

PET + SAÚDE NA ESCOLA: A UNIVERSIDADE DENTRO DA ESCOLA, PERFIL DOS DISCENTES DE UMA ESCOLA NA ZONA RURAL DE PELOTAS

RAFAELA CESTITO PEREIRA DA SILVA¹; ERICK NUNES FERNANDES²;
KAROLINE DA SILVA DUARTE³; BRENDA DE BASTOS PINHO⁴; NATHIELEN
DE SOUZA⁵; MARIÂNGELA DA ROSA AFONSO⁶

¹ ESEF/UFPel – rafaelacestito14@gmail.com

² ESEF/UFPel – eriicknuunes@hotmail.com

³ ESEF/UFPel – karolinedsd@hotmail.com

⁴ ESEF/UFPel – breenda.bastos@gmail.com

⁵ ESEF/UFPel – nathyelen@yahoo.com.br

⁶ ESEF/UFPel – mrafonso.ufpel@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O Programa de Educação Tutorial (PET) propicia aos alunos integrantes do mesmo, sob a orientação de um professor tutor, a realização de atividades extracurriculares que englobam ensino, pesquisa e extensão, como uma forma de complementar a formação acadêmica e qualificar os cursos de graduação apoiados pelo programa. O grupo PET Educação Física da Universidade Federal de Pelotas é composto atualmente por 12 alunos e uma professora tutora, que em reuniões semanais planejam as ações a serem desenvolvidas.

O “PET-STOP da saúde”, evento tradicionalmente realizado pelo grupo PET-ESEF da Universidade Federal de Pelotas, tem o objetivo de prestar serviços à comunidade em geral, referentes aos cuidados básicos com a saúde, tais como: verificação de pressão arterial e frequência cardíaca, cálculo do índice de massa corporal (IMC), verificação de glicose, entrega de material informativo, além de orientações quanto a prática de atividades e exercícios físicos, e controle alimentar. Este evento é realizado em pontos estratégicos, onde tenha grande circulação de pessoas e potencial para a prática de atividades físicas, como praças e avenidas equipadas com ciclovias e pistas de caminhada/corrida.

A população, atualmente, vem sofrendo cada vez mais com doenças crônico-degenerativas. Estas, como doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade, por exemplo, têm como maiores fatores causadores o estresse e o sedentarismo, conforme MACHADO, 2006. Portanto, a adoção de um estilo de vida ativo está diretamente associada com a redução da incidência de várias doenças.

A Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte posicionou-se, de modo a mostrar que um maior nível de atividade física em crianças e adolescentes contribui para melhorar o perfil lipídico e metabólico, além de reduzir a prevalência da obesidade. Além disso, acredita-se que é mais provável que uma criança fisicamente ativa se torne um adulto também ativo, ou seja, promover a atividade física e hábitos saudáveis na infância significa reduzir a prevalência do sedentarismo em adultos.

Com base nisso, o “PET-STOP da saúde” deu origem a um novo evento, chamado “PET + Saúde na Escola”, que também objetiva promover a saúde e incentivar bons hábitos de vida diários. Este evento foi idealizado com o intuito de prestar serviços à comunidade escolar (alunos e professores) referente aos cuidados básicos com a saúde, orientação quanto a prática de atividades e exercícios físicos, além de uma boa alimentação. Assim, o presente trabalho tem como objetivo apresentar o evento “PET + Saúde na Escola” e seus resultados, além de expor o perfil dos alunos da escola em que ocorreu sua primeira edição.

2. METODOLOGIA

O evento “PET + Saúde na Escola” tratando-se de uma proposta nova, foi discutido em diversas reuniões do grupo, onde foram expostas ideias pelos seus participantes, até que o modelo do evento fosse consolidado. Desta forma, definiu-se que o evento será realizado anualmente, em diferentes escolas da cidade de Pelotas/RS. O evento deverá contar com a participação de todos os petianos do grupo, alocados em diferentes funções, sendo elas: coleta de dados, tais como: peso e altura, consumo alimentar do dia anterior, atividade física do dia anterior e análises sociodemográficas, para alunos de até 11 anos de idade. Para os alunos acima de 11 anos de idade, além dos dados já citados, o comportamento sedentário também será investigado. Ainda, dos professores, serão coletados dados como: análises demográficas, nível de atividade física e conhecimento de hábitos saudáveis. Além disso, será fornecida orientação quanto à prática de atividades e exercícios físicos por meio de oficinas. Nesta primeira edição do evento, foi definido que, por meio de um rodízio de turmas, as oficinas realizadas seriam: rugby, ginástica artística e rítmica, punhobol, lutas e jogos cooperativos, além da existência de estações nas quais os alunos passariam para serem realizadas as avaliações.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O evento foi realizado pela primeira vez no dia nove de dezembro de 2017, na Escola Municipal de Ensino Fundamental Waldemar Denzer, localizada na zona rural do município de Pelotas/RS. Participaram das oficinas alunos de 1º ao 9º ano do ensino fundamental, que tinham autorizações assinadas pelos pais para a participação das atividades.

No total participaram da atividade 57 alunos, que foram divididos de acordo com a sua faixa etária para a melhor organização e realização das atividades. A divisão ficou da seguinte forma: Foram agrupadas as turmas de pré-escola e 1º ano, que tiveram 12 crianças presentes; as turmas de 2º ano e 3º ano, que tiveram presença de 15 crianças; as turmas de 4º ano e 5º ano, que tiveram 26 alunos presentes; e as turmas de 6º ano ao 9º ano que tiveram somente 4 crianças presentes.

A coleta de dados, que foi realizada de maneira simultânea com as oficinas, foi dividida em duas diferentes coletas, sendo uma realizada com as crianças pertencentes as turmas de 1º a 5º ano, e outra realizada com aqueles pertencentes às turmas a partir do 6º ano. Os alunos da turma de pré-escola foram excluídos da amostra, utilizando como motivo o fato de a faixa etária não estar contemplada na validação do questionário utilizado na pesquisa.

Em relação ao repertório motor apresentado pelas crianças, a realidade presente mostrou algo diferente do que costuma ser evidenciado normalmente nas escolas da zona urbana. Segundo Friedmann (2004), é de extrema importância que existam “espaços de brincar”, tanto para o desenvolvimento motor, quanto para a questão cognitiva e para a socialização das crianças. Desta forma, pode-se levantar a hipótese de que por ser uma escola de zona rural e, assim, as crianças terem mais espaços disponíveis para brincarem e praticarem atividades físicas ao ar livre, elas acabam tendo um maior número de vivências bem como um maior repertório motor, quando comparadas às crianças que moram na zona urbana. Outro fator que corrobora com isso é o fato de os centros das cidades estarem cada vez mais movimentados e violentos, o que acaba

fazendo com que as crianças que habitam as zonas urbanas passem mais tempo em ambientes fechados.

Mais um ponto positivo do evento possível de ser ressaltado foi a adesão e mobilização da comunidade escolar. Desde a idealização do evento a direção da escola se mostrou bastante interessada e disposta a contribuir com o necessário, enquanto deu total liberdade para que o grupo planejasse como tudo ocorreria. Da mesma forma aconteceu no dia, durante a realização das atividades. Ainda que exista a necessidade de um trabalho continuado para garantir que haja a adesão de uma rotina ativa e saudável, e que essa tenha sido somente a primeira intervenção, tal parceria possibilitou que tanto professores quanto alunos fossem ao menos sensibilizados para a importância de manter bons hábitos de vida diários, bem como que fossem prestados serviços referentes à temática para essa população, alcançando então o principal objetivo do evento.

4. CONCLUSÕES

O intuito de promover a saúde e incentivar bons hábitos de vida diários, através da prestação de serviços à comunidade escolar referente aos cuidados básicos com a saúde, orientação quanto a prática de atividades e exercícios físicos, e aspectos sobre alimentação foi alcançado com sucesso. Além disso, houve uma troca de vivências e conhecimentos enriquecedora para o grupo, que contribuiu para uma maior formação enquanto acadêmicos além de uma maior proximidade com a comunidade, permitindo a saída para além dos limites da graduação.

Com a ideia de realizar o evento em diferentes escolas da cidade de Pelotas, o “PET + Saúde na Escola” também possibilitou que, com uma espécie de diagnóstico feito a partir da primeira edição, sejam feitas as devidas modificações além de projetadas novas medidas para atender melhor às necessidades apresentadas pela comunidade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CRUZ, Elencira Oliveira. *A escola no campo: ouvindo crianças e adolescentes da zona rural do município de Viçosa, MG*. 2013. Disponível em: <<http://alexandria.cpd.ufv.br:8000/teses/economia%20domestica/2013/254558f.pdf>>. Acesso em: 21 fev. 2018.

JÚNIOR, Arnaldo Elói Benvegnú. *Educação física escolar na promoção de hábitos saudáveis*. Disponível em: <<https://editora.unoesc.edu.br/index.php/colloquiointernacional/article/viewFile/1271/634>>. Acesso em: 21 fev. 2018.

LAZZOLI, José Kawazoe; NÓBREGA, Antonio Claudio Lucas; CARVALHO, Tales; OLIVEIRA, Marcos Aurélio Brazão; TEIXEIRA, José Antônio Caldas; LEITÃO, Marcelo Bichels; LEITE, Neiva; MEYER, Flavia; DRUMMOND, Felix Albuquerque; PESSOA, Marcelo Salazar da Veiga; REZENDE, Luciano; ROSE, Eduardo Henrique; BARBOSA, Sergio Toledo; MAGNI, João Ricardo Turra; NAHAS, Ricardo Munir; MICHELS, Glaycon; MATSUDO, Victor. *Atividade física e saúde na infância e adolescência*. 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921998000400002>. Acesso em: 21 fev. 2018.

LUCIANO, Alexandre de Paiva; BERTOLI, Ciro João; ADAMI, Fernando; ABREU, Luiz Carlos. *Nível de atividade física em adolescentes saudáveis*. 2015. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v22n3/1517-8692-rbme-22-03-00191.pdf>>. Acesso em: 21 fev. 2018.

OLIVEIRA, Gerson. *Doenças Crônicas Degenerativas – Hipertensão Arterial Sistêmica*. Disponível em: < https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/estrategias_cap10.pdf>. Acesso em: 21 fev. 2018.