



EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: novos olhares

Cynthia Lopes da Silva
(Organizadora)

Atena
Editora
Ano 2021





EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: novos olhares

Cynthia Lopes da Silva
(Organizadora)

Atena
Editora
Ano 2021



Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira

Assistente editorial

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Camila Alves de Cremo

Daphynny Pamplona

Gabriel Motomu Teshima

Luiza Alves Batista

Natália Sandrini de Azevedo

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

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.

Open access publication by Atena Editora



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 Biológicas e da Saúde**

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

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

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

Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí

Profª Drª 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
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Profª Drª 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
Profª Drª 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
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federacão 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
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Educação física, lazer e saúde: novos olhares

Diagramação: Camila Alves de Cremo
Correção: Maiara Ferreira
Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: Os autores
Organizadora: Cinthia Lopes da Silva

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E24 Educação física, lazer e saúde: novos olhares /
Organizadora Cinthia Lopes da Silva. – Ponta Grossa -
PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-623-9

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.239212211>

1. Educação física. 2. Saúde. I. Silva, Cinthia Lopes da
(Organizadora). 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; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, desta forma não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

APRESENTAÇÃO

A coleção “Educação Física, lazer e saúde: novos olhares” é uma obra que tem como foco principal a discussão científica por intermédio de trabalhos diversos que compõem seus capítulos. O volume abordará de forma categorizada trabalhos que tratam de temas relacionados a revisão de conceitos de Educação Física, lazer e saúde; atividades físicas em escolares e suas relações com a saúde e educação; jogo; atividade física e qualidade de vida para grupos de idosos e atividade física em estudos específicos desse último grupo populacional.

Trata-se de uma obra que traz trabalhos resultados de pesquisa e reflexões de pesquisadores e estudiosos de várias localidades do Brasil e do exterior com uma obra originária do México, escrita no idioma espanhol. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à pluralidade de discursos e referenciais, provenientes das Ciências Biológicas e Ciências Sociais e Humanas que são norte para o desenvolvimento de pesquisas relacionadas ao tema de uma obra que é inter e multidisciplinar, utilizando para isso métodos e técnicas específicos.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos aqui com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e doutores e todos aqueles que de alguma forma se interessam pelo estudo da Educação Física, lazer e saúde de modo inter e multidisciplinar.

A obra “Educação Física, lazer e saúde: novos olhares” apresenta temas diversos e produções científicas de professores e acadêmicos que arduamente desenvolveram seus trabalhos que aqui serão apresentados de maneira concisa e didática. Sabemos o quão importante é a divulgação científica, por isso evidenciamos também a estrutura da Atena Editora capaz de oferecer uma plataforma consolidada e confiável para estes pesquisadores exporem e divulguem seus resultados.

Cinthia Lopes da Silva

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: REVENDO CONCEITOS

Cinthia Lopes da Silva

Emerson Luís Velozo

Naiara de Paula Ferreira Nóbilo

Rosiane Pillon

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122111>

CAPÍTULO 2..... 12

LA RELEVANCIA EXISTENCIAL DEL JUEGO Y LA PRÁCTICA DEL DEPORTE: JUEGO, LUEGO EXISTO

Mafaldo Maza Dueñas

Vanessa García González

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122112>

CAPÍTULO 3..... 23

INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLARES: UMA ABORDAGEM BASEADA NO CONHECIMENTO CORPORAL E TROCA DE SABERES ENTRE SAÚDE E EDUCAÇÃO

Júlia Barbosa Ferraz Vilela

Vivian de Oliveira Sousa Corrêa

João Pedro Vaz de Lima

Lauanny Merence Fernandes

Daniel Carneiro Soares

Lara Satler Cosmo de Resende

Bruno Sant' Ana Costa

Max Martins da Silva

Josué Natã Sampaio Monteiro

Fernanda Lopes De Paula

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122113>

CAPÍTULO 4..... 36

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS PARTICIPANTES E NÃO PARTICIPANTES DE GRUPOS EM UMA USF EM RECIFE

Gustavo Willames Pimentel Barros

Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Juliana Maria Barros Silva

Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira

Ana Célia Oliveira dos Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122114>

CAPÍTULO 5..... 45

ATIVIDADES FÍSICAS VOLTADAS PARA O PÚBLICO IDOSO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Pedro Carlos Silva de Aquino

Francivaldo da Silva
Naerton José Xavier Isidoro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122115>

CAPÍTULO 6..... 53

NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM IDOSAS INICIANTES AO PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO MULTICOMPONENTE A PARTIR DO TESTE DE SENTAR E ALCANÇAR DE WELLS

Carolina Burian Parpinelli
Raquel Miriane Ferreira
Lucas Adenilson Lira
Celso Luiz Bastos
Clóe Celentano
Vagner Borges de Souza
Paula Piola Sanches
Mauricio Pires de Araújo
Fabio Amorim Moreno
Fábio Rodrigo Ferreira Gomes
Marcos Rodolfo Ramos Paunsknis
Frank Shiguemitsu Suzuki

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122116>

SOBRE A ORGANIZADORA..... 62

ÍNDICE REMISSIVO..... 63

CAPÍTULO 1

EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: REVENDO CONCEITOS

Data de aceite: 01/11/2021

Data de submissão: 31/08/2021

Cinthia Lopes da Silva

Universidade Metodista de Piracicaba,
Programas de Pós-graduação em Educação e
Ciências do Movimento Humano
Piracicaba, São Paulo
<https://orcid.org/0000-0002-7979-0337>

Emerson Luís Velozo

Universidade do Centro-Oeste, Programa de
Pós-graduação em Educação
Itati, Paraná
<http://orcid.org/0000-0001-6816-4456>

Naiara de Paula Ferreira Nóbilo

Universidade Metodista de Piracicaba,
Graduanda em Direito, bolsista de Iniciação
Científica – CNPq
<https://orcid.org/0000-0003-0937-6330>

Rosiane Pillon

Universidade Metodista de Piracicaba,
Mestranda em Ciências do Movimento
Humano, bolsista CAPES
<https://orcid.org/0000-0002-3855-9913>

RESUMO: Em decorrência do alta taxa de pessoas que não realizam as práticas corporais no Brasil e de uma visão biologizada e funcionalista presente nas áreas da Educação Física e lazer, respectivamente, com relação à saúde, temos como objetivo deste trabalho apresentar argumentos que indicam a necessidade de

revisão de conceitos no campo acadêmico e também no âmbito das políticas públicas acerca da relação Educação Física, lazer e saúde. Como procedimentos metodológicos trata-se de um trabalho de revisão de literatura, de natureza qualitativa. Como resultados conclui-se que é fundamental a revisão de conceitos acerca do tema investigado e de uma ação efetiva por parte dos profissionais de Educação Físicas e das políticas públicas de saúde, esporte e lazer.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física, Lazer, Saúde, Práticas corporais, Cultura.

PHYSICAL EDUCATION, LEISURE AND HEALTH: REVIEWING CONCEPTS

ABSTRACT: Due to the high rate of people who do not perform bodily practices in Brazil and a biologized and functionalist view present in the areas of Physical Education and leisure, respectively, in relation to health, this paper aims to present arguments that indicate the need for review of concepts in the academic field and within the scope of public policies regarding the relationship between Physical Education, leisure and health. As methodological procedures, it is a literature review work, of a qualitative nature. As a result, it is concluded that it is essential to review concepts about the investigated topic and an effective action by Physical Education professionals and public health, sport and leisure policies.

KEYWORDS: Physical Education, Leisure, Health, Body practices, Culture.

INTRODUÇÃO: APRESENTANDO O PROBLEMA

Historicamente o Brasil tem uma taxa elevada de pessoas que não realizam nenhum tipo de prática corporal (luta, ginástica, jogo, dança, esporte). Isso é o que indica uma pesquisa desenvolvida pelo governo brasileiro com dados de 2013, sobre práticas esportivas e atividades físicas. Ao todo, foram realizadas 8.902 entrevistas com pessoas de 14 a 75 anos e o estudo aponta que as pessoas que mais praticam esportes e atividades físicas no Brasil são homens jovens (BRASIL, 2017). Outros estudos apresentam dados de mulheres, sendo que em decorrência das obrigações sociais elas possuem pouco tempo disponível e há um distanciamento entre o que gostariam de fazer como atividade do contexto do lazer e o que realmente fazem (BONALUME e ISAYAMA, 2018). Apesar desse quadro desigual de dados sobre homens e mulheres que realizam as práticas corporais, tais práticas são parte das opções de atividades do âmbito do lazer e este último é um direito social. Assim, é um dever do estado contribuir com condições para que as práticas corporais no contexto do lazer sejam acessíveis às pessoas, dentre outras atividades e conteúdos do lazer. No entanto, quando buscamos dados sobre as políticas públicas no Brasil vemos que há poucas iniciativas concretas de planejamento, realização e avaliação de políticas públicas de lazer no Brasil de um modo geral, sobretudo, do entendimento que se tem de lazer, sendo frequentes visões de lazer compensatório e funcionalista que se concretizam a partir de discursos como “ocupar o tempo disponível das pessoas”, “tirar as crianças da rua”, “contribuir para a paz social”, dentre outros (MARCELLINO et al, 2007).

O problema de saúde pública de Covid-19 que está em processo desde o início do ano de 2020 tem trazido implicações para a realização das práticas corporais por parte dos sujeitos. Em pesquisa realizada por Silva et al (2020) há dados de que uma parcela das pessoas que já realizavam tais práticas antes da pandemia de Covid-19, por exemplo, continuam praticando atividades ao ar livre ou em casa, de um modo alternativo. No entanto, as medidas de isolamento social têm tido oscilações desde 2020, ora sendo mais rigorosas ora mais flexíveis, a depender do monitoramento do problema de saúde e de leitos de UTI nos hospitais e essas normas alertam para a necessidade de precaução e cuidado das pessoas, gerando a situação de recomendação para as pessoas não saírem de casa. Assim, aquelas pessoas que já não realizavam práticas corporais diante deste quadro de pandemia de Covid-19 talvez se sintam muito pouco motivadas a iniciarem tais práticas.

O isolamento social é uma atitude reconhecidamente importante como forma de contenção dos índices de contágio pelo coronavírus, mas acaba gerando problemas de diferentes ordens para as pessoas. Segundo Mauch et al (2020), os principais são o aumento do nível de estresse e ansiedade que afetam também pessoas consideradas pela literatura como saudáveis. Ao considerar a situação atual de pandemia de Covid-19, alguns estudos como o de Carvalho (2001, p.14) são úteis ao proporem um conceito de saúde apoiado em bases das humanidades em que se considera as influências e condições de

vida que afetam as pessoas:

(...) as condições de vida, de modo geral, e, em particular, ter acesso a trabalho, serviços de saúde, moradia, alimentação, lazer conquistados – por direito ou por interesse – ao longo da vida. Tem saúde quem tem condições de optar na vida. A saúde está diretamente relacionada com as escolhas que não se restringem tão-somente a poder escolher este ou aquele trabalho, realizar-se pessoal e profissionalmente com ele, morar dignamente, comer, relaxar e poder proporcionar condições de vida para os mais próximos, mas também conseguir viver dignamente com base em valores que não predominam em uma sociedade como a brasileira – excludente, individualista, competitiva, consumista. Todos esses são elementos que determinam a nossa saúde que não é só física, mental ou emocional. É tudo junto, ao mesmo tempo! Pensar na saúde do Homem é considerá-lo como ser político – cidadão – e ético – profissional.

Como pode-se ver a saúde depende de uma série de fatores e condições que incluem as políticas públicas, a garantia de direitos sociais e de uma vida digna aos sujeitos. As práticas corporais em si não são suficientes para garantir saúde às pessoas, até porque a saúde não pode ser dada, talvez seja possível se pensar que a saúde envolve uma conquista individual e coletiva.

Tradicionalmente a área de Educação Física tem legitimado a relação atividade física e saúde sem considerar o contexto, as condições para isso e, sobretudo, quem está realizando as práticas corporais. Por outro, uma visão funcionalista do lazer considera a relação lazer e saúde como uma forma de equilíbrio entre as obrigações sociais. Assim, muitas vezes as orientações da área de Educação Física são no sentido impositivo de realização das atividades físicas como meios para se obter saúde, considerando somente o fator biológico. Por outro lado, o lazer visto a partir de uma visão funcionalista incentiva as pessoas a realizarem as práticas corporais como um meio para se manter o equilíbrio entre as atividades obrigatórias e não obrigatórias, passando a ser mais uma condição para que se mantenha a rotina de obrigações, principalmente do trabalho do que, de fato, ser efetivamente um tempo para os sujeitos fazerem suas opções com relação às atividades do contexto do lazer.

Diante desse dilema e tradição tanto da área da Educação Física como do lazer, vamos aprofundar nossos argumentos, a partir da análise das relações – 1) Educação Física e saúde, 2) O discurso da atividade física e saúde, 3) Educação Física, práticas corporais e saúde e 4) lazer, práticas corporais e saúde. Na expectativa de produção de conhecimentos visando uma ação efetiva do profissional de Educação Física e das políticas de saúde, esporte e lazer.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Como procedimentos metodológicos trata-se de um trabalho de revisão de literatura, de natureza qualitativa e fundamentada em um referencial sociocultural. Os textos utilizados

foram lidos e debatidos em um grupo de pesquisa brasileiro ou indicado por seus membros, o critério para se ter as referências como base para a discussão foi o atendimento de quatro pontos que tivemos como focos para as análises: 1) Educação Física e saúde, 2) O discurso da atividade física e saúde, 3) Educação Física, práticas corporais e saúde e 4) lazer, práticas corporais e saúde.

Em relação ao tratamento das obras que foram referência para este trabalho, tivemos como base as diretrizes para leitura, análise e interpretação de textos, de acordo com Severino (2007). Essas diretrizes consistem em cinco fases: análise textual, análise temática, análise interpretativa, problematização e síntese pessoal.

RESULTADOS E ANÁLISES

EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE

A Educação Física no Brasil, logo em seu início, assumiu uma inclinação higienista, ao cultivar, como um dos seus princípios hegemônicos, a ideia de que o seu papel consiste na contribuição para a saúde da população. Ghiraldelli Júnior (2001) sustenta que a tendência higienista, fruto de um ideário liberal, é predominante no período de 1889 a 1930 e defende que a educação poderia resolver o problema de saúde pública, cabendo à Educação Física formar indivíduos fortes e dispostos à ação. Um problema particularmente importante desta tendência é o seu caráter individualizante, pois concebe a ação da Educação Física sobre a aquisição e manutenção da saúde individual. Nela, o indivíduo passa a ser visto como o responsável pela sua saúde, independente das condições sociais, culturais e econômicas envolvidas.

Contemporaneamente, este conjunto de ideais pode ser observado na noção de *salutismo*, e continua presente nos discursos e práticas da área.

Do meu ponto de vista, a ideologia do salutismo faz referência à preocupação desmesurada pela saúde e a crença de que a saúde se consegue mediante esforço individual, da disciplina e das condutas diárias, ignorando outros fatores sociais, culturais, econômicos, políticos e ambientais que condicionam a vida das pessoas (DEVÍS, 2005, p.374).

No plano das políticas para formação profissional, as Diretrizes Curriculares Nacionais dos Cursos de Graduação em Educação Física (BRASIL, 2018) associam a Educação Física, objetivamente, ao campo da saúde, entre outros, como o da educação, do lazer e da cultura, do esporte e do rendimento. A saúde é mencionada como “campo”, “setor”, “eixo”, “sistema”, etc. As diretrizes também falam em “campos da prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde”. Na referida normativa, existe ênfase à saúde nas orientações sobre a formação específica do Bacharel, o que não ocorre nas orientações sobre a formação do Licenciado. Isso aponta para uma formação dicotômica e fragmentada no tratamento das relações entre Educação Física e saúde.

O DISCURSO DA ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

No plano geral das representações comuns, quando se fala em Educação Física e saúde, a atividade física aparece como expressão hegemônica como o modo de se promover a saúde do indivíduo ou da população. Constrói-se, desta forma, a seguinte equação: atividade física/exercício físico = aptidão física/condicionamento físico = saúde. Esta representação de Educação Física como promotora de atividade física, de aptidão física e de saúde aparece especialmente atrelada à ideia de prevenção de doenças crônico-degenerativas. No plano conceitual, atividade física relaciona-se com a especificidade do campo das ciências biológicas, uma vez que é definida como movimento corporal com gasto energético superior ao apresentado em situação de repouso. Apresentamos a seguir alguns problemas desta perspectiva, lembrando que os mesmos acabam se reproduzindo no recém publicado Guia Brasileiro de Atividade Física (BRASIL, 2021).

Sustentada por um reducionismo físico e biológico, esta concepção produz a naturalização da ideia de que qualquer atividade física se constitui como ação que promove saúde e acaba legitimando a ausência de tempos e espaços específicos para a realização de atividades corporais intencionais e orientadas. Produz um tipo de discurso de otimização das tarefas e ações humanas, ao considerar que se faz atividade física nos processos que não se destinam objetivamente para este fim, como deslocamento, trabalho e realização de tarefas domésticas. Este tipo de visão é comum nos discursos que primam, por exemplo, por 30 minutos de atividade física diária para manutenção dos níveis satisfatórios de saúde, independente da natureza desta atividade.

A ideia de que todo movimento corporal realizado pelo ser humano quando não está em repouso pode ser considerado atividade física que promove saúde pode se revelar como um problema, pois justifica que o mero trabalho doméstico e o exercício laboral remunerado sejam concebidos e legitimados como suficientes para se promover saúde, prescindindo assim, da necessidade de políticas, programas e projetos específicos e intencionais focados na construção de vida saudável. Isso contribui para uma espécie de romantização da falta de acesso às práticas corporais intencionais e orientadas, que constituem bens culturais tratados pela Educação Física.

Quando, por exemplo, se considera como atividade física promotora de saúde as tarefas cotidianas realizadas no âmbito do trabalho, negligencia-se o fato de que em nosso país ainda persiste o trabalho precarizado, que expõe os sujeitos à formas inumanas de labor, que envolvem a exploração de sua força física e a insalubridade. Com isso, perde-se a oportunidade de focar em atividades intencionais e orientadas, realizadas no tempo disponível, possibilitadas por projetos e programas fomentados por políticas públicas responsáveis e adequadas.

Essa indistinção e generalização da noção de atividade física confunde a temporalidade da esfera do trabalho com a do não trabalho. É nesta última esfera que

surge o denominado tempo livre ou tempo disponível para atividades do contexto do lazer, com maior potencialidade para a realização de práticas conscientemente orientadas para o cuidado da saúde, para o cuidado de si. Além disso, conforme afirmou Bracht (2005), a Educação Física se vincula às práticas corporais de movimento realizadas no âmbito do mundo do não trabalho. Exclui-se, portanto, aquelas vinculadas ao trabalho e à reprodução. A distinção destas esferas é importante para fortalecer o movimento de luta por políticas, programas e projetos que incluam as práticas corporais na vida da população, de modo mais próximo ao que define o artigo 196 da Constituição da República Federativa do Brasil, de 1988: “A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação” (BRASIL, 1988).

Essa ideia genérica de atividade física não chega sequer ao conceito, também biologicamente orientado, de exercício físico, que considera as atividades organizadas sistematizadas e orientadas para o propósito de melhoria das condições físicas dos indivíduos. Por sua vinculação com uma epistemologia biologicista, mesmo quando avança para o conceito de exercício físico, esta perspectiva não consegue incorporar os elementos sociais, culturais e econômicos que envolvem as atividades corporais. Assim, ela não agrega problematizações no plano das intencionalidades individuais e subjetivas, das simbologias sociais e culturais e nem das determinações materiais e objetivas que possibilitam ou não a sua realização.

Portanto, a concepção hegemônica de saúde no campo da Educação Física, sustentada pela noção de atividade física, ainda parece ser a do corpo-máquina, corpo motor que é pensado quase exclusivamente em termos de eficiência mecânica (visão funcionalista), revelada pelo corpo normal, apto, destro e eficiente. Nesta concepção há invisibilidade das dimensões subjetivas e das intencionalidades vinculadas às práticas corporais, aos seus sentidos e significados sociais e ainda às questões objetivas, como as condições materiais necessárias para o desenvolvimento de tais práticas. A consideração da atividade física como algo meramente natural do humano consiste, portanto, numa perspectiva conservadora. A atividade física deveria ser considerada como um conjunto de práticas e saberes cientificamente sustentados e não como uma mera atividade que possui gasto energético maior que aquele apresentado em situação de repouso.

EDUCAÇÃO FÍSICA, PRÁTICAS CORPORAIS E SAÚDE

Como forma alternativa ao conceito de atividade física – fundamentado nas bases das ciências biológicas e exatas –, pesquisadores do campo da Educação Física que se aproximam das ciências humanas e sociais, começam a utilizar a expressão “práticas corporais” (LAZZAROTTI FILHO, 2010). Um dado importante constatado pelos autores é

que o termo “práticas corporais” também aparece associado à noção de técnicas corporais, no sentido apresentado por Marcel Mauss – definida como as formas pelas quais as diferentes sociedades fazem usos de seus corpos. Isso mostra uma tentativa de ampliar a noção de uso do corpo. Com base nessa perspectiva, a expressão práticas corporais tem sido utilizada para designar, de maneira mais abrangente, o conteúdo das ações corporais humanas, de forma a não reduzi-las às naturalizações biológicas tão tradicionais na área, mas incorporar elementos provenientes das esferas social, cultural e econômica para análise deste tipo de prática.

Como observou Mauss (2003), as técnicas corporais são as formas pelas quais cada sociedade faz usos do corpo. Essas técnicas, como toda atividade humana, requerem um tríptico ponto de vista: biológico, psicológico e social, ou seja, o ponto de vista do “homem total”. O corpo passa a ser visto numa perspectiva mais abrangente, incluindo aspectos biológicos, psicológicos, sociais, rituais, econômicos etc. Se as técnicas do corpo são construídas socialmente, como apresenta Mauss (2003), as técnicas de cuidado com a saúde também o são. Frente a isso, a relação estabelecida entre a Educação Física e a saúde requer um olhar interdisciplinar.

Se o corpo depende dos modelos de sociedade, uma vez que as técnicas corporais são definidas socialmente, também é possível estender esta compreensão para o campo da saúde e afirmar que cada sociedade utiliza um conjunto técnicas de saúde, ou seja, um conjunto de saberes organizados socialmente para dar conta de suas necessidades de saúde. Essas necessidades não podem ser entendidas como meramente naturais, mas também como produções da própria Cultura. Saúde, portanto, é uma noção ampla e complexa e requer um olhar atento para natureza biológica, social, cultural e econômica nela envolvida. Nesse sentido, é necessária a adoção de uma noção de saúde cujos conhecimentos que a fundamentem superem a visão biocientista.

Na sociedade ocidental e mercantil moderna parte significativa das técnicas relacionadas à saúde são oferecidas como mercadorias, ou seja, como produtos e serviços conectados com os padrões de consumo, atendendo a lógica do capital. Nesse sentido cabe, cada vez mais, ressaltar o resistente papel do sistema de saúde pública e das políticas públicas no estabelecimento de medidas que proporcionem o acesso à saúde pela totalidade de sua população. Saúde e Educação Física não podem, portanto, serem concebidas como meros produtos ou mercadorias.

LAZER, PRÁTICAS CORPORAIS E SAÚDE

O lazer é considerado um direito social, regulamentado na constituição de 1988 e deve ser reivindicado em ações por partes das políticas públicas. Quando trabalhado em suas diversas esferas, traz à população desenvolvimento pessoal, possibilitando que os indivíduos se tornem pessoas mais críticas (MARCELLINO, 2011).

Quando nos referimos à saúde - componente de vida conceituada (e internalizada) a partir do contexto político, econômico e sociocultural de determinada época (SCLIAR, 2007) -, percorremos um caminho histórico desde sua concepção biologicista e reducionista (saúde como ausência de doença), até sua aproximação do conceito de lazer, ao partir da definição ampliada da Organização Mundial de Saúde (OMS) na Carta de Ottawa, com seu conceito positivo.

Embora considerada bem elaborada à época, nos dias atuais, a superação do conceito de saúde da OMS é impositiva, vez que a coloca em um patamar inatingível: como é possível se obter um estado de completo bem-estar físico, psíquico e social? Ademais, a compartimentalização do indivíduo está na contramão dos esforços das últimas décadas para a compreensão do ser humano como um ser holístico e integral.

Este reducionismo biomédico, que privilegia os determinantes biológicos em detrimento dos sociais, busca uma relação de causalidade linear de saúde-doença (TESSER et al, 1998), dissociando os próprios indivíduos de suas experiências de saúde e reforçando as crenças advindas da medicalização e da super intervenção - insuficientes, diga-se, para a verdadeira e almejada promoção de saúde.

A superação do binômio saúde-doença como conceito mutuamente auto excludente de saúde, possibilita o olhar mais acurado para a complexidade dos sujeitos, enquanto seres-produtos e produtores das situações congruentes às suas próprias saúdes.

Nesse sentido, Carvalho (2001) considera o conceito de saúde mais abrangente do que apenas a questão biológica. Para a autora, saúde está relacionada também com as condições em que as pessoas vivem, se elas possuem um trabalho e se elas têm acesso ao lazer. Essa afirmação também se correlaciona com o estudo de Batista et al (2012), no qual os autores afirmam que o conceito de saúde não está apenas ligado com a questão física, biológica, ou mesmo com a ausência de doença.

Não obstante, o postulado da promoção da saúde defendido na Carta de Ottawa, ao considerá-la como resultado de seus inúmeros determinantes, enfatizando, para além da visão sobre os determinantes sociais, mudanças no estilo de vida e protagonismo do indivíduo e de sua rede a partir da mobilização de recursos institucionais e comunitários, aproxima a saúde da prática de atividades no contexto do lazer.

Isto porque o lazer se apresenta como uma “ocupação humana que oferece realização pessoal” (SANTOS, 2021), uma vez que depende da própria escolha e interesse individuais (MARTINELLI, 2011; SANTANA et al., 2014) a partir de uma visão ampliada para o desenvolvimento de atividades físico-esportivas, artísticas, manuais, intelectuais e até mesmo sociais (SCHWARTZ, 2003).

Sendo o conceito de lazer amplo, o mesmo deve ser trabalhado não visando apenas ao funcionalismo, mas também por meio dos outros conteúdos, como os jogos e brincadeiras.

Segundo Mendes e Medeiros (2008), por meio das práticas corporais os sujeitos

se tornam pessoas mais desenvolvidas, uma vez que adquirem um autoconhecimento. Importante ressaltar, ainda, que essas práticas acontecem muitas vezes nos momentos de tempo disponível dos sujeitos, ou até mesmo no decorrer da educação para o lazer.

A aspiração da maioria das pessoas pelo lazer, como fonte de prazer, de liberdade e de promoção da saúde (DUMAZEDIER, 2000) em detrimento do sofrimento e estresse a que são submetidas dia a dia, evidencia a necessidade de um olhar mais acurado para este componente da saúde, em sua percepção ampliada. Ademais, basta analisarmos os pêndulos cansaço/repouso, aborrecimento/diversão e especialização laboral/desenvolvimento intencional das capacidades corporais e espirituais (ROLIN, 1989), para compreendermos a perspectiva psicossocial do lazer como instrumento indissociável para a concretude da saúde humana □ e não meramente um fim em si mesmo.

Sua importância no contexto de vida é tamanha, que, superando o dogmatismo teórico, até mesmo a Carta Magna do nosso ordenamento jurídico, o contempla como um direito social. Isto significa que o direito ao lazer, por força de lei, tem (ou deveria ter) aplicabilidade imediata, vez que diz respeito à dignidade da pessoa humana e tem reflexos diretos em toda a sociedade.

Também como produto da nossa Constituição, surge o Sistema Único de Saúde (SUS). Resultado de um longo processo de lutas pela redemocratização a partir do movimento sanitário brasileiro no final do último século, estabelece a reestruturação dos modelos de assistência à saúde visando a superação da dicotomia entre curativismo e preventivismo, possibilitando a implementação de um modelo assistencial baseado na integralidade e na vigilância em saúde, com foco na comunidade e na inserção do indivíduo como agente ativo de suas vivências para uma adequada qualidade de vida e visão de saúde multideterminada.

Nesse sentido, para Bacheladenski e Júnior (2010), a prática de atividades físicas/práticas corporais não deve ser realizada apenas objetivando a prevenção de doenças ou para ter uma vida mais ativa, mas sim para ter, como foco principal, a possibilidade dos praticantes tornarem-se indivíduos mais autônomos. Esse é o papel do lazer na promoção da saúde, tornar esses praticantes críticos e criativos, oportunizando-os tomadas de decisão baseadas em boas escolhas para suas vidas.

De tal sorte, torna-se necessário instituir ações que estimulem e capacitem os indivíduos para a prática de atividades no contexto do lazer, definindo, inclusive, agendas de políticas públicas de saúde para uma ação institucionalizada deste lazer, integrando os diversos atores do cenário, como estratégia para a conquista da almejada promoção da saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fim de apontarmos as considerações finais deste capítulo, sistematizamos alguns

aspectos a serem superados pela Educação Física em sua relação com a saúde, no sentido de fomentar ideias e iniciativas que defendam o acesso à saúde e à fruição das práticas corporais como direitos humanos: a visão biologicista de saúde, ainda presente no campo da Educação Física, sobretudo orientada pela perspectiva da atividade física; a perspectiva individualizante de saúde, centrada predominantemente na ideia de responsabilidade individual, no caminho de uma visão mais social e coletiva da noção de saúde; a desvinculação da saúde como um problema coletivo, social e público; e a negligência em relação aos preceitos da Constituição Federal Brasileira que a define como direito de todos e dever do Estado.

Torna-se, ainda necessário, instituir ações que estimulem e capacitem os indivíduos para a prática de atividades no contexto do lazer, definindo, inclusive, agendas de políticas públicas de saúde para uma ação institucionalizada deste lazer, integrando os diversos atores do cenário, como estratégia para a conquista da almejada promoção da saúde.

REFERÊNCIAS

BACHELADENSKI, M. S.; JÚNIOR, E. M. Contribuições do campo crítico do lazer para a promoção de saúde. **Rev. Ciência & Saúde Coletiva**, v.15, n.5, p.2569-2579, 2010.

BATISTA, J. C.; RIBEIRO, O. C. F.; JUNIOR, P. C. N. Lazer e promoção de saúde: uma aproximação conveniente. **Licere**, v.15, n.2, p.1-16, 2012.

BONALUME, C. R.; ISAYAMA, H. As mulheres na pesquisa O Lazer do Brasileiro. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, v.5, n.1, p.3-24, 2018.

BRACHT, V. Cultura Corporal, Cultura de Movimento ou Cultura Corporal de Movimento? In: SOUZA JÚNIOR, M. **Educação Física Escolar: teoria e política curricular, saberes escolares e proposta pedagógica**. Recife: EDUPE, 2005. p. 97-106.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988.

BRASIL. A prática de esporte no Brasil. 2017. Disponível em: < <http://www.esporte.gov.br/diesporte/2.html> >. Acesso em 04 Dez 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

CARVALHO, Y. M. Atividade física e saúde: onde está e quem é o “sujeito” da relação? **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, v.22, n.2, p.9-21, 2001.

DEVÍS, J. D. Salutismo. In: Gonzalez, F. J, Fenterseifer, P. E. (orgs) **Dicionário crítico de Educação Física**. Ijuí: Ed. Unijuí, 2005.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e cultura popular**. 3ed. São Paulo: Perspectiva, 2000.

- GHIRALDELLI JÚNIOR, P. **Educação física progressista**: a pedagogia crítico-social dos conteúdos e a Educação Física brasileira. 7ed. São Paulo: Loyola, 2001.
- LAZZAROTTI FILHO, A. Et al. O termo práticas corporais na literatura científica brasileira e sua repercussão no campo da Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 01, p. 11-29, janeiro/março de 2010.
- MARCELLINO *et al.* **Espaços e equipamentos da Lazer em Região Metropolitana**: o caso da RMC – Região Metropolitana de Campinas. Curitiba, PR: OPUS, 2007.
- MARCELLINO, N. C. **Pedagogia da animação**. 10 ed. Campinas:Papirus, 2011.
- MARTINELLI, S. A. A Importância de atividades de lazer na terapia ocupacional. **Cad Bras Ter Ocup**, v.19, n.1, p.111-118, 2011.
- MAUCH, A. G. D. *et al.* A utilização das redes sociais digitais no cuidado psicossocial infantojuvenil, diante da Pandemia por Covid-19. **Health Residencies Journal (HRJ)**, v.1, n.2, 1-18, 2020.
- MAUSS, M. **Sociologia e antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2003.
- MENDES, M. I. B. S.; MEDEIROS, L. P. Interfaces entre saúde, lazer e educação: reflexões sobre práticas corporais. **Holos**, v.2, n.24, p.17-26, 2008.
- ROLIN, L. C. **Educação e Lazer**: a aprendizagem permanente. 1 ed. São Paulo: Ática, 1989.
- SANTANA, J. P. D et al. Trabalho e lazer: a busca por sentido dentro e fora do trabalho. **Rev Bras Ciênc Esp**, v.36, n.2, p.591-602, 2014.
- SANTOS, A. S. Lazer virtual e a pessoa idosa na pandemia da COVID-19 no contexto da atenção primária à saúde: criatividade interventiva. **Journal Health NPEPS**, v.6, n.1, p.e5465, 2021.
- SCHWARTZ, G. M. O conteúdo virtual do lazer - contemporizando Dumazedier. **LICERE**, v.6, n.2, p.23-31, 2003.
- SCLIAR, M. História do conceito de saúde. **Physis Rev Saúde Colet**, v. 17, n.1, p.29-41, 2007.
- SILVA, C. L. da; BERGAMO, L. G.; ANTUNES, D.; PATREZE, N. S. Os dias entre o teto e o chão da casa: lazer e práticas corporais no contexto brasileiro em tempos da Covid-19. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 57–92, 2020. DOI: 10.35699/2447-6218.2020.25111. Disponível em: < <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/2511> >1. Acesso em: 4 dez. 2020.
- SOUZA, N. B. S.; SILVA, T.D.; da Silva, I.L.V.; MENEZES, M.L. Centro de estudos em política e gestão do esporte e lazer: trajetória científica e perspectivas futuras. **Motrivivência**, v. 33, n. 64, p. 01-12, 2021.
- TESSER, C. D.; GARCIA, A. V.; ARGENTE, C. E.; VENDRUSCOLO, C. Concepções de promoção da saúde que permeiam o ideário de equipes da estratégia saúde da família da grande Florianópolis. **Rev Saúde Públ Santa Cat**, v.3, n.1, p.42-56, 2010.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Atividade física 3, 4, 5, 6, 10, 24, 25, 27, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 47, 51, 56, 61

C

Conceitos 1, 24, 30, 31, 43

Conhecimento corporal 23

Corpo 6, 7, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 62

Cultura 1, 4, 7, 10, 14, 62

D

Deporte 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

E

Educação 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 43, 44, 45, 47, 48, 49, 53, 61, 62

Educação Física 1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 36, 45, 47, 48, 49, 53, 61, 62

Escola 23, 24, 26, 27, 29, 30, 31, 33, 44, 53

Exercício físico 5, 6, 24, 38, 45, 53, 55, 56, 57

Exercício multicomponente 54

Existenciário 12, 14, 18

I

Idosas 34, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 53, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 61

Idoso 36, 37, 42, 43, 44, 45, 60

Instrumentos 39

J

Juego 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

Jugar 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21

L

Lazer 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 31, 49, 62

M

Método 33, 38, 56, 61

N

Nível de flexibilidade 53, 54, 55, 56, 57

P

Pesquisas 23, 37, 56, 62

População 4, 5, 6, 7, 10, 37, 38, 42, 47, 48, 49, 50, 54, 55, 58

Práticas corporais 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 31, 62

Q

Qualidade de vida 9, 27, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 55, 61

S

Saberes 6, 7, 10, 23, 27, 32, 34, 61

Saúde 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 23, 24, 25, 27, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 47, 49, 50, 51, 55, 61

T

Tecnologias digitais 45, 47

V

Vivir 12, 13, 16, 18, 19, 20, 21



EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE:

novos olhares

Atena
Editora
Ano 2021

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



EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE:

novos olhares

Atena
Editora
Ano 2021

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