

**ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL DOM BOSCO FACULDADE DE FILOSOFIA,
CIÊNCIAS E LETRAS DOM BOSCO CURSO DE LICENCIATURA EM
EDUCAÇÃO FÍSICA**

Ana Carolina Costa Tavares

Gabriela de Miranda Alcantara

**A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO FATOR DE PROMOÇÃO DA SAÚDE
PÚBLICA NO BRASIL**

RESENDE

2021

Ana Carolina Costa Tavares

Gabriela de Miranda Alcantara

**A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO FATOR DE PROMOÇÃO DA SAÚDE
PÚBLICA NO BRASIL**

Monografia apresentada à Associação Educacional Dom Bosco, Faculdade de Filosofia, Ciência e Letras Dom Bosco, Curso de Licenciatura em Educação Física, como requisito parcial para a obtenção de Grau de Licenciado em Educação Física

Orientador: Me. Carlos Vagner Nascimento
Alves

Coorientador: Dr. Marcelo Guimarães Silva

RESENDE

2021

Catálogo na fonte
Biblioteca Central da Associação Educacional Dom Bosco – Resende-RJ

T231 Tavares, Ana Carolina Costa
A Educação Física Escolar como fator de promoção da saúde pública no Brasil / Ana Carolina Costa Tavares; Gabriela de Miranda Alcantara - 2021.
25f.

Orientador: Carlos Vagner Nascimento Alves
Coorientador: Marcelo Guimarães Silva

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito parcial à finalização do curso de Educação Física da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras Dom Bosco da Associação Educacional Dom Bosco.

1. Educação física. 2. Exercício físico. 3. Saúde pública. 4. Escola. I. Alcantara, Gabriela de Miranda. II. Alves, Carlos Vagner Nascimento. III. Silva, Marcelo Guimarães. IV. Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras Dom Bosco. V. Associação Educacional Dom Bosco. VI. Título.

CDU 796:614(81)(043)

Ana Carolina Costa Tavares

Gabriela de Miranda Alcantara

**A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO FATOR DE PROMOÇÃO DA SAÚDE
PÚBLICA NO BRASIL**

Monografia apresentada à Associação Educacional Dom Bosco, Faculdade de Filosofia, Ciência e Letras Dom Bosco, Curso de Licenciatura em Educação Física, como requisito parcial para a obtenção de Grau de Licenciado em Educação Física.

BANCA AVALIADORA

Prof. Me. Carlos Vagner Nascimento Alves

Prof. Dr. Marcelo Guimarães Silva

Prof. Me. Tereza da Glória Roque

Resende, 16 de novembro de 2021

Dedicamos primeiramente a Deus por toda sabedoria nos dada para executar esse trabalho.

A toda nossa família, professores e em especial ao nosso orientador.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Deus e a sua preciosíssima mãe, por todas as bênçãos alcançadas durante esse período intenso, mas de muito significado para nossas vidas.

Aos nossos familiares, que estiveram ao nosso lado nos auxiliando para que esse sonho se tornasse realidade. Agradecemos por todo apoio e incentivo durante todo o nosso trajeto.

Também agradecemos aos professores por tirarem todas as nossas dúvidas e nos mostrarem todos os caminhos, no qual, percorremos até aqui. A todos do corpo docente e aos colaboradores da Associação Educacional Dom Bosco, por contribuir nessa formação.

Por fim, para retribuir o carinho entre nós mesmas, nos agradecemos pela parceria, cobrança, cumplicidade, tolerância, respeito e comprometimento com o atual estudo.

“A saúde do corpo começa pela educação da mente.” Rangel Lima.

RESUMO

O objetivo desse estudo foi apontar a importância das práticas de exercício físico dentro e fora do ambiente escolar e a influência que o governo pode gerar através de implementações voltadas para a junção da saúde e da educação. Se tratando de uma revisão de literatura, com intuito de buscar informações de artigos acadêmicos que comprovem a eficácia da Educação Física Escolar (EFE) como agente positivo da saúde pública. Com base nos dados da SciELO, foi pesquisado as palavras-chave: “Educação Física”, “Saúde Pública” no idioma Português e posteriormente selecionados pelos anos de 2010 a 2021, totalizando assim, 12 artigos. Observamos como principais resultados desse estudo, que a maior parte dos praticantes na Educação Física Escolar é do sexo masculino e que a boa influência para as práticas nas aulas desde a infância gera um adulto com hábitos mais saudáveis e produtivos. Todos os documentos que regem a Educação Básica no Brasil orientam para uma formação com hábitos mais saudáveis e de exercícios físicos. Esse estudo conclui, portanto, que a Educação Física Escolar é uma grande ferramenta para a promoção e melhora da saúde pública no Brasil. Os presentes resultados vão de encontro com o que a própria BNCC, em suas entrelinhas menciona algumas competências que a Educação Física Escolar abrange em seus benefícios de caráter e formação.

Palavras-chaves: Educação Física. Escola. Saúde Pública.

ABSTRACT

The aim of this study was to point out the importance of physical exercise practices inside and outside the school environment and the influence that the government can generate through implementations aimed at bringing together health and education. This is a systematic literature review, in order to seek information from academic articles that testify the effectiveness of School Physical Education (EFE) as a positive agent of public health. Based on SciELO data, the keywords were searched: “Physical Education”, “Public Health” in Portuguese and later selected for the years 2010 to 2021, thus totaling 12 articles. We observed as the main results of this study, that most practitioners in School Physical Education are male and that the good influence on classroom practices since childhood generates an adult with healthier and more productive habits. All documents that govern Basic Education in Brazil guide to growth with healthier habits and physical exercise. Therefore, this study concludes that Physical Education at School is a great tool for the promotion and improvement of public health in Brazil. These results are aligned with what the BNCC itself, between the lines, mentions about some competencies that School Physical Education embraces in its benefits of character and growth.

Keywords: Physical Education. School. Public Health.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

EFE - Educação Física Escolar

OMS - Organização Mundial da Saúde

VIGITEL - Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico

SUS - Sistema Único de Saúde

SOE - Serviço de Orientação ao Exercício

PCAF - Prática Corporal e Atividade Física

PSE - Programa Saúde na Escola

CREF - Conselho Regional de Educação Física

BNCC - Base Nacional Comum Curricular

LISTA DE QUADROS

| | |
|--------------------------------------------------------|-----------|
| QUADRO 1 – Resumo dos artigos pesquisados | 13 |
|--------------------------------------------------------|-----------|

SUMÁRIO

| | | |
|------------|-------------------------------------|-----------|
| 1 | INTRODUÇÃO..... | 11 |
| 2 | OBJETIVOS | 13 |
| 2.1 | Objetivo Geral..... | 13 |
| 2.2 | Objetivos Específicos..... | 13 |
| 3 | METODOLOGIA | 14 |
| 4 | RESULTADOS E DISCUSSÕES..... | 15 |
| 5 | CONSIDERAÇÕES FINAIS..... | 21 |
| | REFERÊNCIAS | 22 |

1 INTRODUÇÃO

O Ministério da Saúde define a atividade física como “qualquer movimento corporal com gasto energético acima dos níveis de repouso”, ou seja, uma simples ação de estar em pé, já se tem um gasto maior de energia do que quando se está sentado ou deitado descansando. Já o exercício físico é um tipo de atividade física planejada, estruturada e repetitiva para melhorar ou manter as capacidades físicas e o peso adequado. (SECRETARIA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE, 2020).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelece 150 minutos semanais de atividade física de intensidade moderada/vigorosa ou 75 minutos de vigorosa, reduzindo significativamente as chances de desenvolver diabetes, cardiopatias, acidente vascular cerebral e doenças crônicas não transmissíveis. Mesmo com a prática de atividades físicas de baixa intensidade é possível ter uma redução de mortalidade por estas causas.

De acordo com a Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL, 2019) apontaram que 44,8% da população com 18 anos ou mais de idade das capitais brasileiras não praticam o mínimo de atividade física recomendado pela OMS, sendo (52,2%) das mulheres e (69,1%) com predominância dos idosos.

Com base na sua importância e segundo CREF1 (Conselho Regional de Educação Física, 2020), sob o código 2241-40, em 17 de fevereiro de 2020, os profissionais de Educação Física ganharam maior reconhecimento e passaram também a trabalhar no Sistema Único de Saúde (SUS), podendo desenvolver suas atividades com a respectiva remuneração como as demais profissões da área da saúde.

A Educação Física é considerada uma abordagem abrangente e multidisciplinar, que auxilia os alunos a adquirirem conhecimento, autonomia e desenvolver comportamentos para promoção de estilos de vida ativos e saudáveis por um longo tempo, no contexto de um programa de educação física de qualidade. Para que essa abordagem funcione, a escola, a família e a comunidade devem compartilhar a responsabilidade de promover hábitos saudáveis entre os estudantes. (VIRGILIO, 2015).

Segundo o Guia de Atividade Física para População Brasileira, (2020) a saúde e o desenvolvimento pessoal dos estudantes são os resultados de como as aulas de Educação Física agrega benefícios em suas vidas. Essa participação é muito mais que uma prática e/ou desenvolver das habilidades motoras, pois a mesma gera qualidade de vida e promoção de

saúde. Dessa forma, se faz necessário que todos os estudantes tenham acesso a aulas de Educação Física de qualidade. Para que todos tenham essa garantia, consta na LEI Nº 10.793, DE 1º DE DEZEMBRO DE 2003¹, a obrigatoriedade das aulas de Educação Física. Sendo registrado na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), três competências específicas que se alinham na promoção da saúde.

Do ponto de vista de Bagnara e Fensterseifer (2020) as aulas de Educação Física são uma forma de continuidade para que na vida adulta permaneçam praticando exercício físico e contribuindo na prevenção de doenças. Desta forma a presente revisão de literatura tem por objetivo analisar a importância da Educação Física Escolar na promoção da saúde pública no Brasil.

¹LEI nº 10.793, de 1º de dezembro de 2003 - Altera a redação do art. 26, § 3º, e do art. 92 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que "estabelece as diretrizes e bases da educação nacional", e dá outras providências.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Mostrar a importância das Aulas de Educação Física na vida do aluno para gerar saúde e qualidade de vida.

2.2 Objetivos Específicos

Evidenciar que a Educação Física altera a saúde positivamente.

Incentivar a prática de atividade física e a participação nas aulas.

Analisar uma possível estratégia para melhoria de vida dos alunos, através das práticas nas aulas e programas do Sistema Único de Saúde.

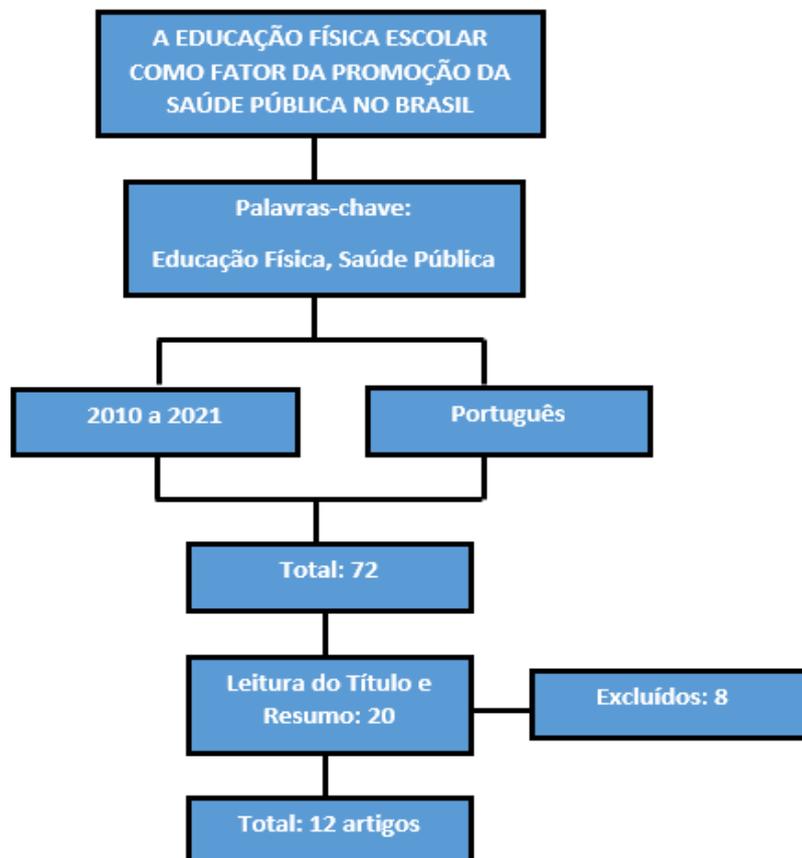
3 METODOLOGIA

Esse estudo trata-se de uma revisão de literatura, buscando informações de artigos acadêmicos que comprovem a eficácia da Educação Física Escolar (EFE) como agente positivo da saúde pública.

De acordo com Diniz e Munhoz (2011), quando um autor repete ideias, falas de outro autor em textos, sem mencioná-lo em seus assuntos é denominado plágio. Ciente das leis e obrigações, este trabalho respeita toda propriedade intelectual dos autores aqui citados.

Dessa forma, para a elaboração do trabalho, seguimos os critérios relacionados as aulas da educação física, promoção da saúde, desenvolvimento integral do aluno e saúde pública. Com base nos dados da SciELO, foi pesquisado as palavras-chave: “Educação Física” e “Saúde Pública” no idioma Português e posteriormente selecionados pelos anos de 2010 a 2021 com 72 resultados encontrados nessa primeira pesquisa. Após a leitura dos títulos dos 72 artigos encontrados, foram eliminados 52, na qual não obtinha em seu título palavras pertinentes ao tema do trabalho. Sendo assim restaram 20 artigos, sendo 8 excluídos a partir da leitura dos resumos, pois não condiziam com os objetivos do presente estudo. Em seguida, realizamos a leitura integral dos 12 artigos e constatamos que os 12 artigos versavam sobre o objeto de estudo permanecendo todos para integrar o corpus da pesquisa.

Figura 1: Fluxograma adotado na busca dos artigos do presente estudo.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com base nos escritos da Biblioteca Virtual em Saúde (2021), a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1947 definiu saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”. Partindo para o conceito de saúde pública de acordo com a Rede de Bibliotecas da Fiocruz (2021), a saúde pública se refere as formas de agenciamento político/governamental (programas, serviços, instituições) no sentido de dirigir intervenções voltadas às denominadas "necessidades sociais de saúde".

A literatura menciona a relação da atividade física e a saúde de crianças e jovens, da forma que a prática esportiva e a participação nas aulas de educação física favoreçam uma vida ativa buscando a redução do sobrepeso e obesidade. (COLEDAN, et al. 2014). O quadro abaixo representa um resumo sucinto das principais contribuições que os artigos analisados apresentam para essa pesquisa de literatura.

Quadro 1 - Resumo dos artigos pesquisados.

| Autores | Título | Resultados |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fernandes, Penha e Braga (2012) | Obesidade infantil em crianças da rede pública de ensino: prevalência e consequências para flexibilidade, força explosiva e velocidade. | Os hábitos e as práticas alimentares estão sendo construídos por determinantes socioculturais. |
| Friedrich, Schuch, Wagner (2012) | Efeito de Intervenções Sobre o Índice de Massa Corporal. | Junção da educação alimentar com a atividade física. |
| Campos et al. (2018) | Fatores de risco e proteção para as doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes nas capitais brasileiras. | Reduzir comportamentos de risco e estimular hábitos saudáveis. |
| Oliveira, Martins e Bracht (2015) | Projetos e práticas em educação para a saúde na educação física escolar: possibilidades. | A saúde envolve o ser como um todo, e deve ser trabalhada como tema transversal. |
| Ferreira, Jardim, Peixoto (2013) | Avaliação de projeto de promoção da saúde para adolescentes. | Intervenções com estilo de vida alimentação e exercício físico. |
| Júnior, Lopes, | Prática de atividade física e fatores | Classifica o gênero masculino |

| | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hallal (2012). | associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. | como mais ativo. |
| Coledan, et al. (2014) | Prática esportiva e participação nas aulas de educação física: fatores associados em estudantes de Londrina, Paraná, Brasil | Políticas públicas para o incentivo à prática esportiva no âmbito escolar. |
| Ferreira, Oliveira e Sampaio (2013) | Análise da percepção dos professores de Educação Física acerca da interface entre a saúde e a Educação Física escolar: conceitos e metodologias. | As práticas de Educação Física nas escolas desde os anos iniciais, em prol da cidadania. |
| Kremer, Reichert, Hallal (2012) | Intensidade e Duração dos Esforços Físicos em Aula de Educação Física. | Aulas reduzidas obtém pouca contribuição significativa para o nível de atividade física dos estudantes. |
| Santos, et al. (2019) | Fatores associados a não participação nas aulas de educação física escolar em adolescentes. | A participação nas aulas de educação físicas, impacta na diminuição de riscos a saúde. |
| Ribeiro, et al. (2017) | Avaliação da efetividade de intervenções de promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde. | A intervenção do Sistema Único de Saúde (SUS) para promover a saúde e estilo de vida ativo. |
| Vieira et al. (2020) | 30 Anos Do Serviço De Orientação Ao Exercício Em Vitória/Es: Pioneirismo Nas Práticas Corporais E Atividades Físicas No Sistema Único De Saúde | Ampla diversidade (modalidades) de Prática Corporal e Atividade Física ofertadas pelo governo. |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Segundo Fernandes, Penha e Braga (2012) a obesidade infantil vem crescendo muito, esse é um assunto também de responsabilidade da rede pública de saúde. Durante as duas últimas décadas, alterações ocorridas na estrutura social e econômica da sociedade como os processos de modernização, urbanização e todas as inovações tecnológicas, provocaram mudanças nos hábitos cotidianos (SPENCE; LEE, 2003). Por esse motivo Friedrich, Schuch, Wagner (2012) acreditam que as intervenções combinadas de atividade física e educação nutricional tiveram mais efeitos positivos na redução do índice de massa corporal em escolares do que quando aplicadas isoladamente. Neste caso Fernandes, Penha e Braga (2012), confirmam o que o objetivo desse estudo defende, ou seja, que o SUS tem uma grande importância para intervir na obesidade infantil, com práticas e programas a serem ofertados.

No estudo de Campos et al. (2018) foi possível perceber que é necessário incentivar programas de promoção da saúde escolar para reduzir tais comportamentos de risco e

estimular a adoção dos comportamentos protetores à saúde. Assim, como o artigo citado acredita-se na eficácia da aplicação das aulas de educação física para a melhoria da saúde e na criação de hábitos saudáveis, um de nossos objetivos se tratam desse assunto. Oliveira, Martins e Bracht (2015), entenderam que ampliando as práticas corporais para os alunos e a forma de conduzir as aulas, deixaram de pensar que saúde tem apenas resultados biológicos, mas sim, que envolve o ser como um todo, desde o bem-estar físico até o bem-estar consigo mesmo e com o mundo. Tendo um impacto positivo na vida dos alunos, com mudanças de hábitos, atitudes e comportamentos.

A pesquisa de Ferreira, Jardim, Peixoto (2013) aponta como ativos aqueles que acumularam 300 ou mais minutos por semana de exercício físico. Concluíram que a ausência quanto a escolhas alimentares e prática de atividade física afetam os grupos de jovens, por isso, a intervenção e controle indica que os projetos são de grande importância para melhorar a vida desses adolescentes. Contudo, Junior, Lopes, Hallal (2012); Coledan, et al. (2014) classificam a maioria dos adolescentes como fisicamente ativos, com prevalência no sexo masculino. Adolescentes filhos de pais com maior escolaridade, com percepção positiva de saúde e que participavam das aulas de educação física foram mais propensos a serem fisicamente ativos.

Na análise de Ferreira, Oliveira e Sampaio (2013) entende-se de modo geral, que o conceito de saúde adotado não contempla o seu sentido ampliado, dessa forma, torna-se necessário ultrapassar os aspectos individuais e biológicos de suas práticas, tal estudo defende as práticas de Educação Física nas escolas desde cedo. Kremer, Reichert, Hallal (2012) corroboram que os estudantes que se envolvem em atividade física fora das aulas tiveram maior participação em atividades físicas moderadas a vigorosas nas aulas de Educação Física.

Continuando a afirmação de Kremer, Reichert, Hallal (2012) devido o tempo da aula de Educação Física ser reduzido, os estudantes praticam atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa um terço da aula, com pouca contribuição significativa para o nível de atividade física dos estudantes. Em contrapartida Santos, et al. (2019) consideraram que a participação constante nas aulas de educação física escolar é essencial para essa população em específico para evitar riscos a saúde posteriormente.

De acordo com Ribeiro, et al. (2017) consideram a efetividade das intervenções para a promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde, e até mesmo de reconsiderar os horários de atendimento para que abrangem maior quantidade da população com baixo nível socioeconômico. Exemplificando, o estudo de Vieira et al. (2020) que cita o SOE (Serviço De Orientação Ao Exercício) que oferta uma ampla diversidade de PCAF (Prática Corporal e

Atividade Física) coletivas, dentre as quais se destacam: alongamento, ginástica, hidroginástica, danças, circuitos funcionais, caminhada coletiva, capoeira, ioga, esportes adaptados e atividades recreativas. Com a prevalência de (59,2%) de maior participação no alongamento, caminhada (31%) e as ginásticas localizada (40%) e aeróbica (16,4%).

Considerando Campos et al. (2018) que mencionou a criação do Programa Saúde na Escola (PSE) que ocorreu em 2007, com o objetivo de incentivar a prática de atividade física juntamente com uma alimentação saudável e prevenção de doenças na Educação Básica. Para Oliveira, Martins e Bracht (2015) esse programa alinha a Educação e a Saúde proporcionando uma melhora na qualidade de vida dos estudantes de Escolas Públicas Brasileiras. Nessa etapa a Educação Física se faz presente por buscar desenvolver o aluno como um todo.

De acordo com Santos et al. (2019) uma alimentação irregular durante os diferentes ciclos da vida pode acarretar complicações negativas a saúde. Para concordar com esse pensamento Friedrich, Schuch, Wagner (2012) afirmam que houve mudanças alimentares no aumento de consumo de açúcares, e alimentos industrializados, como também a diminuição de alimentos saudáveis, como frutas e verduras. Para evitar esses aspectos negativos, uma alimentação balanceada desde a infância resulta em ter mais estímulos para o gasto energético, especialmente durante o período escolar. (SANTOS et al. 2019).

Sem total certeza de qual intervenção é mais eficaz para combater a obesidade, o objetivo deve ser focado em buscar estilos de vida ativo, juntamente com uma alimentação adequada e também a prática de exercício físico. Por isso, o ambiente escolar deve oferecer em suas aulas de Educação Física estímulos ao movimento corporal, esportes e rotinas com boas alimentações. FRIEDRICH, SCHUCH, WAGNER (2012)

Como também afirma nas palavras de Ferreira, Jardim e Peixoto (2013), que as comunidades escolares é o ponto de partida para movimentos geradores de saúde e favoráveis a hábitos e comportamentos saudáveis. E para que haja essa estrutura, a escola e os responsáveis se colocam em posição de empenhadores para direcionar a educação física como agente principal. (KREMER; REICHERT; HALLAL, 2012).

Para Fernandes, Penha e Braga (2012) o desempenho físico é afetado pela composição corporal, pois grande parte das boas ações dependem de como o corpo se apresenta, sendo que também é neste momento da fase escolar que acontece um maior desenvolvimento motor. Assim como, quando compreendem de forma clara que a atividade/exercício físico pode ter benefícios para sua saúde, o gosto ao realizar as práticas se tornam fundamentais para os aspectos físicos e psicológicos, gerando prazer e não se tornando uma obrigação. (VIEIRA et al., 2020).

Os estudos de Friedrich, Schuch e Wagner (2012) comprovam que os programas de intervenções trabalhados junto com a família mostram melhores resultados na vida ativa do aluno, tanto na prática de atividade física como na alimentação. Essa influência se faz necessária para intensificar as chances daquele indivíduo se tornar um adulto com comportamentos saudáveis. (FERREIRA; JARDIM; PEIXOTO, 2013).

Dessa forma, Kremer, Reichert e Hallal (2012) relata que quanto maior a prática de atividade física por parte dos alunos, melhor será seu resultado escolar. Isso também varia em questão do tempo, intensidade, frequência não ultrapassando e nem ficando totalmente ocioso.

Além de obter melhor desempenho e resultados, Friedrich, Schuch e Wagner (2012) afirma que as capacidades físicas (Agilidade, Flexibilidade, Força, Resistência, Velocidade, Equilíbrio e Coordenação motora) quando bem desenvolvidas protege contra a inatividade física na idade adulta. Entre outros benefícios se destaca a prevenção e controle das doenças crônicas e fatores de risco associados (FERREIRA; JARDIM; PEIXOTO, 2013). Melhoram a autonomia, socialização, o pensamento crítico, desenvolvimento físico e ósseo. (CAMPOS et al., 2018).

Conforme Santos et al. (2019) a Educação Física Escolar tem a capacidade de buscar a qualidade de vida, porém, em algumas escolas não possuem a carga horária necessária para garantir uma melhor performance. Mas para Júnior, Lopes e Hallal (2012) em seu estudo, apontou que aqueles alunos que tiveram a oportunidade de participar de pelo menos duas aulas de Educação Física por semana obtiveram um melhor desempenho fisicamente dentro e fora do ambiente escolar.

O estudo de Júnior, Lopes e Hallal (2012) evidencia o quanto é perceptível um estilo de vida mais ativo no sexo masculino em relação ao feminino, são diferentes fatores que podem influenciar esse destaque, como a idade e as diferenças biológicas (força, resistência). Já o desempenho feminino tem suas características voltadas para atividades de baixa intensidade, por conta de seu biótipo mais frágil e delicado.

Perante o relato de Ribeiro et al. (2017) o Sistema Único de Saúde (SUS), atua oferecendo atendimento público para o bem-estar e qualidade de vida dos brasileiros, e um desses programas está a Academia de Saúde que busca por meio desta, a promoção de saúde. Portanto, se faz necessário uma atenção dos governantes para implantações de políticas públicas direcionadas a prática de atividade física, propondo maneiras de incentivar essa prática desde a infância. (SANTOS et al., 2019).

Dessa forma, Ferreira, Jardim e Peixoto (2013) explica que com tantos fatores de relevância voltadas ao conhecimento da saúde por meio da Educação Física Escolar se tornou

prioridade a transformação aos projetos públicos apoiando o desenvolvimento integral através das práticas corporais, principalmente dentro do ambiente escolar.

Assim, o cuidado de si e do outro, a inclusão e o respeito emergem como elementos inovadores na educação para a saúde, a partir das intervenções que a Educação Física realiza na escola, sejam em momentos de aula ou extra-aula. (OLIVEIRA; MARTINS; BRACHT, p. 247, 2015).

No documento oficial da BNCC (2017), encontra-se incluso no conteúdo de **COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O ENSINO FUNDAMENTAL**, 3 competências se encaixam no atual assunto. Estando dispostos de acordo com a sua numeração original.

Competência 3. Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais.

Competência 4. Identificar a multiplicidade de padrões de desempenho, saúde, beleza e estética corporal, analisando, criticamente, os modelos disseminados na mídia e discutir posturas consumistas e preconceituosas.

Competência 8. Usufruir das práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em contextos de lazer, ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde. (BNCC, 2017, p.223, **grifo autoras**)

Educar para ter saúde é o que afirma os Temas Transversais SAÚDE (1997), os professores são essenciais para a formação de cidadãos que sejam conscientes para desenvolver hábitos e comportamentos saudáveis. Dissertam que apenas transmitir informações a respeito de hábitos saudáveis, doenças e até mesmo higiene se tornam ineficientes para gerar significados na vida do estudante, dessa forma, se originou o “educar para a saúde”, se tornando um dos temas transversais mais trabalhado na Educação Física.

Entende-se Educação para a Saúde como fator de promoção e proteção à saúde e estratégia para a conquista dos direitos de cidadania. Sua inclusão no currículo responde a uma forte demanda social, num contexto em que a tradução da proposta constitucional em prática requer o desenvolvimento da consciência sanitária da população e dos governantes para que o direito à saúde seja encarado como prioridade. (PCN’S, 1997, p.65)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após vários estudos comprovando o crescimento da obesidade de crianças no Brasil, ocasionado por diversos fatores: falta de conhecimento, comodidade, pandemia do covid19, etc. Se tornou ainda mais evidente que a mudança deve acontecer o mais rápido possível, que as políticas públicas defendam tais direitos, na prestação de seus serviços, oferecendo os parques e academias adaptados, profissionais formados, aulas voltadas para o desenvolvimentos corporal, materiais e espaços adequados que garantem uma boa influência para essas crianças crescerem e se desenvolverem com hábitos saudáveis.

A BNCC, assim como os PCN'S afirmam que a Educação Física Escolar lida com questões de saúde e prevenção de doenças, como outros pontos positivos que agregam na vida dos indivíduos, mas para isso acontecer é necessário ser bem trabalhado dentro da área escolar, desde a Educação Infantil até o Ensino Médio, ou seja, em todas as etapas os professores devem valorizar o ensino e a prática de hábitos saudáveis. Concluindo, portanto, a partir da presente revisão de literatura, que a Educação Física Escolar pode ser uma grande ferramenta para promoção e melhora da saúde pública na população brasileira.

A realização de projetos, pesquisas e estudos que embasem as aulas de Educação Física como um dos principais aspectos a proporcionar uma vida adulta ativa será de grande relevância no mundo acadêmico e universitário para comprovar cada vez mais a eficácia e a importância da Educação Física Escolar no mundo atual.

REFERÊNCIAS

BAGNARA, Ivan Carlos; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Responsabilidade da educação física escolar: concepções dos professores que atuam na formação inicial. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Porto Alegre, v. 42, n. 2029, p. 01-08, jul. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892020000100226&lang=en>. Acesso em: 22 mar. 2021.

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. **Ministério da Educação**, 2017. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_-versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 05 maio 2021.

BRASIL. Conselho Regional de Educação Física. **Profissionais de Educação Física Conquistam Reconhecimento na CBO**, 2020. Disponível em: <<https://cref1.org.br/educacao-fisica/minha-profissao/profissionais-de-educacao-fisica-conquistam-reconhecimento-na-cbo/>>. Acesso em: 19 mar. 2021.

BRASIL. Consulta Pública: Guia de Atividade Física para População Brasileira. **Ministério da Saúde**, 2020. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/Guia_Atividade_Fisica_Consulta_Publica.pdf>. Acesso em: 04 abr. 2021.

BRASIL. 05/8 Dia Nacional da Saúde. **Ministério da Saúde**. Disponível em: <<https://bvsm.s.saude.gov.br/05-8-dia-nacional-da-saude/>>. Acesso em 30 nov. 2021.

BRASIL. Lei No 10.793, de 1º de Dezembro de 2003, **Presidência da República Casa Civil**, 2003. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.793.htm>. Acesso em: 05 maio 2021.

BRASIL. O que é Saúde Pública?. **Biblioteca de Saúde Pública Fiocruz**. Disponível em: <<http://www.fiocruz.br/bibsp/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?sid=107>>. Acesso em: 30 mar. 2021.

BRASIL. Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS). Consulta Pública: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. **Ministério da Saúde**, 2020. Disponível em: <<https://aps.saude.gov.br/noticia/9516>>. Acesso em: 04 abr. 2021.

BRASIL. Tema Transversal Saúde. **Ministério da Educação**. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro092.pdf>>. Acesso em 25 out. 2021.

COLEDAN, et al. Prática esportiva e participação nas aulas de educação física: fatores associados em estudantes de Londrina, Paraná, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 3, p. 533-545, mar. 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csp/a/sjw7Z7mbnsBFQJmDrbJGpq/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 06 maio 2021.

CAMPOS, Maryane et al. Fatores de risco e proteção para as doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes nas capitais brasileiras. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 21 n. 180002, p. 01-15, nov. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2018000200410&lang=pt>. Acesso em: 03 maio 2021.

FERNANDES, Marcela; PENHA, Daniel; BRAGA, Francisco. Obesidade infantil em crianças da rede pública de ensino: prevalência e consequências para flexibilidade, força explosiva e velocidade. **Revista da Educação Física / UEM**, Maringá, v. 23, n. 4, p. 629-634, out./dez. 2012. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/refuem/a/ztkz59Cn6xqrDJLNyWzVFWJ/?lang=pt> >. Acesso em: 05 maio 2021.

FERREIRA, Heraldo; OLIVEIRA, Braulio; SAMPAIO, José. Análise da percepção dos professores de Educação Física acerca da interface entre a saúde e a Educação Física escolar: conceitos e metodologias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 35 n. 3, p.673-685. jul./set. 2013. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbce/a/k3XVXbdT9g58Mw9WLWGgnhs/?lang=pt> >. Acesso em: 05 maio 2021.

FERREIRA, Issac. Plágio em artigo científico: o que diz a literatura brasileira. Universidade Federal de Santa Catarina. **Centro de Ciências da Educação**. Santa Catarina, p. 383, 2020. Disponível em: < https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/25837/TCC_11_julho_2012_Isaac_vers%E3ofinal.pdf;jsessionid=E7C11775D211EDFC161F3F68E79C5D99?sequence=1 >. Acesso em: 30 nov. 2021.

FERREIRA, Jovino; JARDIM Paulo; PEIXOTO, Maria. Avaliação de projeto de promoção da saúde para adolescentes. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 47, p. 01-08, abr. 2013. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rsp/a/Sf3gkJHvYVCCV9fGXRSHjmL/?lang=pt> >. Acesso em: 06 maio 2021.

FRIEDRICH, Roberta; SCHUCH, Ilaine; WAGNER, Mário. Efeito de Intervenções Sobre o Índice de Massa Corporal. **Revista de Saúde Pública**, Porto Alegre, v. 46, n. 3, p.1-9 Jan. 2012. Disponível em < <https://www.scielo.br/j/rsp/a/NdMjsc8Qd9PGxs9PWJWqBvk/?lang=pt> > Acesso em: 06 maio de 2021.

JÚNIOR, José; LOPES, Adair; HALLAL, Pedro. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 3, p. 505-515, abr. 2012. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rsp/a/CKdNdfN9BmZjc45pNp65QgJ/?lang=pt> >. Acesso em: 04 maio 2021.

KREMER, Marina; REICHERT, Felipe; HALLAI, Pedro. Intensidade e Duração dos Esforços Físicos em Aula de Educação Física. **Revista de Saúde Pública**, Porto Alegre, v. 46, n. 2, p.320-6. Abr. 2012. Disponível em < <https://www.scielo.br/j/rsp/a/BvgkW887zhbxv4VQVtFw55x/?lang=pt> > Acesso em: 05 maio de 2021.

OLIVEIRA, Victor; MARTINS Izabella; BRACHT, Valter. Projetos e práticas em educação para a saúde na educação física escolar: possibilidades. **Revista da Educação Física / UEM**, Maringá, v. 26, n. 2, p. 243-255, jun. 2015. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/refuem/a/ryMqfGF88Rj8tCwNG3jWCdB/?lang=pt> >. Acesso em: 03 maio 2021.

RIBEIRO, Evelyn et al. Avaliação da efetividade de intervenções de promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 51, n. 56, p. 01-12, jun. 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jpe/a/B78KJdFLwNLGLWMcQVTJxq/?lang=pt> > Acesso em: 03 maio 2021.

SANTOS, Josivana et al. Fatores associados a não participação nas aulas de educação física escolar em adolescentes. **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 30, n. 3028, p. 01-12, Set. 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jpe/a/B78KJdFLwNLGLWMcQVTJxq/?lang=pt> >. Acesso em: 03 maio 2021.

VIEIRA, Leonardo Araújo et al. 30 Anos Do Serviço De Orientação Ao Exercício Em Vitória/Es: Pioneirismo Nas Práticas Corporais E Atividades Físicas No Sistema Único De Saúde, **Revista Movimento**, Vitória, v.26, n. 26086, p. 01-17, dez. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/jB5djLkW74MRPByrDdQm6yp/?lang=pt>. Acesso em: 12 jul. 2021.

VIRGILIO, Stephen J. **Educando crianças para a aptidão física: uma abordagem multidisciplinar**. 2 ed. – Barueri, SP: Manole, 2015.