



EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM OLHAR SOBRE A SAÚDE¹

Paulo Carlan²

RESUMO

O texto destina-se a refletir sobre a relação existente entre temas Educação Física e Saúde no contexto da Educação Física escolar. A coleta dos dados foi estruturada a partir da pesquisa do grupo focal, sendo que a análise do conteúdo permitiu a sua compreensão. O estudo evidenciou que a compreensão de saúde para os sujeitos da pesquisa está associada à prática regular de uma atividade física, alimentação saudável e ausência de doenças.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física; Educação; Saúde.

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, ao longo da sua história, não deixou de ser contemplada sob o olhar estruturante e pedagógico da Educação Física escolar. Quanto ao seu entendimento e intervenção, o tema “saúde” se modificou ao longo das últimas décadas, o que também ocorreu com a Educação Física escolar, que igualmente passou por um processo de transformação.

Nessa perspectiva, a Educação Física enquanto disciplina curricular se constitui como uma prática cultural, mediada por uma intenção pedagógica. Elegemos como principal objetivo de investigação a possibilidade de o conteúdo “saúde” ser contemplado nas aulas de Educação Física escolar e perceber a compreensão que os alunos do Ensino Médio de duas escolas privadas do município de Ijuí/RS têm em relação às categorias Educação e Saúde.

O PROCESSO METODOLÓGICO E O PROCEDIMENTO DOS GRUPOS FOCAIS

Optou-se, para a análise dos dados qualitativos coletados, pela técnica de pesquisa Grupo Focal, orientada pelo método de Análise de Conteúdo, sistematizado por Bardin (1979). Participaram da pesquisa duas escolas privadas do município de Ijuí/RS. Cada grupo focal constou de nove alunos do Ensino Médio, os quais foram representados por três alunos do primeiro ano, três alunos do segundo ano e três alunos do terceiro ano. O critério de escolha dos participantes exigiu que os sujeitos da pesquisa estivessem matriculados há, no mínimo, cinco anos na referida escola.

¹ O presente trabalho (não) contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

² UNIJUÍ, carlan@unijui.edu.br

Este critério propiciou uma dimensão mais longitudinal das informações.

Na coleta dos dados optou-se pela pesquisa do grupo focal, mediante a definição de duas questões que balizaram o debate: O que é saúde? O que é uma pessoa saudável ou que tenha saúde?

ANÁLISE DOS DADOS

A partir da leitura e análise de conteúdo dos debates dos dois grupos focais, foram constituídas seis 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*, as quais serão expostas a seguir.

O QUE É SAÚDE?

A compreensão dos dois grupos participantes quanto à percepção do que é ser uma pessoa saudável foi muito semelhante entre si e permitiu destacar dois comportamentos que determinaram a questão, que é a adesão/aderência a uma atividade física regular e uma alimentação balanceada. Ter uma vida saudável, portanto, para os dois grupos, é a ausência de doença (modelo patogenético).

Para uma das participantes, ser uma pessoa saudável é

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

Percebe-se o entendimento dos grupos de participantes de que saúde é algo que se conquista, pois depende do sujeito que vai fazer a sua opção e do grau de seu envolvimento na adesão ou não de comportamentos considerados saudáveis. Para os grupos, a opção por uma vida saudável e ter saúde está diretamente relacionada às suas atitudes, hábitos e costumes de vida, principalmente na sua adesão a uma atividade física regular e uma alimentação adequada, como refere uma das participantes da pesquisa:

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 não ter saúde (Água).

Foi possível identificar na fala dos jovens dos dois grupos que eles têm consciência quanto a determinados comportamentos sociais que não são saudáveis. Explicaram, porém, que são influenciados pelo grupo e que, muitas vezes, fazem coisas que sabem que não faz bem à saúde.

CORPO E SAÚDE

A relação entre o padrão corporal e a saúde foi bastante destacada pelos dois grupos participantes, pois a busca por um padrão de estética pode comprometer a saúde dos jovens. O interessante foi perceber nos grupos que eles têm a consciência de que este padrão de corpo ditado pela mídia e os segmentos da sociedade é prejudicial para a saúde das 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).

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.

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 dos padrões de beleza, o que o autor denomina de “ditadura da beleza”, por meio da qual o indivíduo aprende a perseguir o caráter mutante dos padrões de corpo perfeito. Segundo os seus ditames, cada um deve cuidar de si mesmo, proteger o seu corpo das doenças, do desgaste do tempo e construir uma aparência de vitalidade e longevidade. Este investimento na busca por um padrão de corpo e saúde converte-se, segundo o autor, em valor primordial da excepcionalidade do potencial humano, na lógica da “felicidade”, associada diretamente à 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 da saúde. Destacam-se 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). 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 a linguagem do gosto e do prazer que o indivíduo expressa a sua personalidade, o que também revela a sua sensibilidade, os seus sentimentos. Ao expressar os seus gostos individuais, o indivíduo está criando um canal de aproximação com o coletivo, com os seus pares, ou seja, as opções do gosto individual, e passa a construir as identidades coletivas.

Para os dois grupos participantes as categorias “prazer” e “gosto” foram citadas com ênfase na perspectiva das escolhas das atividades físicas e das amizades que, quando mediadas pelo gosto e prazer, revelam 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, surgiu com 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 a expectativa de que além da experiência prática, há preocupação em desenvolver os conceitos das atividades vivenciadas, relacionando-os à saúde e seus benefícios. Alguns participantes destacaram que despertaram para a adesão a uma atividade física regular pela influência e insistência dos seus pais.

Os dois grupos focal destacaram que em relação à temática “saúde”, esta é pouco abordada nas aulas de Educação Física. Para a compreensão dos alunos, a saúde é tratada de forma indireta por meio do ensino e estímulo às práticas esportivas. Quanto aos conteúdos teóricos a Educação Física tem se restringido ao ensino das regras, história e evolução dos esportes, não desenvolvendo conteúdos mais específicos e pontuais 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 de forma a tornar o grupo de alunos crítico frente às suas condições de vida, bem como discutir os fatores relacionados às práticas corporais e sua influência na saúde, ampliando, dessa forma, o compromisso da Educação Física escolar como um “veículo” de educação para a saúde.

SAÚDE E INDIVÍDUO

Foi possível identificar que a ideia de saúde e vida saudável para os dois grupos focais é algo que pode ser conquistado pelo indivíduo, só depende dele próprio almejar e adotar um perfil de vida saudável, um estilo de vida mediado por comportamentos saudáveis.

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 construída histórica e socialmente. Segundo Fensterseifer (2007), o cidadão é uma categoria política herdada da modernidade, e que se transformou em consumidor (categoria econômica). Para o autor, não se fala mais em direito do cidadão, mas em direito do consumidor; não se luta 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.

SAÚDE: POLÍTICAS PÚBLICAS E CIDADANIA

Os participantes dos dois grupos expressaram que existem outros fatores além da atividade física, alimentação balanceada, comportamentos saudáveis ou estilo de vida, os quais contribuem para a condição de saúde ou para tornar o indivíduo

uma pessoa saudável. Entre outros aspectos sociais, culturais e educacionais, os participantes destacaram a importância do cuidado 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, segundo Fensterseifer (2007), passa pelo resgate do sentido de sujeito enquanto ser político, condição que deve ser reconquistada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a análise e interpretação das respostas dos entrevistados, percebeu-se que para os dois grupos focais o entendimento inicial de saúde está vinculado ao binômio “atividade física regular” e “alimentação” (paradigma patogenético), não reconhecendo os aspectos sociais, políticos, educacionais e culturais que interferem na concepção e nas ações de saúde (paradigma salutogenético). Desta forma, identificou-se uma marca comum no discurso dos dois grupos focais que, em geral, estabelece uma relação de causa-efeito entre a prática corporal e ou as aulas de Educação Física com o desenvolvimento de uma saúde plena.

PHYSICAL EDUCATION AT SCHOOL: A LOOK OVER HEALTH

ABSTRACT: *The text is intended to reflect on the relationship between Physical Education and Health in the context of Physical School Education. The data collection was structured based on the focus group research, and the analysis of the content allowed for its comprehension. The study evidenced that the understanding of health for the research subjects is associated with regular practice of physical activity, healthy eating and absence of diseases.*

KEYWORDS: *Physical Education; Education; Health.*

EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR: UNA MIRADA SOBRE LA SALUD

RESUMEN: *El texto está destinado a reflexionar sobre la relación entre las cuestiones de educación y de salud física en el contexto de la educación física escolar. La recolección de datos se estructuró a partir del grupo foco de la investigación y el análisis de contenido permitido de entender. El estudio mostró que la comprensión de la salud de los sujetos de investigación se asocia con la práctica regular de la actividad física, la alimentación saludable y la ausencia de enfermedad.*

PALABRAS CLAVES: *Educación Física; Educación; Salud.*

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1979.

COUTO, Edvaldo Souza. Estética corporal e protecionismo técnico nas culturas higienista e desportiva. In: GRANDE, José Carlos (Org.). **A (des) construção do corpo**. Blumenau, SC: Edifurb, 2001.

DEVIDE, Fabiano Pries. Educação Física escolar como via de educação para a saúde. In: BAGRICHEVSKY, Marco; PALMA, Alexandre; ESTEVÃO, Adriana (Orgs.). **A saúde em debate na Educação Física**. Blumenau, SC: Edibes, 2003, pp. 137-150.

FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. **Qualidade de vida e Educação Física**. Palestra proferida na Universidade Regional Integrada, campus de Santo Ângelo-RS, 2007.

LOVISOLO, Hugo. **Estética, esporte e Educação Física**. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.