

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência  
**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

## **EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM OLHAR SOBRE A SAÚDE<sup>1</sup>**

**Paulo Carlan<sup>2</sup>.**

<sup>1</sup> Trabalho de pesquisa numa disciplina do doutorado em educação física na UFSC

<sup>2</sup> Paulo Carlan professor do Curso de Educação Física da Unijui

**Resumo:** Este artigo tem como objetivo desvelar a compreensão que alunos do ensino médio de duas escolas privadas do município de Ijuí/RS têm a respeito de saúde a partir da educação física. Para o levantamento dos dados, optamos em utilizar a técnica qualitativa de pesquisa grupo focal onde elegemos os seguintes tópicos de referência para a coleta de dados: O que é saúde? O que é uma pessoa saudável? Como aparece a temática da saúde na disciplina da educação física na escola? Para a interpretação e a discussão dos dados fornecidos pelos grupos participantes optamos pelo método de análise de conteúdo. O estudo permite evidenciar que a compreensão inicial de saúde para os alunos do ensino médio está associada à prática de uma atividade física regular, uma alimentação saudável e ausência de doença.

**Palavras-chave:** Saúde, Educação Física Escolar, Autonomia, Grupo Focal.

### **1-INTRODUÇÃO**

O tema saúde sempre esteve vinculado à Educação Física escolar, seja como objetivo principal ou secundário. Independente das abordagens teóricas/correntes de seu desenvolvimento, a saúde não deixou de ser contemplada na sua estrutura pedagógica da Educação Física escolar ao longo da sua história. Da mesma forma que o tema saúde em sua forma de entendimento e intervenção modificou-se ao longo das últimas décadas, com a Educação Física escolar ocorreu o mesmo. Nessa perspectiva a educação física enquanto disciplina curricular se constituiu como uma prática cultural sendo essa mediada por uma intenção pedagógica. Nesse processo o professor deve oportunizar aos seus alunos experiências e aprendizagens de uma diversidade de conteúdos que compreende a cultura corporal de movimento que são os seguintes: esporte, jogo, ginástica, atividades rítmicas expressivas, lutas, atividades aquáticas e atividades na natureza. Estudos tem apontado que essa diversidade de conteúdos não tem sido contemplados nas aulas de educação física escolar, priorizando hegemonicamente os esportes. Diante desse contexto elegemos como nosso objetivo principal de investigação se conteúdo Saúde é contemplado nas aulas de educação física escolar e qual a compreensão que os alunos do ensino médio de duas escolas privadas do Município de Ijuí/RS, tem em relação as categorias Educação e Saúde.

### **2-O PROCESSO METODOLÓGICO E O PROCEDIMENTO DOS GRUPOS FOCALIS**

Optamos, para a análise dos dados qualitativos coletados, pela técnica de pesquisa denominada Grupo Focal, orientada pelo método de análise de conteúdo, sistematizado por Bardin (1979). Participaram desta pesquisa duas (2) escolas privadas do município de Ijuí/RS. A escolha das escolas para participar da pesquisa foi aleatória, porém a definição dos alunos participantes obedeceu ao seguinte critério: cada grupo focal constou de nove (9) alunos do ensino médio, sendo que estes foram representados por três (3) alunos do primeiro ano, três (3) alunos do segundo ano e três (3) alunos do terceiro ano. Para a escolha dos participantes do grupo focal era necessário que

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

os sujeitos da pesquisa deveriam estar matriculados no mínimo 5 anos na referida escola. Este critério propicia-nos uma dimensão mais longitudinal de informações.

Para a coleta dos dados, decidimos efetuar dois encontros com uma duração de duas horas cada encontro. Como estratégia de pesquisa grupo focal, elegemos duas questões que balizaram o debate, foram as seguintes: O que é saúde? O que é uma pessoa saudável ou que tenha saúde?

### 3- ANÁLISE DOS DADOS

A partir da leitura e análise de conteúdo dos debates dos dois grupos focais, constitui-se seis (6) categorias de análise que são as seguintes: O que é saúde?; Corpo e saúde; Saúde, prazer e gosto; Saúde e educação física escolar; Saúde e indivíduo; Saúde, políticas públicas e cidadania, que iremos expor a seguir.

#### O que é saúde?

Inicialmente, os dois grupos participantes, foram muito semelhantes na compreensão do que é ser uma pessoa saudável e destacaram dois comportamentos que determinam o conceito de saúde ou de uma pessoa saudável, que foi a adesão/aderência a uma atividade física regular, alimentação balanceada. Ter uma vida saudável é, para os dois grupos participantes, é ausência de doença, isto num primeiro momento da entrevista, mais tarde vamos perceber que este conceito foi se reconstruindo e se ampliando e complexificando.

Ser uma pessoa saudável é “possuir um organismo físico que funciona bem, às vezes a gente até tem uma gripe, mas isto é normal”, e continua a participante “eu pratico exercícios físicos, tenho uma boa alimentação, como verdura, frutas, não como frituras em excesso, me considero uma pessoa saudável “ (Água).

Segundo Aaron Antonovsky (1978 apud Oliveira, 2004, p.243) problematiza o tema saúde e doença, onde cunhou os termos patogênese que tem dominado a área médica, o modelo atual de doença e, também, o modelo de fator de risco. O segundo termo denominado por Antonovsky, é salutogênese (salus do latim = invencibilidade, bem-estar, algeia: gênese do grego=origem). Portanto o conceito salutogênese tem sido utilizada para trabalhar a visão de saúde em uma perspectiva muito mais ampla, visualizada e trata dentro das condições de resistências que todos nós possuímos e que podemos desenvolver ao longo de nossas vidas.

A partir do conceito de salutogênese Aaron criou o “modelo salutogenético da saúde” em que associou um grande número de constructos com a origem e manutenção de saúde. No centro deste modelo tem-se o que o autor denominou de Senso de Coerência. Na constituição do Senso de Coerência Antonovsky (1978 apud Oliveira, 2004, p.245), aponto três componentes compreensibilidade, e formado por experiências de consistência (estabilidade); a maleabilidade desenvolve-se por meio da experimentação pelas condições diárias e seu adequado equilíbrio para evitar pressões/tensões; e a significância é estimulada pela percepção de ter influência na formação das situações.

Percebe-se o entendimento dos grupos de participantes de que saúde é algo que se conquista, pois depende do sujeito que vai fazer sua opção e do grau de envolvimento na adesão ou não de comportamentos considerados saudáveis. Essa opção por uma vida saudável e ter saúde, para os grupos está diretamente relacionada pelas atitudes, hábitos e costumes de vida dos sujeitos, principalmente embasada na adesão a uma atividade física regular e uma alimentação adequada.

“Uma pessoa que não se cuida, que só come gordura, pessoas que não se alimentam corretamente, então não são pessoas saudáveis, não é só os gordos que não têm saúde, os magros também podem

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

não ter saúde, como os distúrbios alimentares, com bulimia, anorexia, que ocorre muitas vezes com as gurias”(Água) .

Na fala dos jovens dos dois grupos, foi possível identificar que eles têm consciência que determinados comportamentos sociais não são saudáveis, mas por outro lado explicitaram que são influenciados pelo grupo e que muitas vezes fazem coisas que sabem que não faz bem para a saúde. Apresentamos uma fala que expressa a compreensão que os jovens têm em relação a comportamentos sociais considerados não saudáveis. Para os dois grupos focais a educação para os hábitos e comportamentos saudáveis e comportamentos de risco devem ser discutidos na família, e mais, acreditam que a escola deveria discutir mais estas questões na sala de aula.

#### Corpo e Saúde

A questão do padrão de corpo e a relação com a saúde foi bastante destacada pelos dois grupos participantes, a busca por um padrão de estética acaba comprometendo a própria saúde dos jovens. O interessante foi perceber nos grupos que eles têm a consciência que este padrão de corpo ditado pela mídia e segmentos da sociedade é prejudicial para a saúde dessas jovens que procuram se adequar a tais exigências de “estética corporal”.

“O padrão que a sociedade impõe de um estereótipo de corpo e beleza, acaba dizendo quem é bonito e quem é feio” (Mar).

“A mídia, principalmente a TV e as revistas de moda definem um padrão de beleza, que nem é na verdade um corpo saudável” (Vênus).

Os participantes dos dois grupos demonstraram em suas falas com muita convicção e consciência que os padrões de beleza e de corpo são impostos pela indústria cultural, pela mídia, pela indústria da moda. Porém os jovens vivem num constante conflito pessoal e sofrem por isso, pois sabem que não vão atingir os padrões de beleza e corpo que na atualidade é a referência.

“Corpo saudável é ter o peso e um corpo que tu acha que é bom para ti, conforme tua altura, só que muitas vezes as outras pessoas não pensam assim de você e aí a gente sofre”(Júpiter).

“Às vezes a gente nem se importa com a questão do corpo, a gente acaba se preocupando mais com os outros, com que os outros vão dizer e vão achar do nosso corpo” (Plutão).

Para Couto (2001, p.41) a mídia, é uma das responsáveis pela difusão de um padrão de beleza, o que o autor denomina da “ditadura da beleza”, onde é substituída pela opção individual em perseguir o caráter mutante dos padrões de corpo, onde cada um deve cuidar de si mesmo, proteger seu corpo das doenças, do desgaste do tempo e construir uma aparência de vitalidade e longevidade. Este investimento na busca de um padrão de corpo e saúde converte-se segundo Couto, em valor primordial da excepcionalidade do potencial humano, na lógica da “felicidade” que está associada diretamente a lógica do mercado e do consumo.

#### Saúde, Prazer e Gosto

Nos dois grupos foi recorrente a relação das categorias prazer e gosto como fundamentais na aquisição de saúde. Destacamos aqui algumas das falas que expressam esse entendimento:

“A saúde vai além do que você faz, mexe com teu corpo, mexe com a mente, se vai fazer alguma coisa, faça algo que vai ser bom para sua mente” (Romã).

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

“Lá em casa a gente tem muito contato com a natureza, o pátio, os bichos, isto foi muito incentivado pelos meus pais, para mim, além disso, eles incentivaram ler, para mim saúde também é ter livros e ler” (Água).

Segundo Lovisolo (1997, p.92) é mediante da linguagem do gosto e do prazer, que expressamos nossa personalidade, o que expressa de alguma forma, nossa sensibilidade, os nossos sentimentos. Quando nossas escolhas são permeadas pelo prazer e gosto, o sentido das ações ganha o sentido da autoconstrução de autonomia e de liberdade, de formação do eu. Ao expressar os nossos gostos individuais, estamos criando um canal de uma aproximação com o coletivo, com nossos pares, ou seja, as opções do gosto individual e constroem as identidades coletivas.

Para Lovisolo (1997, p.92) quando nossas escolhas são permeadas pelo prazer e gosto, o sentido das ações ganha o sentido da autoconstrução de autonomia e de liberdade, de formação do eu. Para os dois grupos participante as categorias gosto e prazer foram citadas mais na perspectiva das escolhas das atividades físicas e das escolhas das amizades, que estas escolhas quando mediadas pelo gosto e prazer consideram um aspecto que determina a condição de saúde.

Saúde e Educação Física Escolar

A disciplina de educação física na escola, para os dois grupos de participantes, aparece como uma disciplina que tem a função de ampliar as experiências e aprendizagens corporais bem como seus conhecimentos teóricos.

“A educação física na escola cria o hábito de praticar esporte, tem gente que só faz as aulas de educação física na escola, então eu acho que a educação física pode desenvolver este hábito de se mexer, além disso, na escola trabalha-se não só a prática, mas os conceitos, o porquê estamos fazendo tal atividade física” (Videira).

Fica evidente que os conteúdos da educação física na escola têm o propósito de que além da experiência prática, exista a preocupação em desenvolver os conceitos das atividades vivenciadas, relacionando isto para a saúde e seus benefícios. Alguns participantes destacaram que despertaram para a adesão de uma atividade física regular pela influência e insistência dos pais.

O grupo focal 2 destacou que em relação a temática saúde é pouco abordado nas aulas de educação física. Para a compreensão dos alunos a saúde é tratada de forma indireta através do ensino e estímulo para as práticas dos esportes. Quanto aos conteúdos teóricos a educação física tem se restringindo ao ensino das regras, história e evolução dos esportes, não desenvolvendo conteúdos a respeito de forma mais específica e pontual sobre a saúde. A fala de uma participante do grupo focal 2 expressa esta situação.

“ Na outra escola que eu estudava, a gente aprendia sobre os desvios de coluna” (Figueira).

Para DEVIDE (2003. p.145), o professor de educação física escolar deve contextualizar os conteúdos, tornando o grupo de alunos crítico frente às suas condições de vida, discutindo os fatores relacionados as práticas corporais e sua influência na sua saúde, ampliando dessa forma o compromisso da educação física escolar como um “veículo” de educação para a saúde. Como poderia a escola e os componentes curriculares e especificamente a educação física escolar contribuir neste debate de saúde?

Apontaremos a seguir algumas possibilidades de esclarecimento dos sujeitos, em relação a temática saúde na educação física, para ser frutífero, entendemos que ela deva ter alguns pressupostos pedagógicos norteadores do processo ensino-aprendizagem:

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

- a) não vender ilusões, ajudar os alunos a compreenderem melhor o mundo em que vivem através da educação física;
- b) potencializar a autonomia e o esclarecimento dos alunos através do ensino na perspectiva da educação para a saúde;
- c) considerar que a saúde é um tema complexo e composto de múltiplos fatores (social, cultural, econômico, político, genético, psicológico);
- d) promover o debate e a consciência crítica dos alunos que enquanto cidadão (dimensão política) tem direito enquanto parte de um coletivo dos serviços públicos de saúde;
- e) potencializar na educação física escolar o debate reflexivo dos temas emergentes na sociedade que envolvam direta ou indiretamente temas que envolvam a saúde mediados por uma educação do esclarecimento/ autonomia;
- f) oportunizar na educação física escolar, para além da discussão teórica reflexiva, a experiência das práticas corporais, a experiência está intimamente vinculada ao conceito de racionalidade e consciência, a educação pela experiência corporal.

Nessa perspectiva acima exposto entendemos que o professor de educação física na escola deve contextualizar os conteúdos da educação física, tornando os alunos críticos frente às suas condições de vida, discutindo os diversos fatores relacionados as práticas corporais que influenciam na sua saúde.

#### Saúde e o Indivíduo

Foi possível identificarmos que, a ideia de saúde e vida saudável para os dois grupos focais é algo que pode ser conquistado pelo indivíduo, só depende de si próprio para almejar e ter um perfil de vida saudável, um estilo de vida mediado por comportamentos saudáveis. Basta as pessoas terem boa vontade, ter iniciativa, tomarem decisões saudáveis, isso significa um reducionismo da complexidade e dos múltiplos fatores que determinam um estado de saúde.

“Uma pessoa que não se cuida, que só come gordura, pessoa que não pratica atividade física, não é uma pessoa saudável” (Laranjeira).

Esta condição individual é uma condição construída histórica e socialmente. Segundo Fensterseifer (2007), o cidadão, que era uma categoria política que herdamos da modernidade, transforma-se em consumidor (categoria econômica). Para o autor, não falamos mais em direito do cidadão, mas em direito do consumidor, não lutamos mais para conquistar direitos, mas para ter acesso ao livre mercado, onde tudo está à venda, inclusive o estilo de vida, a qualidade de vida, a saúde, a felicidade, a prosperidade. É uma sociedade do consumo, e a indústria vai se resignificando seus produtos na lógica de potencializar o desejo, o sonho do consumo individual. Esta condição de consumista individual é uma condição construída histórica e socialmente.

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

Para Fensterseifer (2007), o cidadão, que era uma categoria política que herdamos da modernidade, transforma-se em consumidor (categoria econômica). Para o autor, não falamos mais em direito do cidadão, mas em direito do consumidor, não lutamos mais para conquistar direitos, mas para ter acesso ao livre mercado, onde tudo está à venda, inclusive o estilo de vida, a qualidade de vida, a saúde, a felicidade, a prosperidade. É uma sociedade do consumo, e a indústria vai se resignificando seus produtos na lógica de potencializar o desejo, o sonho do consumo individual.

Para Fensterseifer (2007), a educação física escolar pode e deve fazer um movimento no sentido de aproveitar o momento em que se está discutindo questões relativas à promoção de saúde, estilo de vida, qualidade de vida, prevenção de doenças, atividade física como promotora de saúde, e, ainda potencializando uma educação crítica.

**Saúde: Políticas Públicas e Cidadania**

Os participantes dos dois grupos expressaram que existem outros fatores para além da atividade física, alimentação balanceada, comportamentos saudáveis, estilo de vida que contribuem para a condição de saúde ou para o indivíduo ser uma pessoa saudável. Entre outros aspectos sociais, culturais e educacionais, destacaram a importância do cuidado que devemos ter com o ambiente natural.

“Não adianta as pessoas fazerem atividade física regularmente na escola e fora dela, se elas vivem em locais sem saneamento básico, esgoto, água potável, ela pode estar fisicamente saudável, mas ela pode pegar um monte de doenças, vai viver sempre no hospital, daí essa pessoa não é saudável” (Sol).

Compreender o trinômio Educação, Saúde e Cidadania no âmbito da escola passa por resgatar o sentido de sujeito enquanto um ser político, como diz Fensterseifer (2007), pois, segundo essa concepção nós perdemos esta condição e devemos reconquistá-la; para o autor, “atualmente nós não falamos mais em direitos do cidadão, mas em direito do consumidor, não lutamos mais para conquistar direitos, mas para ter acesso ao livre mercado”.

**Considerações Finais**

No decorrer desta pesquisa e após a análise e interpretação do texto, percebemos que o entendimento inicial de saúde para os dois grupos focais, estava vinculado ao binômio atividade física regular e alimentação, não reconhecendo os sociais, políticos, educacionais e culturais que interferem na concepção e nas ações de saúde. Desta forma identificamos uma marca comum no discurso dos dois grupos focais, que em geral estabelece uma relação de causa-efeito entre a prática corporais e ou as aulas de Educação Física, com o desenvolvimento de uma saúde plena.

Porém, no decorrer dos encontros, os debates e reflexões produzidas coletivamente mediado pelo pesquisador, a respeito da relação saúde, indivíduo, sociedade e as políticas pública, os sujeitos pesquisados foram adquirindo uma compreensão mais ampliada e crítica a respeito da temática. Reconhecendo a saúde como um direito do cidadão e que o mesmo também tem desenvolver a consciência para a promoção dos fatores de proteção da saúde, o que pode manter os sujeitos saudáveis, embora estando diariamente expostos aos fatores de risco, isso significa pensar uma concepção direcionada para a promoção da saúde ou seja a concepção salutogênica.

Isso significa que devemos conceber que a educação física escolar tem como um dos objetivos pensar a Educação para a saúde, onde

Parece-nos que falta à educação física escolar avançar na discussão a respeito de saúde, trabalhar mais na perspectiva conceitual, associando o ensino à pesquisa sobre o estilo de vida,

**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XXI Jornada de Pesquisa

comportamentos de risco, hábitos saudáveis e não-saudáveis, o universo das práticas corporais da cultura de movimento que podem e devem ser tematizadas, contextualizadas e ressignificadas enquanto formação educativa e formação cultural.