

SAÚDE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES DA 3ª SÉRIE DO ENSINO MÉDIO DE IRATI-PR

Charles Guse de Godoy Rocha¹ Lariza Ferreira dos Santos² Maria Angélica Binotto³ Silvano da Silva Coutinho⁴

Resumo: O objetivo foi identificar a frequência com que os temas relacionados à saúde, são ministrados nas aulas de Educação Física do Ensino Médio, a partir da percepção dos estudantes matriculados na 3ª Série, bem como, verificar quais temas de aula relacionados à saúde, possuem maior importância na percepção desses estudantes. Esta pesquisa utilizou o método survey. Foi utilizado para a coleta das informações, um questionário, elaborado pelos autores, contendo 25 possíveis temas de aula relacionados à saúde. O questionário foi aplicado presencialmente, impresso ou por formulário eletrônico. Participaram 178 estudantes da 3ª série do Ensino Médio, período diurno, de sete escolas públicas de Irati-PR. Os resultados apontaram, que os temas indicados pelos estudantes, com maior frequência, foram: significado de termos e conceitos relacionados à saúde (87,1%), exercício físico e qualidade de vida (85,4%), alimentação e estética corporal (84,3%) e efeitos do alongamento (83,7%). Os temas indicados com menor frequência foram: saúde e seu contexto histórico (30,9%), ginástica laboral (27%), atividade física na gestação (24,7%), academia e o modismo (24,2%). Dentre as temáticas, dez foram consideradas muito ou extremamente importantes para a maioria dos estudantes e dois temas indicados como pouco abordados, surgiram como muito importantes ou extremamente importantes na perspectiva dos estudantes (suplementos nutricionais e atividade física na gestação). Com base nos resultados e em contraposição à uma visão estritamente biológica da área, consideramos que as aulas de Educação Física no Ensino Médio devem englobar também os determinantes sociais, oportunizando aos estudantes uma visão ampliada de saúde, com apresentação e discussão de temas que dialoguem com as suas realidades.

Palavras-chave: Educação Física; Saúde; Percepção; Estudantes.

Afiliação

¹ Mestre em Desenvolvimento Comunitário pela Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO); ² Graduação em Licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO); ^{3,4} Docente adjunto do departamento de Educação Física da Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO).

HEALTH IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION CLASSES: PERCEPTION OF HIGH SCHOOL 3rd GRADE STUDENTS IN IRATI-PR

Abstract: The objective was to identify the frequency with which health-related topics are taught in High School Physical Education classes, based on the perception of students enrolled in the 3rd grade, as well as to verify which health-related class topics have greater importance in the perception of these students. This research used the survey method. A questionnaire, prepared by the authors, containing 25 possible health-related class topics was used to collect the information. The questionnaire was applied in person, printed or by electronic form. 178 students from the 3rd grade of high school participated, daytime, from seven public schools in Irati-PR. The results showed that the topics most frequently indicated by students were: meaning of terms and concepts related to health (87.1%), physical exercise and quality of life (85.4%), nutrition and body aesthetics (84.3%) and effects of stretching (83.7%). The topics mentioned less frequently were: health and its historical context (30.9%), gymnastics at work (27%), physical activity during pregnancy (24.7%), gym and fads (24.2%). Among the themes, ten were considered very or extremely important for most students and two themes indicated as little addressed, emerged as very important or extremely important from the students' perspective (nutritional supplements and physical activity during pregnancy). Based on the results and as opposed to a strictly biological view of the area, we believe that Physical Education classes in High School should also encompass social determinants, providing students with an expanded view of health, with presentation and discussion of topics that dialogue with their realities.

Key words: Physical Education; Health; Perception; Students.

Introdução

No Brasil, a Educação Física sofreu fortes influências em sua história, principalmente, das instituições médicas e militares, sendo utilizada para viabilizar os objetivos da sociedade vigente na época. Esta influência política que a área sofreu ao longo dos séculos, nos aponta os motivos para observarmos atualmente determinadas práticas fragmentadas sendo reproduzidas nas aulas de Educação Física Escolar (EFE)^{1,2}.

Desde as primeiras discussões e tentativas de inserir a Educação Física como componente curricular obrigatório da instituição escolar no século XX, observa-se uma legitimação da mesma pelo viés da melhoria da saúde, com o intuito de formar uma sociedade fisicamente mais forte e preparada para os desafios exigidos pelas configurações sociais da época, remetendo-nos aos conceitos e moldes de uma Educação Física na tendência Higienista^{3,4}.

Percebemos a relação entre a saúde e a Educação Física, porém, o que se entendia por conceito de saúde, nesse período de inserção da Educação Física no âmbito escolar, pode ser reconhecido como avanço para a área e não deve ser reproduzido como tal, visto que seu caráter simplista, não se mostra capaz de galgar conquistas e ideais que dialoguem com o conceito atual de promoção da saúde, no que tange à função social da escola com todas suas análises críticas da realidade, contribuindo para uma formação ampliada dos estudantes⁵.

Consideramos que uma aula de EFE, pautada na visão de promoção da saúde, deve ir além de questões estritamente biológicas e atribuir discussões, questionamentos e apontamentos que relacionem aspectos socioculturais à prática. Isto não significa negligenciar os aspectos biológicos, mas considerar que apenas este olhar não é capaz de justificar a presença da Educação Física na escola, nem de dialogar com a função social da instituição no âmbito educacional⁶.

As Diretrizes Curriculares da Educação Básica do Estado do Paraná², trazem os “Elementos Articuladores dos Conteúdos Estruturantes” como forma de diversificar o trato pedagógico dos conteúdos, com o objetivo de contextualizar, problematizar e refletir sobre a realidade e os desafios enfrentados pela sociedade. Dentre os elementos articuladores propostos, encontra-se “Cultura Corporal e Saúde”. Este elemento visa entender a saúde numa dimensão sociocultural, na tentativa de superar a tendência dominante, que concebe a saúde apenas como responsabilidade individual, ou seja, o indivíduo apresenta-se como o problema e a sua dedicação em mudar seu estilo de vida como a solução².

Palma, Oliveira e Palma⁷ autores do livro “Educação Física e a organização curricular”

apresentam, dentre outros conhecimentos, um núcleo denominado “o movimento e a saúde”, oferecendo maior detalhamento dos possíveis conteúdos relacionados ao tema “O movimento coloca-se como elemento imprescindível às condições básicas de saúde. Assim, este núcleo deverá abarcar as questões básicas da higiene, da saúde, qualidade de vida e da atividade física permanente[...]” (p. 55).

Houveram avanços nas discussões em prol da concepção ampliada de saúde, assim como documentos orientadores que preconizam essa visão nas aulas de EFE, porém, de acordo com Mantovani, Maldonado e Freire⁸, ainda existe um predomínio de estudos publicados que versam sobre as implicações biológicas do exercício físico, inclusive em estudos que adotam a perspectiva da promoção da saúde.

Reconhecendo que a Educação Física possui a cultura corporal como objeto de estudo e que, por sua vez, irá formar o cidadão que também atuará sobre ela, logo essa área no âmbito escolar, deve proporcionar aos estudantes conhecimento científico, de forma crítica, para que estes possam alcançar autonomia em relação aos seus objetivos de vida, compreendendo que a prática de atividade física e o prazer em realizá-la, são elementos fundamentais no processo da melhoria ou manutenção da saúde⁸.

Sendo assim, objetivamos identificar a frequência com que os temas relacionados à saúde são ministrados nas aulas de Educação Física do Ensino Médio, a partir da percepção dos estudantes matriculados na 3ª Série, bem como, verificar quais temas de aula relacionados à saúde, possuem maior importância na percepção desses estudantes.

Materiais e Métodos

Esta pesquisa é transversal, do tipo descritiva e utiliza o método de abordagem *survey* para assimilar, analisar e discutir a opinião dos estudantes sobre a temática saúde nas aulas de Educação Física do Ensino Médio. O método de abordagem *survey*, apresenta-se como adequado a pesquisas populacionais, tendo o questionário como principal instrumento de obtenção das informações⁹.

Para a seleção das escolas e estudantes participantes da pesquisa, foram estabelecidos alguns critérios de inclusão. Critérios de inclusão para escolas: pertencer ao Núcleo Regional de Educação de Irati-PR; localizar-se no perímetro urbano de Irati-PR; ofertar o curso do Ensino Médio no período diurno. Critério de inclusão para estudantes: estar devidamente matriculado na 3ª Série do Ensino Médio (turma A), no período diurno.

Dentre as sete escolas participantes, três possuíam apenas uma turma da 3ª série do

Ensino Médio (3º A), portanto, decidimos manter esta característica em todas as escolas participantes, como forma de padronização.

Para a coleta dos dados elaboramos um questionário e utilizamos dois formatos de aplicação: o primeiro consistiu na ferramenta *Formulários Google*, em que os estudantes responderam utilizando um equipamento eletrônico (computador, notebook, tablet). A segunda opção foi responder ao mesmo questionário, porém, em versão impressa, visto que algumas escolas não possuíam laboratório de informática, nem disponibilidade de computadores para os estudantes.

O questionário foi elaborado pelos autores do presente estudo, por meio de uma revisão de literatura¹⁰⁻¹⁵. O escrito que possibilitou maior quantitativo de temas foi o livro Educação Física e a organização curricular⁷. Após a leitura e análise dos referenciais citados, elencamos 25 temas de aula, relacionados à Saúde, partindo de uma perspectiva ampliada de promoção da saúde.

O questionário apresentou 25 temas de aula relacionados à saúde, no qual o participante pôde assinalar se o respectivo tema já foi abordado em algum momento pelo(a) professor(a), durante as aulas de EFE do Ensino Médio. Os estudantes também puderam indicar qual o nível de importância que entendiam que cada um dos conteúdos teve para sua formação, por meio de uma escala de Likert⁹ (de 1 à 5), com os seguintes conceitos: 1) Sem importância; 2) Pouco importante; 3) Importante; 4) Muito importante; 5) Extremamente importante.

Os dados referentes a primeira questão (Indique se esse tema de aula já foi abordado em algum momento pelo(a) professor(a), durante as aulas de Educação Física do Ensino Médio:) foram analisados de forma percentual, considerando a frequência das respostas. Para analisar os dados obtidos por meio da escala de Likert, utilizamos a mediana, como medida de tendência central mais adequada.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Centro-Oeste, sob o parecer número: 3.002.928.

Resultados

Por meio de consulta realizada no mês de março de 2019, no site da Secretaria da Educação do Paraná, constatamos que 198 estudantes se encontravam devidamente matriculados na 3ª Série do Ensino Médio (turma A) das escolas participantes da pesquisa, dos quais, 178 responderam ao questionário. Com relação aos 20 estudantes elegíveis que não participaram, o motivo se dá pela ausência dos mesmos nas datas da coleta dos dados.

Analisando as características sociodemográficas dos estudantes, destacamos que os anos de nascimento variaram entre 1998 a 2003, sendo que 112 (63%) nasceram no ano de 2002, o que atualmente é considerado como faixa etária adequada ao Ensino Médio regular, apenas 22 estudantes possuem idade superior a 18 anos. Observamos também que, existe um equilíbrio relativo entre o número de meninas e meninos participantes, sendo 92 (52%) meninas.

Para identificarmos, se os temas de aula foram abordados nas aulas de EFE (a partir da percepção dos estudantes), elaboramos a seguinte questão: “Indique se esse tema de aula já foi abordado em algum momento pelo(a) professor(a), durante as aulas de Educação Física do Ensino Médio:”, então os estudantes deveriam lembrar das aulas de EFE que tiveram, durante o Ensino Médio, analisar o tema de aula indicado e responder, “sim” ou “não”, de acordo com a sua percepção.

As respostas foram organizadas e classificadas de acordo com os percentuais obtidos, ou seja, os temas que tiveram o maior número de respostas “SIM”, ficaram nas primeiras colocações (Tabela 1).

Tabela 1 - Resultados referentes à pergunta: Indique se esse tema de aula já foi abordado em algum momento pelo(a) professor(a), durante as aulas de Educação Física do Ensino Médio.

Classificação	Tema de Aula	n (%)
1º	Significado de termos e conceitos relacionados à saúde	155 (87,1)
2º	Exercício físico e qualidade de vida	152 (85,4)
3º	Alimentação e estética corporal	150 (84,3)
4º	Efeitos do alongamento	149 (83,7)
5º	Fatores que influenciam o metabolismo	142 (79,8)
6º	Objetivos da musculação	123 (69,1)
7º	Objetivos da ginástica de academia	113 (63,5)
	Prevenção de doenças transmissíveis	113 (63,5)
9º	Significado de corpolatria	111 (62,4)
10º	Emagrecimento e perda de peso	109 (61,2)
11º	Atividade física e estresse	102 (57,3)
12º	Relação com a mídia	98 (55,1)

13º	Esteroides e doping	94 (52,8)
	Treinamento de alto nível e qualidade de vida	94 (52,8)
15º	Barreiras para a prática de atividade física	92 (51,7)
16º	Frequência cardíaca	91 (51,1)
17º	Suplementos nutricionais	88 (49,4)
18º	Significado de corpo ao longo da história	80 (44,9)
	Movimentos repetitivos no trabalho	80 (44,9)
20º	Caracterização de musculação	76 (42,7)
21º	Tipos de ginástica na academia	71 (39,9)
22º	Saúde e seu contexto histórico	55 (30,9)
23º	Ginástica laboral	48 (27)
24º	Atividade física na gestação	44 (24,7)
25º	Academia e o modismo	43 (24,2)

Legenda: n: número de participantes que responderam “sim”. %: percentual do total de participantes.

Destacamos para a análise os dois extremos da tabela, expressos nos quatro temas mais abordados e quatro menos abordados, a partir da percepção dos estudantes.

Dessa forma, os temas mais indicados foram: significado de termos e conceitos relacionados à saúde (87,1%), exercício físico e qualidade de vida (85,4%), alimentação e estética corporal (84,3%) e efeitos do alongamento (83,7%).

Os temas menos indicados foram: saúde e seu contexto histórico (30,9%), ginástica laboral (27%), atividade física na gestação (24,7%), academia e o modismo (24,2%).

Consideramos importante utilizar a opinião dos estudantes para compreender tal fenômeno sociocultural a partir da demanda e dos atuais interesses dos mesmos.

O estudante também deveria indicar qual o nível de importância entendia que cada um dos conteúdos tem para sua formação (perguntas do tipo matriz de resposta única), por meio de uma escala Likert.

Dos 25 temas presentes no instrumento, dez obtiveram mediana 4 ou mais, os quais serão apresentados no quadro a seguir:

Quadro 1: Temas de aula e nível de importância atribuída pelos participantes.

TEMA	DESCRIÇÃO	MEDIANA
Alimentação e estética corporal	Alimentação saudável (carboidratos, proteínas, aminoácidos, vitaminas, etc.); distúrbios alimentares devido a uma preocupação excessiva com a aparência do corpo (anorexia, bulimia, ortorexia, entre outros)	5
Prevenção de Doenças transmissíveis	Vacinas, higienização dos alimentos, hábitos higiênicos (tomar banho, lavar as mãos, escovar os dentes, entre outros), uso de preservativo	4,5
Significado de termos e conceitos relacionados à saúde	Conceito de saúde e doença, promoção da saúde, qualidade de vida, atividade física, exercício físico, práticas corporais, entre outros	4
Suplementos nutricionais	São compostos utilizados para acelerar os resultados da boa forma, adicionando nutrientes, tais como: carboidratos, proteínas, aminoácidos, vitaminas, etc., mas podem ser prejudiciais à saúde, se forem consumidos sem orientação profissional (nutricionista)	4
Fatores que influenciam o metabolismo	Genética, peso, altura, sexo, temperatura ambiente, dieta alimentar, prática de exercícios físicos, ingestão de água, frequência das refeições, tecido muscular, tipo de alimentação	4
Frequência cardíaca	Métodos de medição da frequência: manual e eletrônico; frequência Cardíaca Máxima ($220 - \text{Idade} = \text{FCM}$)	4
Exercício físico e qualidade de vida	A prática de exercícios físicos está relacionada com a prevenção de doenças, ganho e manutenção de peso, diminuição de doenças, aumento da expectativa de vida, melhora do bem-estar, entre outros	4
Atividade física e estresse	Estresse é a resposta do organismo a determinados estímulos que representam ameaças; ocorrem modificações psicológicas e orgânicas, forçando o indivíduo a uma adaptação; a atividade física aumenta a produção de endorfina, hormônio responsável pelo bem-estar; atividade física faz com que o indivíduo melhore seu organismo em níveis musculares, articulares e ósseo	4
Efeitos do alongamento	Torna o organismo mais flexível e apto para a execução de movimentos exigidos nas atividades da vida diária; previne lesões em ligamentos, tendões, articulações e nervos	4
Atividade física na gestação	Numa gestação normal, o exercício é benéfico para a mãe e para o desenvolvimento fetal; contribui no suprimento de leite na amamentação, envolve cuidados especiais e atividades específicas	4

As descrições apresentadas (Quadro 1) foram elaboradas juntamente com o instrumento, pautando-se nas referências citadas seção do método e estavam presentes no questionário respondido pelos estudantes, para exemplificar e facilitar o entendimento dos temas por parte dos mesmos.

Observamos que dois temas indicados como pouco abordados, foram classificados como muito importante ou extremamente importante na perspectiva dos estudantes:

suplementos nutricionais e atividade física na gestação (mediana 4).

Discussão

Observamos que os temas indicados como mais abordados, se aproximam das discussões em torno dos benefícios da atividade física para a saúde: termos e conceitos relacionados à saúde, exercício físico, alimentação e alongamentos.

Os conceitos relacionados à saúde, dependem de muitos fatores: sociedade, período, meio em que o indivíduo está inserido e valores, portanto, esses conceitos têm, e já tiveram, diversas interpretações¹⁶. Quando tratamos da temática saúde nas aulas de Educação Física, muitas questões devem ser pensadas devido à amplitude de seus conceitos, pois a saúde não pode mais ser vista apenas à luz dos aspectos biológicos, mas sim considerá-los como integrantes do processo de construção da cultura corporal que é inerente aos saberes sociológicos e filosóficos¹⁵. Quando se fala em saúde, logo nos reportamos a uma série de representações do ideário de um corpo saudável (estética), muitas vezes reforçado pela mídia e reproduzido pela sociedade.

Silva, Silva e Lüdorf¹⁴ citam a saúde, a atividade física, os cuidados corporais e a estética, como temas que demandam e emergem dos adolescentes, na sociedade atual. Certamente, se faz necessário a intervenção sistemática do professor de Educação Física, levantando e problematizando (fundamentação teórica), temáticas relacionadas à saúde e ao corpo do adolescente, visto que as transformações corporais são características desta fase da vida¹⁴.

Segundo Silva et al.⁵(p.809) “A saúde não está limitada apenas às condições fisiológicas e patológicas, mas também às sociais, às ambientais e à coletividade”. A EFE deve oportunizar aos estudantes, o entendimento sobre os significados presentes nas práticas corporais, pois a cultura corporal também é influenciada pela mídia, pelas questões socioeconômicas e pelo meio em que o indivíduo está inserido.

Uma especificidade da Educação Física é a gama de conteúdos, temas e possibilidades que ela abrange, ou seja, além de propiciar importantes momentos de vivências corporais, também deve refletir sobre diversas questões socioculturais atreladas às práticas, para assim estabelecer uma ponte entre a realidade do estudante e uma visão crítica por meio do conhecimento científico. Neste sentido, o professor deve acompanhar as transformações da sociedade, em especial, do público adolescente e considerar em seu planejamento a opinião dos

estudantes, para abordar pedagogicamente os temas que despertam interesse nos estudantes, tornando suas aulas contextualizadas e mais significativas³.

É evidente que a prática adequada de exercícios físicos traz benefícios biológicos ao praticante, porém, não se deve compreender tal fato de forma isolada e descontextualizada, pois se considerarmos que o adoecimento das pessoas é responsabilidade exclusiva de cada indivíduo, estaremos desconsiderando que todo o sistema, Estado e políticas públicas são determinantes para a saúde das pessoas¹.

Até a década de 1980 ainda não havia uma definição plausível para o conceito de qualidade de vida e até os anos de 1990, a qualidade de vida era definida e percebida por terceiros, geralmente profissionais da área da saúde, a partir de um conceito muito simplista e reducionista, pois não considerava o entorno do indivíduo, nem mesmo sua opinião, entretanto a partir de 1990 observamos avanços nas discussões em torno do tema, quando pesquisadores da saúde observaram este conceito, considerando a subjetividade e a multidimensionalidade como integrantes do fenômeno¹⁹. Posteriormente a essas contribuições, iniciou-se um processo de produções científicas que buscaram atribuir a percepção do indivíduo sobre seu estado de saúde e fatores do seu meio, para avaliar a qualidade de vida.

Especula-se que atualmente, os adolescentes possuem maiores preocupações com a estética corporal, em períodos anteriores a busca por atividades físicas tinha como objetivo o prazer, aquisição e melhora de habilidades, socialização, integração, estudos apontam que os objetivos contemporâneos possuem maior relação com a aparência, imagem corporal, padrões de beleza, etc^{3,14}.

Sousa, et al²⁰ realizaram um estudo utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE, 2015) e observaram associação significativa entre o consumo regular de alimentos saudáveis como feijão, verduras e frutas (considerados alimentos nutricionalmente adequados), e a prática regular de atividade física. Por isso, é imprescindível que os alunos, adquiram na escola, por meio das aulas, noções e conhecimentos sobre os alimentos, visto que, o consumo de alimentos saudáveis aliado a prática regular de atividade física contribuem positivamente para a manutenção e melhoria da saúde dos indivíduos, assim como afirma Sousa et al²⁰ (p. 91) “A escola é um ambiente ideal para o desenvolvimento de ações que possam efetivar políticas públicas focadas na prática de alimentação saudável e na atividade física regular”. É necessário transmitir aos estudantes tais conhecimentos, promover a prática de atividades físicas e estratégias/ intervenções de educação para a saúde.

Podemos considerar que hábitos alimentares inadequados, prevalência de inatividade

física ou comportamento sedentário são fatores que, se cultuados na infância e adolescência, possuem grandes chances de perpetuarem na vida adulta e com isso, corroborar no aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis¹¹.

A mídia também exerce forte influência sobre a aquisição de hábitos não saudáveis, pois existe uma onda de propagandas que apresentam diversos "produtos milagrosos" aos quais são atribuídos fatores de beleza, estética, benefícios à saúde, porém nem sempre transmitem informações fidedignas com relação à necessidade da utilização de tais produtos, ou seja, também influenciam na aquisição de hábitos alimentares inadequados e comportamento sedentário²¹.

Cabe salientar, que não existe uma relação causal entre o acesso à informação e a adoção de hábitos saudáveis, chegaremos nesta promoção de saúde efetiva, quando realizarmos ações conjuntas de disseminação do conhecimento científico e criação de políticas públicas, para que seja refletida em promoção da saúde ao longo da vida das pessoas.

Em uma proposta de trabalho didático com a temática saúde nas aulas de Educação Física, Spohr et al¹⁰ propõem abordar o conteúdo alongamento em todos os anos do Ensino Fundamental, reconhecendo a importância deste conhecimento. Observamos que conteúdos considerados de cunho procedimental (exemplo: alongamento), podem ser trabalhados por um viés conceitual, pedagógico e crítico, abordando questões referentes à realidade dos sujeitos, relacionando com a funcionalidade das práticas corporais⁴.

As questões que norteiam a saúde, podem facilmente ser interpretadas e vinculadas à aspectos estritamente biológicos do corpo, porém, compreendemos que este é apenas um dos fatores desse processo e a Educação Física escolar apresenta-se como ótimo momento de reflexão sobre as dimensões sociais presentes na cultura corporal²².

Em relação aos temas de aula menos indicados, percebemos que estes possuem relação com aspectos ligados à uma visão mais social da saúde: contexto histórico, trabalho, gestação e modismo de academia.

Destacamos o fato da temática “atividade física e gestação” ter sido indicada como pouco abordada nas aulas, e aparecer entre os temas com maior nível de importância. Considera-se pertinente abordar conhecimentos que vêm ao encontro dos interesses dos estudantes.

Em estudo realizado na cidade de Rio Grande-RS, com nascimentos ocorridos em 2007, obteve-se a participação de 2.557 mães, destaca-se que um quinto das mães eram adolescentes, com idade inferior à 20 anos, segundo Dumith²³(p. 330) "a atividade física antes da gestação é

um importante preditor da atividade física durante a gravidez". Sabe-se que a prática de atividade física orientada, durante a gravidez, é um fator positivo para a saúde da gestante e do feto, por isso a importância de promover educação em saúde com direcionamentos para promoção de atividade física para gestantes, bem como, cobrar pela criação de políticas públicas com este objetivo²³.

Portanto, a escola novamente se mostra como importante meio de disseminação de conhecimentos, Azambuja, Oliveira e Hunger²⁴(p. 8) caracterizam a escola como "um ambiente propício por exercer papel estratégico no desenvolvimento de ações capazes de melhorar as condições de saúde, com enfoque crítico, participativo e interdisciplinar, já que exerce influência na aquisição de valores e estimula a cidadania.", a qual deveria proporcionar pedagogicamente conhecimentos, respeitando a faixa etária dos estudantes, para a compreensão da saúde.

Os temas de aula indicados como muito ou extremamente importante podem ser consideradas em outros instrumentos, visto que, a opinião/anseios dos estudantes, surgem como indicativos de conteúdos com grande potencial de atribuir mais significado as aulas, pois são temas que emergem da realidade dos estudantes.

Observamos que os estudantes indicaram a temática dos “suplementos nutricionais” como pouco abordada nas aulas de EFE, mas em contrapartida, demonstraram interesse em adquirir tais conhecimentos (mediana 4), talvez pelo fato desse tema estar em voga e presente direta ou indiretamente na realidade desses estudantes.

Em estudo realizado no Rio de Janeiro, Silva, Silva e Lüdorf¹⁴, observaram, a partir do relato dos professores de EFE, que os temas “saúde” e “aparência”, possuem maior relevância, quando se abordam questões relacionadas ao corpo nas aulas de Educação Física do Ensino Médio. As questões referentes à aparência, destacadas pelos professores, surgem no sentido da busca pelo "corpo perfeito", ou seja, o corpo "aceito" pela sociedade vigente, demonstrando a estética paralelamente às relações estabelecidas na sociedade. Já o conceito de saúde, podemos observar, até mesmo em contraponto ao conceito de aparência, pois ser/ estar/ permanecer saudável conota orgulho para o indivíduo, porém se o objetivo for exclusivamente estético, pode demonstrar futilidade¹⁴.

A temática saúde vem ao encontro do interesse dos estudantes, pois retrata em muitos aspectos às suas realidades, possibilitando assim, um *link*, entre os conhecimentos adquiridos na escola, com as situações reais da vida¹⁰. De acordo com Silva, Silva e Lüdorf¹⁴, os próprios alunos trazem aos professores questões referentes à saúde, ou seja, há uma necessidade de

contextualizar as discussões a respeito da saúde durante as aulas de EFE, pois os autores observam que os professores mencionam esses conteúdos, em suas aulas, de maneira não sistematizada. Portanto, cabe também ao professor de Educação Física, um olhar crítico para esses aspectos sociais, abordando-os sistematicamente em suas aulas.

O momento é de fortalecimento da área em busca de maior valorização da EFE frente às mudanças impostas pela reforma do Ensino Médio que a coloca como componente auxiliar, reduzindo as possibilidades de conhecimento para simplesmente desenvolver habilidades, com abordagens que secundarizam ou negligenciam a reflexão crítica sobre a cultura corporal²⁵. Por isso, é oportuno promover educação em saúde nas escolas, objetivando a formação de cidadãos mais conscientes, capazes de gerenciar os problemas da sua realidade, que cultivem o autocuidado, a autoavaliação e a autocrítica, para assim darmos continuidade neste processo educacional e chegar a uma sociedade que cobre pelos seus direitos e a criação de políticas públicas mais efetivas para a promoção da saúde^{11,20}.

Neste sentido, intervenções devem ser planejadas pelos professores para abordar esta temática, não apenas em seu caráter conceitual, mas também elaborar estratégias de ações e práticas corporais que auxiliarão no trato pedagógico dessa temática que emerge entre os estudantes.

Conclusões

Os resultados do estudo retratam, de forma geral, a percepção dos estudantes do município de Irati-PR sobre o tema saúde nas aulas de EFE durante a etapa do Ensino Médio.

Referente ao desenvolvimento de aulas de EFE abordando os temas citados, percebemos que as temáticas mais indicadas pelos estudantes foram: significado de termos e conceitos relacionados à saúde; exercício físico e qualidade de vida; alimentação e estética corporal e efeitos do alongamento, os quais se aproximam das discussões em torno dos benefícios da atividade física para a saúde.

Em relação aos temas de aula menos indicados, percebemos que estes possuem relação com aspectos ligados à uma perspectiva social da saúde: contexto histórico, trabalho, gestação e modismo de academia.

Entretanto, a partir da opinião dos estudantes em relação ao nível de importância atribuída aos temas de aula, podemos inferir que estes conseguem ter um olhar, relativamente, ampliado para o fenômeno saúde, visto que temas indicados como pouco abordados (suplementos nutricionais; atividade física na gestação), surgem como muito importante ou

extremamente importante na perspectiva dos estudantes.

A partir da percepção dos estudantes, podemos vislumbrar que houveram ampliações no entendimento do conceito de saúde, porém, nos parece que a dificuldade de transformar estes temas em conteúdos apresenta-se na transição desses conhecimentos para ações efetivas de promoção da saúde.

Dizer que a prática de atividade física gera automaticamente saúde, é o mesmo que reduzir a EFE à prática pela prática, pois não considera todos os fatores que influenciam direta e indiretamente a saúde, e nem atribui criticidade ao entendimento desses aspectos.

Com base nos resultados e em contraposição à uma visão estritamente biológica da área, consideramos que as aulas de EFE no Ensino Médio devem englobar também os determinantes sociais, oportunizando aos estudantes uma visão ampliada de saúde, com apresentação e discussão de temas que dialoguem com sua realidade.

Ainda, entendemos que para futuros estudos, pode-se haver uma ampliação na investigação, incluindo também, os estudantes matriculados nas escolas privadas, institutos federais e estudantes matriculados nas primeiras séries do Ensino Médio, como público alvo, bem como, retornar ao campo de estudo, para identificar os motivos que levaram os estudantes a atribuir alto nível de importância a determinadas temáticas, relacionadas à saúde, apresentadas no presente estudo.

Agradecimentos

O presente trabalho foi realizado por meio do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação Científica (PIBIC) e teve o apoio da Fundação Araucária.

Os autores gostariam de agradecer aos participantes da pesquisa, assim como a direção das escolas e os professores que permitiram a realização da mesma.

Referências

1. Frizzo G, Souza MDS. Educação Física nas Diretrizes da Unesco: o paradigma da aptidão física e da saúde na formação do capital humano. *Mov.* 2019;25:e25022.
2. Paraná S de E da E do. Diretrizes Curriculares da Educação Básica - Educação Física. Sec de Est da Educação. 2008.
3. Rufino LGB, Darido SC. Educação Física Escolar, Tema Transversal, Saúde e Livro Didático: Possíveis Relações Durante a Prática Pedagógica. *Rev Bras Ciência e Mov.*

- 2013;21(3):21–34.
4. Milagres P, Da Silva CF, Kowalski M. O higienismo no campo da Educação Física: estudos históricos. *Motrivivência*. 2018;30(54):160–76.
 5. Silva JS, Mendonça WF, Ayres da Gama Bastos LL, Leite ST. O Conceito de Saúde e de Hábitos Saudáveis na Escola. *Pensar a Prática*. 2017;20(4):808–21.
 6. Osmo A, Schraiber LB. O campo da Saúde Coletiva no Brasil: definições e debates em sua constituição. *Saúde e Soc*. 2015;24:205–18.
 7. Palma ÂPTV, Oliveira AAB, Palma JAV. Educação Física e a Organização Curricular. *Eduel*. Londrina: Eduel; 2015. 253 p.
 8. Mantovani TVL, Maldonado DT, Freire E dos S. A Relação Entre Saúde e Educação Física Escolar: Uma Revisão Integrativa. *Movimento*. 2021;27.
 9. Thomas JR, Nelson JK, Silverman SJ. Métodos de pesquisa em atividade física. 6th ed. Petersen RD de S, editor. Porto Alegre: Artmed; 2012. 478 p.
 10. Spohr C, Fortes M, Rombaldi A, Hallal P, Azevedo M. Atividade física e saúde na Educação Física escolar: efetividade de um ano do projeto “Educação Física +.” *Rev Bras Atividade Física Saúde*. 2014;19(3):300–13.
 11. Silva JG, Teixeira ML de O, Ferreira M de A. Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. *Texto e Context Enferm*. 2014;23(4):1095–103.
 12. Rinaldi Bisconsini C, Rinaldi W, Parra Barbosa-Rinaldi I. Viabilidade do trabalho com a temática saúde em aulas de Educação Física. *Cad Educ Física*. 2011;10(18):11–20.
 13. Santana DP de, Costa CRB. Educação Física escolar na promoção da Saúde Educação Física escolar na promoção da Saúde. *Rev Científica Multidiscip Núcleo Do Conhecimento*. 2016;10(01):171–85.
 14. Silva FAG, Silva LAI, Lüdorf SMA. A educação física no ensino médio: Um olhar sobre o corpo. *Movimento*. 2015;21(3):673–85.
 15. Oliveira VJM de, Gomes IM, Bracht V. Educação para a Saúde na Educação Física Escolar: uma Questão Pedagógica! *Cad Formação RBCE*. 2014;68–79.
 16. Dias GP, Faria MF de, Santos MS dos, Maciel TB, Fernandes SAT. Pedagogia Histórico-Crítica, Cultura Corporal, Saúde e Atividade Física: Aspectos Teóricos e Metodológicos para o Ensino Médio. *Nuances Estud sobre Educ*. 2016;27(1):165–86.
 17. Palma A. Saúde na Educação Física Escolar: Diálogos e Possibilidades a Partir do Conceito Ampliado de Saúde. *Temas em Educ Física Esc*. 2020;5(2):5.
 18. Santos ALP dos, Simões AC. Educação Física e Qualidade de Vida: reflexões e

- perspectivas. *Saúde e Soc.* 2012;21:181–92.
19. Sousa JG de, Lima LR, Fernandes CRS, Santos GM dos. Atividade Física e Hábitos Alimentares de Adolescentes Escolares: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), 2015. *Rev Bras Nutr Esportiva.* 2019;13(77):87–93.
 20. Marques Cândido C, Leocádio Bitencourt Sombra F, Palma de Oliveira A, Ribeiro de Assis M. Educação física e mídia: perspectivas docentes sobre a abordagem dos temas corpo e saúde na escola. *Pensar a Prática.* 2021;24.
 21. Sampaio JMF, Nascimento PRB do. Possibilidades didáticas nas aulas de educação física : o conteúdo “ exercício físico e saúde ” no ensino médio. *Cad Educ Física e Esporte.* 2018;16(2):113–8.
 22. Dumith SC, Domingues MR, Mendoza-Sassi RA, Cesar JA. Atividade física durante a gestação e associação com indicadores de saúde materno- infantil. *Rev Saude Publica.* 2012;46(2):327–33.
 23. Azambuja AP de O, Oliveira AAB de, Hunger DA. Educação física escolar e a questão da saúde: análise de dissertações e teses. *Educ Física em Rev.* 2016;10(2):1–14.
 24. Arlen Beltrão J, Taffarel CNZ, Teixeira DR. A Educação Física no Novo Ensino Médio: Implicações e Tendências Promovidas pela Reforma e pela BNCC. *Práxis Educ* [Internet]. 2020;16(43):656–80.