
Dossiê temático - Artigo

ENSINO DE TREINAMENTO FÍSICO PARA OBESOS: uma proposta interdisciplinar

Aline Rodrigues Resende

Graduada em Educação Física, Especialista em Docência Universitária, UNIUBE.

alinerodriguesresende@yahoo.com.br

Valeska Guimarães Rezende Cunha

Doutora em Educação (UFG); Professora do Programa de Pós-graduação em Educação, UNIUBE; membro da Rede Internacional de Pesquisas sobre o Desenvolvimento Profissional de Professores (Uniube), da Rede de Estudos sobre Educação (Cuba/Peru) e da Rede de Pesquisadores sobre Professores do Centro-Oeste-RedeCentro

valeska.guimaraes@uniube.br

Resumo

O Exercício Físico tem papel fundamental no controle da obesidade, variando conforme tipo, intensidade e duração do exercício, e, para isso, é necessário recorrer a saberes de diferentes áreas de conhecimento e de disciplinas. A partir desse pressuposto, define-se como objetivo: compreender como se fundamenta e se realiza uma prática pedagógica interdisciplinar de três componentes curriculares oferecidos na Universidade de Uberaba, MG para o ensino de treinamento físico para obesos. A metodologia abrange estudo do estado do conhecimento; pesquisa bibliográfica; análise documental de planos de ensino, das dittrizes curriculares e do projeto pedagógico para o curso de Educação Física; análise de relatos de experiência dos professores; aplicação de questionários e observações de atividades docentes. Para fundamentar este estudo, recorre-se a Fazenda, Deluchi, Souza e Pergher, entre outros. Os resultados indicam que uma prática interdisciplinar que abranja componentes curriculares de Educação Física e de Fisioterapia pode contribuir no ensino mais eficaz de treinamento físico dirigido ao tratamento de problemas de obesidade.

Palavras-chave: Treinamento físico. Obesidade. Educação Física. Fisioterapia. Interdisciplinaridade.

TEACHING PHYSICAL TRAINING FOR OBESE: an interdisciplinary proposal

Abstract

Physical exercise plays a fundamental role in the control of obesity, varying according to type, intensity and duration of exercise, and for this, it is necessary to resort to knowledge from different areas of knowledge and disciplines. Based on this assumption, the objective is defined: to understand how an interdisciplinary pedagogical practice of three curricular components offered at the University of Uberaba, MG, for the teaching of physical training for the obese is based. The methodology includes study of the state of knowledge; bibliographic research; document analysis of teaching plans, curriculum guidelines and pedagogical project for the Physical Education course; analysis of teachers' experience reports; application of questionnaires and observations of teaching activities. To support this study, we use Fazenda, Deluchi, Souza and Pergher, among others. The results indicate that an interdisciplinary practice that encompasses curricular components of Physical Education and Physical Therapy can contribute to the more effective teaching of physical training directed to the treatment of obesity problems.

Keywords: Physical training; Obesity; Physiotherapy; Interdisciplinarity.

Introdução

Por muitos anos a obesidade foi considerada um padrão desejável de beleza, porém, esses foram mudando conforme mudanças culturais e científica. Atualmente, ela é considerada uma doença multifatorial que desencadeia outras patologias recorrentes que podem levar a óbito. Apesar da desnutrição ainda existir, a maioria da população mundial está acima do peso ou com algum grau de obesidade, independentemente do nível de desenvolvimento (seja na infância, juventude, adultos ou idosos). E as estatísticas indicam como a obesidade pode aumentar ainda mais nos próximos anos.

Por outro lado, reflete-se sobre o ensino nos cursos universitários de Educação Física desde décadas atrás. Guimarães e Ferreira (1995, p. 5) comentam, segundo relatos docentes ouvidos por elas em investigação realizada junto a professores de Educação Física e de Música que

o trabalho Interdisciplinar é apontado por todos os professores consultados como importante e necessário para a melhoria da qualidade do ensino, para resolver a dicotomia entre teoria e prática objetivando a formação do docente, respondendo às necessidades

sócio-históricas da educação. Apesar dessa compreensão, os professores não participam de projetos interdisciplinares e, se participam, o fazem de forma Incipiente e desarticulada. A análise das entrevistas dos professores nos fornece um dado importante que revela, por parte dos mesmos, um desconhecimento dos conteúdos tratados nas diversas disciplinas da área pedagógica. Essa falta de informação, impossibilita à maioria dos professores, apontar possíveis contribuições das diferentes disciplinas que compõem o quadro. Podemos inferir que esse fator colabora para a disparidade entre a valorização que se atribui à interdisciplinaridade e o envolvimento efetivo dos docentes em atividades com estas características,

Esse fato não ocorre apenas em uma instituição localizada e nem em épocas mais remotas. Em período recente, lê-se em pesquisas feitas, por exemplo, por Cerrone (2017, p. 9) que investigou a aplicação de treinamento físico isoladamente, como ferramenta não medicamentosa para controle da obesidade em mulheres, o tratamento ideal – a terapia interdisciplinar – é onerosa e, portanto não acessível a muitos obesos. Os resultados confirmaram os efeitos desse treinamento físico sobre fatores antropométricos, composição corporal, resistência à insulina, aspectos bioquímicos, hormonais, psicobiológicos e qualidade de vida de mulheres obesas. A pesquisadora conclui que o treinamento físico combinado poderia ser incorporado aos sistemas de saúde públicos ou privados, como uma estratégia alternativa para controle da obesidade, em locais sem possibilidade de oferecer uma terapia interdisciplinar completa.

Essa é uma constatação que poderia incorporar as discussões sobre a formação universitária para o tratamento da obesidade, em uma atitude interdisciplinar, ainda não presente nos cursos a ele relacionados, pelo menos não de forma proeminente.

Em nossas universidades a fragmentação parece ser o princípio de organização curricular e de prática docente. Japiassu (1976, p. 15) comenta que:

Em nossas Universidades é praticamente inexistente a prática interdisciplinar, tanto no campo do ensino quanto no campo da pesquisa. O que existe, e assim mesmo numa escala bastante reduzida e, frequentemente de modo inteiramente escamoteado, são certos encontros pluridisciplinares. [...] Mesmo assim, tais encontros se realizam apenas como práticas individuais. [...] É fundamental uma atitude de espírito. Atitude feita de curiosidade, de abertura, de sentido de aventura, de intuição das relações existentes entre as coisas que escapam à observação comum.

Nos cursos pesquisados, os conteúdos específicos da fisiologia do exercício na obesidade são mencionados somente no oitavo período, com aulas práticas em laboratórios. As metodologias para o ensino da Fisiologia do Exercício em ambos os cursos são as mesmas. Utiliza-se de aulas expositivas, metodologias ativas com discussão de artigos científicos, estudos de casos. As aulas práticas sendo ao final do semestre no curso de Educação Física e a abordagem de Treinamento Físico específicos pra obesos no curso de Fisioterapia ocorre na disciplina “Fisioterapia Cardiorrespiratória”, por ser a obesidade um fator de risco para doença cardiovascular.

Há referência sobre os princípios do treinamento físico e como prescrever exercícios para perda de peso no curso de Fisioterapia. Nas aulas práticas os alunos acompanham métodos de avaliação da composição corporal para mensurar perda de peso, bem como ganho de massa magra, e aprendem quais recursos são mais indicados para esse grupo específico.

Sobre uma proposta de utilização de aulas interdisciplinares para o ensino da fisiologia do exercício na prescrição de exercícios físicos para obesos nos respectivos cursos, ambos não se utilizam, ora por não ter oportunidade, ora por dependência de flexibilidade no cronograma dos demais cursos, entretanto, houve uma vivência da professora do curso de Educação Física em outra instituição com o curso de nutrição como ouvintes da disciplina, considerando ser uma experiência importante no âmbito de agregação de conhecimento e na abordagem de metabolismo e exercício. Portanto o planejamento do semestre das disciplinas recorrentes é programado individualmente.

Buscou-se, inicialmente, o que a literatura a esse respeito expressava. Identificou-se, então, que a universidade é um polo de investigação, um lugar de produção de conhecimento novo, que deve sempre acompanhar as transformações da ciência contemporânea, repensar as formas clássicas de abordagem e ou articulação disciplinar. No curso de Educação Física, não é diferente, precisa-se pensar além dos caminhos possíveis já existentes para prevenção e tratamento da obesidade. A sociedade carece de diferentes tratamentos. E por meio do ensino docente interdisciplinar pode ser possível encontrar outras soluções por meio de novos

conceitos, de conhecimento de interações possíveis, da experiência vivida, das relações interpessoais, da criatividade, das metodologias utilizadas, presencialmente e a distância, do desenvolvimento do pensamento crítico dos discentes dos respectivos cursos, já que, esses, futuramente estarão inseridos na vida profissional exercendo um importante papel, ao cuidarem da saúde das pessoas, em específicos das pessoas obesas.

Pombo (2008, p. 14-15), sobre a importância da interdisciplinaridade na escola, ressalta que:

Mesmo que a ciência tenha seguido um modelo de especialização, a escola e a universidade, nomeadamente através dos seus regimes curriculares e metodologias de trabalho, devem defender perspectivas transversais e interdisciplinares. E isto porque? Porque é da presença na consciência do investigador de várias linguagens e de várias disciplinas que pode resultar o próprio progresso científico. Ou seja, porque há uma heurística que resulta justamente dessa formação interdisciplinar. Heurística essa que comporta três determinações. Em primeiro lugar, a questão da fecundação recíproca das disciplinas, da transferência de conceitos, de problemáticas, de métodos, com vista a uma leitura mais rica da realidade. [...]. Um segundo elemento tem a ver com o facto de, na aproximação interdisciplinar, haver a possibilidade de se atingirem camadas mais profundas da realidade cognoscível. [...]. A terceira determinação [...] diz respeito ao facto de [...] a própria interdisciplinaridade permitir a constituição de novos objectos do conhecimento.

Cruz (2017, p. 674), em seu artigo, remete aos estudos conceituais, contextuais e de pesquisa sobre o professor e a prática docente, firmando a necessidade exigir a formação didática para seu exercício, mas, porém não é suficiente somente saber ensinar, é preciso saber as razões pela qual se ensina, de que forma se ensina.

Ensinar requer uma variada e complexa articulação de saberes passíveis de diversas formalizações teórico-científicas, científico-didáticas e pedagógicas. Esses conhecimentos são requeridos porque na atividade docente há inúmeros fatores implicados, por exemplo, a forma como o professor [...] articula diferentes saberes no seu ato de ensinar e age diante do inesperado e do desconhecido.

Há uma vasta literatura de conceitos sobre o que seria a interdisciplinaridade, não por ser um assunto amplo, mas por não chegar a uma delimitação do que é. Cada

autor define interdisciplinaridade de uma forma diferente, seja para exceder ao conteúdo das disciplinas, dos componentes curriculares, estar inserindo no cotidiano das pessoas, aproximar diversos campos de saberes, gerando benefícios ao ser humano. Pombo (2004) defende que a ação interdisciplinar antes de ser executada em seu meio, deve partir de uma ação interna de cada indivíduo:

A partir desse pressuposto, define-se como objetivo deste artigo: compreender como se fundamenta e se realiza uma prática pedagógica interdisciplinar dos componentes curriculares Fisiologia do Exercício, dos cursos de graduação em Educação Física e de Fisioterapia, e de Fisioterapia Aplicada ao Sistema Cardiorrespiratório que contribua para o ensino da prescrição do treinamento físico para obeso.

REFERENCIAL TEÓRICO SOBRE TREINAMENTO FÍSICO PARA O OBESO

A prática de exercícios físicos auxilia no processo de controle de peso corporal, a partir de um programa estruturado de forma individualizada elaborada por um profissional de Educação Física, para melhor atender às necessidades do indivíduo obeso de forma segura e eficaz. Variando conforme intensidade (leve, moderada e vigorosa) e duração do exercício, pois além de converter as moléculas de triglicerídeos (gordura), controlar o peso corporal, ajuda no tratamento das outras patologias decorrentes, diminuição da frequência cardíaca de repouso, hipotensão arterial, diminuição da glicemia, melhora no perfil lipídico e bem-estar psicológico (BIELEMANN et al, 2014).

Em virtude da falta de condicionamento físico e incapacidade de manter a intensidade de um exercício aeróbio, por exemplo, algumas estratégias são utilizadas, como Treino Intervalado de Alta Intensidade.

Existem alguns tipos de exercícios que podem ser utilizados para a prevenção e controle da adiposidade corporal como, por exemplo: exercícios aeróbios (contínuos, intervalados, circuitos), no qual o indivíduo tem a capacidade de executar um trabalho muscular durante um longo período (acima de 30 minutos), sem apresentar

consideráveis sinais de fadiga, com intensidade baixa ou moderada equivalentes a (50%-65% VO₂max), tendo como o principal substrato utilizado a gordura. Exercícios resistidos (aqueles cujas contrações são realizadas contra resistência) com utilização de glicose como substrato e treinamento concorrente e ou combinado, (aeróbio associado ao resistido), aumentando massa magra (músculos) e reduzindo massa gorda (gordura).

Um estudo de revisão sobre os efeitos da intensidade dos diferentes tipos de exercício físico no combate ao sedentarismo e obesidade, feito por Schöler; Zavarize; Bocks (2016), demonstraram que exercícios de intensidade moderada, promovem uma maior oxidação de ácidos graxos durante sua realização, e reforçam as defesas antioxidantes do organismo. Já o exercício intenso parece promover maior oxidação de lipídios após o esforço, entretanto, quando excessivo pode induzir um estado pró-oxidante. Considerando que a pessoa obesa já possui perfil inflamatório advindo do acúmulo da gordura, não é tão interessante esse tipo de treinamento.

Para não ser considerado sedentário a Organização Mundial da Saúde recomenda 150 minutos semanais de exercícios físicos. Caspersen et al, (1985, citados por ARAÚJO; ARAÚJO, 2000, p. 2) conceituam atividade física como

qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resultem em gasto energético, não se preocupando com a magnitude desse gasto de energia. Estes autores diferenciam atividade física e exercício físico a partir da intencionalidade do movimento, considerando que o exercício físico é um subgrupo das atividades físicas, que é planejado, estruturado e repetitivo, tendo como propósito a manutenção ou a otimização do condicionamento físico

Ser sedentário ou ter comportamentos sedentários significa ter ausência ou redução de atividades físicas regulares, como dormir ou permanecer sentado em frente ao computador, por exemplo.

Considera-se importante, também, a menção à dimensão psicológica da obesidade. Lima e Borges (2016, p. 3), em seus estudos sobre fatores psicológicos da obesidade, afirmam que a obesidade está associada a comer mais rapidamente do que o normal; a comer grandes quantidades de alimento na ausência da sensação física de

fome; a alimentar-se sozinho por vergonha do quanto se está comendo. Essas reações são acompanhados por sentimentos de angústia, envolvendo vergonha, nojo e/ou culpa, além de estresse, ansiedade e depressão. Conclui-se, portanto, o quanto é importante uma ação interdisciplinar entre diferentes disciplinas, nesse caso, remontando, também, à Psicologia, no processo de planejamento curricular do curso de Educação Física, ao propor a formação para o exercício profissional no tratamento da obesidade, e para o projeto pedagógico em geral.

MATERIAL E MÉTODO

A metodologia desta pesquisa abrangeu: estudo do estado do conhecimento; pesquisa bibliográfica; análise documental dos planos de ensino das disciplinas, das Diretrizes Curriculares para o curso de Educação Física (BRASIL, 2018) e do Projeto Pedagógico do Curso de Educação Física; análise de relatos de experiência dos professores que ministram esses componentes curriculares; aplicação de questionários e observações de atividades em cursos de graduação da Universidade de Uberaba (UNIUBE). Os cursos selecionados foram Educação Física e Fisioterapia, ambos com turmas do 4º período (2º ano), nas disciplinas de Fisiologia do Exercício e Fisioterapia Aplicada ao Sistema Cardiorrespiratório para grupos específicos em obesidade.

A aplicação de questionários e a análise dos relatos docentes teve o objetivo de colher informações sobre suas práticas pedagógicas, metodologias utilizadas, experiência profissional, como desenvolve sua metodologia de ensino? Quais ferramentas utilizam no processo de ensino aprendizagem dos alunos da disciplina de fisiologia para trabalhar com esse grupo específico? Como o ensino aos alunos sobre a fisiologia do exercício pode contribuir na elaboração de um programa de treinamento físico cujo objetivo é emagrecimento? Até que ponto a disciplina pode contribuir para a realização de suas atividades profissionais?

O que pode ser feito para melhorar esse processo de ensino-aprendizagem? Por que escolheu a docência na área de fisiologia? Os alunos têm interesse em aprender a disciplina sobre esse tema específico? Qual é a maior dificuldade os alunos possuem ao aprenderem sobre prescrição de treinamento físico para obesos? Vocês utilizam

atividades interdisciplinares nos cursos de Educação Física, Nutrição, Fisioterapia e Psicologia para ensinar fisiologia e prescrição de treinamento físico para obesos? Se sim, como foi a experiência? Se não, por quê? Como o período de estágio pode contribuir para o ensino interdisciplinar de Fisiologia e Treinamento físico para o obeso? Em aplicabilidade da teoria na prática e relação professores/ alunos.

Após a análise documental, foram realizadas comparações entre os planos de ensino das disciplinas seccionadas para este estudo.

Resultados e discussão

Por meio das análises documentais, observações, entrevistas, questionários ouvindo relatos de experiência, comparando planos de ensino das disciplinas, diretrizes curriculares para o curso de Educação Física e o Projeto Pedagógico desse curso, alcançaram-se os resultados que se seguem.

Por meio das observações realizadas, verificou-se que, quanto às metodologias de ensino utilizadas nas aulas teóricas pelas professoras de Fisiologia do Exercício nos cursos de Educação Física e Fisioterapia, ambas fazem uso dos trabalhos em grupos, leituras seguidas de atividade coletiva em debate trabalhando observação crítica do aluno, artigos científicos, estudos de casos, recursos audiovisuais, quadro negro, leituras complementares no ambiente virtual de aprendizagem AVA.

Nas aulas práticas, foram observadas atividades em duplas, com equipamentos específicos para tal objetivo, testes físicos, aula em laboratório. No curso de graduação em Educação Física havia uma abordagem mais tecnicista e teórica, entretanto os alunos são bastante participativos. Quanto ao curso de Fisioterapia, ocorre uma abordagem menos técnica mais fácil de compreender sua aplicação ao cotidiano profissional em relação à didática de ensino da Fisiologia do Exercício, portanto os alunos são menos interativos.

No curso de Fisioterapia, há, ainda, referência sobre os princípios do treinamento físico e como prescrever exercícios para perda de peso. Nas aulas práticas os alunos acompanham métodos de avaliação da composição corporal para mensurar perda de peso, bem como ganho de massa magra, e aprendem quais recursos são mais indicados para esse grupo específico. A atualização do professor frente aos conteúdos

e a junção da teoria com a prática profissional e disponibilidade de instrumentos (laboratório) para demonstração prática, auxiliam no processo ensino aprendizagem dos alunos.

Os Planos de Ensino do curso de Fisioterapia analisados foram os de Fisiologia do Exercício (UNIUBE, 2016a) e o de Fisioterapia aplicada ao sistema cardiorrespiratório (UNIUBE, 2016b). Nesses planos não há menção à prática interdisciplinar. O componente curricular Fisiologia do Exercício também é oferecido no curso de Licenciatura em Educação Física. Nele observamos essa intenção, conforme se lê:

No que se refere à Interdisciplinaridade, o componente curricular Fisiologia do Exercício fará a integração dos conteúdos com componentes curriculares presentes em todas as etapas do curso: Esportes Individuais I e II, Esportes Coletivos I e II, Metodologia do Treinamento Esportivo, Educação Física Especial (UNIUBE, 2019).

Além do aspecto epistemológico de construção de um conhecimento fundamentado em integração de saberes, defendida neste texto, observe-se o atendimento às Diretrizes Curriculares Nacionais dos Cursos de Graduação em Educação Física (BRASIL, 2018) que, no capítulo III - da formação específica em Licenciatura em Educação Física, define: “A etapa específica para a formação em Licenciatura em Educação Física, deverá considerar: [...] c) trabalho coletivo e interdisciplinar [...]”. (BRASIL, 2018, art. 9, VI). E no mesmo Artigo, acrescenta a necessidade de:

Ampliação do conceito de docência como ação educativa e como processo pedagógico intencional e metódico, envolvendo conhecimentos específicos, interdisciplinares e pedagógicos, conceitos, princípios e objetivos da formação que se desenvolvem na construção e apropriação dos valores éticos, linguísticos, estéticos e políticos do conhecimento inerentes à sólida formação científica e cultural do ensinar/aprender, à socialização e construção de conhecimentos e sua inovação, em diálogo constante entre diferentes visões de mundo (BRASIL, 2018, art. 9, VII).

É, portanto, bem clara a recomendação para um ensino interdisciplinar.

Em relação ao Projeto Pedagógico do Curso de Educação Física (UNIUBE, 2019, p. 8), lê-se logo no início, em sua Apresentação, que o projeto “supõe a participação do coletivo de forma democrática, por meio do diálogo, da ação integrada, da visão interdisciplinar em todas as etapas de sua operacionalização e auto avaliação”.

Nos Referenciais epistemológicos, educacionais e técnicos, confirma-se o princípio assumido:

A construção do conhecimento acadêmico é, sobretudo, constitutiva do desenvolvimento do profissional e do cidadão ao mesmo tempo. Para tanto, adota-se uma abordagem interdisciplinar que consiste na comunicação, no diálogo sobre e entre saberes e práticas para gerar novos saberes e novas práticas de forma a provocar a diminuição das fronteiras disciplinares. A flexibilidade curricular e a interdisciplinaridade norteiam a nova atitude acadêmica de ensinar, tendo em vista a ruptura da tradição do ensino fragmentário (UNIUBE, 2019, p. 17).

Esse Projeto define, ainda, que “são privilegiadas as estratégias metodológicas com uma abordagem interdisciplinar que supere a fragmentação do conhecimento e colabore para a visão da totalidade” (p. 31).

Observa-se, no entanto que, se existem iniciativas de estímulo às mudanças na formação de profissionais que atual na área de saúde, ainda existe o ensino tradicional especializado que não se abre à convergência de olhares. No entanto, comparando os planos de ensino entre as disciplinas de Fisiologia do Exercício e Fisioterapia Aplicada ao Sistema Cardiorrespiratório, identificou-se uma possibilidade de se trabalhar de forma interdisciplinar já que ambos os cursos lidam com exercícios físicos para prevenção e tratamento da obesidade. Percebe-se, assim, necessidade de maior aprofundamento nas discussões e estudos na área de educação física, sobretudo no que diz respeito à formação e atuação em contextos interdisciplinares.

A partir das respostas obtidas por meio dos questionários, observou-se que as metodologias utilizadas para o ensino da Fisiologia do Exercício, em ambos os cursos, são as mesmas. Utilizam-se aulas expositivas, metodologias ativas com discussão de artigos científicos, estudos de casos. As aulas práticas são oferecidas ao final do semestre no curso de Educação Física e a abordagem de Treinamento Físico específicos para obesos no curso de Fisioterapia ocorre na disciplina “Fisioterapia

Cardiorrespiratória”, por ser a obesidade um fator de risco para doença cardiovascular.

Identificou-se que o interesse das professoras dos dois cursos investigados pela docência e pela disciplina Fisiologia do Exercício surgiu ainda na graduação, por meio de apresentações de seminários, participações em monitorias, pesquisas e a paixão pelo exercício da profissão. Sobre motivação e dificuldade que os discentes possuíam sobre o assunto, não se obteve resposta, por o tema ser abordado somente no 8º (oitavo) período do curso.

Sobre uma proposta de utilização de atividades interdisciplinares para o ensino da fisiologia do exercício na prescrição de exercícios físicos para obesos nos respectivos cursos, ambos não as utilizam, ora por não terem oportunidade, ora por dependência de flexibilidade no cronograma dos demais cursos (apesar de previsto no curso de licenciatura em Educação Física). Entretanto, houve uma experiência da professora do curso de Educação Física em outra instituição com o curso de Nutrição como ouvintes da disciplina, considerando ser uma experiência importante no âmbito de agregação de conhecimento e na abordagem de metabolismo e exercício. Segundo relato, o planejamento do semestre das disciplinas é realizado individualmente, o que pode dificultar a construção de uma proposta interdisciplinar pois falta uma atitude primordial que é o diálogo.

Alguns depoimentos colhidos durante a aplicação de questionários às docentes, ilustram as afirmações das pesquisadoras sobre a não experiência em atividades interdisciplinares;

Professora A - Aulas interdisciplinares eu não utilizei, mas sempre reforço a importância da equipe multidisciplinar para o atendimento a essa população (Obesos), pois a perda de peso depende de vários aspectos e não apenas da prática de exercícios. Não utilizei pois o ajuste do meu cronograma dependeria da aula de outros cursos e na correria das vinte semanas de aula do semestre, acabo me organizando sozinha para ministrar o conteúdo que deve ser abordado.

Professora B - Não tive a oportunidade na instituição de ministrar a disciplina com outros cursos. A única experiência que tive, foi em outra Universidade, onde tive alunos de nutrição como ouvintes na disciplina. Foi uma experiência importante no âmbito de agregação de conhecimento, principalmente na parte de metabolismo e exercício.

Quanto à utilização dos períodos de estágios como integração metodológica para o ensino da fisiologia do exercício na prática, as professoras afirmam que as aplicações práticas da teoria auxiliam na aprendizagem dos discentes, mas, igualmente, não expressaram como esse componente poderia ser ministrado de modo interdisciplinar.

É importante destacar que, segundo Peduzzi et al. (2013, p. 978), “a tendência dos profissionais de cada área trabalhar de forma isolada e independente das demais expressa sua longa e intensa formação também isolada e circunscrita à sua própria área de atuação”. Desse modo, torna-se necessário sempre analisar o conhecimento científico construído e considerar se ele atende as necessidades identificadas no contexto da sociedade.

Pondera-se que, para alcançarem desejável interdisciplinaridade, os docentes precisam planejar juntos e interrelacional seus conhecimentos e propostas metodológicas, de modo a alcançar a participação dos discentes com a mesma atitude.

Refletindo sobre os resultados obtidos, é possível conjecturar a elaboração interdisciplinar de um projeto de emagrecimento que envolva diversas áreas do conhecimento como, por exemplo, a Educação Física, Fisioterapia, Nutrição, Psicologia, Gestão e Marketing, Tecnologias e Sistemas de Informação, podem ser propostas no momento de preparação dos planos pedagógicos, formas de se trabalhar com este tipo de grupo (obesos), preparando os discentes para atuação profissional, contribuindo para benefícios a essa população. É, ainda, o Projeto Pedagógico do curso de Educação Física que respalda essa proposta, pois nele está explícito: “dotar uma perspectiva interdisciplinar significa [...] valer-se dos saberes específicos das diversas áreas do conhecimento na organização dos componentes curriculares e na integração entre os componentes de uma etapa e entre as etapas no curso (UNIUBE, 2019, p. 28).

Considera-se, ainda, que uma formação universitária, de modo especial, do profissional de educação física, como a analisada nesta pesquisa, e pontuada em trabalho anterior (BERNARDES, 2009), deverá estar entrelaçada com a idéia de uma convivência sempre inacabada, instável e ininterrupta com movimentos de saber na e durante toda a vida de cada um de nós: eu, um ser que sabe e aprende continuamente;

uma teia uma abertura sem fim de e ao conhecimento. E o mesmo aplica-se à dimensão interativa, solidária, social do processo de aprender. Pois de uma maneira ou de outra somos elos, somos correntes, e também fluxos de conhecimento entre seres humanos, A educação deve tender a ser cada vez mais o lugar da troca de e do diálogo entre sujeitos de saberes, de valores, de sentimentos e de sociabilidades.

Considerações finais

A análise dos resultados possibilitou identificar e discutir o ensino de um componente curricular que contribui para a prevenção e/ou tratamento da obesidade e sua relação com uma proposta interdisciplinar. No entanto, considera-se este estudo como limitado porque não se ouviu o aluno e o profissional de Educação Física que atua nessa área específica de saúde. Há, igualmente, a necessidade de aprofundar-se o estudo teórico sobre que interdisciplinaridade se propõe, pois existem várias conceitos e práticas nomeadas como tal. Até mesmo, verifica-se alguma confusão entre a inter e a multidisciplinaridade.

De todo modo, os dados permitem considerar a importância de um trabalho integrado e colaborativo, com foco na prevenção e tratamento da obesidade, com a finalidade de prestar um serviço de saúde melhor e mais adequado a esse segmento da população e à sociedade em geral.

Referências

ARAÚJO, D. S. M. S. de; ARAÚJO, C. G. S. de. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 6, n. 5, p. 194-203, out. 2000. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922000000500005&lng=en&nrm=iso .Acesso em: 18 nov. 2019.

BERNARDES, S. T. A. Um gesto poético: interações teoria e prática na formação do professor. **Profissão docente**, Uberaba, v. 9, n. 19, 2009. Disponível em:

<http://www.revistas.uniube.br/index.php/rpd/article/view/227/378> Acesso em 18 nov. 2018.

BIELEMANN, R. M et al . Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 49, 28, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102015000100221&lng=en&nrm=iso . Acesso em 18 nov. 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. **Resolução n. 6, de 18 de dezembro de 2018**. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais dos Cursos de Graduação em Educação Física e dá outras providências. Diário Oficial da União: Seção: 1, Brasília, DF, Edição 243, p. 48, 19 dez. 2018. Disponível em: http://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/55877795/doi-2018-12-19-resolucao-n-6-de-18-de-dezembro-de-2018-55877683 Acesso em 13 fev. 2019.

CERRONE, Leticia Andrade. **Comparação entre terapia interdisciplinar e treinamento físico em mulheres obesas**: um ensaio clínico randomizado. 2017. Dissertação (Mestrado Interdisciplinar em Ciências da Saúde) – Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2017. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=5287322 Acesso em: 18 nov. 2018.

CRUZ, Giseli Barreto da. Didática e docência no ensino superior. **Rev. Bras. Estud. Pedagog.**, Brasília, v. 98, n. 250, p. 672-689, dez. 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-66812017000300672&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 18 nov. 2018.

GUIMARÃES, Sueli Édi Rufini; FERREIRA, Eliana Eik Borges. Integração entre as disciplinas pedagógicas nos cursos de Licenciatura da Universidade Estadual de Londrina. **Semina: Cio Soc./Hum.**, Londrina, v.16, p 49-57., out. 1995. Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminasoc/article/view/9465/8249> Acesso em 18 nov. 2018.

JAPIASSU, Hilton. **Interdisciplinaridade e patologia do saber**. Rio de Janeiro: Imago, 1976.

LIMA, Ana Carolina Rimoldi de; OLIVEIRA, Angélica Borges. Fatores psicológicos da obesidade e alguns apontamentos sobre a terapia cognitivo-comportamental. Mudanças. **Psicologia da Saúde**, v. 24, n. 1, p. 1-14, jan.-jun., 2016. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/MUD/article/view/6465> Acesso em 18 nov. 2018.

PEDUZZI, Marina et al. Educação interprofissional: formação de profissionais de saúde para o trabalho em equipe com foco nos usuários. **RevEscEnferm**, São Paulo, v. 47, n. 4, p. 977-983, 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342013000400977&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 13 nfev. 2019.

POMBO, Olga. Epistemologia da interdisciplinaridade. *Ideação*, **Revista do Centro de Educação e Letras**, Foz do Iguaçu, v. 10, n. 1, p. 9-40, 2018. Disponível em: <http://e->

revista.unioeste.br/index.php/ideacao/article/view/4141/3187 Acesso em: 18 nov. 2018.

POMBO, Olga. **Interdisciplinaridade: ambições e limites**. Lisboa: Relógio d'Água, 2004.

SCHÖLER, Cinthia Maria. M.; ZAVARIZE Neto, Luiz; BOCK, Patrícia Martins. Exercícios físicos no combate ao sobrepeso e obesidade: intensidade versus estresse oxidativo. **Ciência em Movimento**, São Paulo, ano 8, n. 36, jun, 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/309480009_Exercicios_Fisicos_no_Combate_ao_Sobrepeso_e_Obesidade_Intensidade_versus_Estresse_Oxidativo. Acesso em: 18 nov. 2018.

UNIUBE. **Plano de Ensino de Fisiologia do exercício**. Uberaba: UNIUBE, 2016a.

UNIUBE. **Plano de Ensino de Fisioterapia aplicada ao sistema cardiorrespiratório**. Uberaba: UNIUBE, 2016b.

UNIUBE. **Projeto Pedagógico graduação em Educação Física Bacharelado**. Modalidade Presencial. Uberaba: UNIUBE, 2019.

Submissão: Mar. 2020
Aprovado: Maio 2020