

HÁBITOS DE ATIVIDADE FÍSICA DE PROFESSORES DA PRÉ-ESCOLA
PERTENCENTES A REGIÃO METROPOLITANA DO TOCANTINS¹

LIFE HABITS OF PHYSICAL ACTIVITY IN PRE-SCHOOL TEACHERS
BELONGING TO THE METROPOLITAN REGION OF TOCANTINS

HÁBITOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DE MAESTROS DE LA PRE-
ESCUELA QUE PERTENECEN LA REGIÓN METROPOLITANA DEL
TOCANTINS

Gênesis Reis Sobrinho, Universidade Federal do Tocantins (UFT),

genesisreis96@gmail.com

Vitor Antonio Cerignoni Coelho, Universidade Federal do Tocantins (UFT),

v7coelho@yahoo.com.br

RESUMO

O estudo teve como objetivo verificar a prática de atividades físicas de professores que atuam em pré-escolas da região metropolitana do Tocantins, utilizando registros provenientes de um questionário sobre o cotidiano infantil 197 professores pertencentes a cinco municípios tocantinenses responderam sobre seus hábitos. Os resultados apontam para um percentual de 45% de professores que não destinam o seu tempo pessoal para prática de atividade física.

PALAVRAS-CHAVE: Atividade Física; Professores; Pré-Escola.

INTRODUÇÃO

O sedentarismo vem ocasionando mortes em todo o mundo, de maneira indireta, são morbidades que levam a disfunções ou ao óbito. A inatividade física cresce e não escolhe gênero ou idade, os hábitos inadequados de vida não cumprem o mínimo das determinações

¹ O presente trabalho contou com apoio financeiro da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES e do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica da Universidade Federal do Tocantins – PIBIC/UFT.

exigidas pela Organização Mundial da saúde (WHO, 2010). A atividade física é importante em todas as fases da vida, tanto no processo do desenvolvimento e da maturação das crianças quanto na manutenção dos declínios fisiológicos que a vida adulta apresenta (MARTINS, 2015).

As crianças possuem uma linguagem própria de seu meio social, sendo o movimento a base para essa comunicação. Mas as instituições de ensino se baseiam na imobilidade e seriedade, um reflexo de uma sociedade sedentária que sufoca a principal linguagem expressa na infância como seus gestos e movimentos. (SAYÃO, 2002).

O espaço escolar não reconhece essa espontaneidade, e as ações que ocorrem na pré-escola podem sofrer influências da formação e subjetividade dos professores, que podem possuir um comportamento inativo refletindo nas suas propostas pedagógicas, (EDUCAÇÃO, 2018).

Um dos fatores que levam a um comportamento ativo é a motivação que pode ser intrínseca ou extrínseca, sendo estas de grande influência na prática de atividades físicas. O ambiente exerce grande influência no comportamento dos sujeitos assim como as experiências passadas, sendo possíveis novos estímulos nas motivações para atingir objetivos, entendendo que o movimento surge de excitações de fora para dentro que liberta ou reprime movimentos, (MARTINS, 2015).

Há necessidade de políticas públicas que forneçam subsídio e respaldo aos professores, oferecendo-lhes melhores condições de trabalho em termos de infraestrutura, carga horária e remuneração salarial, assim possibilitando a ampliação de suas oportunidades de convívio social, lazer, cuidados com a saúde, aquisição de novos conhecimentos e habilidades, e segurança física (FOLLE; FARIAS, 2012, p.19).

O excesso de carga horária acaba sendo um empecilho para prática de atividades físicas, tornando-se um estímulo que reprime as possibilidades de lazer e cuidados com a saúde e com o próprio corpo, o que reflete em seu dia – dia, em seu trabalho e na vida social. Segundo Coelho (2017), a percepção dos professores quanto aos trabalhos voltados para o movimento corporal podem projetar as futuras ações pedagógicas no ambiente pré-escolar.

Tento em vista que o comportamento das crianças na pré-escola sofre interferências da subjetividade dos professores, Rocha e Marega (2010), reforçam que existe grande impacto na motivação para realizar atividade física se os sujeitos receberem o maior número de incentivos possíveis.

É importante salientar que os níveis de atividade física entre professores podem variar de acordo com sexo, idade gênero e região, (BRITO *et al.*, 2012). Os centros urbanos cresceram e as formas de moradia exercem influências nos sujeitos limitando o seu espaço de movimento, junto da diminuição dos espaços de lazer e o acréscimo das horas de trabalho incentivando o comportamento inativo, distanciando os sujeitos do conhecimento de suas faculdades corporais (SAYÃO, 2002).

No entanto os profissionais da educação que atuam na pré-escola são os mediadores para o incentivo das práticas corporais, mas os mesmos não possuem intimidade com essas práticas e desconhecem a importância delas contidas dentro do espaço escolar, sendo que o as intervenções pedagógicas influenciam no comportamento ativo das crianças (COELHO, 2017).

Por isso é necessário conhecer o perfil de atividades físicas de professores que atuam com crianças pequenas devido à relação eventual com as suas práticas pedagógicas, que de maneira circunstancial reflete em hábitos sedentários nesses espaços e fora deles, prejudicando o desenvolvimento das crianças e até mesmo dos professores. Logo, o objetivo dessa pesquisa foi verificar a prática de atividades físicas de professores que atuam em pré-escolas da região metropolitana do Tocantins.

METODOLOGIA

Estudo de campo realizado com 197 professores de crianças em idade pré-escolar, residentes em cinco municípios da região metropolitana do Tocantins (Palmas, Lajeado, Miracema do Tocantins, Miranorte e Tocantínia).

Para a coleta de dados foi utilizado parte do questionário sobre atividades do cotidiano infantil, proposto por Coelho (2017). Tal instrumento continha questões sobre o perfil de atividade física de professores que atuam na pré-escola das cidades participantes.

Os procedimentos para a coleta de dados atenderam os aspectos éticos de pesquisa com o parecer do Comitê de Ética 70/2014, bem como autorização das Secretarias de Educação Municipal e assinatura do termo de consentimento livre esclarecido pelos participantes.

RESULTADOS

Os hábitos de prática de atividades físicas dos professores participantes da pesquisa identificou que 35% deles fazem atividade física em alguns dias da semana e 32% não fazem. Entre os que fazem atividade física, a maior parte deles (47%) o realiza há no máximo dois anos. Quanto ao tipo de atividade física realizada pelos professores, a caminhada e a ginástica foram citadas, por aproximadamente 50%, conforme tabela 1.

Tabela 1 - Distribuição de Frequência dos Hábitos de Atividade Física dos Profissionais

Realiza Atividade Física	Não faz atividade física	32% (62)
	Faz uma vez na semana	13% (26)
	Faz alguns dias da semana	35% (69)
	Faz diariamente	20% (40)
Tempo de prática	Menos de 1 ano	25% (49)
	1 a 2 anos	22%(43)
	3 a 5 anos	6% (13)
	Mais de 5 anos	15% (30)
Tipo de Atividade Física praticada	Caminhada	36% (71)
	Ginástica	13% (25)
	Musculação	6.5% (13)
	Dança	6.0% (12)
	Ciclismo	3.5% (7)
	Esportes com bola	2% (4)
	Corrida	1,5% (3)

Para fins de comparação foram utilizados os resultado da Pesquisa Nacional de Saúde referente à população brasileira e com informações específicas do Estado do Tocantins, no qual, apenas 22,5% dos brasileiros são praticante regular de atividade física segundo os padrões da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2010), conforme figura 1 a seguir:

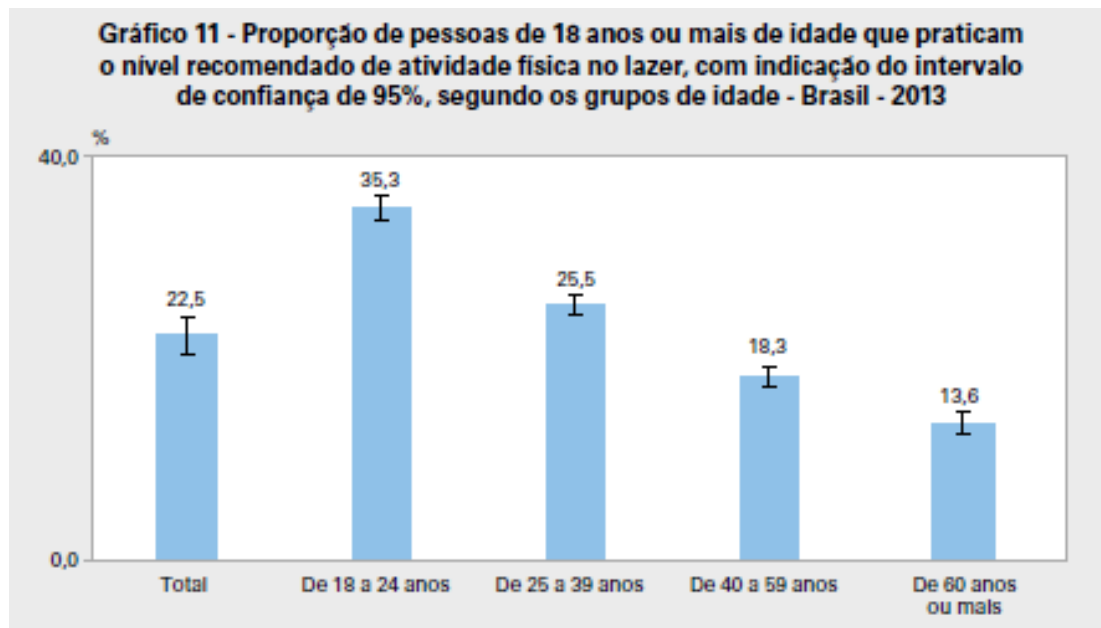


Figura 1 - Fonte: [IBGE, 2014]

Quando considerado apenas os dados do Estado do Tocantins a proporção de pessoas acima de 18 anos que praticam regularmente algum tipo de atividade física corresponde a 20,9% da população, sendo 25,5% homens e 16,5% mulheres.

DISCUSSÃO

Considerando a baixa frequência de brasileiros (22,5%), tocantinenses (20,9%) e dos professores da amostra (20%) que são respectivamente praticantes regulares de atividades físicas, destaca-se os altos custos, em termos econômicos e sociais, que o sedentarismo provoca na qualidade de vida, e no surgimento de doenças crônicas, como obesidade, diabetes e cardiopatias (BRITO *et al.*, 2012).

Inicialmente, os dados apontam para a necessidade de pesquisas longitudinais que verifiquem o nível de atividade física da população, bem como especificamente dos professores, sendo estes o ponto de partida dos programas voltados para a melhora da qualidade de vida na infância, devendo segundo Brito *et al.*, (2012) incluir uma ampliação do olhar para professores da pré-escola sendo que estes refletem seus hábitos de vida em suas propostas pedagógicas durante a intervenção com crianças. Para Coelho (2017) o comportamento inativo pode ser um duplo risco para professores e crianças deste nível de ensino.

No entanto, os dados apontam que quase as metades dos professores que participaram da pesquisa não possuem comportamento ativo, se somarmos a porcentagem dos que não praticam atividade física com os que praticam apenas um dia na semana, isso resulta em cerca 45% da amostra (COELHO, 2017). Resultado este que contradiz as recomendações da Organização mundial da saúde (WHO, 2010) em realizar ao menos 150 minutos por semana de atividades físicas em nível moderado.

O baixo nível de atividade física dos professores também pode estar relacionado à má remuneração, capacitação e pelo tempo disponível que os professores tem para praticar suas atividades físicas, recreativas e de lazer (FOLLE; FARIAS, 2012).

Colocar a disposição da comunidade escolar programas de atividade física que envolva inicialmente as principais atividades praticadas pelos professores, que foram a caminhada e ginástica (representando 49% da amostra), sugerindo uma possível aceitação e preferência, o que pode ser confirmado em pesquisas futuras. Também há evidências, de acordo com Coelho (2017), de que os baixos níveis de atividades físicas dos professores podem influenciar em baixa oferta dessas atividades no cotidiano pré-escolar, provocando a necessidade de compreender este fenômeno.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo verificar a prática de atividade de professores da pré-escola da região metropolitana do Tocantins. Após a análise dos resultados conclui-se que grande parte dos professores da pré-escola possuem um comportamento inativo se analisados de acordo com as recomendações de atividade física da Organização Mundial da Saúde. Logo, estes resultados sugerem perdas na qualidade de vida dos professores dessa região, culminando em maiores custos econômicos relacionados à saúde devido as maiores possibilidades e incidência de morbidades e doenças crônicas. Além disso, a relação entre hábitos de professores e suas ações pedagógicas podem disseminar e influenciar práticas sedentárias no contexto escolar, o que sugere a necessidade de pesquisas sobre essa provável correlação.

REFERÊNCIAS

BRITO, W. F. et al. Nível de atividade física em professores da rede estadual de ensino. *Revista de Saúde Pública*, v. 46, n. 1, p. 104–109, 2012.

COELHO, V. A. C. *Entre a casa e a escola: prática de atividades físicas e desenvolvimento infantil*. 2017. 150f. Tese (Doutorado em Ciências do Movimento Humano), Universidade Metodista de Piracicaba, São Paulo, 2017.

EDUCAÇÃO, M. DA. *Base Nacional Curricular Comum (BNCC)*. p. 461, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/download-da-bncc> Acesso em: 04/09/2018.

FOLLE, A.; FARIAS, G. DE. Nível De Qualidade De Vida E De Atividade Física De Professores De Escolas Públicas Estaduais Da Cidade De Palhoça (Sc). *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, v. 11, n. 1, p. 11–21, 2012.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia Econômica. *Pesquisa Nacional de Saúde: percepção do estado de saúde, estilo de vida e doenças crônicas*. 2014. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv94074.pdf> Acesso em: 28 ago 2018.

MARTINS, T. O. Relação entre atividade física e aspectos motivacionais em professores e funcionários de Educação Física da Universidade Católica de Brasília (UCB). *Educação Física em Revista*. v. 9, p. 39–43, 2015.

ROCHA, A. S.; MAREGA, M. *Impacto da intervenção motivacional no aumento do nível de atividade física*. v. 8, p. 46–52, 2010.

SAYÃO, D. T. Corpo e movimento: notas para problematizar algumas questões relacionadas à educação infantil e à Educação Física. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 23, n. 2, p. 55–67, 2002.

WHO. World Health Organization. *Global Recommendations for Physical Activity and Health*. Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2010. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf;jsessionid=D254260BC8AFCDCDDE196F4DF757DCDC?sequence=1 Acesso em: 04/09/2018.