

Educação para **Atividade Física** e **Saúde**

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)



Atena
Editora

Ano 2021

Educação para Atividade Física e Saúde

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)



Atena
Editora

Ano 2021

Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense
Prof^ª Dr^ª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof^ª Dr^ª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof^ª Dr^ª Ivone Goulart Lopes – Instituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^ª Dr^ª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Prof^ª Dr^ª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof^ª Dr^ª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Dr^ª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^ª Dr^ª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof^ª Dr^ª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Dr^ª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof^ª Dr^ª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Prof^ª Dr^ª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof^ª Dr^ª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Prof^ª Dr^ª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof^ª Dr^ª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido

Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Prof^ª Dr^ª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Prof^ª Dr^ª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Prof^ª Dr^ª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina

Prof^ª Dr^ª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília

Prof^ª Dr^ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina

Prof^ª Dr^ª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira

Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra

Prof^ª Dr^ª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras

Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria

Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia

Prof^ª Dr^ª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco

Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará

Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí

Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas

Prof^ª Dr^ª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

Prof^ª Dr^ª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará

Prof^ª Dr^ª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma

Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá

Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados

Prof^ª Dr^ª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino

Prof^ª Dr^ª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora

Prof^ª Dr^ª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^ª Dr^ª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto

Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás

Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná

Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás

Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^ª Dr^ª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^ª Dr^ª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof^ª Dr^ª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Prof^ª Dr^ª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof^ª Dr^ª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Prof^ª Dr^ª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^ª Dr^ª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Prof^ª Dr^ª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Prof^ª Dr^ª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof^ª Dr^ª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Dr. Alex Luis dos Santos – Universidade Federal de Minas Gerais
Prof. Me. Aleksandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof^ª Ma. Aline Ferreira Antunes – Universidade Federal de Goiás
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof^ª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa
Prof^ª Dr^ª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof^ª Dr^ª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Prof^ª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá
Prof^ª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Prof^ª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar

Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Me. Christopher Smith Bignardi Neves – Universidade Federal do Paraná
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Prof. Dr. Everaldo dos Santos Mendes – Instituto Edith Theresa Hedwing Stein
Prof. Me. Ezequiel Martins Ferreira – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Me. Fabiano Eloy Atilio Batista – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Prof. Me. Francisco Odécio Sales – Instituto Federal do Ceará
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR

Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Ma. Lillian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Prof^ª Dr^ª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof^ª Ma. Luana Ferreira dos Santos – Universidade Estadual de Santa Cruz
Prof^ª Ma. Luana Vieira Toledo – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Ma. Luma Sarai de Oliveira – Universidade Estadual de Campinas
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Me. Marcelo da Fonseca Ferreira da Silva – Governo do Estado do Espírito Santo
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Prof^ª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará
Prof^ª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof. Me. Pedro Panhoca da Silva – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Prof^ª Dr^ª Poliana Arruda Fajardo – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Renato Faria da Gama – Instituto Gama – Medicina Personalizada e Integrativa
Prof^ª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba
Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco
Prof^ª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão
Prof^ª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
Prof^ª Ma. Taiane Aparecida Ribeiro Nepomoceno – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
Prof^ª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí
Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Educação para atividade física e saúde

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecária: Janaina Ramos
Diagramação: Maria Alice Pinheiro
Correção: Mariane Aparecida Freitas
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizador: Lucio Marques Vieira Souza

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E24 Educação para atividade física e saúde / Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-977-6

DOI 10.22533/at.ed.776210904

1. Exercícios físicos e esporte para a saúde. 2. Saúde.
3. Educação física. I. Souza, Lucio Marques Vieira
(Organizador). II. Título.

CDD 613.7

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa.

APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos mais uma importante Coletânea intitulada de “Educação para Atividade Física e Saúde” que reúne 23 artigos abordando vários tipos de pesquisas e metodologias que tiveram contribuições significativas de professores e acadêmicos das mais diversas instituições de Ensino Superior do Brasil.

O objetivo principal é apresentar importantes contribuições acadêmicas e para isto a obra foi dividida em 05 principais eixos temáticos: Atividade Física e Saúde do capítulo 1 ao 6; Saúde na Escola, do capítulo 7 ao 10; Esportes, entre os capítulos 11 e 15; Práticas Alternativas do 16 ao 19, e por fim Fisiologia Geral do 20 ao 23.

Neste sentido, nos capítulos constam estudos variados que tratam de temas desde a composição corporal, artes marciais, patologias, primeiros socorros, autismo, aspectos nutricionais, atletas até metodologias ativas. Deste modo, a presente obra contempla assuntos de grandes relevâncias.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

SUMÁRIO

ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

CAPÍTULO 1..... 1

A HIDROGINÁSTICA NA MELHORA DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E RESISTÊNCIA DE FORÇA DE IDOSOS SEDENTÁRIOS

Jose Maria Ferraz Filho
Milton Salles Garcia
Heleno da Silva Luiz Junior
Wagner Correia Santos
Silvio Lopes Alabarse
Luciano Pereira Marotto

DOI 10.22533/at.ed.7762109041

CAPÍTULO 2..... 11

A PRÁTICA DA DANÇA E DAS ARTES MARCIAIS NOS NÍVEIS DE ANSIEDADE DE PACIENTES ONCOLÓGICOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Alanna Carolinne da Silva
Ana Clara Marques Gomes Risuenho Quadros
José Horácio Magalhães Ramos
Klebson da Silva Almeida
Bráulio Nascimento Lima
Mariela de Santana Maneschy

DOI 10.22533/at.ed.7762109042

CAPÍTULO 3..... 21

ANTROPOMETRIA E MEDIDAS CORPORAIS DE MULHERES PRATICANTES DE EXERCÍCIOS RÍTMICOS E RESISTIDOS: UMA COMPARAÇÃO

Nestor Persio Alvim Agrícola
Tânia Ferreira de Andrade Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.7762109043

CAPÍTULO 4..... 34

ASPECTOS ASSOCIADOS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Maurício Almeida
Cleonaldo Gonçalves Santos
Maurício Barcelos Cruz
Ana Paula Campos Fernandes
Allisson Roberto Isidorio
Mauro Lúcio de Oliveira Júnior

DOI 10.22533/at.ed.7762109044

CAPÍTULO 5..... 44

AVALIAÇÃO DO PERFIL DOS PRATICANTES DE ARTES MARCIAIS NA CIDADE DE SOCORRO

Stephanie Fernanda Lima Attilio
Amanda Carvalho de Toledo

Daisy Machado

DOI 10.22533/at.ed.7762109045

CAPÍTULO 6..... 54

CONTRIBUIÇÕES DO EXERCÍCIO FÍSICO NA QUALIDADE DE VIDA DO INDIVÍDUO COM DOENÇA DE PARKINSON

Samia Maria Ribeiro

Clara de Maria Oliveira Lopes

DOI 10.22533/at.ed.7762109046

SAÚDE NA ESCOLA

CAPÍTULO 7..... 59

A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO DESENVOLVIMENTO DAS CRIANÇAS COM AUTISMO

Lucas Luan Teixeira dos Reis

Marcelo Guido Silveira da Silva

DOI 10.22533/at.ed.7762109047

CAPÍTULO 8..... 69

MUDANÇAS NUTRICIONAIS DECORRENTES EM UM ESPAÇO DE TEMPO EM UMA ESCOLA PÚBLICA NO INTERIOR DE GOIÁS

Patrícia Espíndola Mota Venâncio

Patryck Máximo Pereira

Henrique Lima Ribeiro

Mario Henrique Fernandes

Grassyara Pinho Tolentino

Cristina Gomes Oliveira Teixeira

Jairo Teixeira Junior

Viviane Soares

DOI 10.22533/at.ed.7762109048

CAPÍTULO 9..... 80

PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM SITUAÇÕES DE PRIMEIROS SOCORROS NO ÂMBITO ESCOLAR

José Milton Soares Araújo

José Jean de Oliveira Toscano

DOI 10.22533/at.ed.7762109049

CAPÍTULO 10..... 90

PROMOÇÃO DOS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA EM AMBIENTE ESCOLAR: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Augusto Pedretti

Júlio Brugnara Mello

Anelise Reis Gaya

Alessandro Pedretti

Adroaldo Cezar Araujo Gaya

DOI 10.22533/at.ed.77621090410

ESPORTES

CAPÍTULO 11..... 104

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA ESPORTIVA PARA MELHORA DA MOTRICIDADE, COORDENAÇÃO E SOCIALIZAÇÃO DE CRIANÇAS

Moisés Acosta Amaral
Thais Caroline Fin
Hellany Karolliny Pinho Ribeiro
Micheline Machado Teixeira
Beloni Bordignon Savaris
Lucca Rassele
Fernanda Michel Fuga
Eidimara Ferreira
Luciana da Silva Michel
Milene Fernandes Briskiewicz
Analice Viana Alarcony
Maria Aparecida de Oliveira Israel

DOI 10.22533/at.ed.77621090411

CAPÍTULO 12..... 110

ANÁLISIS DE LAS VARIABLES DEL SAQUE EN MUNDIAL DE VOLEIBOL

Luis Guillermo García García
Héctor Hernán Montes García
Julián Alejandro Piedrahíta Monroy

DOI 10.22533/at.ed.77621090412

CAPÍTULO 13..... 118

ELABORAÇÃO E VALIDAÇÃO DE CARTILHA SOBRE O MÉTODO IKODOMÔ NO KARATE-DÔ PARA CRIANÇAS DE TRÊS A CINCO ANOS

Francisco Trindade Silva
Iago Lima Silva

DOI 10.22533/at.ed.77621090413

CAPÍTULO 14..... 131

ORIENTAÇÃO DA VOCAÇÃO ESPORTIVA

Michael Douglas Celestino Bispo
Adson Cavalcanti Santos
Eduarda Alves de Souza
Frederico Barros Costa
Emanuel Cerqueira Bastos
Marcos Antonio Almeida-Santos
Ailton Fernando Santana de Oliveira
Rudy José Nodari-Júnior
Antonio Carlos Gomes
Estélio Henrique Martin Dantas

DOI 10.22533/at.ed.77621090414

CAPÍTULO 15..... 139

REMADORES BRASILEIROS: PERFIL ANTROPOMÉTRICO DA CATEGORIA SÊNIOR

Letícia Muziol de Oliveira Soares

Mayck Pereira Soares

Sergio Gregório da Silva

Antonio Carlos Gomes

João Paulo Borin

DOI 10.22533/at.ed.77621090415

PRÁTICAS ALTERNATIVAS

CAPÍTULO 16..... 143

METODOLOGIAS ATIVAS NO ENSINO DA FISIOTERAPIA

Sandra Magali Heberle

Silvia Lemos Fagundes

DOI 10.22533/at.ed.77621090416

CAPÍTULO 17..... 155

PORTFÓLIO DIÁRIO DE ATIVIDADES ONLINE COMO FERRAMENTA DE AVALIAÇÃO DE CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO

Paulo Henrique Colchon

Gustavo José Martiniano Porfírio

DOI 10.22533/at.ed.77621090417

CAPÍTULO 18..... 160

PROGRAMAS PÚBLICOS ENVOLVENDO ATIVIDADE FÍSICA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Marcelo Skowronski

DOI 10.22533/at.ed.77621090418

CAPÍTULO 19..... 173

TRABALHO E LAZER: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Janyelle Costa da Circuncisao

Patrícia do Nascimento Xavier

Amanda Leite Novaes

DOI 10.22533/at.ed.77621090419

FISIOLOGIA GERAL

CAPÍTULO 20..... 181

ANÁLISE DESCRITIVA E COMPARATIVA DO PERFIL AUTONÔMICO E CARDIOVASCULAR DE HOMENS E MULHERES ATLETAS DE NATAÇÃO EM ÁGUAS ABERTAS

Thiago Luis da Costa Monteiro

Matheus Arantes Mathias

Leandro Guimarães Vargas

Marcelo Melamed Izar

Fabrizio Di Masi

Renato Vidal Linhares

Gabriel Costa e Silva

DOI 10.22533/at.ed.77621090420

CAPÍTULO 21..... 191

COMPORTAMENTO DA VELOCIDADE DE NADO DE TRIATLETA AMADOR EM PREPARAÇÃO PARA O IRONMAN 70.3

Ricardo Montenegro Gazzaneo

Evandro Cassiano de Lázari

Rafael Aoki de Alcantara

Rafael Luiz de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.77621090421

CAPÍTULO 22..... 193

CONSIDERAÇÕES A RESPEITO DO MÉTODO ISOTON: SEU EFEITO NA HIPERTROFIA DAS FIBRAS OXIDATIVAS E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA A SAÚDE

Edna Cristina Santos Franco

Marcus Vinicius da Costa

DOI 10.22533/at.ed.77621090422

CAPÍTULO 23..... 205

PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DAS LESÕES DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR: UMA REVISÃO DE LITERATURA

José Eduardo de Paula Hida

Laura Fernandes Ferreira

Renato Ventura

DOI 10.22533/at.ed.77621090423

SOBRE O ORGANIZADOR..... 217

ÍNDICE REMISSIVO..... 218

CAPÍTULO 18

PROGRAMAS PÚBLICOS ENVOLVENDO ATIVIDADE FÍSICA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Data de aceite: 01/04/2021

Data de submissão: 05/01/2021

Marcelo Skowronski

Instituto Federal de Mato Grosso – Primavera
do Leste/MT
<https://orcid.org/0000-0003-4219-3974>

RESUMO: O recurso da atividade física e a informação sobre seus benefícios são mecanismos frequentemente utilizados em iniciativas públicas visando a promoção da saúde da população. Esse estudo, resultado de um Trabalho de Conclusão de Curso em Educação Física, teve por objetivo apresentar/descrever/analisar as principais características e publicações sobre os programas de promoção da saúde no Brasil que fazem o uso da temática atividade física. Por se caracterizar como uma pesquisa de caráter exploratório, o percurso metodológico foi constituído de uma revisão de literatura nas bases de dados eletrônicas melhor classificadas no Qualis CAPES, além de buscas na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações e nos sites dos principais programas públicos sobre a temática da promoção da saúde por meio de atividades físicas. Como resultados, observou-se a existência de pelo menos duas propostas de promoção da saúde utilizando como meio a prática de atividades físicas: uma voltada para a difusão de informações sobre a importância da atividade física e outra centrada na perspectiva da saúde coletiva, alinhada com

o conceito do cuidado para com os usuários dos serviços de saúde.

PALAVRAS-CHAVE: atividade física, educação física, promoção da saúde, saúde coletiva, saúde pública.

PUBLIC PROGRAMS INVOLVING PHYSICAL ACTIVITY FOR THE PROMOTION OF HEALTH

ABSTRACT: The use of physical activity and information on its benefits are mechanisms frequently used in public initiatives aimed at promoting the health of the population. This study, the result of a TCC in Physical Education, aimed to present / describe / analyze the main characteristics and publications on health promotion programs in Brazil that make use of the thematic physical activity. As it is characterized as an exploratory research, the methodological path consisted of a literature review in the electronic databases best classified in Qualis CAPES, in addition to searches in the Brazilian Digital Library of Theses and Dissertations and in the websites of the main public programs on the theme of health promotion through physical activities. As a result, it was observed the existence of at least two health promotion proposals using physical activity as a means: one aimed at disseminating information about the importance of physical activity and another centered on the perspective of collective health, aligned with the concept of care for users of health services.

KEYWORDS: physical activity, physical education, health promotion, collective health, public health.

1 | INTRODUÇÃO

“Atividade física é saúde”, “pratique atividade física”, “acumule pelo menos trinta minutos de atividade física por dia”, “atividade física para a promoção da saúde”... O vínculo da atividade física como ferramenta para a promoção da saúde pode ser observado quase que diariamente em revistas impressas e virtuais, propagandas e programas de televisão que abordam a temática da saúde. Esta relação também é identificada nos principais programas públicos que fazem o uso da atividade física em âmbito nacional.

Embora a promoção de saúde não esteja unicamente atrelada à prática de atividade física, a demarcação do seu conceito é fator essencial no processo de compreensão dos resultados e discussões apresentados neste estudo. O Informe de Lalonde de 1974, um dos primeiros documentos oficiais a utilizar o termo promoção da saúde, destaca quatro elementos que poderiam servir como base para se promover a saúde: a biologia humana, o estilo de vida, o ambiente onde as pessoas vivem, bem como a estrutura organizacional disponível para a assistência sanitária (LALONDE, 1974).

Outros autores clássicos da área de saúde classificam promoção de saúde como a articulação de saberes técnicos e populares, a mobilização de recursos institucionais, comunitários, públicos e privados para o enfrentamento e resolução do processo saúde-doença e de seus determinantes (CZERESNIA E FREITAS, 2003).

Ao analisarmos o contexto nacional, um importante marco na esfera da promoção da saúde é a criação em 2006 da Política Nacional de Promoção da Saúde. Neste documento está presente um conceito mais amplo de promoção da saúde, sendo classificada como

[...] uma estratégia de articulação transversal na qual se confere visibilidade aos fatores que colocam a saúde da população em risco e às diferenças entre necessidades, territórios e culturas presentes no nosso país, visando a criação de mecanismos que reduzam as situações de vulnerabilidade, defendam radicalmente a equidade e incorporem a participação e o controle social na gestão das políticas públicas (BRASIL, 2006, p.12).

Ao pensarmos na grande cadeia de mecanismos para se promover saúde, olhar para a efetividade de iniciativas públicas já existentes, parece ser fator determinante na construção de políticas públicas de fato alinhadas com o conceito de saúde em uma perspectiva ampliada.

Conhecer as particularidades inerentes aos aspectos estruturais e de intervenção dos programas públicos que fazem a utilização da ferramenta da atividade física para promover saúde, bem como analisar as principais publicações envolvendo tais programas e outras iniciativas com a temática investigada da atividade física, foram fatores centrais que conduziram este capítulo que teve como base um Trabalho de Conclusão de Curso de graduação em Educação Física produzido na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

Este estudo de caráter descritivo e exploratório, teve por objetivo apresentar,

descrever e analisar as principais características e publicações científicas envolvendo programas de promoção atividade física no Brasil. Registra iniciativas criadas desde 1985, com o Serviço de Orientação da Fisiologia do Exercício (SORFE) na cidade de Vitória/ES, até projetos mais recentes como o Programa Academia da Saúde, lançado em 2011 pelo Ministério da Saúde.

2 | MATERIAIS E MÉTODOS

A primeira etapa da coleta de informações foi constituída pela busca com os indexadores “atividade física” e “promoção da saúde” nas seguintes revistas e bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), por ser referência nacional no registro de estudos na área de saúde em parceria com a OMS, a OPAS e o BIREME; Scielo Brasil, por abranger revistas bem classificadas no Qualis CAPES na área de conhecimento da Saúde Coletiva e da Educação Física; e na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), com o objetivo de identificar em nível nacional, publicações em nível de mestrado e doutorado.

Este primeiro movimento de pesquisa apresentou algumas ‘marcas’ de programas e iniciativas públicas envolvendo atividade física para a promoção da saúde. Tais resultados também foram utilizados como indexadores em um segundo levantamento bibliográfico realizado nas mesmas bases de dados e revistas. Na ocasião, foram utilizados os indexadores: “Academia da Saúde”, “Academia da Cidade” e “Agita São Paulo”, todos empregados individualmente, tendo em vista o número reduzido de achados para cada indexador. A coleta das produções foi realizada até o dia 30 do mês de outubro de 2014.

O terceiro momento do levantamento de dados, decorrente da análise preliminar dos resultados, foi realizado nos sites oficiais dos principais programas identificados nas produções bibliográficas existentes. Os artigos (36), teses (4) e dissertações (7) foram separados e analisados por temáticas (Agita São Paulo, Academia da Cidade, Academia da Saúde e demais que envolvessem atividade física e promoção da saúde). As informações colhidas nos sites auxiliaram na descrição de tais iniciativas.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao abordar a temática de iniciativas públicas envolvendo atividade física, os resultados encontrados permitem associar seus propósitos com alguma parcela do conceito de promoção da saúde. Como destaque em nível nacional é possível apontar os seguintes programas/iniciativas com maior recorrência na literatura pesquisada: Programa Agita São Paulo, Programa Academia da Cidade e Programa Academia da Saúde.

3.1 O Programa Agita São Paulo

Segundo publicação do Portal do Programa Agita São Paulo, um dos principais

motivos da implantação do Programa foi “a alta prevalência da inatividade física na população do Estado de São Paulo no início da década de 1990”. Neste sentido, “foi criado para combater o sedentarismo no Estado de São Paulo promovendo o nível de atividade física e o conhecimento dos benefícios de um estilo de vida ativa” (PORTAL AGITA SÃO PAULO, s/d).

Lançado em 1996 através de um convênio entre a Secretaria de Estado da Saúde e o Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul - CELAFISCS, o Programa Agita São Paulo adotou a recomendação global sobre atividade física, sistematizada pelo *Center for Disease Control and Prevention* (CDC/EUA) e do *American College of Sports Medicine* (ACSM). Tem como princípio recomendar a prática de qualquer tipo de atividade física em intensidade moderada, por pelo menos trinta minutos por dia se possível todos os dias da semana. Este fato também acabou interferindo na escolha do mascote do Programa, conhecido como “meiorito”.

Figueira Junior *et al.* (2000) desenvolvem um dos primeiros estudos encontrados na literatura sobre o Programa Agita São Paulo. Os autores analisaram entre outubro de 1996 e dezembro de 1998 a inserção na mídia escrita não paga de matérias e informações sobre o Programa Agita São Paulo. A relevância do estudo está na importância em aumentar “o conhecimento populacional sobre os benefícios para a saúde de um estilo de vida ativo” (FIGUEIRA JUNIOR *et al.* 2000, p. 38). Ferreira; Najjar (2005), em um trabalho sobre a adesão à prática de atividade física e as estratégias utilizadas por iniciativas voltadas para tal (Agita São Paulo e Programa de Educação e Saúde através do Exercício Físico e do Esporte), também identificaram o foco desses programas para o conhecimento da população sobre os benefícios da atividade física, além de também buscarem o aumento do nível de atividade física.

Alguns estudos utilizaram como parte da metodologia, a mensagem do Programa Agita São Paulo: evitar o sedentarismo. Ferreira *et al.* (2005) buscou avaliar os efeitos da orientação de atividade física e nutricional em relação ao nível de atividade física em mulheres entre 50 e 72 anos. Palma *et al.* (2003) buscaram avaliar a relação entre o estado de vulnerabilidade e a adesão aos exercícios físicos em academias de ginástica na cidade do Rio de Janeiro/RJ. Concluíram que os indivíduos podem estar em situações de vulnerabilidade que não permitem a adesão à prática de exercícios físicos. Os autores fazem uma crítica ao Programa Agita São Paulo por este associar o sedentarismo com a ocorrência de doenças e “muito timidamente, numa única linha, comenta sobre a ligação entre sedentarismo e nível sócio-econômico” (PALMA *et al.*, 2003, p. 90).

A crítica ao Programa Agita São Paulo também é encontrada no estudo de Ferreira; Castiel; Cardoso (2011) que ao analisarem o Programa na perspectiva da Nova Promoção da Saúde¹, identificaram que o mesmo “funda-se na abordagem comportamentalista/

¹ Além de “fundada na ideia de risco epidemiológico, tem seu foco dirigido para os condicionantes mais gerais da saúde, como os indissociáveis ambientes social, econômico e cultural” (FERREIRA; CASTIEL; CARDOSO, 2011, p. 866).

conservadora de Promoção da Saúde” ao passo que “demoniza o sedentarismo, culpabiliza seus adeptos e apoia suas estratégias em mudanças comportamentais individuais como meio de redução do risco epidemiológico, independentemente dos condicionantes sociais, econômicos e culturais” (FERREIRA; CASTIEL; CARDOSO, 2011, p. 871).

Em contraponto, Matsudo *et al.* (2003; 2008) descrevem o Programa elencando os fatores que permitiram o sucesso da iniciativa, como a abordagem multissetorial, o uso de parcerias, a inclusão através de mensagens para todos os grupos sociais, as metodologias governamentais e não governamentais utilizadas para a promoção da atividade física, a utilização das culturas locais para disseminar a mensagem, entre outros.

Matsudo (2012) descreve a experiência de três redes (Agita São Paulo, Rede de Atividade Física das Américas e Rede Agita Mundo) de promoção da saúde através de atividade física. Corroborando com Matsudo *et al.* (2003) ao destacar a abordagem “dois chapéus” do Programa, envolvendo setor governamental e privado, além das mensagens com caráter inclusivo, para todos os grupos sociais. O autor acrescenta dados epidemiológicos positivos encontrados em estudos que avaliaram cidades após a implementação de programas de atividade física, sendo que em São Paulo o sedentarismo recuou em 70% entre 2002 e 2008.

Com relação aos trabalhos produzidos em nível de pós-graduação *stricto sensu*, duas teses abordam o Programa Agita São Paulo. Fraga (2005) parte das características do referido programa para analisar como se constituiu, disseminou e fixou o estilo de vida ativo como um “valor pleno na educação dos corpos, regulação da saúde e no governo de si” (FRAGA, 2005, p. 08). Dentre as conclusões, o autor destaca que o “sedentário informacional” é a peça chave do Programa Agita São Paulo ao passo em que, mesmo atingindo o nível de atividades físicas recomendadas através de tarefas diárias, não percebe que estas atividades são benéficas e podem retirá-lo da categorização de sedentário (FRAGA, 2005 p. 158).

Por sua vez, Andrade (2010) buscou avaliar a municipalização do Programa Agita São Paulo. Através de uma ampla revisão de literatura e de entrevistas realizadas com coordenadores e interlocutores do Programa, o autor conclui que as metas do programa parecem ter sido alcançadas, sendo na época 260 as cidades envolvidas com a iniciativa, representando 40% das cidades do estado de SP. Corroborando com outros achados já apresentados, Andrade (2010, p. 6) destaca que o Agita São Paulo “está alinhado aos princípios de promoção da saúde, apesar de aparentemente ter um caráter normativo e conceber saúde como ausência de doença”.

O Agita São Paulo acabou servindo de base para que o Ministério da Saúde implementasse em 2000 o Programa Nacional de Promoção da Atividade Física Agita Brasil (FRAGA, 2005, p. 15). Outras iniciativas nesta linha também foram desenvolvidas, como o evento “Brasil Saudável” realizado em Brasília e em outras capitais no ano de 2005; o projeto de comunicação social “Pratique Saúde”; o projeto “Time Mais Saúde” e

o projeto “Tchê Mexe”, todos caracterizados pela lógica da informação dos benefícios e necessidades de se realizar atividades físicas.

3.2 O Programa Academia da Cidade

É possível encontrar atualmente na literatura duas definições para o Programa Academia da Cidade. A primeira destaca o intuito de ‘oferecer o material’, ou seja, a ferramenta para que as pessoas adotem um estilo de vida ativo. Já a segunda caracterização envolve um escopo de atuação ampliado para a promoção da saúde

As Academias da Cidade são espaços públicos de promoção da saúde que oferecem a prática regular e orientada de exercícios físicos e ações de educação alimentar e nutricional (FRAGA *et al.*, 2013, p. 137 apud DIAS *et al.*, 2010).

Pelo menos três capitais (Recife/PE, Aracaju/SE e Belo Horizonte/MG) brasileiras podem ser vistas como precursoras do Programa Academia da Cidade. Em Recife a iniciativa foi implantada no ano de 2002 pela Secretaria de Saúde com o objetivo principal de promover “atividades físicas, lazer e alimentação saudável para a comunidade” (HALLAL, *et al.*, 2010, p. 71).

A maioria dos artigos, teses e dissertações encontradas sobre o Programa Academia da Cidade tinham como temática avaliar ou fazer intervenções com os frequentadores dos espaços, sendo que grande parte dos achados tratavam do estudo de aspectos nutricionais (COSTA, B. *et al.*, 2013; HORTA, 2013; SILVA *et al.*, 2013; TEIXEIRA *et al.*, 2013; COSTA, D. *et al.*, 2012; MENDONÇA, 2011; LIMA, 2009).

A análise do perfil de saúde e nutricional foi objeto de estudo de Costa *et al.* (2013) em uma Academia da Cidade de Belo Horizonte/MG com 560 indivíduos entre os anos de 2008 e 2010. No estudo, a hipótese sobre a procura pela promoção da saúde é relacionada com o tratamento de doenças, em uma abordagem curativista, “sendo ainda escassas as iniciativas de cuidado à saúde na população” (COSTA *et al.*, 2013, p. 99). Os autores concluem que é preciso pensar ações em diferentes níveis de atenção à saúde, com vistas a ampliar a integralidade do cuidado oferecido aos usuários nestes serviços, os quais “devem incorporar medidas que não se direcionam a uma determinada enfermidade ou desordem, mas objetivam propiciar saúde e bem estar” (COSTA *et al.*, 2013, p. 100).

Continuando com as publicações sobre condições de saúde, Toscano (2014) desenvolve sua tese de doutorado visando verificar o impacto do programa Academia da Cidade de Aracaju/SE na saúde de seus usuários. Sob ponto de vista dos indicadores de saúde adotados pelo autor, somente os participantes da Academia da Cidade tiveram resultados positivos.

Hallal *et al.* (2009; 2010) apresenta duas pesquisas avaliando o Programa Academia da Cidade, ambas realizadas na cidade de Recife/PE. A primeira buscou identificar aspectos como a importância, as dificuldades e o envolvimento da população com as ações

ofertadas. No segundo estudo, procuram descrever a percepção de saúde de usuários e não-usuários do Programa. Como resultados, encontraram que o principal motivo para a participação foi “melhorar a saúde” e que 72,8% estavam satisfeitos com o serviço. Sobre a percepção de saúde, os não-usuários representaram 45,4% no índice regular ou ruim e os usuários 28,5%.

Na linha do estudo de Hallal *et al.* (2010) é encontrada a dissertação de Lemos (2012), também realizada em Recife/PE e que analisou, entre 822 indivíduos, os motivos da adesão e não adesão ao Programa Academia da Cidade. Segundo a autora, a adesão estava relacionada com os benefícios da atividade física para a saúde e condicionamento físico. Já a não adesão ou a desistência viria em virtude da desmotivação, sentimento de falta de habilidade para as práticas, indisponibilidade de horários e também aspectos inerentes ao Programa. A autora traz uma conclusão relevante e que vai ao encontro da promoção da saúde em uma perspectiva multidirecional, ou seja, relata que o sucesso de iniciativas como o Programa Academia da Cidade está diretamente ligado ao contemplar ou não os determinantes que afetam o ingresso dos usuários ao serviço, como questões pessoais, culturais, sociais, entre outras.

Embora não tenha sido encontrado na revisão de literatura realizada, por se tratar de um documento produzido pelo Ministério da Saúde, é relevante a apresentação do estudo de Knuth e colaboradores (2011). Os autores abordam cinco programas de promoção da saúde através de atividades físicas (Academia da Cidade de Recife-PE, Aracaju-SE e Belo Horizonte-MG, Serviço de Orientação ao Exercício-SOE de Vitória-ES e CuritibAtiva de Curitiba-PR).

O SOE de Vitória/ES, inicialmente chamado de Serviço de Orientação da Fisiologia do Exercício (SORFE), foi criado pela Lei nº 3.267/1985. Embora datado do ano de 1985, o primeiro módulo do serviço surgiu somente no ano de 1990. É uma das primeiras iniciativas encontradas na literatura em relação ao uso de atividade física para a promoção da saúde com vínculo na Secretaria Municipal de Saúde.

Assim como o SOE, o Programa CuritibAtiva, lançado em 1998, dispunha de uma nomenclatura própria, não sendo identificado em outras cidades. No entanto, suas ações são próximas com as iniciativas já apresentadas até aqui, ou seja, expandir o conhecimento sobre a relevância da prática de atividades físicas.

Os modelos de “Recife, Curitiba, Vitória, Aracaju e Belo Horizonte traçaram as linhas gerais de uma política que procura articular Ministério da Saúde, Secretarias de Saúde dos estados e municípios” (KNUTH *et al.*, 2011, p. 349), resultando na criação do Programa Academia da Saúde, que será apresentado a seguir.

3.3 Programa Academia da Saúde

Instituído pelo Ministério da Saúde em sete de abril de 2011 (BRASIL, 2011), o Programa Academia da Saúde parece constituir um leque significativo de ações na temática

da promoção da saúde ao envolver práticas corporais, atividades físicas, atividades artísticas, e atuar no âmbito da segurança e educação alimentar, na valorização das manifestações culturais locais, no estímulo da autonomia da população para a escolha de estilos de vida mais saudáveis, entre outros objetivos.

Trata-se de um programa que prevê a implantação de polos com infraestrutura física e de pessoal para a estruturação e desenvolvimento das atividades que deverão permear os seguintes eixos:

I - Práticas corporais e atividades físicas; II - produção do cuidado e de modos de vida saudáveis; III - promoção da alimentação saudável; IV - práticas integrativas e complementares; V - práticas artísticas e culturais; VI - educação em saúde; VII - planejamento e gestão; e VIII - mobilização da comunidade (BRASIL, 2013, p. 02).

Sua implantação e coordenação são geridos pelas Secretarias de Saúde dos municípios, podendo haver ainda auxílio técnico do Ministério da Saúde e das Secretarias Estaduais de Saúde. (BRASIL, 2011). A obrigatoriedade da conexão entre o Programa e as Secretarias de Saúde é um importante elemento quando se pensa uma promoção de saúde atenta aos diferentes determinantes, os quais podem ser atendidos de maneira mais efetiva se trabalhados com as equipes de saúde de cada região.

Dois editoriais (HALLAL, 2011; GUEDES, 2011) tecem considerações positivas sobre o Programa Academia da Saúde. Hallal (2011) argumenta que a construção dos polos proporcionará além dos benefícios próprios de sua utilização, a possibilidade de revitalizar espaços públicos das cidades. O autor destaca ainda a impossibilidade de se criar um modelo padronizado de oferta de atividade física nos polos, uma vez que são distintas as condições climáticas e culturais no cenário nacional. Concomitantemente, enfatiza que para o sucesso do referido Programa é indispensável a presença de profissionais qualificados junto aos polos.

Por sua vez, Guedes (2011) centraliza suas ideias no sedentarismo provocado pelos avanços tecnológicos em prol da qualidade de vida no mundo contemporâneo. O autor apresenta o Programa Academia da Saúde como um possível 'antídoto' aos danos causados pela evolução tecnológica ao 'estilo de vida ativo' dos indivíduos na atualidade. A prática de atividades físicas parece ser o único canal de referência, na perspectiva do autor, para a promoção da saúde na população.

Malta *et al.* (2014) descrevem o processo de implementação do eixo atividade física e práticas corporais presente na Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), desde 2006 com o seu lançamento até o ano de 2014. Os autores observaram que houve financiamento de projetos de atividade física em aproximadamente 1.500 municípios entre 2005 e 2010. Descreveram a criação em 2011 do Programa Academia da Saúde e identificaram avanços na avaliação da efetividade de programas de atividade física, conforme identificado também no estudo de Knuth *et al.* (2011).

A dissertação de Mendes (2013) teve como objetivo implementar um projeto de intervenção através de práticas corporais em usuários do Centro Saúde Escola da Faculdade de Saúde Pública da USP. A autora abordou o tema práticas corporais na perspectiva da clínica ampliada, ressaltando a importância de os profissionais direcionarem suas ações para as demandas de saúde apresentadas pelos usuários dentro da atenção básica. O objeto central do estudo não era o Programa Academia da Saúde, no entanto, além de apresentá-lo, também faz um levantamento das principais iniciativas propostas pelo Ministério da Saúde envolvendo as práticas corporais como conjunto de suas ações.

3.4 Considerações Transitórias

Através dos programas e iniciativas abordados, é possível identificar algumas diferenças nas intervenções utilizadas com o propósito de se promover a saúde da população. Inicialmente, a visão demandada especialmente pela mensagem veiculada no Programa Agita São Paulo estava centrada no caráter de informar os indivíduos sobre a importância da realização de atividades físicas e da adoção de um estilo de vida ativo. Ainda nesta direção, conforme aborda Fraga (2005):

Programas de incentivo à adoção de estilos de vida ativos não dependem da prática física em si para viabilizarem seus propósitos, mas sim da capacidade de mobilização, habilidade persuasiva e versatilidade midiática, [...]. Para programas deste tipo, mais do que simplesmente pôr o corpo em movimento, é fundamental pôr a mensagem para “correr”, disseminar seu palavreado, fazer penetrar a crença físico-sanitária no imaginário social contemporâneo. (FRAGA, 2005, p. 157).

O início da implantação das Academias da Cidade, em alguns locais também conhecidas como Academias da Terceira Idade-ATI, especialmente pelo fato do poder público disponibilizar um espaço/equipamentos para a prática de atividades físicas, é outro ponto de destaque em relação ao processo histórico de construção e desenvolvimento de iniciativas públicas para a promoção de saúde atreladas à atividade física. Agora, além da informação, o indivíduo dispõe de um local para realizar sua atividade, inclusive de forma autônoma, conforme verificado na citação a seguir sobre um Programa Academia da Cidade

deve-se destacar que, tendo como objetivo o aumento de conhecimento das pessoas sobre a prática de atividade física, os indivíduos são estimulados e orientados a realizar suas atividades, de maneira autônoma, mesmo nos dias em que o Programa Academia da Cidade não desenvolve suas programações (MENDONÇA; TOSCANO; OLIVEIRA, 2009, p. 212).

Esta proposta está alinhada com o que Ferreira, Castiel e Cardoso (2011, p. 866) creditam como sendo uma abordagem “comportamentalista ou conservadora”, onde as pessoas deveriam assumir suas responsabilidades pela saúde pessoal, ou seja, praticando mudanças por conta própria no estilo de vida que levam.

Embora ainda existam programas que direcionam suas ações para comunicar a importância da atividade física na promoção da saúde, somente este modelo não é suficiente para alcançar os resultados desejáveis, especialmente se levarmos em consideração a saúde como “produto de um amplo espectro de fatores” (CZERESNIA; FREITAS, 2003, p.19). Moretti *et al.* (2009) também pensam desta forma sobre a efetividade de programas públicos para a promoção da saúde. De forma sucinta, indicam que

a inserção de um programa de prática corporal/atividade física, integrada a uma política pública de promoção de saúde e direcionada à população, deve estar fundamentada em um processo educativo que vá além da transmissão de conhecimentos, aumento no nível de atividade física e/ou aquisição de determinantes relacionados à aptidão física, como força e flexibilidade (MORETTI *et al.*, 2009, p. 353).

O Programa Academia da Saúde parece ser pensado nesta direção. Pode ser caracterizado, portanto, como um programa de base populacional. Dias *et al.* (2006, p. 22), ao citarem Beaglehole (2002), destacam que “a estratégia para a promoção à saúde com maior potencial é a abordagem populacional”. Nesta abordagem a preocupação e as ações são voltadas ao cuidado do usuário de modo que este componha em conjunto com a comunidade e profissionais, as atividades que farão parte de cada polo de Academia. Aqui os atores principais do processo são os usuários, logo, deverão ser respeitados aspectos sociais, políticos, econômicos de cada região.

4 | CONCLUSÃO

As iniciativas apresentadas representam boa parte das ações reconhecidas nacionalmente em práticas voltadas à promoção da saúde, em sua maioria desenvolvidas há aproximadamente duas décadas. Inicialmente estavam voltadas ao fornecimento de informações sobre a importância da atividade física, bem como de espaços para as práticas, sendo este um dos motivos para a disseminação de equipamentos de ginástica em locais públicos.

O processo histórico de implantação das diferentes iniciativas de promoção da saúde indica a transição de uma abordagem inicialmente informacional para gradativamente serem desenvolvidos programas de base populacional. No entanto, isso não significa o desaparecimento de iniciativas informacionais, que mesmo limitadas contribuem para a promoção da saúde. Estas remetem ao sujeito o compromisso de se informar e assegurar um o estilo de vida ativo, evitando assim o sedentarismo. Aos programas, por sua vez, cabe disseminar tais informações.

Torna-se relevante compreender que a promoção da saúde da população se constrói dentro de um conjunto de fatores. Muitos deles não estão relacionados com a prática de atividade física e talvez este seja o último dos fatores possíveis de se trabalhar em uma

abordagem voltada ao cuidado do usuário. Desta forma, é de fundamental importância que as ações e o escopo de atuação dos programas e iniciativas amparados na utilização da atividade física estejam preparados para atender nas mais diferentes frentes, caso contrário estará exposto ao risco de não se tornar efetivo.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Douglas Roque. **Processo de municipalização do Programa Agita São Paulo**. Tese (doutorado). Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública. São Paulo, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria da Vigilância em Saúde. **Portaria n. 687, de 30 de março de 2006**. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília, 2006. Disponível em:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 719**, de 7 de abril de 2011. Brasília, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 2.681**, de 7 de novembro de 2013. Brasília, 2013.

COSTA, Dayanne da *et al.* **Índice de qualidade da dieta de mulheres usuárias de um programa de atividade física regular “Academia da Cidade”, Aracajú, SE**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 25, n. 6, p. 731-741, 2012.

COSTA, Bruna Vieira de Lima *et al.* **Academia da Cidade: um serviço de promoção da saúde na rede assistencial do Sistema Único de Saúde**. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, p. 95-102, 2013.

CZERESNIA, D.; FREITAS, C.M. (Orgs) **Promoção da Saúde: conceitos, reflexões, tendências**. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2003.

DIAS, Maria Angélica de Salles *et al.* Grupo de Promoção da saúde da Secretaria Municipal de Saúde. BH-Saúde: **Projeto Promoção de Modos de Vida Saudável**. Pensar BH/Política Social, 2006; n. 16, p. 21-24. Disponível em: <http://portalpbh.pbh.gov.br/pbh/ecp/files.do?evento=download&urlArqPlc=pensarbh_ed16_bh_bhsaude.pdf>. Acesso em: 22 out. 2014.

FERREIRA, Marcela *et al.* **Efeitos de um programa de orientação de atividade física e nutricional sobre o nível de atividade física de mulheres fisicamente ativas de 50 a 72 anos de idade**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 11, n. 3, p. 172-176, 2005.

FERREIRA, Marcos Santos; CASTIEL, Luis David; CARDOSO, Maria Helena Cabral de Almeida. **Atividade física na perspectiva da Nova Promoção da Saúde: contradições de um programa institucional**. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 16, supl. 1, p. 865-872, 2011.

FERREIRA, Marcos Santos; NAJAR, Alberto Lopes. **Programas e campanhas de promoção da atividade física**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 10, p. 207-219, 2005.

FIGUEIRA JUNIOR, Aylton *et al.* **Impacto do programa de promoção de atividade física na mídia não paga: experiência do Programa Agita São Paulo**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, vol. 5, n. 2, 2000.

FRAGA, Alex Branco. **Exercício da informação: governo dos corpos no mercado da vida ativa.** Tese (doutorado). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Educação. Porto Alegre, 2005.

FRAGA, Alex Branco *et al.* **Curso de extensão em promoção da saúde para gestores do SUS com enfoque no programa academia da saúde.** Brasília: Ministério da Saúde, Secretaria da Vigilância em saúde: Fundação Universidade de Brasília, CEAD, 2013.

GUEDES, Dartagnan Pinto. **Programa Academia da Saúde: ação para incrementar a prática de atividade física na população brasileira.** Editorial. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 16, n. 3, p. 184-185, 2011.

HALLAL, Pedro C. *et al.* **Avaliação quali-quantitativa do programa academia da cidade, Recife (PE): concepções dos professores.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 14, n. 1, p. 104-114, 2009.

HALLAL, Pedro C. *et al.* **Avaliação do programa de promoção da atividade física Academia da Cidade de Recife, Pernambuco, Brasil: percepções de usuários e não-usuários.** Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 70-78, 2010.

HALLAL, Pedro C. **Academia da Saúde: mais um passo na direção certa.** Editorial. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 16, n. 2, p. 92, 2011.

HORTA, Paula Martins. **Efetividade de intensidades diferentes de intervenções nutricionais associadas à prática de exercícios físicos sobre o estado nutricional e a qualidade da dieta de mulheres com excesso de peso na atenção primária à saúde.** 107 f. Dissertação (mestrado). Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, Belo Horizonte, 2013.

KNUTH, Alan Goularte *et al.* **Avaliação de programas de atividade física no Brasil: uma revisão de evidências em experiências selecionadas.** In: BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação em Saúde. Saúde Brasil 2010: uma análise da situação de saúde e de evidências selecionadas de impacto de ações de vigilância em saúde. Brasília, 2011.

LALONDE M. **A new perspective on the health of Canadians. A working document.** Ottawa: Government of Canada, 1974.

LIMA, Alessandra Nunes. **Fatores Associados ao Excesso de Peso entre os Usuários do Serviço de Promoção à Saúde: Academia da Cidade do Distrito Sanitário Leste de Belo Horizonte – Minas Gerais.** 116 f. Dissertação (mestrado). Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, Belo Horizonte, 2009.

MALTA, Deborah Carvalho *et al.* **Política Nacional de Promoção da Saúde, descrição da implementação do eixo atividade física e práticas corporais, 2006 a 2014.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 19, n. 3, p. 286-299, 2014.

MATSUDO, Sandra Mahecha *et al.* **The Agita São Paulo Program as a model for using physical activity to promote health.** Revista Panamericana de Salud Publica, vol. 14, n. 4, p. 265-272, 2003.

MATSUDO, Sandra *et al.* **Do diagnóstico à ação: a experiência do Programa Agita São Paulo na promoção do estilo de vida ativo.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, vol. 13, n. 3, 2008.

MATSUDO, Victor. **The role of partnerships in promoting physical activity: the experience of Agita São Paulo.** (Viewpoint). Health & Place, v. 18, p. 121-122, 2012.

MENDES, Valéria Monteiro. **As práticas corporais e a Clínica Ampliada: a Educação Física na atenção básica.** 184 f. Dissertação (Mestrado) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.

MENDONÇA, Raquel de Deus. **Efetividade de intervenções nutricionais e físicas em mulheres de Serviço de Promoção da Saúde.** 145 f. Dissertação (mestrado). Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, Belo Horizonte, 2011.

MENDONÇA, Braulio Cesar de Alcantara; TOSCANO, José Jean de Oliveira; OLIVEIRA, Antonio César Cabral de. **Do diagnóstico à ação: experiências em promoção da atividade física programa academia da cidade Aracaju: promovendo saúde por meio da atividade física.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, v. 14, n. 3, p. 211-216, 2009.

MORETTI, Andrezza C. *et al.* **Práticas Corporais/Atividade Física e Políticas Públicas de Promoção da Saúde.** Saúde e Sociedade, São Paulo, v.18, n.2, p. 346-354, 2009.

PALMA, Alexandre *et al.* **Reflexões acerca da adesão aos exercícios físicos: comportamento de risco ou vulnerabilidade?** Revista Movimento, Porto Alegre, v. 9, n. 9, p. 83-100, 2003.

PORTAL AGITA SÃO PAULO. **Quem somos.** S/d. Disponível em: <<http://www.portalagita.org.br/pt/agita-sao-paulo/quem-somos.html>>. Acesso em: 22 set. 2014.

SILVA, Camila Pereira da *et al.* **Intervenção nutricional pautada na estratégia de oficinas em um serviço de promoção da saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais.** Revista de Nutrição, Campinas, v. 26, n. 6, p. 647-658, 2013.

TEIXEIRA, Priscila Dryelle Sousa *et al.* **Intervenção nutricional educativa como ferramenta eficaz para mudança de hábitos alimentares e peso corporal entre praticantes de atividade física.** Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 347-356, 2013.

TOSCANO, José Jean de Oliveira. **Condições de saúde em população submetida a um programa de promoção da atividade física: associações transversais e longitudinais.** 110 f. Tese (doutorado). Universidade Federal de Sergipe, Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Aracaju, 2014.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Anestesiologia 155, 157

Ansiedade 6, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 38

Antropometria 6, 21, 22, 32, 132, 134, 140

Aptidão Física 7, 22, 32, 90, 91, 92, 94, 98, 100, 163, 169

Artes Marciais 5, 6, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 118, 121, 126, 128

Atividade física 6, 9, 2, 14, 17, 22, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 52, 56, 57, 66, 70, 71, 77, 86, 90, 91, 92, 100, 102, 160, 161, 162, 163, 164, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 187

Autismo 5, 7, 59, 60, 61, 62, 63, 65, 66, 67, 68

Avaliação Educacional 155

B

Bioquímica do exercício 193

C

Câncer 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 45, 130

Coronavírus 34, 35, 37, 38, 41, 42, 158

Corpo 13, 16, 17, 22, 23, 37, 38, 44, 45, 60, 64, 72, 87, 99, 100, 107, 168, 175, 179, 202, 206, 211, 214

COVID-19 6, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43

Criança 59, 61, 62, 65, 66, 67, 68, 72, 90, 95, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 119

D

Dança 6, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 29, 30, 32, 94, 95, 145, 175, 197

Dermatoglifia 132, 133, 134, 135, 137

Dimensão Cultural 173, 179

Distanciamento social 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42

Doença de Parkinson 7, 54, 55, 58

E

Educação Física 7, 9, 18, 20, 21, 22, 32, 33, 34, 40, 41, 42, 43, 55, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 72, 77, 80, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 91, 92, 94, 100, 102, 103, 119, 129, 131, 160, 161, 162, 172, 173, 174, 175, 177, 180, 181, 217

Ensino Aprendizagem 152

Ensino Básico 80

Ensino na fisioterapia 143

Epigenômica 132

Escola 5, 7, 19, 33, 60, 63, 64, 68, 69, 71, 72, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 84, 85, 86, 87, 88, 90, 92, 94, 96, 97, 108, 118, 119, 138, 147, 153, 168, 171, 172, 175, 215

Esporte 22, 33, 39, 40, 42, 52, 67, 80, 88, 99, 104, 107, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 163, 170, 172, 180, 183, 191, 204, 205, 209, 210, 211, 213, 214, 216, 217

Exercício físico 7, 52, 54, 204

F

Fibras oxidativas 10, 193

Força de resistência 1, 7, 8

Frequência Cardíaca 4, 96, 181, 182, 183, 190, 197, 201

H

Hidroginástica 6, 1, 3, 4, 7, 8

Hipertrofia 10, 3, 31, 193, 194, 195, 197, 198, 199, 200, 203

I

Internato e Residência 155

Isoton 10, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 201, 202, 203, 204

L

Lazer 9, 1, 4, 165, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180

Lesões do ligamento cruzado anterior 205, 206, 207, 209, 214

M

Método Ikodomô 8, 118, 119, 120, 128

Metodologias Ativas 5, 9, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154

N

Natação 9, 181, 182, 183, 188, 191, 192

Necessidade Humana 173, 175, 176, 179, 180

Nutrição 32, 44, 46, 49, 63, 72, 73, 79, 170, 172

O

Obesidade 1, 2, 23, 30, 32, 37, 38, 70, 71, 72, 75, 76, 77, 78, 79, 95, 96, 107

Orientação Vocacional 132

P

Pandemia 6, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 158, 159

Perfil antropométrico 9, 22, 32, 33, 45, 139, 140, 141, 142

Perfil de saúde 165

Prática Profissional 90

Pressão Arterial 4, 38, 100, 181, 182, 183, 185, 186, 202, 204

Primeira Infância 118, 119, 120, 121, 122

Primeiros Socorros 5, 7, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89

Promoção da saúde 9, 22, 71, 119, 160, 161, 162, 164, 165, 166, 167, 169, 170, 171, 172, 195

Q

Qualidade de vida 7, 2, 3, 4, 12, 18, 45, 52, 54, 56, 57, 62, 64, 66, 71, 78, 108, 120, 132, 133, 137, 167, 177, 193, 195, 201, 203

R

Relato de experiência 9, 54, 129, 173

Remo 139, 140, 141, 142

S

Sarcopenia 1, 2, 3, 8, 9

Saúde 2, 5, 6, 7, 9, 10, 1, 2, 3, 4, 5, 11, 14, 17, 19, 21, 22, 30, 32, 35, 36, 37, 38, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 51, 52, 53, 54, 56, 57, 58, 62, 63, 68, 71, 73, 75, 78, 79, 80, 85, 88, 91, 94, 102, 104, 106, 107, 108, 118, 119, 120, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 137, 138, 143, 144, 146, 147, 148, 150, 151, 152, 153, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 184, 193, 195, 201, 202, 203, 204, 205, 207, 215, 216, 217

Saúde Coletiva 41, 118, 129, 130, 153, 159, 160, 162, 170, 172, 217

Saúde Pública 2, 35, 38, 43, 75, 78, 91, 102, 148, 160, 168, 170, 171

Seleção de talentos 139, 142

Sistema Nervoso Autônomo 182

Sobrepeso 5, 23, 30, 70, 71, 75, 76, 77, 78, 79, 95, 96

T

Tática 33, 51

Treinamento 3, 4, 16, 21, 22, 30, 31, 32, 36, 39, 40, 41, 43, 51, 52, 54, 55, 88, 90, 98, 99, 104, 118, 156, 157, 182, 184, 188, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 202, 203, 204, 211, 214, 217

Triathlon 192

V

Validação de conteúdo 118, 120

Velocidade 10, 3, 8, 22, 55, 81, 90, 93, 98, 100, 120, 135, 191, 192, 197, 202

Educação para Atividade Física e Saúde

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

 **Atena**
Editora

Ano 2021

Educação para **Atividade Física** e **Saúde**

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

 **Atena**
Editora

Ano 2021