

## **SAÚDE E AUTOEFICÁCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA EJA: UMA REVISÃO TEÓRICA**

Gislene Amaro de Albuquerque; Italo dos Santos Rocha; Rodrigo Peixoto Nunes; Kátia Regina Xavier Pereira da Silva (orientadora)

*Colégio Pedro II – Mestrado Profissional em Práticas de Educação Básica*  
gisamaro@yahoo.com.br

### **Introdução**

A presente proposta constitui um recorte de uma dissertação de Mestrado Profissional em andamento, cujo objetivo geral é verificar se o ensino de conteúdos relacionados à temática saúde, nas aulas de Educação Física Escolar, pode contribuir para o desenvolvimento da autoeficácia para a prática de atividades físicas por alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA). O estudo é relevante tanto no campo do ensino, considerando-se a transversalidade do tema saúde no currículo escolar, quanto no campo do currículo, tendo em vista que a discussão sobre o assunto pode gerar importantes reflexões sobre os processos de exclusão de Jovens e Adultos Trabalhadores nas aulas de Educação Física e sugerir ações práticas que propiciem o aumento da participação, da igualdade, da inclusão e do protagonismo desses alunos da EJA. Uma das etapas da dissertação é a realização de um levantamento teórico sobre o assunto em questão. Este resumo apresenta os resultados parciais provenientes desse levantamento, oriundos de artigos e trabalhos apresentados em congressos, nos últimos nove anos, sobre a temática Saúde e Autoeficácia nas aulas de Educação Física Escolar, no contexto da EJA.

São muitas as inquietações de um professor de Educação Física na prática escolar, mas duas levaram a essa investigação: como o tema Saúde é abordado nas aulas de Educação Física da EJA? Que contribuições os estudos sobre a autoeficácia podem oferecer ao trabalho com a temática Saúde nas aulas de Educação Física para os alunos da EJA? Espera-se que as respostas a essas questões possam contribuir para a elaboração da dissertação de mestrado e para a construção de um produto educacional inovador, que tenha aplicabilidade na prática docente e que gere resultados positivos no ambiente escolar. Esta discussão parte de reflexões sobre três assuntos que estão interligados: o conceito de saúde na escola, a EJA e o contexto social da saúde e as relações entre atividade física e autoeficácia.

Ao analisar o caminho histórico do tema saúde na escola, observa-se que ele passou de uma concepção higienista e assistencialista a uma concepção mais integral e coletiva, assumindo assim um papel mais amplo, e até político-social. Iaochite (2017), dentro dessa última concepção de saúde, diz ser a escola o local onde se pode desenvolver conhecimento, valores e atitudes que promovam a qualidade de vida de todos os envolvidos no processo ensino aprendizagem. Esse processo necessita de ações reflexivas e críticas, e não apenas a transferência de conteúdos. A escola é um excelente espaço para se desenvolver o tema saúde, pois ele pode se estender para além dos alunos, abarcando professores e funcionários, transformando positivamente o ambiente em que estão inseridos. Pode ser um espaço de construção coletiva, gerando conhecimento e mudanças de comportamento que podem prevenir problemas sociais graves. Para isso, defende-se que as aulas de Educação Física são um espaço propício para a discussão sobre temas ligados à saúde.

No contexto nacional, verifica-se que a prática de atividade física ainda está muito aquém do necessário para se ter uma sociedade saudável, com alta qualidade de vida e bem-estar satisfatório. Isso pode ser constatado na pesquisa do Ministério do Esporte, o Diagnóstico Nacional do Esporte (Diesporte), de 2013. Os resultados dessa pesquisa apontam que 45,9% da população brasileira é

sedentária, ou seja, não pratica nenhuma atividade física regular, o que representa 67 milhões de pessoas em todo o país. Essa pesquisa também aponta que mais da metade das pessoas consultadas possuem consciência dos riscos de se ter uma vida sedentária. Os dados levantados são alarmantes e preocupantes, desencadeando um problema de saúde pública e que não deixa de ser um problema da educação brasileira também. Portanto, a escola pode exercer um papel muito importante nisso, ela pode ser o local para se iniciar essas discussões e possíveis transformações.

Quando se fala de uma escola na qual a clientela é constituída por Jovens e Adultos, como é o caso da EJA, existe um público com características específicas e bastante heterogêneo. E muitos são os fatores que colocam essas pessoas nessas estatísticas: volume alto de trabalho, são pais e mães adolescentes, estão há muito tempo sem estudar, possuem pouco conhecimento do próprio corpo, não têm tempo para se exercitar, estão em situação constante de estresse e cansaço diários. O estudo realizado por Rodrigues e Junior (2016, p.739) “aponta que a população de adultos trabalhadores da EJA pode representar baixa vitalidade devido ao cansaço do cotidiano”. Diante dessa realidade, há a necessidade desses alunos da EJA reconhecerem-se capazes de se tornar agentes transformadores do seu próprio corpo, da sua saúde e do ambiente em que vivem.

A Teoria Social Cognitiva (TSC), que tem como precursor o psicólogo Albert Bandura, explica o desenvolvimento e as ações humanas, evidenciando a relação entre pessoa, contexto e comportamento, na qual todos se influenciam reciprocamente e em diferentes intensidades. Dentre as microteorias englobadas pela TSC destaca-se a Teoria da Autoeficácia. Para Azzi e Vieira (2014), o coração da agência humana são as crenças de autoeficácia, que estão ligadas ao bem-estar, à motivação e à busca por realizações. Essas crenças são julgamentos que o sujeito desenvolve em relação à própria capacidade de estabelecer metas, realizar planejamentos e colocá-los em prática para atingir essas metas com sucesso, em áreas de domínio específicas. Nesse contexto o indivíduo interage com o ambiente, o modifica e é modificado por ele, e como resultado dessa interação, desenvolve crenças acerca das suas competências pessoais para atingir certas realizações. Além da interação e modificação do ambiente, as crenças de autoeficácia também estão diretamente relacionadas ao trabalho de controle sobre o funcionamento do próprio corpo.

## **Metodologia**

O presente estudo caracteriza-se como qualitativo e foi desenvolvido com base na técnica de revisão sistemática (VOSGERAU; ROMANOWSKI, 2014). A revisão avaliou artigos e trabalhos publicados em congressos específicos da área de Educação Física, em língua portuguesa, produzidos entre os anos de 2009 e 2018 em quatro bases de dados: Google Acadêmico, Scielo, Periódicos Capes e Congressos (Conbrace, Conice e CBCE). Foram utilizadas, como parâmetros para a pesquisa, cinco combinações de descritores: *Saúde AND Educação Física*, *Saúde AND Educação de Jovens e Adultos*, *Autoeficácia AND Saúde*, *Autoeficácia AND Educação Física* e *Autoeficácia AND Educação de Jovens e Adultos*. Inicialmente, verificou-se a existência desses descritores no título e no assunto dos trabalhos. Essa pesquisa nas bases de dados resultou na identificação de 340 referências. Após a leitura dos resumos e a aplicação dos critérios de exclusão, como fuga ao tema, associações com saúde mental e alunos com deficiência, relações com a formação do docente, entre outros, 16 referências foram julgadas pertinentes a partir da busca no Google Acadêmico, 4 a partir da busca no Scielo, 4 na busca no Portal de Periódicos Capes e 4 em Congressos especializados em Educação Física, totalizando 28 referências. Após leitura completa dos artigos e trabalhos, 12 foram considerados relevantes para a presente pesquisa, sendo 8 artigos e 4 trabalhos publicados em Anais de Congressos. O restante foi excluído por não apresentar potencial para responder as questões propostas nesta pesquisa.

## Resultados e Discussão

Dentre as 12 referências analisadas e selecionadas, constata-se que pesquisas relacionadas a esses descritores estão concentradas nas regiões sul e sudeste do Brasil. O maior número de pesquisas foi realizado entre os anos de 2015 e 2017. Foram utilizados questionários, escalas, entrevistas, estudo de campo e levantamentos teóricos nos trabalhos. O público estudado variou de adolescentes a adultos.

Ao realizar as combinações *Saúde AND Educação Física* e *Saúde AND Educação de Jovens e Adultos*, 11 trabalhos foram selecionados, destacam-se: o trabalho com o título *Educação Física Escolar: um olhar sobre a saúde* (CARLAN, 2017) que aborda a tríade saúde, escola e educação física. O outro, *A Saúde e A Qualidade de Vida no Trato Pedagógico do Professor de Educação Física* (SOARES, 2014), procura identificar como é tratada a temática da saúde e da qualidade de vida nas aulas de Educação Física no contexto da EJA. No trabalho *Educação Física Escolar e Saúde: a experiência de uma escola de ensino médio da região centro serrana do Espírito Santo* (GREGÓRIO, 2017), os resultados apontam que fatores como falta de tempo e carga de trabalho acentuada prejudicam o cuidado com a saúde, necessitando que se tenham espaços como a escola para se estimular os cuidados com a saúde. Percebe-se que os trabalhos indicam que a escola pode ser um bom local de construção da promoção da saúde e que a disciplina de Educação Física pode ser um instrumento valioso nessa construção. Outros trabalhos associam saúde à prática de atividade física ou fazem uma relação direta com o corpo. Dentre os trabalhos analisados, apenas um fez a relação com a maioria dos descritores desta proposta, o artigo de Rodrigues e Junior (2016, p. 734) cujo objetivo é “descrever o perfil de qualidade de vida (QV) e de atividade física (AF) habitual de adultos participantes das aulas de Educação Física da Educação de jovens e Adultos”. Quanto as combinações relacionadas à autoeficácia, apenas 1 trabalho foi encontrado, intitulado *Autoeficácia e atividade física em adolescentes de Curitiba, Paraná, Brasil* (SOUZA, 2013). Esse trabalho analisou, através da utilização de escalas, a associação entre atividade física e autoeficácia em adolescentes. Os resultados encontrados apontam para uma correlação positiva entre autoeficácia e a prática de atividade física com esse público e a possibilidade de contribuição da autoeficácia nas mudanças comportamentais.

Em linhas gerais, os trabalhos analisados investigam como a saúde é percebida na escola e observam que a abordagem desse tema é importante, podendo ser as aulas de Educação Física um espaço de contribuição e construção de ideais ligados a uma vida mais saudável, inclusive na EJA. Isso se justifica pela possibilidade de trabalhar a temática de uma forma lúdica, prazerosa e consciente, estimulando o autocuidado e as práticas corporais. Alguns estudos também problematizam as concepções predominantes sobre corpo e práticas corporais nos processos escolares na EJA e questionam o fato de as aulas de Educação Física ainda abordarem o tema saúde fora de um contexto social, relacionando-o apenas ao corpo físico. Quanto ao tema da autoeficácia, sabe-se pela literatura específica, a sua importância, mas constata-se que ainda é reduzido o número de estudos que relacionam autoeficácia, saúde, educação física e educação de jovens e adultos. No único estudo encontrado neste levantamento, observa-se que o trabalho com a autoeficácia é importante, principalmente por poder levar as pessoas a acreditarem na própria capacidade e nas questões relacionadas às realizações pessoais.

## Conclusões

O número inicial de referências foi elevado, mas após a leitura, observaram-se poucos textos fazendo a conexão entre os descritores e com potencial para responder todas as indagações dessa

pesquisa. Em relação à abordagem do tema saúde, muitos estudos veem a escola como um possível local de promoção desta, nas aulas de Educação Física o tema é construído dentro da perspectiva das práticas corporais, afastando-se de possíveis transformações sociais ou de reflexões críticas, em relação à EJA, constata-se a importância do tema, mas são poucos trabalhos que fazem essa relação saúde e EJA, mesmo diante de tantas informações e estatísticas na sociedade que demonstram a importância desse estudo. Não foi possível uma resposta à segunda questão desse trabalho, pois não há menções diretas à Autoeficácia nas aulas de Educação Física da EJA nesses 12 trabalhos selecionados. Percebe-se, portanto, a necessidade de se realizar mais pesquisas para Autoeficácia, inclusive em bases de dados internacionais.

### **Referências**

AZZI, R. G.; IAOCHITE, R. T. **Autoeficácia em contextos de Saúde, Educação e Política**. São Paulo: Letra 1, 2017. (Série TSC em debate, v.1).

AZZI, R. G.; VIEIRA, D. A. **Crenças de eficácia em contexto educativo**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014. (Série teoria social cognitiva em contexto escolar, v.2).

BARROS, M. B.; IAOCHITE, R. T. Autoeficácia para a prática de atividade física por indivíduos adultos. **Motricidade**, v. 8, n. 2, 2012.

CARLAN, P. **Educação Física Escolar: Um Olhar Sobre A Saúde**. In: XX Conbrace e VII Conice, 2017, Goiás. Disponível em: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2017/7conice/>

GREGÓRIO, A. G. et al., **Educação Física Escolar e Saúde: a experiência de uma escola de ensino médio da região centro serrana do Espírito Santo**. In: XX Conbrace e VII Conice, 2017, Goiás. Disponível em: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2017/7conice/>

RODRIGUES, G. D.; JUNIOR, E. D. A. Perfil de qualidade de vida e atividade física habitual de adultos participantes das aulas de educação física da Educação de Jovens e Adultos. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v.10, n.62, 2016.

SOARES, A. C. et al., **A Saúde e a Qualidade de Vida no trato pedagógico do professor de Educação Física**. In: VII Congresso Sulbrasileiro de Ciências do Esporte. 2014, Paraná. Disponível em: <http://cbce.tempsite.ws/congressos/index.php/7csbce/2014/index>

SOUZA, C. A. et al., Autoeficácia e atividade física em adolescentes de Curitiba, Paraná, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 10, p. 2039-2048, out. 2013.

VOSGERAU, D. S. R.; ROMANOWSKI, J. P. Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas. **Revista Diálogo Educacional**, Curitiba/PR, v. 14, n. 14, p. 165-189, jan./abr. 2014.