



A GINÁSTICA PARA TODOS COMO UMA POSSIBILIDADE DE PRÁTICA CORPORAL NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

GYMNASTICS FOR ALL AS A POSSIBILITY OF BODY PRACTICE IN THE BRAZILIAN PUBLIC HEALTH SYSTEM

GIMNASIA PARA TODOS COMO UNA POSIBILIDAD DE PRÁCTICA CORPORAL EN EL SISTEMA ÚNICO DE SALUD

Mariana Rotta Bonfim

Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil
Email: mariana.bonfim@prof.uscs.edu.br

Alessandra Nabeiro Minciotti

Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil
Email: alessandra.minciotti@prof.uscs.edu.br

Mariana Fontanesi Cesar

Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil
Email: mariana.fontanesi@hotmail.com

Caroline Antonelli de Souza

Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil
Email: caroline.antonellisouza@gmail.com

Larissa Fernandes da Silva

Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil
Email: lari.fernandes31@gmail.com

Renata Raghianti Zein

Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil
Email: renata_zein@hotmail.com

RESUMO

A Ginástica para Todos – GPT está voltada para o lazer, vivência corporal, criatividade e diversidade, classificando-a como uma prática livre, características que a tornam apropriada à promoção da saúde, em especial no Sistema Único de Saúde – SUS. Assim, o objetivo deste trabalho é identificar as evidências e trazer possibilidades para a implementação da GPT no SUS, predominantemente para o público idoso. Para tanto, foram utilizadas publicações oficiais do Ministério da Saúde e sobre experiências de GPT no SUS. Não foram encontrados relatos na literatura sobre sua implementação no SUS, bem como para busca nos Anais da área. Visto que o público mais aderente às atividades físicas no SUS se constitui por pessoas acima de 50 anos, sugere-se utilizar as mesmas estratégias de implantação dos grupos de GPT com idosos, priorizando a elaboração coletiva de coreografias, elementos gímnicos e culturais de forma lúdica e cooperativa, contribuindo no aumento do nível de atividade física e promoção da saúde.

Palavras-chave: Ginástica Para Todos; Sistema Único de Saúde; Práticas Corporais; Ginástica.

ABSTRACT



Gymnastics for All – GfA is focused on leisure, body experience, creativity and diversity, classifying it as a free practice, characteristics that make it appropriate to promote health, especially in Public Health System – PHS. Thus, the objective of this work is to identify the evidence and bring possibilities for the implementation of GfA in PHS, predominantly for the elderly. Official publications from the Ministry of Health and on GfA experiences in PHS were used. No reports were found in the literature about its implementation in PHS, as well as for search in the area's proceedings. Since the public most adherent to physical activities in the PHS is made up of people over 50 years old, it is suggested to use the same strategies of implantation of GfA groups with the elderly, prioritizing the collective elaboration of choreographies, gymnastic and cultural elements in a playful way and cooperative, contributing to increase the level of physical activity and health promotion.

Keywords: Gymnastics for All; Public Health System; Body Practices; Gymnastics.

RESUMEN

Ginmasia Para Todos – GPT se centra en el ocio, la experiencia corporal, la creatividad y la diversidad, clasificándola como una práctica libre, características que a hacen apropiada a promover la salud, especialmente en Sistema Único de Salud – SUS. Por lo tanto, el objetivo de este trabajo es identificar la evidencia y brindar posibilidades para la implementación de GPT en el SUS, predominantemente para los ancianos. Se utilizaron publicaciones oficiales del Ministerio de Salud y sobre experiencias GPT en SUS. No se encontraron informes en la literatura sobre su implementación en el SUS, así como para la búsqueda en los procedimientos del área. Dado que el público más adherente a las actividades físicas en el SUS está formado por personas mayores de 50 años, se sugiere utilizar las mismas estrategias de implantación de grupos GPT con los ancianos, priorizando la elaboración colectiva de coreografías, elementos gimnásticos y culturales de una manera lúdica y cooperativa, contribuyendo a aumentar el nivel de actividad física y promoción de la salud.

Palabras clave: Ginmasia Para Todos; Sistema Único de Salud; Prácticas Corporales; Ginmasia.

INTRODUÇÃO

A Ginástica para Todos (GPT) teve sua origem e desenvolvimento na Europa durante a década de 1950, sendo conhecida até 2006 como Ginástica Geral. De acordo com a Federação Internacional de Ginástica (FIG), órgão que a criou, reconheceu e renomeou, a GPT como uma prática que oferece uma variedade de atividades adequadas para todos os gêneros, grupos etários, habilidades e experiências culturais, as quais contribuem para a saúde pessoal, condicionamento e bem-estar – físico, social, intelectual e psicológico (FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA, 2019).

Ainda, segundo a FIG, é característico da GPT inspirar prazer no exercício e incentivar a atividade pessoal, sendo que os princípios que direcionam sua prática, também chamados de 4F, incluem *Fun, Fitness, Fundamentals and Friendship* (diversão, atividade física, fundamentos e amizade), que podem ser entendidos como prazer pela prática, impacto na

saúde física, uso de fundamentos e habilidades da ginástica, bem como a promoção da interação e da amizade (FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA, 2019). Sendo assim, a GPT pode ser uma forma de oferecer aos praticantes de ginástica o lazer, a diversão e o bem-estar, dando assim sentido à expressão ‘para todos’ (MENEGALDO, 2018).

De maneira geral, a GPT é uma modalidade ampla e diversa, engloba atividades no campo da ginástica, dança e jogos, não possui regras rígidas, não é restrita apenas ao que é competitivo e ao que é regra, mas se caracteriza como uma prática corporal que permite que a cultura se expresse livremente por meio de sua prática, desenvolvendo diversos aspectos sociais, afetivos, psicológicos, físicos e de linguagem corporal, sendo pontos marcantes desta prática a ludicidade, a liberdade de expressão e a criatividade (AYOUB, 2003).

Em conjunto, estas características indicam que a GPT é uma prática adequada para a promoção da saúde da população em geral,



incluindo diversos grupos etários, de gênero, bem como pessoas com deficiência e com necessidades especiais. Esta realidade vai ao encontro com os preceitos estabelecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) para a inclusão da atividade física na atenção básica, que sugere que a GPT possa ser uma prática corporal apropriada à saúde pública. Nesse contexto, surge a dúvida: quais são as evidências sobre a implementação da GPT no SUS? Nesse sentido, o objetivo deste trabalho é identificar as evidências e trazer possibilidades da implementação da Ginástica para Todos no SUS, predominantemente para o público idoso.

MÉTODO

Esta pesquisa se caracteriza como exploratória, de natureza qualitativa, sendo uma pesquisa documental e bibliográfica. Seu embasamento teórico foi obtido pelas publicações oficiais do Ministério da Saúde sobre a inserção das práticas corporais e dos professores de Educação Física no SUS, bem como um levantamento das publicações sobre experiências de GPT no SUS.

Os documentos oficiais utilizados foram: i) Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), que prevê a inclusão das Práticas Corporais/ Atividades Físicas no SUS (BRASIL, 2006); ii) Portaria que cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), entidade na qual se vincula o profissional de Educação Física (BRASIL, 2018a); iii) Diretrizes do NASF, que norteiam o trabalho deste profissional (CRUZ, 2010); e iv) Portaria que institui o Programa Academia da Saúde (BRASIL, 2018b). O intuito da utilização destes documentos é explorar o contexto da inserção do profissional de Educação Física neste campo de atuação, bem como as definições acerca de sua atuação.

A pesquisa documental foi realizada nas bases de dados LILACS, SciELO e Periódicos Capes, utilizando o cruzamento dos descritores Ginástica Para Todos ou Ginástica Geral, e Sistema Único de Saúde ou Saúde Pública ou Saúde, e visou identificar as experiências de implantação da GPT no contexto do SUS; foram

selecionados apenas artigos nacionais, publicados a partir de 2006, ano de publicação da PNPS. Para fins de complementação da busca, consultaram-se os Anais do Fórum de Ginástica para Todos e do Congresso de Ginástica para Todos, publicados a partir de 2006. Em ambos, a busca se deu pela triagem dos títulos de todos os trabalhos publicados no período. Dos trabalhos selecionados, priorizou-se a análise das informações referentes ao desenvolvimento da GPT, resultados do trabalho e impactos do mesmo nos aspectos de saúde dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A inserção das práticas corporais/ atividade física (PCAF) no SUS é consequência da construção da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), lançada em 2006 pelo Ministério da Saúde (MS). Dentre os fatores que influenciaram o poder público a elaborar e implantar ações de promoção da saúde, destaca-se o aumento da prevalência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) na população brasileira, em especial nas pessoas de menor nível socioeconômico. Estes quadros estão associados a elevada taxa de mortalidade e, são consequência dos hábitos de vida da nossa sociedade atual, que englobam sedentarismo e alimentação inadequada (BRASIL, 2006).

De maneira geral, a PNPS tem o intuito de promover saúde, no âmbito individual e coletivo, a partir de um modo de pensar e de operar articulado às demais políticas e tecnologias desenvolvidas no sistema de saúde brasileiro, contribuindo na construção de ações que possibilitam responder às necessidades sociais em saúde. Dentre as ações que prioriza, destaca-se aquelas voltadas à redução de fatores de risco, como má alimentação, sedentarismo e tabagismo, que estão associados ao desenvolvimento de doenças crônicas, como as cardiovasculares, obesidade, diabetes, hipertensão e dislipidemia (BRASIL, 2006).

É nessa perspectiva de enfrentamento das doenças do aparelho circulatório, sustentadas por estudos e recomendações internacionais que fornecem evidências científicas de seus



benefícios na proteção à estas doenças, que as PCAF são inseridas como ações prioritárias na saúde coletiva. Pode-se afirmar que o Ministério da Saúde (MS), considerando os fatores determinantes de saúde e os altos índices de sedentarismo no Brasil, incluiu a PCAF no SUS como fator primordial para melhorar a qualidade de vida da população (BRASIL, 2006).

A efetivação destas ações dentro do contexto do SUS foi viabilizada pela Portaria nº154, de 24 de janeiro de 2008, com a finalidade de criar os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF). Os NASF têm como objetivo ampliar a abrangência e o escopo das ações da atenção básica, bem como sua resolubilidade, devendo ser constituídos por profissionais de diferentes áreas que atuarão em parceria com os integrantes das Equipes de Saúde da Família (ESF). A organização de cada NASF é definida pelo gestor municipal, podendo ser composto por profissionais como farmacêutico, fisioterapeuta, nutricionista, fonoaudiólogo psicólogo e o professor de Educação Física. (BRASIL, 2018a).

No que diz respeito às PCAF, são ações consideradas específicas: i) mapear e apoiar os serviços existentes na estratégia de Saúde da Família, que são ações de práticas corporais/atividade física; ii) direcionar atividades para a comunidade e grupos vulneráveis ofertando práticas como caminhada, prescrição de exercício, práticas lúdicas, esportivas e de lazer; iii) capacitar os profissionais de saúde promovendo conteúdos voltados à saúde e práticas corporais/atividade física na educação; iv) promover a inclusão de pessoas com deficiência e estimular as práticas corporais e atividade física; v) dar importância às ações voltadas ao meio ambiente e proporcionar melhorias aos usuários. (CRUZ, 2010).

No que diz respeito à oferta de atividades físicas nos NASF, a PNPS indica que estas devem ser compreendidas pelas manifestações corporais advindas de experiências de Jogos, Danças, Esportes, Lutas, Ginásticas, entre outras, devendo ser ofertadas para a população em geral (BRASIL, 2006). Nesse contexto, o profissional de Educação Física precisa abordar em sua aula a diversidade de manifestações da cultura corporal ou cultura do movimento, sendo necessário e

fundamental a participação de todos os profissionais envolvidos no NASF e das equipes da saúde da família para desenvolver em grupos atividades coletivas, jogos populares e esportivos, jogos de salão, dança folclórica ou que estão em alta, “na moda” e brincadeiras. (CRUZ, 2010).

Em 2011, como parte da estratégia financeira do MS para promoção de PCAF no país, estas iniciativas foram atreladas ao Programa Academia da Saúde, com o objetivo de fortalece-lo no SUS. Este programa visa contribuir para a promoção da saúde da população pela implantação de polos com infraestrutura, equipamentos e quadro de pessoal qualificado para orientar as práticas corporais e atividade física e de lazer e modos de vida saudáveis. Para tanto, é implantado com recursos financeiros para a construção do espaço físico e contratação dos profissionais para sua realização, tornando-se uma das portas de entrada no SUS, sendo corresponsável pela produção do cuidado e prevenção dos riscos à saúde. (BRASIL, 2018b).

No programa, há a presença de multiprofissionais visando a diversidade nas atividades abordadas, sendo as práticas corporais compostas por ginástica, arte marcial, capoeira, dança, jogos esportivos e populares, práticas integrativas e complementares; educação em saúde; práticas artísticas (teatro, música, pintura e artesanato); segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2018b). Apesar destas indicações, observa-se que as principais práticas ofertadas no contexto do SUS são aquelas centradas nas academias e as voltadas à ginástica com exercícios aeróbicos e localizados, na sua maioria para o público acima de 50 anos de idade, sendo poucas as experiências que trabalhem Dança ou Expressão Corporal. (BONFIM; COSTA; MONTEIRO, 2012).

Todavia, é importante ressaltar que a perspectiva de atividade física que se pretende nestes locais não se baseia apenas na dimensão biológica de ser humano, visto que compreende essa prática não somente como um corpo em movimento, mas que se utiliza das dimensões sociais e psicológicas, considerando-o como entidade social, impregnada de símbolos e signos (BRASIL, 2006). Nesse sentido, o professor de



Educação Física do SUS deve desenvolver atividades que priorizem a diversidade das manifestações da cultura corporal em detrimento aos conteúdos clássicos da área, em geral, associados ao aprimoramento.

É nesse contexto de PCAF no SUS, e entendendo a GPT como uma manifestação da cultura corporal que reúne diferentes interpretações da ginástica integradas a outras formas de expressão corporal, como dança, folclore, jogos, teatro, aplicados de forma livre e criativa conforme as características do grupo social (SOUZA, 1997), surge o interesse do trabalho desta modalidade como uma prática corporal na saúde pública. Apesar de plausível e promissora, o levantamento realizado nas bases de dados selecionadas não identificou publicações que relatassem experiências da inclusão e oferta da GPT no SUS, o mesmo aconteceu na busca em anais de eventos da área.

Tal fato pode não estar diretamente relacionado à realidade do SUS, mas sim à utilização da GPT com enfoque no âmbito da saúde geral, isso porque, de acordo com Costa e Tsukamoto (2018), teve por objetivo analisar a relação que se estabelece entre o termo saúde com a GPT, nos trabalhos publicados nos Anais do Fórum de GPT entre 2007 e 2016, verificou-se que apesar de 67 trabalhos apresentarem o termo saúde, a maior parte deles apresenta o termo como referência à definição da FIG para GPT. Os autores afirmam, ainda “[...] no âmbito da GPT existe uma carência de trabalhos que se dediquem a relacionar de fato a sua prática com a saúde”, e evidenciam que aqueles que tratam

essa temática o fazem sob um viés biológico, tendo pouca ou nenhuma associação aos aspectos psicológico ou social da saúde (COSTA; TSUKAMOTO, 2018).

A esse respeito, vale ressaltar que dentre as publicações destes anais, aquelas que versam sobre a saúde têm como foco o trabalho da GPT com idosos. De fato, o levantamento nas publicações dos Anais do Fórum de GPT realizado por Moreno e Tsukamoto (2016) mostrou que entre os anos de 2001 a 2014 foram publicados 13 trabalhos com idosos, sendo identificada “a recorrência dos termos “Ginástica” e “Ginástica Geral” relacionados aos conceitos de saúde física, psicológica e social na terceira idade, bem como relatos de experiência de grupos de ginástica para idosos já existentes”. Esta mesma realidade foi observada nas publicações do Congresso de GPT, onde se averiguou, a partir do nosso levantamento, que os trabalhos de GPT relacionados à saúde tinham como foco a sua oferta para o público idoso.

Nesse sentido, considerando que a maioria do público que procura os serviços de práticas corporais no SUS é constituída por pessoas acima de 50 anos, entendemos que explorar as publicações com os idosos poderia contribuir com indicadores de como implementar essa prática no contexto da saúde pública. Sendo assim, foram selecionadas as publicações que exploraram os benefícios da GPT para esse público, bem como aquelas que apresentaram relato de experiência acerca do trabalho da GPT com idosos, as quais estão apresentadas e discutidas a seguir (quadro 1).

QUADRO 1 – Apresentação dos trabalhos identificados, autores, ano, título e local

AUTORES/ ANO	TÍTULO	PUBLICAÇÃO
Brandão (2007)	Ginástica Geral: responsabilidade social e solidariedade com idosos	IV Fórum Internacional de Ginástica Geral
Belmonte e Sarôa (2007)	Ginástica Geral: uma atividade estimulante para mulheres na 3ª idade	IV Fórum Internacional de Ginástica Geral
Pierin e Souza (2012)	Contribuições da ginástica geral na autoestima da terceira idade	VI Fórum Internacional de Ginástica Geral
Evaristo, Silva e Evaristo (2014)	Relatos de experiências da atividade de Ginástica Geral do grupo de Dança Folclórica Balançarte, inserido no programa de extensão saúde e cidadania na melhor idade do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte	VI Fórum Internacional de Ginástica Geral



Silva e colaboradores (2014)	“Vai por mim”: experiência da elaboração coreográfica do grupo de Ginástica para Idosos do IF Sudeste MG – Campus Barbacena	VII Fórum Internacional de Ginástica Geral
Lima e colaboradores (2015)	A influência da construção coreográfica nas relações interpessoais de uma turma de ginástica para idosos: o olhar do professor	VI Congresso de Ginástica para Todos
Perez (2016)	Idosos e ginástica para todos: um olhar sob o poto de vista motivacional	VIII Fórum Internacional de Ginástica Geral
Santos e Oliveira (2017)	Da infância à melhor idade: fases da vida: processo de montagem coreográfica com idosos participantes de um projeto de Ginástica para Todos	VII Congresso de Ginástica para Todos
Oliveira, Silva e Bortoleto (2019)	Ginástica para corpos experientes: a produção de coreografias de GPT com um grupo de adultos idosos	VIII Congresso de Ginástica para Todos
Perez (2019)	A importância dos estímulos cognitivos na prática de GPT com idosos	VIII Congresso de Ginástica para Todos
Silva e Brasileiro (2019)	A Ginástica para Todos no SESC-SP como estratégia de desenvolvimento do letramento corporal em idosos	VIII Congresso de Ginástica para Todos

Fonte: construção dos autores

De forma geral, observou-se que a maior parte das experiências desenvolve as atividades de GPT em duas sessões semanais de uma hora (VIANA, 2007; EVARISTO; SILVA; EVARISTO, 2014; LIMA et al., 2015; PEREZ, 2016; SANTOS; OLIVEIRA, 2017), poucos são os grupos que as desenvolvem em três sessões semanais ou que ampliam a carga de trabalho em decorrência da proximidade das apresentações (SILVA et al., 2014; SANTOS; OLIVEIRA, 2017). Sobre o desenvolvimento de trabalho em grupos, verificou-se que a maioria tem foco na elaboração de coreografias para demonstração em eventos abertos à comunidade (BELMONTE; SARÔA, 2007; VIANA, 2007; EVARISTO; SILVA; EVARISTO, 2014; SILVA et al., 2014; LIMA et al., 2015; SANTOS; OLIVEIRA, 2017; OLIVEIRA; SILVA; BORTOLETO, 2019; PEREZ, 2019), sendo descrita a utilização de exercícios que desenvolvam a aptidão física dos participantes, elementos ginásticos e culturais de dança, jogos e brincadeiras, priorizando, além de atividades que favorecem liberdade, cooperação, descontração, interação, criatividade e aquisição de conhecimentos.

No que diz respeito ao desenvolvimento das coreografias, observa-se que, de maneira geral, prioriza-se a autonomia dos idosos por meio da valorização de suas contribuições no

processo criativo, sendo a escolha da música, da essência da coreografia, a construção da sequência de passos, a escolha do figurino e dos materiais, tudo definido coletivamente (VIANA, 2007; EVARISTO; SILVA; EVARISTO, 2014; SILVA et al., 2014; LIMA et al., 2015; SANTOS; OLIVEIRA, 2017; OLIVEIRA; SILVA; BORTOLETO, 2019; PEREZ, 2019). Os trabalhos apontam, ainda, que as experiências de trabalho da GPT com idosos proporcionam melhorias nos aspectos sociais, físicos, emocionais, cognitivos e sócioafetivos dos participantes, melhorando ainda a execução das atividades diárias e o relacionamento, além de ganhos de motivação, autoconfiança e autocontrole (BELMONTE; SARÔA, 2007; VIANA, 2007; PIERIN; SOUZA, 2012; EVARISTO; SILVA; EVARISTO, 2014; LIMA et al., 2015; SANTOS; OLIVEIRA, 2017; MORENO; TSUKAMOTO, 2018; PEREZ, 2019; SILVA; BRASILEIRO, 2019).

É válido ressaltar que o fator interação social foi o aspecto mais relatado nos trabalhos, relacionando-se tanto ao processo de elaboração coletiva das coreografias, como na participação de festivais que, por sua vez, oportunizam a convivência social participativa, aquisição de novas experiências e o conhecimento de outras culturas (VIANA, 2007; EVARISTO; SILVA;



EVARISTO, 2014; SILVA et al., 2014; PEREZ, 2016; SANTOS; OLIVEIRA, 2017; OLIVEIRA; SILVA; BORTOLETO, 2019). No meio ginástico, os festivais permitem aos participantes celebrar a prática esportiva sem que as particularidades cultura local, regional ou nacional sejam perdidas, oportunizando espaços em que os participantes de diferentes faixas etárias, níveis de habilidade, classes sociais, gênero, vivenciem momentos democráticos, diferentes e inclusivos (CARBINATTO; SOARES; BORTOLETO, 2016).

Segundo Patrício, Bortoleto e Carbinatto (2016), os festivais possuem em comum a possibilidade de oportunizar conhecimento de diferentes manifestações ginásticas, permitindo que a identidade nacional seja elencada pelos figurinos, música e estilos do povo, que os participantes celebrem a prática esportiva sem que as particularidades da cultura local, regional ou nacional sejam perdidas, oportunizando espaços para que os participantes de diferentes faixas etárias, níveis de habilidade, classes sociais, gênero, vivenciem um momento democrático, diferente e inclusivo.

De fato, estudo realizado com um grupo de GPT vinculado a uma secretaria municipal de esportes, do qual participaram 30 pessoas entre 18 e 66 anos, mostrou elevado índice nos domínios físico e de relações pessoais de percepção de qualidade de vida (WEBER; TEIXEIRA; MALFATTI, 2016). Nesta mesma direção, Kauffman e colaboradores (2016), observaram que os ganhos no trabalho coletivo, na interação social e nas vivências humanas também estão presentes em jovens e adultos jovens que participam de grupos de GPT, fato associado à participação coletiva na construção e execução de movimentos, coreografias e exercícios. Ressaltam, ainda, que a generalização destes benefícios às pessoas de diferentes faixas etárias, com e sem experiência prévia em modalidades gímnicas, está associada ao caráter demonstrativo da GPT, visto que não enfatiza o rendimento, mas o lazer e a satisfação pessoal.

Nesse sentido, o fato dela não apresentar objetivo competitivo a torna amplamente acessível, sem limitação aos praticantes, tendo como consequência positiva a prática prazerosa e

divertida, momento em que os membros se sentem mais à vontade em relação a expressar livremente sua criatividade e entregar toda sua expressão corporal e cultural, o que a enriquece cada vez mais. Estes aspectos reforçam esta prática gímnica para todos, perspectiva destacada por Menegaldo (2018), quando afirma que essa prática enfoca o participante, não de forma individual, mas sim como parte de um todo, que tem a mesma voz, livre de hierarquias, enfatizando essa Ginástica como um coletivo participante e atuante que busca manter o foco de sua ação pedagógica no praticante.

Assim, o trabalho coletivo, o bem-estar corporal e mental e a integralidade com diversos fatores sociais fazem da GPT uma prática corporal com alto potencial para ser implantada no SUS, podendo ser utilizada para prevenção e promoção da saúde. Os relatos supracitados indicam que sua implementação pode ser realizada em todas as regiões do país, em duas sessões semanais de uma hora, priorizando a elaboração coletiva de coreografias, explorando atividades que trabalhem elementos das várias modalidades de ginástica, além de elementos culturais de dança, jogos e brincadeiras, de forma lúdica, cooperativa, integrativa e criativa. Recomenda-se, ainda, que as produções coreográficas tenham como fim a apresentação em festivais, visando a motivação dos participantes e garantindo os benefícios atrelados à sua prática.

Apesar destes direcionamentos, surge a dúvida sobre a preparação dos profissionais de Educação Física para implantar essas ações, isso porque, de acordo com Bezerra, Gentil e Farias (2015), a modalidade aparece nos currículos de apenas algumas instituições de ensino superior, o que não garante o conhecimento necessário à formação profissional. Este talvez possa ser um dos motivos associados à pouca oferta desta modalidade pelos serviços públicos, sendo que a disponibilização de cursos e/ ou oficinas formativas voltadas para essa manifestação da cultura corporal poderia contribuir para sua implantação na saúde pública.

Enquanto essa formação não se efetiva, uma alternativa é seguir as instruções de estruturação de aulas de GPT sugeridas por Oliveira (2007).



Segundo o autor, uma abordagem simples e metodológica engloba quatro momentos de aula: i) num primeiro momento, trabalha-se a integração do grupo por meio de jogos e atividades lúdicas, ii) apresentação do tema da aula, com variedades propostas de acordo com o objetivo do grupo, iii) exploração da aprendizagem e/ ou desenvolvimento dos elementos gímnicos, desenvolvimento rítmico e de coordenação, iv) proposição de “tarefas” em pequenos grupos explorando diversas possibilidades de movimentos favorecendo a construção de pequenas coreografias.

CONCLUSÃO

Em síntese, toda e qualquer manifestação da cultura corporal pode e deve ser inserida pelo professor de Educação Física no SUS, incluindo a GPT. Todavia, não foram encontrados relatos

na literatura sobre sua implementação na saúde pública nacional. Visto que o público mais aderente às atividades físicas neste contexto se constitui por pessoas acima de 50 anos, sugere-se utilizar as mesmas estratégias de implantação dos grupos de GPT com idosos, ofertando a modalidade em duas sessões semanais de uma hora, priorizando a elaboração coletiva de coreografias, explorando os elementos das várias modalidades de ginástica e os elementos culturais de forma lúdica, cooperativa, integrativa e criativa, com vistas à sua apresentação em festivais. Dessa forma, será possível observar uma melhora no desenvolvimento da saúde física e mental, tendo impacto positivo sobre fatores psicológicos e sociais do ser humano como desenvolvimento da criatividade, ludicidade, cooperação e trabalho em grupo. Assim, sugere-se fortemente que a GPT seja amplamente oferecida e divulgada no âmbito da saúde pública, em todo país.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas, SP: Unicamp, 2003.

BELMONTE, Luciana Blanco; SARÔA, Giovanna. Ginástica geral: uma atividade estimulante para mulheres na 3ª idade. In: TOLEDO, Eliana; VENÂNCIO, Silvana; AYOUB, Eliana (Orgs.). **Anais do IV Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/UNICAMP, 2007.

BEZERRA, Liudmila Andrade; GENTIL, Raphael Nascimento; FARIAS, Gelcemar Oliveria. A ginástica para todos na formação inicial: do contexto histórico à produção do conhecimento. **Pensar a prática**, v. 18, n. 3, p. 739-751, 2015.

BONFIM, Mariana Rotta; COSTA, José Luiz Riani; MONTEIRO, Henrique Luiz. Ações de educação física na saúde coletiva brasileira: expectativas *versus* evidências. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, v. 17, n. 3, p. 167-173, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de promoção da saúde**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 154, de 24 de Janeiro de 2008**. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família – NASF. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt0154_24_01_2008.html> Acesso em: 29 de outubro de 2018a.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 719, de 07 de Abril de 2011**. Institui o Programa Academia da Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde. Disponível em:



<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt0719_07_04_2011.html> Acesso em: 04 de outubro de 2018b.

CARBINATTO, Michele Viviane; SOARES, Daniela Bento; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho. Gym Brasil: festival nacional de ginástica para todos. **Motrivivência**, v. 28, n. 49, p. 130-132, 2016.

COSTA, Larissa Registro; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Relações entre o termo saúde e a ginástica para todos: uma análise dos trabalhos apresentados nas edições do fórum internacional de ginástica para todos entre 2007-2016. In: TOLEDO, Eliana e colaboradores. **Anais do IX Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2018.

CRUZ, Danielle Keylla Alencar. Práticas corporais e atividade física no NASF. In: BRASIL. **Diretrizes do NASF: Núcleo de Apoio a Saúde da Família**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2010.

EVARISTO, Edna Oliveira; SILVA, Nancy Francisca; EVARISTO, Priscila Oliveira. Relatos de experiências da atividade de ginástica geral do grupo de dança folclórica Balançarte, inserido no programa de extensão saúde e cidadania na melhor idade do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte. In: BORTOLETO, Marco Antonio Coelho e colaboradores. **Anais do VI Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2014.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All Regulations Manual: 2019 Edition**. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_Gymnastics%20for%20All%20Manual,%20Edition%202019.pdf>. Acesso em: 20 de março de 2020.

KAUFFMAN, Alessandra Precinda e colaboradores. A produção do conhecimento em ginástica para todos: uma análise em teses e dissertações de 1980 a 2012. **Conexões**, v. 14, n. 3, p. 7-8, 2016.

LIMA, Graciano Joan Xavier e colaboradores. A influência da construção coreográfica nas relações interpessoais de uma turma de ginástica para idosos: o olhar do professor. **Anais do Congresso de Ginástica para Todos**, v.1, n.1, 2015.

MENEGALDO, Fernanda Raffi. **Ginástica para todos: por uma noção de coletividade**. 2018. 160f. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, 2018.

MORENO, Natália Lopes; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Influências da prática de ginástica para todos para a saúde na velhice: percepções dos praticantes. In: TOLEDO, Eliana e colaboradores. **Anais do IX Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2018.

OLIVEIRA, Jéssica Shizuka Yahiro Silva; SILVA, Felipe Souza; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho. Ginástica para corpos experientes: a produção de coreografias de GPT com um grupo de adultos idosos. **Anais do Congresso de Ginástica para Todos**, v. 1, n. 3, 2019.

OLIVEIRA, Nara Rejane Cruz. Ginástica para todos: perspectivas no contexto do lazer. **Revista mackenzie de educação física e esporte**, v.6, n.1, p.27-35, 2007.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho; CARBINATTO, Michele Viviane. Festivais de ginástica no mundo e no Brasil: reflexões gerais. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 30, n. 1, p. 200-212, 2016.



PEREZ, Tatiana Alves Martins. A importância dos estímulos cognitivos na prática de GPT com idosos. **Anais do Congresso de Ginástica para Todos**, v. 1, n. 3, 2019.

PEREZ, Tatiana Martins. Idosos e ginástica para todos: um olhar sob o ponto de vista motivacional. In: SCHIAVON, Laurita Marconi; TOLEDO, Eliana; AYOUB, Eliana; PAOLIELLO, Elizabeth. **Anais do VIII Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2016.

PIERIN, Silvana; SOUZA; Cesar Augusto Fernandes. Contribuições da ginástica geral na autoestima da terceira idade. In: TOLEDO, Eliana e colaboradores. **Anais do VI Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2012.

SANTOS, Élide Silva; OLIVEIRA, Michelle Ferreira. Da infância à melhor idade: fases da vida: processo de montagem coreográfica com idosos participantes de um projeto de ginástica para todos. **Anais do Congresso de Ginástica para Todos**, v. 1, n. 2, 2017.

SILVA, Carla Andréia Pereira; BRASILEIRO, Renata Ruivo. A Ginástica para Todos no SESC-SP como estratégia de desenvolvimento do letramento corporal em idosos. **Anais do Congresso de Ginástica para Todos**, v. 1, n. 3, 2019.

SILVA, Rodolfo Inácio Meninghin e colaboradores. In: BORTOLETO, Marco Antonio Coelho e colaboradores. **Anais do VII Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2014.

SOUZA, Elizabeth Paoliello Machado. **Ginástica geral**: uma área do conhecimento da educação física. Tese (Doutorado em Educação Física). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, 1997.

VIANA, Helena Brandão. Ginástica Geral: responsabilidade social e solidariedade com idosos. In: TOLEDO, Eliana; VENÂNCIO, Silvana; AYOUB, Eliana. **Anais do IV Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2007.

WEBER, Vinícius Müller Reis e colaboradores. Avaliação da qualidade de vida de participantes do projeto ginástica para todos no município de Guarapuava-PR. **Cinergis**, v. 18, n. 1, p. 45-49, 2016.

BELMONTE, Luciana Blanco; SARÔA, Giovanna. Ginástica geral: uma atividade estimulante para mulheres na 3ª idade. In: TOLEDO, Eliana de; VENÂNCIO, Silvana; AYOUB, Eliane. **Anais do IV Fórum Internacional de Ginástica Geral**. Campinas, SP: FEF/ UNICAMP, 2007.

Dados do autor:

Email: mariana.bonfim@prof.uscs.edu.br

Endereço: Rua Santo Antonio, 50, Centro, São Caetano do Sul, São Paulo, CEP 09521-160, Brasil

Recebido em: 25/02/2020

Aprovado em: 31/03/2020

Como citar este artigo:

BONFIM, Mariana Rotta e colaboradores. A ginástica para todos como uma possibilidade de prática corporal no Sistema Único de Saúde. **Corpoconsciência**, v. 24, n. 01, p. 170-179, jan./ abr., 2020.