

PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS E INTEGRAIS PARA A SAÚDE PÚBLICA

CARNEIRO, Juliana Alves; BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro; MARCHI NETTO, Francisco Luiz de; AZEVEDO, Marília de Sá; COLAÇO, Jéssica Gabriela dos Santos; MAXIMIANO, Jean Mateus Ferreira; MELO, Raphael Sousa; SOUZA, Adriana Lélis de. Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Goiás. julianacarneiro77@hotmail.com

Palavras-Chave: Educação Física, Práticas Corporais, Saúde Pública, Saúde Coletiva.

A realização de atividades físicas como forma de promoção da saúde, sempre fizeram parte da prática da educação física. Nesse contexto, na maior parte dos casos, essas atividades são vistas pela perspectiva biológica e tem como expectativa a alteração e a melhoria de um ou mais componentes da aptidão física, entre os mais significativos estão a resistência aeróbia (VO_2), a flexibilidade, dos membros inferiores, a resistência muscular localizada e a força da musculatura abdominal e a composição corporal (McARDLE; KATCH; KATCH, 2003).

Assim sendo, a realização de atividades físicas e exercícios têm sido estimulados por diferentes pesquisadores, com objetivos diversos, entendendo que a sua realização se torna importante em diferentes espaços de intervenção.

A inserção na saúde pública se torna importante devido a uma série de fatores que poderiam ser listados aqui, entre os quais está a preocupação com o atendimento da população em unidades básicas de saúde em uma perspectiva ampliada. Ao se pensar nesta proposta, compreende-se que a mesma deva ser realizada na perspectiva da saúde coletiva, tendo em vista o fato de esta vertente da saúde estar vinculada à proposta de Reforma Sanitária iniciada no Brasil nos anos 1970 e que culmina com a criação do Sistema Único de Saúde – SUS, que tem como pressuposto o direito universal à saúde.

O presente projeto pretende discutir as contribuições das práticas corporais alternativas e integrais para a saúde pública. Destarte, o presente projeto tem como problema investigar “Como o professor de educação física pode contribuir com o desenvolvimento das práticas do Sistema Único de Saúde?”

Entre os objetivos propostos estão o Geral: Efetivar as ações da formação educacional/profissional em Educação Física através do ensino, pesquisa e intervenção com práticas corporais alternativas e integrais para promoção da Saúde Humana, prevenção e tratamento do processo saúde/doença do indivíduo e comunidade, que são usuários do serviço público de saúde, particularmente de Centros de Saúde Pública de Goiânia, Goiás. Entre os Específicos estão: 1) Ampliar o processo educativo da produção de ensino e pesquisa a partir das trocas de saberes e práticas científico/acadêmicas com a realidade das experiências e necessidades reconhecidas intervenção e atuação da Educação Física no Serviço Público de Saúde; 2) Promover a formação educacional do profissional de Educação Física comprometido com a cidadania e com a inclusão social; 3) Propiciar o vínculo e o compromisso social, transformador e inclusivo da UFG com a sociedade a partir da institucionalização da parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Goiânia/Serviço Público de Saúde; 4) Promover a interdisciplinaridade da formação/atuação e compromisso de um conceito de Saúde Coletiva construindo atitudes de melhoria das condições de vida; 5) Efetivar os benefícios e funcionalidade das práticas corporais no processo saúde/doença da população; 6) Ampliar a produção de conhecimento em saúde a partir do processo de formação e intervenção em saúde pública; 7) Elaborar e formatar novas e inovadoras teorias-metodológicas que fundamentem a intervenção e atuação da Educação Física a partir das práticas corporais para a saúde pública; 8) Contribuir na formulação e implementação de planos e políticas públicas de saúde para melhoria das condições de vida e saúde humana da população.

A Proposta de Percurso Metodológico.

O presente projeto de pesquisa que parte de um projeto de extensão se caracteriza por uma pesquisa ação A “[...] pesquisa-ação é uma forma de investigação-ação que utiliza técnicas de pesquisa consagradas para informar a ação que se decide tomar para melhorar a prática” (TRIPP, 2005, p. 447).

Para procurar efetivar as propostas, pretende-se desenvolver o projeto em algumas etapas, entre elas, a) o contato com a rede pública de saúde; b) O diagnóstico da população alvo; c) Intervenção por meio de práticas corporais; d) Avaliação final. Ao longo de todo o processo pretende-se realizar reuniões de

avaliação e levantamento de demandas, bem como, partir da realidade das práticas corporais de cada comunidade. A seguir serão apresentados alguns dados preliminares sobre a realidade encontrada até o momento.

Alguns Dados preliminares

Os dados a seguir são fruto de entrevistas estruturadas realizadas pela equipe do projeto, através de entrevista estruturada e do PAR-Q, um questionário auto-aplicável para identificar se as pessoas tem condições de realizar práticas corporais. A apresentação dos dados (perfil sócio-demográfico) se inicia na tabela 1.

Os dados da tabela 1 apresentam o perfil de sexo, faixa etária média da população estudada, bem como o peso, a altura e o Índice de Massa Corporal (IMC). Dois fatos se destacam. O primeiro referente à maior participação feminina no projeto, elemento este que vai ao encontro dos dados de Baptista (2001). Outro ponto de destaque é a faixa etária mais alta entre os homens, os quais apresentam inclusive maior nível de homogeneidade intragrupal (DP $\pm 7,78$ entre os homens e $\pm 13,44$ entre as mulheres).

Tabela 1:	Distribuição por Sexo, Faixa Etária em anos dos Participantes do Projeto									
	Sexo		Faixa Etária		Peso (Kg)		Altura (m)		IMC (Kg/m ²)	
	f	%	X	DP	X	DP	X	DP	X	DP
Feminino	22	81,48	55,00	13,44	66,73	3,39	1,57	0,05	27,16	0,07
Masculino	5	18,52	72,2	7,78	80,8	0,71	1,69	0,08	28,62	3,5
Total	27	100	58,19	13,44	69,33	3,39	1,59	0,05	27,43	0,07

Os dados relativos à composição corporal da população estudada, pode-se identificar um maior peso e altura por parte dos homens. Estes dados confirmam estudos na área das ciências biológicas, como os de McArdle, Katch e Katch (2003) que apresentam dados de maior peso e altura média entre os homens, quando comparados às mulheres. Todavia, apesar desse dado, todo o grupo analisado apresenta níveis de sobrepeso quando se observa o IMC (27,16 para as mulheres e 28,62 entre os homens). Sugere-se outras avaliações para identificar a composição corporal da população estudada.

Tabela 2:		Presença de Problemas de Saúde de Acordo com o Sexo Informado pelos Participantes do Projeto											
Problema	Feminino				Masculino				Total				
	N	%	S	%	N	%	S	%	N	%	S	%	
Cardíaco	20	90,91	2	9,09	5	100	0	0	25	92,59	2	7,41	
Circulatório	21	95,45	1	4,55	5	100	0	0	26	96,30	1	3,70	
Respiratório	21	95,45	1	4,55	5	100	0	0	26	96,30	1	3,70	
Hipertensão	11	50,00	1 1	50,0	1	20	4	80	12	44,44	15	55,56	
Diabetes	18	81,82	4	18,18	4	80	1	20	22	81,48	5	18,52	
Articulares	15	68,18	7	31,82	5	100	0	0	20	74,07	7	25,93	
Outros	13	59,09	9	40,91	2	40	3	60	15	55,56	12	44,44	
Medicação	7	31,82	1 5	68,18	2	40	3	60	9	33,33	18	66,67	
Mudou Peso	14	63,64	8	36,36	5	100	0	0	19	70,37	8	29,63	
Fuma	20	90,91	2	9,09	5	100	0	0	25	92,59	2	7,41	
Bebe	14	63,64	8	36,36	5	100	0	0	19	70,37	8	29,63	

Os dados da tabela 2 apresentam os problemas mais recorrentes dentro do grupo estudado a hipertensão (55,65%) do total, os problemas articulares com 25, 93% do total das pessoas entrevistadas. Outro fato a ser destacado é a presença de tabagismo e ingestão de bebida alcoólica apenas entre as mulheres.

Tabela 3:		Realização de Exercícios pelos Participantes do Projeto nos Últimos 6 Meses				
Sexo	Não	%	Sim	%	Total	%
Feminino	14	63,64	8	36,36	22	100
Masculino	4	80,00	1	20,00	5	100
Total	18	66,67	9	33,33	27	100,00

Na tabela 3 podemos perceber que as pessoas participantes do projeto são em sua maioria sedentárias, haja vista, o fato de as mesmas não terem participado de programas de exercícios nos últimos 6 meses (63,64% das mulheres e 80,00% dos homens). Alguns dados apresentados em outras pesquisas demonstram uma predominância do sedentarismo entre as mulheres, o que pode apresentar um perfil diferente para este grupo.

Em relação à tabela 4, um dado que se destaca em relação às respostas do PARQ é o fato de todas as pessoas envolvidas no projeto não estarem teoricamente aptas para realizar as atividades propostas no programa, tendo em

vista que todas elas responderam a, pelo menos, uma resposta como sim ao longo do questionário. Dessa forma, os dados apontam para o fato de o PARQ não ser um instrumento adequado para o público em questão, tendo em vista o fato de as pessoas participantes do projeto apresentar problemas de saúde prévios.

Tabela 4: Resultado das Respostas do PARQ dada pelos Participantes do Projeto												
Questão do PARQ	Feminino				Masculino				Total			
	N	%	S	%	N	%	S	%	N	%	S	%
1	20	90,91	2	9,09	5	100	0	0	25	92,59	2	7,41
2	20	90,91	2	9,09	5	100	0	0	25	92,59	2	7,41
3	15	68,18	7	31,82	5	100	0	0	20	74,07	7	25,93
4	18	81,82	4	18,18	4	80	1	20	22	81,48	5	18,52
5	21	95,45	1	4,55	4	80	1	20	26	96,30	1	3,70
6	12	54,55	10	45,45	2	40	3	60	14	51,85	13	48,15
7	22	100,0	0	0,00	5	100	0	0	27	100,0	0	0,00

Considerações Preliminares.

Como considerações preliminares, pode-se dizer que o processo de desenvolvimento das práticas corporais na saúde pública depende de novos olhares, para os quais, a aproximação com as ciências sociais, sem desconsiderar a importância dos conhecimentos das ciências biológicas na consolidação de uma intervenção de qualidade da educação física na saúde pública.

Referências

- BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro. **Procurando o lado escuro da lua:** implicações sociais da prática de atividades corporais realizadas por adultos em academias de ginástica de Goiânia. Dissertação (Mestrado em Educação) Goiânia: UFG, 2001, 201 p.
- MCARDLE, W. D., KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do Exercício:** Nutrição e Desempenho Humano. 5.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. **Educação e Pesquisa.** São Paulo, v. 31, n. 3, p. 443-466, set./dez. 200. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n3/a09v31n3.pdf>. Acesso em: 15/10/2010.