

ESTRATÉGIAS DE ENSINO UTILIZADAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PARA PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM ADOLESCENTES ESCOLARES

TEACHING STRATEGY USED IN SCHOLL PHYSICAL EDUCATION TO PREVENT OBESITY IN ADOLESCENT STUDENTS

Fábio Thomaz Melo¹ [fabiomello_fsa@hotmail.com]

Leila Thomaz Melo² [leilamelothomaz@gmail.com]

1- Claretiano- Centro Universitário, anexo a Escola José de Anchieta, Alexandre Correia da Silva Jesus, Avenida João Durval Carneiro, nº 3039, bairro Estação Nova, 44051-605, Feira de Santana/BA.

2- Instituto Pró Saber (IPS), Rua Georgina Erisman, nº 205, centro, 44.001-448, Feira de Santana/BA.

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo descrever estratégias de ensino que possam ser utilizadas pelo professor de Educação Física para minimizar e prevenir a obesidade em adolescentes escolares. Este estudo é fundamentado por pesquisa bibliográfica. Optou-se pela análise do conteúdo na perspectiva de Bardin (1977). A partir do levantamento do conteúdo e análise dos periódicos, foram garantidas contribuições de diferentes autores para atenuar o problema do adolescente obeso. Estas contribuições resultaram em uma categoria temática: Estratégias de ensino pode o professor de Educação Física utilizar para atenuar o problema da obesidade na adolescência. Então, tendo conhecimento destas estratégias, e também o entendimento do culto ao corpo que têm estes adolescentes, pode o profissional avaliar os efeitos da aplicação de diferentes procedimentos e metodologias para intervir na prevenção do problema, bem como promover para este público hábitos de uma vida saudável.

PALAVRAS-CHAVE: educação física escolar; professores; obesidade na adolescência

ABSTRACT

This study aims to describe teaching strategies that can be used by Physical Education teacher to minimize and prevent obesity in adolescent students. This study is based on bibliographic search work. We opted for the analysis of the content from the perspective of Bardin (1977). From the survey content and analysis of journals, different authors' contributions were guaranteed to minimize the problem of obese adolescents. These contributions have resulted in a thematic category: Teaching strategies can the teacher of Physical Education use to lighten the problem of obesity in adolescence. Then, having knowledge of these strategies, as well as understanding the cult of the body that these teenagers have, the professional can evaluate the effects of application of different procedures and methodologies to intervene preventing the problem and promoting habits of a healthy life.

KEYWORDS: physical education; teachers; obesity in adolescence

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo trata de uma investigação sobre as “estratégias de ensino da Educação Física (EF) para atenuar nos problemas acometidos pela obesidade em adolescentes escolares”. Nessa atual conjuntura, implica refletir que a fase inicial da adolescência é apontada como um dos momentos mais críticos para a ação ou resultado da obesidade, tendo como principal parâmetro, o acréscimo do percentual de tecido adiposo.

É nessa instância que obesidade tende a acentuar-se, acredita Muller (2013), pois para o autor, é um período de desenvolvimento e crescimento, juntamente com mudanças morfológicas e fisiológicas, as quais a nutrição e a Atividade Física exercem um papel essencial para o desenvolvimento integral do ser humano. Assim, Goulart (2010), relata e completa que na pré-puberdade e na adolescência é crucial a associação entre o nutrimento, crescimento e desenvolvimento integro do sujeito, e mesmo que, alimentar-se, avultar-se e desenvolver-se sejam fenômenos incomuns numa perspectiva fisiológica, ainda assim, são interativos, interdependentes e inseparáveis na sua totalidade, explanando o potencial do ser humano. Portanto, formar e tornar um cidadão sadio a partir desses aspectos e das práticas pedagógicas da educação física tornará e resultará em mudanças na formação do indivíduo como ser integral, já que o objetivo da educação física escolar segundo Nahas (1997) é ensinar os princípios básicos e suas relações com a atividade física- saúde principalmente para o obeso, os sedentários, indivíduos com baixa aptidão física e necessidades especiais, cujos considerados os mais necessitados. No, entanto, no ponto de vista de Farinatti e Ferreira (2006) a educação física escolar deveria majorar seu objetivo na habilitação dos alunos a praticarem e compreenderem a atividade física e o desporto na sociedade.

Diante do exposto, o presente estudo traz a seguinte pergunta de investigação: Quais estratégias de ensino o profissional de Educação Física pode se apropriar para minimizar a obesidade em adolescentes escolares?

Diante da questão acima, o atual estudo tem como objetivo descrever estratégias de ensino que possam ser utilizadas pelos professores de Educação Física para minimizar e prevenir a obesidade em adolescentes escolares.

Sabe-se que a obesidade é uma doença ocasionada pelo aumento excessivo do tecido adiposo, instalando-se e acumulando-se de tal maneira que afeta diretamente a saúde (OMS, 2013). E por essa discussão torna-se tão grave e ampla, a classificou como “epidemia”. Portanto, necessita de uma atenção redobrada para esse problema, como mostra Alves et al. (2000 *apud* TERRES et al., 2006), pois a obesidade, na adolescência, cresce nos últimos anos e atinge índices de 10,6% no sexo feminino e no masculino 4,8%, sendo que na região Sul do País os índices chegaram a 13,9%.

Acredita-se que alguns fatores podem estar associados a este problema, tais como: sedentarismo, inatividade, má alimentação etc, e, acrescentando com Felipe e Santos (2004), um dos maiores problemas de saúde no país hoje, decorrem do excesso de peso, decorrente dos adolescentes não estarem sendo estimulados a uma prática de atividade física continuada, pois, atualmente, a Educação Física perdeu sua identidade no âmbito escolar. Esta menção remete a um pensar crítico e reflexivo do quanto essa disciplina vem sendo marginalizada, no que diz respeito ao seu espaço de trabalho, tempo de prática, números e horas de aulas e sua exclusão.

O interesse na pesquisa nasce após a atuação como aluno pesquisado em um trabalho de projeto integralizado da Faculdade Nobre de Feira de Santana (FAN), o qual teve como objetivo analisar duas escolas (uma pública e uma privada) da cidade. E diante dos resultados encontrados se observou uma significativa falta de atenção a esse assunto que é de extrema relevância e que atualmente afeta uma grande parte dos adolescentes. Pensando que o profissional de Educação Física possa contribuir a partir das suas estratégias de ensino como um agente promotor de mudanças nos hábitos dos alunos, foi que surgiu a motivação para trabalhar esse tema.

Existe a necessidade de que essas questões dentro da escola continuem sendo esclarecidas, com a finalidade de trazer maiores conhecimentos aos alunos, bem como contribuir na obtenção de resultado positivo de forma direta no que concerne a mudança no estilo de vida. Certamente, irá contribuir com o desenvolvimento integral do ser humano, visando assim, conscientizar não só o adolescente, mas também os familiares, visto que são os condutores desses sujeitos em todos os aspectos. Desse modo, o educando irá refletir positivamente na perspectiva de prevenção contra a obesidade através dos saberes adquiridos na escola.

A relevância social da pesquisa e os possíveis avanços ou contribuições podem resultar em transformações não só para esses jovens, mas também para a população em geral, iniciando um novo olhar a partir das crianças e culminando nos idosos, assim acredita-se que o profissional de Educação Física estará contribuindo para uma sociedade mais crítica e consciente para uma melhor qualidade de vida. O outro ponto de grande importância a ressaltar é a consciência e discussão ao professor de Educação Física, sintonizando-os com os movimentos desenvolvidos para a sociedade, principalmente no que concernem as mudanças de comportamentos e às políticas públicas, já que atualmente se tem uma orientação da OMS para enfrentar essa problemática.

2 REFERENCIAIS TEÓRICOS

2.1 Obesidade na adolescência

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a obesidade é uma doença ocasionada pelo aumento excessivo do tecido adiposo, instalando-se e acumulando-se de tal maneira que afeta diretamente a saúde humana (OMS, 2013). E por essa discussão torna-se tão grave e ampla, a classificou como “epidemia”, que afirmada por Oliveira (2013) é caracteriza como uma verdadeira epidemia mundial. Assim, tornando-se também um problema sério para a saúde pública, cita (CARNEIRO, et al., 2000).

Existem dois tipos de obesidade segundo Filgueiras (2013 *apud* SANDE; MAHAM, 1991), sendo elas: a endógena e exógena, sendo a exógena causada pelo excesso de caloria ingerida, que para Escrivão (2000) é responsável por 95 a 98% dos casos, e já a endógena sua causa é por distúrbios metabólicos e hormonais. Então, é certo afirmar que os fatores endógenos vêm decorrentes das alterações hormonais, disfunções na tireoide, predisposição genética, que na sua maioria, vem decorrente do fator comportamental e do metabolismo lento, o qual é promotivo do acúmulo de gordura. Já os exógenos são ocasionados pelos hábitos de vida, atividade física e o equilíbrio psicológico (FILGUEIRAS, 2013).

Acredita Araújo (2010) que a Educação Física com sua experiência sobre o corpo, pode sim, combater a obesidade em crianças e adolescentes, basta, claro, promover ações educativas. E foi devido ao alto índice da prevalência da obesidade em crianças e adolescentes brasileiros que tornou a escola um melhor ambiente para as intervenções sobre esta enfermidade. E ao pensar que certa parte dessa população doente frequenta a escola, o docente tem o direito e o dever de influenciá-los, a partir das suas práticas pedagógicas e caracterização da disciplina, a adoção de hábitos de vida saudáveis, já que atualmente, o professor dialoga com a formação do cidadão e propostas de vivências das práticas corporais na escola, tomando como base, a cultura corporal como seu referencial. Desse modo, o aluno se sentirá hábil para intervir na sociedade de forma direta, participativa e comunicativa, logo que ambiente escolar é considerado um espaço com amplas possibilidades para experimentar toda a dimensão da cultura corporal, em benefício do exercício da cidadania e de melhoria na qualidade de vida.

Ao observar o aumento da prevalência, alto índice de adolescentes obesos e suas consequências, far-se-á necessário os promotores da saúde adotarem uma conduta mais enérgica para diagnosticar, prevenir e controlar esse incômodo. Contudo, os professores habilitados devem levar no seu dia a dia as informações sobre a prática de atividade física, hábitos de vida saudável, para assim, conscientizar essa população a atenuarem nesse problema.

2.2 Obesidade no Brasil

A adolescência segundo Carneiro et al. (2000) é uma fase da vida em que ocorre densas modificações no desenvolvimento e na maturação do indivíduo. No entanto, necessita de uma atenção redobrada para esse problema, salienta Alves et al. (2000 *apud* TERRES et al., 2006), visto que, a obesidade, nessa instância, cresce nos últimos anos e atinge índices de 10,6% no sexo feminino e no masculino 4,8%, sendo que na região Sul do País os índices chegam a 13,9%. E falando-se de Brasil, Carneiro et al. (2000) estima que um terço da população brasileira está acima do peso ideal, que para Felipe e Santos (2004), a partir de uma estimativa feita pela Força Tarefa Latino-Americana de Obesidade, os problemas de saúde no país geram 5% dos gastos públicos por internações decorrentes de doenças ocasionadas pelo excesso de peso, sendo difícil negar, hoje, que é um dos principais problemas da saúde coletiva.

Segundo Ferrari et al. (2013) no Brasil e em outras nações o comportamento sedentário inicia-se na infância e dissemina-se na adolescência, e ao concordar também com o pensamento de Coelho (2008) e Cavalcanti (2011) que o âmbito escolar é um ambiente privilegiado na prevenção da obesidade, onde o aluno passa um longo período do dia, o presente estudo “Intervenções Didático-Pedagógico Utilizadas na Educação Física Escolar para Prevenção da Obesidade em Adolescentes Escolares” se preocupa e preconiza em nortear os professores da Educação Física escolar através de informações coletadas em periódicos para possibilitar estratégias que possam ser utilizadas nas aulas no que diz respeito a minimizar a obesidade em educandos escolares.

Cabe aos professores de EF se debruçarem da abordagem comportamentalista ou conservadora (uma das abordagens identificadora da promoção da saúde) a qual visa conduzir o sujeito a assumirem compromisso particular com a saúde e reduzir os gastos com o sistema de saúde (FERREIRA; CASTIEL; CARDOSO, 2011). Também, mudanças de hábitos de vida podem minimizar os fatores de riscos para o aparecimento das doenças crônico- degenerativas, as quais elevam consideravelmente os gastos públicos. Contudo, Ferreira, Castiel e Cardoso (2011) salientam:

Atualmente, é difícil negar que a mudança de hábitos de vida pode contribuir com a redução de fatores de risco para as ditas doenças crônico-degenerativas, consideradas um dos principais problemas de saúde coletiva. Ao mesmo tempo, porém, é difícil aceitar que as principais estratégias que vêm sendo adotadas para mudar esse cenário – com destaque para as de promoção da atividade física – privilegiem a prescrição comportamental individual emanada da ciência epidemiológica. A confiança nesse tipo de estratégia é tamanha que, não raro, numa atitude “honestamente desonesta”, se exacerbam os

benefícios [principalmente, fisiológicos] da atividade física ao mesmo tempo em que se minimiza o papel do contexto sociocultural nas mudanças comportamentais, sobretudo, as mais duradouras. (p.2)

Há uma afirmação que nas últimas décadas, no Brasil, foi constatado a redução da prevalência de desnutrição infantil e aumento da obesidade no adulto. E é a partir desse crescimento, dos riscos que gera e a persistência da obesidade na fase adulta que se torna preocupante (LEÃO et al., 2003).

Acredita-se que alguns fatores podem estar associados a este problema, tais como: O sedentarismo (inimigo e algo extremo à sociedade segundo Ferreira, Castiel e Cardoso (2011)), para Guedes e Guedes (1999) é uma conduta a qual tem uma forte relação com o surgimento de encadeação de disfunções crônica- degenerativas, a inatividade, a má alimentação etc. E, acrescentando com Felipe e Santos (2004), um dos maiores problemas de saúde no país hoje, decorrem do excesso de peso, decorrente dos adolescentes não estarem sendo estimulados a uma prática de atividade física continuada, pois, atualmente, a Educação Física perdeu sua identidade no âmbito escolar. Esta menção remete a um pensar crítico e reflexivo do quanto essa disciplina vem sendo marginalizada, no que diz respeito ao seu espaço de trabalho, tempo de prática, números e horas de aulas e sua exclusão.

Não só a obesidade, como também o sedentarismo, hoje, é considerado uma doença, concorda Ferreira, Castiel e Cardoso (2012) citando os autores que defendem essa ideia, tais como: Booth e Krupa, 2001; Lees e Booth, 2005; 2004; Katzmarzyk, 2004 e McNeil, 2003. Sendo assim, ainda Ferreira, Castiel e Cardoso afirmam que foi chegado a essa conclusão devido às disfunções causadas pelo sedentarismo e por definirem "doença" numa perspectiva dos órgãos, seus sistemas, do corpo humano e o funcionamento dos sinais vitais estarem intermitentes ou avariados, seja por fatores endógenos ou exógenos.

Ao pontuar o sedentarismo como um dos problemas causadores da obesidade será exposto uma descrição de Ferreira (2001) do que pode ocorrer quando os professores utilizam exclusivamente e de forma individualista estratégias para o combate ao sedentarismo:

Os professores de educação física, ao acatar o uso de estratégias exclusivamente individuais para o combate do sedentarismo, perdem a oportunidade de usar seus conteúdos para conscientizar as pessoas e acabam por legitimar a despolitização do cotidiano e a perpetuação do *status quo*. Estratégias desse tipo, que não prevêm ou apontam ações concretas para a superação de uma realidade socioeconômica adversa, podem ser consideradas estéreis ou paliativas. Isso porque, ao mesmo tempo em que alguns indivíduos podem se sensibilizar pela mensagem

do exercício e se engajar numa prática continuada, inúmeros outros são levados pelas condições socioeconômicas a distanciarem-se dessa prática. (p.48)

Acredita-se que não basta o aluno, a partir do saber adquirido no âmbito educacional saber formar, organizar, compor, elaborar e ponderar uma programação de exercício para desenvolver sua autonomia, mas sim compreender de forma positiva a diminuição das várzeas, a falta de tempo e as classes sociais que se diferenciam pela escolha da prática desportiva, assim tornando-se um sujeito ativo, autônomo das suas práticas no seu dia a dia.

O que Ferreira (2001) preconiza é a ideia de que a Educação Física não pode desprender do caráter multifatorial da qualidade de vida e saúde. Então, importa salientar que apesar dessas razões acima, não pode esquecer também de comentar sobre a relação que envolve a partir de problema social, econômico e familiar à obesidade. No entanto, essa menção remete a um pensar reflexivo, do impacto que essa doença gera no meio social, apontando diretamente a escola, a qual muitas das vezes, o indivíduo que a possui são discriminados pelos próprios colegas. Contudo, pode ser simplificada em um simples parágrafo a geradora desse fato quando esses três aspectos são interligados: Ora! Se esses indivíduos são sustentados pelos pais, certamente comem de acordo com seu poder aquisitivo e os que lhe oferecem, e sendo de baixa renda, infelizmente, hoje, os alimentos menos saudáveis, de maior densidade energética, são os mais baratos, acarretando assim, um maior acúmulo de tecido adiposo em seu corpo por seu consumo ser sempre maior que seus gastos, gerando assim, discriminação a esse biótipo quando apresentados a sociedade.

Acredita-se que essa epidemia seja ainda mais do que esses pontos relacionados acima, visto que no estudo de Oliveira et al. (2003), a obesidade foi significativamente associada os níveis elevados de escolaridade do genitor e genitora, alta renda familiar e a confirmação de TV, compactador, telefone e videogame nas residências.

Conclui-se que o problema da obesidade não esteja apenas relacionado às faltas de atividades físicas, ações motrizes e alimentares, mas também nas questões socioeconômicas e culturais no meio em que estes indivíduos vivem. E, em uma sociedade, onde a dimensão de indivíduos adultos é significativa para o aumento dos dados estáticos relacionados às doenças crônico-degenerativas decorrente do má hábitos de vida e a inatividade física, parece haver lógica para remodelar a condução das aulas de EF e enfatizar na educação para a saúde (GUEDES, 1999).

2.3 Atividade física na adolescência

Atividade física para Lazzoli et al. (1998) é compreendida como qualquer movimento que resulta na contração muscular esquelética afim de aumentar o gasto energético acima dos níveis de repouso e não necessariamente a prática esportiva.

Promover atividade física na adolescência significa construir uma base adequada para minimizar a prevalência da inatividade na fase adulta e contribuir para uma melhor qualidade de vida (LAZZOLI et al., 1998). Segundo Prati (2001) Crianças e adolescentes têm uma natureza nata à disposição ao movimento, que os fazem tornar naturalmente indivíduos ativos, mas ressalta que ao passar das fases alguns estímulos ambientais invertem esse comportamento.

Mesmo com o reconhecimento da importância da atividade física como promoção da saúde e prevenção, o baixo nível de atividade física diante da prevalência afeta de forma significativa em todas as idades (TASSITANO, 2007). Portanto, um estilo de vida ativo na fase adolescente pode trazer diversos benefícios, não só nessa fase, como o encaminhamento para fase adulta, tais como: Melhora no perfil lipídico, sendo que para Farinatti (2008) a composição corporal (estatura, massa corpórea magra e a gordura corporal) são fatores motores que podem se alterar com a idade, o metabolismo, melhora no sistema cardiovascular, pulmonar etc. Segundo Giugliano (2004) em seu estudo, titulado "fatores associados à obesidade em escolares" e que teve como objetivo analisar a relação entre obesidade e escolares, atividade física e horas de sono da criança, escolaridade e obesidade dos pais, como resultado, observou que a inatividade física está associada à obesidade, e a obesidade e sobrepeso nos pais associasse ao sobrepeso e obesidade nos filhos.

Ao relacionar professor e escola, o professor segundo Galvão (2002) desempenha uma função única dentro do ambiente escolar, pois é o elemento que liga o contexto interno, que é a "escola", o contexto externo, a "sociedade" e o conhecimento dinâmico e o aluno. Contudo, como facilitador das ações, deve ter subsídios suficientes para trabalhar os aspectos motores e físicos, os componentes sociais, culturais e psicológicos.

A partir desse contexto surge uma indagação: Será que é tão fácil na prática minimizar a obesidade na adolescência a partir da receita com seus ingredientes? Tal Receita e ingredientes são explanados por muitos para minimizar a obesidade, sendo eles: Praticar pelo menos trinta minutos de caminhada por dia; Praticar esportes; Ter uma alimentação rica em proteínas, fibras, vitaminas etc; Consumir alimentos com baixo teor de carboidrato e gordura; Vivenciar as práticas corporais da cultura corporal no âmbito escolar; Estimular uma vida ativa na infância; Conscientizar o educando das consequências e causas que leva a obesidade; Envolver toda a comunidade escolar em

programas e ações voltadas a obesidade; Expor o alto índice da prevalência da obesidade no Brasil para os escolares, entre outros.

Muitos preconizam uma ideia de que para minimizar a obesidade é fácil, basta pegar alguns desses ingredientes e colocá-los em prática. Acredita-se, que antes mesmo de pensar em minimizar essa epidemia deve ser pensado de que modo a atividade física deve ser levada aos alunados ao ponto de gerar saúde e surgir efeito de forma positiva. Será que as condições e contexto de vida de toda nação são favoráveis? Então, ao concordar com Mezzaroba (2012) vejamos o que tantas outras questões devem ser colocadas em prática. No entanto, o autor salienta que: Para que a prática de atividade física tenha resultados positivos no que diz respeito saúde, a condições de vida e o contexto do cidadão deve ser favorável ao ponto de ter acesso a uma educação digna, qualificada, ter acesso básico a saúde e aos bens de consumo diversos etc, porque se cada ponto aqui colocado for de certa forma desfavorável, pode-se dizer que seria paradoxal sustentar a ideia de que a atividade física geraria saúde, sobretudo, quando há indisponibilidade de uma alimentação adequada, uma má condição de moradia, vestimentas, educação capazes de alfabetizar o cidadão e encaminhá-los à aquisição dos conhecimentos fundamentais, bem como a profissionalização entre outros.

Diante do exposto, tornar-se essencial retornarmos a indagação e reformula-la: Será que ainda continuemos a acreditar que é fácil minimizar a obesidade a partir da descrição de Mazzaroba? Será que são percebidas quantas questões devem ser agregadas para que atividade física fosse realmente promotora da saúde? Imagine reverter esse quadro da prevalência do sobrepeso e obesidade no Brasil? Contudo, cabe aqui um momento de indagações para uma maior reflexão: Será que existe uma alimentação adequada para todas as classes? Ou seja, todas elas têm um mesmo poder aquisitivo para poder consumir alimentos saudáveis? Será que os lugares que residem têm os mesmos espaços com amplas possibilidades para manter uma vida ativa? Todo cidadão tem vestimentas e recursos para praticar atividade física com segurança? Todo sujeito tem a mesma educação e Educação Física escolar? Todos os professores seguem a abordagem da saúde renovada nas suas práticas pedagógicas? Essas são as mínimas indagações que podem ser descritas para refletir sobre a redução da estimativa da obesidade em escolares brasileiros.

Para chegar aos efeitos positivos da atividade física na adolescência, sendo eles: desenvolvimento da capacidade motora, a interação, o favorecimento a descoberta e discussão do contexto que estão inseridos, a socialização através das situações vivenciadas, a compreensão do seu corpo, bem como os seus limites a partir dos subsídios ofertados, melhorar a autoconfiança, a autoestima e a forma de se expressar como descreve Orfei (2016) não é tarefa fácil, há um grande caminho a se percorrer.

2.3.1 Atividade física na escola

Preconizando o dever do professor de Educação Física de conscientizar o educando a entender a importância da prática da atividade física na escola é que é trazido duas e importantes discussões, a primeira é que Marques e Gaya (1999) notam que a predominância no programa de Educação Física escolar são as atividades lúdicas, na qual decorre esse privilégio a uma exagerada ênfase nas capacidades motoras coordenativas tais como: equilíbrio, precisão e ritmo. No entanto, isso mostra que a prática de atividade física propriamente dita na escola relacionada à saúde, hoje, é um pouco esquecida, sendo que segundo Bergaman et al. (2005) alerta que, diante de uma instituição manipuladora comportamental e de conhecimento que é a escola, é que a partir das aulas de Educação Física deveria ser inclusa e priorizada as atividades que adoescessem a aptidão física dos estudantes e como prioridade as relacionadas a saúde, logo que, seus componentes são mais aptos aos fatores ambientais, enquanto os relacionados a performance são mais entusiasmados pelo fator hereditário.

Vale resalvar a partir da menção de Bergaman a posição de Guedes (1999) no que diz respeito ao jovem na idade escolar e o pouco investimento na sua formação:

Em razão dos jovens na idade escolar raramente apresentar sintomas associados às doenças degenerativas, tem-se investido muito pouco em sua formação escolar quanto à adoção de hábitos de vida que possam inibir no futuro o aparecimento dessas doenças. O fato dos sintomas provenientes das doenças degenerativas ainda não terem se manifestado nessa fase, não significa que os jovens estão imunes aos fatores de risco que na sequência possam inibir a um estado de morbidez. (p.1)

Um dos problemas que os docentes enfrentam para conduzir suas práticas pedagógicas é o espaço, pois, acredita-se que a quadra de aula não tenha uma manutenção adequada para que essas ações sejam difundidas corretamente, que segundo Beti (1999) é um assunto minucioso tratar do espaço escolar, logo que, várias instituições se apropriam de um único problema, o “espaço para trabalho”, o qual acaba tronando um empecilho e restringindo a prática do professor. Contudo, ressalta também que o professor sempre imagina sua aula repleta de bolas, colchonetes e cones, ou seja, os mais diversos materiais, mas que quando a sua imaginação não se torna realidade à aula termina.

É visível que o problema “espaço” é generalizado, e torna-se necessário tomar providências pelas partes governamentais para que ofereça ao professor de EF uma melhor condição de trabalho, para assim, chegar a sua finalidade que é promover melhoras nos aspectos: motores, físicos, sociais, culturais e cognitivos em crianças e adolescente escolares.

Convém lembrar, segundo Guedes (1999) que já existiram épocas que os programas de educação física escolar tinham como propósito aquisição e conservação da saúde, visto que a preocupação era unicamente com exercício físico desvinculado da formação educativa dos jovens, que por sinal, um equívoco e deturpada. Dessa forma, sugere o autor, generalizando a escola e particularizando o professor de EF, em sua missão promover delineamentos, afim do alunado perceber a importância da adoção do hábito de vida saudável e a atividade física relacionada à promoção da saúde, adotando-as no seu cotidiano.

O que Guedes sugere é que os professores integrem e adotem em suas práticas pedagógicas uma nova conduta, o não tratamento exclusivo das práticas esportivas e recreativas, mas sim fundamentalmente, obterem metas direcionadas a educação para a saúde, para que assim possam proporcionar aos alunos, por meio de seleção, organização e desenvolvimento de experiências episódios que transformem crianças e jovens em indivíduos fisicamente ativos, bem como incorporar uma vida saudável ao decorrer da longevidade.

Conforme o objetivo ser conscientizar o educando a obter um estilo de vida saudável ao longo de toda vida, é ideal segundo Guedes (1999) que níveis pertinentes da aptidão física relacionada à saúde sejam praticados desde infância até atingir o ponto culminante. No entanto, fazer com que o aluno tenha conhecimento ao ponto de lhe permitir organizar princípios de como praticar atividade física, o porquê e não praticar por praticar se torna algo essencial para as crianças e jovens.

2.4 Estratégias de ensino

O termo “estratégia”, historicamente falando, estava presente no planejamento militarista, a fim de desenvolver e executar suas ações em prol das guerras, que atualmente, este vem sendo expandido no âmbito empresarial (PETRUCCI; BATISTON, 2006).

Esse termo significa a arte de aplicar os meios e recursos disponíveis para alcançar um objetivo específico (XIMENES, 1954, p.405). E segundo Ximenes (1954) o significado no que diz respeito à palavra “ensinar” é um conjunto de métodos usados para ensinar alguém. No entanto, ao fazer uma junção desses significados de estratégias de ensino, pode ser dito que o professor deverá aplicar modos e recursos fundamentados e existentes, a fim de chegar ao objetivo específico, a partir dos métodos utilizados para ensinar a quem.

O uso da expressão “estratégias de ensino” refere-se às formas pelas quais os docentes fazem interligações com o conteúdo e o que se espera alcançar. Logo, Anastasiou e Alves (2004) ressaltam que: As estratégias de ensino têm como primórdio o alcance dos objetos, não podendo esquecer que, o processo de ensinagem tem que deixar nítida aonde quer chegar naquele instante. Sendo assim, ainda os autores

explanam que as estratégias devem estar expostas no material didático e que seus objetivos norteadores devem estar claros para os sujeitos envolvidos, nesse caso, professores e alunos.

As estratégias para Petrucci e Batiston (2006) se constituem em ferramentas as quais os docentes podem modificar e adaptar sempre que forem necessárias e convenientes as mudanças.

Acredita-se que não existe uma estratégia melhor que a outra, diz Mazzioni (2013 *apud* Struchiner, 1999), logo que, deve considerar o contexto de cada âmbito de aprendizagem, pois sua seleção advém de diversos elementos e fatores, assim, representando um flagrante primordial para o desempenho do processo educativo, de modo a construir experiências que exijam reflexões e postura ativa, como por exemplo, observar e recolher as evidências e elaboração de conclusões.

Com intuito de apresentar formas de ensino mais eficazes para reflexão docente, será apresentado resultados do estudo de Mazzioni (2013), a qual o autor os extraiu a partir da entrevista feita com os discentes de ciência contábeis no que diz respeito ao tipo de aula mais eficaz, os quais estes se referem às estratégias de ensino que melhor absorve o aprendizado na concepção discente.

A partir das 157 “indicações” do tipo de aula mais eficaz obteve um maior número de preferência dos alunos pelo meio de resolução de exercícios, resultando em 40,76%, numa escala de 100% de entrevistados. Em segundo lugar encontra-se a aula expositiva com 27,39%, e o terceiro tipo de aula mais eficaz para os discentes foi através de seminários, totalizando 14,01%. Os três tipos de estratégias quando somados em conjunto totalizam 82,17%, restando apenas 17,83% para as demais.

Cabe aqui, não entrar na discussão se os resultados encontrados no estudo de Mazzioni são os mesmos para os alunos de educação física, pois, acredita-se, que para chegar a essa comparação precisa-se de um novo estudo, foco e objetivo. Mas, quem sabe através desses resultados desperte o interesse aos professores da rede básica de ensino, e em especial aos professores de Educação Física a fazerem estudos relacionados a esse foco? Assim, certamente irá conhecer melhor seus educados e suas formas de melhor aprender.

A partir do exposto veremos nas discussões se existem autores que utilizam algumas dessas estratégias para atenuar a obesidade em adolescentes escolares.

Quanto à participação dos professores no estudo de Mazzioni (2013), sendo 86 entrevistados, os quais poderiam pontuar mais de uma indicação, resultaram em 156 indicações. Mas, Antes de apresentar o resultado do estudo de Mazzioni, nada mais justo que repassar o que foi pedido aos alunados para se chegar a essas estratégias. No entanto, foi pedido para cada pesquisado descrever as estratégias de ensino mais ofertadas pelos professores de contabilidade.

Como se nota nas discussões do seu estudo, a três estratégias mais utilizadas pelos os professores do curso supracitado foram às aulas expositivas com 41,03%, resoluções de exercícios calculando 38,46% e seminários apresentando 14,10% das

indicações, que somados exibe 93,59% de todas as menções descritas pelos alunos. Por fim, essas manifestações demonstram que os docentes adotam uma postura construtivista, a qual considerada de grande importância quando estimulado a atividade intelectual dos estudantes no processo de ensino-aprendizagem (MAZZIONI, 2013).

Nessa abordagem a qual os professores de contabilidade se apropriam, no âmbito da Educação Física, para os parâmetros Curriculares Nacionais (1998) busca-se a formação integral do sujeito, incluindo as dimensões cognitivas e afetivas ao movimento humano.

Numa perspectiva de Campos (2011) no que diz respeito ao construtivismo aponta o porquê a partir dela o alunado aprende e por que o professor é uma figura importante:

O aluno aprende porque ele interage com os fenômenos que acontecem no meio em que está inserido, independentemente do professor exigir essa manifestação. A figura do professor será importante porque existe uma série de conhecimentos complexos construídos pelo homem no seu processo histórico que precisam ser mobilizados para o processo de ensinar. Mas, uma vez que aluno mantém contato com esses conhecimentos, ele desenvolverá meios para assimilá-los. Isso implica dizer que o construtivismo é interacionista. (p.73)

Já que o professor é o ponto chave para o ensino- aprendizagem do aluno e, mudando da abordagem citada por campos para de um dos precursores da saúde renovada, Guedes (1999) aponta que a falta de uma fundamentação densa no que diz respeito aos princípios teóricos sobre atividade física (qualquer movimento corporal, executado pelos músculos esqueléticos os quais resultam nos gastos calóricos maiores que os níveis de repouso (CASPERSEN et al., 1985)), aptidão física (capacidade de efetuar trabalho muscular de forma adequada segundo a OMS (1998 *apud*, Who, 1978)) e saúde tem levado e desencadeado os jovens e a sociedade forma geral a falta de interesse pela prática de atividade física relacionada à saúde justamente pelo nível de desinformação. Contudo, percebe-se o quanto se torna essencial à aderência de estratégias de ensino que englobem tanto a práxis, quanto os objetivos conceituais (aprender a partir dos conceitos e princípios), procedimentais (aprender a fazer a partir dos procedimentos ofertados) e atitudinais (desenvolver atitudes e valores a partir do aprendizado) numa tentativa do aluno priorizar o saber adquirido na escola e adotar hábitos e estilos saudáveis por toda vida.

Quando a Educação Física em suas práticas relaciona saúde interligando os componentes da qualidade de vida, proporciona ao indivíduo o bem estar físico-psíquico-social, material, emocional, e melhora o desenvolvimento de suas atividades

cotidianas, isso tudo contemplado em uma só expressão, “saúde”, que conceitualmente segundo Guedes e Guedes (1995) sua definição se enquadrava numa concepção vaga e disseminada, no entanto, gerando interpretações arbitrárias e equivocadas quando se relacionava saúde à ausência de doenças e enfermidades, mas que atualmente, segundo a Organização Mundial da Saúde a deixa claro essa interpretação a definindo não somente como ausência de doenças e enfermidades, mas também como estado mais amplo do bem estar físico, mental e social. Considerada para Guedes e Guedes (1996) e Nahas (1997) um estado mutável e não estável, o qual se constrói no percurso da vida. Percebe-se então, que a Educação Física tem um papel fundamental e, a educação física escolar uma tarefa a ser cumprida.

Por fim, segundo Guedes (1999) descreve seu ponto de vista do por que o indivíduo não adota estilo de vida saudável e tão pouco demonstra atitudes e valores que lhe permitem adotar uma maneira de viver saudavelmente, bem como a forma como a Educação Física pode conduzi-los nas suas práticas para converter esse quadro. Como mostra a seguir:

Como resultado, nos encontramos em uma sociedade onde crianças, jovens e adultos não conseguem demonstrar atitudes, valores, informações e habilidades que lhes permitam adotar um estilo de vida ativo e saudável, por deficiências em sua formação educacional. Sem dúvida, para tentar reverter esta situação existe a necessidade urgente de se processar alterações no enfoque até então apresentado aos programas de educação física escolar, fazendo com que as estratégias de ensino sejam conduzidas a segmentos do movimento humano onde, prioritariamente, venham a prevalecer aspectos da atividade física relacionada à saúde. Nessa direção, provavelmente, a educação física enquanto disciplina do currículo escolar, possa encontrar o seu verdadeiro papel, passando a atuar de forma mais efetiva em nossa sociedade. (p. 5)

2. 5 Saúde renovada e o papel da saúde nas tendências e abordagens

A existência de uma abordagem que pautasse sobre as questões relacionadas à saúde foi exposta a partir da década de 90, que segundo Darido (2003) veio numa perspectiva, a partir dos principais teóricos Nahas (1997) e Guedes e Guedes (1996) de ampliar essa discussão e não apenas reforçar os princípios da tendência higienista. Sobretudo, trazendo para a educação física escolar explicações das causas e fenômenos da saúde numa visão de qualidade de vida. Que para estes não devem desprender das práticas pedagógicas, bem como reformula-las interligando a educação e promoção a saúde, assim renovando-a.

É importante ressaltar que ao longo do século XX, foram muitos os autores que defenderam a Educação Física numa perspectiva biológica, afirma Darido (2001, p.11). Já que foi comentado minuscilmente sobre a tendência higienista e pautada as abordagens, construtivista e a saúde renovada será exposto a sintetização feita por Ferreira e Sampaio (2016) sobre o papel da saúde em cada tendência e abordagens. Como revela a seguir:

Tendência/abordagem	Papel da saúde
Higienista	Promover a assepsia social, preocupação com a limpeza corporal, eugenia. Somente aulas práticas. Tema saúde abordado indiretamente. Visão biologicista e individualista de saúde.
Militarista	Preparar alunos saudáveis através de exercícios militares para representar o Brasil em futuras guerras. Somente aulas práticas. Tema saúde abordado indiretamente. Visão biologicista e individualista de saúde.
Pedagógicista	Início de discussões teóricas sobre o tema, mesmo que simplórias, sobre primeiros socorros, higiene, prevenção de doenças e alimentação saudável. Visão individualista de saúde.
Esportivista	Os alunos deveriam possuir saúde para tornarem-se atletas. Desenvolvimento da fisiologia e do treinamento esportivo. Somente aulas práticas. Tema saúde abordado indiretamente. Visão biologicista e individualista de saúde.
Popular	Discussões teóricas sobre diversos temas como o sedentarismo, as doenças sexualmente transmissíveis, o combate às drogas e os primeiros socorros. O biologicismo começa a declinar. Percepção de que somente a dedicação aos exercícios não é suficiente para a prevenção de doenças. Crise epistemológica na Educação Física, que provoca nova leitura do seu papel como produtora de saúde.
Psicomotricidade	Saúde tratada de forma indireta através de atividades que desenvolvam os aspectos psicomotores, cognitivos e afetivos. Somente

	aulas práticas. Visão não biologicista, porém individualista de saúde.
Construtivista	Saúde tratada de forma indireta através de atividades lúdicas envolvendo o jogo. Visão não biologicista, porém individualista de saúde.
Desenvolvimentista	Saúde tratada de forma indireta através de atividades que desenvolvam as habilidades motoras. Somente aulas práticas. Visão biologicista e individualista de saúde.
Críticas	Saúde tratada de forma direta através discussões e debates sobre as injustiças sociais pautadas no marxismo. Visão não biologicista e socialista de saúde.
Saúde Renovada	Saúde tratada de forma direta através de discussões e aulas práticas. A relação atividade física – saúde é tida como causa efeito. Visão não completamente biologicista, porém defende de forma muito forte as questões orgânicas como única fonte de saúde. Visão individualista de saúde.
PCNs	Saúde tratada de forma direta através de discussões e aulas práticas. Aproxima-se do campo da Saúde Coletiva por incluir em suas discussões temas da Saúde Pública. Considera a cidadania como saúde. Visão não biologicista e, ainda que não tão incisiva, coletiva de saúde.

Quadro 1: O papel da saúde nas tendências e abordagens da educação física escolar.

Fonte: (FERREIRA E SAMPAIO, 2016, P.12)

3 METODOLOGIA

O presente estudo é dirigido por pesquisa bibliográfica com base em material já elaborado e constituído principalmente em artigos científicos segundo Gil (2002). Sua opção metodológica foi encaminhada a partir do viés qualitativo e de caráter descritivo. Optou-se pela Análise do Conteúdo na perspectiva de Bardin (1977) que é um conjunto de técnicas de análise de comunicação sugerindo-se alcançar através dos procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores que permitam a dedução de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção das mensagens, bem como trabalhar as palavras que foram executadas por emissores identificáveis.

A opção metodológica do presente estudo foi encaminhada a partir do viés qualitativo, de caráter descritivo, que Para Neves (1996), a pesquisa qualitativa

compreende um contíguo de diferentes técnicas interpretativas que miram delinear e decodificar os componentes do sistema complexo de significados.

Como critérios de exclusão, não foram aceitos para análise e discussão de dados autores que tratassem “estratégias de ensino” como sinônimo dos termos metodologias de ensino e recursos utilizados para atenuar na obesidade em adolescentes, bem como estratégias de ensino fora do âmbito educacional e do país de publicação do presente estudo. No entanto, foram inclusos acervos que se basearam em algum tipo, consideradas estratégias de ensino para escolares numa tentativa de reduzir a obesidade nesse público alvo.

O levantamento bibliográfico prosseguiu com o desenvolvimento da pesquisa, que, após o recorte temporal que lhe fora atribuído (2007 a 2016), ao lado da utilização os termos obesidade, adolescentes, professores de Educação física e estratégias de ensino. A partir das buscas, foram reunidos artigos, livros e dissertações tratando sobre o tema desejado. Dessa forma, o critério de seleção de material foram apenas artigos e dissertações num recorte temporal de nove anos (2007 a 2016) e utilizando-se dos termos acima mencionados.

Primeiramente foi realizada uma leitura exploratória do material com anotações de impressões gerais sobre possíveis elementos periódicos nas informações coletadas. Em seguida, foi feita uma seleção dos materiais para possíveis análises, que posteriormente foram realizadas devidas interpretações para respectivas anotações.

Limita-se o presente estudo pela falta de números de publicações sobre o contexto supracitado, os quais tenham objetivos similares à atual pesquisa e público alvo pretendido. Necessita, então, de uma ampla e vasta busca de periódicos e elaboração de pesquisa de campo envolvendo os professores de EF e os alunos tanto na educação básica, quanto no ensino superior, não com a finalidade de esgotar o contexto vigente, mas de avultar a essa discussão.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir do levantamento acerca do conteúdo e análise dos periódicos, foram garantidas contribuições de diferentes autores para atenuar no aluno, adolescente e obeso, os quais resultaram em uma categoria temática, sendo ela: Estratégia (s) de ensino que o professor de educação física pode apropriar-se para atenuar os problemas da obesidade na adolescência: esta é apresentada a seguir:

4.2 Estratégia (s) de ensino que o professor de educação física pode apropriar-se para atenuar nos problemas da obesidade na adolescência:

A partir da análise sobre as possíveis estratégias de ensino para atenuar na obesidade em escolares, é possível notar que a grande maioria dos autores utiliza a estratégia de ensino, a aula teórica, outros trabalham com aulas expositivas, debates, diversificada, prática, resoluções de exercícios e, poucos trazem o desporto na escola como forma de prevenção a essa problemática. Como mostra a seguir:

Diante da análise e leitura dos periódicos, o estudo de Frankilin (2012) oferta diversas possibilidades, as quais os professores de Educação Física podem buscar informações referentes ao tema e passar informações sobre atividade física associada a hábitos alimentares, bem como trabalhar a interdisciplinaridade, elaborar projetos, palestras e debates em sala a partir de assuntos relacionados. Percebe-se então, que o supracitado autor sugere aos professores as aulas expositivas, teóricas e debates com o intuito de minimizar a obesidade nos escolares.

Ao tocante na interdisciplinaridade, no estudo de Cavalcanti (2011) uma estratégia interdisciplinar utilizada e que obteve resultado significativo foi à criação do dia da energia, sendo que o dever do professor de Educação Física era solicitar que o educando trouxessem um alimento que fornecessem energia, e, o resultado significativo veio quando observou que aqueles discentes que não queriam trazer frutas para merendar diante as brincadeiras dos colegas, passaram a levar algum tipo de fruta pelo menos uma vez por semana. Acredita-se que mesmo com esse resultado que para o autor é significativo, não quer dizer que a partir dessa estratégia venha mudar o quadro estático da obesidade no país, tão pouco conscientizar todos os seus alunos que com uma simples fruta em uma das seis refeições, em pelo menos uma semana seria capaz de torná-lo saudável.

No estudo de Ferrari et al. (2013), diante da prevalência do sobrepeso e obesidade encontrada no seu estudo faz todos os pontos descrito por Frankilin acontecerem de forma prática, ou seja, realizou diversas palestras abordando temas como: os fundamentos da nutrição e da alimentação equilibrada e saudável, a importância da prática regular de atividade física, esporte e dança e culto ao corpo. Logo, para Moraes (2007) ao concordar com a inclusão dos temas abordados por Ferrari, sugere também ações voltadas para família e comunidade com intenção de conscientizar aos mencionados a importância de hábitos relacionados à promoção da saúde. Portanto, diante essas palestras e ações ofertadas para os educandos em busca de uma prevenção dessa epidemia, é percebido também que os autores só trabalham numa perspectiva de aula expositiva como forma de conscientização, mas será que contexto que estão inseridos é favorável para que toda comunidade escolar e pais ao

participarem como ouvintes passem a adotar tais hábitos? Será que para os autores a escola não é o espaço, bem como não é o objetivo da educação física escolar levar os alunados às vivências das práticas corporais como forma de minimização da obesidade? Acredita-se que o projeto governamental, cujo nome “mais educação”, que tem como objetivo ampliar a hora de permanência do aluno no âmbito escolar seja uma grande evolução para começar a se pensar numa Educação Física pautada na promoção da saúde, visto que os alunos passam dois turnos confinados na escola, podendo assim, melhorar seus hábitos de vida, mas para isso precisa-se ter uma política de responsabilidade assegurando a todos sua participação.

Chalita (2013) afirma que o desporto ofertado aos alunos oferece uma dimensão de informação que podem contribuir para prevenir a obesidade, mas que necessita de um ensinamento através das suas dimensões cultural, social, axiológica, moral etc, no entanto, seguindo essas dimensões fará todo sentido e significado na vida dos educandos. Sendo assim, para Silva (2013), além do que Chalita descreve a Educação Física deve incluir todos os alunos no programa de prevenção e combate a obesidade transmitindo informações sobre a saúde, diversas modalidades esportivas do mundo e as adaptando-as a personalidade de cada discente e a fase de desenvolvimento em que se encontram. É notório que esses dois autores trabalham com a estratégia de ensino chamada aulas diversificadas (teórico, prático) para atenuar nessa doença do século XXI, que por sinal diferente dos autores até agora supracitados.

Já que para Ferrari (2013) a obesidade começa na infância e, para ela não disseminar na adolescência Filgueiras (2013) descreve diversas ações e propostas para o professor combater à obesidade e o sobrepeso na infância, sendo elas: incentivar os escolares a participarem de atividades físicas extras aulas escolares, como a escolinha de treinamento municipal, estipular pelo menos um dia da semana ou quinzenalmente para que toda a escola pratique pelo menos 30 minutos de atividade física, acarretando assim, na mudanças de hábitos, concurso de folder, mídias, documentários, propagandas feitas pelos alunos depois de apropriação do conteúdo, gincanas, provas de conhecimento específico, perguntas e respostas sobre alimentação adequada e prova do tipo “faça o prato ideal”, organização e apresentação de peças de teatro e apresentação de paródias com coreografia sobre o tema, produção e exposição de painéis com textos, desenhos, fotos que possam refletir o conhecimento adquirido durante o desenvolvimento da proposta. Nota-se que Filgueiras a partir das suas inúmeras propostas de estratégias parece se aproximar dos tipos de aulas mais eficaz na perspectiva dos alunos para seu melhor aprendizado como mostra no estudo de Mazzioni (2013), tais como: as resoluções de exercícios, aula expositivas, seminários, diversificada e aulas práticas. Essa ideia reforça a importância de intervir nos hábitos alimentares e práticas motoras do adolescente no âmbito escolar.

Para reforçar o que Filgueiras discorre, Freitas (2013), no seu estudo que teve como objetivo elaborar proposta de intervenção para combater a obesidade e sobrepeso em crianças elaborou intervenções com a finalidade do aumento do gasto energético de crianças em idade escolar com atividades recreativas de forma saudável e prazerosas, como a maratona diária, pular corda, atletismo, trilha lúdica e garçom aquático. Todas elas desenvolvidas e descritas no seu estudo.

O autor também estimulou a realização de interação com diversas áreas do conhecimento e as famílias dos escolares, para assim, colaborar com o trabalho docente de Educação Física, além de reuniões e palestras convidando outros profissionais que podem trabalhar em conjunto com a disciplina, como médicos, nutricionistas e atletas. No entanto, Freitas mostra que se utilizou de estratégias multidisciplinares através de aulas expositivas, assim como se apropriou do tipo de aula que mais os alunos do estudo de Mazzioni acreditam ser mais eficazes pra si, como a resolução de exercícios, visto que se enquadra também numa aula diversificada, que para os alunos reproduzirem as atividades passadas por Freitas precisaram receber instruções teóricas para realizarem a atividade.

A partir dos resultados encontrados no estudo de Santos, Máximo e Lois (2011) propõe que os professores de EF e a escola tenham como objetivo a centralização de estratégias através de informações sobre o problema e as causas da obesidade, a partir da orientação sobre a importância de se exercitar regularmente e criar hábitos de uma alimentação adequada, oportunizando-os espaços favoráveis para essas práticas e possibilitando-os criar hábitos saudáveis ao percorrer da vida. Para confirmar a fala dos autores, Trichês (2010) aponta sem descrevê-las, que é importante a EF criar estratégias criativas e interessantes a fim de conscientizar os escolares de forma geral a abandonar o modo de vida sedentário comprometedor da saúde e notarem a importância do movimento na sua rotina diária, já que Zompero et al. (2015) acreditam que a promoção da educação em saúde na escola pode ajudar de maneira positiva a formação e superação dos escolares a esse problema, sobretudo, não esquecer de dar a devida atenção a educação alimentar e nutricional visto que esses temas são considerados de grande importância para os inserido na Educação Básica.

Araújo, Brito e Silva (2010) chegam a uma conclusão que a conscientização sobre essa problemática, no caso da adolescência, deve inserir não só informações a respeito da temática do presente estudo, com salienta Santos, Máximo e Lois, mas também aconselhar a prática de atividade física e hábitos alimentares para aplicarem no dia a dia. Uma estratégia para divulgar informações referentes aos benefícios da prática da atividade física com o objetivo de despertar o interesse do aluno a essa prática aliada a uma alimentação saudável e, atenuarem no combate a obesidade nessa fase, e promover saúde de forma geral foi descrita no trabalho de Souza et al. (2016, p.1): A atividade foi composta de um jogo de perguntas e respostas sobre a prática de

atividade física, seguido de uma disputa em um circuito de atividades físicas montado na quadra do ginásio de esportes da escola. Como resultado os autores afirmam que os estudantes participaram ativamente da oficina oferecida alcançando o objetivo proposto.

5 CONCLUSÕES

A discussão sobre uma Educação Física escolar e preventiva não é recente. A obesidade é um problema multifatorial, de saúde pública e coletiva, não sendo fácil solucionar tais consequências e causas que trazem essa doença. Seria ingenuidade acreditar que os alunos assumiriam hábitos de vida saudáveis após concluírem o Ensino médio somente fazendo as aulas de Educação Física, sendo com professores compromissados ou com os amantes da saúde renovada. Há EF pode sim, contribuir, mas ainda assim, não há garantias de mudanças de estilo de vida ou até mantê-lo por toda vida. No entanto, as estratégias sugeridas indicam possibilidades para que os professores possam trabalhar em uma participação ativa com aluno frente aos problemas degradantes a saúde.

Quando se fala em saúde o que seria da EF se não recebesse apoio de outras disciplinas? Até porque se sabe que a educação física escolar não tem um único objetivo, ou seja, um único direcionamento a promoção da saúde na formação educacional. Então, seria contraditório dizer que sozinha a disciplina fosse à solução de todos os problemas. Hoje, por ser um tema transversal deve ser fortalecido por diversas áreas do conhecimento, tais como: sociologia, geografia, biologia, artes etc. Contudo, além da epidemia ser um problema multifatorial, de saúde pública e coletiva é um problema que abarca também a toda comunidade escolar e, não esquecendo, da familiar, tendo assim um papel fundamental no que diz respeito a mudanças de estilo de vida dos escolares que cursam a Educação Básica, sobretudo, o de oferecer o acesso a um mundo de conhecimentos, esclarecimentos e experimento que oportunize a autonomia e a promoção de capacidades de um estilo de vida ativo e saudável ao longo da vida.

A obesidade é um problema complexo, mas cabe aos professores de EF ultrapassar suas barreiras (números de aulas, horários de aula, dias de aula, espaço, recursos etc), bem como “tentar” fazer com que esse aluno entenda a importância da atividade física, sendo, através de resoluções de exercícios, aulas expositivas, diversificadas, práticas, debates etc, para que o aluno absorva tudo que lhes é passado e reproduzi-lo até a longevidade. Todavia, é possível concluir que as aulas de Educação Física “pode” levar os alunos a um olhar de que a atividade física é uma ação necessária e preventiva, a qual pode obter resultados satisfatórios.

Assim sendo, e, mediante ações educacionais no período do ensino regular, é notório que não só um trabalho multidisciplinar, interdisciplinar ou isolado, assim como em conjunto com a comunidade escolar e familiar, venha a resolver a situação da prevalência da obesidade no Brasil, mas que a peça principal, o “alunado” tenha percepção e vontade própria de incorporar um estilo de vida ativo e saudável que permaneça por toda vida, assim lhe tirando do estado de vulnerabilidade a adquirir

doenças crônico-degenerativas, como também a concepção de que ser ativo não lhe garante uma vida sem problemas e doenças no futuro.

Então, tendo conhecimento destas estratégias, e também o entendimento do culto ao corpo que têm estes adolescentes, pode o profissional avaliar os efeitos da aplicação de diferentes procedimentos e metodologias para intervir na prevenção do problema, bem como promover para este público hábitos de uma vida saudável, que com certeza, os professores compromissados desenvolvem perfeitamente bem.

Diante do exposto, são necessários estudos longitudinais sobre o tema apresentado, bem como futuras investigações sobre essa temática, não com o intuito de esgotá-la, mas sim de avolumar essas questões no âmbito escolar.

REFERÊNCIAS

ANASTASIOU, L. G. C; ALVES, L. P. Estratégias de ensinagem. In: ANASTASIOU, Léa das Graças Camargos; ALVES, Leonir Pessate. (Orgs.). Processos de ensinagem na universidade. Pressupostos para as estratégias de trabalho em aula. 3. ed. Joinville: Univille, 2004. p. 67-100.

ARAÚJO, R. A. BRITO, A. A. SILVA, F. M. O Papel da Educação Física Escolar diante da epidemia obesidade em Crianças e adolescentes. Brasília. Educação Física em Revista. v. 4, n. 2, p. 1983-6643, ago. 2010.

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. Lisboa: 70. ed. 1977.

BELTRAMI, D. M. Dos Fins da Educação Física Escolar. Revista da Educação Física/UEM. Maringá, v. 12, n. 2, p. 27-33, set. 2001.

BERGAMANN, G. et al. Alteração anual no Crescimento e na Aptidão Física relacionada a Saúde de escolares. Revista brasileira de cineantropometria e desempenho humano. Rio Grande do Sul, v. 7, n. 2. p. 55-61, jul. 2005.

BETTI, I. C. R. Esporte na Escola: Mas é só isso, Professor? Rio Claro, v. 1, n.1, p. 25-31, jun. 1999.

BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Educação Física. Ensino Fundamental. Terceiro e Quarto ciclos. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BUCALEN, C. K. et al. Saúde na Escola: Educação, Saúde e Inclusão em Adolescentes Brasileiros. **Revista sobre La Infância Y La Adolescentes**. Valência. v. 4. p. 78-90, mar. 2013. CAMPOS, L. A. S. **Didática da Educação Física**. Ed: 1ª. Varzia Paulita, SP: Fontoura, 2011.

CARNEIRO, J. et al. Obesidade Na Adolescência: Fator de Risco para Complicações Clínico-Metabólicas. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabologia**, Rio de Janeiro, v. 44, n. 5, p. 390-396, out. 2000.

CASPERSEN, C. J. et al. Physical activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. **Public Health Reports**, v. 100, n. 2, p.126-131, 1985.

CAVALCANTI, L. A. et al. Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. Brasília, **Revista brasileira Ciências e movimento**, v. 20, n. 2. p. 5-13, nov. 2011.

CHALITA, M. A. A. **Resposta da Escola na Prevenção da Obesidade no Estado de Alagoas: Estudo centrado em Escola do Ensino Médio da Cidade de Maceió**. 2013. 343 p. Dissertação (Doutoramento em Ciência do Desporto), Faculdade do Porto, Universidade de desporto, Maceió, 2013.

COELHO, R. et al. Excesso de Peso e Obesidade Prevenção na Escola. **Acta Médica Portuguesa**, Lisboa, v. 21, n. 5, p. 341-344, jan. 2008.

DARIDO, S.C. Os conteúdos da educação física escolar: influências, tendências, dificuldades e possibilidades. **Perspectivas em Educação Física Escolar**, Niterói, v. 2, n. 1. P 5-25, 2001.

DARIDO, S.C. **Educação Física na escola: Questões e Reflexões**. ed. 1ª. Rio de Janeiro: Guanabara - Koogan, 2003.

ESCRIVÃO, M. S. et al. **Obesidade Exógena na Infância e na Adolescência**. Rio de Janeiro, set. 2000. Disponível em: <file:///G:/TCC/TCC%202013.2/TCC%20CORRE%C3%87%C3%83O%20SUZANA/monografia/exerc%C3%ADcio%20e%20obesIDADE/Obesidade%20ex%C3%B3gena%20na%20inf%C3%A2ncia%20e%20na%20adolesc%C3%Aancia.htm>. Acesso em: 15 set. 2013.

FARINATTI, P. FERREIRA, M. **Saúde, promoção da saúde e educação física**. Rio de Janeiro: Ed. UERJ, 2006.

FARINATTI, P.T. V. **Envelhecimento Promoção da Saúde e exercício: Bases Teóricas e Metodológicas**, ed. 1ª. Barueri, SP: Manole, 2008.

FELIPE, F. SANTOS, A. M. **Novas Demandas Profissionais: Obesidade em foco**. Porto Alegre, v. 1, n. 5. p. 63-70, Dez. 2004.

FERREIRA, M. S. Aptidão Física e Saúde na Educação Física Escolar: Ampliando o Enfoque. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**. Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.

FERREIRA, M. S. CASTIEL, L. D. CARDOSO, M . H. C. Atividade Física na Perspectiva da Nova Promoção da Saúde: Contradições de um Programa Institucional. *Ciência & Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, v. 16. n.1, p. 865-872, 2011.

_____. A Patologização do Sedentarismo. **Saúde Sociedade**. São Paulo, v.21, n.4, p.836-847, 2012.

FERREIRA . H.S; SAMPAIO. J. J .C. **O Papel da Saúde nas Tendências e Abordagens Pedagógicas da Educação Física Escolar**. Disponível em: <-php/conece/3conece/paper/viewFile/2446/964>. Acesso em: 26 mar. 2016.

SEDENTARISMO MATA? O QUE DIZEM LEITORES DE UM JORNAL BRASILEIRO ONLINE, XVII, 2011. Congresso brasileiro de Ciência do Esporte e IV congresso

Internacional de Ciência do Esporte Porto Alegre. Anais...Porto Alegre: Ciência & Compromisso Social. 2011. 15 p.

FERRARI, C. K. B. et al. Saúde na Escola: Educação, Saúde e inclusão em Adolescentes Brasileiros. **Revista sobre la infancia y la adolescencia**, v. 1. p. 78-90, mar 2013.

FILGUEIRAS, G. I. P. **O Papel do Profissional de Educação Física na Prevenção e Controle do Sobrepeso e Obesidade no Ensino Fundamental**. Curitiba, abr. 2010. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1926-8.pdf>. Acesso em: 23 abr. 2013.

FRANKLIN, M. J. C. A. **Educação Escolar como Meio de Prevenção a Obesidade: Uma análise com os Educadores e Corpo técnico das Escolas Municipais de Oiapoque-ap**. 2012. 52 p. Monografia (Trabalho que conclusão de curso). Universidade de Brasília, Oiapoque- AP, 2012.

FREITAS, J. P. **Combate de Sobrepeso e Obesidade em Crianças do 1º e do 2º Ciclo do Ensino Fundamental: Propostas Prática**. Rio de Janeiro, v. 9. n. 2. p. 16-33, jul/dez. 2013. GARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: Ed: 7º, 1979.

GIL, Antônio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4ª Ed. São Paulo - SP: Atlas, 2002. - p. 44.

GIUGLIANO, R. CANEIRO, E.C. Fatores associados à obesidade em Escolares. **Sociedade Brasileira de Pediatria**, Rio de Janeiro, v.80, n. 1, p. 17-22. Abr. 2004.

GOULART, K. T. **Sobrepeso e Obesidade: Implicações e Alternativas no Contexto Escolar**. 2010. 92 p. Dissertação (Mestrado em Educação em Ciências) – Universidade Federal de Santa Maria, Rio Grande do Sul.

GUEDES, D. P. GUEDES, J.E.R.P. Atividade Física, Aptidão Física e Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v.1, n.1, p. 18-35, 1995.

_____. **Controle do Peso Corporal: Composição Corporal Atividade Física e Nutrição**, Londrina, Midiograf, 1996.

GUEDES, D. P. Educação para a Saúde Mediante Programas de Educação Física Escolar. **Motriz**, v. 1. n. 1, p. 2-6, jun. 1999.

LAZZOLI, J.K. et al. Atividade Física e Saúde na Infância e Adolescência. **Sociedade brasileira de medicina do Esporte**, Curitiba. PR, v. 4, n. 4, p. 107-109, jul/ ago. 1998.

MARQUES, A. T. GAYA, A. Atividade Física, Aptidão Física e Educação para Saúde: Estudos na Área Pedagógica em Portugal e no Brasil. **Revista Paulista Educação Física**. Rio Grande de Sul. v. 13, n. 1. p. 83-103, jan/jun 1999.

LEÃO, L. S. C. S. et al. Prevalência de Obesidade e Escolares de Salvador, Bahia. Arquivo brasileiro Endocrinologia Metabólica, 2003; 47(2): 157-151.

MAZZIONI, S. As Estratégias Utilizadas no processo de Ensino-Aprendizagem: Concepções de Alunos e Professores de Ciências Contábeis. Revista Eletrônica de Administração e Turismo- ReAT. Santa Catarina, Chapecó. v.02, n. 1. p. 732-741, jan/jun. 2013.

MEZZAROBBA, C. Ampliando o olhar sobre Saúde na Educação Física Escolar: Críticas e Possibilidades no Diálogo com o tema do Meio-Ambiente a partir da Saúde Coletiva¹. **Motrivivência**, Sergipe, v.24, n. 38, p. 231-246, Jun.2012.

MORAES, A. C. F. OLIVEIRA, H. G. FERNANDES, C. A. M. Prevalência de Sobrepeso e Obesidade em Alunos do Ensino Fundamental da cidade de Maringá. Ciência cuidado e saúde, Maringá, RS. V.6.n. 2. p. 364-369. 2007.

MULLER, R. **Obesidade na Adolescência**. Disponível em: http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=1413&fase=imprime. São Paulo, 2013. Acesso em: 11 de março de 2013.

NAHAS, M. V. Educação Física no ensino médio: educação para um estilo de vida ativo no terceiro milênio. In: **SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR/ ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE**, IV. *Anais...* p.17- 20, 1997.

NEVES, J. L. **Pesquisa qualitativa** – características, uso e possibilidades. Cadernos de pesquisa em administração. São Paulo, v. 1, nº 3, 2º. sem. p. 2-5, jun. 1996.

ORFEI, J. M. TAVARES, V. P. **Promoção da Saúde na Escola Através das Aulas de Educação Física**. São Paulo, 2016. Disponível em: http://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/escolares_cap10.pdf. Acesso em: 27 de março de 2016.

OLIVEIRA, C. L.; FISBEG. M. Obesidade na Infância e Adolescência- Uma Verdadeira Epidemia. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia e Metabologia**, São Paulo, v. 47, n. 2, p. 107-108, abr. 2003.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Índice de Massa Corpórea**. Disponível em: <http://www.who.int/nutrition/publications/manage_severe_malnutrition_por.pdf>. Brasília, 1999. Acesso em: 02 mar. 2013.

_____. 2004. **Obesidade: Prevenindo e Controlando a Epidemia Global**. São Paulo: Roca editora.

PETRUCCI, Valéria Bezerra Cavalcanti; BATISTON, Renato Reis. **Estratégias de ensino e avaliação de aprendizagem em contabilidade**. In: PELEIAS, Ivam Ricardo. (Org.) Didática do ensino da contabilidade. São Paulo: Saraiva, 2006.

PITANGA. F.J.G. Epidemiologia, Atividade Física e Saúde. Revista Brasileira Ciência e Movimento, Brasília v.10 n. 3 p. 49-54, jul. 2002.

PRATI, S.R.A. PETROSKI, E. L. Atividade Física em Adolescentes Obesos. Revista da Educação Física/UEM, Maringá, v. 12, n. 1, p. 56-67, mai. 2001.

SANTO, G. E. MÁXIMO, M. F. LOIS, R. C. R. Obesidade e Sobrepeso: A Prática Regular de Exercícios Físicos é Possível?

SILVA, R. R. A. Educação Física Escolar como Meio de Prevenção a Obesidade. 2013. 22 p. **Corpus et Scientia**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 21-34, maio. 2011.

SICHIERI, R. SOUZA, R. A. Estratégias para Prevenção da Obesidade em Crianças e Adolescentes. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro. v. 24, n. 2, p. 09-34, jan 2008.

SORENSEN. T. I. **The Genetic of Obesity Metabolismo**. 1995; 44, Suppl 3: 4-6.

SOUZA, A. M. et al.,. **A Atividade Física no Combate a Obesidade Infantil: Um Modelo de Extensão para a Promoção de Saúde de Crianças e Adolescentes de Escolas Públicas**. Disponível em:

<<http://www.prac.ufpb.br/enex/trabalhos/6CCSDFPPROBEX2013200.pdf>>. Acesso em: 31 de março de 2016.

SOUZA, E. S. ALTMANN, E. **Meninos e Meninas: Expectativas Corporais e Implicações na Educação Física Escolar**. Caderno Cedes. v. 19, n. 48, p. 52-68, Ago. 1999.

STRUCHINER, M. **Inovações no Ensino das Ciências Biomédicas e da Saúde: Desenvolvimento de um Espaço Construtivista para a Implementação de Alternativas de Ensino e Aprendizagem**. Projeto Submetido ao Programa Especial de Apoio a Projetos Destinados à Modernização e Qualificação Institucional do Ensino Superior Público. 1999.

TAFFAREL, C. Z. Sobre o sistema de complexos homem-esporte-saúde: reflexões a partir de contribuições da Alemanha. In: MATIELLO JUNIOR, Edgard; CAPELA, Paulo; BREILH, Jaime. **Ensaio alternativo latino-americanos de Educação Física, Esportes e Saúde**. Florianópolis: Copiart, p.159-183, 2010.

TASSITANO, R. M. et al. Atividade Física em Adolescentes Brasileiros: Uma Revisão Sistemática. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, Recife, v. 9, n. 1, p. 55-60, mar. 2007.

TERRES, N. G. Prevalência e Fatores Associados ao Sobrepeso e à Obesidade em Adolescentes. **Revista Saúde Pública**, Pelotas/ RS, v. 40, n. 4, p. 628- 633, mar. 2006.

TRICHÊS, P. B. M. Adolescentes com obesidade, Educação Física Escolar e barreiras da atividade física. **Revista digital**, Buenos Aires, v.15, n. 149, out. 2010.

XIMENES, S. Minidicionário da língua Portuguesa, São Paulo: Ediouro, jan.2000, p. 1-980.

ZOMPERO, A. F. et al. A Educação Alimentar e Nutricional nos Documentos de Ensino para a Educação Básica. **Revista Ciência & ideias**, v. 6, n. 2, p. 71-82, jun. 2015.