

A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

SILVANO DA SILVA COUTINHO^{1,2}

VERÔNICA VOLSKI¹

JOAB JEFFERSON DA SILVA XAVIER²

BRUNO JORDÃO FERRARI³

CLAUDIO KRAVCHYCHYN⁴

1 - Universidade Estadual do Centro-Oeste – UNICENTRO, Guarapuava, Paraná, Brasil

2 - Universidade de São Paulo – USP, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil

3 - Universidade Federal de São Carlos – UFSCAR, São Carlos, São Paulo, Brasil

4 - Universidade Estadual de Maringá – UEM, Maringá, Paraná, Brasil

silvano.unicentro@gmail.com

INTRODUÇÃO

Um fenômeno que continua levantando grandes discussões na área da saúde são as modificações acentuadas nos padrões de morbimortalidade ocorridas nas últimas décadas. Atualmente no Brasil, cerca de 5% das mortes são causadas por doenças infecciosas (até a década de 50 este número era de 50%) e em contrapartida, a proporção das mortes causadas por doenças crônicas tem aumentado substancialmente (MONTEIRO, 1996).

Diante deste contexto, temos o profissional de Educação Física, que antes aparecia no sistema público de saúde geralmente atrelado a projetos pontuais que se restringiam a grupos específicos como idosos, hipertensos e diabéticos e, no entanto, na atualidade, sua presença neste espaço, com destaque para as intervenções em Atenção Básica, tem a tendência de se tornar cada vez mais evidente nas ações de promoção da saúde, principalmente pelo incentivo que tem dado o Ministério da Saúde por meio de: eventos, campanhas e material informativo que discutem e estimulam a prática da atividade física; editais de financiamentos para projetos que desenvolvem ações de atividade física na promoção da saúde; e de estratégias de avaliação que procuram demonstrar a efetividade da atividade física/práticas corporais na promoção da saúde (MALTA et al, 2009, BRASIL, 2006).

A Atenção Básica no SUS possui particularidades que nenhum outro espaço “habitual” (academia, escola, clube, entre outros) da prática profissional do educador físico possui. Termos como integralidade, cuidado, intersetorialidade, equidade, vínculo, humanização, referência e contra-referência, matriciamento, entre outros, não são comumente apresentados nos cursos de Educação Física.

Portanto, acreditamos que esta pesquisa de levantamento bibliográfico, poderá ampliar a discussão a respeito de lacunas que ainda permeiam a atuação do profissional de Educação Física no contexto da Atenção Básica diferentemente de outros espaços de atuação, proporcionando, desta forma, uma maior familiaridade com este “novo” contexto.

O objetivo principal deste artigo foi realizar uma revisão integrativa sobre a Educação Física na Saúde Pública, em especial, no contexto da Atenção Básica à Saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS

Com o intuito de determinar quais seriam os estudos incluídos, a primeira decisão importante foi a definição da questão norteadora:

- Quais estudos têm demonstrado uma aproximação entre as áreas da Educação Física e da Atenção Básica à Saúde?

Desta forma, os critérios de inclusão foram assim definidos: artigos publicados em língua portuguesa em periódicos brasileiros; artigos publicados e indexados entre os anos 2000 e 2010; artigos disponíveis na íntegra no formato *on-line*; artigos pertencentes às seguintes bases de dados: LILACS, SCIELO e portais de revistas da área de Educação Física nacionais.

A busca foi realizada utilizando-se os seguintes descritores e seus equivalentes na

língua portuguesa, combinados por meio das expressões booleanas “or” e “and”: educação física, atividade motora, exercício, atenção primária à saúde, centros de saúde, programa saúde da família, saúde pública e sistema único de saúde.

RESULTADOS

Foram selecionados 32 artigos sendo estes divididos em 5 grandes grupos ou temas:

- 1) 11 artigos que servem de base para discussões iniciais sobre a educação física e a saúde pública;
- 2) Dois artigos que discutem a formação do profissional de educação física para atuar no sistema público de saúde;
- 3) 10 artigos que apresentam e discutem programas de promoção da atividade física/práticas corporais sempre vinculados ao sistema público de saúde, sendo que 4 artigos tem o enfoque na avalição dos referidos programas.
- 4) Sete artigos de diversos temas específicos, porém, com uma particularidade em comum: o espaço de uma unidade básica de saúde (UBS) serviu de locus da pesquisa;
- 5) Dois artigos discutem a importância da educação física inserida no sistema público de saúde tendo como pano de fundo a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS).

Dos artigos selecionados, 16 foram publicados em periódicos específicos da área da educação física e outros 16, em periódicos da grande área de saúde pública/saúde coletiva.

DISCUSSÃO

A produção científica nesta temática tem aumentado a partir do ano de 2005. Dos 32 artigos encontrados, 29 foram publicados a partir desta data, com destaque para a produção de 14 artigos somente nos anos de 2009 e 2010.

Os artigos selecionados demonstram que a aproximação da educação física com a atenção básica se deu por meio de um esforço em enxergar o conceito de saúde de uma forma mais ampliada, considerando também os aspectos relacionados ao contexto social onde as relações acontecem.

Dos artigos do primeiro grupo, Mendes & Nóbrega (2008) contextualizam suas discussões no período compreendido entre o final do século XIX e o início do XX e trazem contribuições para se pensar as bases científicas da educação física brasileira, identificando as compreensões da visão médico-higienista sobre a relação corpo e saúde.

Partindo do entendimento de que se faz necessária a ampliação do entendimento crítico sobre a relação educação física e saúde pública/coletiva, os artigos seguintes adensam o debate incorporando às suas análises, referenciais das ciências humanas e sociais em saúde.

Quint et. al. (2005) situa suas discussões na inserção da educação física no Programa Saúde da Família (PSF) contextualizando aspectos gerais do PSF e da educação permanente no PSF. Conclui que se faz necessário um aprofundamento sobre o entendimento de família no contexto desta relação entre educação física e PSF.

Seis artigos trazem uma grande contribuição quanto questionam as tensões que envolvem o debate acerca da saúde na educação física destacando a dicotomia existente entre o pensamento e as ações voltadas ao biológico e ao social (BAGRICHEVSKY; PALMA, 2004; BAGRICHEVSKY; ESTEVÃO, 2005; CARVALHO, 2005; MONTEIRO; GONÇALVES, 2000; CARVALHO, 2006a; CARVALHO; FREITAS, 2006; PALMA, 2001). Em geral, as conclusões apontam para a necessidade de aproximação entre as dimensões sócio-culturais e econômicas e as de caráter individual e biológico, contudo, não se deve desconsiderar ou excluir os conhecimentos fisiológicos inerentes aos aspectos da saúde e da doença, considerados sabidamente relevantes.

Dois artigos trazem uma discussão que coloca o termo “práticas corporais” em situação de complementaridade a outros termos (atividade física e exercício físico) mais consolidados na relação educação física e saúde (CARVALHO, 2006b; FREITAS; BRASIL; SILVA, 2006). As práticas corporais aparecem como componentes da cultura corporal dos povos, e dizem

respeito ao homem em movimento, à sua gestualidade e aos modos de se expressar corporalmente.

Dois artigos discutem a formação do profissional de educação física voltada para a saúde coletiva (ANJOS; DUARTE, 2009; PASQUIM, 2010) e destacam os seguintes aspectos: inexistência de disciplinas relacionadas à saúde coletiva e saúde pública; predominância de disciplinas de abordagem curativa e prescritiva; inexistência da previsão de estágio no serviço público de saúde; visão de saúde coletiva de forma marginal nos cursos, estando isolada em disciplinas desconectadas do projeto do curso e com carga horária relativamente ínfima em relação às outras áreas.

No grupo três temos 10 artigos que relatam resultados e experiências de programas de promoção da atividade física em UBS, sendo que os quatro últimos se dedicam a avaliar os referidos programas:

- A prática corporal Lian Gong (técnica terapêutica pertencente à medicina tradicional chinesa) tem sido adotada como uma alternativa para o tratamento de dores crônicas e de doenças músculo-esqueléticas (SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE CAMPINAS, 2006);

- O Programa Se Bole Olinda busca promover a prática da atividade física utilizando elementos da própria cultura corporal regional. Os relatos demonstram um avanço no desenvolvimento de ações intersetoriais, mobilizando a participação social e garantindo a sustentabilidade destas ações (GUARDA et al, 2009);

- O Programa Academia da Cidade de Aracaju tem como principal objetivo dar subsídios para que a população realize atividade física em um espaço adequado e com a orientação de um profissional de educação física. Funciona por demanda espontânea e também está referenciado a uma UBS (MENDONÇA; TOSCANO; OLIVEIRA, 2009);

- O Programa Saúde Ativa Rio Claro engloba uma série de intervenções para promoção e manutenção da prática da atividade física. As intervenções são dirigidas a pessoas em todas as UBS e nas unidades de saúde da família (USF). Este artigo descreve o histórico, o funcionamento e o modelo lógico do programa (NAKAMURA et al, 2010);

- Dois artigos demonstram a experiência da inserção do profissional de educação física no PSF da cidade de Sobral/CE. Um dos trabalhos teve como objetivo aprimorar a qualidade dos serviços a serem prestados à comunidade (LUCENA et al, 2004) e o outro artigo relata o trabalho do profissional de educação física com pessoas idosas, demonstrando que a prática de caminhadas tem propiciado mudanças benéficas, tanto nos aspectos físicos como psicossociais (COELHO; OLIVEIRA; CANUTO, 2004).

Os artigos que enfocam a avaliação de programas de promoção da atividade física são:

- Avaliação do Programa Academia da Cidade de Recife com o objetivo de identificar e analisar a visão que os professores que atuam no programa constroem a respeito do impacto/relevância, das dificuldades e do envolvimento da comunidade em relação à proposta. Os resultados quantitativos demonstraram que o programa estimula os usuários à prática de atividade, mas tem dificuldades com estrutura física, recursos humanos e divulgação. Os resultados qualitativos demonstraram dificuldades com a segurança dos locais de realização das atividades físicas, a necessidade de aquisição e manutenção dos equipamentos e de formação/atualização dos profissionais (HALLAL et al, 2009a).

- Outro artigo avaliando o mesmo programa teve como objetivo demonstrar as percepções dos usuários e não usuários sobre o programa. Os principais achados foram: a citação do item “melhorar a saúde” como o motivo principal para justificar a participação no programa; o percentual de pessoas com percepção de saúde regular ou ruim foi significativamente maior entre os não-usuários em comparação aos usuários; o tempo médio de participação no programa foi de 27,5 meses (HALLAL et al, 2010).

- Um estudo longitudinal teve como objetivo avaliar as mudanças no estilo de vida de pessoas que procuraram espontaneamente o Serviço de Orientação ao Exercício (SOE) e identificar mudanças antropométricas e hemodinâmicas após 6 meses do início do programa (VENTURIM; MOLINA, 2005). Os principais resultados foram: a mudança de estilo de vida,

com diminuição da frequência cardíaca de repouso, do peso corporal, do índice de massa corporal e da circunferência cintura quadril de 12 pessoas que aderiram a proposta do SOE.

– Um último artigo sobre avaliação teve como objetivo avaliar as intervenções para a promoção da atividade física ofertadas pela prefeitura municipal de Curitiba (HALLAL et al, 2009b). Os resultados demonstraram que os programas são abrangentes e bem conhecidos pela população, porém, se faz necessária uma disseminação maior de folders explicativos como uma forma “inovadora” de intervenção.

Com a eminência de programas que incentivam a prática da atividade física/práticas corporais no serviço público de saúde, foram encontrados 7 artigos no grupo quatro que apresentam e discutem pesquisas relacionados a diferentes temas, porém com uma característica similar, todos tem como lócus de pesquisa uma UBS:

– Reflexões sobre a promoção da saúde relacionada às práticas corporais/atividade física (MORETTI et al, 2009);

– Pesquisa sobre o nível de prática de atividade física em profissionais de saúde, procurando capacitá-los para a orientação e a prática, objetivando uma melhor articulação entre os profissionais das unidades básicas e os educadores físicos (SIQUEIRA et al, 2009);

– A prevalência de sedentarismo em adultos e idosos adstritos à UBS de municípios das regiões sul e nordeste do Brasil, indicando que grupos socioeconômicos mais desfavorecidos apresentam menor nível de atividade física (SIQUEIRA et al, 2008);

– Implementação e avaliação de uma intervenção de aconselhamento sobre atividade física para a promoção da saúde em adultos atendidos pela ESF, demonstrando que o grupo experimental apresentou mudanças estatisticamente significativas para a melhora da percepção de saúde positiva e para o aumento do índice de atividade física habitual no exercício (GOMES; DUARTE, 2008);

– O aconselhamento à prática de atividade física nas UBS são pouco utilizadas frente às necessidades dos indivíduos, principalmente em termos de estimular hábitos de vida saudáveis (SIQUEIRA et al, 2009);

– A introdução dos conceitos de ambiência e formação de grupo pode ser uma alternativa para viabilizar a criação e desenvolvimento de grupos de caminhada, entendendo que grupos heterogêneos vinculados a UBS, compostos por pessoas de diversas idades, doenças e necessidades, pode favorecer a reflexão sobre o cuidado e sobre formas de se pensar as práticas corporais no âmbito da saúde pública (WARSCHAUER; D’URSO, 2009);

– Em uma pesquisa sobre as características da assistência à saúde a pessoas com *diabetes mellitus* acompanhadas em unidades de saúde da família (USF), foi verificado que as orientações sobre tabagismo, atividade física e dieta não foram valorizadas nas consultas ou não foram devidamente anotadas (SILVEIRA et al, 2010). Constata-se então, que a atividade física, que é um valioso instrumento no combate à diabetes, pode não estar sendo estimulada devidamente nas unidades de saúde.

Com a promulgação da PNPS, a Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde esteve à frente de dois artigos:

– Um deles descreve as ações que vem sendo desenvolvidas a partir da aprovação da PNPS em relação à promoção da atividade física (MALTA et al, 2008). Relata como têm sido o incentivo nos municípios por meio do financiamento, da avaliação, do monitoramento das ações, da organização da vigilância dos fatores de risco e protetores das doenças crônicas não transmissíveis, bem como, das ações de educação em saúde e capacitação.

– O outro artigo apresenta as ações que são desenvolvidas pelo Ministério da Saúde na indução e na sustentabilidade de estratégias de redução do fator de risco do sedentarismo no contexto do SUS (MALTA et al, 2009).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão bibliográfica demonstra que a relação educação física e saúde pública/saúde coletiva foi foco de muitos estudos na primeira década no século XXI, com destaque para os últimos 5 anos.

Muitas vezes os estudos não são focados especificamente no tema educação física, mas em “fenômenos” que acontecem no sistema público de saúde relacionados a esta área de atuação. Estudos que discutem a satisfação de um usuário que participa de um programa de promoção da atividade física ou os benefícios que um determinado programa está trazendo para seus participantes podem dar pistas importantes sobre a presença da educação física inserido neste programa.

De acordo com esta revisão integrativa, uma visão mais ampliada sobre o processo saúde-doença com a intenção de embasar a atuação do profissional de educação física em programas ligados a atenção básica parecem ter sua sustentação teórica em referenciais da saúde pública, da saúde coletiva e das ciências sociais em saúde. Com isso não se pretende desconsiderar a importância do conjunto de estudos de viés biológico já acumulados e que demonstram de maneira bastante consolidada, as relações e principalmente, os benefícios da prática de atividade física/práticas corporais para a saúde das pessoas.

Um fato bastante marcante nesta revisão é a constatação de que os espaços de atenção básica e os sujeitos que o frequentam tem se tornado foco de pesquisas sobre diferentes temas ligados à área da educação física.

Com o crescimento da produção científica envolvendo a relação entre educação física e a atenção básica, tanto de forma direta ou indireta, verifica-se uma potência para um melhor delineamento dos aspectos que deverão ser considerados na atuação do profissional de educação física neste contexto. Como qualquer outro espaço de atuação profissional, entende-se que as ações de um profissional devem ser sustentadas por constatações científicas que derivem do conhecimento já acumulado, bem como, de pesquisas construídas no próprio contexto onde as relações estão acontecendo. Neste sentido, sugere-se que as diferentes áreas de conhecimento ligadas à educação física possam olhar para o serviço público de saúde, em especial, para a atenção básica como um espaço ainda latente para o desenvolvimento de novas investigações.

REFERÊNCIAS

ANJOS, T. C.; DUARTE, A. C. G. O. A educação física e a estratégia de saúde da família: formação e atuação profissional. **Physis**. Rio de Janeiro, 19 (4), 1127-1144, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2006a.

_____. **Portaria 154/2008**. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família – NASF. Brasília – DF, 2008.

BAGRICHEVSKY, M; ESTEVÃO, A. Os sentidos da saúde e a educação física: apontamentos preliminares. **Arquivos em Movimento**. 1(1), 65-74, jan-jun. 2005.

BAGRICHEVSKY, M.; PALMA, A. Questionamentos e incertezas acerca do estatuto científico da saúde: um debate necessário na educação física. **Revista da Educação Física/UEM**. Maringá, 15(2), 57-66, 2. sem. 2004.

CARVALHO, Y. M. Entre o biológico e o social. Tensões no debate acerca da saúde na

educação física. **Motrivivência**. Florianópolis, 17(24), 97-105, jun. 2005.

_____. Saúde, sociedade e vida. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. 27(3), 153-168, maio 2006a.

_____. M. Promoção da saúde, práticas corporais e atenção básica. **Revista Brasileira de Saúde da Família**, Brasília, 7, 33-45, 2006b.

CARVALHO, Y.; FREITAS, F. F. Atividade física, saúde e comunidade. **Cadernos de Saúde Coletiva**. 14(3), 489-506, 2006.

COELHO, M. A. A. A.; OLIVEIRA, E. N.; CANUTO, O. M. C. Educação física na estratégia saúde da família: um experiência com pessoas na terceira idade. **Sanare**. 5(1), 151-158, jan./fev./mar. 2004.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE - CNS. **Resolução nº 218**, de 6 de março de 1997. Reconhece 13 categorias como profissionais de saúde de nível superior.

COUTINHO, S. S. **Atividade física no Programa Saúde da Família, em municípios da 5ª Regional de Saúde do Estado do Paraná – Brasil**. Dissertação de Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública na EERP/USP, Ribeirão Preto, 2005, p. 141.

FREITAS, F. F.; BRASIL, F. K.; SILVA, C. L. Práticas corporais e saúde. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. 27(3), 169-183, maio 2006.

GOMES, M. A.; DUARTE, M. F. S. Efetividade de uma intervenção de atividade física em adultos atendidos pela estratégia saúde da família: Programa Ação Saúde Floripa – Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. 13(1), 2008.

GUARDA, F. R. B. et al. Do diagnóstico à ação: Programa Se Bole Olinda: estratégia intersetorial de promoção da saúde através da atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. 14(1), 9-14, 2009.

HALLAL, P. C. et al. Avaliação quali-quantitativa do Programa Academia da Cidade, Recife (PE): concepções dos professores. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 14, n. 1, p. 9-14, 2009.

HALLAL, P. C. et al. Avaliação dos programas comunitários de promoção da atividade física: o caso de Curitiba, Paraná. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 14, n. 2: p. 104-114, 2009b.

HALLAL, P. C. et al. Avaliação do programa de promoção da atividade física Academia da Cidade de Recife, Pernambuco, Brasil: percepções dos usuários e não usuários. **Cadernos de Saúde Pública**, 26(1), 70-78, jan. 2010.

LUCENA, D. et al. A inserção da educação física na estratégia saúde da família em Sobral/CE. **Sanare**. 5(1), 87-91, jan./fev./mar., 2004.

MALTA, D. C. et al. A Promoção da Saúde e da Atividade Física no Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 13, n. 1, p. 24-27, 2008.

MALTA, D. C. et al. A Política Nacional de Promoção da Saúde e a agenda da atividade física

no contexto do SUS. **Epidemiologia e Serviço de Saúde**, Brasília, 18(1): 79-86, jan-mar. 2009.

MENDES, M. I. B. S.; NÓBREGA, T. P. O Brazil-Médico e as contribuições do pensamento médico-higienista para as bases científicas da educação física brasileira. **História, Ciências, Saúde**. 15(1): 209-219, jan-mar. 2008.

MENDONÇA, B. C. A.; TOSCANO, J. J. O.; OLIVEIRA, A. C. C. Do diagnóstico à ação: experiências em promoção da atividade física Programa Academia da Cidade Aracaju: promovendo saúde por meio da atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. 14(3), 211-216, 2009.

MONTEIRO, H. L.; GONÇALVES, A. Saúde coletiva e atividade física no contexto de subdesenvolvimento: evidências e perspectivas para superação do atraso. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. 6 (5), 180-187, set-out. 2000.

MORETTI, A. C.; ALMEIDA, V.; WESTPHAL, M. F.; BÓGUS, C. M. Práticas corporais/atividade física e políticas públicas de promoção da saúde. **Saúde e Sociedade**, 18(2), 346-354, 2009.

NAKAMURA, P. M. et al. Programa de intervenção par a prática de atividade física: Saúde Ativa Rio Claro. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. 15(2), 128-132, 2010.

NOGUEIRA, L.; PALMA, A. Reflexões acerca das políticas de promoção da atividade física e saúde: uma questão histórica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, 24(3), 103-119, maio. 2003.

PALMA, A. Educação física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, 22(2), 23-39, jan. 2001.

PASQUIM, H. M. A saúde coletiva nos cursos de graduação em educação física. **Saúde e Sociedade**. 19(1), 193-200, 2010.

QUINT, F. O. et. al. Reflexões sobre a inserção da educação física no programa saúde da família. **Motrivivência**. 24, 81-95, jun. 2005.

SILVEIRA, J. A. A. et al. Características da assistência à saúde a pessoas com Diabetes mellitus acompanhadas na Unidade de Saúde da Família Pedregal II, em Cuiabá, MT: reflexões para a equipe de saúde. **O mundo da Saúde**, 34(1), 43-49, 2010.

SIQUEIRA, F. V. et al. Atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 24(1), 39-54, jan. 2008.

SIQUEIRA, F. V. et al. Aconselhamento para a prática de atividade física como estratégia de educação à saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, 25(1), 203-213, jan. 2009.

SIQUEIRA, F. V. et al. Atividade física em profissionais de saúde do Sul e Nordeste do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 25(9), 1917-1928, set. 2009.

VENTURIM, L. M. V. P.; MOLINA, M. D. C. B. Mudanças no estilo de vida após as ações realizadas no Serviço de Orientação ao Exercício – Vitória/ES. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. 10(2), maio-ago. 2005.

WARSCHAUER, M.; D'URSO, L. Ambiência e formação de grupo em programas de caminhada. **Saúde e Sociedade**. 18(supl. 2), 104-107, 2009.

Endereço: Rua Camargo Varela de Sá, 03 – Vila Carli – Guarapuava - PR

Telefone: (42) 3629-8132

E-mail: silvano.unicentro@gmail.com