



**Pró-Reitoria de Graduação
Curso de Educação Física
Trabalho de Conclusão de Curso**

**O VOLUME DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS DO NONO
ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL NÃO ATENDEM AS
RECOMENDAÇÕES DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE**

**Taguatinga - DF
2013**



Daniel Moreira Perpétuo

**O VOLUME DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS DO
NONO ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL NÃO
ATENDEM AS RECOMENDAÇÕES DA ORGANIZAÇÃO
MUNDIAL DE SAÚDE**

Artigo apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Católica de Brasília, como requisito parcial para obtenção do Título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof. MSc. Rafael da C. Sotero.

**Brasília – DF
2013**



Artigo de autoria de Daniel Moreira Perpétuo, intitulado: “O VOLUME DE EDUCAÇÃO FÍSICA NAS ESCOLAS DO NONO ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL NÃO ATENDEM AS RECOMENDAÇÕES DA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE”, apresentado como requisito parcial para obtenção do Título de Licenciatura em Educação Física da Universidade Católica de Brasília em 15 de Junho de 2013, defendida e aprovada pela banca examinadora abaixo assinada:

Prof. MSc. Rafael da Costa Sotero
Orientadora
Curso de Educação Física – UCB-DF.

Prof. _____.

**Brasília – DF
2013**

Dedico à toda minha família !

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus que me deu a coisa mais importante em todo o mundo que é saúde! Em seguida ao professor Rafael Sotero pela compreensão e ajuda nos momentos de orientação, papel que desempenhou da melhor forma possível. E por último à minha família que sempre esteve ao meu lado.

RESUMO

A organização mundial de saúde (OMS) define que a recomendação de frequência semanal de atividade física seja de três dias na semana. A respeito da obesidade, Monteiro et al., (2003), relatam que, a prevalência aumentou de 8 para 13% nas mulheres e de 3 para 7% nos homens, sendo a porcentagem maior aumento nas crianças, que passou de 3 para 15%. O estudo proposto teve como objetivo comparar os dados de frequência semanal de atividade física recomendada pela OMS, com as escolas brasileiras. Observou-se que a grande maioria das escolas brasileiras ficam aquém da recomendação da OMS de 3 dias na semana, com um percentual insignificante atendendo tais recomendações semanais. Tal fato prejudica o país que necessita de maior interesse por parte dos governantes para o não comprometimento de uma população em geral. Essa intervenção se daria através de políticas integradas às diversas áreas da educação e promoção da saúde do escolar.

Palavras chave: educação física escolar, OMS, atividade física.

INTRODUÇÃO

A atividade física deveria estar em primeiro lugar na pauta das políticas educacionais de um governo, pelas suas reconhecidas capacidades de melhora em distintos sistemas corporais (McArdle et al., 2008), combatendo assim os altos gastos com a saúde em geral. Desde o avanço tecnológico com a revolução industrial, o homem vem, a cada dia mais, exigindo menos do corpo humano, substituindo a força laboral por estratégias criadas para reduzi-la, e assim se aproximando cada vez mais do sedentarismo e hipocinesia (MELLEROWICZ et al., 1979).

A respeito desse tema, através de esforços de pesquisadores, tem-se conseguido resultados com seus estudos com o objetivo de estimular a realização de atividade física como combate da obesidade infantil (LAZOLLI, J. W. et al., 2004; McArdle et al., 2008), trazendo uma certa preocupação com a atual situação brasileira, que não atende a recomendação diária de atividade física (PEREIRA, 2011).

São várias as teorias que tentam explicar as causas e as consequências do sobrepeso e da obesidade, mas o certo é que nenhuma hipótese pode explicar plenamente todas suas manifestações. É considerado o fator de risco mais relevante na obesidade infantil, a manifestação da obesidade em níveis familiares, pela soma tanto dos genótipos quanto dos fenótipos; os estilos de vida não saudáveis, sedentarismo, má alimentação caracterizada pelos altos níveis de ingestão calórica (ESCRIVÃO et al., 2001).

No Brasil, dados da obesidade infantil têm aumentado exponencialmente, em várias regiões, como relatou pesquisa do IBGE (2009), que começa a influenciar o governo a lançar campanhas para combatê-la (Reis et al., 2011). Essa mobilização do governo, tem se explicado pelos elevados gastos com a saúde pública, visto que, crianças obesas hoje provavelmente serão adolescentes obesos, amanhã, e adultos obesos, no futuro, possibilitando espaço para outras doenças, além do sofrimento pelo convívio, em longo prazo, com a moléstia (Pereira et al., 2009).

O Brasil é considerado um país de dimensões continentais, e conseqüentemente, há um difícil acesso à educação, e dificilmente se poderia ter um conhecimento do nível de desenvolvimento educacional em todo território nacional, considerando também sua variedade sócio-cultural (Ribeiro, C.S, 1999). Apesar de diversos estudos (Reis et al., 2011; Escrivão et al., 2001; Lazolli et al., 2004) relatando essa correlação de múltiplos fatores da obesidade e seu impacto econômico, ainda existem lacunas a ser preenchidas sobre o assunto.

O presente estudo teve, como outras funções, a de alertar a todos interessados os males e prejuízos que estão associados à obesidade infantil, e os possíveis caminhos e alternativas para as escolas não cometerem o erro de subestimarem a atividade física como principal atenuante da obesidade infantil e assim colaborando com uma melhor qualidade de vida na vida infantil e adulta.

OBJETIVO

Comparar as recomendações de volume semanal de educação física propostas pela OMS com as escolas brasileiras do nono ano do ensino fundamental.

MÉTODOS

O método aplicado foi de comparar pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística de crianças do nono ano do ensino fundamental de escolas (Saúde do escolar, 2009) com a recomendação de volume semanal da Organização Mundial de Saúde (Recomendações Mundiais sobre Atividade Física para Saúde, 2010).

Amostra

A amostra foi composta de escolares na idade entre 13 a 15 anos do nono ano do ensino fundamental, faixa etária recomendada pela OMS como referência para os estudos de adolescentes escolares.

A proposta do estudo foi de analisar e comparar os dados recomendados de frequência semanal de atividade física propostas pela Organização Mundial de Saúde (Recomendações Mundiais sobre Atividade Física para Saúde, 2010) com dados da Pesquisa Nacional de Saúde (Saúde do escolar, 2009). Essa comparação foi restrita ao volume semanal de atividade física praticada pelos escolares.

Participaram da pesquisa 618.555 escolares, 489.865 (79,2%) de escolas públicas e 128.690 (20,8%), de escolas privadas. Desse total, 293 596 (47,5%) são do sexo masculino e 324 958 (52,5%) são do sexo feminino.

A coleta de dados foi realizada entre o período de março e junho de 2009 e para analisar os estudantes, foram utilizados questionários que procurassem identificar o tempo de prática de atividade física. A investigação do tempo de atividade física acumulada dos escolares nos últimos sete dias se deu com a combinação dos tempos e frequências com que foram realizadas atividades como: deslocamento para a escola a pé ou de bicicleta, aulas de educação física na escola e outras atividades extraescolares.

Análise Estatística

A estatística descritiva foi aplicada a partir da distribuição das frequências dos dados de frequência semanal de atividade física nas escolas brasileiras (Saúde do

escolar, 2009) em relação à recomendação semanal da OMS (Recomendações Mundiais sobre Atividade Física para Saúde, 2010).

RESULTADO

O resultado do presente estudo mostrou que a frequência de aulas em escolas brasileiras ficou dividida entre nenhum dia por semana, um dia por semana e dois dias de atividade física por semana, sendo que não houve registro de escolas que apresentassem a recomendação de frequência semanal da Organização Mundial de Saúde que é de 3 dias.

As escolas brasileiras ficaram divididas exatamente entre: nenhum dia com uma média de 20,74%, um dia 29,72%, dois dias 35,52 e um percentual mínimo de escolas dentro da recomendação da OMS de três dias de frequência na semana.

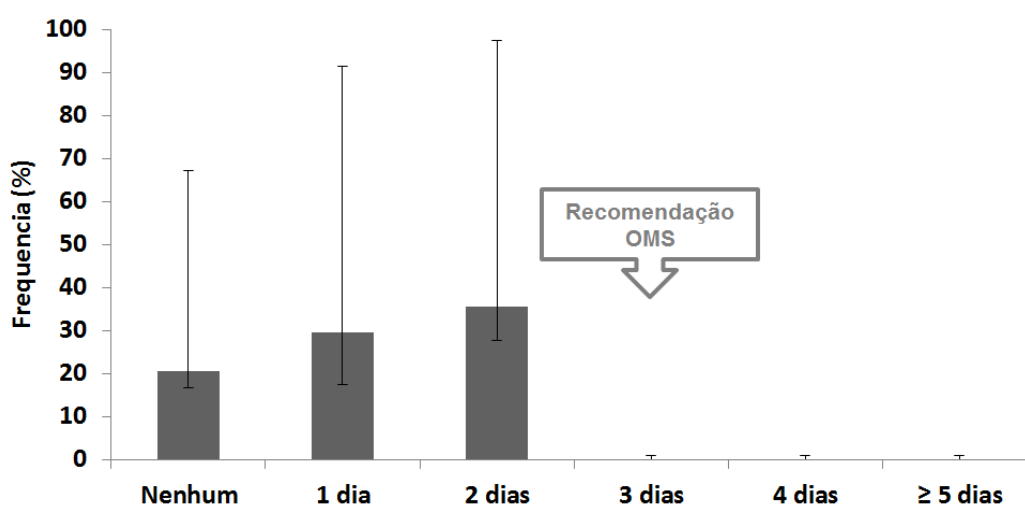


Figura 1. Frequência semanal de educação física nas escolas brasileiras.

DISCUSSÃO

O sobrepeso e a obesidade podem ser desencadeados por, entre outros motivos, desequilíbrio entre a quantidade e a qualidade das calorias consumidas e

gastas, sendo esse ultimo principalmente pela atividade física (LEÃO et al, 2003). De acordo com a OMS, a recomendação para a promoção saúde de atividade física durante uma semana é de 3 vezes por semana, sendo que o resultados do presente estudo demonstrando que os escolares brasileiros ficam aquém dessa recomendação (Figura 1). A incidência de obesidade infantil é um sério risco na saúde pública, que vem aumentado em todas as camadas sociais da população brasileira, caracterizada por um contexto de epidemia mundial (GUEDES; GUEDES, 1998). O presente estudo evidencia que as politicas nacionais educacionais para a promoção da saúde devem ser reavaliadas a fim de melhorar a situação atual da atividade física para escolares, contribuindo para um melhor desenvolvimento dos aspectos social, afetivo, motor e psicomotor.

Pereira, 2011, já havia constatado que as escolas brasileiras, em geral, não atendem às recomendações diárias de atividade física, sugerindo uma maior atenção por parte dos políticos a esse problema que é considerado um problema de saúde publica e sendo mais um dado negativo a ser somado à situação precária da saúde no Brasil.

A recomendação da OMS foi atendida, de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde do escolar, 2009, por apenas uma das escolas avaliadas, sendo que a maioria das escolas ficou na faixa de um dia por semana e dois dias por semana, número considerado insuficiente para a promoção de saúde (Figura 1). Fato interessante constatado foi que a única região que foi encontrada escolas na faixa de recomendação da OMS é a justamente uma das regiões consideradas mais pobres no Brasil, a região norte.

Um ponto a ser ressaltado são as proporções continentais do Brasil e a consequente dificuldade de fidedignidade do estudo pela vasta diversidade de ensinos e acessibilidade. Como exemplo de intervenções, mesmo que ainda insuficientes, temos o interesse do governo em desenvolver programas que buscam revelar novos atletas, instalações esportivas públicas, a merenda escolar que vem se adaptando à dieta que visa uma menor ingestão calórica, entre outros fatores que juntos visam à qualidade de vida, em que se destaca a atividade física (Gentil, 2010).

No Brasil, os custos com hospitalização associados ao excesso de peso representam 3,02% dos custos em homens e 5,83% dos custos em mulheres com idade entre 20 e 60 anos (SICHIERI et al., 2007), verba que poderia ser aplicada em outra área de maior necessidade se tomadas medidas para atenuar o problema da obesidade que se tornou um problema de saúde pública.

É importante que as escolas brasileiras atendam as recomendações da Organização Mundial de Saúde para a melhora aguda e crônica do bem estar físico e mental das crianças, colaborando assim com a formação do cidadão. Políticas de integração envolvendo a educação e outras áreas devem ser elaboradas para a consolidação de uma base estruturada que vise uma maior qualidade de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que as atuais políticas brasileiras não são suficientes, de acordo com o padrão da Organização Mundial de Saúde, para promover uma melhora na saúde dos escolares brasileiros, que se aproximam cada vez mais da obesidade e conseqüentemente de um maior risco à saúde da população brasileira.

REFERÊNCIAS

- ABRANTES, M. M.; LAMOUNIER, J. A.; COLOSIMO, E. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes das regiões sudeste e nordeste. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, 2004.**
- ESCRIVÃO, M.A.; SIGULEM, D.M; CARRAZEDO, J.A. Obesidade na infância e na adolescência, 2001.**
- GENTIL, P. Emagrecimento: quebrando mitos e mudando paradigmas. 1a ed. Rio de Janeiro, 2010.**
- GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Controle de Peso Corporal: Composição, atividade física e nutrição. Londrina: Midiograf, 1998.**
- GIUGLIANO, R.; MELO, A. L. P. Diagnóstico de sobrepeso e obesidade em escolares: utilização do índice de massa corporal segundo padrão internacional. Jornal de Pediatria, v.80, n.2, p.129-134, 2004.**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA-IBGE. **Pesquisa nacional da saúde do escolar 2009**, Rio de Janeiro: 138p.

LAZOLLI, J. W. et al., Posição da SBME: **Atividade física e saúde na infância e adolescência**. 2004.

LEÃO, L. S. C. et al. **Prevalência de obesidade em escolares de Salvador, Ba**. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabologia**, V.47, n.2, p.151-157, abril, 2003.

MCARDLE WD, Katch FI, Katch VL. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 6a ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

MELLEROWICZ, H.& MELLER, W.— **Bases fisiológicas do treinamento físico**:São Paulo: Springer, 1979.

MONTEIRO C.A., Conde W.L., de Castro I.R. **A tendência cambiante da relação entre escolaridade e risco de obesidade no Brasil**. Caderno de Saúde Pública: S67-75, 2003.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE-OMS. **Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud**. Genebra: 2010, 55 p.

PEREIRA, Rafael da Silva. SOTERO, Rafael. Universidade Católica de Brasília. **A Educação Física dos Escolares do 9º de escolas públicas e privadas não atendem as recomendações da Organização Mundial da Saúde**. 2011, UCB.

PEREIRA, C.R. **Obesidade e atividade física**. Revista Digital, Buenos Aires, 2009.

POLLOCK, M. L.; WILMORE,J.H. **Exercício na Saúde e na Doença: avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação**. 2ªed. Rio de Janeiro: Medsi, 1993.

REIS, Caio Eduardo G., Ivana Aragão L. Vasconcelos, Juliana Farias de N. Barros. **Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil.** Revista paulista de pediatria, 2011.

RIBEIRO, Sérgio Costa. **A pedagogia da repetência.** Estudos avançados vol.5 no.12, São Paulo, 1999.

ROUQUARYOL, Z.M; ALMEID, N.F. **Epidemiologia & Saúde.** 5 ed. Rio de Janeiro, 2003.

Sichieri R, do Nascimento S, Coutinho W. **Importância e custo das hospitalizações associadas ao sobrepeso e obesidade no Brasil.** Caderno de Saúde Pública 23, 1721-1727, 2007.

SOARES, Ludmila; Petroski, Edio Luiz. **Prevalência, fatores etiológicos e tratamento de obesidade infantil.** Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, v. 5, n. 1, p.63 a 74, 2003.

VEIGA GV. **Prevalência e fatores determinantes de obesidade em crianças e adolescentes de dois níveis sócio-econômicos.** Proc. 520.596/95-1. Relatório final de projeto de pesquisa, CNPq 1997.