

A EDUCAÇÃO E A OBESIDADE NA ESCOLA

MARCO ANTONIO CHALITA,
Universidade do Porto (UP) - Faculdade de Desporto (FADEUP) - Porto - Portugal
Universidade Federal de Alagoas (UFAL) - Maceió (AL) - Brasil
Universidade Tiradentes (UNIT) - Aracaju (SE) - Brasil
chalita1101@yahoo.com.br
DIEGO FERNANDO SANTOS ALMEIDA,
Universidade Tiradentes (UNIT) - Aracaju (SE) - Brasil
diegof_santos@hotmail.com
RUI PROENÇA GARCIA,
Universidade do Porto (UP) - Faculdade de Desporto (FADEUP) - Porto - Portugal
rgarcia@fade.up.pt

INTRODUÇÃO

A obesidade é considerada um importante problema de saúde pública, e de acordo com a OMS (2004) é tida como uma epidemia global. A prevalência de sobrepeso e a conseqüente obesidade vêm crescendo, na infância e bem como na adolescência, e tende a persistir na vida adulta.

Nos dias de hoje uma das grandes preocupações a nível mundial é a mudança nos hábitos de vida das pessoas resultante do processo de modernização. Nas sociedades altamente tecnológicas podemos observar uma mudança no estilo de vida das pessoas um tanto degenerado, fruto do próprio produto da industrialização aliado às condições compactas de vida urbana em algumas cidades, associando-se a tudo isso, o notório interesse por diversões mais passivas em substituição das atividades físicas mais vigorosas como também por inadequados hábitos alimentares, criando-se desta forma condições ideais para o maior acúmulo de gordura e conseqüentemente o desenvolvimento do peso corporal nestas populações, obtendo-se grupos de pessoas sedentárias e com excesso de peso. Desta forma a alta tecnologia do mundo atual, talvez represente um dos fatores que contribuem diretamente para o aumento da prevalência do sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes.

O princípio da educação na escola, notória pela sociedade, é mais do que transmissão e construção de conhecimentos e habilidades. É acima de tudo formar cidadãos autônomos e críticos para de alguma forma adotar posturas positivas na vida. É o que Freire (2005) comenta sobre a libertação autêntica, que é a humanização em processo, não é uma coisa que se deposita nos homens, não é uma palavra a mais, oca, mitificante. É práxis, que implica a ação e a reflexão dos homens sobre o mundo para transformá-lo.

A Educação Física diante de sua responsabilidade para com a educação de modo geral, busca a sua valorização profissional e um agir competente no âmbito de suas conquistas, para que de alguma forma possa vir a contribuir no processo educativo. Assim este estudo teve o objetivo de identificar o conhecimento dos alunos do ensino fundamental sobre a obesidade, percebendo como a escola trata deste assunto, bem como a Educação Física escolar.

CAMPO TEÓRICO DE ANÁLISE

A obesidade é atualmente considerada uma das principais ameaças à saúde no mundo moderno. O âmbito do problema é o resultado da prevalência da combinação de riscos à saúde. Os dados de praticamente todos os países do mundo industrializados, e mesmo os dos países em desenvolvimento, revelam uma proporção crescente de crianças e pré-adolescentes com sobrepeso ou realmente obesos. A prevalência de sobrepeso e obesidade varia de acordo com idade, sexo, raça e classes socioeconômicas no mundo ocidental e nos países em desenvolvimento (GUEDES & GUEDES, 1998).

Na verdade, a ocorrência de um aumento drástico da prevalência de obesidade neste século, e todas indicações levam a crer que o problema se tornará pior nas próximas décadas. A predominância de obesidade na pré-adolescência mais do que dobrou, desde o início da década de 1960 (TROIANO et al, 1995). O aspecto mais grave e preocupante é o aumento da obesidade infantil, que se traduzirá, em uma prevalência ainda mais alta de obesidade adulta. Colavitti (2004) aponta que hoje no mundo mais de 1 bilhão de pessoas se encontram com excesso de peso e destas são 300 milhões de pessoas com obesidade, e associado a uma série de doenças graves, como problemas cardíacos, diabetes, hipertensão e também associados a algum tipo de câncer.

A contribuição de um gasto energético diminuído, na epidemia atual de sobrepeso e de obesidade, é determinada pela queda no nível habitual de atividade física, associado ao trabalho e às tarefas domésticas da vida diária, além da quantidade crescente de tempo gasto em modo de vida sedentário, como ver tv, trabalhar no computador, jogar vídeo game, etc. A contribuição não está associada ao decréscimo da taxa metabólica em repouso ou a termogênese induzida pela dieta. De fato, não há indicação absoluta de que haja uma tendência secular de diminuição destes dois componentes no gasto diário energético.

O sobrepeso e a obesidade infantil traz uma preocupação enorme para a sociedade, já que a possibilidade desta criança vir a se um adulto obeso é muito grande. Rowland (2007) constata que crianças obesas apresentam um perfil lipídico desfavorável. Destaca que um dos principais fatores de risco associado à manutenção da obesidade na idade adulta é quando se desenvolve a obesidade em idade infantil, pois tem sido verificado com certa consistência que a criança obesa terá grande probabilidade de vir a ser um adulto obeso (HERMAN ET AL., 2008).

No entanto uma das principais “vantagens” da obesidade infantil é que ela pode ser detectada precocemente para que possa ser tratada o mais rápido possível (FISBEG, 1993). Segundo Guedes & Guedes (1998), o sobrepeso é tido como aumento excessivo do peso corporal total, o que pode ocorrer em conseqüência de modificações em apenas um de seus constituintes (gordura, músculo, osso e água) em seu conjunto. Entretanto a obesidade refere-se especialmente ao aumento na quantidade generalizada ou localizada de gordura em relação ao peso corporal, associado a elevados riscos para a saúde, pelo seu maior acúmulo de gordura, freqüentemente promove aumento de peso corporal, o que justifica o fato de muitos indivíduos com sobrepeso serem também obesos (GUEDES & GUEDES, 1998).

O aumento da prevalência de sobrepeso e da obesidade nas últimas décadas pode ser explicado teoricamente por uma das três situações a seguir ou pela combinação delas. A primeira circunstância estabelece que o aumento resulta do fato de que uma grande parte da população está consumindo mais calorias do que os indivíduos das gerações passadas, sem mudanças no gasto diário habitual de energia. O segundo panorama sugere que a causa desse aumento pode ser encontrada na diminuição do gasto energético diário, sem alteração da ingestão calórica. Finalmente, a terceira circunstância propõe que a ingestão calórica per capita tem realmente declinado quando comparado com as gerações anteriores, mas que o gasto energético diário tem, em média, diminuindo em proporção ainda maior. Embora seja provável que a primeira situação envolva um seguimento da população adulta de indivíduos com sobrepeso e obesos, acreditamos que a segunda e a terceira situações tenham um papel ainda maior (BOUCHARD, 2003).

A EDUCAÇÃO E A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A educação se refere ao processo de desenvolvimento unilateral da personalidade, envolvendo a formação de qualidades humanas – físicas, morais, intelectuais, estéticas – tendo em vista a orientação da atividade humana na sua relação com o meio social, num determinado contexto de relações sociais (LIBÂNEO, 1994). Assim educação é hoje concebida como um dos fatores progressivos responsável pela mudança e orientação de toda uma sociedade. E o ensino dentro desse contexto se caracteriza pela transformação e

desenvolvimento das capacidades intelectuais dos discentes direcionados ao domínio dos conhecimentos, habilidades e sua aplicação, visando alcançar determinados resultados na vida futura (LIBÂNEO, 2005)

A educação, não é algo definitivo, ela se dá sob diversas formas e diferentes aspectos, pois depende do ponto de vista de cada sociedade. A escola nada mais é do que um lugar onde a educação é formalizada e segue um conjunto de regras e métodos e saberes que devem ser preservados e transmitidos. Kunz (2004, p. 95) confirma este parágrafo quando diz que “a escola além repassar o conhecimento social de caráter pragmático e técnico, deverá também auxiliar os jovens no pleno desenvolvimento de sua personalidade sócio-cultural”. Assim os objetivos da educação são as mudanças positivas esperadas como consequência da ação educativa nas pessoas e nos grupos sociais, nas instituições dedicadas ao ensino e nas organizações das políticas educacionais, buscando uma melhoria de vida do ser humano.

Já Educação Física escolar enquanto componente curricular da educação básica deve assumir então uma outra função que seria a de introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e danças, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade de vida (BETTI, 2002).

Corroborando Oliveira (2006) diz que a Educação Física busca tornar acessível a aprendizagem de conhecimentos sobre o movimento humano, no sentido de individual e intencionalmente utilizar-se de potencialidades para movimentar-se de forma habilidosa e, em correspondência, a capacitação para, em relação ao meio em que vive, agir, interagir, adaptar-se, transformar, na busca de benefícios para a qualidade de vida.

METODOLOGIA

Para se atingir o objetivo a que se propôs esta pesquisa utilizou-se como procedimentos metodológicos:

a) Num primeiro momento buscou-se a pesquisa bibliográfica para a construção do campo teórico com relação a obesidade e à escola. Lakatos & Marconi (2006) dizem que a pesquisa bibliográfica abrange todo material bibliográfico já tornado público, tendo relação com o tema que se está estudando, sendo que a sua finalidade é colocar o pesquisador em contato direto com o que já foi escrito, dito sobre determinado assunto.

b) Em segundo momento foi realizada uma pesquisa de campo que consistiu na aplicação de um questionário na escola com 60 alunos do 8º e 9º ano do ensino fundamental, buscando identificar se a escola e a Educação Física tratam sobre o tema da Obesidade com os alunos. O questionário de acordo com Lakatos & Marconi (2006) é um instrumento de coleta de dados constituído de perguntas que devem ser respondidas por escrito.

c) Num terceiro momento foi feita a análise das respostas para se chegar à conclusão do estudo proposto.

TAREFA INTERPRETATIVA

Diante dos questionamentos feitos aos alunos participantes da pesquisa, o primeiro assunto abordado foi de saber se os mesmos sabem o que é a Obesidade, ainda percebendo como os mesmos entendem a doença. De acordo com as respostas 84% dos alunos sabem o que é a obesidade, porém 16% não sabem o que significa. Dos que sabem o que é a obesidade, os mesmos entendem que a mesma se manifesta quando as pessoas apresentam um peso corporal acima do ideal, com acúmulo de gordura. Atribuem como uma consequência de uma alimentação excessiva, ou seja, pessoas que ingerem comida acima do limite necessário diariamente, e como resultado podem ter complicações na saúde.

De modo geral percebe-se que a maioria dos alunos sabe o que é a obesidade, porém esta informação pouco foi trabalhada na própria escola. Dos alunos que sabem o que é a obesidade, adquiriram o conhecimento na escola com professores em 21%, principalmente com os professores de ciências, já 15% das informações foram adquiridas em contato informal

com os próprios colegas, e 64% foi adquirido de outra forma, em jornais, revistas, televisão, ou seja, na mídia de modo geral. Podemos perceber que pouco se comenta sobre esse assunto na escola, ainda mais na educação física escolar, que não foi citada em nenhuma das respostas. Assim se entende que os alunos em sua maioria não adquire os conhecimentos relativos a questão da saúde no âmbito escolar, e de acordo com PCN's (1997) é na escola e nas aulas de educação física um ambiente propício para se discutir e analisar alguns padrões de estética, beleza e saúde presentes no cotidiano, buscando compreender sua inserção no contexto em que são produzidos e criticando aqueles que incentivam o consumismo.

Sobre a educação física escolar, foi comentado que os professores abordaram o assunto sobre saúde, porém em obesidade nada foi comentado. Já outros professores, no caso, os de ciências trabalharam sobre o tema, sendo através de aulas expositivas, apresentando pesquisas e reportagens sobre a obesidade.

Em relação a se trabalhar mais o assunto na escola, 82% dos alunos se manifestaram interessados em obter mais conhecimento sobre a obesidade, pois com isso poderiam orientar ou aconselhar as pessoas da família, e também agir em relação a si próprio para não se tornar uma pessoa obesa, assim prevenindo a doença. Neste sentido o currículo da escola deve ser observado a que se propõe, pois para Coll et al (2000), há uma reivindicação freqüente de que na escola sejam ensinados e aprendidos outros conhecimentos considerados tão ou mais importantes do que fatos e conceitos, como, por exemplo, certas estratégias ou habilidades para resolver problemas, selecionar a informação pertinente em uma determinada situação ou utilizar os conhecimentos disponíveis para enfrentar situações novas e inesperadas.

Dos alunos que sabem o que é a obesidade, 91% entendem que é prejudicial à saúde em diversos aspectos, ou seja, de modo geral a saúde fica comprometida e o que ficou evidenciado nas respostas é que as pessoas que adquirem a obesidade apresentam problemas do coração, colesterol alto, cansaço, impedimento de fazer atividades físicas e podendo até levar a morte. Também foi respondido pelos alunos que as pessoas podem se tornar obesas por maus hábitos, principalmente pela alimentação excessiva, pelo tipo de alimentação inadequada. Porém também foi comentado que a falta de exercício físico pode contribuir no processo, e ainda que outros problemas como o genético, e distúrbios hormonais podem influenciar no desenvolvimento da obesidade.

Para solucionar o problema da obesidade, 36% dos alunos respondentes acham que é necessário ter uma boa alimentação e realizar atividade física, já 52% fizeram a associação somente com a questão da alimentação adequada, outros 6% acham que só a atividade física resolveria o problema e 6% restantes não sabem o que deve ser realizado no combate a obesidade.

Com relação a presença de pessoas obesas na escola, percebe-se que 52% observam algumas pessoas obesas no meio escolar, porém 48% não percebem os alunos obesos. E com relação aos preconceitos, 91% dos alunos respondentes acham que as pessoas obesas sofrem com preconceitos, desde apelidos indesejados, até a não participação das aulas de educação física pela falta de habilidade pelo excesso de peso corporal. Ainda enfatizam que a sociedade impõe um padrão de estética corporal, e que se as pessoas não atingem este padrão, sofrem preconceitos.

Por fim os alunos acham que na escola poderiam enfatizar mais as ações para que a obesidade fosse combatida, controlando melhor a alimentação fornecida no refeitório da escola, realizar projetos contra a obesidade, discutir o assunto nas disciplinas, para que de alguma maneira todos pudessem se conscientizar sobre os males que a obesidade pode causar ao ser humano. Nesse sentido Coll et al (2000) aponta que para se atingir os objetivos educacionais é necessário buscar as dimensões conceitual (o que se deve saber?), dimensões procedimental (o que se deve saber fazer?) e as dimensões atitudinal (como se deve ser?).

Assim Darido (2005) diz que a Educação Física, ao longo da história, priorizou os conteúdos numa dimensão quase que procedimental, o saber fazer, porém na prática docente,

é difícil dividir os conteúdos ou temas de ensino nas dimensões conceitual, atitudinal e procedimental, porém pode haver ênfases em determinadas dimensões.

CONCLUSÃO

Conclui-se que os alunos participantes desta pesquisa em sua grande maioria entendem parcialmente sobre a obesidade, porém as informações obtidas não foram adquiridas na escola. Também se percebeu que nas aulas de educação física o assunto não é discutido, e que os alunos têm interesse em conhecer mais sobre o assunto. Desta forma seria necessária a inclusão deste tema nos currículos escolares de diversas disciplinas, em especial no currículo de educação física e em conjunto com as outras disciplinas discutir o assunto e construir conhecimentos no sentido de que os alunos estejam bem orientados a adotarem posturas e hábitos saudáveis na prevenção e diminuição da obesidade.

REFERÊNCIAS

- BETTI, M. (Org.) . **Educação Física e Mídia**: novos olhares, outras práticas. 1. ed. São Paulo: Hucitec, 2003.
- BOUCHARD, C. **Atividade Física e Obesidade**. Barueri: Manole, 2003.
- BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais**: primeiro e segundo ciclos: educação física / Secretaria de Ensino Fundamental. Brasília, MEC/SEF, 1997.
- COLAVITTI, F. **Epidemia de Gordura** [em linha] Revista Galileu. Edição 160 de 10 out. 2004 [Consult. Jul 2009] Disponível em: <http://revistagalileu.globo.com>.
- COLL, C. ET AL. **Os conteúdos na reforma**. Porto Alegre: Artmed, 2000.
- DARIDO, S. C. **Educação Física na escola**: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- FISBERG, A . M. **Obesidade na infância e adolescência**. Revista Ped. Moderna, São Paulo, v.29, n.2, pg. 102-09, abril, 1993.
- FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 40ª ed. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 2005.
- GUEDES, D. P.; GUEDES J. E. R. P. **Controle de peso corporal**: Composição corporal, atividade física e nutrição. Londrina: Editora Midiograf, 1998.
- HERMAN, K.; Craig, C.; Gauvin, L.; Katzmarzyk, P. **Tracking of obesity and physical activity from childhood to adulthood**: The Physical Activity Longitudinal Study. International Journal of Pediatric Obesity, 15, 1-8, 2008.
- KUNZ, E. **Didática da Educação Física**. 2ª ed. Ijuí: Editora Unijuí, 2004.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Metodologia do trabalho científico**: procedimentos básicos, pesquisa bibliografia, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos. 6. ed. 7. reimpr. São Paulo: Atlas, 2006.
- LIBANÊO, J. C. **Didática**. São Paulo: Cortez, 1994.
- _____. **Pedagogia e Pedagogos, para que?** 8ª ed. São Paulo: Cortez, 2005.
- OLIVEIRA, A. B. **A prática pedagógica dos professores de Educação Física do ensino fundamental da Rede Estadual de Ensino de Porto Alegre**: um olhar a partir das Teorias pedagógicas: 2006. Monografia (Graduação em Educação Física Licenciatura), Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2006.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório da Consultoria da OMS. **Obesidade**: Prevenindo e controlando a epidemia global. São Paulo: Roca, 2004.
- ROWLAND, T. **Physical Activity, Fitness and Children**. In Bouchard, C.; Blair, S.; Haskell, W. (Eds.), Physical Activity and Health (PP. 259-270). Champaign, IL: Human Kinetics, 2007.
- TROIANO, R. P.; FLEGAL, K. M.; KUCZMARSKI, R. J.; CAMPBELL, S. M. & JOHNSON, C. L., 1995. **Overweight prevalence and trends for children and adolescents**. The National Health and Nutrition Examination Surveys, 1963 to 1991. Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 149:1085-1091.