Cortez, 2001.

GADOTTI, Moacir. **Educação de Jovens e Adultos: teoria prática e proposta**. In: ROMÃO, José Eustáquio (Orgs.). Compromissos do Educador de Jovens e Adultos. São Paulo: Cortez, 2006. p. 61-78.

GOMES, Nathalia R.; MORAES, Lélia C. Os desafios das políticas públicas para a Educação de Jovens e Adultos em foco PROEJA. (2017).Disponível em:<www.joinpp.ufma.br/jornadas/joinpp2017/pdfs/eixo13/osdesafiosapoliticadeeducacaosuperiornobrasilnosmarcosdoneodesenvolvimentismoesuaarel.pdf>Acesso em: 20 fev. 2019.

HADDAD, S. A **Educação Continuada e as políticas públicas no Brasil**. Revista de Educação de Jovens e Adultos. v. 1, n. 0, p. 1-113, ago. 2007.

HADDAD, Sérgio e DI PIERRO, Maria Clara. Escolarização de jovens e adultos. **Revista Brasileira de Educação**, São Paulo, mai. /jun./Jul./Ago. 2000, nº 714.

IRELAND, Timothy Denis. **Educação de Jovens e Adultos no Brasil: uma retrospectiva à luz do contexto internacional recente**. Paraíba: UFPB. s/d. Disponível em: http://www.sintricomjp.com.br/downloads/educacao_jovens_adultos.pdf.

MACHADO, Maria Margarida. **Formação de professores para EJA: Uma perspectiva de mudança**. In: Revista Retratos da Escola, Brasília, v.2, n.2-3, p. 161-174, jan/dez. 2008.

Ministério da Educação. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação de Jovens e Adultos**, 2.000.

OLIVEIRA, Ivanilde Apoluceno. **Formação pedagógica de educadores populares: fundamentos teórico-metodológicos Freireanos**. Belém: UEPA/CCSE/NEP, 2011.

PERRENOUD, Philippe. **Pedagogia Diferenciada: das intenções à ação**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

PINTO, Álvaro Vieira. **Sete lições sobre educação de adultos**. 13.ed. São Paulo: Cortez, 2003.

PICONEZ, S. C. B. **Educação escolar de jovens e adultos**. Campinas: Papirus, 2002.

PINTO, A. V. **Sete lições sobre a educação de adultos**. São Paulo: Cortez, 1989

PONTUAL, Pedro. **O papel do poder público e da sociedade civil**. In: Relatório do III Encontro Nacional de MOVAS. Goiânia: 2003. Disponível em: <http://www.fe.unb.br/areas/alfabetizacao/documentos/mova/relatorio.htm>.

RIBEIRO, Vera Masagão, JOIA, Orlando, PIERRO, Maria Clara Di. **Visões da educação de Jovens e Adultos no Brasil**. Cadernos Cedes, ano XXI, nº 55, novembro/2001. Disponível em: www.scielo.br/pdf/ccedes/v21n55/5541.pdf>. Acesso em 14 fev.2019.

SOARES, Leôncio José Gomes. **As políticas de EJA e as necessidades de aprendizagem dos jovens e adultos**. In: RIBEIRO, Vera Masagão. Educação de Jovens e Adultos: novos leitores, novas leituras. São Paulo: Ação Educativa, 2001.

UNESCO. CONFINTEA VI: **Vivendo e aprendendo para um futuro viável: o poder da educação e aprendizagem de jovens e adultos**. Boletim n. 3, abril de 2009. Disponível em: http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/INSTITUTES/UII/confinitea/pdf/Bulletin/confiniteavi_bulletin_3_april2009_pt.pdf.

SEÇÃO II: RELATO DE EXPERIÊNCIA E BANNERS

RELATO DE EXPERIÊNCIA

A INÉDITA PARTICIPAÇÃO DO PARÁ NO MUNDIAL DE ORIENTAÇÃO ESTUDANTIL NA ESTÔNIA

JUNIOR, Antonio Haroldo da Costa Cardoso

RESUMO

O esporte escolar é um forte aliado e incentivador no processo de formação do aluno ao longo de sua carreira estudantil. A prática desportiva pode estar voltada para socialização ou competição.

Dentre as modalidades esportivas encontra-se a Orientação que pode ser definida de maneira bem simples como a arte de navegar por terras desconhecidas. O esporte Orientação é muito difundido nos países Nórdicos da Europa e no Brasil é muito mais praticado na região Sul. No Pará, o esporte está crescendo aos poucos. Este relato mostrará a trajetória desta modalidade em minha carreira profissional, atuando como professor de Educação Física no Colégio Militar de Belém, desde meu aprendizado até a conquista das vagas e participação no mundial estudantil que ocorreu na Estônia, bem como os atores que me ajudaram ao longo desta jornada.

Palavras chaves: Orientação, Bússola, Mapa, Colégio Militar.

ABSTRACT

School sports is a strong ally and encourager in the process of student formation throughout their student career. Sports can be focused on socialization or competition.

Among the sporting modalities is the Orientation that can be defined very simply as the art of navigating through unknown lands. The sport Orienteering is very widespread in the Nordic countries of Europe and Brazil is much more practiced in the southern region. In Pará, the sport is slowly growing. This report will show the trajectory of this modality in my professional career, acting as a Physical Education teacher. at the Military College of Belém, from my apprenticeship to winning places and participating in the student world championship that took place in Estonia, as well as the actors who helped me along this journey.

Keywords: Orientation, Compass, Map, Military College.

RESUMEN

El deporte escolar es un fuerte aliado y un estímulo en el proceso de formación de los estudiantes a lo largo de su carrera estudiantil. Los deportes pueden centrarse en la socialización o la competencia.

Entre las modalidades deportivas se encuentra la Orientación que se puede definir de manera muy simple como el arte de navegar por tierras desconocidas. La orientación deportiva está muy extendida en los países nórdicos de Europa y Brasil se practica mucho más en la región sur. En Pará, el deporte está creciendo lentamente. Este informe mostrará la trayectoria de esta modalidad en mi carrera profesional, actuando como profesor de educación física. en el Colegio Militar de Belém, desde mi aprendizaje hasta ganar lugares y participar en el campeonato mundial de estudiantes que tuvo lugar en Estonia, así como los actores que me ayudaron en este viaje.

Palabras clave: Orientación, Brújula, Mapa, Colegio Militar.

1. INTRODUÇÃO

A prática esportiva é uma ação que tem se tornado muito importante no ambiente escolar, pois é através das aulas de Educação Física que se promove um melhor desenvolvimento aos seus praticantes e os incentiva a se tornarem atletas nas mais diversas modalidades esportivas.

O esporte escolar é um forte aliado e incentivador no processo de formação do aluno ao longo de sua carreira estudantil. A prática desportiva pode estar voltada para socialização ou competição. Esta última é gerenciada por órgãos, federações e confederações esportivas.

Em se tratando de grandes eventos escolares no Brasil, a Confederação Brasileira de Desporto Escolar (CBDE) junto com as Federações Regionais de cada estado gerencia seus eventos. No âmbito Internacional, a organização fica a cargo da "International scholl sports federation" (ISF).

Dentre as modalidades esportivas encontra-se a Orientação que pode ser definida de maneira bem simples como a arte de navegar por terras desconhecidas.

Orientação é um esporte que conecta perfeitamente as habilidades de navegação e a capacidade física de se mover em velocidade através de terrenos desconhecidos. Entrou no programa da ISF em 1987 e é praticado por meninos e meninas da mesma magnitude, com 51% dos meninos e 49% das meninas. A última edição do Campeonato Mundial de Orientação Escolar ocorreu em Palermo, Itália em 2017 com a participação de 638 atletas de 26 delegações. (traduzido do boletim 1, 2019, p.01).

Em uma rápida análise ao boletim 1 da ISF, percebe-se que desde a primeira edição em 1987 até a última edição em 2017 a competição aconteceu no continente Europeu, com exceção da 8ª edição (ano 2000) que ocorreu no continente asiático, Ashdod, Israel.

Esta experiência ocorreu em 2019, e neste ano o campeonato ocorreu em Otepää, Estônia, e contou com a participação de 800 atletas de 24 países, dentre eles o Brasil, no qual essa modalidade esportiva surge na década de 70, a partir das Organizações Militares, e ao longo dos anos vai se destacando nas competições estaduais. Nesse ano, o Brasil foi representado por 10 atletas, sendo 5 meninas e 5

meninos, e destes, 30% do Estado do Pará (2 meninas e 1 menino) em sua primeira participação internacional nesta modalidade.

Diante do Exposto acima, seguirá o relato da experiência vivenciada durante a participação do campeonato no ano de 2019, e foi assim que tudo começou...

Relato da Experiência

Tudo começou...

Em 2015 começava uma nova jornada profissional ao ingressar nas fileiras do Exército Brasileiro, para atuar como professor de Educação Física do Colégio Militar de Belém (CMBel), este pertencente ao Sistema Colégio Militar do Brasil (SCMB).

Em 2016, surge a oportunidade de atuar como responsável pela atividade esportiva Orientação, uma atividade que funcionava em encontros semanais, ministrados uma vez por semana no período da tarde. É importante salientar que todos os 13 Colégios Militares do Brasil possuem atividades extracurriculares que acontecem sempre no contra turno escolar. Elas podem ser de cunho esportivo, artístico cultural e pedagógico.

Com a oportunidade veio a insegurança... como trabalhar uma modalidade que nunca antes havia se vivenciado? O que é orientação? Como funciona? Mapa? Bússola? Como usar esses instrumentos?

Foram muitas as dúvidas com relação a um esporte que nem componente da grade curricular do curso de Educação Física (bacharel ou licenciatura) das universidades do Pará faz parte. Então por onde começar?

Na busca por conceitos e referências, encontrava-se a definição da modalidade pela instituição magna que gerencia o esporte no país, a Confederação Brasileira de Orientação (CBO), que em suas regras gerais traz a seguinte definição:

“Orientação é um esporte no qual os competidores navegam de forma independente através do terreno. Os competidores, auxiliados somente por mapa e bússola, devem visitar no menor tempo possível uma série de pontos de controle marcados no terreno” (CBO, 2019, p. 04).

Bem, este foi apenas o primeiro passo. Ainda não se sabia utilizar uma bússola, interpretar o mapa e suas simbologias. Neste momento, entra em cena a pessoa que mais proporcionou ajuda e aprendizado, o Sub Oficial João Barroso Tenório.

O primeiro contato, foi preocupante... como um senhor, por volta de seus 68 anos, militar da reserva, poderia ensinar a um professor e a um grupo de alunos do 6º ano do ensino fundamental, ávidos em obter conhecimento sobre essa tal orientação?

Na ocasião, as incertezas e a insegurança eram muito grandes. Mas, para um primeiro contato, a missão foi cumprida. Modalidade apresentada, bússola apresentada, mapas e símbolos apresentados e a primeira aula acabou. Ufa!

Segunda semana chegou e com ela novas incertezas... O que fazer? Como fazer? Estas eram as perguntas que vinham em mente. Afinal, não se tinha ainda conhecimentos específicos da modalidade, muito menos um planejamento pedagógico sobre o esporte.

À medida em que o tempo avançava, novos conhecimentos foram adquiridos: passo duplo, azimute e distância, vestimenta do atleta, equipamentos e acessórios, prismas, picotadores, cartão de controle, Sportident card (SI- Card). Os termos mapa e bússola, não assustavam mais, sinalética começava a ser menos difícil e entre uma aula e outra sempre vinha a pergunta: “quando vai ter pista?”

E então, a tão esperada “pista” aconteceu. Mapas impressos e plastificados, cartões de controle impressos e identificados, lista de partida organizada, computador e impressora só esperando o comando e pronto, largou a primeira dupla, menina para um lado e menino para outro, e a cada 2 minutos mais uma dupla e mais outra, e mais outra, e de repente a atividade chamou atenção de todos que estavam por ali pelos corredores, coordenação, supervisão, professores e até outros alunos estavam curiosos para saber como funcionava a atividade. Foi um sucesso!

Assim, para melhorar ainda mais no esporte, todos começaram a participar do Campeonato Estadual de Orientação, professor e alunos agora estavam entusiasmados com o esporte.

Os Jogos da Amizade

Os Jogos da Amizade (JA) é um evento esportivo e artístico cultural que acontece todos os anos entre os 13 Colégios do SCMB. Ocorre alternadamente, nas duas organizações que formam os oficiais de carreira da força: a Escola Preparatória de Cadetes do Exército (EsPCEx), localizada em Campinas, no estado de São Paulo e na Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN), localizada em Resende, Rio de Janeiro.

Incentivar a prática esportiva, socializar, cultivar os valores que a Força promove (espírito de corpo, camaradagem, respeito, companheirismo, cooperação, criatividade, decisão e iniciativa, entre outros atributos), além de incentivar o público discente a seguir carreira Militar, está entre os objetivos dos JA.

Em 2016, o primeiro ano de participação do CMBel na atividade havia uma grande preocupação, pois os alunos eram os mais novos participantes perto dos outros que já estavam a quilômetros de distância em termos de experiências. Uma outra situação que preocupava era o nível da prova, pois os outros Colégios Militares estavam levando seus melhores atletas, consequentemente os maiores e mais experientes (o que determina também o nível da prova), e o CMBel, os menores e menos experientes. No congresso técnico, foi colocada a importância de se ter segurança e cooperação com os atletas de Belém, caso os encontrassem que fosse perguntado se estava tudo bem, se estavam perdidos ou desorientados, oferecendo qualquer tipo de ajuda. E acredite foi necessário!

A competição é dividida em dois dias de prova: percurso longo e percurso médio. No percurso longo, primeiro dia de prova, como era de se esperar os atletas sentiram as dificuldades naturais da prova: clima, temperatura, relevo, curvas de nível, condicionamento físico, interpretação e leitura do mapa (eram previstos). O que não estava previsto, era um mal estar físico que acometeu um integrante da equipe, talvez causado pela ansiedade ou pouca alimentação, o aluno parou a prova e se jogou no chão contorcendo-se de dores abdominais provocadas por gases. Neste momento, outro aluno do Colégio Militar de Recife (CMR) que passava por perto, imediatamente, desistiu de concluir sua prova para prestar ajuda ao seu adversário, momento máximo do esporte. Sai de campo a competição e entra os valores que cada um traz consigo, cooperação, companheirismo, camaradagem, sem dúvida isso não tem preço. Um verdadeiro "fair play". Obrigado, CMR!

No segundo dia de prova, o percurso médio, novas emoções vieram, mas desta vez, sem mal-estar físico. Este percurso é uma prova um pouco menor em relação ao primeiro dia, consequentemente, mais rápida. Mas, não foi o que aconteceu com o CMBel. Em média, os atletas completavam a pista na casa dos 30 minutos. Tudo ocorreu bem com os meninos, todos completaram a pista sem problemas, mas as meninas não tiveram a mesma sorte, uma escorregou e perdeu o mapa e SI-Card (sistema de controle eletrônico de passagem pelos pontos), a segunda estava

completando a prova no seu ritmo, mas uma passada errada e uma leve torção no tornozelo a fizeram desistir da prova. Para uma primeira experiência a atividade serviu como grande aprendizado.

Nos anos de 2017 e 2018 mais amadurecimento. O clube de orientação começava a ter visibilidade. Agora se tinha uma melhor vivência no esporte, as dúvidas e inseguranças não mais existiam e o campeonato estadual já estava servindo para selecionar os atletas que iriam representar o colégio nos JA dos anos seguintes. Estava constituída a equipe de Orientação do Colégio Militar de Belém.

O ano dos acontecimentos, 2019!

Após três anos de vivência no esporte e no SCMB, se ganha muito em aprendizado, tanto em componentes técnicos da modalidade, como também para a vida, em se tratando de crescimento pessoal. Contudo, ainda não era o bastante.

Navegando pelas redes sociais e aplicativos de mensagem, em janeiro deste ano (2019), encontra-se um informativo sobre um curso de técnicas avançada para treinamento de orientação. O curso iria acontecer em Curitiba, Paraná, e seria ministrado pelo Senhor Göran Andersson (técnico da Seleção Nacional da Suécia por 8 anos e da Seleção Inglesa, por 2 anos), organizado pela CBO.

Por ser um curso ministrado por um estrangeiro a quantidade de participantes era limitada. E foi perguntado qual era o conhecimento técnico que se tinha a respeito do esporte? Porque o curso era para atletas e técnicos nível elite. E então foi sugerido pelo Presidente da Federação do Paraná, Luciano Oliveira, um curso nível básico que seria ministrado na semana seguinte por ele mesmo em Fortaleza, Ceará.

Não se pensou duas vezes. Contato feito com Federação de Orientação do Ceará (FECORI) e inscrição realizada. Foram três dias de curso e muito aprendizado. Àquele conhecimento adquirido nos anos anteriores somou-se novos e uma nova metodologia de trabalho estava sendo construída.

A seletiva para o Mundial

Após regressar do curso em Fortaleza, a CBO divulga em seu site que em parceria com a CBDE estava organizando uma seletiva para o mundial estudantil de Orientação na Fazenda Lavrinia em Goiás. O Mundial aconteceria em Otepää, Estônia, dois meses após a seletiva.

Neste momento, o coração bateu mais forte, os olhos brilharam e um grande entusiasmo surgiu, era a primeira competição nacional de grande vulto que se participaria fora a experiência dos JA. Seria este o momento mais importante para os alunos do CMBel? Sim, seria.

No ápice deste entusiasmo e na certeza de elaborar um ótimo plano de trabalho, 10 alunos foram inscritos para a seletiva, 07 meninos e 03 meninas, que contou com a participação total de 73 atletas do Brasil.

Para o evento, cada atleta arcou com suas despesas de inscrição e passagem aérea. Para alimentação, hospedagem e traslado o Colégio Militar de Brasília (CMB) foi um grande apoiador. Antes, porém, tudo autorizado pela Diretoria de Educação Preparatória e Assistencial (DEPA), quem gerencia o SCMB.

Além do CMBel, outros colégios do SCMB estavam participando, CMF, CMS, CMBH e CMPA. Alguns outros clubes de Orientação fizeram-se presente: COMPASS (RJ), Kalangos do Seretão (BA), além de uma representatividade do Programa Forças no Esporte (ProFEsp).

Ao analisar a forte concorrência, imaginava-se uma grande disputa pelas vagas. E foi. Primeiro dia de prova, atletas na pista. Enquanto os atletas corriam, técnicos e responsáveis foram para chegada esperar os integrantes de suas equipes. Muita apreensão. Entre um concorrente e outro, esperava-se que os paraenses fossem bem. Chegavam atletas de Brasília, Belo Horizonte, Salvador e claro do Pará. Contudo, nem todos da equipe foram tão bem, uma integrante foi atacada por abelhas e infelizmente, perdeu o mapa e desistiu do primeiro dia de prova. Entre os meninos, todos completaram o primeiro dia de prova, destaque para um que estava entre os cinco primeiros colocados.

Segundo dia de prova, percurso médio, todos estavam cientes que a classificação seria através da soma dos tempos dos percursos, os cinco menores tempos masculino e feminino seriam os contemplados.

Atletas na pista e novamente a ansiedade tomava conta de todos ali presentes. E entre uma chegada e outra, cálculos e mais cálculos eram feitos. Chegou a primeira colocada, atleta do CMBH e logo em seguida uma paraense. E que surpresa agradável, a atleta que havia sido desclassificada no primeiro dia, se superou e por alguns segundos não conquistou o primeiro lugar. Logo em seguida começavam a chegar os meninos, Rio de Janeiro e Salvador juntos na disputa do 1º lugar. Passado mais alguns instantes,

chegavam juntos meninos e meninas, de todas as delegações, a cabeça já não conseguia raciocinar com os tempos, restava aguardar o resultado final. Mas, nem tudo foi sucesso. Novamente, uma baixa na equipe. Desta vez, um dos meninos foi atacado por uma aranha e foi socorrido por um atleta do Rio de Janeiro que também desistiu de sua pista para ajudar o adversário. Obrigado, Rio de Janeiro!

Atleta encaminhado aos primeiros socorros, junto com dois responsáveis que estavam presentes no evento. Restava aguardar o fim da prova para saber o resultado. Que Suspense!

Em meio a espera, atletas e treinadores analisavam o resultado do primeiro dia e com o extrato do segundo, faziam os cálculos para saber sua classificação. Foi aí que se pode analisar e ter certeza, das dez vagas ofertadas, o Pará conquistava três colocações, um garoto em 3º lugar e duas meninas em 4º e 5º lugar respectivamente. A equipe masculina estava formada por 02 garotos do Rio de Janeiro, 01 do Pará, 01 da Bahia e 01 de Fortaleza e a equipe feminina por 01 atleta de Belo Horizonte, 01 de Brasília, 01 da Bahia e 02 do Pará. No total, 07 alunos do SCMB estavam compondo a delegação brasileira.

Em meio a emoção pela conquista das vagas, houve também frustrações pelos que não conquistaram. Contudo, o espírito de corpo, a camaradagem, a cooperação e o respeito entravam em cena e os atletas classificados foram aos demais colegas de equipe se solidarizarem, que momento magnífico.

Após a premiação e confirmação do resultado, imediatamente a organização da prova já passava as primeiras orientações para o Mundial de Orientação Estudantil. Coleta de dados, número de documentos, tamanhos de calça, camisa e tênis, providenciar o passaporte também era umas das recomendações. E para os treinadores das equipes a recomendação de intensificar os treinamentos. No regresso para o CMB, a euforia ainda era grande e dentre as muitas mensagens, redes sociais, telefonemas, tinha-se a sensação de alívio e de dever cumprido, sem perceber ao mesmo tempo o tamanho do feito conquistado. O Pará iria para a Estônia.

A preparação e a viagem

Na semana seguinte ao regresso da seletiva de Brasília, CBO e CBDE divulgam os responsáveis em compor a delegação que acompanharia os 10 alunos selecionados

para o Mundial. Cada entidade mandaria um representante, a CBDE o chefe da delegação e a CBO o técnico.

Diante desta divulgação, um grupo de pais dos alunos do CMBel tomou a iniciativa e começaram uma campanha com o seguinte slogan: “Antônio na Estônia, o treinador tem que ir”. Juntaram-se à Associação de Pais e Mestres (APM) e começaram a realizar rifas, solicitaram doações para realizarem uma manhã alegre com bingo, feijoada e pista.

Após arrecadar os recursos necessários para passagem e hospedagem, solicitou-se à CBDE fazer parte da delegação brasileira, custeando os próprios gastos, afinal havia classificado a maior parte dos atletas e gostaria de estar o mais próximo possível das atividades do evento, claro que não foi este argumento. No entanto, a resposta que se obteve foi negativa, pois já havia sido fechada e enviada para a ISF, a lista de pessoas que iriam para o evento, e não seria possível alterá-la.

Por sorte, ainda na seletiva em Brasília, dois responsáveis de alunos, um de Fortaleza e um do Pará, haviam sinalizado que iriam acompanhar seus filhos, pois não se sentiam a vontade em deixá-los ir sem suas presenças. Foi então, que me juntei a eles e dividimos algumas despesas. Esta parceria foi de fundamental importância, pois ir a outro país, sem saber como se locomover, falando outro idioma e sem conhecer ninguém era uma dificuldade e tanto em grupo, imaginem sozinho.

Parceria feita, começava a busca por hospedagem. Em meio as procuras optou-se em ficar hospedado em hostel, por conta da economia. E pela descrição do site o local era bem organizado. Hospedagem fechada. Em paralelo, os pais alugavam um veículo para facilitar nosso deslocamento, principalmente por conta do horário que chegaríamos e a distância que iríamos percorrer do aeroporto até a cidade onde aconteceria o evento, algo em torno de 225km de distância.

Para a passagem aérea, a busca foi um pouco mais demorada, os preços oscilavam muito. Pesquisa daqui, pesquisa dali, aguarda um pouco, conseguimos achar a passagem dentro dos valores arrecadados e por grande sorte, era o mesmo voo da delegação brasileira. A mesma sorte, não tiveram os pais, que saíram de locais diferentes e se encontraram em uma das escalas, eles chegariam uma hora após minha chegada. Agora tudo certo, passaporte em mãos, passagem comprada, hospedagem fechada e carro alugado. Estônia, aí vamos nós!

A viagem

A viagem para Estônia foi bastante longa, de Belém para Tallin, capital da Estônia, algo em torno de 9.200km, de Tallin para Otepää mais 225km. E por não existir voo direto, este percurso foi aumentado para um pouco mais de 11.000km, com escalas em São Paulo, Londres, Finlândia e enfim Estônia. No total foram mais ou menos 33 horas de viagem.

O aeroporto de Guarulhos, SP, era o ponto de encontro de todos os atletas e comissão. Chegamos por volta de 10h da manhã e aos poucos um a um chegava para compor a equipe. Equipe reunida, todos para a área de embarque internacional. Chegando lá, encontramos com o chefe da delegação que repassou os uniformes e as primeiras orientações a todos.

Para essa viagem havia certa insegurança, pois era a primeira vez que se vivenciava uma viagem internacional e não se sabia como proceder em alguns momentos, e claro havia uma preocupação com a comunicação, mesmo tendo feito o curso de inglês havia 20 anos, era a primeira vez que de fato iria praticar. Contudo, era necessário encarar os fatos e relaxar, afinal seria uma experiência ímpar em minha vida e a viagem estava só começando.

Após ter passado por todas as escalas, enfim, chegamos à Estônia. Saímos de Belém na madrugada de sábado e chegamos por volta de 21h de domingo, horário local. Uma diferença de Fuso horário de 6h. Chegando em Tallin, a delegação já era aguardada por um motorista e eu ficaria aguardando meus nobres parceiros que estavam chegando direto de Paris. Enquanto os aguardava, vi o pôr do sol às 21h e anoitecer como em piscar de olhos e ao meio das poucas horas que estava por lá, presenciei a chegada da delegação da Espanha (cerca de 30 atletas, mais comissão) e não imaginava quão grande é o esporte na Europa.

Por volta de 22h chegaram os dois pais e a equipe estava formada. Fomos direto a locadora de veículos buscar o carro e partir para Otepää, o local da competição. Mais 3h de estrada e frio. No caminho, uma pausa para alongar as pernas e aquecer o corpo com o café expresso.

Chegamos ao hostel por volta de 3h da manhã e a temperatura marcava -2°C, um frio de congelar até a alma. Para nossa surpresa, local todo fechado. Tocamos a campainha e ninguém veio abrir, olhamos ao redor e tudo fechado, restava-nos voltar para o carro e esperar amanhecer. No carro, lembrávamos que na semana anterior

háviamos mandado um e-mail avisando do horário que chegaríamos e que no mínimo era para as portas ficarem abertas. Enfim, não restava fazer mais nada a não ser esperar.

Ao amanhecer, fomos novamente até a porta e para nossa indignação a porta abria para fora e nenhum de nós havia tentado isso, caímos na gargalhada pela “bisonhice” que tínhamos cometido. Ao entrar, sobre a mesa no hall da sala, uma anotação com nossos nomes e o número dos quartos a serem ocupados. Aí começava a semana para gente.

O Mundial de Orientação

O mundial aconteceu em uma semana, no período de 29 de abril a 05 de maio deste ano. O evento reuniu equipes e escolas em duas categorias (atletas nascidos nos anos de 2001, 2002 e 2003 e também 2004 e 2005) de ambos os sexos de vários países.

O primeiro dia foi dedicado à recepção e credenciamento das delegações. Os atletas aproveitaram também para se ambientar ao clima e ao fuso horário. Ou pelo menos se esperava isso, pois a euforia e a empolgação tomava conta deles.

O segundo dia começava com treino técnico que consiste em uma ambientação do atleta ao terreno. Eles recebem um mapa de um terreno parecido com o da competição com alguns pontos marcados, mas sem rota definida. O treinador deve conversar com seus atletas, acompanhando-os e dialogando sobre as melhores rotas e dificuldades apresentadas por essa escolha. Na segunda parte do dia, uma reunião com os técnicos de equipe e finalizando a abertura oficial do evento, um show à parte.

No terceiro dia, o percurso longo. A orientação do técnico era apenas uma: “completem a pista e não se preocupem em ganhar”. Ele já sabia o alto nível das equipes Europeias, e de fato realmente era. Na Europa, a modalidade é componente curricular obrigatório nas aulas de Educação Física e começa desde o Ensino Fundamental I. Ali nossos alunos deveriam ter um pouco mais de três anos praticando a modalidade e estavam competindo com atletas que tinham vivenciado o esporte a vida toda até o momento.

Atletas na pista e vamos à espera de seus regressos. Os primeiros brasileiros a completarem seus percursos foram: na categoria masculino um dos atletas do Rio de Janeiro e pelo feminino, Belo Horizonte, isso com uma diferença gigantesca de tempo para os primeiros colocados. Ainda pelo masculino, o segundo atleta do Rio de Janeiro excedeu o tempo e foi desqualificado.

No quarto dia do mundial, uma pausa nas competições. Foi o que chamaram de dia cultural. Primeiramente, todas as delegações foram à cidade de Tartu conheceram um centro de ciências mantido pelo estado e por empresas. Engenharia, química, biologia e física eram os temas. Vivenciaram uma orientação com tablet e tinham que passar por pontos específicos e cumprir algumas tarefas.

No festival cultural, experimentaram comidas diferentes, assistiram apresentações artísticas de outros países e interagiram muito com os outros atletas. Foi um dia incrível para todos.

No quinto dia, percurso médio, as orientações permaneciam as mesmas. Contudo uma visita desagradável do tempo, a neve. Com a temperatura de -5°C, nossos atletas foram para pista. Na ocasião, mesmo não sendo membro oficial da delegação pude auxiliar a equipe, pois uma vez que o treinador oficial estava com a equipe na sala de espera coordenando suas saídas para largada, e o frio era intenso, eu aguardava os atletas chegarem agasalhados, mantinha o aquecimento para entrar na pista, e no momento de sua largada resgatava os seus agasalhos e passava mensagens incentivadoras.

Em um dado momento fiquei surpreso com que vi. Um atleta da Inglaterra preparava-se pra entrar na pista de camiseta, short, tênis e meia. Enquanto ele realizava seu aquecimento, eu mesmo agasalhado, com a segunda pele, camisa de manga comprida e casaco, congelava pelo frio intenso, e o garoto estava extremamente relaxado e ambientado para entrar na pista. Essa cena está gravada em minha memória.

Em se tratando de resultados, todos os atletas concluíram seus percursos, fizeram o seu melhor diante da dificuldade climática que passaram. A distância para os primeiros colocados permanecia grande, mas o que importava para eles era estar ali e nos representarem bem, e assim o fizeram.

O último dia de prova foi festivo e aberto aos treinadores, aliás, em todos os percursos a pista estava liberada após trinta minutos da chegada do último atleta para quem quisesse fazer o percurso. Contudo, só soube no último dia. Voltemos para o último dia, evento chamado corrida da amizade.

Os atletas eram misturados um de cada país recebiam o mapa e conversavam definindo quais pontos pegariam, de certo é que em três pontos de controle deveriam passar juntos, sem exceção. Sendo o último ponto a chegada, deveriam chegar de mãos dadas, mostrando a união da equipe.

A regra era se divertir e como bom orientista que sou e com o apoio do técnico da equipe, consegui me inscrever e junto com dois jovens atletas da China e Suécia, tive minha primeira participação internacional na Orientação. Que sensação incrível!

Reunião feita, pontos escolhidos, rota traçada, vamos para largada. Em meio à multidão de jovens atletas da Europa, Ásia e América do Sul (detalhe o Brasil era a única delegação das Américas participando neste mundial), lá estava eu correndo e analisando ao mesmo tempo, minhas rotas e o perfil dos atletas que estavam na pista indo ao mesmo objetivo que eu, o prisma com o ponto de controle (PC).

Terminado a primeira área de PC, deveria chegar ao ponto de controle principal que simplesmente estava no ponto mais alto de um morro, que subida era aquela! Foi difícil chegar lá, mas consegui, com fôlego no limite. Outra cena memorável e inesquecível.

Partimos para segunda área, o desgaste físico já mostrava seus primeiros sinais, era preciso se manter o mais concentrado possível, para não errar a rota, caso contrário, aumentava ainda mais o percurso e o tempo da prova. E foi o que aconteceu, entrei em uma rua que não tinha passagem para o acesso ao ponto, como resultado me cansei, pois tive que retornar ao outro acesso e atrasei para o ponto de controle dois. Desta vez, o ponto de encontro estava na superfície plana, mas o cansaço já era grande. Passagem feita com sucesso.

Para última área a distância não era muito grande, no entanto, minhas reservas energéticas já não eram as mesmas, o estoque estava reduzido. Mas, não poderia fazer feio, afinal eu também era o Brasil na pista.

Procurando manter o ritmo de prova fui em busca dos últimos pontos e ao encontro da minha equipe. Pontos coletados, entrávamos na reta final da prova, era o “sprint” final, o último “tiro” até a chegada. Juntamos as mãos e partimos para a chegada e que corrida foi essa? Nunca corri naquela velocidade. Suécia e China me carregavam com suas mãos. Até agora não sei como consegui este feito. Foi sensacional!

Sobre o restante da equipe brasileira, uns conseguiram terminar, outros não tiveram a mesma sorte. Talvez se esqueceram de algum ponto ou excederam o tempo de prova. O certo é que este evento foi uma verdadeira demonstração de cooperação e amizade. E o melhor ainda estava por vir, como em uma partida de futebol, atletas e delegações trocavam seus uniformes. Foi uma verdadeira festa!

A segunda parte do dia foi a premiação de todos os três eventos. A delegação da Suécia foi a que teve mais destaque seguido pela Nova Zelândia. Em seguida, foi anunciado onde será a próxima edição do evento. A Sérvia será o palco da orientação mundial estudantil em 2021. Após a premiação, um show com uma artista local, animou a juventude orientista, era o final deste grandioso evento.

Considerações Finais

O esporte Orientação pode ser considerado como um esporte inteligente, pois o atleta deve utilizar tanto seu condicionamento físico, como também seu lado cognitivo, correr analisando rotas a serem seguidas, interpretar símbolos, calcular distâncias, utilizar e interpretar a bússola são situações que exige muito de seu praticante.

De maneira geral entende-se que o esporte pode ser trabalhado de forma interdisciplinar, contribuindo muito para a formação de seus praticantes. A experiência aqui relatada faz refletir sobre a importância da prática esportiva na vida escolar e quão incentivadora ela pode ser para a vida dos estudantes.

Com este relato, espera-se contribuir para o crescimento do esporte, contribuir para o meio acadêmico que ainda carece de produções científicas, incentivar ainda mais novos adeptos para sua prática. A partir deste marco, inédito para o estado do Pará, espera-se que esta modalidade possa ser mais difundida e reconhecida nos jogos estudantis regionais para que mais atletas possam ter oportunidades e possam representar nossa bandeira em mais eventos nacionais e internacionais.

Finalizo este relato, agradecendo a todos que me deram a oportunidade de vivenciar a Orientação em seu mais alto nível escolar, primeiramente a Deus pelo dom da vida e sabedoria que me proporcionou, à CBO e a CBDE que não mediram esforços para levar este grupo de jovens a representar o Brasil neste mundial, à DEPA que autorizou nossos alunos a saírem durante as avaliações de estudos, ao meu Comandante, Coronel Innecco, que me permitiu acompanhar nossos alunos nesta atividade e confiou no meu trabalho, aos pais que foram grandes incentivadores e custearam minha passagem e hospedagem, aos amigos Luís Rosal e Joel Melo que dividiram os custos lá na Estônia e facilitaram a jornada de estar em outro País, à minha família que também foi grande apoiadora e incentivadora e claro não poderia deixar de agradecer a pessoa que me apresentou o esporte, meu grande camarada Tenório, meu braço forte e minha

mão amiga no começo desta jornada, grande incentivador e amigo. A todos meu sincero obrigado.

BANNERS



V FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA 2000 – 2019



19 ANOS PRODUZINDO E DIVULGANDO CONHECIMENTO E CIÊNCIA AO REDOR DO MUNDO

INICIANDO A NOSSA CONVERSA

A empresa Conhecimento & Ciência, criada em abril do ano 2000, há dezenove anos vem atuando no mercado editorial e educacional, neste em especial com cursos de pós-graduação nos níveis de especialização, mestrado e doutorado.

Dentre os cursos desenvolvidos ou em desenvolvimento pela empresa são aproximadamente 50 cursos de especialização, 20 cursos de mestrado e 06 cursos de doutorado todos em convênio e parcerias com instituições acadêmicas nacionais e internacionais, qualificando mais de 1.000 profissionais de várias áreas do conhecimento. E para o ano de 2020 há uma perspectiva de qualificar, pelo menos, mais 30 novos mestres e doutores, e mais 120 especialistas.

A empresa ao completar 10 anos de existência em 2010, propôs realizar a cada dois anos um Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência, tendo realizado até o momento quatro eventos e neste momento está realizando seu V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência.

Já está programada para março de 2020 a realização do VI Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência na cidade de Santa Inês – MA – Brasil.

Ao longo dos eventos contamos com a participação de pesquisadores de diversos países como Brasil, Portugal, Estados Unidos, Chile, Argentina, Paraguai, Alemanha e Uruguai. Além dos importantes eventos e cursos realizados, a editora Conhecimento & Ciência também já editou quatro revistas científicas on-line e uma impressa, tendo hoje em atividades as seguintes revistas, todas online:

1. REVISTA DE EMPREENDEDORISMO E GESTÃO DE MICRO E PEQUENAS EMPRESAS – REGMPE – Qualis Capes – B3;
2. REVISTA PESQUISA EM EDUCAÇÃO – em avaliação Qualis Capes;
3. REVISTA PESQUISA EM CIÊNCIA POLÍTICA – em avaliação Qualis Capes;
4. REVISTA PESQUISA EM ADMINISTRAÇÃO – em avaliação Qualis Capes

Ainda em suas atividades editoriais a Editora Conhecimento & Ciência editou ao longo dos 19 anos, 37 livros impressos e 15 livros digitais – e-books.



CONTINUANDO A NOSSA CONVERSA

SÍNTESE DAS OBRAS EDITADAS PELA EDITORA CONHECIMENTO & CIÊNCIA – 2000/2019

Coleção Pesquisa em:

1. PSF – Dois livros impressos;
2. Desenvolvimento infantil – Três livros impressos;
3. Dança – Um livro impresso;
4. Motricidade humana – um livro impresso;
5. Treinamento Resistido e Saúde – Um livro impresso;
6. Educação : o movimento e as práticas escolares – Um livro impresso.

OUTRAS OBRAS:

1. 10 livros impressos;
2. Três livros impressos, sendo do I, II e III Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência;
3. 15 livros digitais – Sendo um do IV Fórum e o outro do V Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência, e 13 outros sendo 4 teses e 9 dissertações.

FINALIZANDO A NOSSA CONVERSA

CAPAS DAS OBRAS QUE ESTÃO SENDO LANÇADAS NO V FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA



Meta para 2020: lançamento de no mínimo 20 novas obras (impressas e digitais)

Venha fazer parte de nossa equipe!

VI Fórum Internacional de Conhecimento & Ciência

Santa Inês – MA – 2 a 4 de abril de 2020

Telefone: (91)99631-3408 - 981609912

www.conhecimentoeconciencia.com / secretaria@conhecimentoeconciencia.com

MACAPÁ – AP, 16 DE NOVEMBRO DE 2019

PROF. DR. RICARDO FIGUEIREDO PINTO – DIRETOR C&C

OBESIDADE INFANTIL NA ESCOLA : DESAFIOS E SUPERAÇÕES



Autores : Lucas Jacó dos Santos, Ideval Augusto dos Santos Gonçalves
Professor Orientador : Ricardo Figueiredo Pinto



V FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA

INTRODUÇÃO

A quantidade de ocorrências de obesidade infantil nas escolas no geral vem aumentando gradativamente ano após ano em todo o país, devido principalmente a má alimentação ingerida todo dia ou quase todo dia na maioria dos casos.

Além disso, o sedentarismo é outro fator que acompanha lado a lado a questão da obesidade, visto que normalmente é encontrado que as crianças e os adolescentes acabam passando horas e mais horas na frente do celular, do vídeo game e afins, ao invés de praticar alguma atividade física, mesmo que não seja muito intensa, mas que mesmo assim irá trazer um benefício fisiológico para a criança ou o adolescente.

Com base nesse contexto, a citação de Bernardes, Pimenta e Caputo (2002) apresentam algumas das causas da obesidade como um todo. Para as mesmas por exemplo, a obesidade pode ser neuroendócrina, pode ser causada por desequilíbrio nutricional e/ou inatividade física; além de ser uma característica proveniente de distúrbio genético.

Outra citação importante que deve ser mencionada para entendermos de uma forma geral esse contexto em outras óticas, é a de Mello, Meyer e Luft (2004), onde os mesmos comentam que a definição para obesidade é simples quando não se prende a formalidades científicas ou metodológicas. O visual do corpo é o grande elemento a ser observado. Na infância, a doença pode estimular uma puberdade precoce, o que acarreta uma maturação esquelética antecipada com altura final diminuída, devido ao fechamento mais precoce das cartilagens de crescimento.

Sendo assim, a justificativa principal sobre a importância dessa pesquisa, se dá pelo fato de que como esse tema é bastante evidente e corriqueiro na sociedade, o mesmo deve possuir uma importância enorme também no debate acadêmico da educação física e da saúde coletiva em si, devido principalmente as questões da busca de qualidade de vida, prevenção de doenças e afins, etc.

OBJETIVOS

Compreender as razões com os quais os casos de obesidade infantil na escola são bastante evidentes nos dias atuais.

Analisar, com a utilização de contribuições acadêmicas a respeito da obesidade infantil na escola, as consequências que ela pode trazer para a criança, o adolescente, a família dos mesmos, e também em relação a convivência social como um todo.

Esclarecer que o profissional de educação física pode sim ser um integrante participativo e colaborativo na prevenção desse problema de saúde pública, e principalmente tendo uma atuação na escola, para que os casos desse male possam ser controlados com eficiência, buscando assim uma promoção de qualidade de vida para as crianças e os adolescentes.

METODOLOGIA

A pesquisa realizada foi feita por meio de uma análise bibliográfica de 8 artigos selecionados, entre 2008 e 2019, que visam como enfoque a temática da obesidade infantil como um todo, e também sobre os fatores mais decorrentes e comuns motivadores do aumento de casos de obesidade infantil na escola no geral. Com base nisso, os artigos durante o processo a propósito, foram encontrados no site "EFDeportes" e também no "Google Acadêmico".

RESULTADOS

A Educação alimentar em relação a sua origem, quase sempre vem do ambiente do seu próprio lar, e com base nesse fato, a contribuição de (Fagundes et. al., 2008) comenta que o ambiente familiar compartilha e a influência os pais nos padrões de estilo de vida dos filhos, incluindo a escolha dos alimentos, e nível de atividade física, crianças sedentárias são mais propícias a várias doenças e além disso, as mesmas acabam sofrendo com vários tipos de preconceitos, conforme a contribuição realizada por (Mazini Filho et. al., 2019), que fala que, "Crianças eutróficas e ativas são indicações de inúmeras evidências científicas que tendem a afastá-las de doenças cardiovasculares e do bullying, favorecendo um estilo de vida mais saudável e as aproximando de uma fase adulta recomendada."

Pais que tem uma dieta rica em nutrientes, tendem a passar bons costumes alimentares para as crianças, conforme outra contribuição de (Mazini Filho et. al., 2019), onde é comentado que "Pais com mais instruções, consequentemente conseguem educar e orientar melhores seus filhos, o que por sua vez trazem consequências positivas no estilo de vida adotado e peso corporal."

Em relação ao nível de obesidade no sistema educacional do nosso país, (Machado et.al., 2018) cita que "Pode-se observar que os alunos da escola particular apresentaram índices percentuais de sobrepeso e obesidade discretamente maiores em relação às escolas públicas".

Esse problema está simplesmente ligado ao fator alimentício do ambiente escolar, o qual proporciona alimentos de péssima qualidade nutricional, com base nisso, a contribuição de (Silva et.al., 2018), fala que alimentos industrializados e cada vez mais comercializados, podendo causar inúmeros distúrbios patológicos no futuro ou mesmo durante a infância.

Em outra contribuição feita por (Machado et. al., 2019), a mesma afirma que é necessário que as escolas também estimulem a adoção de práticas alimentares saudáveis, além de propiciarem espaços e iniciativas para a prática de esportes e exercícios físicos como um todo. Portanto, as crianças com alto grau de obesidade, são as que menos se locomovem em seu cotidiano, que segundo (Fernando et.al., 2012), "Faz-se necessário que a comunidade e as escolas estimulem a adoção de práticas alimentares saudáveis, além de propiciarem espaços para a prática de esportes e exercícios físicos".

CONCLUSÃO

Com base nos dados apresentados e analisados, podemos concluir que a obesidade infantil, e mais especificamente, relacionada com o âmbito escolar, é um grave problema que cresce ano após ano, e em proporções bem maiores, devido ao sedentarismo, ao consumo excessivo de alimentos com baixo valor nutricional, a falta de um apoio considerável por parte da família nesse contexto também, e o mais importante, da falta de uma participação mais presente por parte do profissional em educação física intervir da maneira mais correta nesse contexto, nas aulas da disciplina, com a estimulação da prática de atividade física.

REFERÊNCIAS

- CORNACHIONI, T.M.; ZADRA, J.C.M.; VALENTIM, A. A obesidade infantil na escola e a importância do exercício físico. 2011. Ef Deportes. Disponível em : <<https://www.efdeportes.com/efd157/a-obesidade-infantil-na-escola.html>>. Acesso em 22 Set. 2019.
- FAGUNDES, A.; et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Parelheiros do município de São Paulo. Rev. paul. pediatr. Vol. 26. Núm. 3. 2008.
- FERNANDES, M. De M.; Penha, D. S. G.; Braga, F. de A. Obesidade Infantil em crianças da rede pública de ensino: prevalência e consequências para flexibilidade, força explosiva e velocidade. Rev. Educ. Fis/UEM. Vol. 23. Núm. 4. p. 629-634. 2012
- MAZINI FILHO, Mauro Lúcio; et al. Nível de atividade física diária e hábitos alimentares em escolares de 10 a 13 anos da cidade de Leopoldina-MG. Leopoldina: Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v.13, n.79 (2019).
- MACHADO, José Pinheiro Arudá; et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças do Ensino Fundamental I na cidade de Boa Viagem-CE. Boa Viagem-CE, v.12, n.70 (2018).
- SILVA, Caroline Gomes da et al. Análise energética e do teor de gorduras de produtos alimentícios ofertados ao público infantil. Guarapuava-PR, v.13, n. 79 (2019).

A relevância da mediação entre Trabalho e lazer perante a síndrome de Burnout.



Caio Vinicius Freitas De Alcântara – caio_alcantara123@hotmail.com
Prof. Dr Ricardo Figueiredo Pinto– Orientador – rff@conhecimentociencia.com
Universidade do estado do Pará– **UEPA**

INTRODUÇÃO: O presente trabalho tem como prerrogativa trazer à debate a temática da síndrome de Burnout traçando uma análise crítica acerca do esgotamento profissional, bem como, do universo de Trabalho em sua complexidade. E ainda, busca, por meio dos estudos nas áreas da filosofia, sociologia, psicologia etc., refletir acerca das consequências do esgotamento laboral no tocante a saúde coletiva da classe trabalhadora.

DESENVOLVIMENTO: Burnout: De maneira a conceituar a síndrome de burnout ou síndrome do esgotamento laboral, pode-se dizer que esta possui caráter psicológico decorrente da convivência constante em ambiente hostil, tanto profissional como semiprofissional e apoia-se em três pilares fundamentais que caracterizam-na, são estes: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (Carlotto & Gonçalves, 2010). Dito isso, podemos elencar que “desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, tensão, diminuição da empatia; sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação; aumento da suscetibilidade para doenças e distúrbios do sono” (Dutra et al., 2016, p. 129-130) são algumas das consequências advindas do Burnout. E, ainda nesta temática, segundo Ascari et al. (2016), a síndrome está presente de maneira mais alarmante em profissionais da saúde, seguidos por professores, militares e demais profissões em que haja contato com o público. **Virtude:** A crescente da síndrome de Burnout se dá em decorrência dos excessos cometidos pelo trabalhador em seu período laboral, com efeito, sob caráter de urgência, faz-se necessário um antídoto para combater os males provenientes do esgotamento trabalhista. Com este propósito, buscamos a virtude aristotélica, juntamente com seu caráter mediador, para auxiliar-nos nesta problemática. Da rubrica do próprio Aristóteles citamos que “Está, pois, suficientemente esclarecido que a virtude moral é um meio termo (...) entre dois vícios, um dos quais envolve excesso e outros deficiência” (Aristóteles, 1973, p. 277). Partindo desta ótica, é possível conceber uma elucidação ao Burnout, que reside na mediania entre o tempo de trabalho e seu antagonista fundamental, o tempo de lazer.

CONCLUSÃO: Este resumido estudo dialogou acerca do Burnout considerando-o como uma psicopatologia proveniente de relações nocivas, acúmulo de estresse e sobrecarga laboral. Reconhecendo como agente primário desta síndrome os excessos cometidos pelo trabalhador chegou-se aqui em uma maneira de combatê-la. O meio-termo de Aristóteles possibilita ponderar acerca da carga de trabalho suportável conforme a individualidade de cada trabalhador. Todavia, a elucidação por nós encontrada, está reconhecidamente incompleta, pois, quando o Trabalho se dá como imposição, a problemática muda de foco. Ou seja, em casos de trabalho estranhado ou alienado, no qual o trabalhador se vê obrigado a vender sua força de trabalho para garantir a subsistência da família (Marx, 2010), tornar-se-á inviável a concepção de qualquer mediação entre trabalho e lazer. Perante a complexidade e as várias vertentes abrangíveis para o tema, reconhecemos a necessidade e a importância de novas pesquisas que venham a contribuir na elucidação ao esgotamento laboral.

REFERÊNCIA:

- ARISTÓTELES. **Ética a Nicômaco (col. Os pensadores)** SP, abril cultural, 1973.
CARLOTTO, Mary Sandra; GONCALVES, Shila. Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitários. **Pensamento psicológico**, v. 4, n. 10, 2010.
DUTRA, Loreni Bruch et al. A Síndrome de Burnout (SB) em docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA. **Tempus Actas de Saúde Coletiva**, v. 10, n. 3, p. 115-136, 2016.
MARX, Karl. **Manuscritos econômico-filosóficos**, SP, Boitempo, 2010.



II FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA
IV MEETING DE GESTÃO E FITNESS
I ENCONTRO DO NORTE DE XADREZ EDUCACIONAL

ATENDIMENTO AO GRUPO ESPECIAL DENTRO DO ESPAÇO FITNESS:
Uma Proposta de sistematização.

Autor: Marcos Francisco de Oliveira Saraiva, Eder do Vale Palheta,
Bruno de Almeida Garcia Palheta, Elida Maria de Medeiros Saraiva
Orientador: Prof^o. Dr. Ricardo Figueiredo Pinto
Co-orientadora: Prof. Esp. Lucinete Maria de Lima Melo

INTRODUÇÃO

Na escolha da linha de pesquisa do Grupo Especial (GE), buscamos auxiliar na sistematização da prescrição a este grupo, visando qualificar o atendimento dentro do mesmo espaço de treinamento de pessoas que não apresentam restrições, exclusivamente para pessoas que necessitem de cuidados especiais. Buscando com isso, qualificar esse atendimento no momento que percebemos o movimento favorável pela busca de atividades por pessoas de média e terceira idade, no entanto a maioria desse público possui patologias que incluímos no GE, para classificarmos neste grupo incluímos os portadores ou indivíduos com pré disposição para desenvolver tais patologias: (hipertensão arterial, diabete, osteoporose) denominadas de populações especiais para prescrição de exercícios e treinamento físico. O objetivo é de qualificar sistematizando esse atendimento elaborando todas as etapas para dar continuidade no estudo comprovando a necessidade para qualificação pela sistematização. Partindo do período de observação dentro do seguimento eleito seções de treinamento cardiopulmonares e neuromusculares, combinados utilizando exercícios de "Bike indoor", e "Ginastica Localizada" compartilhadas, destacaram o grupo para o objeto de estudo, incluindo 10 (dez), clientes, do sexo feminino, com idade respectivamente, entre 35 e 65 anos.

OBJETO DE ESTUDO

- ✓ Proporcionar ao Profissional de Educação Física à compreensão das mais variadas formas de intervenção no espaço formal;
- ✓ Analisar a conjuntura atual, numa perspectiva do atendimento ao GE;
- ✓ Destacar os benefícios da sistematização nos programas e seções de treino.

JUSTIFICATIVA

O estudo justifica-se pela sua relevância enquanto sistematização pelo conhecimento cuja perspectiva atender com qualidade os portadores de patologias que trazem a recomendação da prática de atividades físicas e programas de exercícios físicos orientados, como medida eficiente e eficaz no tratamento.

OBJETIVOS

Geral: mostrar a importância de Apropriação e utilização do conhecimento da Área de Educação Física, como ferramenta na participação no processo de tratamento e prevenção de patologias recorrente na atualidade.

Específicos: Demonstrar etapas importantes antes e durante a elaboração de programas e prescrição de exercícios, que incluam melhoria das qualidades físicas, equilíbrio, coordenação motora, orientação espacial; e apresentar aspectos motor, cognitivo e emocional que denotem melhoria do bem-estar geral, segurança e elevação da autoestima do indivíduo pertencente a população especial.

TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

O estudo será exploratório descritivo, numa abordagem quantitativa; terá como contexto dentro do espaço denominado complexo esportivo "Academia Lú, Ltda." uma Instituição que busca se especializar no atendimento populações especiais pois já atende a portadores de outras deficiências e limitações, cuja população será de clientes matriculados nesse estabelecimento.

A amostra constará de 2 grupos, cada um com 20 pessoas, sendo um grupo com pessoas já treinadas e outro grupo que precisa de treinamento em sistematizado, todos de população especial e com idade a partir de 40 anos e que tenham assinado o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Serão excluídas as pessoas que não atenderem os critérios estabelecidos na amostra.

O instrumento de coleta de dados até o momento não apresenta protocolo definido. Os dados serão analisados estatisticamente, os resultados discutidos e apresentados discursivamente e em tabelas e quadros.

O estudo observará a resolução 196-76 de 10/10/1996 de conselho nacional de saúde (Brasil, 1996) e procurará preservar a identidade dos participantes.

CRONOGRAMA

ATIVIDADES 2019/2020	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV
PESQUISA BIBLIOGRÁFICA PRELIMINAR	X												
ELABORAÇÃO DO PROJETO	X	X											
ENVIO AO CEP			X										
PESQUISA BIBLIOGRÁFICA COMPLEMENTAR			X	X	X	X							
COLETA DE DADOS					X	X	X						
ANÁLISE DOS DADOS							X	X	X				
REDAÇÃO DE RELATÓRIO								X	X	X	X	X	
DEFESA													X



ANTROPOMETRIA, PERCENTUAL DE GORDURA, DERMATOGLIFIA E SATURAÇÃO DE OXIGÊNIO EM ESCOLARES PRÉ E PÓS MENARCA

Autores: Valéria de Nazaré Alves de Paula; Danilo Silva Barbosa
Profº. Ph.D. José Fernandes Filho

INTRODUÇÃO

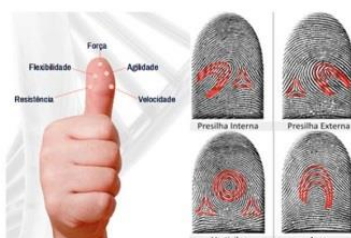
A menarca é um indicativo do estágio maturacional sexual das mulheres. Momento de profundas transformações não só fisiológicas como biopsicossociais.

OBJETIVO DE ESTUDO

O presente estudo teve como objetivo identificar as características antropométricas, percentual de gordura, dermatoglia e saturação de oxigênio em escolares de uma instituição de ensino, Escola Estadual de Ensino Fundamental Maria Encarnação de Araújo em Ananindeua-PA.

METODOLOGIA

A amostra foi composta de 48 meninas, cuja idade variou de 07 a 12 anos, sendo 30 no período pré-menarca e 18 meninas pós-menarca e foi realizada em dois momentos: No primeiro foi feita uma anamnese com informações sobre dia, mês e ano da menarca, foi entregue ao pesquisador um termo de consentimento assinado pelo responsável das participantes e marcada a data e hora para realização das avaliações; na segunda fase foram realizadas as coletas de dados e avaliações pertinentes à pesquisa. As análises comparativas foram realizadas pelo teste **t de Student** com $p < 0,05$.



DISCUSSÕES SOBRE OS RESULTADOS DAS PESQUISA

Foram encontradas diferenças significativas na massa corporal, estatura, percentual de gordura e somatório das dobras cutâneas, a dermatoglia tem análise mais criteriosa, indicando potencialidades semelhantes em ambos os grupos, na saturação de oxigênio houve ligeira diferença. De acordo com a pesquisa conclui-se que o grupo formado por meninas pós menarca possui maior massa corporal, estatura, somatória das dobras cutâneas e percentual de gordura. Em relação à dermatoglia encontra-se predominância da formula digital L>W nos dois grupos analisados e de acordo com saturação de oxigênio podemos dizer haver mudanças nos grupos analisados com superioridade de Spo2 no grupo pós menarca.

CONCLUSÃO

Concluímos considerando evidente a necessidade de incluir a menarca nas variáveis estudadas como indicativos de mudanças somáticas importantes, assim é importante identificá-la na hora de avaliar as variáveis estudadas. Em relação aos padrões dermatoglíficos, que indicam qualidades físicas genotípicas, predominam nos dois grupos potencialidades genéticas semelhantes como: velocidade, força explosiva, capacidade para hipertrofia...

REFERÊNCIAS

- CUMMINS H., MIDLO CH, Palmar and Plantar Dermatoglyphics in Primates. Philadelphia, 1942.
- METRAU, M.B. et al. Avaliação do Perfil Pessoal de Adolescentes Talentosos Utilizando suas Características Dermatoglíficas. Meta-Avaliação. Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 220 - 236, maio/ago. 2009.
- FUJII K; DEMURA S. Na approach to verifying delayed menarche in japanese female athletes. Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, v45, p580-93, 2005.
- GUEDES DP; GUEDES JERP. Crescimento, Composição Corporal e Desempenho Motor de Crianças e Adolescentes. Ed. CLR Baileiro, 1997.
- FERNANDES FILHO, José. A Prática da Avaliação Física: testes, medidas e avaliação física para escolares, atletas e academias de ginástica. Rio de Janeiro. Editora Shape, 2003. 266p.



V FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA

Exercícios físicos e suas contribuições no tratamento de ansiedade e depressão em idosos

Autores: Igor Saraiva Nascimento; Natália Cristine Rocha de Castro
Ricardo Figueiredo Pinto, Dr.

INTRODUÇÃO

Nos dias de hoje desordens mentais como a ansiedade e depressão estão cada vez mais evidentes na sociedade, sendo de grande preocupação o crescimento cada vez mais acelerado de casos de suicídios decorrentes da negligência no tratamento, informações e conhecimento sobre essas patologias. Uma vez que, devido à falta de informações, muitas pessoas ainda possuem a percepção dessas desordens como “preguiça” ou outros adjetivos que depreciem a realidade de quem sofre com essas doenças, assim como, também, uma visão limitada sobre a abrangência do público afetado.

Devido fatores comuns na vida de muitos jovens e adultos como uma rotina acelerada e várias preocupações pessoais e sociais, se torna comum o pensamento que desordens mentais como ansiedade e depressão tenham relações diretas apenas com esses públicos, entretanto, na terceira idade essas doenças são muito frequentes também, devida às dificuldades acumuladas ao longo dos anos e as que surgem com a idade avançada.

Além disso, ter tido uma rotina estressante ao longo dos anos, negligenciando sua saúde mental e física com consumo excessivo de álcool, drogas e sedentarismo, podem contribuir para o desenvolvimento dessas doenças mentais na terceira idade (FRANÇA, MURTA, 2014, p.322)

OBJETIVO DE ESTUDO

Compreender quais são os exercícios físicos que mais podem auxiliar no tratamento e/ou prevenção de ansiedade e depressão na terceira idade

JUSTIFICATIVA

A presente pesquisa é relevante devido a importância de se romper o pensamento comum que essas desordens mentais tenham relações diretas apenas com o público de jovens e adultos, uma vez que, os idosos são um público cada vez mais afetado nos dias de hoje.

Assim mostrar a importância do profissional de educação física no tratamento dessas patologias, com a necessidade de compreensão que o exercício físico pode ser realizado em qualquer idade.

METODOLOGIA

Pesquisa de revisão bibliográfica, nos bancos de dados: Scielo e google acadêmico, sendo analisados três artigos no site da Scielo e seis artigos no google acadêmico, num período de 2010 à 2019, utilizando as seguintes palavras chaves que serviram de base para critério de seleção dos artigos, devendo estarem contidas no título de cada um: depressão, ansiedade, idosos e exercício físico.

DISCUSSÕES SOBRE OS RESULTADOS DAS PESQUISA

Alguns artigos não especificaram quais tipos de exercícios físicos foram analisados para se obter o resultado final, entretanto, a análise de todos mostram a prática da atividade física benéfica aos idosos, mesmo que para alguns a melhora nos níveis de ansiedade e depressão não tenham sido significativas, não se houve complicações ou agravamento nos sintomas.

É válido ressaltar que, os artigos que especificaram os tipos de exercícios e quais seus procedimentos, mostram que para se obter os resultados finais positivos, compreenderam que no mínimo os indivíduos deveriam ter 3 meses da prática de atividades físicas com frequência de 2/3 vezes na semana.

As atividades desenvolvidas que mais se mostraram significativas no tratamento e prevenção à diminuição dos níveis de ansiedade e depressão foram as realizadas contendo mais interações sociais, como a dança e a ginástica aeróbica, houve também uma correlação entre os níveis de depressão e como estava a autoestima dos pacientes, assim como, também pode ser concluído que há um processo de envelhecimento mais saudável, nos idosos fisicamente ativos, de forma que, esses são menos afetados em sua saúde mental nesse processo.

CONCLUSÃO

O estudo concluiu que através dos exercícios físicos houve diminuição dos níveis de ansiedade e depressão, especialmente nas atividades que se realizaram em grupo, com mais interação social, trabalhando mais o equilíbrio e concentração, como no caso da dança, que pode ser observada como a atividade física mais optada por esse público. Uma possível razão para isso pode ser o fato de que na terceira idade, às vezes há o abandono familiar e com isso esse público se sente carente de afeto e se isola, portanto a realização de atividades que propiciem a eles o contato direto com outras pessoas tende a surtir efeitos positivos em relação aos níveis de depressão e ansiedade.

REFERÊNCIAS

- DE OLIVEIRA, Lucineide da Silva Santos Castelo Branco et al. Os efeitos da atividade física na ansiedade, depressão e qualidade de vida em idosos residentes na comunidade. *Tendências Psychiatry Psychother.* Porto Alegre, v. 41, n. 1, p. 36-42, março de 2019. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-60892019000100005&lng=en&nrm=iso>. acesso em 08 out. 2019. Epub 04/02/2019. <http://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0129>.
- GONÇALVES, Fellipe Biazin et al. Qualidade de vida e indicadores de depressão em idosos praticantes de exercícios físicos em academias da terceira idade da cidade de Maringá (PR). *Saúde e Pesquisa*, v. 8, n. 3, p. 557-567, 2015.
- LEANDRO-FRANCA, Cristineide; GIARDINI MURTA, Sheila. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. *Psicol. cienc. prof.* Brasília, v. 34, n. 2, p. 318-329, June 2014. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832013000200004&lng=en&nrm=iso>. access on 09 Oct. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001152013>.
- MINGHELLI, Beatriz et al. Comparação dos níveis de ansiedade e depressão entre idosos ativos e sedentários. *Rev. psiquiatr. clín.* São Paulo, v. 40, n. 2, p. 71-76, 2013. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832013000200004&lng=en&nrm=iso>. access on 08 Oct. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-60832013000200004>.



II FÓRUM INTERNACIONAL DE CONHECIMENTO & CIÊNCIA
IV MEETING DE GESTÃO E FITNESS
I ENCONTRO DO NORTE DE XADREZ EDUCACIONAL

**O ESPORTE DE ORIENTAÇÃO: uma perspectiva de expansão
da modalidade em municípios Paraense.**

Autor: Marcos Francisco de Oliveira Saraiva, Antonio Haroldo da Costa Cardoso, Jocemar Riva,
Valeria de Nazare Alves de Paula
Eder do Vale Palheta.
Orientador: Profº. Dr. Ricardo Figueiredo Pinto

INTRODUÇÃO

O esporte de orientação ainda carrega o estigma de ser denominado de corrida de orientação, a corrida e a etapa de culminância da competição, que apresenta outros desdobramentos. A modalidade, que inclui no seu processo de atividades, para a realização das provas, obedece um sistema organizado a partir da escolha dos locais onde serão desenvolvidas as provas, por categorias, este processo consiste em: levantamento e mapeamento dos percursos; elaboração de cartas referentes aos circuitos; providências de prevenção de acidentes, durante as provas; fornecer toda a logística que envolve o momento maior que são as baterias de provas. Valendo ressaltar que todo esse processo, necessita de uma equipe multidisciplinar para o seu êxito. Destacamos, a questão da nomenclatura, por termos necessidade de realizar a expansão da modalidade, proporcionando um conhecimento profundo aos praticantes e a comunidade em geral, que terão a oportunidade de acesso ao registro dos movimento das ações regionais, para a expansão da modalidade, aproveitando o momento que a modalidade ganha relevância por representação, no momento que teve a equipe formada por jovens estudantes do “Colégio militar de Belém”, classificados para a etapa dos jogos mundiais da categoria escolar

OBJETO DE ESTUDO

- ✓ Divulgar a modalidade revelando seus benefícios para os praticantes;
- ✓ Detalhar todas as etapas da preparação ao momento da competição;
- ✓ Fornecer possibilidades para incluir a modalidade como ferramenta do esporte nos aspectos: educacional, inclusivo, e promotor de saúde e qualidade de vida.

JUSTIFICATIVA

O estudo justifica-se pela relevância da modalidade que reúne vários aspectos que contribuirão para o aprendizado, por reunir a necessidade de expandir o conhecimento dos praticantes buscadas em varias disciplinas , além de contemplar a atividade física , desportiva e atlética.

OBJETIVOS

Geral: mostrar a importância de Apropriação e utilização do conhecimento da Modalidade, como ferramenta na participação de processos educacionais e esportivo

Específicos: Demonstrar etapas importantes antes e durante a elaboração das provas e na capacitação de profissionais que atuaram em todo processo, e com isso fortalecer a atuação dos Profissionais de Educação Física ampliando a pratica da modalidade .

TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

O estudo será bibliográfico, descritivo, numa abordagem qualitativa; terá como contexto a análise de documentos de registro das atividades de capacitação, ações em escolas, participação em competições, publicação em periódicos de artigos relativos a modalidade.

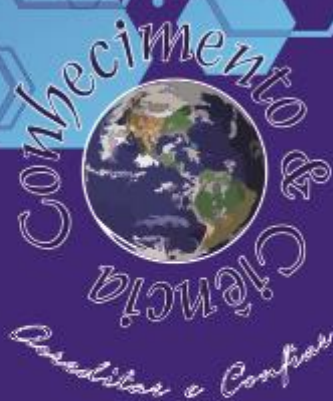
A amostra constará de entrevistas com grupos, que envolve os precursores do esporte na região, competidores e educadores além de alunos que participaram da competição internacional.

O instrumento de coleta de dados ate o momento não apresenta protocolo definido. Os dados serão analisados estatisticamente, os resultados discutidos e apresentados discursivamente e em relatos.

CRONOGRAMA

ATIVIDADES 2019/2020	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV
PESQUISA BIBLIOGRÁFICA PRELIMINAR	X												
ELABORAÇÃO DO PROJETO	X	X											
ENVIO AO CEP			X										
PESQUISA BIBLIOGRÁFICA COMPLEMENTAR			X	X	X	X							
COLETA DE DADOS					X	X	X						
ANÁLISE DOS DADOS							X	X	X				
REDAÇÃO DE RELATÓRIO								X	X	X	X	X	
DEFESA													X

EDITORIA



HÁ DUAS DÉCADAS PRODUZINDO
CONHECIMENTO E CIÊNCIA



FACIMAB

Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas de Marabá
CREDENCIADA PELO MEC - PORTARIA Nº 1101 DE 03/09/2008



APOIO:



LADEINJU



LAEMINTEC
LABORATÓRIO DE EMPREENDEDORISMO
INOVAÇÃO E TECNOLOGIA