

EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE COLETIVA: RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA NO XIX JECCCA-CODAP

Jofre Vinicius Santana Barros¹

RESUMO

O trabalho foi um relato de vivência, assim como de exposição dos resultados obtidos através de questionário aplicado durante a execução de um minicurso no XIX JECCCA- Jornada Esportiva Científica e Cultural do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe acerca da relação entre saúde e atividade física/exercícios físicos tendo como título Saúde Coletiva e Educação Física: ampliando o olhar sobre aos exercícios físicos. Sendo que a partir da apresentação dos resultados da pesquisa suscitaremos discussão sobre este tema tão amplo ao qual é dedicada enorme importância na área da Educação Física em especial na Educação Física Escolar. A intenção do minicurso foi buscar a ampliação do entendimento dos participantes através da exposição e discussão dos conceitos de saúde já formulados, a relação entre saúde e mídia presentes no dia a dia dos alunos, a mercadorização do “produto” saúde e a possibilidade de proposição de um novo referencial baseado na Saúde Coletiva para a Educação Física Escolar.

Palavras Chave: Educação Física Escolar, Saúde, Atividade Física.

INTRODUÇÃO

Em minicurso ofertado durante o XIX JECCCA sob o título de *Saúde Coletiva e Educação Física: ampliando o olhar sobre os exercícios físicos* realizada no dia 20/10/2011, turno da manhã no Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe. O minicurso teve como intenção ao abordar esse tema tratar do conceito de saúde proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS), de bem estar completo, assim como também abordar a relação causal entre exercício físico e saúde, partindo daí

¹Graduando do curso de Educação Física/Licenciatura da Universidade Federal de Sergipe. Email: jofre_vsbarros@hotmail.com

em busca de expor um novo referencial como possibilidade de tratamento do conhecimento saúde dentro das aulas de Educação Física.

Este novo referencial ao qual nos referimos é o da Saúde Coletiva que pretende ampliar o uso de conhecimentos, principalmente com influências derivadas das ciências humanas e sociais no que diz respeito à construção de um conceito de saúde visando debater sobre os supostos efeitos reverenciados à prática de atividade física, ou seja, atrelaremos a apreciação uma gama de outros fatores que podem interferir na dupla saúde e exercícios físicos, até porque muitas vezes esse dualismo tem sido tratado de forma causal, sendo este o principal foco da nossa oficina conectar uma multiplicidade de fatores nessa relação, com o objetivo de desvincular a causalidade objetiva entre os dois elementos citados.

A nossa discussão que teve como foco essa relação entre saúde e atividade física não poderia iniciar-se sem que abordássemos ambos os conceitos separadamente como maneira de esclarecer algumas dúvidas e perceber quais eram as ideias que os alunos participantes do minicurso detinham do conceito destes componentes. Como fundamentação utilizamos do conceito de saúde defendido (OMS) como já explicitado e de atividade física como qualquer movimento corporal, sendo enquadrado o exercício físico apenas como uma variável do mesmo, no entanto composto de séries de movimentos coordenados quantificada objetivamente.

Especificamente utilizamos no que concerne a parte da Saúde Coletiva da conceituação de Luz (2007, p. 20) em que “Saúde Coletiva é compreendida como um campo de saberes e de práticas que toma como objeto as necessidades sociais de saúde”. E que ainda transborda a discussão sobre a extensão dos personagens envolvidos e das possibilidades de intervenção e interpretação do processo de saúde-doença pela abordagem da Saúde Coletiva, quando entendemos como fortemente envolvido enquanto personagem o professor de Educação Física Escolar que atua diretamente com a população e com o tema saúde durante o ano letivo para inúmeras faixas de idade e que dentre essas possibilidades de interpretação deste processo estão à fundamentação advinda das ciências humanas.

Utilizamos uma variedade de conceitos, principalmente quando tratamos de saúde por entendermos que este foi um ponto chave para o transcorrer do minicurso,

não como maneira de confundir os alunos, mas sim como meio de levá-los a entender como tal conceito foi alterando-se ao longo do tempo conforme mudanças sociopolíticas e econômicas que foram acontecendo na sociedade.

Ainda na temática da saúde e da atividade física adentramos a influência da mídia, seja ela televisiva, escrita (jornal e revista) ou digital (sites, fóruns, blogs) no que diz respeito à opinião e ao consumo de produtos, serviços e por que não representações acerca da adoção de práticas de atividade física, de corpo ou saúde. Utilizamos dessa maneira a intervenção para podermos fomentar o debate com os participantes se estes reconhecem a influencia da mídia, principalmente no que tange a imagem veiculada associada à saúde, se a percebem como percebem e quais a principais pressões exercidas por tais meios de comunicação.

Ainda na esfera da mídia e da discussão da imagem que é veiculada realizamos atividades com a finalidade de estimular a exposição das ideias de saúde e corpo que detém os alunos, por exemplo, se é de um corpo dito “sarado” ou “esbelto” que consideram saudáveis ou um “gordinho” também pode ser enquadrado nessa ideia de ser saudável.

Destacamos espaço no minicurso ainda para elucidar como a saúde vem tomando a feição de produtos ao longo do tempo, partindo dos anúncios na mídia e do acesso difícil de serviços ao que dispõem de poucos recursos, da compra de medicamentos e do uso de planos de saúde. Por exemplo, a minoria que tem acesso aos planos de saúde e a cobertura de serviços de boa qualidade e de rápido atendimento.

Outro ponto discutido durante a execução da oficina é denominado de “visão salutogênica” sobre saúde defendida por Kunz (2007), ou seja, foram abordadas as questões dos fatores de proteção da saúde, contextualizando-os no sentido de refletir sobre o que mantém as pessoas saudáveis, e não se enfatizando, como geralmente ocorre, quando o foco está sobre os fatores patogênicos, ou seja, os fatores de risco que enquadram as pessoas na classe de doentes.

UM DIÁLOGO SOBRE SAÚDE

Na manhã do dia 20/10/2011 como combinado foi ministrado o minicurso, inicialmente preparado para algo em torno de 40-50 alunos dos quais apenas 12 (doze)

compareceram, sendo que na divisão por sexo tínhamos 7 (sete) do feminino e 5 (cinco) do masculino, já a ausência da maioria foi justificada por conta de terem como necessidade de transporte um ônibus disponibilizado por órgão público que não chegou até o início da atividade como explicitado pela coordenação.

Ainda chegamos a esperar por um tempo limite para iniciarmos a atividade com esperança de que os alunos chegassem, no entanto não obtivemos sucesso e resolvemos dar seguimento ao cronograma partindo para a apresentação dos participantes que informavam dados pessoais, bem como motivo de escolha do minicurso, já que dispunham de uma variedade de opções e ainda se os alunos ou algum parente próximo mantinham alguma prática regular de atividade física.

Dentre os alunos presentes mais da metade eram da própria instituição que efetuava o XIX JECCCA, e alegaram que optaram pelo curso por já terem tido aulas com o ministrante em alguma ocasião já que os dois estágios curriculares obrigatórios da graduação foram realizados no mesmo colégio, alegando, além disso, guardar alguma relação com o tema do minicurso. Outros alunos relataram também que escolheram o curso por acreditar que seria interessante a abordagem do tema saúde x atividade física, mas que, no entanto, esperavam algo meramente prático.

Já numa conversa sobre saúde e atividade física com a intenção de “quebrar o gelo” com os participantes, foi comum ouvir relatos de interação dos alunos com alguma atividade física, principalmente com algum esporte, seja como praticante (maioria homens) ou simplesmente espectador (maioria das mulheres), destaque para um dos alunos de um colégio externo que relatou ser corredor treinado inclusive pelo pai para competições escolares e dentro do estado.

Esse mesmo aluno que se dissera corredor, igualmente tratou de afirmar que a sua presença no ambiente era por acreditar que seria possível entender mais sobre saúde, aproveitei então para adentrar no assunto diretamente indagando a todos: “O que eles entendiam como saúde? O que gerava saúde para eles? E ainda se entendiam Atividade Física e Exercício Físico enquanto sinônimos?”

E então obtive uma profusão de respostas, ao que parece a turma tinha muito a dizer sobre o assunto saúde x AF/EF, no entanto percebi que na esfera do conceito de saúde todos comentavam, incrementavam a resposta do outro em busca de

obter um conceito mais completo, enquanto que no âmbito da diferença entre atividade física e exercício físico tive que interferir para suscitar o debate percebendo de pronto que os alunos entendiam como a mesma coisa, tanto fazia falar em AF quanto em EF que seria a mesma coisa.

Estabeleci então procurando esclarecer as diferenças entre AF x EF como tendo no primeiro qualquer movimentação com gasto de energia e na segunda uma movimentação com maior coordenação de séries e especificações quanto à execução, mas que falaríamos arbitrariamente de AF ou EF sob forma de esporte, corrida, musculação de maneira a focar o movimento humano naquele minicurso, isso foi feito para que o foco da discussão se voltasse mais para a relação destes com a saúde e não para a diferenciação do movimento.

Após essa explanação os alunos ficaram agitados e perguntavam “Sim professor, e saúde o que é mesmo?” “O senhor ainda não respondeu o que é saúde.” Partimos então para a parte da oficina que acredito ser mais importante, pois foi nesse momento que entendemos como é concebida saúde pelos participantes e através do que eles compreendem é que iríamos tentar construir novos elementos, já que na maioria das vezes os alunos têm uma ideia do tema que não transborda o nível estético, da normalidade ou da funcionalidade habitual do corpo.

E isso foi confirmado ouvindo as respostas dos alunos que em boa parte acreditavam ter como conceito de saúde duas ideias principais: “não estar doente e conseguir fazer todas as atividades do dia a dia normalmente e que praticar alguma atividade física, um esporte, é que gerava saúde” Confesso que particularmente não esperava um conceito mais completo e uma relação diferente da apresentada entre saúde/AF. Principalmente no que diz respeito à saúde e aos aspectos envolvidos como evidenciado na experiência de Devede (2003), onde aproveitando o desenvolver da sua prática pedagógica para solicitar em sua sala de aula a produção de redações sobre saúde e EF de seus alunos de 8º série que portavam um discurso semelhante quando atrelaram poucos elementos tidos como partícipes do processo de saúde.

No entanto bastava estimular um pouco os alunos sobre os fatores envolvidos, pois os participantes do minicurso mostravam-se curiosos com o tema, então comecei com pequenas interrogativas, com observações no conceito,

interferências de modo a fazê-los refletir acerca do que diziam. A primeira provocação foi se os alunos achavam mesmo que uma pessoa sem doença diagnosticada e que realizava suas tarefas normalmente não podia ter a saúde abalada? Ou ainda se bastava à prática de exercícios regulares para torna-se ou manter com certeza a saúde?

Nesse momento outros elementos foram citados pela turma como, por exemplo, a alimentação e o estresse, sendo que perguntei então se a condição econômica influenciava ou não em ser saudável, indagação que foi prontamente respondida por um aluno “claro que ter dinheiro ajuda”, voltei a indagá-lo como, acerca de como era essa ajuda e ele respondeu “tendo dinheiro dá pra comer coisas boas e comprar remédio e ir ao médico se precisar”. A partir dessa participação voltei a inquirir a turma se concordavam e sorridentes responderam que sim.

Dando início a apresentação dos slides, explanei sobre os principais conceitos construídos sobre saúde e quando mostrei a apresentação preparada anteriormente aos alunos, alguns destacaram que era realmente o que pensavam, enfatizando um ponto que eles ainda não tinham percebido que abordava sobre o relacionar a beleza do corpo com a saúde, pois tratei como terceiro conceito a relação de corpo “sarado”, “esbelto”, forte como sinônimo de sujeito saudável. Muitos comentaram que sempre que via alguém na televisão doente o corpo era magrinho ou era obeso, enquanto que nos programas de saúde (citaram o da Globo que tem espaço diário nas manhãs), novelas e transmissões de esporte os que tinham saúde eram fortes, eram os atletas. Já que estávamos falando dos conceitos desenvolvidos sobre saúde, tratei de discorrer acerca do conceito defendido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) pautado em conferir uma integralidade quando se refere às variáveis partícipes do processo de saúde-doença, definindo como “mais completo bem-estar” em seus variados aspectos como o físico, social e mental, contudo citei também as críticas ao alcance da saúde segundo este conceito. Nesse momento um dos alunos pronunciou que não entendeu bem, pediu para citar exemplos do que era esse físico, social e mental, então tratei de dizer que era a junção dos mais variados aspectos envolvidos na vida como, por exemplo, a condição que se vive, seja de morar, comer, ter educação, transporte, lazer, amigos, segurança, bons relacionamentos, etc. Antes mesmo de terminar de enumerar ele falou já ter entendido.

Indo adiante na apresentação, mencionei a relação da mídia com a formação do que é saúde, do estímulo a adotar a prática de exercícios e de consumir produtos e serviços que prometem “milagres” estéticos e de saúde. Perguntei aos que praticavam algum esporte se estes entendiam como benéfico à saúde e por que, se já tinham lido ou visto algo sobre em algum lugar que tratasse de tal questão. Já referente às propagandas de produtos e serviços indaguei sobre o uso, a credibilidade que de dispunham estas propagandas e quanto à frequência de presenciá-las, se podiam citar exemplos.

Lembro que três alunos responderam, dois jogavam futebol e um terceiro era nosso participante corredor, os dois primeiros tiveram respostas bem semelhantes à medida que tinha nos professores de EF e nas transmissões de TV referentes a prática do futebol como mais influência na ideia de que toda e qualquer prática era boa para saúde, o terceiro relatou que a influência do pai treinador que já tinha uma idade avançada (55 anos) e ainda mantinha boas condições de saúde era o que demonstrava a relação para ele, mas que também tinha acesso a revistas que o pai comprava sobre esporte e que na maioria sempre destacavam as melhorias em saúde dos praticantes de corrida.

No que se refere aos serviços e produtos uma aluna tratou de comentar que já tinha percebido um pouco isso, pois já tentou perder peso seguindo uma revista que falava de exercícios e dieta, e que não era tão fácil assim, a mesma aluna ainda citou que depois da experiência começou a notar que quase toda revista para mulher tem dieta, exercício e tratamentos de beleza, mas que nem sempre é tão “mole” quanto parece. Perguntei se isso era somente para mulheres, se somente as revista ou programas para mulheres traziam isso e um aluno respondeu que não, pois já viu várias propagandas de aparelhos e produtos como ele especificou “para ficar malhadão” na televisão, nesse momento outros alunos comentaram e até chegaram a citar nomes de produtos e aparelhos veiculados em tais propagandas.

Isso mostra como que tais elementos da mídia não passam por despercebidos aos alunos e que os mesmos são tão influenciados que chegam a experimentar as formulas de dieta ou mesmo treinamento na tentativa de obter talvez os resultados que expõe corpos “sarados e torneados” estampados nas capas das revistas que veiculam essas informações como, por exemplo, a Boa Forma e a Mens Health as

quais usei como forma de ilustração na apresentação do minicurso e meio de confirmar o tipo de revistas que estes citaram em seus comentários acerca da mídia e sua influencia no consumo de serviços e produtos relacionado à saúde.

Dei seguimento à apresentação de slides mostrando imagens de corpos de tipos físicos e idades diferentes (gordo, forte, idoso) e realizando diversas atividades (comendo, correndo, fazendo ciclismo, musculação) e solicitei que caso fosse classificá-los em saudáveis e não saudáveis como o fariam? A intenção era suscitar debate acerca da associação entre o corpo e a saúde, e não foi em vão, todos os alunos concordaram que os corpos fortes e realizando atividade física eram os quais dispunham de saúde enquanto que o restante ficou com o comentário: “aquele ali precisa emagrecer” referindo-se a um “gordinho” da imagem, até mesmo um idoso que aparecera exibindo músculos foi considerado saudável como exemplificado pelo comentário de uma aluna “até o coroa é saudável, olha o muque dele” com referencia ao exhibir do musculo resultado da atividade física.

As respostas evidenciam que os alunos associam sim o tipo corporal e a atividade realizada nas imagens claramente a ser saudável ou não, a ideia que esses alunos têm pelo que pudemos perceber é que para ter saúde é preciso ser forte e ainda ter como prática um exercício físico de modo a conseguir um corpo do “tipo” padrão saúde.

Por fim como o nosso tempo se esgotava e ainda queríamos ouvir os relatos finais e trabalhar uma dinâmica com os alunos tratamos de abordar rapidamente a questão do conceito da Saúde Coletiva como um campo que defende intender o professor enquanto um personagem da saúde e que em seu conceito integra diversas variáveis tanto individuais quanto coletivas de preservação da saúde, mas que o ponto principal está em abordar a saúde segundo pressupostos baseado nas ciências humanas e sociais, considerando assim um sistema mais humano de atendimento, de atenção á saúde e interesse por uma nova abordagem subjetiva de analisar o indivíduo.

Para exemplificar as diversas variáveis que tanto enfatizei ao longo da oficina, empreguei uma dinâmica que se baseava na condição econômica da sociedade, consistindo na turma dividida em três grupos, sendo que os componentes sortearam envelopes contendo salários com valores diferentes e com esses valores deveriam

“comprar” as necessidades para viver bem, ou seja, comprar casa em rua com ou sem saneamento básico, dispor educação para os filhos em escola particular ou pública, ter ou não plano de saúde, alimentação em cesta básica ou ainda com itens complementares, tentando com isso fazer os alunos entenderem os limites impostos pela condição socioeconômica a tentar ser saudável.

A execução da atividade foi simplesmente engraçada, envolvente e imensamente satisfatória, pois pude perceber como os alunos trabalharam e puderam compreender melhor os elementos discutidos durante a manhã do minicurso, na verdade tiveram de se esforçar para escolher bem as compras e não deixar faltar nada essencial a uma família comum brasileira. Os comentários durante a atividade final e após a mesma descreviam o que foi o minicurso, com frases do tipo, “Poxa difícil conseguir comprar o que precisa viu professor.” ou “ainda tô precisando comprar alimentação e não tem mais dinheiro professor, como eu faço” e ainda “Eu não sabia que era tão complicado, é tudo muito caro.”.

Após a dinâmica realizamos apenas uma discussão mais aberta, enquanto os alunos preenchiam um questionário com vista a termos um “feedback” do minicurso, do local e da vivência por que passamos, além de podermos avaliar como transcorreu a apresentação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredito que perceber o quanto a escola e a EF ainda tem a contribuir para a formação de um aluno com maior consciência acerca do conhecimento sobre saúde, não somente no aspecto individual de práticas a adotar e tarefas a realizar, mas também no que se refere à informação, ao debate, a discussão sobre assuntos que levem a reflexão sobre o comportamento individual e a noção multifatorial envolvida quando do pensar em saúde.

Com relação à própria influência da mídia, não esperemos que seja alterada a maneira como as revistas ilustram suas capas ou mesmo como a tv veicula as propagandas sobre produtos e serviços relacionados à saúde e estética, como estes muitas vezes atrelam a imagem de corpos expostos a finalidade de suas “formulas milagrosas”, devemos suscitar pesquisas e promover a busca por desenvolver no nosso

aluno o poder de refletir acerca do que lhe chega através dessas revistas, propagandas e programas, na tentativa de discernir entre o que será realmente dotado de credibilidade ou o que merece ser questionado e posto como foco de uma observação com mais cautela.

Mostrar aos nossos alunos os diversos fatores e ainda mais convidá-los a vivenciar através de uma atividade prática a dinâmica socioeconômica pela qual passa a sociedade, propondo a análise de que saúde está entrelaçada a diversos fatores.

Por fim trago alguns dados da coleta feita com fins a entender o que ficou desse minicurso com os alunos, o que estes levam consigo e compreenderam.

Algumas das perguntas e respostas foram, por exemplo:

Quando questionados acerca das expectativas e do alcance do tema proposto responderam:

“Sim. A oficina foi muito boa, aprendi que ter boa saúde não é ter boa forma” (Aluno, 2º série).

“Sim. Ela enquadrou perfeitamente o tema saúde e atividades físicas, nos mostrou os conceitos de saúde, se alimentar bem, etc.” (Aluno, 3º série).

Com relação a uma avaliação geral do minicurso e de novas informações adquiridas e da vivência da apresentação os alunos responderam.

“Mostrou um pouco de tudo relacionada à saúde, e ajudou a repensar conceitos falhos. Foi bom também porque relacionou conceitos como sociedade, dinheiro, bem estar com saúde.” (Aluna, 2º série).

“Boa. Esclareceu certas dúvidas a respeito do conceito de saúde, diferenciou atividade física de exercício físico. Mostrou que o tipo físico não influencia tanto na determinação de uma pessoa ser ou não doente.” (Aluna, 3º série).

Podemos então concluir que além de contribuir para a formação de novas aprendizagens, tanto por parte dos alunos quanto do ministrante, através da discussão e da atividade, o minicurso serviu para esclarecer dúvidas dos alunos e nos fazer perceber como é compreendida a saúde, o conceito e sua relação com diversos fatores pelos alunos do ensino médio da escola pública. Servindo, além disso, para perceber que embora seja saúde um tema tão abordado em aulas de Educação Física, talvez discuti-lo

de maneira a fomentar o debate e a pesquisa com os alunos ainda é uma necessidade na Educação Física Escolar.

REFERÊNCIA

BAGRICHEVSKY, M. PALMA, A e ESTEVÃO, A. Considerações teóricas acerca das questões relacionadas à promoção de saúde. **A saúde em debate na educação física 1**. In: _____ (Orgs). Blumenau: Edibes, p.15-32, 2003.

BRODTMANN, D. “O que mantém as crianças e os jovens mais saudáveis?” Novas maneiras de entender a saúde e suas consequências na promoção e educação. In: KUNZ, E. **Educação Física crítico-emancipatória: com uma perspectiva da pedagogia alemã do esporte**. Ijuí: Unijuí, 2006, p.97-115.

CARVALHO, Y. M. de. 4ª. Ed. **O ‘mito’ da atividade física e saúde**. São Paulo: Hucitec, 2009.

CODO, W. & SENNE, W. A. **O que é corpo (latria)**. São Paulo: Brasiliense, 2004.

DEVIDE, F. P. Educação Física, qualidade de vida e saúde: campos de intersecção e reflexões sobre a intervenção. **Movimento**, Porto Alegre, vol.8, n. 2, maio/agosto 2002, p. 77-84.

_____. A Educação Física Escolar como via de educação para a saúde. In: BAGRICHEVSKY, M; PALMA, A e ESTEVÃO, A. **A saúde em debate na educação física 1**. Blumenau: Edibes, p.137-150, 2003.

KUNZ, E. “Ministério da Saúde adverte: Viver é prejudicial a saúde”. In: BAGRICHEVSKY, M; ESTEVÃO, A; PALMA, A (orgs.). **A saúde em debate na Educação Física volume 3**. Ilhéus/BA: Editora da UESC, p.173-186, 2007.

PALMA, A. Educação Física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v.22, n.2, p.23-39, jan./2001.

LUZ, M. T. Novos Saberes e Práticas em Saúde Coletiva: Estudos sobre racionalidades médicas e atividades corporais. 3ª Edição, São Paulo: Hucitec, 2007.

