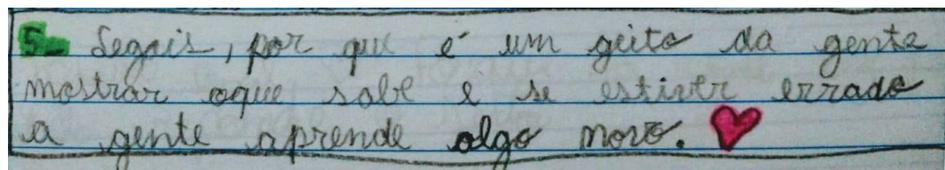


**UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
“JÚLIO DE MESQUITA FILHO”
FACULDADE DE MEDICINA DE BOTUCATU**

Izis Fernanda de Oliveira Possetti

Educação em saúde no autocuidado de hábitos posturais de escolares: é um jeito da gente mostrar o que sabe e se estiver errado a gente aprende algo novo



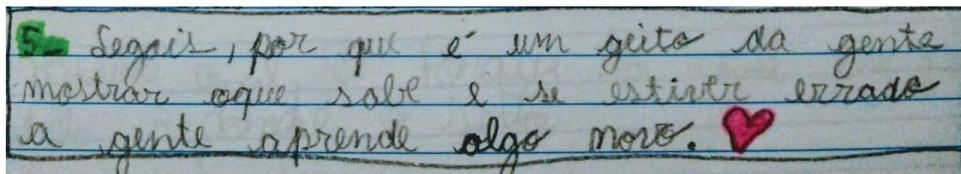
Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva - Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Câmpus de Botucatu, para obtenção do título de Mestre em Saúde Coletiva.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Eliana Goldfarb Cyrino
Co-orientadora: Dr^a Daniele Cristina Godoy

**Botucatu
2021**

Izis Fernanda de Oliveira Possetti

Educação em saúde no autocuidado de hábitos posturais de escolares: é um jeito da gente mostrar o que sabe e se estiver errado a gente aprende algo novo



Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva - Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Câmpus de Botucatu, para obtenção do título de Mestre em Saúde Coletiva. Linha de Pesquisa: Educação e Comunicação em Saúde.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Eliana Goldfarb Cyrino

Co-orientadora: Dr^ª Daniele Cristina Godoy

A presente pesquisa obteve apoio financeiro da Pró-Reitoria de Pós-Graduação da Unesp e da CAPES.

**Botucatu
2021**

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA SEÇÃO TÉC. AQUIS. TRATAMENTO DA INFORM.
DIVISÃO TÉCNICA DE BIBLIOTECA E DOCUMENTAÇÃO - CÂMPUS DE BOTUCATU - UNESP

BIBLIOTECÁRIA RESPONSÁVEL: ROSEMEIRE APARECIDA VICENTE-CRB 8/5651

Possetti, Izis Fernanda de Oliveira.

Educação em saúde no autocuidado de hábitos posturais de escolares : é um jeito da gente mostrar o que sabe e se estiver errado a gente aprende algo novo / Izis Fernanda de Oliveira Possetti. - Botucatu, 2021

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Faculdade de Medicina de Botucatu
Orientador: Eliana Goldfarb Cyrino
Coorientador: Daniele Cristina Godoy
Capes: 40800008

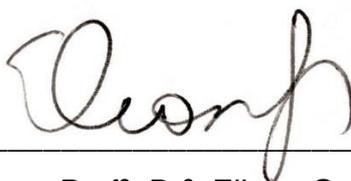
1. Postura humana. 2. Saúde escolar. 3. Estudantes.
4. Promoção da saúde. 5. Fisioterapia. 6. Prevenção primária.

Palavras-chave: Estudantes; Fisioterapia; Postura;
Prevenção primária; Promoção da saúde.

Izis Fernanda de Oliveira Possetti

**Educação em saúde no autocuidado de hábitos
posturais de escolares: é um jeito da gente mostrar o
que sabe e se estiver errado a gente aprende algo novo**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva - Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Câmpus de Botucatu, para obtenção do título de Mestra em Saúde Coletiva.



Orientadora: Prof^a. Dr^a. Eliana Goldfarb Cyrino

Comissão Examinadora



Prof^a Dr^a Marcelie Priscila de Oliveira Rosso
Universidade de São Paulo (FOB-USP)



Prof^a Dr^a Marina Lemos Villardi
Centro Universitário Sudoeste Paulista
(UniFSP/Avaré)

Botucatu, 26 de fevereiro de 2021.

DEDICATÓRIA

Ao meu parceiro e grande amor, Leonardo (meu cabeludo), por ler todas as linhas escritas e revisadas desta pesquisa, por ser minha paz, me motivar, e principalmente, por acreditar mais em mim do que eu mesma. Por ser este professor tão encantador e que faz da sua prática um exemplo para mim. Nossos sonhos, nossas conquistas e quedas são compartilhados há quase 18 anos e através deste trabalho, dedico ao nosso relacionamento, mais uma parte mim, fruto de nossos esforços diários que agora será motivo de tanto orgulho em nossa caminhada.

AGRADECIMENTOS

Ao abrir os e-mails, ao me receber em sua casa descendo as escadas ou pelas telinhas do note/celular, quem mais receberia um ser ansioso com a frase: Oi AMOR?! Acalma qualquer coração. Obrigada minha professora querida por tanto, pelo aprendizado, pelo carinho, generosidade, compreensão e por tanta sensibilidade na construção conjunta de conhecimento. O caminho foi mais leve orientado por você, Eliana Goldfarb Cyrino.

Às minhas colegas, Bárbara que me auxiliou no caminho percorrido com as crianças em sala de aula, os dias com você fizeram toda diferença. E a Carol que realizou tão brilhantemente a entrevista com a professora, e depois foi uma parceira linda em meu estágio de docência.

À direção da escola, professora e estudantes que participaram desta pesquisa.

Ao querido estatístico Hélio, na seriedade e característica de seres das exatas, soube ser sensível e amigável em todas as reuniões. Um excesso de obrigada de um ser que não é de exatas, mas que aprendeu muito ao seu lado.

À minha Livinhas, Livião, Diube-Diube, minha querida e amada cunhada, obrigada pelos abstracts, mas principalmente, por toda nossa história juntas. Te amo!

Ao Grupo de estudos por todo apoio e aprendizado durante esse ciclo. Em especial agradeço a Lélia, por toda disposição e carinho, você me ensinou demais. Também agradeço, ao Willian, por ter me recebido tão bem no primeiro dia grupo em que eu estava me sentindo perdida, e claro, por pacientemente me ajudar a compreender melhor minha metodologia e a análise dos dados.

À turma linda dos ingressos de 2019 (mestrado e doutorado), pelas caronas, sorrisos, almoços, trabalhos em grupo, conversas e aprendizado. E claro, duas lindezas ganharam meu coração, me fizeram ter crises de risos e enxergar que nada está tão ruim que não possa piorar...rs, Bel e Nat, foi especial demais encontrar vocês nesta trajetória tão importante de nossas vidas.

À minha querida amiga Bia, formamos uma linda parceria, desde os almoços no departamento, nas aulas, na ansiedade que nos toma, nas angústias e alegria deste momento. Você mora no meu coração.

Aos queridos professores da Pós-Graduação em Saúde Coletiva por todas as trocas e aprendizado.

Ao pessoal da biblioteca e também à querida Luciene da Pós-Graduação, vocês são incríveis.

À Miriam Foresti, mulher que inspira e que eu tenho tanta alegria da vida ter cruzado nossos caminhos.

Definitivamente, não são dois anos que caracterizam a conclusão de um mestrado, e muito menos poderia dizer, que isto é fruto só do meu esforço. Existem pessoas que nos amam, que torcem, dão opiniões, vibram, dão colo...

Àqueles da infância, Priscylla, Bruna, Lais, Ana Cláudia e André.

Àqueles da adolescência, Livia, Jú, Tati, Lidi, Elton, Mari Possetti.

Àqueles que a vida deu presente, mas confesso, que parece que sempre estiveram comigo, Débora, Jhony, Mari, Augusto, Marcelie, Miriam, Marina, Toka, Raquel e Ângela.

Aos meus sogros, Sânia e Paulo, por todo amor, paciência e dedicação a nós. Obrigada por sempre estarem ao nosso lado, e principalmente, por me acolherem como uma filha e minha forma de retribuir é de amá-los como meus pais.

Ao meu irmão Junior, meu primeiro presente, você ressignificou meu coração. Te amo.

Às minhas pimpolhas, Maria Eduarda e Maria Eduarda. Sim, eu fui agraciada com duas! Cada uma no seu jeitinho, cada relação construída de forma diferente, de uma eu sou quase mãe e carrego no cangote pra todo lado, da outra a irmã babona que troca altas ideias. São vocês a minha inspiração, e para tanto, mudei meu nome, neste trabalho, somos três Marias. Amo vocês e que de alguma forma, eu como irmã possa ser fonte de inspiração na trajetória de vocês dentro do universo incrível da ciência.

À Duda filha, é tanta história, é tanta coisa que eu gostaria de dizer, você foi apoio, me ajudou tanto em todas as fases, mas principalmente nesta reta final. Foram tantos beijinhos em meio as minhas escritas, foram tantos: acorda Duda e vai para o outro quarto que eu preciso escrever, foram tantos: e aí Iga, já está acabando? Você é tão linda, sabia Iga? Iga, você é muito inteligente! E eu, a Iga só posso agradecer, por tanto amor. Eu nasci pra você e você pra mim.

À minha mamis, Jane promoções, meu orgulho, que mesmo em tantas quedas nunca deixou a peteca cair, sempre foi a primeira a me dar a mão e garantir meu crescimento através dos estudos. Te amo

Ao meu pai, Sidinei Robis, pelo nosso reencontro e por todo amor dedicado, desde sempre, ter você ao meu lado é motivo de muita alegria. Te amo.

Para encerrar, apesar deste trabalho já ser dedicado a ele, agradeço a você meu amor, Leonardo, por ser tão você e por estar tão aqui, me dar o cantinho do choro, as maiores gargalhadas, os melhores rolês, o meu parça de futebol, o mano da cerveja, o meu par no vinho, o corretor ortográfico/orientador/banca/estatístico e o que diz: Vai, que você pode baxinha! Vai, que eu estou aqui, ao seu lado!

“A Educação é uma constante e silenciosa Revolução feita por aqueles que acreditam na necessidade de transformar o mundo”.

Professor Leonardo Borghi Possetti

RESUMO

POSSETTI, I. F. O. **Educação em saúde no autocuidado de hábitos posturais de escolares**: É um jeito da gente mostrar o que sabe e se estiver errado a gente aprende algo novo. 2021.182f.Dissertação (Mestrado) em Saúde Coletiva/Faculdade de Medicina de Botucatu, Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2021.

As alterações posturais e as dores na coluna são consideradas problemas de saúde coletiva devido a sua alta prevalência. Dores crônicas na coluna afetam entre 54% a 90% da população adulta de sociedades industrializadas. A prevenção dessas condições pode ser desenvolvida no ambiente escolar, onde a realização de intervenções educativas pode promover bons hábitos posturais. Esta dissertação buscou desenvolver, descrever e analisar intervenções de educação em saúde centradas na postura dinâmica e estática de escolares do ensino fundamental I por meio de intervenção com metodologia participativa. Este é um estudo misto com utilização de metodologia quantitativa e qualitativa. O estudo quantitativo caracterizou-se como quasi-experimental longitudinal, do tipo antes e depois, no qual foi avaliado o conhecimento de escolares sobre hábitos posturais, a partir do questionário elaborado por Rebolho e adaptado para presente pesquisa. O estudo qualitativo realizou-se por meio da sistematização de experiência, utilizando como dados a observação participante do processo vivenciado e elaboração do diário de campo, atividades produzidas pelos estudantes e entrevistas com os pais e a professora. Como referencial da educação dialógica utilizou-se Paulo Freire e a educação pela experiência com referencial de Bondia. A análise qualitativa realizou-se a partir da perspectiva de Minayo. Participaram das intervenções 22 crianças, de 9 e 10 anos, de ambos os sexos, matriculadas no 4º ano do ensino fundamental I de uma escola municipal do interior do estado de São Paulo. Realizou-se dez intervenções mediadas pela pesquisadora, centrados em atividades lúdicas e rodas de conversa abordando temas de saúde, coluna vertebral, forma correta de sentar e levantar, peso de mochila, mobiliário para estudo, entre outros. O processo foi (re)construído à medida que as intervenções foram se desenvolvendo, considerando as necessidades do grupo oportunizando aos escolares vivenciar situações práticas e aprender sobre hábitos posturais no sentido de experienciarem o fazer. Um perfil do grupo foi traçado à partir da aplicação de um questionário buscando reconhecer conhecimentos prévios dos

alunos, referentes a hábitos posturais. Nas respostas, os escolares demonstraram reconhecer diversos aspectos relacionados com a temática do estudo. Este questionário foi reaplicado ao final do estudo e demonstrou novos conhecimentos em alguns aspectos. A partir da descrição e análise das intervenções, entrevistas e caderno de campo construiu-se as seguintes categorias temáticas: O saber que traziam, o saber não é fazer, o novo a se conhecer e o saber mobilizando o fazer, educação postural construída pela escola e pela família, o saber reinventado e reimaginado e a pesquisa: expectativas, obstáculos e frustrações. As atividades realizadas proporcionaram que os estudantes experienciassem o saber e o fazer frente as possibilidades de melhoria dos hábitos posturais. Assim, o fisioterapeuta, por meio da metodologia participava, pode desenvolver com os escolares práticas sobre hábitos posturais que permitem aprendizagens significativas, dialogando com a realidade vivenciada, sendo a escola e a família fundamentais no processo.

PALAVRAS-CHAVE: Estudantes, Fisioterapia, Postura, Prevenção Primária, Promoção da Saúde.

ABSTRACT

POSSETTI, I. F. O. Health education in postural habits self-care of schoolchildren: It's a way for us to show what we know and if it's wrong we learn something new. 2021.182f. Thesis (Masters) in Public Health/ Botucatu Medical School, Paulista State University, Botucatu, 2021.

Postural changes and backaches are considered a public health problem, due to its great prevalence. Chronic spine pains affect between 54% to 90% of adult population in industrialized societies. The prevention of such conditions can be developed in the school environment, where educational interventions are able to promote good postural habits. This dissertation searches to develop, describe and analyze health education interventions focused on the dynamic and static posture of elementary I school students. through intervention with participatory methodology. This is a mixed study that uses quantitative and qualitative methodology. The quantitative study was characterized as quasi-experimental longitudinal, like before and after type, in which it was evaluated students' knowledge about postural habits, from the questionnaire prepared by Rebolho and adapted for this research. The qualitative study was carried out through the systematization of experience, using as data the participant observation of the experienced process and elaboration of the field journal, activities produced by students and interviews with parents and the teacher. As a referential for dialogical education, was used Paulo Freire and education through experience with Bondi's reference. The qualitative analysis was made from the Minayo's perspective. Attended in the interventions 22 children, of 9 and 10 years old, from both sexes, enrolled in the 4th year of elementary I school from a municipal school in São Paulo's inland. It was made ten interventions mediated by the researcher, focused on playful activities and conversation circles addressing health issues, the spine, correct way to sit and stand, backpack weight, study furniture, among others. The process was (re)built while the interventions were being developed, considering the needs of the group, allowing students to experience practical situations and learn about postural habits in order to experience the "doing" A group profile was drawn from the application of a questionnaire seeking to recognize students' previous knowledge regarding postural habits. In the responses, the students demonstrated to recognize several aspects related to the theme of the study. This questionnaire was reapplied at the end

of the study and demonstrated new knowledge in some aspects. From the description and analysis of the interventions, interviews and field journal, the following thematic categories were constructed: Previous Knowledge that they brought, knowing is not doing, the new to know and the knowledge mobilizing the doing, postural education built by the school and family, reinvented and reimagined knowledge and the research: expectations, obstacles and frustrations. The carried out activities provided students with the opportunity to experience knowledge face the possibilities of improving postural habits. Thus, the physiotherapists, through the participatory methodology, could develop with the students practices on postural habits that allow meaningful learning, dialoguing with the experienced reality, in which school and family are fundamental in the process.

KEY-WORDS: Students, Physiotherapy, Posture, Primary Prevention, Health Promotion.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Diário Oficial do Estado de São Paulo.....	45
Figura 2 – Anatomia do Quadril.....	56
Figura 3 – Transferência de objetos.....	60
Figura 4 – Transferência de objetos.....	60
Figura 5 – Transferência de objetos.....	61
Figura 6 – Resposta da criança 5 ao questionário.....	78
Figura 7 – Visão de saúde higienista – Respostas e desenhos produzidos pelas crianças na 1ª intervenção.....	82
Figura 8 – Resposta da criança 17 ao questionário.....	94
Figura 9 – Resposta da criança 10 ao questionário.....	94
Figura 10 – Resposta da criança 2 ao questionário.....	95
Figura 11 – Intervenção sobre a Coluna Vertebral.....	97
Figura 12 – Construção dos cartazes.....	98
Figura 13 – Cartaz produzido pelas crianças.....	98
Figura 14 – Cartaz produzido pelas crianças.....	99
Figura 15 – Estudantes observando a exposição de seus cartazes.....	99
Figura 16 – Prática de anatomia palpatória.....	100
Figura 17 – Produção das colunas com massinha.....	103
Figura 18 – Atividade sobre os pontos positivos e negativos da sala de aula.....	104
Figura 19 – Atividade sobre os pontos positivos e negativos da sala de aula.....	105
Figura 20 – Última intervenção – atividade de customização.....	106
Figura 21 – Resposta da criança 5 ao questionário.....	107
Figura 22 – Produção das colunas com massinha.....	108
Figura 23 – Carteira e cadeira da turma do 4ª ano da EMEF Angelino de Oliveira.....	110
Figura 24 – Produção de cartazes realizada pelas crianças nas intervenções.....	114
Figura 25 – Foto com os participantes da pesquisa.....	126
Figura 26 – Atividade na qual uma criança trouxe a dificuldade de enxergar no quadro.....	127

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Indicação de dor e cansaço pré e pós intervenção para o autocuidado de hábitos posturais de escolares. Botucatu, 2019.....47

Tabela 2 - Indicação de dor nas costas pré e pós intervenção para o autocuidado de hábitos posturais de escolares. Botucatu, 2019.....48

Tabela 3 – Avaliação do conhecimento postural de escolares. Botucatu, 2019.....50

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	19
Hábitos Posturais na infância e dor lombar como problema de Saúde Pública	19
Programas de Educação Postural	26
Educação em Saúde: breve histórico da Saúde Pública	28
2. OBJETIVOS	34
3. MATERIAIS E MÉTODOS	35
3.1 Delineamento da Pesquisa	35
3.2 Participantes e Amostragem	35
3.3 Etapas da Pesquisa	36
3.4 Análise dos Resultados	40
3.5 Aspectos Éticos	42
3.6 ÉS PRINCESA LÁ DA SERRA, POR ANGELINO DE OLIVEIRA: uma breve caracterização do local da pesquisa	43
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	47
4.1 Análise dos Questionários	47
4.2 As intervenções: Vivências no mundo da imaginação e no mundo experienciado pela pesquisadora	53
4.3 Categorias	67
4.3.1 O saber que traziam	67
4.3.2 O saber não é fazer	71
4.3.3 O novo a se conhecer e o saber mobilizando o fazer	74
4.3.4 Educação postural construída pela escola e pela família	80
4.3.5 O saber reinventado e reimaginado	88
4.3.5.1 A construção do saber através das relações	89
4.3.5.2 O aprendizado através dos sentidos e da imaginação	97
4.3.5.3 Participação ativa dos estudantes	109
4.3.6 A pesquisa: expectativas, obstáculos e frustrações	115
CONSIDERAÇÕES FINAIS	128
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	132
APÊNDICE A. CARTA DE AUTORIZAÇÃO DA ESCOLA	143
APÊNDICE B. TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	144
APÊNDICE C. AUTORIZAÇÃO PARA O USO DO QUESTIONÁRIO	148
APÊNDICE D. QUESTIONÁRIO	150

APÊNDICE E. ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA	154
APÊNDICE F. DIÁRIO DE CAMPO.....	155
ANEXO 1. PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP.....	180

APRESENTAÇÃO

Aqui deixarei registrado um pouco do que sou, do que realizei em minha trajetória acadêmica e porque não, um pouco dos sonhos e vivências para que este trabalho pudesse ser desenvolvido. Meu nome é Izis e poderia ir direto para: “sou fisioterapeuta, licenciada em química e com algumas formações em áreas diversas da fisioterapia”, mas se desta forma eu fizer, deixo de mostrar o mais importante, tudo o que me trouxe até este estudo. Deixarei pra trás, como sempre, a criança artista que adorava mostrar seu teatro, sua dança e sua música, deixarei as brincadeiras com as melhores amigas do mundo, deixarei a imaginação que nunca acabava, então é assim, hoje será diferente, eu escolho esta criança, que me inspira com sua arte, amor e coragem, para apresentar o caminho desta estrada de tijolos amarelos.

Entre na graduação em Fisioterapia no ano de 2007 pela Universidade Estadual no Norte do Paraná, sem entender muito bem o que estava me esperando, e sempre ficava um pouco apreensiva, pois todos tinham escolhas muito bem definidas, e eu, em cada momento estava apaixonada por algo diferente. No segundo ano da Graduação, eu e mais uma colega, desenvolvemos um trabalho sobre Educação Postural no Ambiente Escolar em várias escolas de Jacarezinho-PR e Cambará-PR, nosso projeto ficou grande, pois foi abraçado por uma querida professora, que envolveu todos os colegas de nossa turma, nos rendendo algumas participações em congressos e uma publicação (MELO FILHO, Jarbas; CASSEMIRO, Bruna M.; OLIVEIRA, I. F.; SILVA, C. O.; MENOSSE, Berlis R. S. Aplicação de um programa de Fisioterapia Preventiva Escolar. The FIEP Bulletin. Foz do Iguaçu/PR - Brasil, v.79, p.56 - 58, 2009).

Não só neste trabalho, mas ao longo da minha carreira profissional, as crianças sempre me despertaram algo especial com aquele brilho no olhar, aquela disposição que animava e colocava para borbulhar qualquer sessão de fisioterapia que fosse morna. Sim, me distanciei das intenções acadêmicas de pesquisa, fiz uma pós-graduação em Dermatologia Funcional e uma parte da formação em Osteopatia. Em 2014, sem que eu tivesse a intenção, comecei a dar aula de química, e no ano seguinte, iniciei minha segunda graduação, a primeira turma de Licenciatura em Química com ênfase em Ciências da Natureza do Instituto Federal do Paraná. Acredito que foi aqui um momento muito importante, aquele clichê, divisor de águas. Me

apaixonei pela química? Não, exatamente, mas me apaixonei por tudo que a Educação representava para mim, e principalmente, por entender de fato, o quanto transformava a vida das pessoas. E foi através e com ela que, seja na atuação clínica da fisioterapia ou em sala de aula que busco todos os dias dar voz àqueles com quem estabeleço relações, para que sejamos livres e capazes de nos desenvolver.

A sala de aula me proporcionou conhecer a professora Izis, toda a insegurança foi abraçada por aquelas vozes me chamando de professora e acreditando mais em mim do que eu mesma. Cada turma com seu jeito, cada aula uma nova descoberta e a cada dia eu percebia que as relações eram estabelecidas com muito amor. Foi fácil? Nem sempre, ou melhor, quase nunca, mas a certeza de que tinha sido feito o melhor que eu podia, veio depois que precisei deixar as aulas e também meu consultório em Jacarezinho.

Várias mensagens de vários ex-alunos chegam até hoje, mas tem uma muito marcante que trouxe muita força e me mostrou o quanto tinha sentido aquilo tudo para mim e para eles também. Dei aula de ciências para uma turma de 6º ano, foi um dos desafios mais complicados da minha vida, 33 crianças a falar e querer contar, abraçar, correr, abraçar de novo, carta de amor para prô, abraçar, contar...só que todos ao mesmo tempo. Dentro disto, um aluno em especial, não parava na carteira (em hipótese alguma), não fazia tarefa, mexia com os colegas, me deixava maluca, ele queria explicar a matéria (ele sempre sabia tudo), e eu deixava quase sempre (a turma odiava), ele explicava e eu tirava as dúvidas ou explicava novamente e ele se satisfazia por alguns instantes na carteira. Começava a aula ele já vinha me abraçar e me indicar canais do Youtube que falavam sobre ciências, e sempre tinha alguma pergunta de arrepiar, ele exigia mais de mim, me fazia ir além, me fazia ser melhor do que eu me propunha, inicialmente. Quando iniciou o novo ano letivo e eu já não estava mais na escola, recebi a seguinte mensagem:

“quando você saiu do (nome da escola) foi péssimo, você foi a melhor professora que já tive! más (sic) é assim mesmo, profissionalmente fazemos o que queremos, más(sic) tomara que ainda esteja dando aula, pra mais alunos terem aula com você, a melhor professora terrestre, e ai (sic) beleza?”.

Quem não se sente motivado com um recado assim? Mais uma vez, ele e tantos outros me fizeram mais fortes.

Botucatu me trouxe um misto de uma nova vida, mas que ao mesmo tempo precisava ser preenchida pelo meu eu que estava tentando se encontrar na criança e mulher que habitava em mim. Os tijolos amarelos parecem que se perderam no horizonte e eu não sabia mais o que me esperava. Novas estradas se cruzaram e novamente consegui unir a educação e a fisioterapia, mas agora em uma nova experiência, dentro da pesquisa. E com este estudo consigo dar voz às crianças que pouco são ouvidas e também à criança que em mim habita.

1. INTRODUÇÃO

Hábitos posturais na infância e dor lombar como problema de Saúde Pública

A postura pode ser definida, de acordo com Lima Filho et al. (2015, p. 52), como “condição biomecânica em que um corpo se encontra durante a execução de atividades”. Quando se fala em uma boa postura, entende-se que exista um equilíbrio osteomioarticular na posição sentada, em pé ou deitada (postura estática), e também quando se realiza um movimento (postura dinâmica), preservando a integridade das estruturas e de sua circulação, além de um esforço muscular mínimo, ou seja, sem um grande gasto de energia. E esta relativa condição de estabilidade garante a proteção das outras estruturas corporais, como por exemplo, dos órgãos (LONGO, 2008; BACK & LIMA, 2009; BATISTÃO, 2019).

Existem estruturas no corpo que dão suporte ao mesmo, seja na posição estática ou dinâmica. À medida que os maus hábitos posturais são inclusos nas práticas diárias, pode-se produzir um aumento de tensão sobre as estruturas de suporte, podendo causar lesões no sistema músculoesquelético (PENHA, 2008; SOUZA JUNIOR, et al., 2011). Segundo Detsch et al. (2007), muitos dos hábitos posturais que crianças, adolescentes e adultos adotam no dia a dia sobrecarregam as estruturas do corpo, podendo levar a desequilíbrios, que conseqüentemente, podem acarretar dores, alterações posturais, entre outros problemas.

Um conceito de postura é exposto por Somekawa et al. (2013, p. 199) no artigo *Saúde na Escola: o que é certo ou errado quando se trata de postura*. A autora traz que a postura não é uma simples condição anatômica, mas a união de tudo que o corpo é composto. E vai além (p. 197), “A postura é uma expressão do corpo que construímos”. Com esta citação, é possível começarmos a fazer reflexões sobre a temática, pois parte considerável da literatura traz os conceitos sem analisar que a postura é determinada por muitos fatores, e principalmente, que a postura é o indivíduo.

Diante do exposto acima, é importante olhar para os dados de prevalência sobre alterações posturais e dores na coluna encontrados na literatura,

para se atentar à necessidade de discutir as questões dos maus hábitos posturais e suas consequências.

A dor lombar pode atingir 65% da população em um ano, e algum momento a vida 84% das pessoas podem apresentar este sintoma, sendo que a prevalência mundial é de aproximadamente 11,9%, e aqui não iremos analisar o fato de menos de 60% dos casos de lombalgia não ser reportado (NASCIMENTO & COSTA, 2015). Segundo Noll et al. (2016, p. 2) em sociedades industrializadas a lombalgia crônica atinge de 54% a 90% dos adultos. De acordo com uma revisão sistemática realizada no Brasil, a prevalência anual é >50% em adultos, 13,1% em adolescentes, e na dor lombar crônica tem-se valores entre 4,2% e 14,7% da população (NASCIMENTO & COSTA, 2015).

Um dos principais motivos da lombalgia crônica quando adulto é a dor lombar inespecífica na infância, e na literatura os números são altos quando se trata desta afecção entre crianças e adolescentes, variando entre 8,6% e 58,9% (CALVO-MUÑOZ, GÓMEZ-CONESA & SÁNCHEZ-MECA, 2012). Sendo que na população entre os 9 e 18 anos 40% já relataram dor, e a prevalência anual de lombalgia entre os 12 e 16 anos é entre 22% e 51% (SURI, SHOJAEI & BAZRGARI, 2020). Rebolho (2005, p.2) traz que estudos apontam para uma crescente prevalência, apresentando maiores percentuais, em crianças mais velhas, variando de 1% em crianças de 7 anos para 18% na faixa etária de 14-16 anos.

Em um estudo de revisão sistemática de estudos nacionais e internacionais, com uma população de escolares com idades que variavam entre 11 e 19 anos, sendo a coleta de dados os questionários de autopreenchimento os mais usados. A maior prevalência encontrada para dor lombar foi 71,3% ao longo da vida, sendo que no “presente” foi de 15%, no “último mês” 14,4% e de 40% nos “últimos 6 meses”. No nível do pescoço, ombro e alto das costas, o “presente” foi 72%, de 51,4% nos “últimos 7 dias”, por fim, “últimos 6 meses” a prevalência mais elevada foi de 43% (CRUZ & NUNES, 2012).

Além da dor é importante destacar também os desvios posturais que muitas vezes estão relacionados à má postura. Nos estudos epidemiológicos, as alterações mais comuns são a escoliose, hiperlordose lombar e hipercifose torácica, porém encontra-se também, com papel importante, as assimetrias dos ombros, pelve e joelhos (BUENO & RECH, 2013). E dentro deste contexto, um dado relevante aponta

que a incidência de desvios posturais na infância é de 20% (VIEIRA et al., 2015). No estudo de Sampaio e colaboradores (p. 298, 2016), dos 83 escolares de 8 a 12 anos, 53,8% apresentaram alteração postural ou dor. Já na pesquisa de Back e Lima (2009, p. 7) das 44 crianças estudadas todas apresentaram alguma alteração na postura, sendo que as maiores prevalências foram a hiperlordose lombar e a inclinação do tronco a direita. Um outro estudo realizado no Sul do Brasil, somente 2,3% dos participantes não apresentavam nenhum desvio, e dentre os demais, a hipercifose torácica atingiu 16,6% e a hiperlordose 27,9%, sendo estas as mais comuns (BUENO & RECH, 2013).

Uma investigação nos estudos brasileiros em 2015 aponta que a prevalência de hiperlordose lombar entre 10 e 11 anos é de 15,3% a 78%, seguida da hipercifose torácica que varia de 9% a 53,8%, e por fim a escoliose entre 12% a 52% na idade de 6 a 17 anos (BADARÓ, NICHELE & TURRA, 2015). No Ceará, a análise de uma amostra de 670 estudantes (11 a 19 anos), mostrou que nesta população a escoliose é mais comum em meninas com uma porcentagem de 1,34, dado este que se enquadra na prevalência global que é entre 1-3% (SOUZA JUNIOR et al., 2011). E quando se trata de adultos existe uma grande incidência de alterações relacionadas à coluna vertebral. Assim sendo, pode-se referir como um grande problema de saúde pública, mesmo se tratando de crianças, tendo em vista as complicações e incapacidades, como por exemplo, dores e dificuldades com as atividades diárias, que surgem devido às alterações posturais, já em tão tenra idade (FERNANDES, CASAROTTO & JOÃO, 2008; AINHAGNE & SANTHIAGO, 2009).

De acordo com Noll, Candotti e Vieira (2012, p. 265) "...as ocorrências de dor nas costas e de alterações posturais estão entre os problemas socioeconômicos e de saúde pública enfrentados pelos países em desenvolvimento...". Esta afirmação se dá por conta dos gastos públicos com tratamentos e diagnósticos, além de afastamentos do trabalho e aposentadorias precoces.

Como explicitado, uma parcela importante da população é acometida por alterações na saúde da coluna. Na busca de soluções é necessário voltar a atenção para a busca da causa, ou seja, o que leva a essas altas incidências. Obviamente, os tratamentos têm seu grande valor no controle dessas estatísticas, porém a saúde escolar tem sido objeto de muitos estudos, pois investigam-se as

possíveis causas durante a infância e adolescência, como momento adequado de intervenção visando um trabalho preventivo (FERNANDES, CASAROTTO & JOÃO, 2008).

Diversos fatores de risco podem estar envolvidos no surgimento de alterações posturais e também da dor nas costas (CALVO-MUÑOZ, GÓMEZ-CONESA & SÁNCHEZ-MECA, 2012). Cruz & Nunes (2012, p. 144) categorizam esses aspectos em físicos, psicossociais, relacionados ao estilo de vida e ao ambiente escolar.

As alterações na coluna podem estar relacionadas a variadas causas. Os hábitos alusivos à rotina escolar são um grupo de fatores a serem analisados, pois são condições que influenciam diretamente nas posturas incorretas durante a fase de crescimento e estirão que, posteriormente, podem levar a situações irreversíveis de degeneração de estruturas corporais. Nesta perspectiva, os hábitos escolares que se relacionam aos problemas na coluna, encontram-se, o tempo em que as crianças permanecem na escola e a forma como realizam suas atividades, como por exemplo, a carga e forma de carregar as mochilas, permanência na posição sentada, modo de levantar, escrever, entre outros, (BENINI; KAROLCZAK, 2010).

Encontram-se alguns desses tópicos supracitados no estudo de Zapater et al. (2004), no qual trazem que os escolares permanecem na postura sentada por, no mínimo, oito anos, num período que varia entre quatro e cinco horas diárias, e realizada de forma incorreta. O limite de tempo para se permanecer na postura sentada, sem interrupções, é de 45 a 50 minutos, e visto a realidade prática dos estudantes, isto representa um fator de risco à saúde desta população. E completa:

Além disso, há a suspeita de que sua reduzida atividade física somada a configurações posturais nem sempre adequadas, tanto em casa como na escola, poderiam provocar um desequilíbrio na sua musculatura, provocando posições anormais de estruturas anatômicas que ainda estão em fase de desenvolvimento. A postura sentada gera várias alterações nas estruturas músculo-esqueléticas da coluna lombar. O simples fato de o indivíduo passar da postura em pé para a sentada aumenta em aproximadamente 35% a pressão interna no núcleo do disco intervertebral [...] (ZAPATER et al., 2004, p. 192).

A educação formal normatiza alguns comportamentos motores, como a postura sentada por prolongado tempo para realização das atividades (BARBOSA, VIDAL & TAMBELLINI, 2006). Achados de Drzal-Grabiec et al. (2015, p. 885) mostram

que existe uma correlação entre dor na coluna e ficar na posição sentada por muito tempo, e que isto contribui para problemas futuros, como protusões discais, além de efeitos que também podem ser imediatos, como contraturas musculares, irritação dos nervos e diminuição da circulação sanguínea. Além de disso, pode-se detectar dor e desconforto no pescoço e membros inferiores, edema nos pés e tornozelos (ZAPATER et al., 2004). Todos esses sintomas surgem devido a postura não adequada, perdendo a posição neutra da lombar, aumentando o estresse na região e ativando a atividade reflexiva das estruturas proprioceptivas, aumentando assim, a atividade muscular, e conseqüentemente a fadiga, que entrando em um ciclo vicioso, leva a má postura também, pois afeta a função muscular e proprioceptiva (FETTWEIS et al., 2018).

Além da posição sentada mantida por tempo prolongado, existe um outro ponto importante, a ser destacado que é o mobiliário escolar, que é, em geral, inadequado ao seu público, ou seja, tem-se duas influências diretas para adoção da má postura (VIEIRA, 2011). Um ambiente muitas vezes não preparado para receber de forma adequada as crianças aumenta a sobrecarga sobre as estruturas da coluna. O mobiliário, por vezes, encontra-se inadequado na posição do encosto das cadeiras, mesas ou cadeiras muito altas ou muito baixas (AINHAGNE; SANTHIAGO, 2009). Além disto, as superfícies das mesas quase sempre são horizontalizadas (VIEIRA, 2011). Muitas adaptações, podem ser realizadas nos postos, além das adequações previstas para cada faixa etária (DRZAL-GRABIEC et al. 2015). Mas de acordo com Barbosa, Vidal e Tambellini (2006, p. 245), os móveis não são criados considerando as necessidades das crianças, mas sim, imaginando que o indivíduo seja algo estático. E neste sentido, estes autores, se aproximam da realidade de que o ser humano precisa do movimento, e quando se trata do seu espaço de trabalho, que no caso das crianças é determinado pelo conjunto carteira/cadeira, mais do que nunca, precisa-se que este espaço seja idealizado para que as crianças se movam livremente.

Muitos estudos trazem a associação do peso, modelo e o modo de carregar a mochila com a lombalgia. Além disso, podem levar à alterações nas curvaturas fisiológicas da coluna, equilíbrio, marcha e na posição em pé (VIDAL et al., 2013). Na literatura os valores para a carga variam entre 10 – 22% do peso corporal, sendo que um peso de 4kg diminui a altura do disco intervertebral L5-S1 em 13%,

além de que, quando em excesso aumenta a inclinação anterior do tronco e atividade muscular, alteração nas curvaturas, e se carregada de forma inadequada favorece o surgimento de desvios posturais (SURI, SHOJAEI & BAZRGARI, 2020).

Na Espanha, quase 5.000 escolares participaram de uma intervenção, na qual identificaram a relação acima citada, dor nas costas e peso da mochila, sendo que 65% das crianças e adolescentes carregavam o peso acima do ideal (10% do peso corporal) (OUVIEDO et al., 2018). Fernandes, Casarotto e João (2008) acreditam que as crianças precisam ser orientadas quanto ao uso da mochila, e através de seu estudo no Brasil, mostram que houve um aumento significativo de crianças usando mochila com duas alças, transporte bilateral e redução do peso médio.

Na Malásia, em 2011, uma pesquisa evidenciou, entre outras variáveis, somente a diminuição significativa pós intervenção no item peso da mochila. Este estudo tinha como objetivo avaliar a eficácia de duas sessões de um programa básico que enfatiza exercícios para reduzir fatores de risco que contribuem para dor, através da aplicação de questionários, testes para avaliar o conhecimento sobre os fatores de risco e avaliação pré e pós intervenção. Mesmo com esse resultado, os autores discutem que intervenções em móveis são mais bem sucedidas na redução de risco a dor na coluna e alterações posturais do que trabalhos voltados a mochila escolar (SYAZWAN et al., 2011).

Barbosa, Vidal e Tambellini (2006, p. 245), defendem que é preciso discutir o processo de redução de peso das mochilas, tendo o modelo e a forma de carregar menos impacto, mas vai além, mesmo ressaltando a carga, os autores acreditam que o tempo prolongado na posição sentada ainda tenha uma maior influência.

De acordo com Silva et al. (2011, p. 449), o sedentarismo é um importante fator desencadeante de alterações cardiovasculares e posturais em adultos e crianças. Com as tecnologias e facilidades do mundo contemporâneo, um novo estilo de vida menos ativo é adotado, tendo como efeitos a postura inadequada, movimentos ineficientes e perda de habilidades físicas (PARK & KIM, 2011). Pesquisas mostram que 44% das crianças passam mais de 4 horas, nos dias de folga, na tv e que apenas 35,5% realizam atividade física em um nível recomendado, sendo este um fator de risco importante para dor nas costas, alterações posturais e obesidade (BRZEK & PLINTA, 2016), ou seja, diminuindo o gasto de energia durante

as atividades e levando, assim, a um aumento do peso corporal. A obesidade altera as proporções do corpo, que por consequência modifica a postura para se readaptar aos eixos e manter estabilidade (SILVA et al., 2011), além de causar uma sobrecarga nas estruturas (COELHO et al., 2013).

Uma importante reflexão sobre os tempos atuais que está sendo vivido pelos escolares de todo o mundo, são os impactos da pandemia do COVID-19, pois com o fechamento das escolas e as medidas de distanciamento reduziram as interações e atividades que promovam o movimento corporal. Ainda há poucas evidências sobre o resultado desse período de restrições, mas já é visto que as crianças estão menos ativas e com alteração do padrão de sono. É de se preocupar com a redução dos hábitos saudáveis de movimento de escolares, pois antes mesmo da pandemia, dados mostram que apenas um quinto dos pré-escolares e menos de 10% das crianças em idade escolar atendem a todas as diretrizes de movimento, ou seja, levando isso em consideração, a saúde dos estudantes ficará ainda mais comprometida, pela falta do movimento, entre outras alterações na fase de isolamento (GUAN et al, 2020).

Por fim, os hábitos familiares também podem estar relacionados as dores ou alterações posturais de crianças e adolescentes. O que se encontra são generalizações como no estudo de Longo (2008), relacionando a qualidade de vida às condições da qualidade de infraestrutura e do meio que cerca o indivíduo. No estudo de revisão de Cruz & Nunes (2012) encontrou-se associações entre as dores nas costas e fatores psicossociais, estilo de vida, fatores emocionais e de auto-conceito.

Neste trabalho, a partir da compreensão de que se trata de uma temática com diversas dimensões, ou seja, são variadas as determinantes nesse processo de desenvolvimento de afecções na população de escolares, podendo haver situações isoladas, porém as interações das mesmas não podem deixar de ser analisadas (ADEYEMI, ROHANI & RANI, 2016). Noll et al. (2016), traz um relevante destaque aos múltiplos itens relacionados a dor nas costas de escolares, os autores destacam as causas físicas, comportamental, genética e psicossocial. O entre os fatores de risco destaca-se a idade, sexo, exercícios físicos, duração e qualidade do sono, depressão e ansiedade, história familiar, tempo de permanência sentado, seja na televisão, videogames ou computador.

Programas de Educação Postural

Diversos programas de educação postural, buscam estratégias para diminuir a ocorrência de alterações posturais e dores na coluna (NOLL, CANDOTTI & VIEIRA, 2012). O método que ganhou grande destaque no meio acadêmico, pela sua eficácia e inovação, foi um projeto de intervenção na Suécia em 1969 chamado “Back School”, desenvolvido pela fisioterapeuta Mariane Zachrisson-Forsell (BENINI & KAROLCZAK, 2010). Segundo Noll, Candotti e Vieira (2012, p. 266) o “Back School” é “um programa de educação e treinamento postural utilizado na prevenção e no tratamento de indivíduos com dores nas costas”. Esse método consiste em 4 aulas, duas por semana, com duração de 45 minutos, nas quais os alunos recebem do fisioterapeuta orientações ergonômicas, noções de anatomia, biomecânica e fisiopatologia, medidas preventivas trabalhando na reeducação com posturas adequadas, além de realizarem atividades de alongamento, relaxamento e fortalecimento muscular (BENINI & KAROLCZAK, 2010). Inicialmente esse programa foi direcionado ao público adulto (VIEIRA et al., 2015), sendo que no Brasil, em 1972, foi introduzido no Hospital do Servidor Público Estadual de São Paulo (BENINI & KAROLCZAK, 2010).

Com a difusão dos Programas pelo mundo, faixas etárias diferentes foram inclusas nos estudos, desde crianças até grupos de terceira idade. Além disso, várias formas de abordagem se conduzem com o objetivo de modificar certas atitudes que podem levar a danos na coluna (CANDOTTI et al., 2011; FERNANDES et al., 2017). Apesar da metodologia ter sido criada por uma fisioterapeuta, outros profissionais da saúde também realizam pesquisas em torno desta metodologia como profissionais de educação física, terapeutas ocupacionais e enfermeiros (PARK & KIM, 2011).

A escola seria o local ideal para intervir na prevenção e conscientização sobre desequilíbrios posturais, já que nesse ambiente, como visto anteriormente, encontram-se vários fatores que contribuem para o surgimento dessas alterações. Além disto, as crianças estão em fase de adaptação das estruturas devido ao crescimento e se apresentam mais receptivas (PARK & KIM, 2011), favorecendo a

ação preventiva, sendo esta área muito pouco explorada no Brasil, no qual temos relevantes pesquisas, porém não fazem parte do dia a dia da população.

A efetividade destes programas é questionada em alguns trabalhos, um deles apresenta em sua revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados para o tratamento de dor lombar crônica, que os eventos adversos foram mal relatados e que de forma geral, as evidências são fracas no tratamento da dor lombar crônica e que em quase meio século desde os primeiros estudos destas escolas, nenhuma evidência de benefício inequívoca surgiu (STRAUBE et al., 2016).

Apesar das conclusões do estudo de Straube et al. (2016), como já visto anteriormente e ao longo deste trabalho será mostrado, as ações de educação em saúde se mostram consistentes, com efeitos positivos nos hábitos posturais de escolares (LIMA FILHO et al., 2015; NOLL et al., 2016). Sendo a escola um ambiente desafiador ao profissional de saúde, pois este tem como missão perceber que o processo saúde e doença envolve o indivíduo em todas as suas esferas, ou seja, um indivíduo singular em todas as suas facetas (LIMA FILHO et al., 2015). E vai além, é preciso planejar e/ou replanejar o ambiente, as tarefas e os procedimentos educativos, e estes são os mais diversos (CALVO-MUÑOZ, GÓMEZ-CONESA & SÁNCHEZ-MECA, 2012).

Um primeiro estudo destacado na literatura com escolares no Brasil, segundo Noll, Candotti e Vieira (2012, p. 275) foi desenvolvido por Santos (1998), sendo que o objetivo do mesmo era verificar os conhecimentos dos estudantes, pré e pós intervenção, sobre desvios posturais e suas causas. Como metodologia, uma palestra foi ministrada, aberta a discussão, além de um filme sobre bons hábitos posturais. O autor concluiu que seu programa foi eficaz na melhora do conhecimento após 40 dias de intervenção.

Uma pesquisa realizada na Bélgica com duração de dois anos, com uma amostra de 41 escolares no grupo intervenção e 28 no grupo controle, cujo objetivo foi investigar os efeitos de um programa de educação postural multifatorial em escolares após 2 anos sobre o conhecimento e o comportamento postural em crianças do ensino fundamental em Flandres. Um objetivo adicional foi avaliar a dor nas costas e pescoço autorreferidos. A idade variou de 8-11 anos, sendo que o programa consistiu em uma intervenção multifatorial na busca de educação postural e estimulação do dinamismo da postura. Os escolares foram avaliados previamente e

após a intervenção, obtendo como resultado um aumento da resistência flexora do tronco no grupo investigado. Esse trabalho integrou-se ao currículo escolar e foi realizado em conjunto com toda dinâmica da escola, envolvendo a intervenção como parte do processo de aprendizagem dos escolares (GELDHOF et al., 2007).

Viera et al. (2015) avaliaram uma amostra de 40 escolares, do terceiro ano do ensino fundamental de uma escola estadual, antes e após aplicação de um programa que foi baseado nas Escolas Posturais, com nove encontros. Os pesquisadores demonstraram em seus resultados melhora na execução de várias atividades, como carregar a mochila, pegar objeto no solo, sentar em um banco e sentar para escrever, sendo que no transporte de objetos não foi significativo estatisticamente.

Educação em Saúde: breve histórico da Saúde Pública

Até agora abordou-se a dinâmica que envolve a Educação Postural no Brasil e no mundo através de dados e achados de estudos prévios. A partir daqui, ainda que introdutoriamente, voltar-se-á a educação em saúde e aos fundamentos que levou nosso estudo à estrada da relação próxima e horizontal com os estudantes, além da valorização do saber da experiência.

Para falar de educação em saúde, voltemos na história da Saúde Pública, para contextualizar e compreender o que é vivenciado hoje. Scliar (1988, p. 87-88) traz a ideia de saúde pública em três períodos: o pré-científico (antiguidade clássica, Renascimento até século XVIII), científico (final do século XVIII até o começo do século XX) e novo espírito científico (pós-relatividade).

No período pré-científico, as doenças eram atribuídas a demônios enquanto a cura vinha das divindades. Na Grécia a cura ainda estava ligada aos deuses, porém alguns paradigmas começam a ser quebrados com alguns pensadores que se propuseram a iniciar investigações sobre determinados temas, como doença e saúde, talvez o maior exemplo deste pensamento seja Hipócrates, até hoje aclamado como pai da medicina. Em Roma, sistemas de abastecimento de água e esgoto já eram construídos, porém alcançavam, de fato, uma pequena parte da população. A partir do final do século XVIII, com a Revolução Industrial, que trouxe como consequência a urbanização e também o aumento de problemas relacionados

à saúde pública, devido as poucas estruturas sanitárias das cidades em desenvolvimento, e com o Iluminismo, caracterizado pela ascensão de um pensamento cientificista e humanista, passamos a perceber maior presença de propostas que visavam garantir o acesso à saúde em uma estrutura coletiva e de controle estatal. Esta fase foi marcada pela formulação do conceito de política sanitária em 1779 com Johan Peter Frank e John Snow, que em 1854, realizou a primeira investigação epidemiológica, além do surgimento de outros nomes como Pasteur e Koch. Os hospitais passam a ser ambiente de recuperação, e não mais nos moldes de caridade/depósito de doentes. O novo espírito científico se dá envolta do complexo médico-industrial, no qual existe a união de interesses da indústria de medicamentos/ equipamentos e da saúde (SCLIAR, 2007).

No Brasil, os cuidados com a saúde da população passavam pela filantropia, principalmente religiosa. Além disto, existiam algumas ações do Estado, no final do século XIX e início do século XX, no combate a algumas epidemias, com vacinação e/ou saneamento básico. A partir da década de 20, a saúde do trabalhador se une a previdência, garantindo cuidados de saúde a classe. Somente com a Constituição de 88, através da Reforma Sanitária, instituiu-se o Sistema Único de Saúde (SUS), consolidado pelas leis 8.080 e 8.142, garantindo que a saúde é um direito de todos e dever do Estado (CARVALHO, 2013).

As práticas de educação em saúde na década de 20 eram voltadas a zelar a saúde da população de forma higienista, através da “Polícia Médica”. Cursos eram ofertados para professores primários e regentes de classe, garantindo a formação de educador sanitário, no qual os tornavam competentes para divulgação de noções de higiene para os estudantes. As ações para população eram elitizadas, pois se dava através de propaganda escrita e grande parte da população era ainda analfabeta. A partir dos anos 50, os próprios profissionais da saúde começam a ir ao encontro da comunidade com o intuito de melhorar a vida da população com alicerce na educação popular (VIEIRA, 2011).

Em 1972, Marcondes disserta sobre conceitos básico de educação em saúde nas escolas, estimulando um comportamento inteligente que traz benefícios a saúde individual e coletiva, e também conduz que o conhecimento deve ser motivador para as crianças analisarem e tomar novas atitudes. Nesta linha, pode-se perceber um movimento acontecendo em busca da transformação da saúde higienista

em uma nova visão, na qual se busca participação das pessoas. E sim, a partir da década de 80, novas concepções teóricas e práticas educativas em saúde surgem através da cooperação entre os Ministérios da Saúde e Educação, e mais, como citado anteriormente, a partir da Reforma Sanitária, liderada por Sérgio Arouca, faz com que a ideia de participação popular, na qual os indivíduos também participem da busca por melhorias nas condições de vida, não só através cuidados da higiene, mas cobrando por políticas públicas (VIEIRA, 2011).

A 8ª Conferência Nacional de Saúde, em 1986, deliberou que a reestruturação do Sistema Nacional de Saúde deveria resultar na criação de um Sistema Único de Saúde, com uma ampla Reforma Sanitária. Nas resoluções desta Conferência, definiu-se que, em sentido mais abrangente, a Saúde:

[...] é a resultante das condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso à posse da terra e acesso aos serviços de saúde. É assim, antes de tudo, o resultado das formas de organização social da produção, as quais podem gerar grandes desigualdades nos níveis de vida (CONFERÊNCIA NACIONAL DE SAÚDE, 1986, p. 4).

A definição acima, como aponta Minayo (1986), tirava a saúde do quadro apenas biológico e individual e o situava no interior da organização social da produção. Isso permitia clarear a lógica das políticas do setor, sua historicidade, e vinculá-las a outras políticas de outros setores, todas elas tendo, como referência, em última instância, a reprodução do capital e da força de trabalho. Na saúde brasileira o SUS, foi um grande marco na conquista de direitos da população, tendo uma visão humana integral da promoção em saúde.

Ceccin et al. (1992), ao discutir a proposta de atenção à saúde da criança da Secretaria de Saúde de Porto Alegre, no início da década de 1990, aponta para a necessidade de se buscar uma visão integradora do processo de crescimento e desenvolvimento de nossa infância e adolescência incluindo aí "a leitura sociológica, antropológica e política que justifica seus comportamentos, sua expressão no corpo biológico e seus planos de metas que organizam um modo de vida saudável ou de risco". Discute que as ações básicas de saúde, consagradas pela Organização Mundial da Saúde, foram capazes de reduzir a mortalidade de jovens e crianças e são capazes de conter até 60% das mortes no 1º ano de vida, mas ressalta que a criança, vista na sua integralidade, ainda está fora do sistema de saúde. Os maiores de 5 anos estão fora das prioridades em saúde, pelo menos de suas próprias prioridades.

Quando se caminha pelos terrenos da educação, a implantação dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) em 1997, foi de fato, um momento importante para que a saúde, por meio dos temas transversais, pudesse promover conhecimento e melhorar os cuidados individuais e da comunidade (VIEIRA, 2011).

“Os Parâmetros Curriculares Nacionais constituem um referencial de qualidade para a educação no Ensino Fundamental em todo o País. Sua função é orientar e garantir a coerência dos investimentos no sistema educacional, socializando discussões, pesquisas e recomendações, subsidiando a participação de técnicos e professores brasileiros, principalmente daqueles que se encontram mais isolados, com menor contato com a produção pedagógica atual. [...] garantir que, respeitadas as diversidades culturais, regionais, étnicas, religiosas e políticas que atravessam uma sociedade múltipla, estratificada e complexa, a educação possa atuar, decisivamente, no processo de construção da cidadania, tendo como meta o ideal de uma crescente igualdade de direitos entre os cidadãos, baseado nos princípios democráticos” (BRASIL, 1997, p. 13).

A transversalidade, é um tema de importante reflexão, já que a mesma trata de questões sociais integradas à educação, capacitando o aluno na transformação da realidade. Dentre as temáticas pode-se citar a saúde, meio ambiente, ética, pluralidade cultural e educação sexual, além de temas específicos de cada região. Assim sendo, não se constitui aqui uma nova área, e sim temas que permeiam os conteúdos das mais variadas disciplinas. No que diz respeito a saúde, e mais especificamente, ao que podemos chamar de “subitem”, os cuidados com o corpo e postura, encontra-se no PCN, questões de autocuidado, autoconhecimento bem-estar físico, limites do corpo e percepção do corpo permeando os conteúdos de ciências e educação física (BRASIL, 1997).

A partir das políticas públicas, em especial, a Política Nacional de Promoção de Saúde, busca-se, apesar dos entraves, se desprender do modelo biomédico, assistencialista e individual, e promover a saúde através da autonomia dos indivíduos em relação à sua própria saúde, ações coletivas e troca de saberes (BRASIL, 2002). Dessa forma, em 2007, um programa que caracteriza a integração dessas políticas, tanto da saúde, quanto da educação, através de seus respectivos Ministérios, é criado o Programa Saúde na Escola (PSE) (VIEIRA, 2011).

“O Programa Saúde na Escola (PSE) vem contribuir para o fortalecimento de ações na perspectiva do desenvolvimento integral e proporcionar à comunidade escolar a participação em programas e projetos que articulem saúde, educação e em outras redes sociais para o enfrentamento das vulnerabilidades que comprometem o pleno desenvolvimento de crianças, adolescentes, jovens e adultos estudantes brasileiros. Essa iniciativa reconhece e acolhe as ações de integração entre Saúde e Educação já existentes e que têm impactado positivamente na qualidade de vida dos educandos” (BRASIL, 2015, p.7).

No Caderno do Gestor do PSE (2015) encontra-se que “nas escolas, o trabalho de promoção da saúde com os educandos, e também com professores e funcionários, precisa ter como ponto de partida ‘o que eles sabem’ e ‘o que eles podem fazer’”. Com isso, cria-se a possibilidade de desenvolver nos estudantes as capacidades e incorporação de melhores atitudes quanto aos cuidados de saúde.

Na aplicação de programas de educação em saúde busca-se novos comportamentos através de saberes fixos que vem de “cima”, seja dos professores ou profissionais da saúde. É preciso ultrapassar barreiras, superar a relação da determinação dos conhecimentos sobre a ação, e compreender que o fato de conhecer algo, não muda o que se faz na prática. É preciso identificar como o indivíduo percebe as ações e o que as envolve, dando espaço a essas representações, e por meio da solidariedade entre educando e educadores encontrar formas de solucionar os problemas, garantindo, assim, autonomia (VIEIRA, 2011).

Em 2013, universalizou-se o Programa Saúde na Escola e todos os municípios tornaram-se aptos à adesão do mesmo, além da expansão das ações para as creches e pré-escolas. Dentre as estratégias de promoção da saúde, através dos temas mais variados, encontra-se, para a pré-escola, ensino fundamental e médio, um tema optativo que discorre sobre a promoção das práticas corporais, da atividade física e do lazer, o que vem de encontro com o universo deste estudo (BRASIL, 2015).

Como visto anteriormente, várias são as práticas e metodologias aplicadas no ambiente escolar para que os estudantes adotem novos comportamentos frente a promoção da saúde e a prevenção de agravos e de doenças. Paulo Freire, através da pedagogia crítica, propõe uma nova forma de relacionamento entre professor, estudante e sociedade, estabelece-se uma relação dialógico crítica, que através desta e da reflexão conduz-se a prática, sendo esta uma educação problematizadora e libertadora. O mesmo autor é bem enfático, quando fala em programas educativos, sendo estes incapazes de surtir reais efeitos quando se faz por meio de invasão cultural ou por meio de imposição (FREIRE, 1987).

O pensar em educação neste sentido dialógico, nos leva a entrar em contato com o que o “outro” traz como experiência e como compreensão de mundo. Esta, que não é uma simples passagem de acontecimentos, e sim o que realmente nos acontece, passa ou nos toca, não é ter informação ou saber das coisas, “o saber da experiência se dá na relação entre o conhecimento e a vida humana”, através de

sujeitos passionais, estes que não estão descompromissados ou sem ação, mas sim, que permitem a passagem do novo e a vivenciam, trazendo apropriação de nossa vida (BONDÍA, 2002).

Apresentado as questões que envolvem os hábitos posturais no ambiente escolar, um breve histórico de saúde pública, os caminhos da educação em saúde no Brasil e a proposta dialógica de Paulo Freire, demonstramos os pressupostos essenciais que edificarão este trabalho. É importante destacar que o presente estudo teve uma primeira aproximação com o tema em uma dissertação, desenvolvida por Marília Christina Tenório Rebolho (2005), intitulada *“Efeitos da educação postural nas mudanças de hábitos em escolares das 1ª e 4ª séries do ensino fundamental”*, o qual influenciou no primeiro desenho que desenvolvemos, além da utilização do “Questionário de avaliação de hábito postural” elaborado pela mesma autora. Assim, passamos para o plano das discussões teórico-metodológicas.

2. OBJETIVOS

Objetivo geral

- Desenvolver, descrever e analisar intervenções de educação em saúde centradas na postura dinâmica e estática de escolares do ensino fundamental I por meio de metodologia participativa.

Objetivos específicos

- Identificar a percepção de crianças sobre os hábitos posturais;
- Conhecer a percepção dos responsáveis e da professora sobre o desenvolvimento do projeto de intervenção e seu efeito para as crianças;
- Avaliar o impacto de uma ação educativa sobre o conhecimento postural e relato de dores;
- Compreender como a educação pode interferir na construção do autocuidado corporal.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Delineamento da Pesquisa

Este é um estudo do tipo misto, ou seja, é composto por uma combinação de análise qualitativa e quantitativa.

O método quantitativo caracterizou-se como quasi-experimental longitudinal, do tipo antes e depois não randomizado, no qual foi avaliado o conhecimento de escolares sobre hábitos posturais e relato de dores, a partir de um questionário. Neste delineamento não se consegue controlar outros fatores ocorridos junto com a intervenção (DUTRA & REIS, 2016).

Na abordagem qualitativa o tipo de estudo se enquadra na *sistematização de experiência*, utilizando como dados a observação participante do processo vivenciado e elaboração do diário de campo, atividades produzidas pelos estudantes e entrevistas semiestruturadas audiogravadas com os pais e a professora.

A sistematização de experiência, segundo Holliday recebe o seguinte conceito:

A sistematização é aquela interpretação crítica de uma ou várias experiências que, a partir de seu ordenamento e reconstrução, descobre ou explicita a lógica do processo vivido, os fatores que intervieram no dito processo, como se relacionaram entre si e porque o fizeram desse modo. (HOLLIDAY, 2006, p. 24)

Ainda sobre a citação acima, é importante destacar alguns pontos como a *interpretação crítica* na compreensão dos sentidos do que foi vivenciado, sendo isto possível através da *ordenação e reconstrução* prévia do mesmo, descobrindo a *lógica* que conduz e os fatores que influenciam esta experiência. Além disso, traz que a sistematização *produz um novo conhecimento*, pois é único, e nos faz *objetificar o vivido*, convertendo a própria prática em objeto de estudo. Ademais, *ordena o conhecimento e percepções dispersas* (recupera o que já sabe, descobrem o que ainda não sabem e revela o que não sabiam que sabiam) e atenta às *interpretações* que os sujeitos tem sobre eles próprios, criando espaços de diálogos (HOLLIDAY, 2006).

3.2 Participantes e Amostragem

Participaram da pesquisa 22 crianças de 9 e 10 anos, de ambos os sexos, devidamente matriculadas no ensino fundamental I da escola Angelino de Oliveira da rede municipal de Botucatu-SP, sendo o projeto apresentado e aprovado pela direção da escola supracitada (Apêndice A). No entanto, das 22, uma criança não preencheu o questionário pré-intervenção da etapa quantitativa do estudo e foi excluída, somente desta análise.

A escola supracitada foi selecionada por ser uma escola pública atendida pelo Centro de Saúde Escola, ligado aos trabalhos realizados na Universidade (UNESP). No que diz respeito a escolha da faixa etária das crianças, utilizou-se o critério do processo de alfabetização para garantir a escrita e trazer o que sabiam sobre os conteúdos abordados, sendo a turma selecionada pela própria diretora da escola.

Supondo amostragem aleatória simples, erros tipo I e II iguais a 0,05 e 0,20, respectivamente, distribuição normal para o desfecho escore de conhecimento postural, média do escore de conhecimento postural igual a 4 pontos no momento pré-intervenção com desvio padrão de 0,5, média do escore de conhecimento postural igual a 6 pontos no momento pós-intervenção com desvio padrão de 0,5 e desvio-padrão da evolução do escore de conhecimento postural igual a 2,8 (4 vezes maior que o esperado), estima-se necessário, no mínimo, 17 sujeitos de estudo. Os resumos descritivos utilizados, ou seja, média e desvio padrão foram elaborados através de simulação computacional, o qual baseou-se no conhecimento empírico e nas restrições teóricas, estimando o desvio padrão populacional do escore, respeitando os limites mínimo e máximo de possibilidade de acerto.

Como critérios de inclusão: estudantes de 9 e 10 anos no ensino fundamental I da escola selecionada; ter autorização dos pais/responsável para participar da pesquisa. Critério de exclusão para análise do conhecimento foi o não preenchimento do questionário pré ou pós-intervenção.

3.3 Etapas da Pesquisa

Inicialmente as crianças foram abordadas pela pesquisadora em sala de aula no início de agosto de 2019, sendo esclarecida que a turma participaria de um projeto de educação com a temática voltada aos hábitos posturais e que os pais

precisariam autorizar a participação dos escolares. Os pais/responsáveis receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice B) para participação dos alunos no projeto, e os mesmos foram entregues a pesquisadora após duas semanas. Todas as crianças que participaram do estudo tiveram por parte dos pais o TCLE assinado pelos mesmos, sendo que oito pais, não autorizaram a participação de seus filhos.

As crianças autorizadas receberam na primeira intervenção, dia vinte e dois de agosto, um questionário desenvolvido e autorizado (Apêndice C) por Rebolho (2005, p.67-69) sobre seus hábitos posturais no meio escolar (Apêndice D). O questionário de conhecimento utilizado foi o de avaliação inicial e final, sendo este, parte de um conjunto maior de questionários produzidos pela autora, além de ter sido adaptado aqui, para os fins deste trabalho. Este instrumento é caracterizado por dois momentos, o primeiro traz questões abordando relato de dor em situações diárias e relacionadas com os hábitos escolares e o segundo, busca identificar, por meio de imagens, o conhecimento dos escolares sobre as posturas utilizadas nas mais variadas situações do dia a dia. O período de tempo entre a aplicação inicial e final do questionário foi de três meses, não passando por nenhum processo de validação ou teste piloto.

Após a coleta e a partir dos seus resultados, o processo de intervenção e conscientização realizados foram embasados na metodologia das Escolas Posturais com eixo referencial da educação dialógica de Paulo Freire (1987), na perspectiva de que a reflexão conduz à prática dos conhecimentos (re)construídos. As sessões foram lúdicas com brincadeiras, atividades com massinha de modelar, desenho, produção de cartazes, atividades físicas e rodas de conversas desenvolvidas durante o período de aulas, abordando temas como anatomia da coluna e quadril, lesões na coluna, postura sentada, postura em pé, levantamento e transferência de objetos, modelos de mochilas e transporte, além do peso adequado das mesmas, postura no computador e para escrever, como caminhar e se deitar/levantar da cama.

Como foi aplicado um questionário as crianças antecedendo às intervenções pedagógicas, realizou-se uma relação entre o que as crianças responderam corretamente nos questionários e o que de fato tinham como hábitos posturais nas diferentes intervenções durante o processo. Este foi construído a cada

dia, para que os escolares vivenciassem situações e aprendessem sobre hábitos posturais saudáveis e cuidado com a própria coluna, no sentido de experienciarem o fazer, ou seja, praticarem o saber. As intervenções foram todos documentados por diário de campo (Apêndice F) da pesquisadora para posterior análise de seu conteúdo.

As intervenções foram realizadas semanalmente em sala de aula às oito horas e trinta minutos, durante o período de três meses (10 dias), com duração de uma hora e meia cada, sendo conduzida pela pesquisadora, que é fisioterapeuta e professora, abordando as temáticas de acordo com o Quadro 1. Estavam presentes na sala, a professora da turma que acompanhou todo processo como ouvinte e uma enfermeira que auxiliava na entrega de materiais e acompanhamento das atividades. Todo o processo de intervenção foi objeto de descrição e análise no sentido de se apropriar de um caminho metodológico para o trabalho de melhora da qualidade postural.

Quadro 1. Conteúdo das intervenções de educação postural para crianças do ensino fundamental I, Botucatu, 2019

Intervenções	Conteúdo
1	- Aplicação Questionário
2	- Apresentação das Intervenções e seus objetivos; - O que é saúde
3	- Formação, desenvolvimento da coluna (anatomia e curvaturas normais) e suas principais funções. - Anatomia quadril e MMII; - Principais lesões e desvios da coluna;
4	- Posturas em pé e sentada;
5	- Mochilas: modelo, peso ideal e transporte; - Calçados adequados;
6	- Mobiliário escolar e possíveis adaptações; - Levantamento de peso e transferências de objetos;
7	- Postura adequada na frente do computador; - Forma correta para caminhar, deitar/levantar da cama;
8	- Consciência Corporal e Atividade física;
9	- Revisão de conteúdo;
10	- Reaplicação questionário; - Devolutiva e atividade de desfecho.

As intervenções tiveram como base as atividades que foram desenvolvidas com as crianças buscando a promoção de saúde e prevenção de doenças, objetivando a integralidade do cuidado, além do trabalho em conjunto de profissionais da saúde e da educação. De acordo com o Ministério da Educação (BRASIL, 2018), a “Escola é a área institucional privilegiada deste encontro da educação e da saúde”.

Algumas bases teóricas na área de saúde serão descritas no que diz respeito à temática, e para realização das práticas a atuação do profissional de saúde, que em nosso estudo o profissional é o fisioterapeuta, levou-se em consideração alguns autores na área da educação, mesclando os conhecimentos para embasar a construção de atividades que sejam, ao mesmo tempo prazerosas e eficazes para o aprendizado e incorporação destes conhecimentos na vida cotidiana das crianças.

Isto posto, o autor que influenciou na construção e no desenvolvimento das práticas, é Paulo Freire, através de seu método com fundamentação humanista, que busca a autonomia do indivíduo, a dialética na construção do processo, relaciona os saberes trazidos pelo estudante, horizontalidade na relação educador-educando, distanciando do que ele traz como educação bancária, na qual o conhecimento é depositado para o aluno. Este seria um método de aprender e não ensinar, no qual os homens se educam entre si, mediados pelo mundo (FREIRE, 1987).

Também será utilizado a perspectiva da diferença entre saber sobre algo e o fazer sobre este mesmo elemento, que vem de encontro com as teorias de Paulo Freire, nesta relação dialética da aproximação entre o pensar e agir. E isto se dá através da significação dos conteúdos, a partir de experiências vividas e situações problematizadoras para que o indivíduo internalize/incorpore e se aproprie do conhecimento, com isso ocorre uma transformação, fazendo com o indivíduo reveja sua própria ação, ou seja, um processo que venha de dentro para fora (GARGIA, 2000).

Outro autor que contribuiu para elaboração das intervenções, assim como tem papel fundamental na discussão das intervenções que vivenciamos é Jorge Larrosa Bondia que nos traz sua teoria sobre a experiência e o saber envolvido na mesma. Para o autor a experiência é algo exterior ao indivíduo, porém passa através

dele, transforma, sendo este o indivíduo de passagem aberto e suscetível a esta experiência (BONDÌA, 2011).

Além dos autores que embasam a criação deste programa com as teorias de ensino aprendizagem, pode-se encontrar as brincadeiras e o jogos lúdicos na perspectiva de Kishimoto (2012) e Friedmann (2012), nos quais as práticas criadas foram inspiradas, e posteriormente serão descritas. O primeiro traz uma base teórica maior mostrando a importância do lúdico no processo de aprendizagem, sendo o jogo o meio através do qual se conduz ao conteúdo didático. Além de trazer uma citação importante do escolanovista Claparède (1956: 435-438): “todos os jogos são, por sua própria essência, educativos”. No segundo autor supracitado, pode-se encontrar uma reunião de várias brincadeiras regionais descritas para utilização de educadores e a população em geral.

Após o final do processo de intervenção, seis pais e a professora foram entrevistados sobre a percepção das práticas realizadas com as crianças, por meio de entrevista semiestruturada (Apêndice E), audiogravada e posteriormente transcrita não retornada aos participantes. As mesmas foram construídas a partir de modelo de entrevista desenvolvido por Vieira et al, 2015, sendo estas incluídas no processo de percepção da aprendizagem para melhora dos hábitos posturais das crianças. O foco destas entrevistas é a percepção dos responsáveis e da professora sobre o desenvolvimento das intervenções educativas, a mudança de comportamento das crianças, percepções e opiniões sobre os temas trabalhados.

A expectativa inicial era realizar a entrevista com todos os pais/responsáveis, porém alguns pais não atenderam as três tentativas de ligações e outros não mostraram interesse em participar. Para os pais que participaram agendou-se os horários, sendo a escola o local da realização, na qual a direção cedeu uma sala para que a própria pesquisadora realizasse as entrevistas, que tiveram uma duração média de 10 minutos.

O questionário aplicado às crianças foi reaplicado após a intervenção para avaliar se essas medidas educativas tiveram impacto na aprendizagem quanto aos bons hábitos posturais no ambiente escolar.

3.4 Análise dos Resultados

Para análise estatística dos momentos pré e pós intervenção foram comparados por meios dos Testes não paramétricos de McNemar e Wilcoxon. Diferenças foram consideradas estatisticamente significativas se $p < 0,05$, sendo que as análises foram feitas utilizando o software SPSS21. No que se trata dos desfechos, utilizou-se variáveis binárias ou politômicas de relato de dores e escore de conhecimento postural.

Para a análise qualitativa do diário de campo, das entrevistas e atividades dos estudantes utilizou-se a metodologia de análise de conteúdo temática na perspectiva de Minayo (2016), que se baseia na obra de Bardin (1979) e em sua própria experiência, na tentativa de se aprofundar na *interpretação* e escapar de uma simples descrição, procurando ir além do material.

Para Bardin (1979) apud Minayo (2016, p. 78) existem variadas formas de explorar o material, sendo a análise temática, a técnica selecionada neste estudo, no qual o conceito central é o tema. Como trajetória metodológica as etapas a serem seguidas são a pré-análise; exploração do material e tratamento dos resultados/inferência/interpretação. E neste estudo seguiu-se as sugestões trazidas por Minayo (2016), sendo necessária uma leitura exaustiva do material buscando ver o todo, mas também as peculiaridades, elaborando pressupostos e classificações iniciais que como documento norteador utilizou-se o diário de campo, e por fim determinar os conceitos teóricos utilizado, que quando tratarmos a respeito do saber da experiência utilizamos Bondia (2002), que traz uma reflexão das experiências individuais, numa possibilidade entre experiência/sentido, na qual a experiência é aquilo que acontece conosco e o saber da experiência é quando damos sentidos a esse acontecimento, ou seja, é único, individual, pois cada situação se passa de forma particular para cada um.

Posterior a etapa de pré-análise, foram construídas as seguintes categorias:

1. O saber que traziam;
2. O saber não é fazer;
3. O novo a se conhecer e o saber mobilizando o fazer;
4. Educação postural construída pela escola e pela família;
5. O saber reinventado e reimaginado

5.1 A construção do saber através das relações;

5.2 Aprendizado através dos sentidos e da imaginação;

5.3 Participação ativa dos estudantes;

6. A pesquisa: expectativas, obstáculos e frustrações.

As presentes categorias tiveram como alicerce os trechos provenientes dos dados coletados, desde o diário de campo que serviu como guia inicial, até entrevistas com a professora e pais e atividades produzidas pelas crianças. Com isto fez-se inferências através das premissas já fundamentadas e por fim interpretação destes resultados com base no referencial teórico adotado previamente e outros autores que contribuam com as discussões (MINAYO, 2016). Assim, podemos dizer que houve uma triangulação de todos os materiais coletados na presente pesquisa para construção das categorias.

Nos trechos retirados dos materiais, os nomes de todos os envolvidos foram substituídos, inclusive da pesquisadora e da enfermeira que acompanhou as intervenções, isto se deu para que a identidade dos participantes seja resguardada e para possível utilização do material como fonte em outras pesquisas. A pesquisadora se chamará Maria Eduarda, a enfermeira receberá o nome Helena, os Pais e as crianças receberam uma numeração (Ex: Mãe 1, Criança 1, Criança 2...).

3.5 Aspectos Éticos

A pesquisadora participou de todas as etapas do processo de realização da pesquisa, desde a aplicação e reaplicação do questionário, desenvolvimento das intervenções (acompanhada da uma enfermeira aprimorada que auxiliou nas práticas), entrevistas e análise dos dados. A exceção da entrevista realizada com a professora, que aconteceu em meados de novembro, com a duração em torno de vinte minutos e foi conduzida por uma psicóloga doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da UNESP de Botucatu -SP, sendo que esta opção foi adotada pela relação construída entre a pesquisadora e a professora durante o processo.

As crianças receberam uma devolutiva na última intervenção realizada, mas os achados e os dados trabalhados ainda não foram devolvidos aos participantes (pais, escola e crianças), porém faz parte de projetos futuros,

desenvolver a partir dessa ideia de mostrar os resultados, a elaboração de ações conjuntas a melhora dos hábitos posturais de escolares.

O presente projeto foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da FMB, UNESP com número do parecer: 3.244.286 (Anexo I).

3.6 ÉS PRINCESA LÁ DA SERRA, POR ANGELINO DE OLIVEIRA: Uma breve caracterização do local de pesquisa

*“Nunca esquecerei de ti, oh minha terra,
Berço onde o amor nasceu.
És princesa lá da serra,
Terra dos carinhos meus.
Não mais poderei viver longe de ti
Tu és a minha adoração.
Oh! Botucatu,
Cidade dos meus sonhos,
Terra do meu coração”.*
Saudades de Botucatu, Angelino de Oliveira

As intervenções desenvolvidas nesta pesquisa aconteceram na Escola Municipal de Ensino Fundamental (EMEF) Angelino de Oliveira, localizada no município de Botucatu, interior do estado de São Paulo.

A cidade de Botucatu está localizada na região sudoeste do estado, sendo caracterizada por uma singularidade no que diz respeito as belezas naturais, pois está em uma região de cuesta, relevo típico da topografia local, onde as áreas planálticas possuem declives assimétricos. A população de Botucatu, segundo o censo de 2010 era de 115.606 pessoas, sendo uma população estimada em 2019 de 146.497 pessoas. A escolarização dos 6 aos 14 anos é de 97,8% e o IDHM (Índice de Desenvolvimento Humano Municipal) 0,800, de acordo com o censo 2010.

Em 1846 foi criado o Patrimônio Freguesia e posteriormente é conduzida à vila em 1855 e à cidade em 1876. Botucatu fica conhecida como a terra dos “bons ares”, que em tupi-guarani (Ybytu-Katu). Seu crescimento foi muito importante nos primeiros anos da República (RIBEIRO, MARQUES & MOTA, 2020).

Cresceu entremeada pelas contrapartidas do pacto coronelista, pelas frequentes fissuras no interior do PRP ²¹ (p. 68), pela assistência institucionalizada, pelas celeumas entre Maçonaria e Igreja Católica e pelas ondas imigratórias de diversas nacionalidades. A repetida presença de nomes da elite local como fundadores ou beneméritos de obras assistenciais, projetando na publicização de suas ofertas a figura social do homem piedoso, também conferiu ao tecido social botucatuense uma cultura política da dádiva e peculiar exercício de poder (RIBEIRO, MARQUES & MOTA, 2020, p.6).

No início do século XX, Botucatu já contava com Hospital de Misericórdia e no decorrer dos anos de 1910, conquistou iluminação elétrica, Grupo Escolar e Escola Normal. Nos anos de 1920 foi a cidade mais populosa do planalto ocidental paulista e se encontrou como ponto de entroncamento de produtos entre a capital e o sertão (RIBEIRO, MARQUES & MOTA, 2020).

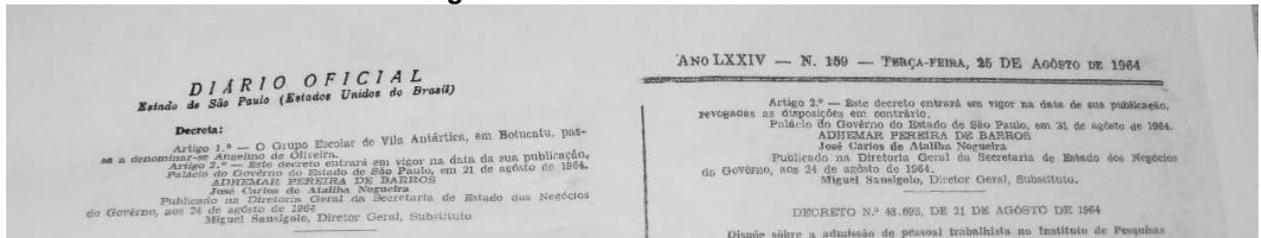
O desenvolvimento da cidade sofreu com o impacto da crise de 1929, sendo a partir da década de 1960 um momento importante para retomada econômica (CYRINO, 1994). “De conformidade com a Lei 952 de 30 de janeiro de 1976, foi criada a Universidade Estadual Paulista que recebeu do governador o nome de "Júlio de Mesquita Filho", da qual passavam a fazer parte os Institutos Isolados”. Em Botucatu a universidade estava voltada para a formação profissional, sendo marcada por uma identidade ancorada na docência, pesquisa e extensão de serviços à comunidade (UNESP, s/d). Ao longo da história as ações da Universidade de muitas formas estiveram/estão atreladas e contribuindo no que diz respeito aos atos políticos-administrativos do município. Tendo os serviços de saúde uma grande expansão nos últimos anos (CYRINO, 1994).

No que diz respeito à Saúde Escolar no município de Botucatu, algumas ações foram desenvolvidas, por uma equipe do Centro de Saúde Escola (CSE) de Botucatu – UNESP, de 1978 a 1981, com o objetivo de melhorar o acesso da população ao CSE. Em 1980, a Secretaria de Educação do Estado propôs um Programa de Assistência Escolar, unindo as áreas de educação e saúde, sendo que o mesmo ocorreu em Botucatu de 1989 a 1992. Outro Programa, agora localizado em um distrito de Botucatu, aconteceu em 1984, coordenado pelo Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina de Botucatu (FMB), com o objetivo de ofertar assistência médica. Em 1985, devido a demanda apresentada por professores e diretora de uma escola de Botucatu, sendo a questão da saúde escolar até aquele momento não prioritária e as dificuldades de implantar um posto naquela região solicitada, elaborou-se um programa para atender especificamente aquela população. Com isto o programa foi se formulando conjuntamente entre a comunidade escolar e a Coordenadoria de Saúde (CYRINO, 1994).

Em nosso estudo, mais uma vez, a Universidade se integra a comunidade em intervenções que unem duas áreas a da educação e da Saúde, sendo a EMEF Angelino de Oliveira atendida pelo CSE.

Segundo informações fornecidas pela secretaria da Escola em questão, até 1964, a mesma era chamada de Grupo Escolar Vila Antártica, que passou a se chamar Escola Estadual Angelino de Oliveira em homenagem ao compositor e instrumentista Angelino de Oliveira, que faleceu neste mesmo ano.

Figura 1 – Diário Oficial do Estado de São Paulo



“Artigo 1º - O Grupo Escolar de Vila Antártica, em Botucatu, passa a denominar-se Angelino de Oliveira.
 Artigo 2º - Este decreto entrará em vigor na data de sua publicação. Palácio do Governo do Estado de São Paulo, em 21 de agosto de 1964.
 ADHEMAR PEREIRA DE BARROS
 José Carlos de Ataliba Nogueira
 Publicado na Diretoria Geral da Secretaria de Estado dos Negócios do Governo, aos 24 de agosto de 1964.
 Miguel Sansigolo, Diretor Geral, Substituto”.

Fonte: Arquivo disponível na Secretaria da EMEF Angelino de Oliveira.

Angelino de Oliveira nasceu em Itaporanga-SP em 1889. Seus pais eram lavradores e mudaram-se para Botucatu, em 1894. Autodidata, aprendeu a tocar violão, viola, violino e trombone e ainda garoto integrava a Orquestra do Gabinete Literário e Recreativo de Botucatu e a Banda de Música São Benedito. Apresentou pela primeira vez sua composição, Tristeza do Jeca, no Clube 24 de Maio de Botucatu, em 1918. Por tempos se mudou de Botucatu, mas retorna, e após sua loja de instrumentos não resistir, torna-se diretor artístico da Rádio Emissora de Botucatu, onde atuava divulgando a música regional. São várias as composições como Saudade de Botucatu, Encruzilhada, Sabiá, Prece, Caboclo Velho e tantas outras, mas há que se destacar o hino da música caipira Tristeza do Jeca (ENCICLOPÉDIA, 2020).

“Vou parar com minha viola
 Já não posso mais cantar
 Pois o jeca quando canta
 Da vontade de chorar
 E o choro que vai caindo
 Devagar vai se sumindo
 Como as águas vão pro mar”.
 Tristeza do Jeca, Angelino de Oliveira

A viola nunca deixou de ecoar no coração de todos que escutam essa moda caipira, tão viva e brasileira. E na cidade de Botucatu, a Escola que hoje é responsabilidade do Município ainda carrega seu nome, representando uma saudade que ficou. Sendo a partir de 2000, Escola Municipal de Ensino Fundamental ANGELINO DE OLIVEIRA, localizada na área urbana onde acolhe 501 alunos do 1º ao 5º ano, com 20 salas de aula, sendo 4 para cada turma e 10 para cada período. A escola conta também com 30 funcionários e apresenta o IDEB (Índice de Desenvolvimento de Educação Básica) de 7,6.

A escola foi bastante receptiva para receber o presente estudo, desde o início do mesmo, até a sua conclusão, disponibilizaram à pesquisadora a sala de aula para execução do projeto e uma segunda sala para a realização das entrevistas. Os funcionários estiveram sempre à disposição e atentos à movimentação que ocorria na escola. As impressões que ficam são de uma escola organizada e limpa, cheia de amor pelos estudantes, mas que preza por algumas regras, como câmeras na sala de aula, não se via cartazes de atividades pelos corredores e nem mesmo nas salas de aula, muito silêncio, momento de oração em filas antes do início das aulas, marcando seu caráter religioso. A sala de aula ainda seguindo a expressão do ensino tradicional, com classes numerosas (não tão numerosas comparadas a outras escolas do país), cheias de singularidades e que certamente sobrecarregam o professor.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Análise dos Questionários

A amostra foi constituída por 21 crianças, 9 do sexo masculino e 12 do sexo feminino, com a idade variando entre 9 e 10 anos.

Na tabela 1, apresenta-se a indicação de dor e cansaço corporal geral das crianças, nos momentos pré e pós intervenção. Embora os resultados não se apresentem estatisticamente significativos é importante destacar que o percentual foi alto nas categorias: indicação de dor na nuca; indicação de dor no alto das costas; além de cansaço quando sentado na cadeira escolar, sendo este último indicado por mais de 50% das crianças (pré= 52,4% x pós= 57,1%; $p= 1$).

Tabela 1. Indicação de dor e cansaço pré e pós intervenção para o autocuidado de hábitos posturais de escolares. Botucatu, 2019-2020

	Pré-intervenção			Pós-intervenção			** <i>P</i>
	Total	N	%	Total	<i>n</i>	%	
Dor na Nuca	21	6	28,6	21	8	38,1	0,625
Dor no Ombro Esquerdo	21	3	14,3	21	3	14,3	1
Dor no Ombro Direito	21	4	19	21	4	19	1
Dor no Braço Esquerdo	21	3	14,3	21	2	9,5	1
Dor no Braço Direito	21	6	28,6	21	4	19	0,625
Dor no Alto das Costas	21	8	38,1	21	7	33,3	1
Dor Mão/Punho Esquerdo	21	2	9,5	21	4	19	0,375
Dor Mão/Punho Direito	21	2	9,5	21	5	23,8	0,219
Dor Baixo das Costas	21	5	23,8	21	6	28,6	0,125
Dor nas Nádegas	21	1	4,8	21	1	4,8	1
Dor nas Coxas	21	5	23,8	21	3	14,3	0,5
Dor nos Joelhos	21	3	14,3	21	2	9,5	1
Dor nas Pernas	21	5	23,8	21	8	38,1	0,375
Dor nos Pés	21	5	23,8	21	2	9,5	0,375
Indicação Cansaço na Cadeira Escolar	21	11	52,4	21	12	57,1	1

*Legenda: total (número de crianças que responderam ao questionário), n (número de crianças que indicaram dor ou cansaço).

** Teste McNemar

Na tabela 2, encontram-se os dados referentes a indicação de dor nas costas e em qual momento isto se dá. No que diz respeito a dor nas costas enquanto sentado, encontra-se resultado estatisticamente significativo no qual pode-se observar

um aumento absoluto de 33,4% (pré= 33,3% x pós= 66,7%; $p= 0,016$), além disso é possível identificar um aumento absoluto em todas as questões no momento pós, quando comparado ao momento pré-intervenção, o que pode sugerir uma melhor identificação de dor no corpo e consciência corporal após as intervenções. Por fim, vale ressaltar a necessidade de voltar os olhares as dores na coluna de escolares, haja visto os altos percentuais de indicação de dor.

Tabela 2. Indicação de dor nas costas pré e pós intervenção para o autocuidado de hábitos posturais de escolares. Botucatu, 2019-2020

	Pré-intervenção			Pós-intervenção			**P
	Total	n	%	Total	n	%	
Dor nas Costas	21	14	66,7	21	16	76,2	<i>0,625</i>
Enquanto em pé	21	12	57,1	21	13	61,9	<i>1</i>
Enquanto sentado	21	7	33,3	21	14	66,7	<i>0,016</i>
Enquanto deitado	21	7	33,3	21	9	42,9	<i>0,754</i>
Enquanto andando	21	7	33,3	21	10	47,6	<i>0,25</i>
Durante a Educação Física	21	5	23,8	21	9	42,9	<i>0,289</i>
Com Mochila Escolar	21	9	42,9	21	12	57,1	<i>0,25</i>
Durante Atividade Esportiva	21	5	23,8	21	8	38,1	<i>0,453</i>

*Legenda: total (número de crianças que responderam ao questionário), n (número de crianças que indicaram dor).

** Teste de McNemar

Em uma pesquisa brasileira, 80 escolares foram avaliados em vários aspectos referentes aos hábitos posturais, comparando duas estratégias pedagógicas utilizadas em intervenções com escolares de 7 à 11 anos. Na análise da autora, não houve diferença significativa entre a proporção de alunos que relatavam dor antes e após as estratégias. Outro dado observado pela autora é que houve um aumento na proporção de alunos, após a estratégia com a História em Quadrinhos, que passaram a não sentir cansaço na cadeira escolar, divergindo do nosso estudo (REBOLHO, 2005).

Em um estudo desenvolvido em Portugal entre 2014 e 2015, avaliou-se 215 alunos de 5 à 12 anos, com o objetivo de verificar o impacto de um jogo para promover a educação postural de crianças. Com isto, observou-se que do total de crianças, 48,8% referiram dor. A maior prevalência de dores foi do gênero feminino 56%, sendo que 43% foi masculino. As regiões mais afetadas pela dor foram a coluna,

a nível dorsal (6,1%), cervical (14,9%) e lombar (21,6%) e os membros inferiores (33%) (FERNANDES et al., 2017).

Uma pesquisa desenvolvida na Espanha, realizada entre 2007 e 2008, com 16.357 adolescentes, mostrou que 50,9% dos meninos e 69,3% das meninas já tiveram pelo menos uma vez dor lombar, e traz também que apenas 1% das crianças com menos de 7 anos apresentam-se sintomáticas, ou seja, uma prevalência baixa nesta faixa etária, indicando ser crescente os valores conforme a idade (VIDAL et al., 2013).

Um estudo epidemiológico populacional brasileiro realizado com 1.597 escolares (11-16 anos) mostrou uma prevalência de dor nas costas nos últimos 3 meses de 55,7%. Além disso, 15,5% dos alunos relataram que a dor nas costas os impedia de realizar atividades do dia a dia (NOLL et al., 2016).

De acordo com Cruz & Nunes (2012) vários fatores de risco podem estar associados à dor nas costas de um modo geral. Eles podem ser: idade, gênero, história pregressa, antecedentes familiares de dores nas costas, dados antropométricos, força muscular, depressão, ansiedade, autoconceito, problemas de sono, sedentarismo, prática de atividade física, sono, tabagismo, obesidade, horas despendidas a ver televisão e no computador, postura, tipo e peso da mochila, método de transporte da mochila e mobiliário escolar. No que adentra o universo escolar um dos fatores mais importantes é a permanência na postura sentada por períodos prolongados, que por vezes se estende fora do ambiente escolar como na utilização de videogames, computadores e celulares. A postura sentada prolongada gera uma maior pressão nos discos intervertebrais da coluna lombar podendo levar a alterações e desgastes na região (FERNANDES et al., 2017).

Benini & Karolczak (2010) apontam que observaram em seu trabalho o mobiliário da escola não sendo ajustável, tornando incômodo a permanência na posição sentada. A partir disto as autoras analisam o fato de ser compreensível a busca por posturas que aliviem as tensões do tempo de permanência na mesma posição.

Na avaliação do conhecimento, a tabela 3 apresenta que no momento pré-intervenção mais da metade das questões obtiveram acerto acima de 90%, sendo que somente em duas questões (jeito certo de ficar em pé e de dormir), a porcentagem de acerto foi menor que 70%. Comparando com o momento pós-intervenção, das 11

questões, em 6 delas houve um aumento no número de acertos, em 2 o percentual de acerto se manteve igual, provavelmente porque as crianças nessas duas questões tinham alto percentual de acerto no momento pré, e por fim 3 questões houve diminuição do percentual de acerto.

A intervenção parece ter sido eficiente para as questões 19 e 21, que abordava a temática do jeito certo de abaixar, pegar e levantar um objeto e o jeito certo de dormir, respectivamente. Embora não estatisticamente significativa, observou-se um aumento absoluto de 19% no acerto da questão 19 (pré= 71,4% x pós= 90,5%; $p= 0,289$). A intervenção foi significativamente eficaz no aumento de percentual da questão 21, no qual pode-se observar um aumento absoluto de 47,7% (pré= 33,3% x pós= 81%; $p= 0,013$).

Este estudo mostra que a intervenção foi capaz de aumentar o conhecimento sobre postura, em especial sobre o conhecimento acerca das questões que discutem o jeito certo de abaixar, pegar e levantar um objeto e o jeito certo de dormir.

Tabela 3. Avaliação de conhecimento postural de escolares. Botucatu, 2019-2020

	Pré-intervenção			Pós-intervenção			**P
	Total	n	%	Total	N	%	
Jeito certo das costas quando sentado	21	20	95,2	21	19	90,5	1
Jeito certo do bumbum quando sentado	21	20	95,2	21	19	90,5	1
Jeito certo dos pés quando sentado	21	19	90,5	21	18	85,7	1
Jeito certo das costas quando em pé	21	20	95,2	21	20	95,2	1
Jeito certo dos pés quando em pé	21	7	33,3	21	9	42,9	0,774
Jeito certo da cabeça quando em pé	21	20	95,2	21	21	100	1
Jeito certo de carregar a sua mochila escolar	21	21	100	21	21	100	1
Regulagem da altura da mochila de rodinhas	21	15	71,4	21	16	76,2	1
Jeito certo de abaixar, levantar e pegar objeto do chão	21	15	71,4	21	19	90,5	0,289
Jeito certo de mudar um objeto de lugar	21	17	81	21	18	85,7	1
Jeito certo de dormir	21	7	33,3	21	17	81	0,013
Escore		9 (6-11)			10 (2-11)		***0,068

*Legenda: total (número de crianças que responderam ao questionário), n (número de crianças que acertaram a questão).

** Teste de McNemar.

*** Teste de Wilcoxon

No artigo publicado por Marília Rebolho, ainda referente ao seu estudo de mestrado, a autora e seus colaboradores trazem como um dado relevante o

conhecimento prévio das crianças superior a 80% quanto à postura correta da cabeça e coluna vertebral na posição em pé e na transferência de um objeto de lugar. Sendo as posturas corretas da coluna vertebral e dos pés na posição sentada, dos pés na posição em pé e a forma de abaixar para pegar objetos no chão, informações estas, que eles menos sabiam (REBOLHO, CASAROTTO & JOÃO, 2009). Fernandes et al. (2017) fornece em seus dados que as crianças desconheciam mais as informações sobre as posturas corretas dos pés em pé e a forma de levantar um objeto. Aqui os autores acreditam que os escolares incorporaram a forma correta de posicionar pés quando em pé, pois puderam perceber este fato na prática, mas não no questionário, o que os autores consideram ser por conta de uma má interpretação da imagem. Além disso, o pegar um objeto do chão de maneira correta, assim como a postura dormir de lado foi bem fixada pelas crianças, e isto deve ao fato das demonstrações terem acontecido na prática.

Outros dois estudos com estratégias metodológicas parecidas a esta pesquisa, constatou-se que os estudantes apresentam conhecimento prévio no que diz respeito a forma correta de sentar-se para assistir às aulas e postura correta em geral, mas não praticam (BENINI & KAROLCZAK, 2010; FERNANDES et al., 2017).

Em nossa pesquisa obtivemos resultados significativos após a intervenção, porém as crianças já sabiam muito a respeito do assunto, fazendo com que nem todas as categorias analisadas tivessem resultados estatisticamente relevantes. De acordo com Rebolho, Casarotto e João (2009), as duas estratégias utilizadas para o aprendizado quanto aos hábitos posturais foram efetivas, sendo este fato importante para confirmar que há a construção do aprendizado em programas de educação postural. Os autores relatam que à exceção do jeito certo de dormir, todas as posturas foram lembradas de forma igual pelos dois grupos, sendo a história em quadrinhos menos efetiva em relação ao circuito demonstrativo.

Fernandes et al. (2017), identificaram uma melhoria significativa em todas as respostas ao questionário, valorizando a estratégia de ensino, que no caso, foi o jogo, como efetiva na fixação de conceitos relacionados a educação em saúde de hábitos posturais.

Os dados obtidos em nosso estudo, reforçam os achados da literatura, na ideia de que a escola são locais que favorecem a realização de ações voltadas a educação em saúde, e especialmente, condições que favoreçam do desenvolvimento

individual e coletivo das crianças e adolescentes. Estas abordagens contribuem para construção do auto(conhecimento) e apesar dos questionamentos por evidências das escolas posturais, as pesquisas se encontram em reformulações e adaptações de diferenciadas metodologias que melhor se adequem ao público alvo, na busca de melhores resultados, mas principalmente, trazer os indivíduos para o centro das questões do cuidado com seu próprio corpo.

Realizou-se a primeira intervenção com a aplicação do questionário. Após a análise do mesmo, foi possível identificar que as crianças reconheciam de forma adequada diversos aspectos abordados no mesmo. Ou seja, as crianças, em sua maioria, demonstravam saber sobre o tema em estudo.

Este fato intrigou a pesquisadora que questionou a professora se as crianças já haviam tido contato com os temas abordados. A professora informou que o tema havia sido abordado no mesmo ano, de uma forma simplificada, mas que, ainda assim, tiveram este conteúdo nas aulas de ciências.

Assim, reformulou-se o trabalho buscando o melhor caminho metodológico para adaptar a intervenção, com o intuito de reconhecer, a partir das práticas realizadas nas nove intervenções seguintes, um diálogo entre o saber das crianças e o fazer em relação a temática em estudo.

4.2 As intervenções: vivências no mundo da imaginação e no mundo experienciado pela pesquisadora

1º dia de intervenção

- Aplicação do questionário pré intervenção.

2º dia de intervenção

Tema:

- O que é saúde?

No que se refere a primeira temática, o referencial teórico baseia-se no início do texto de Almeida Filho e Paim (2014), guardadas as suas questões filosóficas, entramos em questões básicas para melhor compreensão dos estudantes sobre o que é saúde. Questão esta que passa por várias discussões, porém a enquadraremos num significado além da ausência de doença, e sim nas várias faces do bem-estar, envolvendo questões físicas e psicossociais. E nesta perspectiva, para que ocorra a construção da saúde, são necessários o cuidado e o diálogo entre todos os envolvidos, e Ayres (2009, p. 35), traz esse contexto quando fala sobre o cuidado, mostrando que “Curar, tratar, controlar tornam-se posturas limitadas. Todas estas práticas supõem, no fundo, uma relação estática, individualizada e individualizante, objetificadora, enfim, dos sujeitos-alvo de nossas intervenções”.

Objetivo:

Levar a compreensão das crianças sobre o que é saúde, além dos aspectos das doenças.

Descrição da atividade:

Será realizada uma roda de conversa com a temática: o que é saúde? Neste momento idealizou-se um espaço totalmente aberto para que os estudantes questionassem, contassem histórias, realizassem trocas, mas principalmente, se conhecessem e começassem a conhecer o projeto e seu lugar de fala.

Questões abordadas:

- O que vocês (estudantes) esperam que o fisioterapeuta trabalhe com vocês?

- O que vocês entendem por saúde?

Após a roda de conversa, os estudantes irão escrever em tarjetas duas palavras que os fazem entender o que é saúde.

- O que é ter saúde?

Para abordar esta questão, as crianças desenharão o que elas precisam ter para ter saúde.

- Neste momento cada um pode contar um momento/experiência em que ficaram doentes.

- Fechamento da intervenção, com a ideia de saúde além das doenças.

3º dia de intervenção

Temas:

- Formação, desenvolvimento da coluna (anatomia e curvaturas normais) e suas principais funções;

- Anatomia quadril e MMII;

- Principais lesões e desvios da coluna;

Na descrição da coluna é utilizado Kisner e Colby (2005) como referencial. A coluna vertebral é constituída por 24 vértebras, sacro e o cóccix. É dividida em 4 partes com suas respectivas vértebras: cervical (7), torácica (12), lombar (5) e sacro-coccígea. Entre as vértebras encontramos os discos intervertebrais tem a função de absorção de impacto. O canal vertebral é constituído pelas vértebras ao longo da coluna formando, assim, uma passagem protegida para a medula. Além disto, é possível observar algumas curvaturas normais, a lordose lombar e cervical e a cifose torácica.

As principais funções da coluna são a de proteção da medula, absorção de impacto, postura e movimento do corpo, flexibilidade, eixo para o corpo e suporte.

Segundo Dutton (2010) o quadril é formado por três ossos individuais, o ílio (maior) composto por uma asa em leque; o ísquio, que contribui para formação do acetábulo, e por fim o púbis (menor) que fica na região anterior. O acetábulo é formado pela fusão dos três ossos, onde se forma uma depressão na qual a cabeça do fêmur se encaixa. O desenvolvimento acetabular ocorre em sua maior parte perto

dos 8 anos, mas é na puberdade que aumenta sua profundidade. O fêmur é o maior e mais forte osso do corpo. A função do quadril é sustentar o peso do corpo durante a postura estática e dinâmica, além disso é como um caminho para transferir forças para os membros inferiores.

Ainda, seguindo Dutton (2010), com a temática das principais lesões e desvios da coluna, abordaremos resumidamente a hérnia de disco, osteófitos, hiperlordose lombar e cervical, hipercifose torácica, refiticação das curvaturas e escoliose.

A hérnia de disco nada mais é que a degradação do disco intervertebral, que ocorre por esforços repetitivos, má postura, movimentos realizados de forma incorreta, trauma entre outros. Ocorre geralmente na região de cervical e lombar devido a maior amplitude de movimento durante as rotações e a falta de mobilidade da torácica. Os principais sintomas são dor, limitação de movimentos, formigamento e fraqueza muscular, sendo estes localizados ou distais.

Osteófitos são formações ósseas em torno dos discos intervertebrais, geralmente associadas ao estreitamento do disco. As causas mais comuns são a obesidade, má postura e o sedentarismo. Os principais sintomas são dor, formigamento, perda de sensibilidade, fraqueza muscular e limitação de movimentos.

A escoliose é um desvio postural, ou seja, uma curvatura anormal que pode ter um formato de S ou de C, pode estar associada à rotação das vértebras. Segundo Kisner e Colby (2005) ela pode ser leve, moderada ou grave, podendo se classificar também por seu surgimento como idiopática, neuromuscular, congênita e adulta. O paciente pode relatar dor e desconfortos, além de outros comprometimentos que a escoliose pode levar.

A lordose e cifose são curvaturas normais da coluna vertebral, porém quando estas estão acentuadas ou reduzidas, notamos um padrão de anormalidade que pode causar redução ou aumento da mobilidade da coluna, dor e desconforto devido a fadiga muscular. Essas curvaturas anormais podem nascer com o indivíduo, porém pode se desenvolver devido aos maus hábitos posturais.

Objetivo:

Observar o que as crianças conhecem sobre a coluna, o quadril e suas principais lesões;

Aplicar atividades práticas para que a partir delas, o aluno reconheça as partes da coluna e quadril em seu próprio corpo.

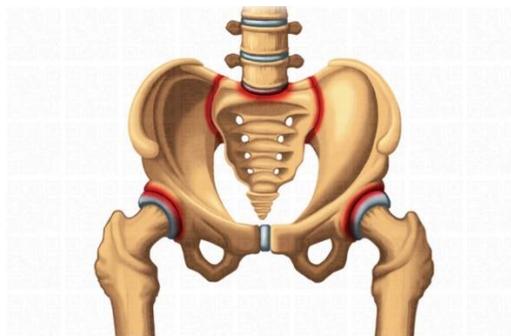
Descrição da atividade:

Inicialmente em uma roda de conversa seguir-se-á as seguintes questões norteadoras:

- O que é a Coluna?
- Onde ela começa e termina?
- Quais as funções da coluna?
- Vocês conhecem as curvaturas da coluna?
- E o quadril?
- Quem tem dor na coluna?
- O que vocês fazem para mudar/melhorar?
- Quais problemas na coluna vocês conhecem?

Durante os questionamentos e as respostas, uma coluna lombar de resina em tamanho real será apresentada para que as crianças possam conhecer e tocar as estruturas. Após, realizaremos a confecção de uma coluna e suas curvaturas com massinha de modelar e para finalizar faremos uma prática de anatomia palpatória, na qual o grupo foi dividido em duplas para sentir os processos espinhosos, os músculos, as costelas, úmero e escápulas do colega, e no próprio corpo, através da auto-palpação conhecer a crista ilíaca, espinha ilíaca, tuberosidade isquiática e fêmur (não foi abordada de forma enfática essas nomenclaturas em sala, somente para descrição da atividade).

Figura 2. Anatomia do Quadril



Fonte: ABCMed (2013).

4º dia de intervenção

Temas:

- Posturas em pé e sentada;

Quanto as orientações das posturas em pé e sentada, segue-se como referência Dutton (2010) e Rebolho (2005). A postura incorreta, em especial a sentada, traz problemas como a dor na região dos ombros, pescoço e costas, devido a cabeça anteriorizada e ombros arredondados para a frente. A postura adequada seria com a cabeça reta, ombros relaxados sem rotação, costas retas encostada na cadeira, sentado sobre a tuberosidade isquiática, sem escorregar para frente e pés completamente apoiados no chão. Na postura em pé, procurar manter a cabeça reta, sem ficar olhando para baixo ou para cima, coluna buscando o posicionamento normal das curvaturas sem exacerbá-las e os pés levemente afastados acompanhando o quadril, para melhor distribuição do peso.

Objetivos:

Identificar o conhecimento dos estudantes sobre a forma de se sentar e permanecer em pé corretamente na escola e em casa;

Identificar a realização da maneira correta de ficar sentado e em pé em suas atividades de vida diária.

Descrição da atividade:

Em uma roda de conversa, as questões norteadoras serão:

- Vocês sentem dores. Fazem algo para melhorar?
- Quanto tempo ficam sentados durante o dia? Onde? É muito tempo? É igual em casa e na escola?

- Onde fazem a tarefa?

Em duplas faremos uma atividade de percepção do outro. O jeito que o colega de classe senta e permanece em pé, está correto?

- E você faz correto?
- E em pé, qual momento vocês ficam nesta posição? É muito tempo?
- Qual o horário do intervalo de vocês?
- É fácil ficar sentado?
- Vocês teriam uma alternativa?

Em 5 grupos faremos a brincadeira da “Dança das Cadeiras”, na qual cada grupo terá um campeão. Esta atividade conta com um participante a mais em relação ao número de cadeiras, com o “STOP” da música eles se sentam e quem ficar

sem cadeira, é eliminado. Não basta ganhar sua cadeira, mas também sentar corretamente.

5º dia de intervenção

Temas:

- Mochilas: modelo, peso ideal e transporte
- Calçados adequados

Viera (2011) traz em seu trabalho uma revisão sobre a utilização da mochila escolar, mostrando os malefícios causados pela mesma, devido ao uso de forma incorreta, excesso de peso (não deve exceder 10% do peso corporal da criança) e muitas vezes o modelo não adequado, seja pela forma de carregar, seja pela não adequação ao tamanho da criança. Os problemas causados pelo exposto acima são anteriorização do tronco, aumento do custo metabólico, alteração da marcha e alterações posturais (VIEIRA, 2011).

A mochila mais adequada seria a de costas com duas alças, sendo esta transportada nos dois ombros, pois quando utilizada em um só ombro ocorre certos desequilíbrios musculares e posturais para compensar a carga que não está distribuída de forma equilibrada. O tamanho ideal seria da altura do ombro até pouco abaixo da linha da cicatriz umbilical e quanto a largura, nada que ultrapasse, de forma exagerada, a linha dos ombros no plano sagital (VIEIRA, 2011; SANTOS, 2017).

No que se refere aos calçados adequados para o ambiente escolar, deve-se observar as características relacionadas ao conforto e a segurança das crianças. Quando se fala de segurança, duas situações podem ser destacadas, a prevenção de quedas, e também algumas assimetrias podem estar relacionadas ao calçado inadequado. Outra questão importante de se abordar é a utilização de sandálias de salto alto, que podem causar desequilíbrios devido as compensações posturais, sendo desaconselhável nesta fase do desenvolvimento das estruturas da criança (BACK & LIMA, 2009; NOLL et al., 2012; VIEIRA, 2011)

Objetivos:

- Observar os modelos de mochilas e calçados mais utilizados;
- Perceber se os estudantes transportam a mochila escolar de forma adequada;

- Construir junto com os estudantes a melhor forma, modelo e peso para as mochilas;

- Conscientizar sobre a utilização de calçados adequados, sem excluir as questões sociais que também envolvem a temática.

Descrição da atividade:

Roda de conversa com as seguintes questões norteadoras:

- Como vocês vem para escola? A pé ou com algum transporte?
- Vocês que carregam suas mochilas?
- Conseguem me descrever a sensação de carregá-la? É difícil?
- Ela é pesada?
- Vocês trazem mais material do que deveriam?
- Vocês transportam a mochila de forma correta? Como é o correto?

Sabem me mostrar?

- Qual calçado vocês utilizam? Vocês se sentem confortáveis?
- O que seria correto?

Encerrando a roda faremos uma atividade denominada “estória em pedaços” de Monteiro (1979), na qual as crianças em círculo, um participante começa uma estória e o próximo continua, cada um cria uma parte, e após é dramatizada em grupo. Será organizado dois grupos, no qual um deles criará uma estória sobre o sapato ideal, e o outro sobre a mochila escolar, ao final um grupo fará apresentação dramatizada para o outro.

6º dia de intervenção

Temas:

- Mobiliário escolar;
- Levantamento de peso e transferências de objetos.

Quanto ao mobiliário, Vieira (2011) traz a ideia de que ergonomicamente o ideal seria a individualização do trabalho, porém sabe-se da realidade das escolas, inviabilizando esta adequação. Além de transmitir a forma correta ao sentar, pode-se realizar adaptações ao mobiliário, como apoios para os pés, inclinação das mesas, apoio para as costas e propor atividades que saia da posição sentada e promova movimento.

A técnica de transferência e levantamento de objetos é basicamente a flexão de quadris e joelhos, no sentido de agachar, e não a flexão do tronco, evitando a sobrecarga sobre a coluna. E para a transferência de um objeto de um lado para o outro deve-se segurá-lo próximo ao corpo e evitar as rotações do tronco, realizando um movimento de giro com todo o corpo (REBOLHO, 2005).

Objetivos:

- Reconhecer pontos negativos e positivos quanto ao mobiliário escolar;
- Reconhecer em atividades de vida diária situações de transferência e levantamento de peso e transformar em fazer o conhecimento;

Descrição da atividade:

- Retomada do assunto da intervenção anterior sobre a temática da mochila, e conversa sobre o que eles observaram durante a semana;
- Observação do mobiliário escolar (carteiras, cadeiras, mesa da professora, lousa...)
- Trazer os pontos positivos e negativos;
- Dois alunos, o mais alto e o mais baixo, serão convidados a sentar na carteira e todos farão uma análise para discussão;
- Qual a percepção de vocês? Pode melhorar? Existe algo que possa ser feito?
- Todos receberam uma atividade para pintar ou circular a figura que apresenta de forma adequada o levantamento e a transferência de objetos;
- Quais figuras vocês circularam como correta? Por quê?
- Quais os motivos de não circularem as restantes?
- Escrevam situações em que vocês fazem esses movimentos;
- Vocês fazem de que jeito?
- Isto é saúde?

**Figura 3 -
Transferência de Objetos**



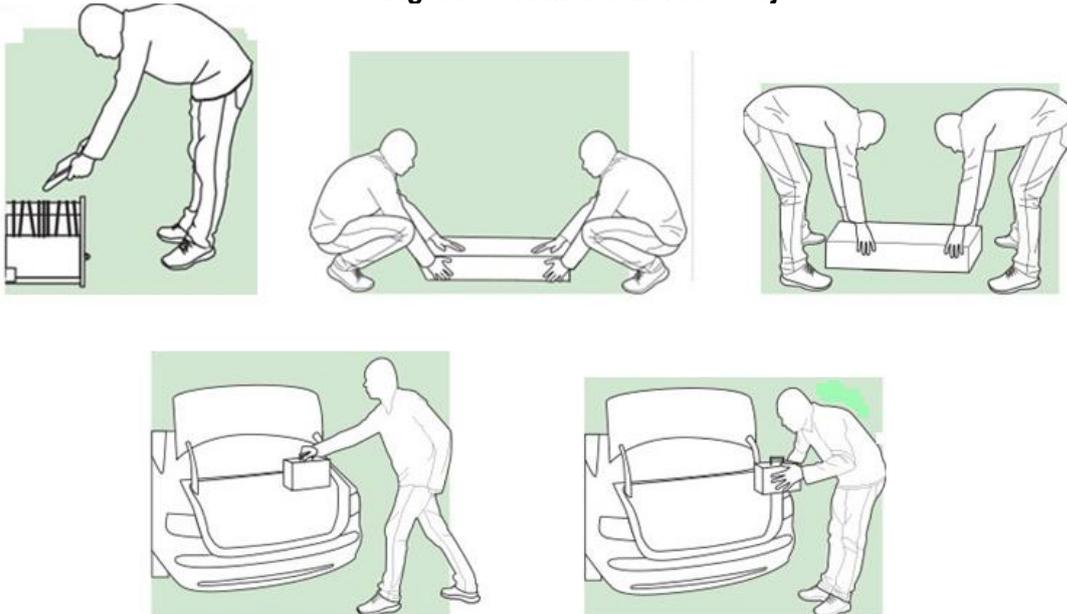
Fonte: KLIEMANN & FERREIRA (s/d)

**Figura 4 -
Transferência de Objetos**



Fonte: <http://www.ufrj.br/institutos/it/de/acidentes/ergo2.htm>

Figura 5 - Transferência de Objetos



Fonte: CARRERA (2014)

7º dia de intervenção

Temas:

- Postura adequada na frente do computador/celular
- Forma correta para caminhar, deitar/levantar da cama;

Ao longo do dia as pessoas realizam diversas atividades das mais variadas posturas, como deitar, caminhar, carregar sacolas, atividades na frente do computador, celular/tablet e videogame, entre outras. No que diz respeito as atividades supracitadas as posturas recomendadas vão de encontro com as questões já descritas nas intervenções anteriores, pois está relacionada à postura sentada e em pé, dando o devido destaque na distribuição de peso, quando carregamos sacolas (exemplo), e para postura deitada, ao dormir, sendo de lado o mais recomendado, com possíveis adaptações para as demais, e ao levantar, sempre de lado, colocar o peso do corpo nos braços para o apoio e força (REBOLHO, 2005).

Quando se trata de celulares/tablets é importante enfatizar a posição conhecida como *text neck* (pescoço de texto) que se caracteriza pela flexão da cervical, com o olhar direcionado para baixo, acarretando um desequilíbrio na distribuição de peso, desenvolvendo assim, dores, desconfortos e alteração no equilíbrio muscular, podendo causar uma cadeia de lesões. Com isso pode-se caracterizar uma postura adequada quando a cabeça fica na posição neutra, sem a flexão cervical, e o aparelho é mantido na altura dos olhos (SILVA, 2019).

Para atividades no computador a estação de atividades deve atender alguns itens, como traz Rocha, Casarotto e Sznelwar:

- Cadeira: o assento e o encosto devem ser estofados e revestidos de material perspirante, com densidade e consistência para suportar até 2 cm de depressão. O assento e o encosto devem ser ajustáveis para a altura, permitindo que o estudante apoie totalmente os pés no chão e garantam o suporte lombar. O assento deve ter as bordas arredondadas. Os pés da cadeira devem ser estáveis, com cinco pés e rodízio para sua movimentação.
- Mesa: deve permitir que o aluno fique posicionado com os ombros relaxados e o ângulo entre o braço e o antebraço seja de 90 graus. A mesa deve ser feita de material anti-reflexivo.
- Apoio para os pés: deve apresentar uma inclinação de 20 graus, para melhorar a postura e o retorno venoso do usuário.
- Posicionamento dos equipamentos: o terminal de vídeo deve ficar a 90 graus do plano da mesa, sendo sua distância para os olhos de 35 a 50 cm. A altura do terminal de vídeo deve ser de dez graus abaixo da linha do horizonte visual do usuário (ROCHA, CASAROTTO & SZNELWAR, 2003, p. 85).

Objetivos:

- Identificar se as crianças percebem situações de vida diária em que podemos cuidar da postura.
- Refletir sobre as condições posturais realizadas nas atividades identificadas.

Descrição da atividade:

Retomar o assunto da intervenção anterior sobre as questões que dizem respeito ao levantamento e transferência de objetos.

- Vocês perceberam no dia a dia as situações que vimos semana passada? Vocês fazem de maneira adequada?
- Ficaram com dúvida na transferência de objetos?

Além dessas situações, existem muitas outras nas quais realizamos atividades que favorecem a má postura. E para encontrarmos estas situações lançaremos mão de um exercício para criação de um painel. As crianças serão divididas em 4 grupos e cada um deles produziu um painel com recortes de revistas que ilustrem as situações fora do ambiente escolar nas quais não adotamos uma boa postura (o próprio aluno ou a percepção do aluno sobre outra pessoa).

Faremos uma exposição e análise das situações e após iniciaremos as discussões.

- Quais situações encontramos?
- Como vocês fazem essas atividades?
- É confortável pra vocês?

- Alguém poderia contar como se faz corretamente?
- Isso faz vocês pensarem na saúde de vocês?
- Vocês fazem dessa maneira? Por quê?
- O que impede de fazer?
- Na opinião de vocês, é necessário fazer dessa forma?

8º dia de intervenção

Temas:

- Consciência Corporal;
- Atividade Física.

A temática que envolve a oitava intervenção com as crianças revela a importância do movimento para prevenção de lesões e para melhora do desempenho escolar. Mas antes de desenvolver este assunto, não se pode deixar de explorar os conceitos de imagem, esquema e consciência corporal, na qual as crianças poderão compreender e vivenciar o corpo em que habitam.

Neste sentido, Rocha (2009) traz a ideia de que o homem precisa entender a atividade que pratica em três dimensões: sentimento, pensamento e movimento. E para isso deve tomar “consciência do seu próprio corpo e do que está à sua volta, com a intermediação entre os símbolos e a realidade; por meio de momentos de ludicidade, prazer e consciência”.

Quando se fala em consciência corporal é necessário entender anteriormente outros dois conceitos importantes, que são imagem e esquema corporal. De acordo com Dolto apud Rocha (2009), esses conceitos podem ser explicados de acordo com uma analogia muito interessante para compreensão, visto a complexidade do tema. A comparação trazida é do corpo com a árvore, na qual o esquema corporal seria as raízes, o tronco e os ramos, representando a estrutura, enquanto a imagem corporal seria a folhagem, os frutos, a roupagem, trazendo uma ideia de que o corpo ganha um outro significado com o que apresenta em sua imagem, pois apesar de se ancorar na estrutura (esquema corporal), sofre ação do meio em que vive.

E como conceito, esquema corporal seria como uma “estrutura” que faz ligação neuromotora permitindo o indivíduo conhecer e perceber seu corpo no espaço através dos movimentos, ou seja, como este corpo está no mundo. Quando

se fala de imagem corporal, são as experiências vividas que crescem a partir do esquema corporal, ou seja, reações e atitudes, inclusive os sentimentos, do indivíduo sobre seu próprio corpo através do mundo que o rodeia. E ao refletir sobre esses conceitos, não se pode fechar como algo imutável, pois de acordo com as novas ações que vão surgindo, se quebram as velhas estruturas para que esquemas, e conseqüentemente, a imagem corporal tenha mudanças. E conforme os esquemas vão se integrando, vão estruturando a consciência corporal das crianças (MARQUES, 2009).

A consciência corporal parte da ideia de que corpo e mente são unidade, ou seja, o indivíduo pertence a esse corpo que se imagina estar distante, sendo este a expressão do que se pensa, do que se idealiza, ou seja, ganha forma e realiza trocas com o que é externo (ROCHA, 2009).

Pensando nesta perspectiva da relação do corpo com o mundo, o movimento seria uma das formas de expressão da consciência. Com isso, é possível destacarmos a atividade física como meio de prática de consciência corporal, tanto como um momento para conhecer o próprio corpo, como de expressão.

A escola traz esse ambiente que favorece as práticas de atividades físicas e de promoção integrada de saúde, fortalecendo a relação da educação e dos serviços de saúde. Sendo importante destacar os benefícios da realização de exercícios para uma melhora da qualidade de vida da população. Dentre eles, o “desenvolvimento de habilidades, atitudes e hábitos que podem auxiliar futuramente na adoção de um estilo de vida ativo fisicamente na idade adulta”, aumento das aptidões físicas, prevenção do sedentarismo e obesidade, fortalecimento muscular, melhora do funcionamento do sistema cardiovascular e metabolismo, auxílio na digestão entre outros (CRUZ & PINTO, 2018).

Objetivos:

- Desenvolver atividades buscando autoconhecimento e consciência corporal dos alunos;
- Analisar o que os alunos conhecem sobre atividades físicas;
- Praticar algumas atividades visando alongamento, fortalecimento e relaxamento.

Descrição da atividade:

Inicialmente faremos uma experiência para conhecer o próprio corpo através de três atividades desenvolvidas por Monteiro (1979) e adaptadas pela pesquisadora.

1ª Bom dia: os alunos sentados no chão, olhos fechados, são levados a sentir o próprio corpo (respiração, batidas do coração, sons ambientes, cada parte do corpo e depois se esticar todo);

2ª Pesquisa do próprio corpo: com os olhos fechados tocar o rosto explorando como se fosse a primeira vez; depois olhar as mãos, cada traço, sentir os traços e os contornos; por fim os pés, com o aluno andando pela sala, prestando atenção nos pés, como tocam o chão e como fazem os movimentos, pisar forte e fraco.

3ª Aluno sentado, deitado, em pé ou de cócoras tenta ver o maior e menor espaço que ele pode ocupar. Movimenta braços, pernas, mãos e cabeça. Ele se encolhe o máximo possível e depois vai se expandindo, passando de uma postura para a outra sentindo as partes do corpo de mexendo. Ao final pode-se comentar a posição mais confortável.

Após essas atividades, faremos uma roda de conversa para contar as experiências com as atividades.

Questões norteadoras:

- O que vocês sentiram?
- Já pararam para perceber o corpo antes?
- Vocês já me disseram que fazem exercícios e os pais de vocês?
- Vocês conhecem algum exercício? Sabem o nome?
- Por que é bom praticar exercícios?
- Vocês sabem mostrar algum exercício?
- Vamos fazer?

9º dia de intervenção

Revisão de Conteúdo

Objetivos:

- Revisar os conteúdos aplicados nas intervenções anteriores;
- Verificar qual atividade foi mais significativa para as crianças;

- Reforçar os conteúdos que eles já sabiam no sentido de colocar em prática;

- Verificar se as intervenções dialogadas foram significativas.

Descrição da Atividade:

Primeiramente, lembraremos juntos as temáticas estudadas e depois cada um em sua carteira responderá as seguintes questões norteadoras:

1) Como tem sido para você as discussões sobre os cuidados com sua coluna?

2) Teve algo que te marcou? Algo que você tenha vontade de contar?

3) Você já sabia sobre algumas orientações, você aprendeu algo novo?

4) Como você percebe no dia a dia os assuntos que debatemos em sala? Existiu alguma situação que você se lembrou das discussões?

5) O que você achou das intervenções, nas quais vocês contaram o que sabiam (intervenções dialogadas)?

10º dia de intervenção

Aplicação do questionário pós intervenção, devolutiva e Atividade lúdica de conclusão.

Objetivos:

- Analisar as respostas das questões da intervenção anterior;

- Mostrar a experiência vivenciada com o olhar da pesquisadora;

- Criar, através de uma atividade de customização, um produto/lembrança final.

Descrição da Atividade:

Após a aplicação do questionário, em roda conversaremos sobre o projeto baseando-se nas questões da última intervenção, sendo um momento de troca para todos, inclusive para fisioterapeuta que também dará suas respostas.

Como atividade final: customização de um copo tipo “long drink” com adesivos temáticos do projeto e canetas coloridas.

4.3 As Categorias

Eu fico com a pureza
Da resposta das crianças
É a vida! É bonita e é bonita!
GONZAGUINHA

Apresentamos a seguir as categorias construídas. Como apontado por Bardin apud Gomes (2016, p. 80) a categoria é:

...uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto, por diferenciação e, seguidamente, por reagrupamento segundo gênero (analogia), com critérios previamente definidos. As categorias são rubricas ou classe, as quais reúnem um grupo de elementos (unidades de registro) sob um título genérico (MYNAIO, 2016, p.80).

Em todas as categorias a discussão se dará através dos referenciais teóricos já citados, assim como diálogos com trabalhos científicos, sendo importante destacar que o referencial foi utilizado para destacar os núcleos de sentido do material, e assim, elaborar as categorias apresentadas.

4.3.1 O saber que traziam

Esta primeira categoria conta-nos como iniciou as intervenções desenvolvidas neste trabalho. Pois, sim! Os alunos traziam muito além do que a pesquisadora planejou, e posteriormente, com a análise estatística, evidenciou-se o fato. Com isto, a intenção neste momento é apresentar, através do diário de campo, o saber que os estudantes traziam, antes mesmo que eles tivessem contato com o projeto. É possível identificar nos trechos apresentados o reconhecimento de vários assuntos que envolvem a estrutura e funcionamento da coluna, além de eventos que podem estar envolvidos às lesões e formas de prevenção das mesmas. A partir do que as crianças traziam, se fazia a investigação dos temas geradores das discussões, assim, pensa-se no educador estabelecendo comunicação de troca mútua com os estudantes, no que se refere ao pensar e a linguagem, que muitas vezes não é alcançada, tornando o conteúdo programático da ação objeto exclusivo de poucos. Neste contexto, o que cada um traz como visão de mundo é importante para o diálogo como prática de liberdade (FREIRE, 1987).

Na terceira intervenção foi trabalhado questões sobre a coluna vertebral e fica evidente que as crianças já traziam consigo algumas questões,

tornando o diálogo fluido com a participação dos estudantes, e com isso garantido pelo método utilizado, eles se sentiram motivados e à vontade para mostrar o que conheciam:

...fui introduzindo questões sobre a coluna e fui perguntando: vocês conhecem a coluna? Onde fica? Pra que serve? E muito rapidamente já veio as respostas, queriam responder e mostrar que conheciam, sabiam até sobre a existência das curvaturas e também sobre elas serem normais, uma aluna comentou que parece um “U” na lombar e na cervical e que invertia na região da torácica (ela não sabia os nomes, ela mostrou). Aí comentei com eles os nomes das curvaturas, e eles já conheciam os nomes, mas não sabiam apontar a localização. (Diário, 3ª intervenção, 3º parág.)

Neste mesmo dia discutiu-se sobre algumas lesões da coluna que eles mesmos sugeriram, sabiam de alguma história na família ou que já ouviram falar, e surgiu como temática a hérnia de disco, muitos não conheciam, então com o auxílio de um modelo de coluna lombar para estudo apresentou-se alguns conteúdos:

...mostrei na coluna o que acontece e o possível pinçamento do nervo, e questionei se eles sabiam como era a dor no nervo, e não é que um aluno respondeu!!! Veio uma voz dizendo que era como formigar, amortecer. (Diário, 3ª intervenção, 6º parág.)

Paulo Freire (1987) traz a educação como libertadora, superando a contradição educador-educando, no qual o processo se dá em uma via mão dupla, ou seja, “Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo”. Aqui, é preciso enxergar e valorizar a existência do outro, não pelo simples fato de estar, mas sim pelo ser, e vou além, pelo ser que tem presença “viva” e através de suas potencialidades ajudam romper as barreiras entre os “que sabem” e os “que nada sabem” (CYRINO, 2005). Silva et al. (2005) reflete sobre a função da enfermagem na condução da interação humana, que abre margens para que aqui transportemos para fisioterapia, na qual a relação do cuidar do outro, se volta ao cuidado de si: “A mão que toca é também tocada”. Esta troca em muito pode ser desenvolvida por este profissional da saúde, que através dos estudos voltados ao movimento do corpo humano e suas funções, contribuem de forma significativa para promoção em saúde individual e coletiva (PEREIRA NETO et al., 2016).

Durante as intervenções as crianças foram colocadas na posição de “fisioterapeuta”, realizando uma avaliação postural do colega enquanto este estava na postura sentada e depois invertia-se os papéis, e a segunda situação foi para que analisassem o ambiente da sala e anotassem os pontos positivos e negativos presentes na mobília escolar.

...voltamos para nossa roda e eles compartilharam o que viram e anotaram, a maioria encontrou erros, como postura arcada, cabeça torta, sentada em cima da perna, não utilização do apoio de pés, joelho encostando na parte de cima da carteira, costas não encostando no apoio da cadeira. (Diário, 4ª intervenção, 6º parág.)

Outro ponto positivo é o ferro para apoio dos pés, e quando apareceu esse item eu questionei se eles achavam isso bom, e eles disseram que era bom para quem é pequeno.... (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

A atividade proposta traz as crianças para o centro da discussão, relação esta que por vezes não encontramos na prática dos profissionais da saúde ou da educação. Estes se inserem no espaço escolar para promover educação em saúde, esquecendo que não são os únicos detentores do conhecimento. A partir disto, esta ação se torna não dialógica, ou seja, o profissional toma para si o poder do conhecer e entrega, como parte de sua missão, o saber pronto, moldado e invasivo (FREIRE, 1987). E quando se fala nesta relação integradora saúde-educação, as ações promovidas favorecem o fortalecimento do que o indivíduo pode fazer por si próprio e pela comunidade, ou seja, ele se torna protagonista e responsável por suas ações (VITTA et al., 2012).

Foi percebido que as crianças se mostraram muito esclarecidas a respeito da mochila escolar, sendo claro na fala deles o peso ideal e forma de carregar a mochila de costas. Entendiam também sobre a forma correta de pegar um objeto no chão, sempre agachando e dobrando os joelhos, não sobrecarregando a coluna. Além disso, conseguiram associar conteúdos relacionados às precauções no ambiente escolar e transpor para outras práticas do dia a dia, como a distribuição de carga enquanto carrega um objeto, seja nas mãos, ou nas costas.

Questionei se eles sabiam o que a gente tem que reparar na mochila além do peso e um aluno respondeu que tinha que colocar as duas alças uma em cada ombro, e eu perguntei o que mais? Outra aluna disse: “a minha fica lá embaixo no bumbum”, então perguntei pra todos se estava correto, e eles disseram que não, e um outro aluno quis mostrar como ele carregava. Ele mostrou e disse que segurava na cordinha pra ficar bem juntinha das costas. (Diário, 5ª intervenção, 5º parág.)

... percebi que eles sabiam que a maneira correta de pegar objeto no chão seria agachando (dobrando os joelhos), mas para pegar o objeto e transferir, eles não entendiam como deveria ser feito... (Diário, 6ª intervenção, 5º parág.)

... uma aluna falou sobre carregar sacolas de mercado, e questionei se eles sabiam carregar, e ela respondeu certinho que tinha que colocar metade em cada mão... (Diário, 7ª intervenção, 8º parág.)

Adeyemi, Rohani e Rani (2016, p. 573) mostram uma alta prevalência de lombalgia associada a mochila escolar, e ainda completam que a capacidade da

coluna vertebral para cargas depende também da biomecânica, fisiologia, além de fatores individuais e psicossociais, tendo o volume como efeito direto e indireto na dor nas costas e alterações posturais de crianças.

Em um estudo realizado na Polônia em 2016, conseguiu-se uma redução do peso da mochila através de ações realizadas de forma conjunta com a escola. O peso da mochila escolar dos alunos, inicialmente, variou de 5,5 a 9,0 kg (peso médio de 7,46) em ambos os grupos. No grupo intervenção, os pais foram educados sobre as consequências de os filhos carregarem mochilas escolares sobrecarregadas. Nos exames finais, o peso da mochila escolar dos alunos variou de 3,9 a 7,2 kg (peso médio de 5,37 0,79). No grupo de controle, uma redução de 43,89% no peso da mochila escolar variou de 0,0 a 2,9 kg (BRZEK & PLINTA, 2016).

Santos e colaboradores (2017, p. 204) trazem em seu estudo que crianças carregavam a mochila de forma adequada, e incorpora esta situação com outros autores que trazem resultados semelhantes, discutindo o fato de que os escolares já tem domínio sobre esse conteúdo. Barbosa, Vidal e Tambellini (2006, p. 245), defendem que é preciso discutir o processo de redução de peso das mochilas, tendo o modelo e a forma de carregar menos impacto, mas vai além, mesmo ressaltando a carga, acreditam que o tempo prolongado na posição sentada ainda tenha maior influência.

O caminho construído nas intervenções, percorreu várias questões que envolvem a postura e o autoconhecimento. A prevenção das dores, má postura e possíveis lesões é discutida por diversas vertentes, sendo o movimento uma delas, que em nossa pesquisa foi adotada, como uma forma de se conhecer, ter independência e entender que o movimento é muito importante no que diz respeito a prevenção. Quando se realizou a prática de alongamentos com as crianças pode-se observar que elas conheciam várias formas de se alongar e garantir a realização de movimentos simples na vida diária.

Queria saber se eles conheciam alguns alongamentos, então ficamos em pé e um por vez foi mostrando o que sabia e mais uma vez me surpreenderam, pois eles sabiam vários alongamentos, alguns mostraram fortalecimento, aí expliquei a diferença entre os dois e que hoje a proposta era alongamento... (Diário, 8ª intervenção, 7º parág.).

Como visto anteriormente, poucos estudos destacam a permanência por tempo prolongado na posição sentada como danosa, podendo interferir na estrutura corporal. Esta postura é imposta aos estudantes pelo sistema tradicional de

ensino que limita a mobilidade, tornando a postura corporal normatizada e estática (BARBOSA, VIDAL & TAMBELLINI, 2006; VIEIRA, 2011; BUENO & RECH, 2013). Ao pensar nesta cultura escolar imposta, Foucault discute a relação de Biopoder, ou seja, poder sobre a vida, como modo de governabilidade. Neste sentido, o intuito é conhecer o público para que haja o controle e a partir disto se aplique as normas enquadrando os sujeitos (AZEVEDO & RODRIGUES, 2018). E quando se traz os estudantes como responsáveis por suas ações em relação a saúde é preciso que eles se conheçam, sem imposições e com trocas de experiências, pois as normas aplicadas pela educação postural, muitas vezes chegam vazias de empoderamento dos sujeitos, não permitindo que os mesmos percebam seus próprios limites (SOMEKAWA et al., 2013).

4.3.2 O saber não é fazer

As reflexões desta categoria abordam acerca do que os estudantes trazem como conhecimento, mas a prática do dia a dia não acontece, não faz sentido ou ainda não incorporou às atitudes deles. As discussões que serão abordadas dizem sobre a atuação dos profissionais da saúde no ambiente escolar, pois estes chegam com a ideia de que as crianças desconhecem os temas discutidos e que de alguma forma, a partir das ações realizadas, estas mudariam de atitude e passariam a seguir todas as orientações. Podemos identificar estas questões, com a exploração dos materiais, como o diário de campo, entrevista da professora e respostas das crianças a um questionário.

Adiante é possível observar a aproximação do profissional com as crianças, de modo que eles se sentiram confortáveis em dizer o que acontecia na prática. Sabiam como se sentar corretamente, mas não faziam, e os porquês foram surgindo e mostrando o quanto a mesma posição, por tempo prologado, mesmo sendo de forma adequada, causa dor e desconforto, sendo necessário a mudança da posição.

... questionei se eles sabiam a forma correta de sentar, até imaginei que sim, porque responderam corretamente no questionário, e realmente sabiam, mas então veio a grande questão: 'você fazem correto?' A maioria respondeu que não, e teve uma frase que me chamou atenção: "é difícil ficar com a postura correta, dói". (Diário, 4ª intervenção; 4º parág.).

O sistema tradicional de ensino normatiza alguns comportamentos motores, como a postura sentada por prolongado tempo para realização das

atividades (BARBOSA, VIDAL & TAMBELLINI, 2006). Achados de Drzal-Grabiec et al. (2015, p. 885) mostram que existe uma correlação entre dor na coluna e ficar na posição sentada por muito tempo, e que isto contribui para problemas futuros, como protusões discais, além de efeitos que também podem ser imediatos, como contraturas musculares, irritação dos nervos e diminuição da circulação sanguínea. Além de disso, pode-se detectar dor e desconforto no pescoço e membros inferiores, edema nos pés e tornozelos (ZAPATER et al., 2004). Todos esses sintomas surgem devido a postura não adequada, perdendo a posição neutra da lombar, aumentando o estresse na região e sobre a atividade reflexiva das estruturas proprioceptivas, aumentando a contração muscular, levando à fadiga, entrando em um ciclo vicioso (FETTWEIS et al., 2018)

Sim, a "postura correta dói", ainda mais quando associada ao mobiliário inadequado! O corpo é vida e dinâmico, não é suficiente o incentivar ou mostrar o que é certo ou errado, é preciso que as ações oportunizem o movimento, tanto através de atividades físicas, como de uma melhor dinâmica de aula, sendo necessário que o profissional de saúde desenvolva um trabalho através de metodologias que aproximem os estudantes do processo de maneira contínua e envolvendo os pais e a escola para obtenção de melhores resultados (VIEIRA, 2011).

... apesar da baguncinha no final, foi muito bacana, principalmente as análises feita por eles da postura correta. Percebi que, realmente eles sabem sobre o assunto, mas não praticam. (Diário, 4ª intervenção; 12º parág.).

O saber vai sendo construído na vida cotidiana em todos os espaços, seja no ambiente familiar, escolar, no trabalho ou em tantos outros e de forma alguma pode-se descartar o conhecimento que o profissional traz a comunidade, porém esta informação, não necessariamente, se torna experiência vivida (CYRINO, 2005). E para que o saber sobre algo se converta no saber experiência é necessário mais do que a prática, é preciso ser espaço para os acontecimentos, capaz de revelar o indivíduo único, particular e subjetivo que existe no ser. Cada experiência é única, individual e se expressa nesta relação entre o conhecimento e a vida humana (BONDÌA, 2002).

A professora em sua entrevista cita que no dia a dia as crianças não tem boa postura ao sentar, confirmando, o que as próprias crianças disseram nas rodas de conversa. Além disso, é possível identificar a preocupação e as cobranças

em relação a postura correta, que a professora traz em sua fala, quando a entrevistadora questiona se as crianças ficam na sala com a postura adequada:

***Professora:** Não, eles não ficam com a postura adequada, até assim, antes mesmo da Maria Eduarda vir né, a gente desde o começo do ano eu já pegava no pé deles com relação à postura, mas eles não têm boa postura, eles sentam em cima da perna. Principalmente as crianças que ficam encostadas na parede, sabe, que sentam nas carteiras próximas a parede, eles encostam, ficam virados de lado, assim, deixa a mesa longe da cadeira, então assim, o tempo todo eu estou chamando atenção das crianças com relação a isso, mas eles não têm boa postura não. (Entrevista Profª., pág.2).*

Quando as práticas políticas desenvolvem suas técnicas de controle da população entende-se que as mesmas atuam sobre o meio e as relações com o mesmo. As práticas higienista do século XIX no ambiente escolar, se mostram enraizadas nos dias atuais (AZEVEDO & RODRIGUES, 2018), pois muitas vezes os pais, professores e também outros profissionais que atuam na escola abordam as crianças de forma normativa e prescritiva, determinando a relação que o indivíduo deva ter com o meio. Quando se fala em “pegar no pé”, “puxar a orelha” ou mesmo “Sente direito!”, desconsideramos o fato da postura ser multideterminada e que a flexibilidade e o movimento são o ponto central para manter a coluna e o corpo saudáveis (SOMEKAWA et al., 2013).

Os estudantes também demonstraram saber sobre o peso ideal da mochila escolar, além de entender que existem objetos desnecessários sendo levados para escola, sendo assim eles sabiam que carregavam excesso de peso, mas não tinham a intenção mudar, principalmente as meninas, que gostavam dos cadernos coloridos e que para isto precisavam de um estojo grande e com muitas canetas. Outra questão relevante trazida por eles foi que nos dias de muito calor, levam chinelo na mochila para trocar depois da aula de educação física, sendo estas algumas das motivações apresentadas para o excesso de peso da mochila.

Perguntei se eles achavam que tinham coisas na mochila que eles não precisavam, veio aquele grande “SIMMM”, e vários alunos se manifestaram contando que levavam mais de uma borracha, ou muitas canetas coloridas para deixar o caderno bonito. A professora também se manifestou, dizendo que eles levavam um monte de “cacareco”. Ai perguntei se eles achavam que precisava mudar isso, reduzir o peso da mochila, e se seria possível. Sinceramente senti que eles não gostariam de mudar esse hábito, principalmente as meninas, que pela nossa conversa, era quem levava uma maior quantidade de material. Uma aluna fez um comentário com os olhinhos brilhantes: “tenho tantas canetas lindas, como vou deixar em casa?”. (Diário, 5ª intervenção; 3º parág.).

... o que eu tinha no momento era que os alunos sabiam que tinham a mochila pesada, e a questão era: eles estão dispostos a mudar?... (Diário, 5ª intervenção; 4º parág.).

Eles disseram que quando está muito calor levam chinelo na bolsa no dia da educação física. (Diário, 6ª intervenção; 3º parág.).

Assim exposto, seguiremos os caminhos das reflexões adornianas, sendo os indivíduos dominados e oprimidos pelo alicerce da sociedade difundida pela publicidade e bens de consumo massificadores, que de forma subliminar tornam-se os valores adotados pelos indivíduos, e estes imaginando ser livres em suas escolhas, são objetos submissos, ou seja, é uma opressão psicológica (FIANCO, 2010). Com isto os sujeitos passam pelas experiências sem serem tocados por elas, estas são vividas como se não fossem nossas, ou seja, vendidas como mercadorias (LARROSA BONDÌA, 2003).

Nas respostas apresentadas para as questões 1) *Como tem sido para você as discussões sobre os cuidados com sua coluna?* e 4) *Como você percebe no dia a dia os assuntos que debatemos nas intervenções? Existiu alguma situação que você se lembrou das intervenções?* podemos observar que as crianças não conseguem se acostumar e incorporar as questões posturais nas práticas diárias, sendo necessário que alguém os lembre.

Lenbri que todo mundo tem que sentar com postura. E Também não passa pela postura eu só lembre quando alguém me corrige. (Criança 8)

Lembrei que todo mundo tem que sentar com postura. E também não penso na postura eu só lembro quando alguém me corrige.

Está sendo muito legal. Mas difícil me acostuma. (Criança 13)

Eu esqueço em casa sobre a coluna. (Criança 21)

A experiência não pode ser coisificada, não parte de um experimento e a informação não garante que o conhecimento toque os sujeitos, é preciso que faça sentido ao que somos e ao que nos acontece (BONDÌA, 2002). A postura é expressão do que desenvolvemos durante a vida e é preciso que os profissionais de saúde diariamente apresentem um trabalho que garanta autonomia e empoderamento dos indivíduos no que diz respeito aos cuidados com o próprio corpo, pois este tem influências históricas e determinações sociais (SOMEKAWA et al., 2013).

4.3.3 O novo a se conhecer e o saber mobilizando o fazer

Em muitas situações o conhecer algo se encontra, de certa forma, “adormecido”, ou seja, ainda não faz sentido real, não faz parte do que representa o

“eu”. Quando ocorre um movimento no sentido de retirar o saber de sua posição estática, um novo “eu” surge, assim como ocorre quando nos deparamos com novos conhecimentos se nos permitimos ser apropriados pelo mesmo (BONDÌA, 2002). No diário de campo, nas entrevistas com os pais e nas respostas das crianças, ocorrem situações, nas quais os estudantes foram apresentados a novos conhecimentos e foram envolvidos pelas práticas, gerando pequenas mudanças, observadas nas falas e também atitudes, tanto em sala de aula, quanto em casa.

O diário de campo traz situações, pelo olhar da pesquisadora, sobre os estudantes, mas é importante destacar que pelo envolvimento com o projeto, suas práticas foram sendo elaboradas e readaptadas a população envolvida, pois é possível perceber ao longo deste trabalho, as dificuldades encontradas pela pesquisadora em relação a estabelecer o momento de fala das crianças nas primeiras intervenções e com o passar dos dias, as ações foram adaptadas e as relações se estreitando, ou seja, houve transformação do fazer da pesquisadora tanto em suas práticas relacionadas as atividades programadas e também em suas atitudes referente aos hábitos posturais.

... percebi que eles conheciam algumas coisas, mas no fim da atividade já não eram mais os mesmos, agora eles sentiram, perceberam que estas estruturas pertencem aos corpos deles. (Diário, 3ª intervenção, 8º parág.)

Hoje foi uma aula muito mais participativa e organizada do que na semana passada. (Diário, 3ª intervenção, 9º parág.)

As práticas desenvolvidas pelo profissional de saúde durante a pesquisa, se organizaram a partir de variadas estratégias pedagógicas, buscando atrair os estudantes. Paulo Freire foi o norteador das práticas utilizadas, pois através de suas bases, fundamentou-se os caminhos percorridos, principalmente, no que diz respeito a reflexão da própria prática. Freire (1996, p. 13) aponta que o “ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção” e continua, “Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender”.

Com o passar das intervenções, mesmo com o saber que as crianças já traziam, novas situações iam surgindo e as discussões se enriqueciam tanto na descoberta de algo novo, como o jeito certo de dormir, quanto no sentido da reflexão sobre o fato de certas posturas serem desconfortáveis e com isso buscarmos juntos, formas de melhorar as condições do corpo no dia a dia.

... tentei mostrar que realmente ficamos muito tempo sentados e nossos músculos precisam se mexer para diminuir a dor. (Diário, 4ª intervenção, 4º parág.)

... alongamentos, e quando perguntei se eles faziam, disseram que só na educação física ou quando iam para aula (balé, jazz, judô, etc), então eu disse que eles poderiam fazer todos dias, quando tivessem dor e quando ficarem muito tempo na mesma posição. (Diário, 8ª intervenção, 9º parág.)

Conforme eles mostravam eu ia corrigindo e todos faziam, foi bem divertido e eles participaram de forma empenhada desse momento. (Diário, 8ª intervenção, 8º parág.)

... a maioria da turma dormia de lado, mas eles achavam que o correto era dormir de barriga para cima. Então expliquei que o mais adequado seria dormir de lado, mas que poderíamos fazer adaptações com travesseiros... (Diário, 7ª intervenção, 10º parág.)

Em algumas situações as mudanças surgiram de forma inesperada, pois mesmo quando os estudantes não estavam, de fato, na prática, ou seja, fora do momento da realização da intervenção, mostraram que já começava a integrar algumas novas formas agir e pensar.

... será que conseguimos dar uma olhadinha da nossa mochila e tirar alguma coisa? Vocês me contam a semana que vem? (Diário, 5ª intervenção, 4º parág.)

... perguntei se eles tinham olhado as mochilas em casa, e para minha surpresa vários alunos tinham olhado e percebido que tinha muitas coisas e que deu pra tirar algumas delas, e um aluno disse que olhou a mochila e só tinha o que realmente era necessário. Fiquei muito contente, porque eu não acreditava que eles iam olhar, vários deles na intervenção passada, não demonstraram muito interesse nesse assunto. Às vezes temos percepções erradas, foi muito bacana. (Diário, 6ª intervenção, 3º parág.)

As interações construídas com o intuito de trocar experiências geram transformações em todos os envolvidos no processo de aprendizagem. As situações vivenciadas potencializam o agir e o pensar, ou seja, o corpo e a mente se fazem um só na construção do indivíduo. Espinosa apud Gallo (2017, p. 109) traz essa relação das transformações através das intervenções:

[...]os corpos se movimentam e se transformam, como resultado de encontros com outros corpos e situações, e chamou estas transformações de afecções. As mudanças no corpo implicam também em mudanças no pensamento, posto que corpo e mente são dois aspectos de uma mesma realidade. A mudança de estado que implica em um aumento da potência de agir e de pensar é o afeto da alegria; a mudança de estado que implica em uma diminuição da potência de agir e de pensar é o afeto da tristeza. De modo que podemos afirmar que o aprender é um afeto alegre, pois trata-se de uma modificação em nosso corpo e em nossa mente que aumenta nossa capacidade de agir e de pensar (GALLO, 2017, p. 109).

Pode-se observar ainda a discussão supracitada na fala dos pais durante as entrevistas, na qual eles mostram algumas mudanças em relação ao cuidado com o corpo, tanto para as crianças, quanto para os próprios pais. A entrevistadora questiona se os filhos comentaram com eles sobre as intervenções que aconteceram na escola e se sim, o que eles mais valorizaram, abaixo segue algumas respostas:

Mãe: *Ela comentou bastante, mas falar é com ela mesmo. Ela falou muito sobre a postura.*

Mãe: *Não, ela só comentou da postura, que até a gente chama atenção dela que ela anda corcunda. Ela é grande. Então, a gente faz caminhada de noite, parece que o peito tá levando ela né, e não as perna né. “Ah, eu aprendi que não pode andar assim” (imitando a Criança 6). Aprendeu e continua andando né, eu falei. (Entrevista Mãe 5)*

Mãe: *Então, acho que ela pegou mais na questão do peso da mochila, isso ela tem até repetido com uma certa frequência né, que não pode muito peso, que a mochila não pode ficar lá embaixo, como ela gostava de ficar no começo do ano, eu brigava com ela, falava pra ela, “Criança 2, precisa subir”, mas eu não conseguia fazer isso e você conseguiu. (Entrevista Mãe 1)*

Outra questão, foi a percepção dos pais em relação a mudanças nos hábitos, comportamentos ou atitudes multiplicadoras de conhecimento por parte das crianças na correção de maus hábitos de familiares ou amigos:

Mãe: *Do irmão dela já, “(Nome do Irmão)., essa bolsa tá muito pesada”, mas a dele é de rodinha também, mas mesmo assim ela fala. (Entrevista Mãe 4)*

Pai: *Um pouco sim, é que assim, quando envolve o celular, aí esquece. Mas em outras situações cê percebe que se preocupa mais. (Entrevista Pai 1)*

A entrevistadora também questiona se a intervenção contribuiu e o que eles acham desses trabalhos realizados nas escolas por profissionais de saúde:

Pai: *Sim, eu acho que sim. Ajuda no desenvolvimento e até naquilo a gente faz errado e não percebe e às vezes acabam mudando o pensamento... (Entrevista Pai 1)*

Mãe: *Sim, sim, é bem aquela coisa, o que as mães falam nem sempre eles levam muito né, é mais aquela coisa de mãe falou. Você falou muito coisa do que eu já falava, de não ficar com a mochila pesada e até no começo do ano eu reclamei com a professora, eu pedi para ela que me enviasse o programa semanal de aulas pra que a Criança 2, levasse só os cadernos que fossem necessários, porque no início ela queria que levasse todos. Essa professora colocou um caderno para cada matéria no início do ano, e eu falei pra ela passa por favor o programa da semana, porque aí a gente manda só os cadernos necessários. Eu tive que pedir na agenda, depois, mais duas vezes, porque ela demorou mais de um mês para me passar esse programa. E aí, realmente, isso é uma coisa que eu cobro dos meus filhos em casa, com os 3, eu sempre cobre desde pequenos, levem só aquele material que é necessário, não tem a necessidade de ficar carregando caderno que você*

não vai usar, ou blusa de frio num dia de como hoje por exemplo, não tem necessidade de ficar carregando. E isso é algo que eu venho falando desde que eles entraram na escola, na época em que eu cuidava das mochilas. Hoje eu deixo que eles cuidem, mas eu sempre cuidei disso. E aí ela passou a se preocupar mais quando você falou. (Entrevista Mãe 1)

Ainda podemos observar o novo e algumas transformações do fazer nas respostas das crianças ao questionário, o qual permeia as questões: Como tem sido para você as discussões sobre os cuidados com sua coluna? Você já sabia sobre algumas orientações, você aprendeu algo novo? Como você percebe no dia a dia os assuntos que debatemos em sala? Existiu alguma situação que você se lembrou das discussões? O que você achou das intervenções, nas quais vocês contaram o que sabiam (intervenções dialogadas)?

Sim com as coisas de dormir porque eu dormia errado. (Criança 7)
Sim com as coisas de dormir porque eu dormia errado

Eu aprendi que tudo que nós faremos precisamos de postura. (Criança 8)
Eu aprendi que tudo que nós fazemos precisamos de postura

Sim eu já eu ajudo a meu pai a postura. (Criança 4)
Sim eu já ajudei meu pai com a postura

Sim sobre os nevos da coluna vetebrau e o peso da mochila. (Criança 9)

A mochila do Isaac é muito pesada, mas tirando isso nada. (Criança 9)

Boas, interessantes legais, porque elas me ajudaram a ter uma postura melhor sentada e em pé. (Criança 2)

Sim quando eu fui pegar o meu lápis que tinha caído no chão ou quando eu fui pegar o meu caderno no chão ou quando eu fui pegar o meu caderno para fazer a lição de casa eu lembrei da aula que falamos da postura certa de abaixar, quando eu fui dormir eu lembrei da postura correta de deitar, quando eu sento errado eu lembro de quando a gente falou da postura sentado e sento correto. (Criança 2)

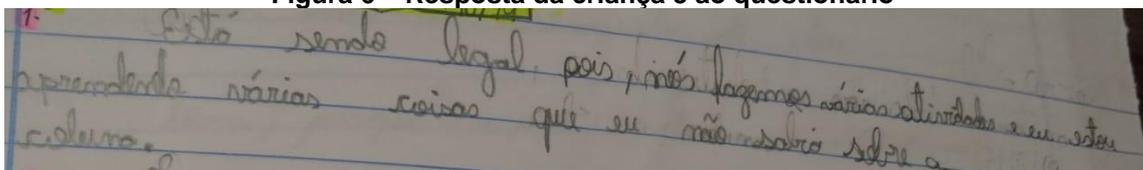
Bom, porque melhorei minha postura. (Criança 1)

Eu corriji meu pai na postura. (Criança 1)

Eu mesma me corriji porque eu estava andando com a coluna torta. (Criança 6)

Está sendo legal pois, nós fazemos várias atividades e eu estou aprendendo várias coisas que eu não sabia sobre a coluna. (Criança 5).

Figura 6 – Resposta da criança 5 ao questionário



Fonte: Acervo da autora (2019)

Sim, quando eu amarros os meus sapatos eu agaixo da maneira correta e eu diminui o peso da mochila. (Criança 5)

Meu amigo estava sentado errado eu falei você está sentado errado senta certo. (Criança 11)

Sim, a postura correta e incorreta e a postura de dormir muito interessante. (Criança 3)

Quando a minha mãe estava sentada errada. (Criança 13)

Eu não sabia que o sapato podia causar uma fratura é foi muito legal aprender eu também não sabia que dormir de lado era correta. (Criança 14)

Eu contei para os meus pais e uma vez meu primo estava sentado errado e eu falei para ele sentar certo. (Criança 14)

Eu aprendi o jeito certo de pegar u objeto e o jeito de carregar a mochila. (Criança 16)

Sim, quando eu estava no restaurante eu vi uma moça sentada errada e eu lembrei na hora. (Criança 16)

Foi entereçante. Porque a gente aprende varias coisas. eu aprendeo jeito a carregar a mochila, levar algo para outro lugar. (Criança 17)

Foi interessante porque a gente aprende várias coisas. Eu aprendi o jeito de carregar a mochila e levar algo para outro lugar.

A minha irmã jogou a bola e o meu amigo pegou ela com a postura torta e eu corrigi ele. (Criança 18)

Divertido, interessante e muito bom, e porque me ajudo muito com minha postura. (Criança 19)

Corrigi minha vó por que ela tava com a postura errada. (Criança 19)

Eu falei muito e um pouco mas eu amei os aulas e a prendi muito a gora to corrigendo toda minha família KKK. (Criança 19)

Eu falei muito pouco, mas eu amei as aulas e aprendi muito, agora eu estou corrigindo toda minha família kkk.

Que tivemos der mais cuidado com o nosso corpo. (Criança 21)

Que devemos ter mais cuidado com o nosso corpo.

Em uma sala de aula a heterogeneidade é muito grande, tendo cada indivíduo seu modo de aprender, “múltiplas aprendizagens acontecem”. O múltiplo é o que caracteriza as diferenças, mostrando a diversidade de possibilidades e formas de encarar uma mesma situação. O diferente, de fato, se faz singular (GALLO, 2017).

Em suma, não há semelhança entre os diferentes fazeres com os mesmos signos. Não há semelhança e reprodução do mesmo no aprender, visto que não fazemos como, não imitamos, mas fazemos com, fazemos junto, fazendo de nosso próprio jeito, construindo nossa própria resposta. No aprender, não há reconhecimento, retorno ao mesmo para todos, mas há no aprender criação, geração de diferenças, de possibilidades sempre novas que se abrem para cada um (GALLO, 2017, p. 112).

Paulo Freire traz a dialogicidade como ponto essencial para o processo de aprendizagem, pois na diferença observamos aquilo que nos falta e nas trocas quebram-se barreiras que por vezes se mostram intransponíveis. No diálogo se faz a criticidade, se faz o humanizar-se, pois diante das palavras os homens se fazem donos de si, apropriando-se do que está a volta, capazes de transformações (FREIRE, 1987).

4.3.4 Educação postural construída pela escola e pela família

As crianças traziam consigo muitos conceitos no que diz respeito aos cuidados com a postura, e isto foi nítido durante as intervenções e também através da análise dos questionários. O ambiente familiar e o escolar são dois núcleos importantes que, nesta fase, conseguem visualizar e influenciar os hábitos das crianças (COSTA, SILVA & SOUZA, 2019). Diante deste fato, analisaremos as falas dos pais, da professora e também a percepção da pesquisadora, nas mais variadas situações diárias, desde o modo de agir, pensar e suas influências.

A escola no Brasil, traz raízes do ensino formal, colocando o estudante em uma posição passiva e de ações que se enquadrem aos padrões estabelecidos. Os movimentos das crianças em grande parte das vezes são no sentido de obedecer a ordens e copiar os adultos, e isto não foi diferente no caso aqui estudado, pois mesmo sem saber como se desenvolveriam as intervenções, logo ao se depararem com a pesquisadora, mais que prontamente, mudaram de postura.

Quando entrei percebi que todos estavam uniformizados e ansiosos e imediatamente arrumaram a postura. (Diário, 1ª intervenção; 1º parág.)

... a professora comentou que tem puxado bastante a orelha deles para sentar corretamente, mas alguns deles não fazem. (Diário, 7ª intervenção, 1º parág.)

Uma situação que pode exemplificar a necessidade para comportamentos padronizados e que se encaixassem as regras, pode ser observada através da fala da pesquisadora:

... a professora, como sempre ficava preocupada com minha calça branca, toda vez que eu fazia alguma atividade no chão ela se preocupava, até perguntou uma vez quem lavava minha roupa, rs. (Diário, 7ª intervenção, 10º parág.)

Nos trechos acima, mais uma vez, podemos observar o que foi discutido na categoria “O saber não é fazer”, sendo a escola local de diversidade e liberdade, a professora, que simboliza o ser escola, demonstra ser tomada pelo discurso de controle dos indivíduos, o biopoder.

A escola com a qual trabalhamos trouxe às crianças conteúdos de saúde relacionados ao tema abordado nesta pesquisa. Nas trocas realizadas entre a professora e a pesquisadora, pode-se observar que o material escolar disponibilizado pela rede municipal de ensino traz a temática postural na disciplina de ciências, sendo possível interpretar através da fala da professora, como um material conteudista, que traz o que se deve ou não fazer, ou seja, abordagens com pouca oportunidade de reflexões sobre as próprias experiências e o modo como o assunto se interage com o indivíduo.

...eu comentei esta situação com a professora e ela disse que eles já sabiam várias coisas sobre esse assunto, pois já havia sido trabalhado no conteúdo de ciências no semestre anterior e me mostrou a apostila, que tinha desenhos da coluna e algumas orientações sobre uma boa postura. (Diário, 1ª intervenção, 5º parág.).

Na entrevista com a professora é questionado como tem sido para ela trabalhar os temas relacionados à saúde e se existe alguma capacitação específica na área ou orientação escrita, e a partir disto como ela procura trabalhar os temas de saúde:

Professora: Não, a gente não tem orientação nenhuma, sobre a área de educação, sobre a área de saúde, na verdade eu me identifiquei muito com algumas questões da área da saúde né, então por isso eu gosto, por exemplo, da aula de ciências para as crianças, mas não que a gente receba alguma orientação, não, nunca tive nenhuma orientação sobre isso.

Professora: A gente segue conteúdo do livro, então nós também não temos autonomia para dá o que a gente acha que talvez seja importante. O que a gente pode é complementar com algumas coisas, mas a gente segue um livro didático e esse livro tem uma sequência específica né, onde a gente faz planejamento no início do ano e aí esse planejamento tem que ser seguido. Então nem sempre a gente consegue acrescentar outras coisas.

A entrevistadora ainda questiona quais são os principais temas que estão contemplados dentro da programação e como ela abordou, especificamente o tema sobre os hábitos posturais:

Professora: ... esse ano a gente tá trabalhando bastante as questões de saúde da questão de higiene pessoal e saúde individual, saúde coletiva. É bem assim, na verdade o livro de ciências, assim, ele dá uma pincelada, sabe, fala bastante sobre a questão cognitiva né, a parte do cérebro, a questão de ossos, alguma coisa sobre postura teve no terceiro bimestre, mas assim, é muito bem pincelado sabe, nada aprofundado não. (Entrevista Prof^a., pág.2).

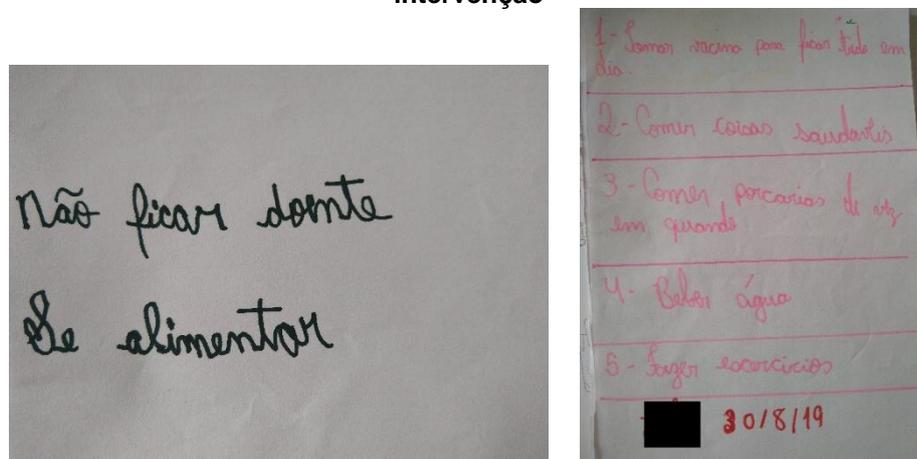
Professora: Então, a gente só trabalhou no terceiro bimestre, também de maneira bem rápida e pouca coisa, sabe, nada assim, a abordagem eles falavam pra gente assim, não da maneira que a Maria Eduarda conversou com eles, mas por exemplo, uma pessoa atravessando a rua, carregando sacola, então qual era a postura correta, tinha uma imagem, por exemplo, e nessa imagem as crianças tinham que verificar qual estava com a postura adequada e quem não estava. Então, assim, de maneira bem superficial mesmo. A maneira de se sentar na cadeira, mas também bem rapidamente. (Entrevista Profª., pág.3).

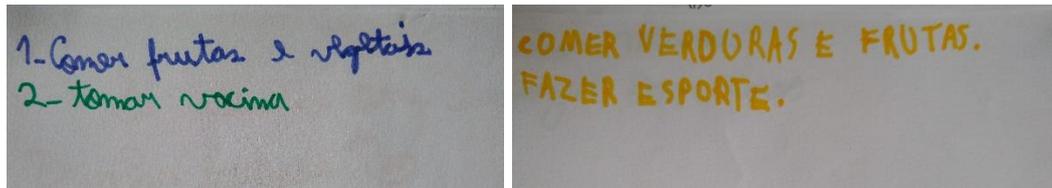
O PSE e o PCN trazem orientações e os temas que devem permear os assuntos relacionados a saúde aos conteúdos das disciplinas (VIEIRA, 2011). Acima pode-se observar o modelo de pedagogia tradicional, assim como em tantas políticas encontradas nas escolas, sendo as práticas desenvolvidas com cunho educativo ou coercitivo. Assim, como o que se encontra no material escolar das crianças, muitas ações em saúde se distanciam da realidade, não atingindo, de fato a realidade dos indivíduos, não promovendo, assim, a educação para a cidadania (CARVALHO, 2012).

O conceito de saúde que as crianças trazem consigo não é diferente do propagado, comumente pela sociedade, onde estar saudável se resume a prática regular de exercícios, boa alimentação e em tenras idades a vacinação obrigatória, excluindo a condição multidimensional dos fatores, podendo estes ser ambientais, sociais, psico-emocionais e culturais. As raízes deixadas pelo processo higienista ainda se encontram muito vivas no ambiente escolar.

Em todo momento percebi a fixação deles pela relação da saúde com a doença, principalmente nos desenhos, que fui olhando enquanto eles faziam. Nas palavras escritas nas tarjetas e coladas na parede, eles relacionaram muito com a alimentação e prática de atividade física. (Diário, 2ª intervenção, 6º parág.)

Figura 7 - Visão de saúde higienista - Respostas e desenhos produzidos pelas crianças na 1ª intervenção





Fonte: Acervo da autora (agosto/2019)

Os Cadernos de Atenção Básica: Saúde na Escola, que traz que no processo de redemocratização do Brasil, a saúde escolar sofreu várias influências e a perspectiva idealizadora “era” sanitaria, ou seja, os cuidados eram voltados a higiene corporal, primeiros socorros, assistência médica e/ ou odontológica. A medicalização também é marca de um trabalho voltado a comportamentos, ou desvios dos mesmos do padrão de normalidade, também controlando corpos, buscando respostas ao fracasso escolar. Ainda, traz que hoje, o trabalho desenvolvido busca uma outra abordagem:

No entanto, esta não era nem é a única opção para trabalhar no encontro da educação com a saúde, ou seja: na implementação de políticas públicas e/ou propostas de ações intersetoriais que articulem as unidades de saúde às unidades escolares. Ao contrário, como reação de educadores e sanitaristas, surgiram outros modos de entender o estreito vínculo entre a produção do conhecimento e um viver saudável, os quais se centram no conceito ampliado de saúde, na integralidade e na produção de cidadania e autonomia (BRASIL, 2009, p. 7).

Esta categoria aproxima da pesquisa os pais ou responsáveis pelas crianças, trazendo ao debate a participação dos pais na formação das crianças no que diz respeito aos cuidados com a saúde.

É possível encontrarmos o cuidado em relação ao mobiliário utilizado para realização das tarefas, criando um ambiente favorável a boa postura, além do monitoramento do uso de eletrônicos.

... onde faziam a tarefa de casa, a maioria respondeu que tem uma mesa, escrivaninha, ou mesa da cozinha para a realização das atividades. Alguns poucos responderam sofá ou cama também... (Diário, 4ª intervenção, 4º parág.)

... sobre celular/videogame/computador e eles sabiam o jeito certo, até porque vai na mesma ideia do jeito de sentar, eu só enfatizei que é sempre bom manter esses aparelhos na altura dos olhos. E conversando com eles também vi que eles não utilizam muito, pois fazem muitas outras atividades e os pais também controlam. (Diário, 7ª intervenção, 11º parág.)

Na entrevista com os pais percebe-se a preocupação em relação a alguns hábitos das crianças:

Mãe: Eu acho, acho muito legal, assim, porque eles tem curiosidade pra aprender né, sai um pouco. A Criança 6, assim, ela não fica em celular, em televisão, eu não deixo, é muito difícil. Quando ela fica, é meia hora, na televisão, assim, a gente fica fiscalizando ela. E porque hoje em dia é tão difícil né, você conseguir controlar tudo, cê não consegue ensinar tudo que tem que ensinar, porque nosso tempo é tão corrido né. (Entrevista Mãe 5).

Mãe: Não, não reclama, as vezes ela reclama porque ela quer usar bolsa de gente grande, de por nas costas, falei que não, que ela era criança, tem muito caderno, bastante peso, né, “é de rodinha mesmo que você vai usar”, só assim mesmo, mas não tem dor.

Mãe: Sim, cada um tem seu quarto, e eles tem a escrivaninha deles, deles sentar e fazer tarefa, mas quer fazer no chão, em cima do sofá assistindo, aí eu falo “olha essa postura, vai sentar no quarto, vai lá”. (Entrevista Mãe 4).

Mãe: Quando eu vejo, assim, que tá demais eu corrijo, se não passa, às vezes. A gente passa assim e vê, eu falo “Criança 4., fica certinho”, eu corrijo.

Mãe: Então, tem bastante livro, mas eu acredito que daria pra diminuir. É que caderno ele fala que usa, mas eu acredito que seria bom diminuir, sim. Apesar que a gente cobra bastante pra tá vendo né, participando, eu mesma pedi pra professora mandar, pra tá vendo a lição. (Entrevista Mãe 3)

Mãe: No último mês como ela ganhou um celular, ela tem ficado muito no celular e a gente tem controlado o tempo, porque se eu deixar, ela acorda de manhã ela vai dormir com o celular na mão. Então, eu tenho controlado o tempo deles, porque né não dá para ficar assim, mas aí ela vai, ela se divide entre o celular, às vezes ela fica um pouco no computador, porque é uma forma dela escapar, já que o celular, eu falo que “agora não”, aí ela fica na TV também, ela brinca né. Até pouco tempo atrás ela brincava bastante de boneca, agora ela largou um pouquinho a boneca, não está mais tanto assim com boneca, mas ela procura outras atividades ... (Entrevista Mãe 1)

Outra questão debatida nas intervenções foi a prática de atividade física por parte dos pais, que mesmo com alguma dificuldade esforçam-se para realizar um passeio ou alguma atividade em movimento, seja individual ou em momentos para a família reunida.

Perguntei a eles se os pais praticavam alguma atividade física, e ficou meio a meio as respostas. Dentre as atividades surgiram a caminhada, corrida, futebol, pilates, academia e alongamento. E poucos deles faziam atividades junto com os pais. (Diário, 8ª intervenção, 6º parág.)

Mãe: De terça e quinta ela vai na natação, mas nos outros dias a gente caminha na rua. (Entrevista Mãe 5)

Mãe: Não, não tenho tempo, ela brinca, corre, enquanto eu estou estendo roupa ela vai brincando, mas é assim. (Entrevista Mãe 4)

Mãe: A gente joga pingue-pongue que ele gosta bastante, principalmente com o pai, ele gosta bastante, e a gente conversa bastante, assiste algum desenho, na correria às vezes não, mas a gente sempre tá junto. Brinca, às vezes de bola, falta andar um pouco, passear mais, mas às vezes passeia também, vai no lageado no final de semana". (Entrevista Mãe 3)

Mãe: Às vezes a gente faz caminhada no INCA a família toda, eu o marido e os filhos. A nossa ideia é que a gente consiga fazer essa caminhada, se não todos os dias, pelo menos quase todos os dias mas por conta das atividades...Entrevista Mãe 1)

A participação dos pais no processo de desenvolvimento das crianças e adolescentes é de fundamental importância. Estudos mostram que o envolvimento da família nas questões escolares e cuidados com o próprio corpo apresentam resultados positivos, pois os pais tendem a influenciarem os comportamentos, que por vezes moldam atitudes, sendo facilitadores do processo com a organização dos horários das atividades diárias (BRZEK & PLINTA, 2016; VIEIRA et al., 2015)

Villardi (2011) em seu estudo aponta quão importante é a família, na visão dos profissionais de saúde entrevistados, na determinação das condições de vida dos estudantes, influenciando assim, no rendimento escolar. O elemento familiar é fonte que transmite a forma como se estabelece as relações sociais e a formação da personalidade. A participação, valorização e o interesse pelo processo, faz dos pais elemento propulsor no desempenho das atividades.

É necessário dizer que professores, gestores, pedagogos e especialistas em educação preocupam-se com essa relação, uma vez que ela é completamente necessária para o desenvolvimento integral do aluno, ou seja, a participação da família na escola e a sensibilidade da escola para perceber, analisar e receber as demandas familiares dos alunos favorece no desenvolvimento motor, afetivo, psicológico, social e intelectual do aluno[...] (COSTA, SILVA & SOUZA, 2019, p. 2).

Um trecho importante de se destacar, é parte de uma entrevista realizada com uma das mães, a qual inicialmente demonstrava não entender nenhum aspecto do conteúdo abordado, mas quando o desenrolar da entrevista se deu para sua realidade, mostrou-se preocupada com os cuidados da saúde, e conseqüentemente dos problemas que a má postura e excesso de carga, podem gerar na coluna de seu filho, já que o trabalho braçal fazia parte de sua vida desde muito jovem, o que para ela gerou conseqüências negativas em relação a sua própria

experiência na infância. Esta entrevista mostra o quanto as pessoas trazem consigo a capacidade de produzir conhecimento através de suas vivências e que a forma de abordagem para cada indivíduo é única e deve ser valorizada, pois, estas experiências são individuais, possíveis de serem externadas, fazendo com que o indivíduo conecte o que traz de sua vida com os mais variados contextos, afim de transformá-los.

Na abordagem a entrevistadora, questiona a mãe sobre as atividades que a criança pratica e se ela percebe se o filho tem boa postura. A mãe responde que ele brinca com o cachorro, desenha, assiste tv, brinca na praça, mas ela não sabe responder sobre a postura:

Mãe: *Ahh, num, num entendo bem dessa parte, num prestei atenção não". Ah, não, não entendo em desta parte, não prestei atenção não.*

Quando é questionada sobre o tempo habitual na tv ou celular, ela responde que ele não permanece muito tempo na tv e demonstra preocupação com o tempo no tablet e partir disso começa a contar sobre sua história e também sobre seus conhecimentos sobre os cuidados com a coluna:

Mãe: *Tablet ele tem, mai num usa muito não, que eu falei pra ele que dá pobrema na vista fica demais, ele num fica não. Fica um pouco só, depois já vai brinca.*

Tablet ele tem, mas não usa muito não, porque eu falei para ele que dá problema na vista ficar demais, ele não fica não. Fica um pouco só, depois já vai brincar.

Mãe: *Porque criança num pode pegá peso né?! Porque eu trabaíava na roça, pegava muito peso, inclusive minha coluna, ela é torta, já por causa disso que eu comecei pegá, trabaíá na roça, no pesado, novinha, daí aqui entortô a coluna, aqui imbaxo,*

Porque criança não pode pegar peso não é?! Porque eu trabalhava na roça, pegava muito peso, inclusive minha coluna é torta, já por causa disto, que eu comecei pegar, trabalhar na roça, no pesado, novinha, daí aqui entortou a coluna, aqui embaixo.

Entrevistadora: E a senhora acha que o trabalho pesado prejudicou a coluna então?!

Mãe: *Prejudico. Eu pegava peso demais muito nova, daí em crescimento né?!, aí intorto a coluna. Uma vez tiro o raio x, ela é assim ô, ela é torta, sempre dói. Daí conforme se pegá peso daí dói, já por causa disso mesmo entortô. É de peso! Dessa parte eu já tenho experiência.*

Prejudicou. Eu pegava peso demais muito nova, daí em crescimento, não é?! Aí entortou a coluna. Uma vez tirou o raio x, ela é assim, olha, ela é torta, sempre dói. Daí conforme se pega o peso dói, já por causa disso mesmo entortou. É de peso! Dessa parte eu já tenho experiência.

Entrevistadora: Então a senhora já conhece algumas coisas e já dá pra passar para o Criança 3, né?!

Mãe: *É, por isso que eu num gosto que ele pega peso. Ele nem pega, por causo disso, porque conticeu isso cumigo. Eu carpi desde novinha. 10, 11 ano eu já trabaíava na roça, daí carpi, pegava peso, daí entortô minha coluna. Entortô aqui embaxo, assim. Se fosse intortado nas costa ia fica invergado, fica né. (Entrevista Mãe 2).*

É, por isso que eu não gosto que ele pega peso. Ele nem pega por causa disso, porque aconteceu isso comigo. Eu carpi desde novinha. 10, 11 anos eu já trabalhava na roça, daí carpi, pegava peso, daí entortou minha coluna. Entortou aqui embaixo, assim. Se fosse entortado nas costas ia ficar invergado, fica né.

As instituições, família e escola, tem objetivos distintos, porém compartilham da ideia de inserirem seus filhos/alunos na sociedade de forma integral e crítica. A escola está relacionada a ciência e suas bases que levam o saber. A família tem o papel de socializar o indivíduo, atrelado as suas raízes culturais, sempre no sentido colaborativo ao processo educacional escolar (OLIVEIRA & ARAÚJO, 2010).

Em um trecho do diário, a diretora traz sua experiência e é possível identificar a sua percepção sobre a ausência dos pais na participação das atividades que acontecem na escola.

... com a diretora sobre as entrevistas com os pais. Ela me deu algumas dicas, dizendo que os pais não gostavam de participar dessas pesquisas, que nem as reuniões de pais eles comparecem e que para conseguir falar com alguns o melhor horário seria na entrada ou saída dos alunos, aproveitando que eles levam ou buscam os filhos". (Diário, 8ª intervenção, 1º parágrafo.)

Finalizando esta categoria, a professora consegue trazer em sua entrevista uma autocrítica sobre o modelo de escola que é disponibilizado à criança sendo necessária a revisão do mesmo, e da necessidade de maior integração com a área da saúde, reforçando a importância da atuação contínua dos profissionais de saúde no ambiente escolar associando-se ao trabalho da educação para melhorar das práticas do autocuidado. A entrevistadora aborda a questão metodológica utilizada nas intervenções e questiona se havia diferenças com o trabalho que a professora utilizava em sala e também sobre a interação dos profissionais de saúde, em específico o fisioterapeuta, no ambiente escolar:

Professora: *Eu acho que assim, na verdade, hoje a escola, ela está muito desvinculada da realidade dos alunos, porque tudo evoluiu muito e aí a escola ainda continua com as carteiras, com a lousa, o giz, e então a escola não está acompanhando esse desenvolvimento. Todo mundo, as crianças ficam direto no celular e a gente aqui não tem isso... (Entrevista Profª., pág.4).*

Professora: *De extrema importância, eu acho que não só fisioterapeuta, mas também o psicólogo né, eu acho de extrema importância ter dentro da escola esses profissionais. Não sei se dentistas, igual tinha antigamente da nossa época né, mas eu acho que o fisioterapeuta, o TO e o psicólogo são de extrema importância dentro de uma escola. (Entrevista Profª., pág.6)*

Posteriormente, traz ao diálogo as contribuições de intervenções na saúde dos escolares:

Professora: *Ah mas isso para ter resultado nós teríamos que ter um fisioterapeuta na escola de maneira contínua mesmo, e ele tá passando, sabe, alertando as crianças, tê-lo aqui dentro e alertando tantos professores como as crianças com relação à postura. Aí sim, flui né, agora assim, só de uma maneira assim bem superficial, não tem resultado não. Porque a gente tá acostumado com a postura né, então é uma coisa que se não fica*

policinando a gente não se corrige, e as crianças muito menos né. (Entrevista Profª, pág. 7)

A escola tem o seu papel transformador social, atingindo e ressignificando todos os dias as vivências dos indivíduos. Quando se formam parcerias entre as áreas da educação e saúde, compartilha-se a função de possibilitar experiências de cuidados com a própria saúde, dando autonomia aos indivíduos, além de reduzir a sobrecarga do sistema de saúde, através de trabalho de prevenção. Outro ponto a se destacar é a capacidade de multiplicar o conhecimento vivenciado para fora do ambiente escolar (VILLARDI, 2011).

Reconhece-se a importância das atividades promovidas pelos profissionais de saúde nas escolas, porém muitas vezes estes são impedidos de realizar as práticas por número reduzido de funcionários, não incentivo para estes trabalhos, a falta de “doenças” no público escolar não desperta mobilização das equipes, ou seja, não são uma prioridade, entre outros fatores (VILLARDI, 2011).

No trabalho de Vieira (2011) ela conclui dizendo que não existe práticas efetivas para profilaxia postural nas escolas, ocorrem estudos dispersos, e temáticas mais voltadas a vacinação e higiene bucal, por exemplo, e ela ainda acrescenta que o fisioterapeuta deve deixar essa contribuição para as práticas escolares, mas aqui acrescentaria, ainda, que devemos deixar mais que uma contribuição, somos e devemos fazer parte desse trabalho da Atenção Primária, de forma direta e diária.

4.3.5 O saber reinventado e reimaginado

Até esta etapa o olhar se orientou para as questões que mostraram o que os estudantes traziam consigo. Aqui, o debruçar será no caminho percorrido através das intervenções, no qual as experiências e o saber que nasce das relações, do diálogo, da imaginação e dos sentidos, serão o grande foco, ou seja, transitaremos em meio ao que foi sendo construído ao longo das intervenções, no sentido de mobilizar o saber através das experiências.

Esta categoria será subdividida para que seja possível a identificação deste processo em suas partes, pois vários fatores foram influenciando sua construção. Foram identificados três eixos responsáveis pela sustentação desta categoria, e são elas:

- A construção do saber através das relações;
- Aprendizado através dos sentidos e da imaginação;
- Participação ativa dos estudantes.

4.3.5.1 A construção do saber através das relações

Muito se discute no meio acadêmico a questão do pesquisador e suas influências no público que envolve sua pesquisa. De fato, em muitas metodologias adotadas, o pesquisador precisa se distanciar de seu objeto de pesquisa para que seus objetivos sejam alcançados com o menor viés possível. A proposta aqui lançada, a partir da metodologia participativa, permite adentrar e criar, de certa forma, relações com os envolvidos, através dos diálogos e das brincadeiras, o que trouxe mais abertura para a fala, dando aos estudantes o protagonismo, no sentido de trazer suas verdadeiras percepções, colocando-os como corresponsáveis neste processo.

A sistematização de experiência é a vivência, o acontecer concreto de uma prática que estão em constante movimento e para que se dê a sua realização, vários fatores podem ter influências e um deles é relação/reação entre os participantes, ou seja, um processo participativo (HOLLIDAY, 2006).

Em todo material coletado, vários trechos possibilitam identificar a relação de proximidade que foi se edificando entre os envolvidos, na qual as crianças se mostram sem censura, abertas e com entrega a atividade proposta. Nos trechos a seguir é possível observar no diário de campo, entrevistas e nas respostas ao questionário, a relação de encontros muito profícuos que foram surgindo entre a pesquisadora e os estudantes.

Teve um momento muito fofo, uma menina veio até mim e perguntou se eles poderiam me chamar de Maria Eduarda Postura, eu respondi que sim, é claro, e no fundo adorei a ideia. (Diário, 1ª intervenção, 3º parág.)

Hoje algumas meninas vieram correndo me abraçar quando cheguei. (Diário, 3ª intervenção, 1º parág.)

Como sempre, algumas meninas vieram me abraçar e surge aquela disputa pra sentar ao meu lado na roda, e iniciamos a conversa. (Diário, 5ª intervenção, 2º parág.)

... percebi que um aluno estava sozinho, fui até ele e perguntei da dupla dele, e ele com os olhinhos cheio de água, disse que não tinha dupla, eu o abracei e disse que ele teria não uma dupla e sim um trio, e o coloquei com uma dupla que estava formada e ele abriu um sorriso. (Diário, 4ª intervenção, 5º parág.)

Eles ficaram felizes ao me ver e iniciamos nosso bate-papo retomando a intervenção anterior... Eu resolvi insistir porque percebi que eles ficaram um pouco confusos na atividade de circular a postura correta do levantamento e transferência de objetos. (Diário, 7ª intervenção, 1º parág.)

... aluna perguntou se eu iria ficar com eles o próximo ano também, eu disse que não ia, expliquei com jeitinho pra ela não ficar triste, e ela olhou tristinha e disse ahhhhhh. Será que já posso dizer que me apeguei a eles?! (Diário, 7ª intervenção, 14º parág.)

... uma aluna e tapou meus olhos para eu adivinhar quem era, me deu um beijão e me abraçou. Eu disse que ia na sala buscá-los e ela disse que estava indo no banheiro e perguntou se eu poderia esperá-la para ir até a sala junto comigo. Esperei e fomos juntas... (Diário, 8ª intervenção, 2º parág.)

Hoje eu comentei com eles que semana que vem será a última intervenção, a sala virou um barulho só, e guardei essa frase: “você entrou faz pouco tempo e já vai sair?”. Foi muito bom receber o carinho deles e fiquei emocionada em ver como as crianças são apaixonadas pelo mundo e pelas descobertas. Elas falam, reclamam, abraçam, correm, gritam, abraçam de novo se for preciso, e eu só posso dizer que estou vivendo uma experiência incrível no relacionamento com esses pequenos. (Diário, 9ª intervenção, 5º parág.)

Essa relação entre professor e aluno, que aqui se mistura em profissional de saúde e aluno, se parte de que não se pensa em educação na presença do docente sem o discente. Este vínculo se mistura e é um processo de envolvimento e aprendizado mútuo, onde um não se faz sem a existência do outro. Nesta perspectiva o que preenche os espaços das práticas são os sentimentos que envolvem e estimulam a busca desses caminhos de aproximação e ao mesmo tempo autonomia e liberdade dos estudantes, e Paulo Freire (1996, p.29) elucida estas sensações dizendo que “Há uma relação entre a alegria necessária à atividade educativa e a esperança. A esperança de que professor e alunos juntos podemos aprender, ensinar, inquietar-nos, produzir e juntos igualmente resistir aos obstáculos à nossa alegria”.

Fantacholi (2011), mostra o quão necessário é a aproximação entre professores e estudantes no caminho do aprender escolar.

Educar é acima de tudo a inter-relação entre os sentimentos, os afetos e a construção do conhecimento. Segundo este processo educativo, a afetividade ganha destaque, pois acreditamos que a interação afetiva ajuda mais a compreender e modificar o raciocínio do aluno. E muitos educadores têm a concepção que se aprende através da repetição, não tendo criatividade e nem vontade de tornar a aula mais alegre e interessante, fazendo com que os alunos mantenham distantes, perdendo com isso a afetividade e o carinho que são necessários para a educação (FANTACHOLI, 2011).

A última intervenção, foi cheio de emoções, pois era um momento de balanço final, o qual a pesquisadora trouxe para as crianças uma devolutiva a respeito

das respostas do questionário da intervenção anterior, e também respondeu estas mesmas questões em voz alta para que eles percebessem as dificuldades encontradas, as mudanças que tinham trazido e os aprendizados. Achei importante me colocar como uma pessoa que também pode apresentar dificuldade para manter o tempo todo a postura adequada, pois a as experiências que foram vivenciadas juntos, me fizeram refletir sobre a minha prática. Além disso realizou-se uma atividade de encerramento das intervenções, no qual eles participaram de uma atividade de customização.

... para fazermos um “balanço”, contei que eu li as respostas da intervenção anterior e disse que gostei de saber que eles gostaram dos encontros e que eu também gostaria de responder para que eles soubessem o que eu também pensava. Falei que o que mais gostei foi da participação deles, disse que foi um desafio enfrentar os momentos que eles falaram muito, mas que ao mesmo tempo me fez aprender a ouvir e também em formas de organizar as falas. Contei que a música tinha sido o momento que mais me marcou porque não estava planejado e foi realizado de forma conjunta entre nós. Também disse a eles que que tem momentos no meu dia a dia que tenho percebido que faço algumas coisas erradas em relação a postura, e depois do projeto tenho me corrigido em várias situações, algumas situações que dei de exemplo a eles foi que me peguei limpando a calçada e eu estava abaixada de forma incorreta e me arrumei, também reorganizei minha mochila que eu levo para as aulas. Várias vezes percebi que estava sentada de forma incorreta na aula e pensei em me arrumar, mas além disso parei para analisar o quanto é difícil permanecer por muito tempo na postura correta na posição sentada, e que eu também estava precisando fazer mais atividades para fortalecer meus músculos. Neste momento eles prestaram muita atenção na minha fala, parecia ser interessante para eles me ver contando o que eu fazia de errado e que eu também estava tentando melhorar. (Diário, 10ª intervenção, 3º parág.)

Levei para todos, inclusive para os que não estavam participando da pesquisa, porque neste momento se encerrava o projeto e também estamos falando de crianças e certamente os que não estavam participando iriam ficar tristes de não receber um presentinho (até porque eles não tinham outra atividade preparada para esses momentos que eu estava lá). (Diário, 10ª intervenção, 4º parág.)

... eles pediram para cantar a música do homenzinho torto novamente, então cantamos e eu agradei a participação deles e disse que eles moravam no meu coração, e aí veio todo mundo correndo me abraçar e claro que me emocionei bastante e ficamos um bom tempo nessa sessão de abraços e de pedidos de “Maria Eduarda, não vai, fica, por favor”. E fizeram o mesmo com a Helena. (Diário, 10ª intervenção, 5º parág.)

Como já descrito, cada intervenção foi sendo elaborada conforme o projeto acontecia na prática e a pesquisadora ia conhecendo a realidade. Na última sessão todo este processo foi compartilhado, mostrando esta reavaliação diária das práticas, conforme traz Paulo Freire (1996), o exercício docente deve se dar conta de todo movimento entre o fazer e o pensar sobre o mesmo, que passa pela produção

de conhecimento do estudante de forma conjunta com o professor, e nesta perspectiva o pensar se faz nova prática. O interesse dos estudantes por ouvir o que a pesquisadora trazia faz do momento, algo que pertence a todos, é participativo. O refletir sobre a prática é significativo, pois para se qualificar o trabalho desenvolvido percebe-se as dificuldades e também os acertos, mostrando o quão importante é a educação na construção de indivíduos mais críticos e responsáveis pela sociedade em que vivem (CARABETTA JUNIOR, 2010).

Além do exposto acima, as relações também se deram através do diálogo estabelecido, evidenciando esta aproximação a partir dos temas abordados sendo discutidos no formato de dúvidas, demonstração de situações e curiosidades. Um dos temas abordados foi o posicionamento dos membros inferiores quando em pé, o que para eles gerou dúvidas, e a retomada da anatomia do quadril, conseguiu dar sentido a posição adequada. Outro tema em destaque foi quanto ao uso da mochila escolar e suas adaptações, o calçado escolar no conforto e proteção dos pés, tornozelos e da coluna, e por fim, a forma mais adequada de pegar objeto no chão.

... a maior dúvida deles era se as pernas ficavam juntas ou afastadas... Confirmei que estava correta, e quem acertou essa questão ficou super feliz, porque percebi que realmente eles não sabiam. Expliquei os motivos para eles, retornei na anatomia do quadril e mostrei pra eles como era a distribuição do peso nas duas pernas. (Diário, 4ª intervenção, 8º parág.)

... a menor aluna da sala pegou a mochila dela, e lógico era maior mochila da sala também (nós todos rimos bastante, inclusive ela já veio morrendo de rir), com isso pedi pra alguém vir até a colega e tentar deixar o ajuste o melhor possível, perfeito não iria ficar, porque realmente era muito grande a mochila. O meu papel naquele momento era tentar ajudá-los a adaptar o material que tinham e não desvalorizar. (Diário, 5ª intervenção, 5º parág.)

Só complementei a fala da colega deles e expliquei que deveriam estar confortáveis, mas também protegidos, no sentido de bater em algum lugar e também de proteger a coluna, e eles não sabiam sobre e isso, e eu expliquei que quando eles pulassem, corressesem o tênis iria ajudar a diminuir o impacto, e também contribuir para uma melhor pisada. (Diário, 5ª intervenção, 6º parág.)

Eles escreveram e conforme foram terminando, as dúvidas foram surgindo, e individualmente fui atendendo todos. Uma aluna disse que não sabia como fazia o certo para pegar sua borracha... (Diário, 6ª intervenção, 7º parág.)

O diálogo estabelecido também trouxe a pesquisadora o que a realidade destes estudantes trazia quanto ao transporte de material escolar, podendo ser discutido com a literatura, a influência desta carga em pequenos percursos.

Questionei qual transporte eles iam para escola e a maioria disse que vai de van ou de carro, poucos vão a pé e dentre estes o relato é que moram perto da escola. Com isso, chego à conclusão que eles não fazem grandes

percursos com a mochila, pensando que elas possam estar pesadas. (Diário, 5ª intervenção, 2º parág.)

O diálogo construído através das intervenções, possibilitou a busca pela forma como as temáticas seriam exploradas, mirando na realidade vivida pelos estudantes. Segundo Freire (1987), para que programas educativos tenham efeitos positivos é necessário o diálogo, o conhecimento da realidade na qual os indivíduos estão inseridos. Oliveira (2017) aponta que esta comunicação permite a troca de conhecimento sendo muito importante para o processo educativo, pois não é a simples transmissão de saber, é a busca mútua dos sujeitos envolvidos por respostas e significados dos objetos que são postos como desafios nas relações com o mundo que está a volta.

O relato de uma mãe mostra que a relação estabelecida durante as intervenções chegou até sua casa, com motivação e com atitudes que, de certa forma, modificou, inclusive, a *relação* no universo familiar.

Mãe: *Ela contou algumas coisas, de umas brincadeiras de uma música que você fez, e isso ela ficou empolgada. Ela contou que você fala bastante sobre a postura, o peso da mochila...”*

Mãe: *Ela corrige meu filho, porque ele vai fazer 14 anos essa semana, e a gente reclama muito com ele porque ele fica assim né, com o pescoço pra frente, e a gente fala muito para ele não pode ficar assim, você tem que ficar com a postura reta né... (Entrevista Mãe 1)*

Tal como acima, as crianças trazem em seus relatos ao final das intervenções, a questão que envolve as relações próximas, a possibilidade de se expressar e também ouvir os colegas, mostrar, ensinar e também se corrigir. Nos trechos a seguir, é possível identificar em simples palavras escritas por estudantes do 4º ano, o que é e como se dá o saber da experiência.

Achei muito legal porque a Maria Eduarda contou bastante história. É legal porque quando eu tinha uma duvida a Maria Eduarda sempre...(Criança 8).

Legal, Porque agente falou algumas coisas e tava certo e errado e a Maria Eduarda corrigiu. (Criança 6).

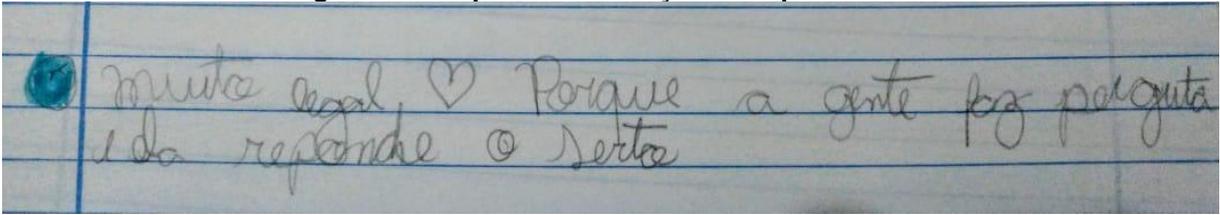
Legal, porque a gente falou algumas coisas, se estava certo ou errado e a Maria Eduarda corrigiu.

legal porque eu podia fala o que eu sabia. (Criança 12).

Os cartazas e as aulas da Maria Eduarda. (Criança 17).

Muito legal (desenho coração) Porque a gente faz pergunta e ela responde o certo. (Criança 17).

Figura 8 – Resposta da Criança 17 ao questionário



Fonte: Acervo da autora (2019)

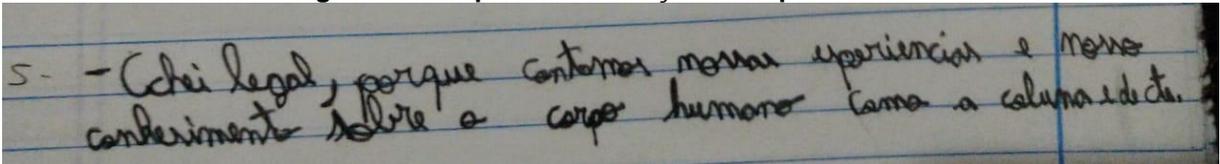
Sim, postura correta de abaixar, a postura de dormir, algumas orientações sobre os ossos do corpo. (Criança 2).

Interessante, porque temos que ter cuidado com a coluna e prestar atenção com o corpo pois pode fazer mala saude, Maria Eduarda legal. (Criança 10).

Eu aprendi que nosso maior osso é o fêmur, e também que a coluna forma bico de papagaio quando a coluna machuca. (Criança 10)

Achei legal, porque contamos nossas experiencias e nosso conhecimento sobre o corpo humano como a coluna e de etc... (Criança 10).

Figura 9 – Resposta da criança 10 ao questionário



Fonte: Acervo da autora (2019)

E boa para não ficar com dor nas costas e interessante e legal foi legal porque a gente aprendeu sobre os ossos. (Criança 14).

Interesante porque ele nos ajuda a postura e também para ficar sem dores se você ficar com postura boa foi legal. (Criança 15).

Interessante, porque ela nos ajuda com a postura e também para ficar sem dores se você ficar com a postura boa, foi legal.

Legais, por que é um jeito da gente mostrar o que sabe e se estiver errado a gente aprende algo novo. (Criança 16).

A experiência verdadeiramente vivida é cada vez mais rara, pois ao mesmo tempo que os indivíduos são bombardeados de informações que chegam de forma acelerada, se anula o explorar e o deixar ser tomado pelo que acontece (BONDÌA, 2002). Quando exploramos as falas das crianças percebe-se que nas práticas houve espaço para os acontecimentos, que houve trocas, e principalmente, elas deixaram-se levar.

Algo a se destacar, foram as trocas realizadas entre eles, desenvolvendo a capacidade de divergir, ouvir e debater, do trabalho em grupo e na valorização das amizades. Destaca-se, primeiramente, trechos do diário e em seguida, algumas respostas ao questionário.

...a palavra amizade acendeu o grupo, eles falaram que adoram brincar, ficar com os amigos e um garoto comentou algo que até anotei na hora para não esquecer: “como brincar sozinho? Não tem graça!”. (Diário, 2ª intervenção, 7º parág.)

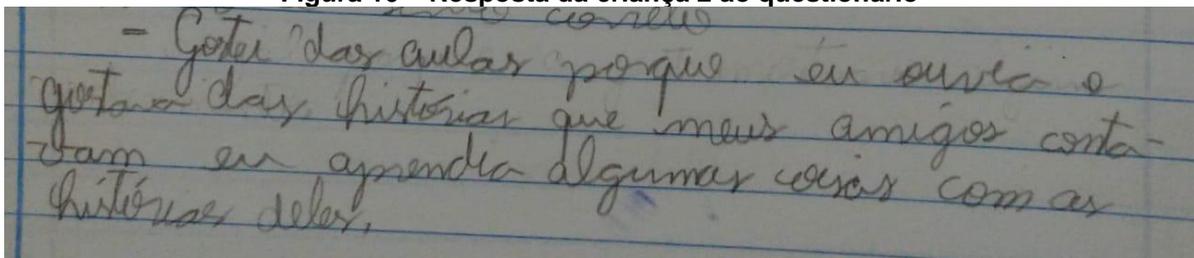
Uma outra aluna reclamou que a carteira é muito pequena e logo veio a repostar de um colega dizendo que era só ela trazer menos coisas e “olha o tamanho do seu estojo!”. (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

Distribuí aleatoriamente os alunos em quatro grupos e conversei sobre o fato deles cuidarem e ajudarem os colegas, mesmo que não fossem seus melhores amigos. Tive essa conversa porque percebi que eles ficaram chateados por não estarem no grupo de seus amigos mais próximos. (Diário, 7ª intervenção, 3º parág.)

Todos fizeram e participaram em conjunto, foi muito interessante ver eles trabalhando juntos, apareceu as divergências, um queria de um jeito o outro não, e eles tinham que entrar em um consenso. (Diário, 7ª intervenção, 4º parág.)

Gostei das aulas porque eu ouvia e gostava das histórias que meus amigos contavam eu aprendi algumas coisas com as histórias deles. (Criança 2).

Figura 10 – Resposta da criança 2 ao questionário



Fonte: Acervo da autora (2019)

Gostei e achei produtiva. Legal porque eu já sabia e queria ensinar para os meus colegas. (Criança 1).

O trabalho em equipe é sobre a amizade. (Criança 21).

Ao ponto que se analisa as trocas realizadas entre os estudantes o aprender se faz nas diferenças, nas divergências, no pensar para solucionar problemas que surgem durante as práticas, e isto aflora a experiência vivida por cada indivíduo, sendo única e não uma cópia, pois para cada um a realidade se posta de uma perspectiva, garantindo que “não imitamos, mas fazemos com, fazemos junto, fazendo de nosso próprio jeito, construindo nossa própria resposta” (GALLO, 2017, p.112).

Finalizando esta subcategoria, segue parte da entrevista da professora, que demonstra em sua perspectiva o reconhecimento do vínculo estabelecido e do afeto envolvido entre as crianças e a pesquisadora, porém é evidente o descontentamento com os resultados esperados por ela após a

intervenção, sendo objetiva em não reconhecer a construção do conhecimento no desenvolvimento da pesquisa em sua classe. Primeiro a professora traz sua percepção sobre a relação entre a fisioterapeuta e os estudantes:

Professora: Não, a relação foi super boa, eles adoram ela, e ela também é super carinhosa com eles, assim, ela aprendeu a conhecê-los né, e ela começou a entender depois como era o jeitinho deles, mas a relação deles é muito boa, assim, ela nunca desrespeitou os alunos, nem a mim, isso não, ela sempre fez, eu sentia que ela trazia as coisas programadas, mas aí ela tentava conduzir, e a sala também ela fala muito falante muito, né, assim, então isso também dificulta para quem não está no dia a dia com eles né.

Com o seguir da entrevista pergunta-se sobre os momentos de aprendizagem significativa ou se existiu algum momento de relevância a se destacar:

Professora: Ai, eles não têm trazido isso não, assim, para sala, entendeu? porque assim...

Professora: Eles respondiam às questões, assim, ficavam bagunçando tinha que ficar chamando atenção, até às vezes eu acabava meio que intervindo também né, mas eles acabaram respondendo, mas o retorno disso para o dia a dia que eu não consegui perceber, então com relação às questões posturais na sala de aula, assim, continua da mesma maneira, eles não mudaram não. (Entrevista Prof^a., pág.6)

Professora: Eu acho que não. (Entrevista Prof^a., pág.7)

Ao entrar na sala que pertencia à professora, sendo as práticas, de certa forma, fora de seu domínio, a reação da mesma nos leva a buscar respostas no que Foucault traz da relação de poder existente no ambiente escolar. O desconhecido se torna incontrolável, sem vias de domínio (AZEVEDO & RODRIGUES, 2018).

A análise do poder, por Foucault, indica que o mesmo ocorre em rede e se desenrola em cadeia, podendo o dominador, ser em algum momento, o dominado (PRATA, 2005). A escola é marcada pelo controle dos indivíduos, padronizando comportamentos através do saber “dado” pela instituição e como troca invisibilizada todos se mantêm vigiados. O professor por mais que, em alguns momentos se coloque como questionador, ele faz parte desta reprodução do sistema (TRAGTENBERG, 1985). Ainda, o mesmo autor traz:

O professor subordina-se às autoridades superiores, essa submissão leva-o a acentuar uma dominação compensadora. Delegado dessa ordem hierárquica junto aos estudantes, ele é o símbolo vivo dessa dominação, o instrumento da submissão. Seu papel é impor a obediência. Na relação do professor com a classe, encontram-se dois adolescentes: o adolescente aluno, a quem ele deve educar, e o adolescente reprimido, que carrega consigo (TRAGTENBERG, 1985, p.70).

4.3.5.2 Aprendizado através dos sentidos e da imaginação

Apresenta-se nesta subcategoria momentos que foram valorizados durante a exploração do material e que correspondia às situações que o mundo da imaginação, o ver/sentir/ouvir e a expressão corporal iam percorrendo na construção da consciência corporal e também do conhecimento sobre os temas discorridos. Ao explorar o lúdico no ambiente escolar traga aos indivíduos um melhor desenvolvimento, visto que é um instrumento importante na motivação dos estudantes e também na construção da personalidade (ROMERA et al., 2007).

O visual traz para quem assiste, a curiosidade, e as intervenções além de tentar extrair o que as crianças conheciam, também teve como intuito mostrar um pouco do universo do corpo humano e para isto diversas atividades foram propostas, como expor uma coluna modelo e figuras dos ossos do quadril e uso de analogias; a observação da realidade e análise da mesma quanto as atitudes posturais, além disso a análise dos próprios trabalhos desenvolvidos.

Levei uma coluna lombar para que eles pudessem visualizar o que estávamos falando, e quando peguei a coluna os olhos deles já cresceram de curiosidade, então mostrei os nervos, comparei com os fios de energia elétrica que chegam em nossas casas e que a medula seria a estação central... (Diário, 3ª intervenção, 4º parág.)

Figura 11 - Intervenção sobre a Coluna Vertebral



Fonte: Acervo da autora (2019).

...local correto onde deveríamos sentar, e eles não sabiam, e mostrei algumas figuras impressas para eles conhecerem a tuberosidade isquiática (local correto de sentar) ... (Diário, 3ª intervenção, 7º parág.)

Chamei dois alunos, a mais baixinha e o mais alto e tentamos observar o apoio para os pés nos dois casos, a menina nós percebemos que ficou perfeito o apoio, já para o menino ficou ruim, o joelho encostava na parte superior da carteira, e ele comentou que escorregava o bumbum na cadeira para colocar o pé no apoio, aí perguntei para todos se isso era bom? Eles responderam muito rápido e bem alto um NÃO. (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

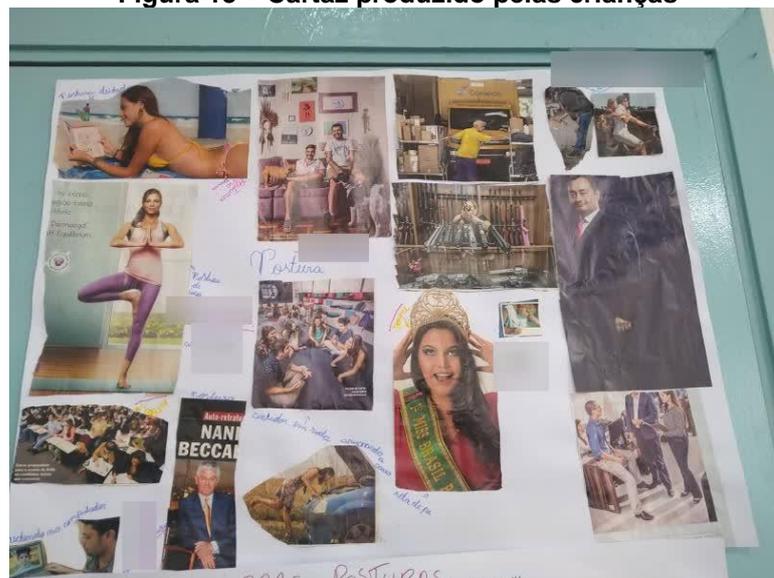
Ao terminarem os cartazes, colamos no quadro e todos tiveram a oportunidade de ver a exposição de perto e puderam analisar os cartazes dos colegas. Voltaram todos para os lugares e realizamos um bate-papo, como de costume. (Diário, 7ª intervenção, 8º parág.)

Figura 12 – Construção dos cartazes



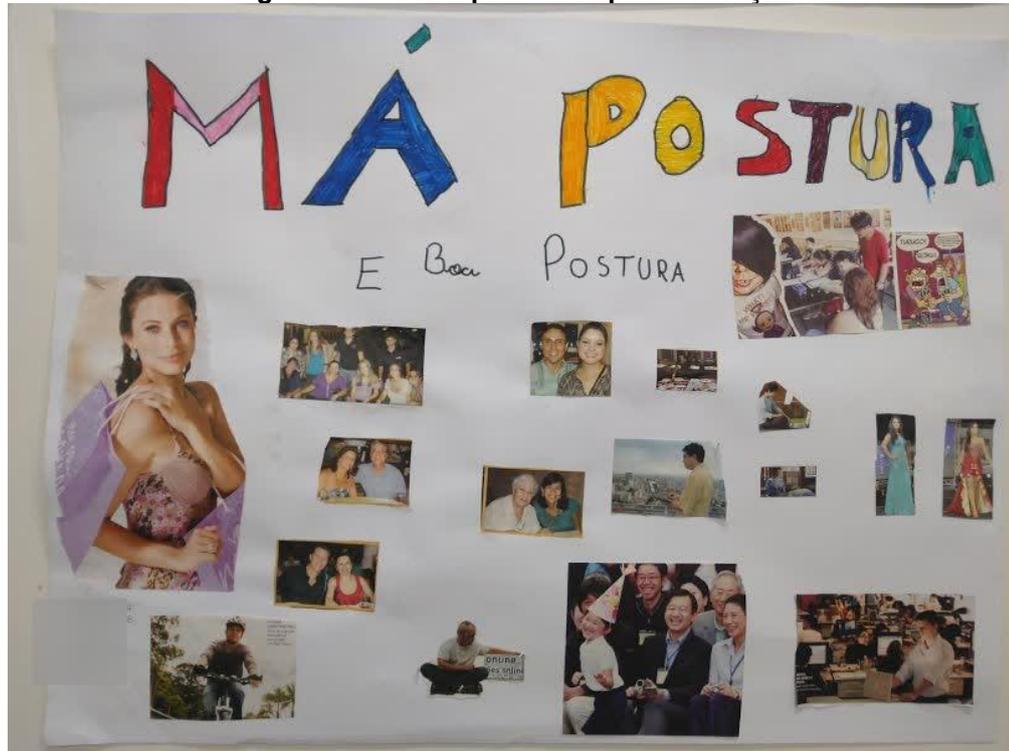
Fonte: Acervo da autora (2019).

Figura 13 – Cartaz produzido pelas crianças



Fonte: Acervo da autora (2019).

Figura 14 – Cartaz produzido pelas crianças



Fonte: Acervo da autora (2019).

Figura 15 - Estudantes observando a exposição de seus cartazes



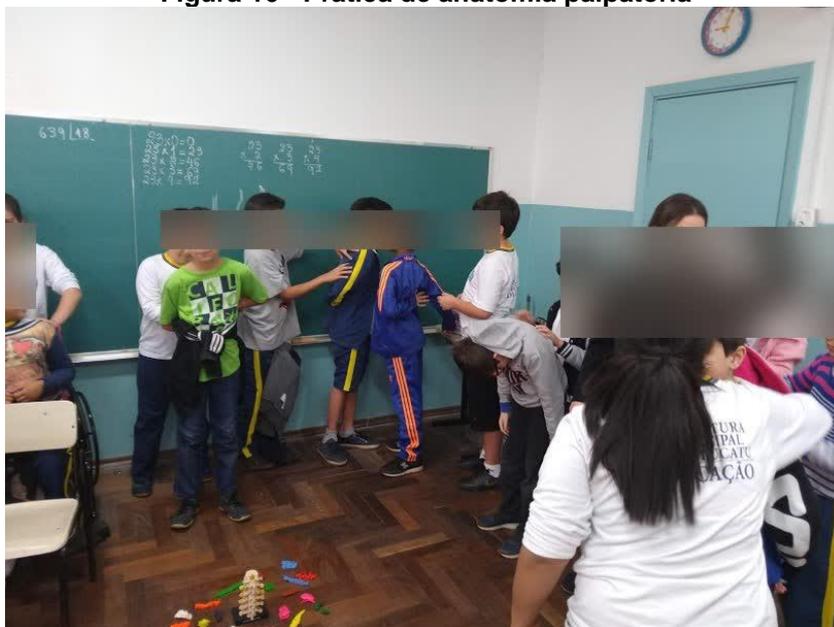
Fonte: Acervo da autora (2019).

O sentir foi outra modalidade utilizada como parte integrante da metodologia participativa adotada. As sensações, seja através do tato ou emoções, foi um dos meios através do qual as crianças experienciaram a anatomia e biomecânica corporal, além de suas funções e o reconhecimento das mesmas em seu próprio corpo.

...vamos sentir a sensação do nervo? Vocês já bateram o cotovelo e deu choque? Então mostrei pra eles onde fica esse nervo e testamos a sensação, alguns tiveram dificuldade de achar, então fui ajudando, e logo em seguida passei a coluna para que eles pudessem sentir com suas mãos e olhar mais de perto, quando terminamos, coloquei a coluna no centro da nossa roda e fomos para nossa atividade com massinha. (Diário, 3ª intervenção, 6º parág.)

...intervenção sobre anatomia palpatoria” em duplas. Eles sentiram nos colegas os processos espinhosos da coluna, costelas, escápulas e na autopalpação sentiram o quadril e o fêmur, e o que mais me chamou atenção nesta atividade foi escutar “nossa, tem isso dentro da gente? (Diário, 3ª intervenção, 7º parág.)

Figura 16 - Prática de anatomia palpatoria



Fonte: Acervo da autora (2019).

... mostrei para eles como nossas costas ficam quando deitamos de barriga para cima e para isso deitei no chão... e pedi para que em duplas eles viessem colocar as mãos nas minhas costas, nisso eu estava deitada com extensão de joelhos, ainda com a mãozinha deles nas minhas costas, eu dobrava os joelhos e eles sentiam as costas endireitar nas mãos deles, como se estivesse apertando as mãos deles. A minha intenção foi mostrar que uma forma de adaptar seria colocar um travesseiro embaixo dos joelhos para não prejudicar a coluna. Eles ficaram muito impressionados quando a coluna apertava a mão deles. (Diário, 7ª intervenção, 10º parág.)

Eles fechavam os olhos e abriam para contar o que estavam sentindo, e com isso eles me chamavam a toda hora. “Maria Eduarda estou sentindo o coração, Maria Eduarda estou sentindo a respiração...”. Pedi para que eles fechassem os olhos novamente e tocassem o próprio rosto, para sentir os

contornos e depois olhassem para as mãos e as tocassem também. Depois ficamos em pé e caminhamos pela sala para sentir os pés, alguns tiraram os sapatos, e os deixei à vontade para que eles fizessem da forma que se sentissem mais confortáveis. Quando terminamos de andar, pedi para que eles pulassem bastante no lugar e depois para que parassem e ao final sentissem o coração e me contassem se estava igual a primeira vez que sentimos, no começo da intervenção, e também orientei para que eles sentissem a pulsação no pescoço e no pulso. Eles ficaram impressionados e perceberam como tinha sido diferente do primeiro momento. Vários comentários surgiram como: “nossa como está diferente” e “Maria Eduarda meu coração vai sair pela boca”. Depois disso, fizemos uma atividade para tentar ocupar o maior e menor espaço da sala com o próprio corpo, nos esticamos bastante para ficar grandes e nos encolhemos ao máximo também”. (Diário, 8ª intervenção, 3º parág.)

Então conversamos um pouquinho sobre a importância de conhecermos e sentirmos nosso próprio corpo porque nós somos o nosso corpo, e muitas vezes falamos dele, como se não fizesse parte de nós. E neste momento aconteceu uma conversa muito bacana, aquele aluno que já comentei (sou intrigada com ele) que fica na defensiva e sempre faz piadinhas, disse assim: quando eu vou falar algo eu não paro pra pensar o que vou falar, as palavras saem. (Diário, 8ª intervenção, 4º e 5º parág.)

Numa mesma discussão o visual e o sentir se revelam com uma particularidade no processo de aprendizagem, pois marca a relação entre o que a criança traz em seu interior com o mundo externo. Segundo Vygotsky apud Fantacholli (2011):

Vygotsky (1998) acentua o papel ao ato de brincar na constituição do pensamento infantil, pois é brincando, jogando, que a criança revela seu estado cognitivo, visual, auditivo, tátil, motor, seu modo de aprender e entrar em uma relação cognitiva com o mundo de eventos, pessoas, coisas e símbolos (FANTACHOLLI, 2011).

Na ludicidade do brincar o potencial das crianças é exercitado e as motivações são estimuladas, pois a cada desafio o sistema cognitivo é colocado a prova na busca de soluções aos desafios, somando as habilidades e adquirindo novos níveis de desenvolvimento. Ao realizar as atividades neste formato, saem dos padrões exigidos pelo contexto do ensino tradicional e passam a desenvolver as práticas da maneira que seu próprio mundo se faz experiência, sem preguiça ou cansaço, livres nas escolhas, se fazem ousados, dando a elas a sensação de ser capaz, a confiança e, principalmente, a alegria na caminhada do saber (FANTACHOLLI, 2011).

Na educação das crianças as práticas se utilizam de atividades que acionam as sensações conduzindo, assim, ao processo do aprender através do que se sente. SILVA & BOTTENTUIT (2016) apontam que através das sensações trazidas ao nosso corpo, o aprendizado também se dá, pois tudo que tocamos, vemos, ouvimos acionam os “nossos eus”, ou seja, nossas estruturas internas,

potencializando as capacidades individuais de organização corporal e expressão para com o exterior.

O aprendizado vai além do entender das coisas, raciocinar sobre algo, é preciso mais, é preciso que exista trocas mútuas entre os indivíduos. A convivência, o toque, a presença se fazem em existir, em sentir cada expressão do conhecimento com todo o corpo. Quando se aprende acredita-se que exista um movimento na ideia, ou seja, entre o que se aprende e o que se faz pensar, algo como uma ligação direta de fora para dentro do cérebro, mas não o aprender vai além do que pensamos, ele é tomado pelo que sentimos e somos corporalmente, através da sensibilidade. Nisto, se aprende “com”, na soma de corpos, de situações que tocam (GALLO, 2017).

Neste sentido, percebe-se que a escola é local de se expressar, de criar, discutir e trazer sua função de transformadora social, rompendo com a lógica imposta. Ela precisa ser um espaço de encontros e de facilitar a reconstrução de conhecimentos, por isso é necessário quebrar as barreiras do ensino o tradicional que mantém a estrutura de poder nos moldes pensados no controle dos indivíduos (SILVA & CUEL, 2011).

A comunicação se deu de várias maneiras e o corpo, os gestos, os trejeitos permitiram que as trocas fossem estabelecidas, dando ao corpo a possibilidade de mostrar o que sabiam.

Questionei se eles conheciam “bico de papagaio” e uma aluna comentou que já ouviu a vó dizer que tem, então expliquei mostrando na coluna. Depois uma aluna compartilhou que a filha da amiga da mãe fez uma cirurgia na coluna porque ela era “toda torta”, e ela imitou como se fosse escoliose, então aproveitei o gancho e disse que o que ela estava contando poderia ser escoliose, e perguntei se eles conheciam, e um aluno disse que sim, mas não soube explicar, então desenhei na lousa para que eles pudessem entender melhor o que seria e os tipos de escoliose que existe também. (Diário, 3ª intervenção, 5º parág.)

As atividades foram desenvolvidas no sentido de que a imaginação e a criatividade delineassem todo andamento das intervenções. Uma atividade a se destacar foi a construção de uma coluna com massinha de modelar, sendo esta muito valorizada pelos estudantes, possibilidade que adiante observaremos na própria fala deles, sendo este o motivo pelo qual se deu a escolha deste trecho para caracterizar o mundo criativo das crianças.

Figura 17 - Produção das colunas com massinha



Fonte: Acervo da autora (2019).

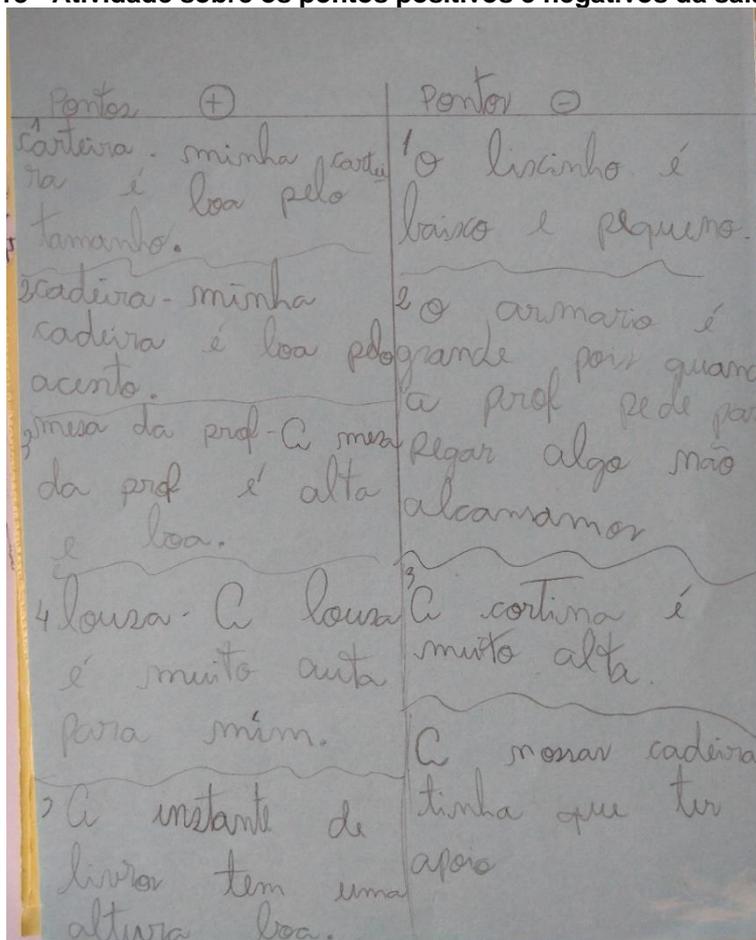
...as orientações, que nada mais era do que a construção de uma coluna e depois faríamos uma exposição junto da coluna no centro do nosso círculo. A criatividade deles é muito incrível, teve uma aluna que fez uma perfeita, mas elogiei todos de forma igual, ajudamos uma aluna que não estava conseguindo, e no fim tiramos fotos da exposição e valorizei muito o trabalho de todos, pois realmente ficou muito bacana. (Diário, 3ª intervenção, 6º parág.)

... formamos duplas e cada um teria, naquele momento, o seu “dia de fisioterapeuta”, no qual eles fariam uma avaliação do colega e fariam as anotações do que estava correto ou não em relação as suas percepções sobre a postura do colega. Eles adoraram, fizeram a atividade de forma silenciosa e muito concentrados... (Diário, 4ª intervenção, 5º parág.)

A brincadeira foi a dança da cadeira, e como o espaço era pequeno, fui chamando de 5 alunos por vez, tivemos vários campeões. Foi uma grande torcida o tempo todo, mas não bastava sentar, teria que ser corretamente, para ser campeão. (Diário, 4ª intervenção, 10º parág.)

... iniciamos uma atividade para eles observarem os móveis da sala. Cada um pegou uma folha e foi anotando os pontos positivos e negativos do mobiliário. Fomos anotando no quadro o que eles tinham encontrado e percebi que eles são muito preocupados com a limpeza (falaram do ventilador, carteiras ...) ... (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

Figura 18 - Atividade sobre os pontos positivos e negativos da sala de aula



Pontos positivos

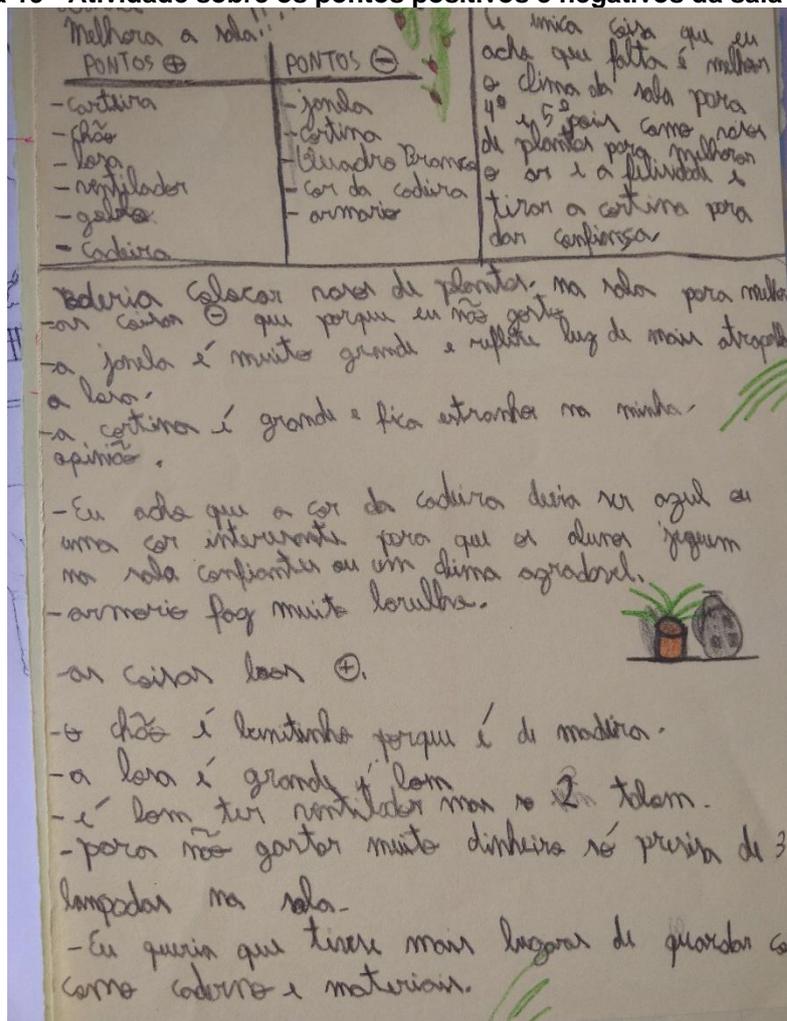
1. Carteira - minha carteira é boa pelo tamanho.
2. Cadeira - minha cadeira é boa pelo assento.
3. Mesa da professora - a mesa da professora é alta e boa.
4. Lousa - a lousa é muito alta para mim.
5. A estante de livros - tem uma boa altura.

Pontos negativos

1. O lixo é baixo e pequeno.
2. O armário é grande, pois quando a professora pede para pegar algo não alcançamos.
3. A cortina é muito alta.
4. As nossas cadeiras tinha que ter apoio.

Fonte: Acervo da autora (2019).

Figura 19 - Atividade sobre os pontos positivos e negativos da sala de aula



Pontos positivos

Cadeira

Chão

Lousa

Ventilador

Globo

Cadeira

Pontos negativos

Janela

Cortina

Quadro branco

Cor da cadeira

Armário

A única coisa que eu acho que falta é melhorar o clima da sala para o 4º e 5º, pois como vasos de planta para melhorar o ar e a felicidade e tirar a cortina para dar confiança.

- Poderia colocar vasos de plantas na sala para melhorar as coisas que eu não gosto.

- A janela é muito grande e reflete luz demais, atrapalha a lousa.

- A cortina é grande e fica estranho na minha opinião.

- Eu acho que a cor da cadeira deveria ser azul ou uma cor interessante para que os alunos cheguem na sala confiantes ou um clima agradável.

- Armário faz muito barulho.

As coisas positivas

- o chão é bonitinho porque é de madeira.

- a lousa é grande e é bom

- é bom ter ventilador, mas só dois está bom.

- para não gastar muito dinheiro só precisa de 3 lâmpadas na sala.

- Eu queria que tivesse mais lugares de guardar coisas, como caderno e materiais.

Fonte: Acervo da autora (2019).

Pedi também para que eles escrevessem situações nas quais eles fazem esses movimentos no dia a dia, dei o exemplo de pegar a mochila no chão ou lavar/varrer o quintal. (Diário, 6ª intervenção, 6º parág.)

Entreguei para eles um copo tipo long drink para que eles customizassem, e para isso levei adesivos com imagem de escola e coluna, canetas e dentro do copo coloquei um pacotinho de gominhas. Eles fizeram muito empolgados, adoraram customizar os copos do jeito deles. (Diário, 10ª intervenção, 5º parág.)

Figura 20 - Última intervenção – atividade de customização



Fonte: Acervo da autora (2019)

As atividades citadas acima mostram o quão criativos e envolvidos os estudantes estavam na participação das atividades, marcando a imaginação como fonte de inspiração no desenvolvimento das atividades. A capacidade das crianças criarem imagens em sua mente é o que se conhece por imaginação, e no exercício desta prática, quando estimulados, se sentem tomados por essas experiências infinitas, que desvendam e criam novos mundos, desabrochando o conhecimento. Este imaginar sem fim se dá, segundo Domingues (2010, p12), pois “A inventividade humana não tem limites, tudo está sempre acontecendo ou por acontecer, pois no campo da imaginação não se usa o ponto final. Se o ponto final for utilizado, o impulso produtivo será pobre e a criatividade limitada” (DOMINGUES, 2010).

Ao incorporar atividades lúdicas nas práticas pedagógicas têm-se importantes contribuições na aprendizagem e “ampliação de rede de significados” para crianças e jovens. Estas são meios, através do qual, se fazem interações com o meio em que vive o indivíduo e isto desperta a curiosidade, aumentando, assim, seus conhecimentos e habilidades (FANTACHOLI, 2011). Podemos observar a seguir a importância da ludicidade para o ser humano:

[...]a ludicidade é uma necessidade do ser humano em qualquer idade, mas principalmente na infância, na qual ela deve ser vivenciada, não apenas como diversão, mas com objetivo de desenvolver as potencialidades da criança, visto que o conhecimento é construído pelas relações inter-pessoais e trocas

recíprocas que se estabelecem durante toda a formação integral da criança. Portanto, a introdução de jogos e atividades lúdicas no cotidiano escolar é muito importante, devido a influencia que os mesmos exercem frente aos alunos, pois quando eles estão envolvidos emocionalmente na ação, torna-se mais fácil e dinâmico o processo de ensino-aprendizagem (FANTACHOLI, 2011).

As questões sobre o que os marcou nas intervenções, sobre sua vontade de socializar com os colegas, ou ainda, sobre o que considera que aprendeu, trouxe respostas bem diversificadas que apresentaram em seus conteúdos a construção dos conhecimentos adquiridos pelas crianças através da criatividade e sentidos.

Aquele dia que a gente fez dança da cadeira, daquele dia do cartaz, e também do dia da massinha. (Criança 8)

Eu lembro da dança de cadeira eu venci eu lembro que oje. (Criança 4)
Eu lembro da dança da cadeira, eu venci, eu lembro até hoje.

Sim, os cartazes de postura, porque existem vários tipos de posturas e eu gostei daquela aula. (Criança 2)

Eu gostei do dia da macinha. (Criança 1)

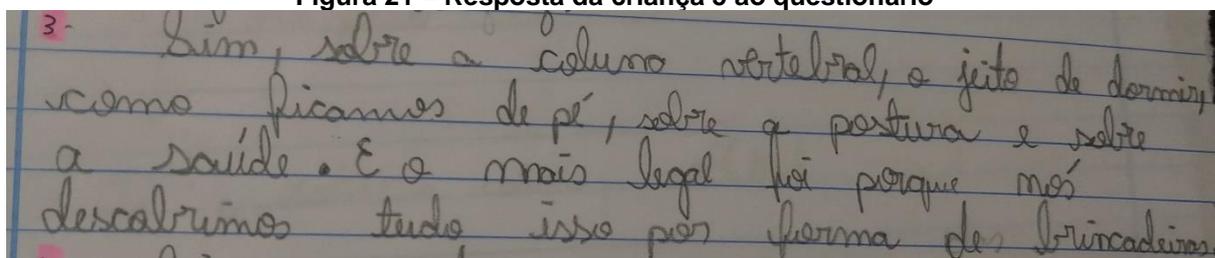
bom teve a boa e a ruim, a boa é que as brincadeiras tipo massinha e teatro de causados e tenis são divertidas, ja a ruim é que na hora de falar tipo de ossos do corpo humano e o cerebro isso mida um pouco de agonia. (Criança 2)

Bom, teve a boa e a ruim, a boa é que as brincadeiras, tipo massinha e teatro de calçados e tênis, são divertidas, já a ruim é que na hora de falar, tipo de ossos do corpo humano e o cérebro, isso me dá um pouco de agonia

Foi quando a gente fez o cartaz sobre a postura. Foi legal porque nós recortamos revistas e colamos as imagens no cartaz. (Criança 5)

Sim, sobre a coluna vertebral, o jeito de dormir, como ficamos de pé, sobre a postura e sobre a saúde. E o mais legal foi porque nós descobrimos tudo isso por forma de brincadeiras. (Criança 5)

Figura 21 – Resposta da criança 5 ao questionário



Fonte: Acervo da autora (2019)

Eu gostei quando a gente fez forma com a massinha! (Criança 13)

Quando você coloco a gente em dupla para senti o osso das costas, eu não sabia de nada. (Criança 13)

Eu gostei do teatrinho sobre o sapato. (Criança 14)

Eu gostei da massinha podia ter di novo masinha eu acho a Maria Eduarda legal. (Criança 15)

Figura 22 - Produção das colunas com massinha



Fonte: Acervo da autora (2019).

Eu gostei quando nós fizemos o teatrinho do sapato e da mochila. E também quando nós fizemos o cartaz. (Criança 16)

Quando a gente brinca de masinha e quando a gente brinco de dansas das cadeiras, sim me marco muito. (Criança 19)

As brincadeiras citadas acima, deixaram marcas nas crianças e a autora Fantacholi (2011) indica que o brincar, sem que a criança perceba, informa muito a seu respeito, além de ser um importante estímulo para desenvolvimento em qualquer ambiente. Este informe deixado pelas crianças, mostra-nos através de suas palavras, a relação construída através das atividades e dos conhecimentos adquiridos através das mesmas, mostrando que as brincadeiras e a imaginação foram essenciais nas trocas de experiências entre os estudantes que são tão essenciais nesta fase. De acordo com Piaget apud Domingues (2010), a partir dos sete anos se marca um importante período de desenvolvimento mental, uma fase de novas organizações. Aqui a criança não confunde mais o seu ponto de vista com o de outras pessoas, ela começa a refletir, ou seja, o pensar vem antes da ação.

Portanto, ao observar as falas é de suma importância valorizar a individualidade dentro das ações realizadas em comum, pois quando trata-se de atividades que envolvam o imaginário das crianças ocorrem múltiplas interpretações e novos significados para cada experiência, já que se parte da ideia de que cada

indivíduo tem sua percepção e vivência do mundo, mesmo que o objeto em discussão seja o mesmo para todos os envolvidos (FANTACHOLI, 2011).

4.3.5.3 Participação ativa dos estudantes

Nesta última subcategoria é possível identificar os momentos criados pelos estudantes, com as discussões e atividades concentradas na perspectiva deles. Com isto, fechamos estes três elos que se entrelaçam para formar a categoria que mostra como se deu a pesquisa através da metodologia participativa.

A Metodologia Participativa tem por premissa trazer a autonomia dos estudantes ao processo de aprendizagem, conduzindo a uma relação de pertencimento ao que se vive, valorizando e despertando a curiosidade, e principalmente, trazendo novos olhares reais ao que está sendo estudado (BERBEL, 2011).

As intervenções, como é possível perceber até aqui, foram marcadas por muito diálogo, no qual as crianças sempre se viam na possibilidade de contar suas experiências, seja para o coletivo, ou para o colega mais próximo.

Voltando a aplicação do questionário, a cada questão sempre tinha alguém querendo contar uma história que ficou doente... (Diário, 1ª intervenção; 3º parág.)

As atividades foram muito dialogadas e muitas vezes não bastava eles contarem a história para o grupo todo, eles queriam contar outra ou mais detalhes para o colega que estava ao lado. Eles foram muito participativos, fizeram todas as atividades e todos contaram suas histórias, desde os mais tímidos até os mais falantes que muitas vezes contavam 2 ou 3 histórias. (Diário, 2ª intervenção, 7º parág.)

Nos diálogos a imaginação trazia à realidade, e a linguagem foi muito importante para que o acesso ao conhecimento fizesse sentido e incorporasse os indivíduos à medida que a experiência vivenciada os tocasse e permitisse construir correlações entre o que sabiam e as situações que surgissem na prática.

...vocês já imaginaram se não existisse nossa coluna como nós seríamos? Se não imaginaram, imaginem agora... Um aluno respondeu que iria ficar parecendo maria-mole, aí veio várias repostas como gelatina, minhoca e alguns começaram a imitar. (Diário, 3ª intervenção, 3º parág.)

...perguntei o que eles achavam que iria acontecer com os ossos se não tivesse o disco? Uma aluna respondeu que iria quebrar, e eu perguntei se todos concordavam? E veio um grande SIM. (Diário, 3ª intervenção, 4º parág.)

... nem todas as crianças tem carteiras com apoio para os pés, e muito menos carteira inclinada, mas desviei o assunto, porque seria a temática de outro encontro, mas uma aluna disse: “isso acontece mesmo, o 5º ano não tem. (Diário, 4ª intervenção, 7º parág.)

Figura 23 - Carteira e cadeira da turma do 4º ano da EMEF Angelino de Oliveira



Fonte: Acervo da autora (2019).

... uma aluna que tinha a mochila de rodinhas também mostrou e comentou que tinha muitas dores no ano anterior porque sua mochila de costas era muito pesada, então o pai comprou de rodinhas esse ano, e ela me perguntou se era ruim aquele modelo, eu não respondi, pedi pra que ela mostrasse como ela utilizava, então outra aluna também pegou a dela e as duas mostraram, com isso pedi para que todos olhassem e me dissessem se estava correto, eles disseram que sim, mas não sabiam o porquê. Então perguntei a eles, e o puxador? Se ele fosse muito alto ou muito baixo? Um aluno respondeu nesse momento que teria que ser na altura do quadril, pra não ficar torta, perguntei se todos concordavam e disseram que sim. (Diário, 5ª intervenção, 5º parág.)

Podemos observar que na prática conduzida buscou-se escutar e trazer aos diálogos as experiências vividas pelos estudantes. A Pedagogia proposta por Paulo Freire parte de que a autonomia traz aos indivíduos maior responsabilidade e poder de decisão, pois parte de situações vividas que estimulam a interação, dando força a esse processo democrático no ambiente escolar, tarefa esta, difícil de se

colocar em prática, pois além da participação dos sujeitos, é necessário espaços de falas, infraestrutura e estar aberto as decisões coletivas (LOPES et al., 2011).

Quando se coloca o estudante frente às situações eles refletem sobre o que já experimentaram ou ouviram alguém falar, processam e trazem às discussões ressignificando suas descobertas e também trazendo novos pontos de vistas aos outros envolvidos. Esse engajamento com o próprio aprendizado na busca de soluções ao que se está posto é a relação de autonomia com o ensino. Esta liberdade proporcionada por essas metodologias faz com que exista uma motivação que venha de dentro para fora do indivíduo, sendo isto, algo que traz satisfação e não uma relação que venha de cima para baixo e que seja manipuladora (BERBEL, 2011).

O professor é peça chave para o estabelecimento da autonomia dos estudantes, pois através do seu trabalho é possível se desfazer as amarras que mantem estes sob o controle de comportamentos (BERBEL, 2011). E para que esta ação libertadora se desenvolva, é necessário que se estabeleça o diálogo, problematizando as situações, e principalmente superando a relação de mão única entre professor e educando (FREIRE, 1987).

Em um dos diálogos estabelecidos é possível identificar a percepção das crianças sobre seu próprio corpo, se percebendo nas ações do dia a dia, sendo necessário destacar que quando arrumam a postura e durante a atividade física a dor nas costas diminui, evidenciando a atividade física como fator relevante na melhora da qualidade das funções da coluna, e passível de discussão “o arrumar a postura” como melhora da dor, pois em um outro diálogo estabelecido, já citado anteriormente, uma estudante compartilha que “ficar na postura correta dói”, e isto nos leva a questionar a relação do tempo que se permanece sentado e as pequenas mudanças que o corpo necessita realizar para aliviar as tensões que a mesma postura por tempo prolongado pode causar.

Quando estávamos conversando sobre as dores questionei se eles faziam algo para melhorar a dor, e alguns responderam que quando arrumam a postura a dor diminui, mas a grande maioria respondeu que melhora quando realiza alguma atividade física, como o judô ou o jazz. (Diário, 4ª intervenção, 2º parág.)

Conseguimos, ainda, trazer algumas conclusões sobre a realidade desta turma, sendo a postura sentada, para os participantes desta pesquisa, a principal postura adotada durante o dia, mesmo fora do ambiente escolar.

... disseram que ficam mais tempo sentado fora da escola, porque fazem outras atividades como xadrez, vídeo game, e grande parte deles participa

de um projeto no contraturno e também ficam boa parte do tempo sentados. Ou seja, a maior parte do dia dessas crianças, a partir do relato deles, é na postura sentada... (Diário, 4ª intervenção, 3º parág.)

Quando os estudantes se percebem enquanto realizam as atividades entende-se que nas relações do indivíduo com o meio se dá o seu desenvolvimento. A criança desde muito pequena interage com o ambiente externo que traz variadas influências que de alguma forma serão expressas em suas atitudes, ou seja, a imagem corporal construída será exposta através das ações com o modelo de corpo vivido por cada ser. Nos gestuais, se dá a fala do corpo, é através deles que o corpo se comunica com o externo, mesmo que estático, revela sua essência, dores ou afetos (SILVA & BOTTENTUIT, 2017).

Muitas vezes o corpo não se deixa expressar por pressões institucionais de normas estabelecidas. Silva & Bottentuit (2007) abordam esta questão através do pensamento de Foucault "...o corpo submisso, onde seus anseios e vontades são rearticulados pelos eventos históricos que o atravessam. Ele é reduzido às organizações sociais, históricas e culturais, sendo manipulável". Quando um estudante é colocado neste quadro normatizador do ensino tradicional, tem-se também prejuízos físicos, além dos educacionais, já citados, na busca da autonomia dos educandos.

De acordo com Barbosa, Vidal e Tambellini (2006), o ambiente escolar normatizador traz as crianças uma falta de movimento em suas atividades, fora o tempo que as crianças permanecem na postura sentada durante o período escolar e fora do mesmo, sendo estes um processo de grande potencial de interferência nas estruturas corporais.

As rodas de conversa proporcionaram que a voz das crianças fossem o foco das intervenções, garantindo espaço as dúvidas, as inquietações, as divergências de opiniões, busca de solução de problemas, ou seja, expressar-se, tomando-se para si o protagonismo que lhes é devido.

Uma aluna reclamou da carteira ser inclinada, ela disse que as coisas caem, então perguntei se eles sabiam o porquê dela ser inclinada, e justamente um aluno que só participa pra fazer gracinhas, que parece não dar muita importância, levantou a mão e era o único que sabia, então pedi que ele explicasse para todos, então ele explicou que era para não ficar com a cabeça torta e para baixo... (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

Alguns disseram que a cadeira era confortável e outros disseram que não e que doía o bumbum, então perguntei se teria alguma solução e alguns disseram que colocam a blusa, e que poderiam trazer uma almofadinha também... (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

... àquele mesmo garoto disse mais ou menos assim: “você já percebeu que quando somos criancinhas não sabemos as coisas, depois vamos aprendendo e depois quando ficamos velhos não conseguimos fazer mais?”. (Diário, 8ª intervenção, 5º parág.)

No trecho abaixo, fica claro o questionamento por parte de um estudante, a viabilidade da realização de certos movimentos, pois não somos “robôs” e as práticas diárias, muitas vezes não nos permite realizar os movimentos de forma idealizada, pois são automáticos, não pensamos para realizar.

... novamente o aluno da intervenção anterior falou sobre ser um robô (no caso da transferência de objetos), então brinquei com eles e imitei como um robô faria e como eu faria. (Diário, 7ª intervenção, 1º parág.)

A participação das crianças foi algo a se destacar, e na análise do diário, os momentos de criatividade estão presentes nas atividades produzidas por eles e também nos momentos que eles mesmos intervíram com suas ideias proporcionando autonomia e valorização do que traziam.

...fui caracterizada, e em todos os encontros seriam da mesma forma, um jaleco rosa e estampado com tema infantil, tênis e óculos rosa também, pensei na criação de uma identidade própria para esse projeto, mas não tinha pensado em uma personagem, mas quando a aluna na intervenção anterior me chamou de Maria Eduarda Postura, resolvi adotar essa personagem... (Diário, 2ª intervenção, 1º parág.)

Enquanto eles estavam criando as estórias estava bem tranquilo, consegui ficar nos dois grupos, mas na apresentação ficou um pouco bagunçado. Mas eles fizeram e cumpriram o que eu pedi, no grupo 1 sobre o calçado eles mostraram as quedas e machucados quando não estão com calçados adequados e no grupo 2 uma personagem ficou sem a mochila porque arrebentou devido peso. Encerramos as apresentações com aplausos e arrumamos a sala. (Diário, 5ª intervenção, 7º parág.)

... passei a atividade do dia que seria a confecção de 4 painéis com imagens de revistas, e para escolha destas eles utilizariam como base os exemplos que eles deram. (Diário, 7ª intervenção, 2º parág.)

Figura 24 - Produção de cartazes realizada pelas crianças nas intervenções



Fonte: Acervo da autora (2019).

...eu disse também que se eles carregassem tudo de um mesmo lado, ficariam parecendo o homenzinho torto. Uma aluna de imediato já falou que conhecia a música e todos meio que começaram a cantar. Eu não planejava esse momento, mas aproveitei para descontrair e fazermos uma atividade que eles mesmos tinham mostrado interesse. Propus que contássemos a música do homenzinho torto, mas que teríamos que trocar a palavra 'bíblia' por 'postura', e a palavra 'Jesus' por "eu mesmo". Eles queriam colocar 'a Maria Eduarda postura endireitou', então conversei com eles que eu não conseguiria consertá-los, que só eles mesmos conseguiriam isso. Então ensaiamos o canto e a coreografia, fizemos uma apresentação e até filmamos. Foi realmente muito bacana esse momento, eles ficaram muito felizes. (Diário, 7ª intervenção, 8º e 9º parág.)

Por fim, uma última resposta de uma das crianças a questão número cinco do questionário "O que você achou das intervenções, nas quais vocês contaram o que sabiam (intervenções dialogadas)?", revela sua percepção sobre a participação nas intervenções.

Legal, nós conseguimos falar como a gente fazia em casa, se a gente mantia a coluna reta, sobre o peso da mochila, sore os sapatos e nós fizemos várias brincadeiras. (Criança 5)

Na relação dialógica trazida por Freire (1987), o que se revela de mais importante é a palavra que se expressa na verdade e se faz ação e transformação. Para o autor não existe o diálogo sozinho ou em uma só direção, o mesmo é direito de todos.

Para além do universo dialógico Fantacholi (2011), indica o movimento da ludicidade na construção do expressar-se:

Por meio do universo lúdico que a criança começa a expressar-se com maior facilidade, ouvir, respeitar e discordar de opiniões, exercendo sua liderança, e sendo liderados e compartilhando sua alegria de brincar. Em contrapartida, em um ambiente sério e sem motivações, os educandos acabam evitando

expressar seus pensamentos e sentimentos e realizar qualquer outra atitude com medo de serem constrangidos (FANTACHOLI, 2011).

4.3.6 A pesquisa: expectativas, obstáculos e frustrações

Esta última categoria é marcada pelos imprevistos, obstáculos, as expectativas e frustrações de todos os envolvidos nesta pesquisa. E antes que nos encontremos, de fato, com estes registros, acho pertinente trazer, em poucos parágrafos, as minhas percepções sobre o processo que se deu lá atrás, e que hoje constroem novos sentidos e ganham um novo olhar para que eu como pesquisadora, no âmbito qualitativo aguçe a sensibilidade e aprimore as habilidades e o conhecimento, no sentido de explorar a realidade.

As crianças sempre foram o foco da pesquisa, o protagonismo delas era essencial para que as atividades se desenvolvessem, e somente o tempo permitiu que o “casamento” pesquisadora e estudantes se dessem de maneira que os diálogos fossem ordenados. As crianças gostavam muito de participar e interagir, o que por um lado era a intenção e motivo de satisfação, pois sem a participação deles não seria possível compreender a realidade, por outro desestruturava a organização e marca uma dificuldade enfrentada para dispor o momento de fala de cada um, pois sempre tinham uma grande necessidade de falar, com pouca capacidade de ouvir o colega, pois estão acostumados a escutar um adulto que toma a frente e a condução da aula, sem que a fala deles seja ouvida. A criatividade foi algo marcante em todas as atividades, pois trouxeram suas dificuldades, imaginação, habilidades, curiosidades e discordâncias nos debates o que trazia grande motivação para todos. O saber que eles traziam modificou e trouxe um novo olhar para a pesquisa, criando novos desafios, o que tirou a pesquisadora da zona de conforto que sua metodologia anterior trazia.

Com as entrevistas dos pais e diante do que a escola trazia, a pesquisadora pode perceber o quão pouco os pais estão envolvidos no que acontece na realidade escolar das crianças, salvo as exceções, há reduzida participação nas reuniões escolares e diante da pesquisa, nunca houve nenhum interesse por parte dos pais em saber como se dava as intervenções, mesmo eles cientes da existência das mesmas. Alguns estudantes não tiveram a autorização dos pais, e era claro a vontade que eles tinham em participar.

As intervenções aconteciam na presença da professora, que ao iniciar as intervenções, não realizava nenhum trabalho com as crianças que não estavam participando do projeto. Para a professora “a responsabilidade e culpa é dos pais” que não deixaram participar, esta era a sensação que se passava. Com a metodologia adotada, houve uma barreira estabelecida pelo olhar da professora, que ali tinha seu local de poder estabelecido, e uma estranha entrava, tirava as carteiras de sua devida ordem, sentava no chão e sujava a roupa, queria saber a opinião das crianças sobre tudo e no fim, e como a mesma referiu por diversas vezes: não ensinava nada. Para ela, era muito estranho, que pesquisa é esta? Que melhora eu vou ver na postura das crianças quando a pesquisa terminar? Quando eu fui questionada por ela e em sua fala a minha pesquisa não tinha nenhum sentido, isto me causou uma certa tristeza e também um pouco de insegurança, mas hoje só consigo pensar no quanto é necessário a integração de três pilares (a pesquisa, a escola e a família) para que a linguagem daquele contexto seja única, com os mesmos objetivos na reconstrução e imersão na realidade.

Voltando a análise do material coletado, o primeiro momento de imensa importância nesta pesquisa, foi a primeira intervenção da pesquisadora com os estudantes, na verdade o primeiro contato, foi na entrega dos termos de consentimento e um pouco dos esclarecimentos quanto às intervenções que se desenvolveria, mas quando a pesquisa, efetivamente, se iniciou foi com a aplicação do questionário adaptado e este dia, foi marcado pelo saber que as crianças traziam, fato este que alterou os objetivos do trabalho, mas antes que os novos percursos se dessem, as fragilidades da pesquisadora iniciante se afluíram.

Confesso que meu mundo, de fato, caiu naquele momento, e não sei se consigo lembrar de mais detalhes desse dia, pois me fixei nesta situação, e agora cheguei em casa, obviamente olhei os questionários e realmente eles sabem muitas coisas sobre assunto. (Diário, 1ª intervenção, 4º parág.)

Muitos outros imprevistos surgiram, como na atividade preparada para trabalhar o apoio para os pés, no dia em que uma outra turma ficou sem professora e juntou-se as salas causando maior dificuldade de organização, e por fim a falta, em algumas intervenções, da enfermeira que acompanhava as atividades.

Percebi que as carteiras tinham apoio para os pés e logo lembrei de uma atividade que havia planejado para construção de caixinhas para apoio, ou seja, iria ter de descartá-la... (Diário, 1ª intervenção, 4º parág.)

... notei que a sala estava mais cheia também, pois alunos de outra classe estavam sem professora. (Diário, 4ª intervenção, 1º parág.)

... seria a criação da “estória em pedaços”, na qual a turma seria dividida em dois grupos, um grupo ficaria comigo com a temática mochila e o outro com a Helena com a temática calçado, mas a Helena faltou, com isso percebi uma falta de jogo de cintura, ou talvez experiência, pois tive que ficar com os dois grupos. Pedi ajuda da professora, mas ela não se manifestou, fiquei um pouco sem graça, mas segui. A ideia era que eles construíssem uma estória em partes, em roda um começava a estória e próximo continuava, no fim eles montariam uma apresentação. (Diário, 5ª intervenção, 7º parág.)

A pesquisadora encontrou algumas dificuldades na execução de suas práticas, sendo a organização das falas a maior delas, mas também surge no diário questões relacionadas ao fazer-se compreender pelos estudantes e o não alcançar das intervenções fora do ambiente escolar em algumas falas.

...tentei dar espaço de fala para todos, mas tive dificuldade de controlá-los. (Diário, 2ª intervenção, 4º parág.)

A proposta deste projeto com intervenções dialogadas em uma turma de crianças cheia de energia, muita história, imaginação e disposição certamente será um grande desafio, mas hoje mesmo com toda conversa, vejo que foi muito produtivo pois a conversa girava em torno do assunto... (Diário, 2ª intervenção, 10º parág.)

Confesso que perdi um pouco do controle, pois eles se animaram muito, e obviamente gostaram, até ergueram os grandes campeões. Ainda bem que já estava no horário do intervalo, acho que a professora não gostou muito... (Diário, 4ª intervenção, 10º parág.)

A primeira atividade foi bem difícil de mantê-los em silêncio e quebrar o momento agitado com que eles vieram da outra sala. Fui conversando com eles para tentar acalmar e abaixar o volume e fazer com que eles fechassem os olhos e percebessem o próprio corpo, o coração, a respiração, os sons do ambiente. (Diário, 8ª intervenção, 3º parág.)

A última questão foi um pouco mais abstrata para eles, então tive que me dedicar um pouco mais para explicar, porque eu gostaria de saber se eles gostaram das intervenções dialogadas, e eu gostaria de respostas que fossem além de “legal”, “interessante”, eu gostaria de saber o que eles ganharam, o que as intervenções permitiram a eles. A maioria não compreendeu, então fiz um trabalho de formiguinha e fui de carteira em carteira para explicar e tirar deles o porquê era legal, o que tinha de bom?... (Diário, 9ª intervenção, 4º parág.)

Quando a Maria Eduarda vai embora eu esqueço tudo que ela fala. (Criança 2)

A entrevistadora indaga a mãe se a criança comentou sobre a intervenção:

Mãe: Não, nunca comentou, ela só comentou que tinha ido na escola, mas não falou nada, ela só falou assim “mãe a fisioterapeuta foi na escola”.

Mãe: Não..., a Criança 5. fala tanto, ela falou que tinham ido na escola e eu falei se tinha feito exame, “fizeram exame Criança 5”, ela disse “não mãe”, ela comentou assim, achei que era que nem de vista assim, porque ela tem

o pezinho, daí fizeram exame e viram seu pezinho, é pé chato que fala?.
(Entrevista Mãe 4)

Já com alguns outros pais, as crianças valorizaram as atividades de uma forma em que fizeram trocas no ambiente familiar. Nas entrevistas com uma mãe aborda-se sobre esta questão, sendo que a mesma traz até sugestões às intervenções:

Mãe: *todas as vezes não, mas ela comenta às vezes, assim, durante a semana mesmo fora dos dias que você vem, às vezes, ela comenta alguma coisa que ela aprendeu, alguma coisa que você falou também.*

Entrevistadora: Você acha que o programa ajudou?

Mãe: *Então, o programa conscientizou um pouco ela, apesar de nem sempre ela seguir, acho até que é por conta da idade, não tem muita maturidade, acho que é isso, mas ela entendeu as suas colocações, conceitos e tudo ela entendeu.*

Entrevistadora: Você teria alguma sugestão?

Mãe: *Então, me pegando, assim meio de surpresa...de repente, trazendo um pouco pra mim isso, e pra minha família, talvez vocês também pudessem abranger isso pra pré-adolescentes e adolescentes, porque como eu te falei o meu filho mais velho, é difícil a gente conseguir controlar a postura deles, ele é muito curvado, aí a gente fica pegando no pé dele... (Entrevista Mãe 1)*

Duas questões podem ser elaboradas com os apontamentos acima, uma no sentido de que a pesquisa científica possui caminhos que podem ser levados a diferentes direções, e o percorrer pedagógico embricado a prática da pesquisadora como fonte de reflexão da prática.

Minayo (2016), descreve as direções da cientificidade e a importância dos investigadores na implementação de mudanças:

[...]o labor científico caminha sempre em duas direções: numa, elabora suas teorias, seus métodos, seus princípios e estabelece seus resultados; noutra, inventa, ratifica seu caminho, abandona certas vias e encaminha-se para certas direções privilegiadas. E, ao fazer tal percurso, os investigadores aceitam os critérios da historicidade, da colaboração e, sobretudo, revestem-se da humildade de quem sabe que qualquer conhecimento é aproximado e construído, portanto passível de mudanças (MINAYO, 2016, p.12).

No campo pedagógico as mudanças se fizeram, muitas vezes, devido ao que a prática trazia como demanda. Os estudos de Paulo Freire embasam este processo, no qual o professor aprende juntamente com o educando, numa relação mútua, onde a prática se modifica através do aprendizado vivido, acontecendo um processo contínuo de aperfeiçoamento, tanto da prática, quanto da teoria. Nesta relação dialética, o autor enfatiza sobre a necessidade de pensar sobre a prática para poder transformá-la, mas pensar não somente no mundo das ideias, e sim na experiência vivida, no concreto (BERBEL, 2011).

Alguns obstáculos surgiram com o passar das intervenções, e dentre eles a escola/professora contribuíram para algumas situações que desafiaram a pesquisadora na construção do processo, e isto de certa forma retoma a fala inicial desta categoria, que destaca a necessidade da integração dos projetos de pesquisa à escola, tanto que houve momentos que a professora não esperava a chegada da pesquisadora e aplicou prova no horário da intervenção, as crianças que não tinham autorização também não tinham uma atividade a parte para elas realizarem durante as intervenções, além dos cuidados necessários com os assuntos abordados, pois dependendo da interpretação das crianças, elas levariam demandas para casa, o que faria com que o pais reclamassem. Percebe-se o rigor das regras, quando as carteiras são tiradas da posição, não sendo permitido colar cartazes nas paredes, mexer nas cortinas e as salas possuem câmeras para monitorar a todos.

Pedi para fazermos uma roda, mas como o espaço não era muito grande precisaríamos arrastar as carteiras, e na mesma a hora a professora fez uma cara de reprovação e até falou algo como: “nossa, vai fazer uma bagunça”, e realmente foi um pouco tumultuado, mas nos organizamos. (Diário, 2ª intervenção, 2º parág.)

...fiquei um pouco sem saber o que fazer em relação aos alunos que não tinham a permissão para participar do projeto, perguntei para a professora, e ela disse que eles ficariam em suas carteiras, mas percebi que eles não tinham nenhuma atividade preparada para aquele momento, fiquei um pouco incomodada, porque percebi que eles gostariam de participar. (Diário, 2ª intervenção, 3º parág.)

Quando cheguei eles estavam fazendo uma avaliação de matemática, percebi que eles não queriam parar a prova no meio do caminho, então não sei se foi uma boa estratégia, porque eles estavam concentrados e a professora recolheu as folhas para que eles participassem da atividade comigo e depois retomassem as avaliações. (Diário, 5ª intervenção, 1º parág.)

... eles ficaram muito eufóricos e a professora já entendeu que teria que explicar isso melhor, porque eles chegam em casa dizendo que é obrigatório levar almofada, daí os pais ligam na escola reclamando. Então explicamos que a almofada seria algo a ser utilizado se estivesse incomodando muito e para isso teria que conversar com os pais e avisar a escola. (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

A professora disse que não pode amarrar a cortina e que tem câmera na sala para monitorar essas regras, como colar cartazes na parede, alfabeto pendurado na lousa, ela comentou “aqui não pode nada”. (Diário, 6ª intervenção, 4º parág.)

A professora se mostrou pouco satisfeita com as intervenções, trazendo esta questão para a pesquisadora durante o processo, como também

durante a entrevista, e isto gerou uma certa tensão durante as práticas, apesar de não haver grandes interferências dela e o estabelecimento de muito respeito entre ambas.

Vou começar meu diário de uma forma diferente. Vou iniciar contando o que mais me impactou e fez com que eu perdesse um pouco da firmeza, alegria, não sei exatamente descrever o sentimento que certamente afetou meu desempenho na intervenção de hoje. Eu pedi para que os alunos circulassem algumas figuras e enquanto eles faziam a professora me chamou e disse mais ou menos assim: Maria Eduarda, como você vai fazer esse seu trabalho, como você vai quantificar? Eu respondi que meu trabalho era qualitativo e que teria uma abordagem diferente. Ela olhou com uma cara de reprovação e disse que não sabia se meu trabalho daria certo. Fiquei quieta e tentei voltar para a intervenção, mas estamos falando de sentimentos humanos e de um trabalho que representa muito na minha vida neste momento, obviamente, deu-se por encerrado, só concluí e fui embora. Até agora, estou aqui sentada na minha casa e está difícil descrever minhas lembranças do dia de hoje... (Diário, 6ª intervenção, 1º parág.)

Teve uma situação peculiar também, quando um aluno mostrou alongamento de quadríceps eu corrigi e mostrei que não era muito bom fazer uma flexão muito grande do joelho, pois faria uma grande pressão da patela... a professora entreviu e disse que eu estava errada... (Diário, 8ª intervenção, 8º parág.)

A professora é questionada quanto a sua percepção sobre o desenvolvimento das atividades:

Professora: ... eu não consegui perceber, claramente isso né, mas algumas coisas eles guardam, porque sempre que tem coisas novas as crianças acabam guardando... eu achei que foi bem desestruturado, principalmente no começo, assim também por ela não ter experiência né, como professora como lidar com bastante criança, então eu achei que nesse ponto foi bem difícil e também depois eu não conseguia mais conduzir a minha sala até o final do dia, depois que ela ia embora, né, então assim, eu percebi que eles queriam a atividade, mas não por conta da atividade em si, eles queriam porque todas as carteiras eram arrastadas, eles ficavam em círculo aqui na frente, ficavam conversando, falando, então para eles, era uma coisa que estava fora, assim, não tinha a ver com a aula que eu estava dando, entendeu? Então achei que o foco maior era ter a Maria Eduarda e não ter a aula assim sabe, não tem coisa para escrever, não sei né, eu achei que eles levaram muito na brincadeira nesse sentido. (Entrevista Profª., pág. 3)

Quando colocada para exemplificar, explicar melhor a desorganização, ela questiona a orientação metodológica da pesquisa:

Professora: Assim, eu acho que talvez não seja nem uma desorganização sabe, mas talvez uma falta mesmo de experiência na área, de entender como conduzir essa questão de muitas crianças, porque uma vez eu até cheguei a perguntar para ela, como você vai quantificar o que você está fazendo? ... (Entrevista Profª., pág. 4)

A entrevistadora busca ainda, algo que a professora possa ter observado de qualidade ou até mudanças na tentativa de qualificar as intervenções, por parte da pesquisadora ao longo do processo, mas as respostas trazem um sentido de desqualificação:

Professora: *Eu acho que continuou da mesma maneira, acho que nos dois últimos encontros, dois ou três encontros que aí as atividades eles ficavam mais na carteira deles eles faziam, mas assim, mesmo quando eles tinham que responder algumas perguntas, eu achei que para eles era muito superficial, ela tinha que ficar explicando muito sabe, para eles assim, eu não sei que tipo de abordagem que tinha que ter sido feita ... (Entrevista Prof^a., pág. 5)*

A pesquisa é cercada por desafios e quando se planeja uma ação voltada às crianças no ambiente escolar no âmbito qualitativo se percebe o grande dinamismo que existe tanto no que diz respeito ao individual, quanto no coletivo (MINAYO, 2016). Este campo possui uma identidade própria, não apenas os estudantes tem governabilidade sobre suas ações, mas existe uma rede envolvida no ser escola. Barbosa, Vidal e Tambellini (2006), reforçam a ideia de que a escola não está preparada para o trabalho com as questões posturais e que é necessário realinhar a interação entre os estudantes e os professores, buscando alternativas didáticas e melhor preparação dos docentes, voltando as atenções ao dinamismo dos indivíduos e estabelecendo novas relações no controle dos corpos imposto pelo sistema educacional.

Prata (2005), aborda a subjetividade, como um “processo social de geração”, ou seja, as regras da relação professor e alunos, também se modificam com o tempo, ou seja, o que se entende por crise da autoridade docente, é a crise no sistema disciplinar da instituição escola. O professor ao apontar a indisciplina do aluno, não percebe a mudança social, ficando preso ao que traz de sua época, com isto, percebe-se que há a falta de preparo para compreender a realidade trazida por novos sujeitos históricos.

Os projetos precisam estar próximos à realidade escolar, envolvendo todo o contexto, pois assim como vimos nas discussões acima, a escola é parte de todo um sistema e em muito se expressa nos moldes que a estrutura política impõe. No texto “Buracos na Lousa” de Silvia Elizabeth Moraes, esta reflete sobre sua prática enquanto professora de graduação e também discute sobre a construção do saber entre o docente-orientador e o discente. Em seus relatos traz um trecho, na perspectiva de sua aluna, que reflete os moldes que a escola é construída:

Eu li um texto da Áurea Guimarães de 1985 na biblioteca da Unicamp. A Áurea fala dos prédios escolares e do Foucault. Então fui ler o Foucault e gostei muito. O homem é um gênio. O que ele falou sobre os séculos XVI, XVII é do mesmo jeito até hoje: o corredor, uma porta, no meio tem uma mesa; os alunos, prisioneiros e o vigia olhando todo mundo, as janelas altas,

grades, chaves, correntes cadeados. Hoje em dia o ser humano está ficando cada vez mais enjaulado, como vivendo em prisões. Eu achei o Foucault um gênio. Ele fala muito sobre prisões, sobre o controle que o ser humano tem sobre o corpo da outra pessoa. E ele está certo em tudo o que fala. O que ele usa para as prisões, se você prestar atenção, aplica-se à sala de aula. Quando ele fala sobre os prédios ele fala sobre a estrutura das prisões, como constroem as prisões. Ele dizia que era para trancar um louco, um doente e um aluno. Você coloca lá um guarda, um mestre, um vigia. Do jeito que ele colocou as prisões, as escolas são construídas assim mesmo (MORAES, 2006, p. 661).

No trecho abaixo nos deparamos com um episódio, no qual, os pais não permitiram a participação da criança na pesquisa, sendo que a mesma assistia as atividades lúdicas acontecerem, e a pesquisadora não buscou ir ao encontro dos pais que não autorizaram, para compreender os reais motivos e também esclarecer os objetivos e como se daria as práticas das intervenções.

... uma aluna que não participava da pesquisa, mas que sempre se infiltra dando alguma resposta, me parou e disse mais ou menos assim:

Ela: você não me deixa participar das atividades!

Eu: é claro que eu deixo, meu amor, mas eu não posso passar por cima de seus pais, e para que você participe eu preciso da autorização deles.

Ela: ela não deixou porque na outra vez sua equipe pesou minha mochila e disse que eu trazia muita coisa desnecessária, daí minha mãe ficou brava e disse que eu trazia só o que a professora mandava. Quando entreguei para minha mãe essa autorização ela pensou que vocês iam pesar de novo e não imaginou que seria com brincadeiras.

Eu: se você quiser participar é só trazer a autorização assinada e se sua mãe tiver qualquer dúvida pode me ligar, tem meu telefone naquele papel. (Neste momento eu estava querendo morrer de rir porque eu tinha uma "equipe", achei uma fofura isso).

...

Contei para professora e ela disse que não sabia dessa história, e logo depois veio a aluna novamente e me pediu desculpas pelo que ela tinha dito. Eu fiquei até meio sem jeito, porque ela não disse nada demais, então falei que ela não precisava pedir desculpas e que estava tudo certo e ela me abraçou bem forte". (Diário, 7ª intervenção, 5º ao 11º parágrafos.)

Outro episódio marca esta situação em que as crianças que não tinham a autorização demonstravam ter vontade de participar, porque eles assistiam as intervenções de suas carteiras.

Uma aluna veio logo ao meu encontro e disse que a mãe tinha pedido um termo para ela assinar para a filha poder participar do projeto também. Meu coração ficou apertado e eu disse que eu não tinha um termo ali comigo e que a próxima intervenção seria a última, ela ficou com uma carinha triste e disse que não tinha problema e foi para o lugar dela. Não sei explicar o meu sentimento. (Diário, 9ª intervenção, 1º parágrafo.)

Algumas crianças não participaram do projeto, seja pela não autorização dos pais, seja por falta de informação dada pelo pesquisador aos pais, seja pela pouca mobilização da escola, o fato é, crianças não participaram e não se

mostraram contentes com a situação. Não existe culpa, estamos diante de um momento de reflexão e tomada de responsabilidade.

Na relação família-escola se observa “permeada por um movimento de culpabilização e não de responsabilização compartilhada”. A escola, muitas vezes, se mune da ideia do fracasso escolar devido a não participação dos pais no processo e isto só tem como finalidade de culpar a vítima, não conseguindo trazer pontos positivos para construção do aprendizado dos estudantes. O edificar desta relação de pais e escola é de função, principal, dos professores/escola, pois são eles os profissionais formados e capacitados para promover este encontro. Colocar o peso desta função aos pais só aumenta a sensação de incapacidade na criação dos filhos e não acrescenta positivamente no processo de aprendizagem (OLIVEIRA & ARAÚJO,2010).

A superação das dificuldades reforçava a necessidade de enfrentá-las e superá-las na construção deste trabalho que previa o envolvimento de todos: pesquisadora, professora e crianças. Quando a enfermeira acompanhava as intervenções, as atividades fluíam melhor, pois ela contribuía na organização e também nas dúvidas individuais que surgiam.

Os alunos participaram mais e acredito que consegui organizar a fala deles, mas é muito importante destacar que hoje tive a ajuda da Helena, que facilitou na distribuição de materiais, durante as atividades práticas também foi muito bom ter alguém para ajudar. (Diário, 3ª intervenção, 9º parág.)

Hoje, saio muito muito contente, pois produzimos muito e percebi efetividade na participação dos alunos, e eles estavam muitos felizes e motivados, e claro que fiquei também. Hoje sem dúvidas foi uma das melhores intervenções. (Diário, 7ª intervenção; 15º parág.)

Em alguns pontos destas discussões, é possível perceber que teve um aluno em especial que causou certa inquietação na pesquisadora, pois ele desdenhava, as vezes fazia bagunça, mas ele foi sendo abraçado pelas atividades, e no fim, percebe-se que ele estava muito atento as atividades quando retomamos os assuntos, e desenvolveu sua habilidade de valorizar o trabalho em grupo e seus colegas.

E sabe aquele garoto que sempre comento dele? Finge não dar atenção as atividades, faz piadinhas...me surpreendi novamente com ele, pois foi o próprio que citou a maioria dos temas que trabalhamos durante nossas intervenções. (Diário, 9ª intervenção; 2º parág.)

As crianças traziam demandas que às vezes a própria pesquisadora também compartilhava e por vezes trazia algumas reflexões no diário de campo. O

peso da mochila recebia influencias do mercado, que oferece uma grande variedade de produtos influenciando no consumo muitas vezes de formas inconsciente e desnecessário.

... com a fala da aluna, fiquei pensando em como disputar com o mercado? Eu quando vou a papelaria fico "maluca", adoro umas canetas diferentes e todas estão no meu estojo também. Que estratégia usar? Tenho mais perguntas do que respostas nesse momento. (Diário, 5ª intervenção, 3º parág.)

Os desafios foram surgindo, pois, a realidade muitas vezes sai do controle do planejamento e neste cenário as dificuldades se transformaram em superação e momentos de reflexão sobre o que havia acontecido na prática. O movimento se dava no sentido de construir situações de aprendizado, que sempre se voltavam para o pesquisador e como Freire (1987, p. 42) justifica a educação "Para ser tem que estar sendo", refletindo, justamente, no processo de mudança, pois através da mesma se dá a superação de entraves que a prática apresenta.

A educação bancária, também acaba fazendo os mesmos depósitos para o educador, pois o mesmo não se deixa desafiar pelas questões problematizadoras que surgem nas vivências do dia a dia com os estudantes. No ensino que traz a luz as reflexões de todos permite que o indivíduo se perceba e "porque é capaz de perceber-se enquanto percebe a realidade que lhe parecia em si inexorável, é capaz de objetivá-la" (FREIRE, 1987, p. 43).

Certamente, as expectativas foram criadas por todos que esperavam pelas intervenções, inclusive a pesquisadora, pois eles não sabiam ao certo quais e como as atividades se desenvolveriam e quanto a pesquisadora, tudo a partir dali encaminharia a construção do seu trabalho.

As crianças esperavam ansiosas a chegada da Maria Eduarda Postura, tinham várias ideias do que seria trabalhado quando, queriam melhorar o comportamento e não queriam que as intervenções acabassem. No primeiro trecho abaixo, chamo a reflexão: Que escola é esta que construímos? Ao responderem o questionário, ficaram preocupados com a nota e claro que eles queriam as brincadeiras que eu já havia mencionado que aconteceria.

Prestaram atenção nas orientações para iniciar a aplicação do questionário, na qual eu lia com eles cada questão e só seguiríamos para a questão seguinte quando todos tivessem respondido. Percebi neste momento que alunos ficaram tristes por responderem um questionário, pois eles estavam esperando alguma brincadeira, ou qualquer outra atividade. Me perguntaram também se valia nota. (Diário, 1ª intervenção; 2º parág.)

Quando cheguei na escola, os alunos já estavam esperando na porta, e as meninas com os olhos brilhando já foram comentando sobre meu uniforme rosa, elas, em especial, amaram. (Diário, 2ª intervenção; 1º parág.)

...o que eles esperavam que fosse trabalhado com eles e veio várias respostas que anotei na hora, como postura, brincadeiras, ciências, artes, corpo humano, pintura, arrumar as costas com brincadeiras, reciclagem, fisioterapia e massinha. (Diário, 2ª intervenção; 4º parág.)

... eu estava próxima da sala de aula e escutei uma aluna dizendo: “gente, hoje é dia da Maria Eduarda, temos que nos comportar”. Quando entramos na sala foi um “êhhhhh” geral... (Diário, 4ª intervenção; 1º parág.)

... a primeira pergunta foi se hoje era o último dia, respondi que sim, e veio aquele ‘AHHHH, não acredito, você tinha que ficar com a gente’”. (Diário, 10ª intervenção; 2º parág.)

A pesquisadora também se envolveu com as crianças e se mostrou motivada e feliz na realização das atividades e com suas conquistas particulares, que surgiram com o processo.

O que me deixa mais encantada e motivada é a ansiedade que percebo na recepção calorosa dos alunos quando eu chego. (Diário, 3ª intervenção; 1º parág.)

Estou muito ansiosa pela próxima intervenção, hoje saio plenamente satisfeita e feliz com as respostas, as atividades e principalmente com o carinho dessas crianças. (Diário, 3ª intervenção; 10º parág.)

“Hoje foi a última intervenção e confesso que cheguei com um nozinho na garganta por saber que não estarei com eles nas próximas quintas. Mas de certa forma, me sinto aliviada e com sentimento de missão cumprida, etapa concluída”. (Diário, 10ª intervenção; 1º parág.)

“Foi uma experiência muito enriquecedora conhecer as vivências dessas crianças quanto aos hábitos posturais e não posso deixar de citar o carinho e a dedicação com que as crianças realizaram as atividades, eles foram abertos e se envolveram bastante assim como eu imaginava. Desde o início quando pensava no meu trabalho, vinha a questão por que crianças? Primeiro o adulto já pode ter condições instaladas e eu gostaria de trabalhar com a prevenção e além disso, se eu pedir para um adulto “vamos sentar no chão?” Surgirão várias barreiras como por exemplo, minha calça vai sujar. Aqui eu chegava e a primeira pergunta já era “vamos fazer roda no chão?” Ninguém pensava um minuto para ir correndo para o chão, eles se entregavam sem censura. Foi show, não perfeito, porque assim como já citei acima tive minhas dificuldades e limitações, mas foi de muito aprendizado para todos”. (Diário, 10ª intervenção; 6º parág.)

Figura 25 - Foto com os participantes da pesquisa



Fonte: Acervo da autora (2019).

Nas entrevistas com os pais é possível identificar que mesmo alguns não estando muito a parte das intervenções, viam a sua necessidade e identificaram que intervenções como esta são de grande importância para as crianças, pois além de trabalharem assuntos que os fazem cuidar do próprio corpo, utiliza metodologias que saem da rotina escolar tradicional, porém todos trouxeram que seria essencial que acontecesse durante o ano letivo todo. Foi possível perceber que as crianças levaram para suas casas, como multiplicadoras, algumas situações que fizeram sentido para as famílias.

Entrevistadora: Você acha que esses programas contribuem para as crianças? E o que você acha deles acontecerem na escola?

Mãe: *Eu acho assim, porque acaba desfocando eles um pouco, assim das atividades, porque pra eles já é um tormento vim pra escola. A Criança 6 até que ela gosta, ela vem de boa, mas acho que tem criança que espera por isso, por essa aula né, o que será que vai ser hoje né.*

Mãe: *Eu acho interessante continuar, de uma forma é bom que eles saem daquela rotina de português, matemática, história, e eles acabam aprendendo outras coisas também né. (Entrevista Mãe 5).*

Uma mãe traz suas questões do dia a dia e compara com a rotina escolar do filho(a), valorizando o aprendizado sobre hábitos posturais e um pai traz sugestões, assim como na entrevista acima:

Mãe: *Às vezes eu mesma, me pego e tento me corrigir, mas é difícil, por ser alta ainda, nossa, alta e gordinha (rsrs), então é difícil. Mas é muito bom, a postura é muito importante, tanto que no meu serviço eu fico sentada o dia todo, e se eu não ficar na postura, futuramente eu vou ter um problema na*

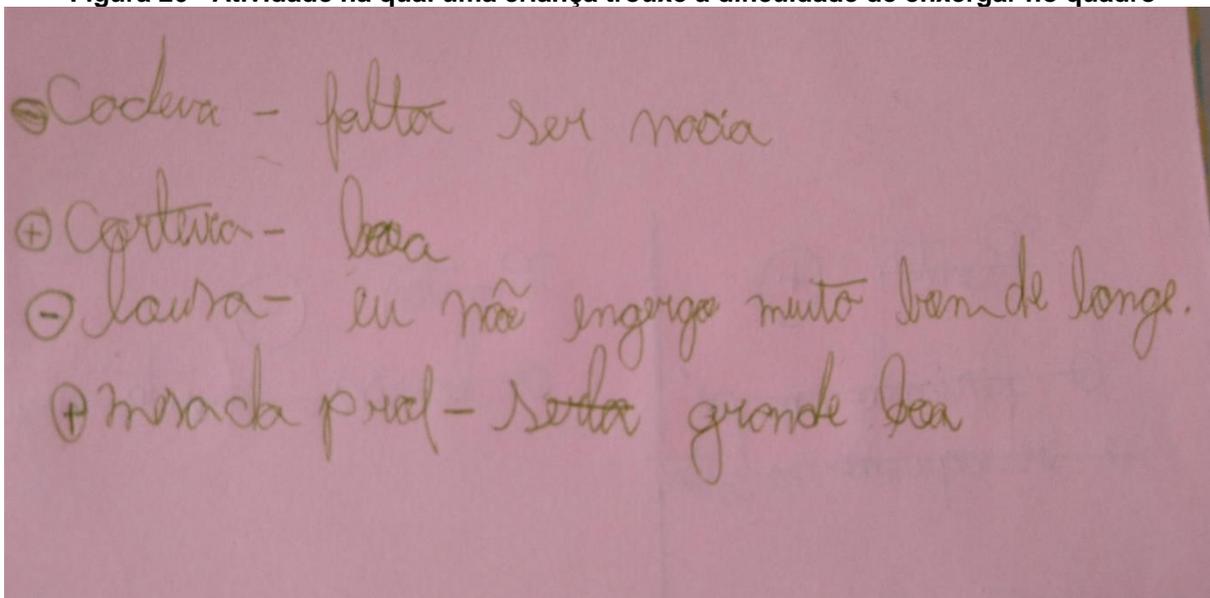
coluna, e na sala de aula é a mesma coisa, eles vivem sentadinhos né, a maior parte do tempo é sentado né. Mas a postura, nossa, se incentivar eles desde já, pequenos, na postura, o sentar e tudo ajuda muito, muito mesmo". (Entrevista Mãe 3)

Pai: Eu penso que esse trabalho tem que ser desenvolvido durante um ano, não tem como assim, em pouco tempo você desenvolver mais coisas, questão de postura, questão do certo e do errado. Eu acho que deveria ter, como tem tantas outras atividades na escola, como a Criança 1 e a irmã sempre fizeram projeto na escola. Então, elas têm judô...são atividades que acabam exercitando o corpo, são coisas que ajudam né. Eu acho que tudo isso, se disponível nas escolas é fantástico. (Entrevista Pai 1)

Com o estreitamento das relações e o conhecer as crianças através das conversas e atividades, surgiam outras demandas que não estavam relacionadas com a intervenção, mas que mostra a importância do profissional de saúde na escola e sua interação com o professor. Em uma situação, a profissional se deparou com as necessidades de alguns estudantes e houve uma troca significativa com a professora.

... a professora deixou os alunos livres, e nós conversamos um pouquinho sobre as crianças. Eu tinha mandado mensagem para ela porque na atividade da semana anterior três alunas escreveram que não enxergavam no quadro. Ela explicou os casos, disse que teve teste na escola, mas que ela estava atenta. Comentamos também sobre uma aluna que eu percebo que precisa de atenção, porque ela sempre quer falar, mas quando tem a oportunidade trava, reclama de dores no corpo todo, mas que eu tinha percebido que não era dor de verdade e sim vontade de ficar perto e conversar. A professora comentou que falta atenção, ela sempre se sente diminuída nas tarefas e em casa também. (Diário, 7ª intervenção, 13º parág.)

Figura 26 - Atividade na qual uma criança trouxe a dificuldade de enxergar no quadro



" (-) cadeira – falta ser macia

(+) carteira – boa

(-) lousa – eu não enxergo muito bem de longe

(+) mesa da professora – certa, grande e boa".

Fonte: Acervo da autora (2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Há dois anos, quando se iniciou o processo desta pesquisa, os objetivos ainda, não eram claros, a metodologia permeava pelos campos do ensino formal e a pesquisadora dava seus pequenos passos, com certa ingenuidade, pelo mundo da ciência e pesquisa. As falhas e os sucessos da caminhada somados a ânsia pelo viver e experienciar o que as crianças traziam, transformaram o olhar e direcionaram a condução deste trabalho, feito a tantas mãos, ou melhor dizendo, de mãos dadas na roda de conversas diárias.

Com este trabalho pode-se aproximar a pesquisa às crianças e suas vivências, e mais do que isto, elas foram as vozes que determinaram os caminhos, como um guia, o desenvolvimento das intervenções e também das reflexões que surgiram. Estas sempre valiosas ao trabalho desenvolvido, pois através do processo o próprio pesquisador se fez objeto de estudo e sujeito de reinvenção para melhora da prática.

O trabalho foi desenvolvido, construído e reconstruído a cada intervenção, sendo descrito em diário de campo e continuamente analisado para explorar as formas de aproximar os estudantes às práticas, mas principalmente, abrir as possibilidades ao local de fala, para explorar a realidade em relação ao conhecimento prévio, as dificuldades e o que de novo as intervenções proporcionavam em relação a postura dinâmica e estática dos escolares.

Foi possível a identificação da percepção das crianças sobre o conhecimento dos bons hábitos posturais, pois elas antes mesmo das intervenções, já traziam consigo o conhecimento sobre a coluna e algumas lesões, como sentar corretamente na carteira escolar, o peso da mochila e seu transporte, conheciam exercícios que reduziam a dor na coluna, entre outros. Houve um impacto significativo somente no conhecimento sobre a forma de dormir corretamente, pois como visto, as crianças já traziam consigo conhecimento elevado sobre os bons hábitos posturais.

Também foi possível identificar que as ações não trouxeram melhora do relato de dores, porém, os achados desta pesquisa mostram as elevadas porcentagens de crianças que relatam dor nas costas e cansaço enquanto estão na

escola e sentadas na cadeira escolar, apontando que medidas preventivas devem ser tomadas.

Identificou-se, que apesar do conhecimento prévio trazido, as ações não eram colocadas em práticas, como por exemplo, na postura sentada de forma adequada. Eles compreendiam a melhor forma de se manter sentado e a utilização de ferramentas que melhoram a condição postural, como o apoio de pés, porém trazem como demanda a ideia de que a manter a mesma postura, mesmo que de forma correta, gera incômodos. As crianças demonstraram que o conhecimento adquirido até então, ainda não se fazia experiência vivida, não só por não quererem praticar, mas também por influências de vários fatores externos que contribuem para o não cuidar de si.

Ao final das intervenções os pais e professores foram entrevistados, possibilitando conhecer a percepção dos mesmos sobre o desenvolvimento daquelas. Os pais apontaram que as crianças atuaram como multiplicadoras do conhecimento, pois levaram para seus familiares diversas situações e até mesmo correções quanto aos hábitos posturais. Além disso, eles ressaltaram a importância destas ações de educação em saúde no ambiente escolar, pois estas se apresentam como alternativas para o aprendizado, além dos cadernos e lousa. A professora, por sua vez, reconhece a importância do fisioterapeuta no ambiente escolar, porém traz que após as intervenções, não conseguiu perceber o que as ações puderam contribuir para as crianças e para a escola.

As atividades realizadas proporcionaram que os estudantes experienciassem o saber e o fazer frente as possibilidades de melhoria dos hábitos posturais. Com as práticas e a aproximação com o campo, pode-se compreender melhor como a educação pode interferir na construção do autocuidado corporal. E mais do de se colocar no campo, foi a imersão do fisioterapeuta no ambiente escolar, saindo de seu local de atuação habitual e se abrindo a conhecer o contexto e a avaliar as reais necessidades e as suas possibilidades de intervir. Com isto, é importante destacar o papel fundamental deste profissional na Atenção Básica, que ainda busca por seus espaços e reconhecimento seu papel e potencialidades.

Com a experiência vivida, pode-se observar que existem ações, tanto no ambiente escolar, quanto no familiar que possibilitam o aprendizado das crianças sobre alguns aspectos dos cuidados com a coluna, porém não são garantidos meios

para que as práticas se desenvolvam. As impossibilidades são geradas pelo sistema educacional que normatizam os comportamentos e posturas engessadas no espaço escolar, além da falta de estrutura física que minimizem o impacto sobre as estruturas corporais.

A educação deve proporcionar aos estudantes uma formação integral, incluindo o conhecimento sobre promoção de saúde. E para isto, é preciso que a aprendizagem se dê de forma significativa, com a participação de todos (profissional de saúde, estudantes, família e escola) de forma articulada e crítica, compreendendo suas funções, numa rede solidária, mas que ao mesmo tempo garanta a autonomia dos indivíduos.

A atuação preventiva, que inicialmente se elaborava neste estudo, se desabrocha em algo muito mais amplo, que é a promoção da saúde, pois não só falou em formas de não adoecer, foi muito além, avançou-se nas questões entre o bem-estar individual e coletivo, onde a participação de todos foi fundamental na construção e troca diária de conhecimento com a finalidade de melhorar a qualidade de vida de todos que vivenciaram àquele contexto específico.

Assim, o fisioterapeuta, por meio da metodologia participava, ou seja, trazendo a horizontalidade ao processo, pode desenvolver com os escolares práticas sobre hábitos posturais que permitem aprendizagens significativas, dialogando com a realidade vivenciada, sendo a escola e a família fundamentais no processo. As práticas em saúde, de modo geral, e em particular as que permeiam o mundo escolar de crianças e adolescentes articulam setores e devem integrar suas ações no sentido de empoderar os sujeitos. O trabalho deve encontrar caminhos para ressignificar o modelo biomédico detentor do conhecimento que ainda é norteador da atuação de tantos profissionais de saúde.

Com isto, entende-se que os objetivos desta pesquisa foram alcançados, no sentido de sistematizar a experiência vivida pela fisioterapeuta e também professora, unindo os dois conhecimentos na construção da educação em saúde, no âmbito da saúde escolar. Apresentou-se possibilidades no diálogo, transformando ações de todos os envolvidos, valorizando a integralidade do cuidado. E mais do que isso, abriu-se espaço para reflexões, mostrando que o caminho não se encerra aqui, mas sim abre possibilidades para resgatar o olhar para saúde do escolar, que muitas vezes são deixadas como um segundo plano na saúde pública. A escola

possibilita ações que ultrapassam os exames de vista, que são necessários, mas vai além, é um espaço de troca e multiplicidade do conhecer, é a vida vivida, são os beijos molhados, são abraços apertados que se expressam no corpo, na fala e no olhar, ou seja, onde a saúde deve estar.

Pretende-se desenvolver projetos futuros a partir das análises aqui dispostas, buscando a aproximação com todo o corpo escolar, inicialmente apresentando os resultados encontrados aos docentes da escola que aqui foi objeto de estudo, e isto com o intuito de encontrar respostas ainda não encontradas nesta pesquisa e novas propostas de atuação.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABCMED. **Dor no quadril**: como ela é e quais são as causas? O que posso fazer para aliviar? 2013. Disponível em: <https://www.abc.med.br/p/ortopedia-e-saude/353634/dor-no-quadril-como-ela-e-e-quais-sao-as-causas-o-que-posso-fazer-para-aliviar.htm>. Acesso em: 10 ago. 2019.
- AINHAGNE, M.; SANTHIAGO, V. Cadeira e mochila escolares no processo de desenvolvimento da má postura e possíveis deformidades em crianças de 8-11 anos. **Colloquium Vitae**, Presidente Prudente, v. 1, n. 1, p. 1-7, 2009. Disponível em: <http://revistas.unoeste.br/revistas/ojs/index.php/cv/article/viewFile/149/558>. Acesso em: 12 jul. 2018.
- ADEYEMI, A. J.; ROHANI, J. M.; RANI, M. R. A. Backpack-back pain complexity and the need for multifactorial safe weight recommendation. **Applied Ergonomics**, London, v. 58, p. 573-582, 2017. DOI 10.1016/j.apergo.2016.04.009.
- ANGELINO de Oliveira. *In*: ENCICLOPÉDIA Itaú Cultural de Arte e Cultura Brasileiras. São Paulo: Itaú Cultural, 2020. Disponível em: <http://enciclopedia.itaucultural.org.br/pessoa12166/angelino-de-oliveira>. Acesso em: 5 ago. 2020.
- AZEVEDO, I. O.; RODRIGUES, M. A. Programa saúde na escola: cuidar para governar. **Review of ReseaRch**, India, v. 7, n. 8, p. 1–7, 2018. Disponível em: www.lbp.world.
- BACK, C. M. Z.; LIMA, I. A. X. Fisioterapia na escola: avaliação postural. **Fisioterapia Brasil**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 72-77, 2009. Disponível em: <http://fisio-tb.unisul.br/Tccs/06b/cristinaback/artigocristina.pdf>. Acesso em: 10 jul. 2018.
- BADARÓ, A. F. V.; NICHELE, L. F. I.; TURRA, P. Investigação da postura corporal de escolares em estudos brasileiros. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 22, n. 2, p.197-204, 2015. DOI 10.590/1809-2950/13384622022015.
- BARBOSA, L. G.; VIDAL, M. C. R.; TAMBELLINI, A. T. A postura sentada e a motricidade humana no contexto da criança escolar: a mochila não é a única responsável pelos problemas posturais. **Fisioterapia Brasil**, São Paulo, v. 7, n. 4, p. 244-249, 2006. DOI: <http://dx.doi.org/10.33233/fb.v7i4.1910>.
- BATISTÃO, M. V.; CARNAZ, L.; MOREIRA, R. F. C.; SATO, T. O. Effects of a muscular stretching and strengthening school-based exercise program on posture, trunk mobility, and musculoskeletal pain among elementary schoolchildren – a randomized controlled trial. **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba, v. 32, p. e003208, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S010351502019000100203&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 10 fev. 2020.

BENINI, J.; KAROLCZAK, A. P. B. Benefícios de um programa de educação postural para alunos de uma escola municipal de Garibaldi, RS. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 346-351, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-29502010000400012. Acesso em: 26 ago. 2018.

BERBEL, N. A. N. As metodologias ativas e a promoção da autonomia de estudantes. **Semina: Ciências Sociais e Humanas**, Londrina, v. 32, n. 1, p. 25-40, 2011. DOI 10.5433/1679-0359.2011v32n1p25.

BISPO JÚNIOR, J. P. Fisioterapia e saúde coletiva: desafios e novas responsabilidades profissionais. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.15, p.1627-1636, 2010. Suplemento 1. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000700074>.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: introdução aos parâmetros curriculares nacionais**. Brasília: MEC/SEF, 1997. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf>. Acesso em: 16 abr. 2020.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. **Programa saúde nas escolas**. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/expansao-da-rede-federal/194-secretarias-112877938/secad-educacao-continuada-223369541/14578-programa-saude-nas-escolas>. Acesso em: 15 out. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde na escola**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Cadernos de Atenção Básica; n. 24). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_24.pdf. Acesso em: 27 dez. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde** (Documento para discussão). Brasília, 2002. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_prom_saude.pdf. Acesso em: 16 jan 2021.

BRZEK, A.; PLINTA, R. Exemplification of movement patterns and their influence on body posture in younger school-age children on the basis of and authorial program “I take care of my spine”. **Medicine**, Baltimore, v. 95, n. 12, p. e2855, 2016. DOI 10.1097/MD.0000000000002855.

BONDÌA, J. L. Notas sobre a experiência e o saber da experiência. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, n.19, p. 20-28, 2002. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-24782002000100003>.

BONDÌA, J. L. Experiência e alteridade em educação. **Revista Reflexão e Ação**, Santa Cruz do Sul, v.19, n. 2, p. 4-27, 2011. DOI: <http://dx.doi.org/10.17058/rea.v19i2.2444>

BUENO, R. C. S.; RECH, R. R. Desvios posturais em escolares de uma cidade do Sul do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 237-242, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-05822013000200016>.

CALVO-MUNOZ, I.; GOMEZ-CONESA, A.; SANCHEZ-MECA, J. Prevalence of low back pain in children and adolescents: a meta-analysis. **BMC Pediatrics**, London, v. 13, p. 14, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1186/1471-2474-13-152>.

CANDOTTI, C. T.; NUNES, S. E. B.; NOLL, M.; FREITAS, K.; MACEDO, C. H. Efeitos de um programa de educação postural para crianças e adolescentes após oito meses de seu término. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 29, n. 4, p. 577-583, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-05822011000400017>.

CARABETTA JUNIOR, V. Rever, pensar e (re)significar: a importância da reflexão sobre a prática na profissão docente. **Revista Brasileira de Educação Médica**, São Paulo, v. 34, n. 4, p. 580-586, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022010000400014>.

CARRERA, I. 14 dicas para manter sua coluna no dia a dia. **Epoca**, Porto Alegre, 14 out. 2014. Disponível em: <https://epoca.globo.com/vida/vida-util/saude-e-bem-estar/noticia/2014/10/14-dicas-para-manter-bpostura-e-nao-prejudicar-sua-colunab-no-dia-dia.html>. Acesso em: 27 ago. 2019.

CARVALHO, F. F. B. **A saúde na escola e a promoção da saúde**: conhecendo a dinâmica intersetorial em Duque de Caxias e Nova Iguaçu – RJ. 2012. Dissertação (Mestrado) - Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/24288/1/816.pdf>. Acesso em: 6 jan. 2021.

CARVALHO, G. A saúde pública no Brasil. **Estudos Avançados**, São Paulo, v. 27, n. 78, p. 7-26, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142013000200002>.

CECCIN, R. B.; BURD, E.G.; PETTRUCI, L. E.S.; SANTOS, N.; SILVEIRA, R. Reflexão e ação pela criança e adolescente com vistas à saúde integral coletiva. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE SAÚDE COLETIVA, 3, 1992. Porto Alegre. **Programa...** Porto Alegre, 1992. p. 33.

COELHO, J. J.; GRACIOSA, M. D.; MEDEIROS, D. L.; COSTA, L. M. R.; MARTINELLO, M.; RIES, L. G. K. Influência do perfil nutricional e da atividade física na postura de crianças e adolescentes. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 136-142, 2013. DOI 10.1590/S1809-29502013000200007.

CONFERÊNCIA NACIONAL DE SAÚDE, 8, Brasília, 1986. Relatório Final...Brasília, Ministério da Saúde, 1986.

COSTA, M. A. A.; SILVA, F. M. C.; SOUZA, D. S. Parceria entre escola e família na formação integral da criança. **Revista Práticas Educativas, Memórias e Oralidades**, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. 1-14, 2019. DOI: <https://doi.org/10.47149/pemo.v1i1.3476>. ISSN: 2675-519X

CRUZ, A.; NUNES, H. Prevalência e fatores de risco de dores nas costas em adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista de Enfermagem Referência**, Coimbra v. 3, n. 6, p. 131-146, 2012. DOI: <http://dx.doi.org/10.12707/RIII1183>.

CRUZ, C. J. S.; PINTO, P. E. P. Os benefícios da atividade física 2018. **Journal of Specialist Scientific Journal**, Belém, v. 1, n. 2, abr./jun. 2018. Disponível em: <http://www.journalofspecialist.com/jos/index.php/jos/article/view/91/46>. Acesso em: 09 out. 2019.

CYRINO, A. P. P. **As competências no cuidado com o diabetes melittus:** contribuições à educação e comunicação em saúde. 2005. Tese (Doutorado em Ciência – Medicina Preventiva) - Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo.

CYRINO, E. G. **Estudo de um programa de saúde escolar em uma escola estadual da periferia de Botucatu.** 1994. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.

DETSCH, C.; LUZ, A. M. H.; CANDOTTI, C. T.; OLIVEIRA, D. S.; LAZARON, F.; GUIMARÃES, L. K.; SCHIMANOSKI, P. Prevalência de alterações posturais em escolares do ensino médio em uma cidade no Sul do Brasil. **Revista Panamericana de Salud Publica**, Washington, v. 21, n. 4, p. 231-238, 2007. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2007.v21n4/231-238/pt>. Acesso em: 10 jun. 2018.

DRZAL-GRABIEC, J.; SNELA, S.; RYKALA, J.; PODGÓSKA, J.; RACHWAL, M. Effects of the sitting position on the body posture of children aged 11 to 13 years. **Work**, Amsterdam, v. 51, n 4, p. 855-862, 2015. DOI 10.3233/WOR-141901.

DOMINGUES, C. L. K. A importância da imaginação na educação. **Analecta**, Guarapuava, Paraná, v.11, n. 2, p. 11-22, 2010. Disponível em: <https://revistas.unicentro.br/index.php/analecta/article/view/2714>. Acesso em: 3 jan. 2021.

DUTRA, H. S.; REIS, V. N. Desenhos de estudos experimentais e quase-experimentais: Definições e desafios na pesquisa em enfermagem. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 10, n. 6, p. 2230-2241, 2016. DOI 10.5205/reuol.9199-80250-1-SM1006201639.

DUTTON, M. **Fisioterapia ortopédica:** exame, avaliação e intervenção. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

FANTACHOLI, F. N. O brincar na educação infantil: jogos, brinquedos e brincadeiras – Um olhar psicopedagógico. **Revista Científica Aprender**, Varginha, v. 5, p. 12, 2011. Disponível em: <http://revista.fundacaoaprender.org.br/?m=201112>. Acesso em: 3 jan. 2021.

FERNANDES, S. M. S.; CASAROTTO, R. A.; JOÃO, S. M. A. Effects of educational sessions on school backpack use among elementary school students. **Revista**

Brasileira de Fisioterapia, São Carlos, v. 12, n. 6, p. 447-453, 2008. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/e9ad/b384580f2b4d5ab05c519ef018dcde94a8d.pdf>. Acesso em: 10 jun. 2018.

FERNANDES, C. S.; MARTINS, T.; SILVA-ROCHA, N.; MENDES, M. “Jogo da postura”: programa de intervenção de enfermagem em crianças. **Aquichán**, Bogotá, v. 17, n. 2, p. 195-203, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.5294/aqui.2017.17.2.8>.

FETTWEIS, T.; ONKELINX, M. N.; SHWARTZ, C.; DEMOULIN, C.; CROISIER, J. L.; VANDERTHOMMEN, M. Influence of a dynamic seating habit on lumbar motor control in schoolchildren. **Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation**, Amsterdam, v. 31, n. 2, p. 347-353, 2018. DOI 10.3233/BMR-169763.

FIANCO, F. Adorno: ideologia, cultura de massa e crise da subjetividade. **Revista Estudos Filosóficos**, São João del-Rei, n. 4, p. 128-142, 2010. Disponível em: <http://www.ufs.edu.br/revistaestudosfilosoficos>. Acesso em: 14 nov. 2020.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996. (Coleção Leitura).

FRIEDMANN, A. **A arte de brincar: brincadeiras e jogos tradicionais**. 9. ed. Petrópolis: Vozes, 2012.

GALLO, S. O aprender em múltiplas dimensões. **Perspectivas da Educação Matemática**, Campo Grande, v. 10, n. 22, p. 103-114, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/pedmat/article/view/3491>. Acesso em: 06 jan. 2021.

GARCIA, M. A. A. Saber, agir e educar: o ensino-aprendizagem em serviços de saúde. **Revista de Educação PUC-Campinas**, Campinas, n. 9, p. 72-82, 2000. Disponível em: <http://periodicos.puccampinas.edu.br/seer/index.php/reeducacao/article/view/409>. Acesso em: 8 set. 2019.

GELDHOF, E.; CARDON, G.; BOURDEAUDHUIJ, I.; DANNEELS, L.; COOREVITS, P.; VANDERSTRAETEN, G.; CLERCQ, D. Effects of back posture education on elementary schoolchildren's back function. **European Spine Journal**, Heidelberg, v. 16, p. 829-839, 2007. DOI 10.1007/s00586-006-0199-4.

GUAN, H.; et al. Promoting healthy movement behaviours among children during the COVID-19 pandemic. **The Lancet** (Online), v. 4, p. 416-418, 2020. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30131-0](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30131-0).

HOLLIDAY, O. J. **Para sistematizar experiências**. 2. ed. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2006.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Cidades e estados:** Botucatu. Rio de Janeiro: IBGE, 2010/2019. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/sp/botucatu.html>. Acesso em: 4 ago. 2020.

JAIRNILSON, S. P.; ALMEIDA FILHO, N. **Saúde coletiva:** teoria e prática. Rio de Janeiro: MedBook, 2014. p. 13-27.

KISHIMOTO, T. M. **Jogos infantis:** o jogo, a criança e a educação. 17. ed. Petrópolis: Vozes, 2012.

KISNER, C.; COLBY, L. A. **Exercícios terapêuticos:** fundamentos e técnicas. 4. ed. Barueri: Manole, 2005.

KLIEMANN, M. P.; FERREIRA, M. S. Análise ergonômica do trabalho em célula de produção de componentes automotivos: abordagem top-down e bottom-up. **Revista da Graduação**, Porto Alegre, v. 3, n. 1, p. 1-33, 2015. Disponível em: <https://docplayer.com.br/17924026-Analise-ergonomica-do-trabalho-em-celula-de-producao-de-componentes-automotivos-abordagem-top-down-e-bottom-up.html>. Acesso em: 27 ago. 2019.

LARROSA, J. Algunas notas sobre la experiencia y sus lenguajes. *In:* CONFERENCIA DADA EN EL SEMINARIO INTERNACIONAL “LA FORMACIÓN DOCENTE ENTRE EL SIGLO XIX Y EL SIGLO XXI”, 2003, Buenos Aires. **Conferência** [...]. Buenos Aires: Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología - Organización de Estados Iberoamericanos, 2003.

LIMA FILHO, B. F.; SOUZA, I. D. T.; LOPES, J. M.; PEREIRA, S. A.; BARONI, M. P. Educação postural em escolares: existe diferença na aprendizagem entre escolas públicas e privadas? **Revista Baiana de Saúde Pública**, Salvador, v. 39, n.1, p. 50-63, 2015. Disponível em: http://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/877/pdf_607. Acesso em: 10 fev. 2020.

LONGO, R. D. R. **A postura e os hábitos de vida como fatores para consciência corporal.** Maringá, 2008. Disponível em: http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/producoes_pde/artigo_reginaldo_dimas_raimundo_longo.pdf. Acesso em: 8 set. 2019.

LOPES, R. E.; BORBA, P. L. O.; TRAJBER, N. K. A.; SILVA, C. R.; CUEL, B. T. Oficinas de atividades com jovens da escola pública: tecnologias sociais entre educação e terapia ocupacional. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v. 15, n. 36, p. 277-288, 2011.

MARQUES, M. G. Consciência corporal: o que é? **Revista Ensaio Geral**, Belém, v. 1, n. 1, p. 1-7, 2009. Disponível em: http://www.revistaeletronica.ufpa.br/index.php/ensaio_geral/article/viewFile/98/28. Acesso em: 9 out. 2019.

MINAYO, M. C. S. org. **A saúde em estado de choque.** Rio de Janeiro: Fase, 1986.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes, 2016.

MONTEIRO, R. F. **Jogos dramáticos**. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1979.

MORAES, S. E. Os buracos da lousa: reflexões sobre um tema de pesquisa. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 36, n. 129, p. 653-672, 2006. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-15742006000300008>.

NASCIMENTO, P. R. C.; COSTA, L. O. P. Prevalência de dor lombar no Brasil: uma revisão sistemática. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 6, p. 1141-1155, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2015000601141&script=sci_abstract&tIng=pt. Acesso em: 10 fev. 2020.

NOLL, M.; CANDOTTI, C. T.; VIEIRA, A. Escola postural: revisão sistemática dos programas desenvolvidos para escolares no Brasil. **Movimento**, Porto Alegre, v. 18, n. 4, p. 265-291, 2012. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/24358>. Acesso em: 10 ago. 2018.

NOLL, M.; CANDOTTI, C. T.; ROSA, B. N.; LOSS, J. F. Back pain prevalence and associated factors in children and adolescents: na epidemiological population study. **Revista de Saude Publica**, São Paulo, v. 50, n. 31, p. 1-10, 2016. DOI 10.1590/S1518-8787.2016050006175.

OLIVEIRA, C. B. E.; MARINHO-ARAÚJO, C. M. A relação família-escola: intersecções e desafios. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 99-108, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000100012>.

OLIVEIRA, I. A. A dialogicidade na educação de Paulo Freire e na prática do ensino de filosofia com crianças. **Movimento Revista de Educação**, Niterói, v. 4, n. 7, p. 228-253, 2017. DOI: <https://doi.org/10.22409/mov.v0i7.414>.

PARK, J.; KIM, J-S. Effects of spinal health educational programs for elementary school children. **Journal for Specialists in Pediatric Nursing**, Philadelphia, v. 16, p. 121-129, 2011. DOI 10.1111/j.1744-6155.2011.00278.x.

PENHA, P. J.; CASAROTTO, R. A.; SACCO, I. C. N.; MARQUES, A. P.; JOAO, S. M. A. Qualitative postural analysis among boys and girls of seven to ten years of age. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 12, n. 5, p. 386-391, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-3552008000500008. Acesso em: 12 fev. 2020.

PEREIRA NETO, E. A.; FERREIRA, J. J.; SILVA, K. T. C.; MENDONÇA, M. G. L.; SANTOS, R. N. L. C.; RIBEIRO, K. S. Q. S. Saúde na escola: reflexões a partir das vivências de estudantes de fisioterapia. **Tempus, Actas de Saúde Coletiva**, Brasília, v. 10, n. 1, p. 231-239, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.18569/tempus.v10i1.1620>.

PRATA, M. R. S. A produção da subjetividade e as relações de poder na escola: uma reflexão sobre a sociedade disciplinar na configuração social da atualidade. **Rev. Bras. Educ.** [online]. n.28, p.108-115, 2005. ISSN 1809-449X. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-24782005000100009>.

REBOLHO, M. C. T. **Efeitos da educação postural nas mudanças de hábitos em escolares de 1ª a 4ª séries do ensino fundamental**. São Paulo. Dissertação (Mestrado em Ciências – Fisiopatologia Experimental) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5160/tde-29092005-160511/pt-br.php>. Acesso em: 5 jun. 2018.

RIBEIRO, A. C. R.C.; MARQUES, M. C.C.; MOTA, A. A gripe espanhola pela lente da história local: arquivos, memória e mitos de origem em Botucatu, SP, Brasil, 1918. **Interface**, Botucatu, v. 24, p. 1-16, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/interface.190652>.

ROCHA, I. P. Consciência corporal, esquema corporal e imagem do corpo. **Corpus et Scientia**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, p. 26-36, 2009. Disponível em: <http://apl.unisuam.edu.br/revistas/index.php/corpusetscientia/article/view/161>. Acesso em: 9 out. 2019.

ROCHA, L. E.; CASAROTTO, R. A.; SZNELWAR, L. Uso de computador e ergonomia: um estudo sobre as escolas de ensino fundamental e médio de São Paulo. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 29, n.1, p. 79-87, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1517-97022003000100006>.

RODRÍGUEZ-OVIEDO, P.; SANTIAGO-PÉREZ, M. I.; PÉREZ-RÍOS, M.; GOMÉZ-FERNÁNDEZ, D.; FRENÁNDEZ-ALONSO, A.; CARREIRA-NÚÑEZ, I.; GARCÍA-PACIOS, P.; RUANO-RAVINA, A. Backpack weight and back pain reduction: effect of na intervention in adolescents. **Pediatric Research**, New York, v. 84, p. 34-40, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41390-018-0013-0>.

ROMERA, L.; RUSSO, C.; BUENO, R. E.; PADOVANI, A.; SILVA, A. P. C.; SILVA, C. R.; ABREU, G.; BINI, I.; CAMPOS, P. B.; SILVA, P. D. O lúdico no processo pedagógico da educação infantil: importante, porém ausente. **Movimento**, Porto Alegre, v.13, n. 2, p.131-152, 2007. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.3550>.

SANTOS, N. B.; SEDREZ, J. A.; CANDOTTI, C. T.; VIEIRA, A. Efeitos imediatos e após cinco meses de um programa de educação postural para escolares do ensino fundamental. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 199-206, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2017;35;2;00013>.

SAMPAIO, M. H. L. M.; OLIVEIRA, L. C.; PINTO, F. J. M.; MUNIZ, M. Z. A.; GOMES, R. C. T. F.; COELHO, G. R. L. Postural changes and pain in the academic performance of elementary school students. **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba, v. 29, n. 2, p. 295-303, 2016. DOI: <http://dx.doi.org.10.1590/01035150.029.002.AO08>.

SCLIAR, M. O nascimento da saúde pública. **Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical**, Uberaba, v. 21, n. 2, p. 87-88, 1988. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsbmt/v21n2/14.pdf>. Acesso em: 16 abr. 2020.

SCLIAR, M. História do conceito de saúde. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 29-41, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312007000100003>.

SILVA, E. R. **Avaliação ergonômica**: a ergonomia como ferramenta importante para uma melhor usabilidade do smartphone (celular). 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Engenharia de Produção) - Unidade Delmiro Gouveia, Campus do Sertão, Universidade Federal de Alagoas, Delmiro Gouveia, 2019. Disponível em: <http://www.repositorio.ufal.br/handle/riufal/5748>. Acesso em: 25 set. 2019.

SILVA, D. P. S.; BOTTENTUIT JUNIOR, J. B. O corpo vivo: a linguagem corporal na educação de crianças pequenas. **Espacios**, Panamá, v. 38, n. 20, p. 6-11, 2017. Disponível em: <http://www.revistaespacios.com/a17v38n20/a17v38n20p06.pdf>. Acesso em: 6 jan. 2021.

SILVA, L. R.; RODAKI, A. L. F.; BRANDALIZE, M.; LOPES, M. F. A.; BENTO, P. C. B.; LEITE, N. Alterações posturais em crianças em adolescentes obesos e não-obesos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 13, n. 6, p. 448-454, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v13n6/a07v13n6>. Acesso em: 29 ago. 2018.

SILVA, R. C. R. A.; PEREIRA, E. R.; ESPÍRITO SANTO, F. H.; SILVA, M. A. Cultura, saúde e enfermagem: o saber, o direito e o fazer crítico-humano. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 10, n. 4, p. 1165-1171, 2008. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v10/n4/v10n4a30.htm>. Acesso em: 15 nov. 2020.

SOMEKAWA, A. S.; COCKELL, F. F.; BORDON, L. B.; ARAÚJO, N. N. P.; ESPERANÇA, G. T. M.; PIRES, A. S. Saúde na escola: o que é certo ou errado quando se trata de postura? **Em Extensão**, Uberlândia, v. 12, n. 2, p. 195-204, 2013. Disponível em: <http://www.seer.ufu.br/index.php/revextensao/article/view/20872>. Acesso em: 15 fev. 2020.

SOUZA JUNIOR, J. V.; SAMPAIO, R. M. M.; AGUIAR, J. B.; PINTO, F. J. M. Perfil dos desvios posturais da coluna vertebral em adolescentes de escolas públicas do município de Juazeiro do Norte – CE. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v.18, n.4, p. 311-316, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1809-29502011000400003>.

STRAUBE, S.; HARDEN, M.; SCHRÖDER, H.; ARENDACKA, B.; FAN, X.; MOOREC, A.; FRIEDE, T. Back schools for the treatment of chronic low back pain: possibility of benefit but no convincing evidence after 47 years of research—systematic review and meta-analysis. **Pain**, Hagerstown, v. 157, n. 10, p. 2160–2172, 2016. DOI 10.1097/j.pain.0000000000000640.

SURI, C.; SHOJAEI, I.; BAZRGARI, B. Effects of school backpacks on spine biomechanics during daily activities: a narrative review of literature. **Human Factors**, New York, v. 62, n. 6, p. 909-918, 2020. DOI 10.1177/0018720819858792.

SYAZWAN, A. I.; MOHAMAD AZHAR, M. N.; ANITA, A. R.; SHAHARUDDIN, M. S.; MUHAMAD HANAFIAH, J.; MUHAIMIN, A. A.; NIZAR, A. M.; MOHD RAFE, B.; MOHD IBTHISHAM, A.; KASANI, A. Poor sitting posture and a heavy schoolbag as contributors to musculoskeletal pain in children: an ergonomic school education intervention program. **Journal of Pain Research**, New Zealand, v. 4, p. 287-296, 2011. DOI: <http://dx.doi.org/10.2147/JPR.S22281>.

TRAGTENBERG, M. Relações de poder na escola. **Lua Nova**, São Paulo, v.1, n.4, p. 68-72, 1985. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-64451985000100021>.

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Faculdade de Medicina, Campus Botucatu. **História da criação da Unesp**. Botucatu: FMB, 2020. Disponível em: <https://www.unesp.br/apresentacao/historico.php>. Acesso em: 4 ago. 2020.

VIDAL, J.; BORRÀS, P. A.; PONSETI, F. J.; CANTALLOPS, J.; ORTEGA, F. B.; PALOU, P. Effects of a postural education program on school backpack habits related to low back pain in children. **European Spine Journal**, Heidelberg, v. 22, p. 782–787, 2013. DOI 10.1007/s00586-012-2558-7.

VITTA, A.; VITTA, F. C. F.; GATTI, M. A. N.; SIMEÃO, S. F. A. P. Jogos educativos e aula expositiva: comparação de procedimentos educativos sobre a postura sentada. **Journal of Human Growth and Development**, Santo Ansdre, v. 22, n. 1, p. 1-9, 2012. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/jhgd/article/view/20049>. Acesso em: 20 nov. 2020.

VIEIRA, A.; TRECHEL, T. L.; CANDOTTI, C. T.; NOLL, M.; BARTZ, P. T. Efeitos de um programa de educação postural do terceiro ano do ensino fundamental de uma escola estadual de Porto Alegre (RS). **Fisioterapia em Pesquisa**, São Paulo, v. 22, n. 3, p. 239-245, 2015.

VIEIRA, D. B. A. L. P.; BERESOSKI, C. M.; CAMARGO, M. Z.; FERNANDES, K. B. P.; SIQUEIRA, C. P. C. M.; FUJISAWA, D. S. Sinais precoces de escoliose em crianças pré-escolares. **Fisioterapia em Pesquisa**, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 69-75, 2015. DOI 10.590/1809-2950/13269222012015.

VIEIRA, A. C. C. **Orientações posturais preventivas para escolares do ensino fundamental**: proposta de inclusão do tema pelo Programa Saúde na Escola. 2011. Dissertação (Mestrado em Ensino em Ciência da Saúde e do Meio Ambiente) - Fundação Oswaldo Aranha, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, 2011. Disponível em: http://sites.unifoa.edu.br/portal_ensino/mestrado/mecasma/arquivos/26.pdf. Acesso em: 22 ago. 2019.

VILLARDI, M. L. **A equipe da Saúde da Família e a atenção a saúde da criança em idade escolar**: um desafio social. Botucatu, 2011. Dissertação (Mestrado em

Saúde Pública) – Faculdade de Medicina de Botucatu, Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2011.

ZAPATER, A. R.; SILVEIRA, D. M.; VITTA, A.; PADOVANI, C. R.; SILVA, J. C. P. Postura sentada: a eficácia de um programa de educação para escolares. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, 191-199, 2004. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232004000100019. Acesso em: 27 ago. 2018.

Apêndice A

Carta de Autorização da Escola

CARTA DE AUTORIZAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA DE MESTRADO SOB O TÍTULO: "FISIOTERAPIA PREVENTIVA NA MELHORA DA QUALIDADE POSTURAL DE ESCOLARES"

Pós-Graduando, estudante pesquisadora: Izis Fernanda de Oliveira Possetti
Curso: Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da FMB

DADOS DA UNIDADE ESCOLAR

NOME DO DIRETOR (a) OU RESPONSÁVEL:

Eliane Severino Pacheco

NOME DA ESCOLA:

EMEF Angelino de Oliveira

ENDEREÇO COMPLETO:

Rua Theotônio de Araújo, 660 P. Antártica

TELEFONE: 3811-3127

Botucatu 15 de fevereiro de 20 19

Local e data



Assinatura do Diretor ou
Responsável

Eliane Severino Pacheco
Diretora Escolar
-Designada-
RG: 30.245.331-3

Apêndice B**TCLE - Estudantes****TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)
(Para participação de menores entre 0 a 11anos)**

CONVIDO, o Senhor (a), _____ responsável pelo menor _____ para participar do Projeto de Pesquisa intitulado "FISIOTERAPIA PREVENTIVA NA MELHORADA QUALIDADE POSTURAL DE ESCOLARES", que será desenvolvido por mim, Fisioterapeuta Izis Fernanda de Oliveira Possetti, com orientação da Professora Eliana Goldfarb Cyrino da Faculdade de Medicina de Botucatu -UNESP.

Estou estudando o efeito de um programa de intervenção com ações educativas sobre a postura dinâmica de escolares do ensino fundamental I em atividades na escola. No qual aplicaremos questionários aos estudantes e após realizaremos encontros lúdicos com rodas de conversas, pintura, colagens, entre outros abordando a temática da educação postural.

Além disso, solicito que o Senhor(a) _____ responda a um questionário que levará uns 15 minutos de duração, na qual serão gravadas e transcritas, e após as gravações serão apagadas.

O benefício que seu filho (a) terá em participar será redução da incidência de alterações posturais e dores na coluna de crianças e adolescentes, promovendo a saúde e o adequado desenvolvimento das crianças

Fique ciente, que a participação do seu filho neste estudo é voluntária e que mesmo após ter dado seu consentimento para participar da pesquisa, você poderá retirar a qualquer momento, sem qualquer prejuízo na continuidade do tratamento do seu filho(a).

Este Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será elaborado em 2 vias de igual teor, o qual 01 via será entregue ao Senhor (a) devidamente rubricada, e a outra via será arquivada e mantida pelos pesquisadores por um período de 5 anos após o término da pesquisa.

Qualquer dúvida adicional você poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa através dos telefones (14) 3880-1608 ou 3880-1609 que funciona de 2ª a 6ª feira das 8:00 às 12.00 e das 13.30 às 17horas, na Chácara Butignolli s/nº em Rubião Júnior - Botucatu - São Paulo. Os dados de localização dos pesquisadores estão abaixo descrito:

Após terem sido sanadas todas minhas dúvidas a respeito deste estudo, **CONCORDO** que meu (minha) filho (a) participe de forma voluntária, estando ciente que todos os seus dados estarão resguardados através do sigilo que os pesquisadores se comprometeram. Estou ciente que os resultados desse estudo poderão ser publicados em revistas científicas.

Botucatu, ____/____/____

Pesquisador

Responsável pelo Participante da Pesquisa

Nome: Izis Fernanda de Oliveira Possetti

Endereço: Daniel Faggiotto, 198 Botucatu, São Paulo

Telefone: 14 981380548

Email: izisoliveir@hotmail.com

Nome Eliana Goldfarb Cyrino (orientador)

Endereço: Reverendo Francisco Lotufo, 695 Botucatu, São Paulo

Telefone: 14 991348337

Email: eliana.goldfarb@unesp.br

TCLE - Professora

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

RESOLUÇÃO 466/2012

(Participante maior de 18 anos)

CONVIDO, o Senhor (a) para participar do Projeto de Pesquisa para participar do Projeto de Pesquisa intitulado “FISIOTERAPIA PREVENTIVA NA MELHORADA QUALIDADE POSTURAL DE ESCOLARES”, que será desenvolvido por mim, Fisioterapeuta Izis Fernanda de Oliveira Possetti, com orientação da Professora Eliana Goldfarb Cyrino da Faculdade de Medicina de Botucatu –UNESP.

Estou estudando o efeito de um programa de intervenção com ações educativas sobre a postura dinâmica de escolares do ensino fundamental I em atividades na escola. No qual aplicaremos questionários aos estudantes e após realizaremos encontros lúdicos com rodas de conversas, pintura, colagens, entre outros abordando a temática da educação postural.

O Senhor (a) responderá um questionário que levará uns 30 minutos de duração na qual serão gravadas e transcritas, e após as gravações serão apagadas.

A sua participação trará contribuições para qualificar o trabalho desenvolvido, mostrando a visão do professor sobre as atividades e sobre a atuação dos profissionais de saúde dentro do ambiente escolar.

Fique ciente de que sua participação neste estudo é voluntária e que mesmo após ter dado seu consentimento para participar da pesquisa, você poderá retirá-lo a qualquer momento, sem qualquer prejuízo na continuidade do seu tratamento.

Este Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será elaborado em 2 vias de igual teor, o qual 01 via será entregue ao Senhor (a) devidamente rubricada, e a outra via será arquivada e mantida pelos pesquisadores por um período de 5 anos após o término da pesquisa.

Qualquer dúvida adicional você poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa através dos telefones (14) 3880-1608 ou 3880-1609 que funciona de 2ª a 6ª feira das 8.00 às 11.30 e das 14.00 às 17horas, na Chácara Butignolli s/nº em Rubião

Júnior – Botucatu - São Paulo. Os dados de localização dos pesquisadores estão abaixo descrito:

Após terem sido sanadas todas minhas dúvidas a respeito deste estudo, CONCORDO EM PARTICIPAR de forma voluntária, estando ciente que todos os meus dados estarão resguardados através do sigilo que os pesquisadores se comprometeram. Estou ciente que os resultados desse estudo poderão ser publicados em revistas científicas, sem no entanto, que minha identidade seja revelada.

Botucatu, ____ / ____ / ____

Pesquisador

Participante da Pesquisa

Nome: Izis Fernanda de Oliveira Possetti

Endereço: Daniel Faggiotto, 198 Botucatu, São Paulo

Telefone: 14 981380548

Email: izisoliveir@hotmail.com

Nome Eliana Goldfarb Cyrino (orientador)

Endereço: Reverendo Francisco Lotufo, 695 Botucatu, São Paulo

Telefone: 14 991348337

Email: eliana.goldfarb@unesp.br

Apêndice C

Autorização para o uso do questionário



Ft.Msc. Marília Christina Tenório Rebolho Crefito
3/6550

São Paulo, 30 de Maio de 2019.

Caro Fisioterapeuta Izis Fernanda de Oliveira Possetti
Centro de Saúde Escola "Achilles Luciano Dellevedove" Unidade Auxiliar da Faculdade
de Medicina – UNESP – Campus de Botucatu
Rua Gaspar Ricardo, 181 – Vila dos Lavradores – Botucatu/Sao Paulo/Brasil

Gostaria de agradecer por enviar a carta com o documento assinado, conforme solicitado.

Aproveito esta oportunidade para mais uma vez felicitar a grande iniciativa de desenvolver projetos para crianças em idade escolar, "Fisioterapia Preventiva na melhora da qualidade postural de escolares" sob a Orientação da Profª Drª Eliana Goldfarb Cyrino e Co- orientação Drª Daniela Cristina Godoy.

Nossos questionários estão sendo utilizados com muita frequência por diversas Universidades que oferecem graduação em Fisioterapia, tanto no campo Nacional como Internacional.

Temos orgulho de poder colaborar na formação de futuros colegas que se tornarão profissionais com competências diferenciadas.

É importante ressaltar, a grande oportunidade de oferecer orientações sobre postura&ergonomia preventivas nas escolas. Nossa intenção é alcançarmos o maior número possível de escolares à nível Nacional. O acesso à adoção de hábitos posturais no início dos bancos escolares é um legado a ser conquistar.

Agradeço por poder participar de todas as considerações éticas das publicações que possam ser geradas neste projeto e se possível acessar o material após a sua defesa junto a banca.

Rua Morais de Barros, 398- Campo Belo – São Paulo – SP - CEP: 04614-000 Brasil-

Fone: 55(11)50963935 - www.posturinha.com



www.posturinha.com

Ft.Msc. Marilia Christina Tenorio Rebolho
Credito 3/6550

Seguem em anexos os questionários e o link para acesso:

<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5160/tde-29092005-160511/pt-br.php>

Atenciosamente,

Ft. Marilia Christina Tenorio Rebolho - Credito 3/6550-F

Recomendação: www.posturinha.com

(anexo questionários)

Rua Moraes de Barros, 398- Campo Belo – São Paulo – SP - CEP: 04614-000 Brasil-

Fone: 55(11)50963935 - www.posturinha.com

Apêndice D**Questionário**

Nome: _____ Idade: _____

Data de Nascimento: ____/____/____

Escola: _____ Ano: _____

Data: ____/____/____ Menino() Menina ()

Questionário de Avaliação Inicial e Final**1.) Conte um pouco sobre sua saúde.**

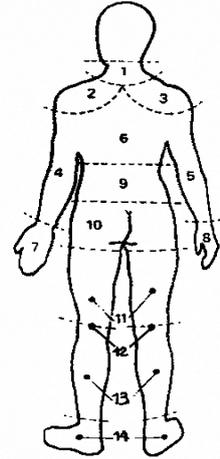
2.) Você já teve alguma doença grave? Sim Não**3.) Se sim, qual foi?**

4.) Já esteve internado? Sim Não**5.) Se sim, por quê?**

6.) Você já teve dores nas costas? Sim Não

7.) Na figura ao lado, marque um X nos números aonde você sente dores

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. Nuca | 8. Mão/Punho D |
| 2. Ombro E | 9. Baixo das Costas |
| 3. Ombro D | 10. Nádegas |
| 4. Braço E | 11. Coxas |
| 5. Braço D | 12. Joelhos |
| 6. Alto das Costas | 13. Pernas |
| 7. Mão/Punho E | 14. Pés |



8.) Se você já teve dores nas costas, em qual situação ocorreu:

Em pé	Sentado	Deitado	Andando
Sempre (___)	Sempre (___)	Sempre (___)	Sempre (___)
Às vezes (___)	Às vezes (___)	Às vezes (___)	Às vezes (___)
Nunca (___)	Nunca (___)	Nunca (___)	Nunca (___)

Aulas de Educação Física	Transportando a Mochila Escolar	Atividades Esportivas
Sempre (___)	Sempre (___)	Sempre (___)
Às vezes (___)	Às vezes (___)	Às vezes (___)
Nunca (___)	Nunca (___)	Nunca (___)

Outras, descreva:

9.) Você se sente cansado quando está sentado na sua cadeira escolar?

(___) Sim (___) Não

10.) Qual o tipo de calçado você costuma vir à escola?

Nome: _____ Idade: _____

11.) Quando você fica sentada(o), o jeito certo da suas costas é:



a) Reta encostada na cadeira
()



b) Curvada encostada na cadeira
()



c) Reta longe da cadeira
()



d) Curvada longe da cadeira
()



e) Não sei
()

12.) Quando você fica sentada(o), o jeito certo do seu bumbum é:



a) Afastado da cadeira escorregando para frente
()



b) Perto da cadeira sem escorregar para frente
()



c) Não sei
()

13.) Quando você fica sentada(o), o jeito certo de seus pés ficarem é:



a) Alcançam o chão, ficam retos, apoiados no chão
()



b) Alcançam o chão com as pontas
()



c) Alcançam o chão, mas fico sentado na ponta da cadeira e não uso as costas
()



d) Pendurados
()



e) Não sei
()

14.) Quando você fica em pé, o jeito certo da suas costas é:



a) Reta
()



b) Curvada para frente com a barriga para frente
()



c) Com o bumbum arrebitado
()



d) Não sei
()

15.) Quando você fica em pé, o jeito certo de seus pés ficarem é:



a) Afastados
()



b) Juntos
()



c) Não sei
()

Nome: _____ Idade: _____

16.) Quando você fica em pé, o jeito certo da sua cabeça ficar é:



- a) Olhando para cima () b) Olhando para baixo () c) Olhando para frente () d) Não sei ()

17.) O jeito certo de carregar a sua mochila escolar é: (Pode assinalar mais de uma alternativa)



- a) Nas costas, com as duas alças em um ombro () b) Nas costas, com uma alça em cada ombro () c) Segurando na mão () d) Na frente, com uma alça em cada ombro () e) Não sei ()

18.) No uso da mochila de rodinha como deve ser a regulagem da altura do puxador?

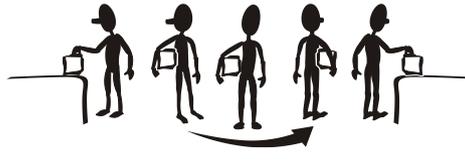
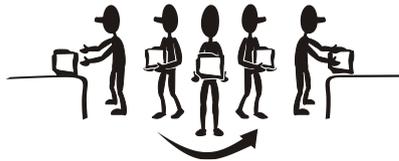
- a) Na altura do quadril;
b) Acima da altura do quadril;
c) Abaixo da altura do quadril;
d) Outro. Descreva

19.) O jeito certo de abaixar, pegar e levantar um objeto do chão é:



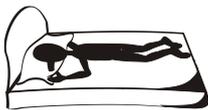
- a) As costas () b) Os joelhos () c) Não sei ()

20.) O jeito certo de mudar um objeto de lugar é:



- a) De frente para o objeto, segura com as duas mãos e gira com o objeto próximo ao corpo () b) De lado, segura com uma mão, e gira com o objeto afastado do corpo () c) Não sei ()

21.) O jeito certo de dormir é: (Pode assinalar mais de uma alternativa)



- a) De barriga para baixo () b) De barriga para cima () c) De lado () h) Não sei ()

Apêndice E

Entrevista semiestruturada

Professora

Apresentação

Fale um pouco sobre seu trabalho como professora.

Como tem sido pra você trabalhar temas relacionados a saúde? Existe alguma capacitação? Alguma orientação escrita?

Você consegue observar se crianças ficam com a postura adequada? Você os corrige?

O tema abordado nesse programa já havia sido trabalhado? Como foi abordado?

Como você percebeu o desenvolvimento desse programa de intervenção?

Como você percebeu a interação da fisioterapeuta com as crianças?

Conte um momento que você reconhece como de aprendizagem significativa para os escolares.

Teve alguma situação que você valorizou mais?

Como você entende que o programa pode contribuir na saúde das crianças?

Percebeu diferença da forma como você e a fisioterapeuta trabalharam?

O que você propõe para qualificá-lo?

Pais/Responsáveis

Seu filho(a) comentou sobre o programa que desenvolvemos na escola voltado a melhoria da postura?

O que ele contou ou valorizou? Você lembra de alguma história que ele te contou?

Teve alguma situação que ele valorizou mais?

Você acha que o programa contribuiu para saúde da criança?

Em que aspecto seu filho reclama de dor nas costas?

Quais as atividades que seu filho realiza fora da escola?

Vocês praticam atividades juntos?

Vocês ficam muito tempo longe da criança, para trabalhar ou outra atividade?

Como as crianças vão para escola (transporte)?

Acha que o programa ajudou?

Que sugestão você faria pra escola trabalhar mais?

Apêndice F

Diário de Campo

1ª Intervenção (22/08/2019) – Aplicação do Questionário

Quando cheguei a porta já estava aberta, eles já estavam me esperando, pois nós já havíamos tido um primeiro contato quando levei o TCLE e neste mesmo dia expliquei o que seria trabalhado com eles nesse projeto. Quando entrei percebi que todos estavam uniformizados e ansiosos, e imediatamente arrumaram a postura.

Prestaram atenção nas orientações para iniciar a aplicação do questionário, o qual eu lia com eles cada questão e só seguiríamos para a questão seguinte quando todos tivessem respondido. Percebi neste momento que alunos ficaram tristes por responderem um questionário, pois eles estavam esperando alguma brincadeira ou qualquer outra atividade. Me perguntaram também se valia nota.

Teve um momento muito fofo, uma menina veio até mim e perguntou se eles poderiam me chamar de Maria Eduarda Postura, eu respondi que sim, é claro! No fundo adorei a ideia.

Voltando a aplicação do questionário, a cada questão sempre tinha alguém querendo contar uma história que ficou doente, e eu tentando só aplicar o questionário angustiada com o tempo, porque se eu ouvisse todas as histórias ficaria lá até o dia seguinte. Tinha um aluno muito preocupado se anemia era uma doença muito grave, outro perguntou se comer demais era doença, e inclusive os alunos que não estavam participando do projeto (por não ter autorização dos pais) contribuíram com alguma história de dor. Fui nas carteiras quando necessário para dar uma ajudinha, alguns ficaram com dúvidas nas questões, outros no português, ou só queriam que eu fosse perto.

Percebi que as carteiras tinham apoio para os pés e logo lembrei de uma atividade que havia planejado para construção de caixinhas para apoio, ou seja, iria ter de descartá-la, e nisto eu comentei esta situação com a professora e ela disse que eles já sabiam várias coisas sobre esse assunto, pois já havia sido trabalhado no conteúdo de ciências no semestre anterior e me mostrou a apostila, que tinha

desenhos da coluna e algumas orientações sobre uma boa postura. Confesso que meu mundo, de fato, caiu naquele momento, e não sei se consigo lembrar de mais detalhes desse dia, pois me fixei nesta situação, e agora cheguei em casa, obviamente olhei os questionários e realmente eles sabem muitas coisas sobre assunto.

2ª Intervenção (30/08/2019) – O que é Saúde?

Quando cheguei na escola, os alunos já estavam esperando na porta, e as meninas com os olhos brilhando já foram comentando sobre meu uniforme rosa, elas, em especial, amaram. Só explicando esta questão, fui caracterizada, e em todas as intervenções seriam da mesma forma, um jaleco rosa e estampado com tema infantil, tênis e óculos rosa também. Pensei na criação de uma identidade própria para esse projeto, mas não tinha pensado em uma personagem, mas quando a aluna na intervenção anterior me chamou de Maria Eduarda Postura, resolvi adotar essa personagem, e assim cheguei no primeiro dia em que realmente iríamos nos conhecer e realizar as nossas trocas.

Pedi para fazermos uma roda, mas como o espaço não era muito grande precisaríamos arrastar as carteiras, e na mesma hora a professora fez uma cara de reprovação e até falou algo como: “nossa, vai fazer uma bagunça”, e realmente foi um pouco tumultuado, mas nos organizamos.

Antes ainda de descrever o que realizamos, fiquei um pouco sem saber o que fazer em relação aos alunos que não tinham a permissão para participar do projeto, perguntei para a professora, e ela disse que eles ficariam em suas carteiras, mas percebi que eles não tinham nenhuma atividade preparada para aquele momento, fiquei um pouco incomodada, porque percebi que eles gostariam de participar. Mas assim, foi.

Voltando a atividade tentei dar espaço de fala para todos, mas tive dificuldade de controlá-los. A professora estava presente e me auxiliou em alguns momentos chamando a atenção deles. Primeiro quis saber deles o que eles esperavam que fosse trabalhado e veio várias respostas que anotei na hora, como postura, brincadeiras, ciências, artes, corpo humano, pintura, arrumar as costas com brincadeiras, reciclagem, fisioterapia e massinha. Então fomos conversando e eu

disse a eles que estavam no caminho certo e que nos trabalharíamos com muita conversa e brincadeiras para descobrirmos o nosso corpo e como cuidar dele.

Após esse momento trabalhamos duas atividades, a primeira conversamos um pouco sobre o que era saúde para eles e depois todos escreveram em uma tarjeta duas palavras que explicasse de alguma forma o que era saúde para eles. Na segunda atividade fomos para a ideia do que é ter saúde, então pedi para eles desenharem o que eles precisavam ter para ter saúde, neste caso eu precisei dar alguns exemplos porque percebi que ficou um pouco abstrato para eles, falei da água limpa, ai eles já falaram da casa e escola limpa, alimentos e assim fomos criando a ideia e acho que eles entenderam.

As atividades foram muito dialogadas e muitas vezes não bastava eles contarem a história para o grupo todo, eles queriam contar outra ou mais detalhes para o colega que estava ao lado. Eles foram muito participativos, fizeram todas as atividades e todos contaram suas histórias, desde os mais tímidos até os mais falantes que muitas vezes contavam 2 ou 3 histórias. Em todo momento percebi a fixação deles pela relação da saúde com a doença, principalmente nos desenhos, que fui olhando enquanto eles faziam. Nas palavras escritas nas tarjetas e coladas na parede, eles relacionaram muito com a alimentação e prática de atividade física. Levantei questões sobre as brincadeiras, amizades, felicidade e cuidado com o próprio corpo para que eles comessem a perceber que esses tópicos explorados também faziam parte da nossa saúde e bem para o nosso corpo. E nisto percebi que a palavra amizade acendeu o grupo, eles falaram que adoram brincar, ficar com os amigos e um garoto comentou algo que até anotei na hora para não esquecer: “como brincar sozinho? Não tem graça!”.

Encerramos a intervenção com cada um contando um pouco sobre algum momento que ficou doente e percebi o quanto foi importante para eles contar sobre suas próprias vidas, foi difícil fazer essa mediação, mas todos contaram e no fim precisei ter uma conversinha mostrando que eu tinha adorado conhecê-los e também o que tinham me contado, mas precisava de mais colaboração da parte deles, aí aproveitei para perguntar se eles tinham gostado da intervenção onde eles falavam mais do que eu, e todos disseram que sim e um aluno disse que adorou desenhar, então eu disse que todos deveriam ser companheiros e ouvir os colegas, porque todos temos histórias legais.

Apesar da dificuldade que encontrei, e sabia que ia encontrar, pois já dei aula para crianças de 6º ano, porém no modelo educacional tradicional verticalizado. A proposta deste projeto com intervenções dialogadas em uma turma de crianças cheia de energia, muita história, imaginação e disposição certamente será um grande desafio, mas hoje, mesmo com toda conversa, vejo que foi muito produtivo pois a conversa girava em torno do assunto, e no fundo era isso que eu queria, escutá-los, dividirmos as experiências e principalmente enxergar a saúde além da doença.

Percebi também que meu tempo não seria suficiente, passei um pouco do horário, então conversei com a professora e perguntei se teria problema eu ficar pouco mais, já que perderíamos bastante tempo pra nos organizar no início e voltar a sala como estava inicialmente. Ela concordou e disse que não teria problema.

3ª Intervenção (05/09/2019) – Formação, desenvolvimento da coluna (anatomia e curvaturas normais) e suas principais funções; Anatomia quadril e MMII e Principais lesões e desvios da coluna.

O que me deixa mais encantada e motivada é a ansiedade que percebo na recepção calorosa dos alunos quando eu chego. Hoje algumas meninas vieram correndo me abraçar quando cheguei. Nos organizamos como na intervenção anterior afastando as carteiras e fazendo uma roda para nossa conversa e nisso a professora comentou que teve uma conversa com a turma para que eles melhorassem o comportamento.

Então iniciamos nossa roda, e joguei uma questão: vocês já imaginaram se não existisse nossa coluna como nós seríamos? Se não imaginaram, imaginem agora...

Um aluno respondeu que iria ficar parecendo maria-mole, ai veio várias repostas como gelatina, minhoca e alguns começaram a imitar. Com isso, fui introduzindo questões sobre a coluna e fui perguntando: vocês conhecem a coluna? Onde fica? Pra que serve? E muito rapidamente já veio as repostas, queriam responder e mostrar que conheciam, sabiam até sobre a existência das curvaturas e também sobre elas serem normais, uma aluna comentou que parece um “U” na lombar e na cervical e que invertia na região da torácica (ela não sabia os nomes, ela

mostrou). Aí comentei com eles os nomes das curvaturas, e eles já conheciam os nomes, mas não sabiam apontar a localização.

Levei uma coluna lombar para que eles pudessem visualizar o que estávamos falando, e quando peguei a coluna os olhos deles já cresceram de curiosidade, então mostrei os nervos, comparei com os fios de energia elétrica que chegam em nossas casas e que a medula seria a estação central. Mostrei que ela passa por um espaço que é formado pelas vértebras que também tem a função de proteção. Falamos também sobre as vértebras e os discos intervertebrais, que no caso eu comparei com uma massinha e perguntei se eles sabiam para o que servia e eles não sabiam, então contei que servia para não bater osso com osso quando nós nos movimentamos (andar, pular, correr...) e perguntei o que eles achavam que iria acontecer com os ossos se não tivesse o disco? Uma aluna respondeu que iria quebrar, e eu perguntei se todos concordavam? E veio um grande SIM.

Ainda com a coluna na mão, fomos conversando sobre alguns problemas e alterações na coluna. Perguntei se eles tinham dor na coluna e vários responderam que sim e conversamos sobre alguns problemas que surgem na coluna, seja por má postura, falta de exercícios, excesso de peso, etc. Questionei se eles conheciam “bico de papagaio” e uma aluna comentou que já ouviu a vó dizer que tem, então expliquei mostrando na coluna. Depois uma aluna compartilhou que a filha da amiga da mãe fez uma cirurgia na coluna porque ela era “toda torta”, e ela imitou como se fosse escoliose, então aproveitei o gancho e disse que o que ela estava contando poderia ser escoliose, e perguntei se eles conheciam, e um aluno disse que sim, mas não soube explicar, então desenhei na lousa para que eles pudessem entender melhor o que seria e os tipos de escoliose que existe também.

Falei um pouco da hérnia de disco, mostrei na coluna o que acontece e o possível pinçamento do nervo, e questionei se eles sabiam como era a dor no nervo, e não é que um aluno respondeu!!! Veio uma voz dizendo que era como formigar, amortecer. Derreti nesse momento, apaixonei, queria apertar, mas voltei pra Maria Eduarda Postura e falei, vamos sentir a sensação do nervo? Vocês já bateram o cotovelo e deu choque? Então mostrei pra eles onde fica esse nervo e testamos a sensação, alguns tiveram dificuldade de achar, então fui ajudando, e logo em seguida passei a coluna para que eles pudessem sentir com suas mãos e olhar mais de perto, quando terminamos, coloquei a coluna no centro da nossa roda e fomos para nossa

atividade com massinha. Eu e a Helena distribuimos as massinhas e então passei as orientações, que nada mais eram do que a construção de uma coluna e depois faríamos uma exposição junto da coluna no centro do nosso círculo. A criatividade deles é muito incrível, teve uma aluna que fez uma perfeita, mas elogiei todos de forma igual, ajudamos uma aluna que não estava conseguindo, e no fim tiramos fotos da exposição e valorizei muito o trabalho de todos, pois realmente ficou muito bacana.

Aproveitei o momento de silêncio e falei um pouco sobre os ossos do quadril e do membro inferior, local correto onde deveríamos sentar, e eles não sabiam, e mostrei algumas figuras impressas para eles conhecerem a tuberosidade isquiática (local correto de sentar), e para finalizar fizemos uma “prática de anatomia palpatória” em duplas. Eles sentiram nos colegas os processos espinhosos da coluna, costelas, escápulas e na auto palpação sentiram o quadril e o fêmur, e o que mais me chamou atenção nesta atividade foi escutar “nossa, tem isso dentro da gente?”.

A intervenção acabou e percebi que eles conheciam algumas coisas, mas no fim da atividade já não eram mais os mesmos, agora eles sentiram, perceberam que estas estruturas pertencem aos corpos deles.

Hoje foi uma intervenção muito mais participativa e organizada que na semana passada. Os alunos participaram mais e acredito que consegui organizar a fala deles, mas é muito importante destacar que hoje tive a ajuda da Helena, que facilitou na distribuição de materiais durante as atividades práticas e também foi muito bom ter alguém para ajudar.

Estou muito ansiosa pela próxima intervenção, hoje saio plenamente satisfeita e feliz com as respostas, as atividades e principalmente com o carinho dessas crianças.

4ª Intervenção (12/09/2019) – Posturas em pé e sentada

Hoje, quando cheguei na escola, fiquei no pátio um tempo esperando a Helena, mas eu estava próxima da sala de aula e escutei uma aluna dizendo: “gente, hoje é dia da Maria Eduarda, temos que nos comportar”. Quando entramos na sala foi um “êhhhhh” geral e notei que a sala estava mais cheia também, pois alunos de outra classe estavam sem professora.

Fizemos nossa roda de conversa e comecei questionando sobre as dores que eles comentaram em outras intervenções, na verdade, tentei fazer um link com as intervenções anteriores sobre saúde e coluna, para que eles percebessem que cuidar da coluna também é cuidar da saúde, e pensar além da alimentação e das vacinas que foram muito comentadas pelos alunos na primeira intervenção. Quando estávamos conversando sobre as dores questionei se eles faziam algo para melhorar a dor, e alguns responderam que quando arrumam a postura a dor diminui, mas a grande maioria respondeu que melhora quando realiza alguma atividade física, como o judô ou o jazz.

Perguntei também sobre eles ficarem sentados, se era muito tempo ou não e todos, sem exceção, disseram que ficam mais tempo sentado fora da escola, porque fazem outras atividades como xadrez, vídeo game, e grande parte deles participa de um projeto no contraturno e também ficam boa parte do tempo sentados. Ou seja, a maior parte do dia dessas crianças, a partir do relato deles, é na postura sentada, fiquei muito impressionada, pois a partir do que tenho visto na literatura, a maior parte do tempo sentado seria na escola.

Quando conversamos sobre onde faziam a tarefa de casa, a maioria respondeu que tem uma mesa, escrivaninha ou mesa da cozinha para a realização das atividades. Alguns poucos responderam sofá ou cama também. Então questionei se eles sabiam a forma correta de sentar, até imaginei que sim, porque responderam corretamente no questionário, e realmente sabiam, mas então veio a grande questão: “você fazem correto?” A maioria respondeu que não, e teve uma frase que me chamou atenção: “é difícil ficar com a postura correta, dói”. Então tentei mostrar que realmente ficamos muito tempo sentados e nossos músculos precisam se mexer para diminuir a dor. Conversei no sentido de não pensarmos que somos robôs ou estátuas, e que não precisamos ficar estáticos, mas que precisamos cuidar da nossa postura, fazendo exercícios (fortalecendo a musculatura) e nos corrigindo, até se tornar automático se manter corretamente.

Para encontrar os erros em nossas posturas, formamos duplas e cada um teria, naquele momento, o seu “dia de fisioterapeuta”, no qual eles fariam uma avaliação do colega e fariam as anotações do que estava correto ou não em relação as suas percepções sobre a postura do colega. Eles adoraram, fizeram a atividade de forma silenciosa e muito concentrados, enquanto isso parei um pouco para conversar

com a professora e ela me deu uma dica e disse que eles adoram e são ótimos nas produções de texto. Quem sabe, eu utilize esse instrumento nas próximas intervenções. Quando terminei de conversar, percebi que um aluno estava sozinho, fui até ele e perguntei da dupla dele, e ele com os olhinhos cheio de água, disse que não tinha dupla, eu o abracei e disse que ele teria não uma dupla e sim um trio, e o coloquei com uma dupla que estava formada e ele abriu um sorriso. Uma das meninas perguntou se ele estava chorando, e começou a rir, olhei sério para ela e chamei atenção, e tudo passou, eles fizeram a atividade superbem e felizes.

A Helena estava cuidando deles nesse momento, e voltamos para nossa roda e eles compartilharam o que viram e anotaram. A maioria encontrou erros, como postura arcada, cabeça torta, sentada em cima da perna, não utilização do apoio de pés, joelho encostando na parte de cima da carteira, costas não encostando no apoio da cadeira.

Não aguentei e disse: “vocês são muito privilegiados com essas carteiras”, eles imediatamente perguntaram: “o que é privilegiado?”, ri bastante, porque a intenção era que eles perguntasse porque, então expliquei o que era privilegiado, e que nem todas as crianças tem carteiras com apoio para os pés, e muito menos carteira inclinada, mas desviei o assunto, porque seria a temática de outra intervenção, mas uma aluna disse: “isso acontece mesmo, o 5º ano não tem”.

Então voltei ao assunto, e perguntei novamente se eles faziam da forma correta no dia a dia, e a maioria disse que não, então chamei alguém que acha que faz certo para mostrar para todos, todos observamos e ele estava certinho mesmo.

Conversamos um pouquinho sobre a postura em pé e a maior dúvida deles era se as pernas ficavam juntas ou afastadas, nisso uma aluna disse que no dia do questionário ela olhou para minhas pernas para responder, por sorte dela eu estava com os pés afastados. Confirmei que estava correta, e quem acertou essa questão ficou superfeliz, porque percebi que realmente eles não sabiam. Expliquei os motivos para eles, retornei na anatomia do quadril e mostrei pra eles como era a distribuição do peso nas duas pernas. Disseram também que não ficam muito em pé durante o dia.

Então perguntei para eles se era fácil ficar tanto tempo sentado, alguns responderam que sim, mas a maioria não acha difícil. Quanto as dores, eles

disseram que tinham, com isso começamos pensar juntos alternativas para melhorar as dores no ambiente escolar, então alguns alunos se propuseram em sentar corretamente, e não veio mais nenhuma ideia, e eu dei uma sugestão que se combinassem com a professora um momento de alongamento durante as aulas, olhei para ela, e os alunos pediram:” por favor, professora, a gente se comporta”. A professora respondeu que sim, mas não sei se senti firmeza, no fundo não sei se ela gosta muito quando eu a incluo na conversa. Indiquei também que fizessem exercícios e brincadeiras que se movimentassem para fortalecer e colocar os músculos para funcionar.

Para finalizar, fizemos uma brincadeira para descontrair e fixar o que aprendemos. A brincadeira foi a dança da cadeira, e como o espaço era pequeno, fui chamando de 5 alunos por vez, tivemos vários campeões. Foi uma grande torcida o tempo todo, mas não bastava sentar, teria que ser corretamente, para ser campeão. Eles mesmos escolheram a música “Baby Shark”. Confesso que perdi um pouco do controle, pois eles se animaram muito, e obviamente gostaram, até ergueram os grandes campeões. Ainda bem que já estava no horário do intervalo, acho que a professora não gostou muito, mas é apenas impressão.

Os que saíram da brincadeira, ficaram na torcida ou abraçando e beijando a Helena.

Acho que apesar da baguncinha no final, foi muito bacana, principalmente as análises feita por eles da postura correta. Percebi que, realmente eles sabem sobre o assunto, mas não praticam. Agora é trabalhar para que isso tenha significado em qualquer comportamento do dia a dia deles.

5ª Intevenção (19/09/2019) – Mochilas (modelo, peso ideal e transporte) e Calçados adequados

Quando cheguei eles estavam fazendo uma avaliação de matemática, percebi que eles não queriam parar a prova no meio do caminho, então não sei se foi uma boa estratégia, porque eles estavam concentrados e a professora recolheu as folhas para que eles participassem da atividade comigo e depois retomassem as avaliações. Eu disse que se ela tivesse me avisado eu iria em outro horário, porque o

horário que eu vou é sempre o mesmo, na quinta as 8h, mas a professora disse que não tinha problema, depois eles terminariam.

Como sempre, algumas meninas vieram me abraçar e surge aquela disputa para sentar ao meu lado na roda, e iniciamos a conversa. Perguntei se eles sabiam qual era o tema de hoje, e eles chutaram vários, mas ninguém acertou que era sobre a mochila e o calçado. Questionei qual transporte eles usavam para ir escola e a maioria disse que vai de van ou de carro, poucos vão a pé e dentre estes o relato é que moram perto da escola. Com isso chego à conclusão que eles não fazem grandes percursos com a mochila, pensando que elas possam estar pesadas.

Quando pergunto como se sentem com a mochila, se é difícil carregar, a sala ficou dividida, uns disseram que a mochila é pesada e outros que era leve. Perguntei se eles achavam que tinham coisas na mochila que eles não precisavam, veio aquele grande “SIMMM”, e vários alunos se manifestaram contando que levavam mais de uma borracha, ou muitas canetas coloridas para deixar o caderno bonito. A professora também se manifestou, dizendo que eles levavam um monte de “cacareco”. Aí perguntei se eles achavam que precisava mudar esta situação, reduzindo o peso da mochila, e se seria possível. Sinceramente senti que eles não gostariam de mudar este hábito, principalmente as meninas, que pela nossa conversa, era quem levava uma maior quantidade de material. Uma aluna fez um comentário com os olhinhos brilhantes: tenho tantas canetas lindas, como vou deixar em casa? Com isso, voltei ao assunto de cuidados com a coluna, para relembrarmos dos problemas que existiam e eles prestaram bastante atenção, porque percebi que na intervenção sobre a coluna eles ficaram bem impressionados com o funcionamento dela e dos problemas que podem surgir. Mas, com a fala da aluna, fiquei pensando em como disputar com o mercado? Eu, quando vou a papelaria fico “maluca”, adoro umas canetas diferentes e todas estão no meu estojo também. Que estratégia usar? Tenho mais perguntas do que respostas nesse momento.

Mas, o que eu tinha no momento era que os alunos sabiam que tinham a mochila pesada, e a questão era eles estão dispostos a mudar? Perguntei isso a eles, será que conseguimos dar uma olhadinha da nossa mochila e tirar alguma coisa? Vocês me contam a semana que vem? Percebi que duas alunas não concordaram, mas o restante da turma concordou. Vamos ver como serão as respostas semana que vem.

Quis saber como era o modelo da mochila deles, a maioria era de costas e se não me engano tinha 3 de rodinha. Questionei se eles sabiam o que a gente tem que reparar na mochila além do peso e um aluno respondeu que tinha que colocar as duas alças uma em cada ombro, e eu perguntei o que mais? Outra aluna disse: “a minha fica lá embaixo no bumbum”, então perguntei pra todos se estava correto, e eles disseram que não, e um outro aluno quis mostrar como ele carregava. Ele mostrou e disse que segurava na cordinha pra ficar bem juntinha das costas. Neste momento a menor aluna da sala pegou a mochila dela, e lógico era maior mochila da sala também (nós todos rimos bastante, inclusive ela já veio morrendo de rir), com isso pedi pra alguém vir até a colega e tentar deixar o ajuste o melhor possível, pois perfeito não iria ficar, porque realmente era muito grande a mochila. O meu papel naquele momento era tentar ajudá-los a adaptar o material que tinham e não desvalorizar. Uma aluna arrumou e percebemos que a maioria usava a mochila na altura dos glúteos. Então mais uma vez quem estava com a mochila ali perto mostrou o jeito certo de carregar a mochila de costas e uma aluna que tinha a mochila de rodinhas também mostrou e comentou que tinha muitas dores no ano anterior porque sua mochila de costas era muito pesada, então o pai comprou de rodinhas esse ano, e ela me perguntou se era ruim aquele modelo, eu não respondi, pedi pra que ela mostrasse como ela utilizava, então outra aluna também pegou a dela e as duas mostraram, com isso pedi para que todos olhassem e me dissessem se estava correto, eles disseram que sim, mas não sabiam o porquê. Então perguntei a eles, e o puxador? Se ele fosse muito alto ou muito baixo? Um aluno respondeu nesse momento que teria que ser na altura do quadril, pra não ficar torta, perguntei se todos concordavam e disseram que sim. Observei se havia outro modelo, mas não tinha, mas mesmo assim comentei sobre a mochila de uma alça só, que seria importante revezar os lados.

Finalizei este assunto e fomos trabalhar a temática dos calçados, com isto pedi para todos mostrarem os pés e quase todos estavam de tênis ou chuteira sem cravos, tinha uns 3 alunos de chinelo e 1 com sandália baixa, e hoje estava um dia bem quente, propício para escapar dos calçados fechados. Perguntei se eles se sentiam confortáveis e eles disseram que sim, questionei também se eles vinham sempre tênis, a maioria disse que sim e quando perguntei porque uma aluna respondeu que era mais confortável e dava para correr e brincar, e todos concordaram

com a colega. Só complementei a fala da colega deles e expliquei que deveriam estar confortáveis, mas também protegidos, no sentido de bater em algum lugar e também de proteger a coluna, e eles não sabiam sobre e isso, e eu expliquei que quando eles pulassem, corressem o tênis iria ajudar a diminuir o impacto, e também contribuir para uma melhor pisada.

Então fomos para a atividade proposta que seria a criação da “estória em pedaços”, na qual a turma seria dividida em dois grupos, um grupo ficaria comigo com a temática mochila e o outro com a Helena com a temática calçado, mas a Helena faltou, com isso percebi uma falta de jogo de cintura, ou talvez experiência, pois tive que ficar com os dois grupos. Pedi ajuda da professora, mas ela não se manifestou, fiquei um pouco sem graça, mas segui. A ideia era que eles construíssem uma estória em partes, em roda um começava a estória e o próximo continuava, no fim eles montariam uma apresentação. Neste momento, talvez seria melhor ter adaptado, ao invés de apresentar como um teatro, um aluno de cada grupo contaria a estória criada, mas pensei isso só agora que cheguei em casa.

Enquanto eles estavam criando as estórias estava bem tranquilo, consegui ficar nos dois grupos, mas na apresentação ficou um pouco bagunçado. Mas eles fizeram e cumpriram o que eu pedi, no grupo 1 sobre o calçado eles mostraram as quedas e machucados quando não estão com calçados adequados e no grupo 2 uma personagem ficou sem a mochila porque arreventou devido ao peso. Encerramos as apresentações com aplausos e arrumamos a sala.

6ª Intervenção (26/09/2019) – Mobiliário escolar, levantamento de peso e transferências de objetos.

Vou começar meu diário de uma forma diferente. Vou iniciar contando o que mais me impactou e fez com que eu perdesse um pouco da firmeza, alegria, não sei exatamente descrever o sentimento que certamente afetou meu desempenho na intervenção de hoje. Eu pedi para que os alunos circulassem algumas figuras e enquanto eles faziam a professora me chamou e disse mais ou menos assim: Maria Eduarda, como você vai fazer esse seu trabalho, como você vai quantificar? Eu respondi que meu trabalho era qualitativo e que teria uma abordagem diferente. Ela olhou com uma cara de reprovação e disse que não sabia se meu trabalho daria certo.

Fiquei quieta e tentei voltar para intervenção, mas estamos falando de sentimentos humanos e de um trabalho que representa muito na minha vida neste momento, obviamente, deu-se por encerrado, só concluí e fui embora. Até agora, estou aqui sentada na minha casa e está difícil descrever minhas lembranças do dia de hoje, mas vamos lá, vou tentar trazer um pouco do que foi o dia de hoje e esquecer este detalhe.

Quando cheguei, eles estavam terminando uma atividade e estavam bem quietinhos, falaram um oi com carinho de sono e eu e a Helena esperamos um pouquinho até eles terminarem. Ficaram sentados nas próprias carteiras, preferi neste formato hoje porque teriam que fazer anotações e outras atividades que precisaria da carteira e seria muito tumultuo arrastar as carteiras e depois colocar de novo o lugar para fazer outra atividade.

Voltei na questão da mochila, e perguntei se eles tinham olhado as mochilas em casa, e para minha surpresa vários alunos tinham olhado e percebido que tinha muitas coisas e que deu pra tirar algumas delas, e um aluno disse que olhou a mochila e só tinha o que realmente era necessário. Fiquei muito contente, porque eu não acreditava que eles iam olhar, vários deles na intervenção passada, não demonstraram muito interesse nesse assunto. Às vezes temos percepções erradas, foi muito bacana. Aí contei a eles que eu tinha visto uma reportagem que algumas crianças levavam até sapatos dentro da mochila, daí fiquei curiosa se eles também levavam coisas grandes na mochila, como sapato, não imaginava que isso seria comum, e não é que pra essa turma isso também acontece?! Eles disseram que quando está muito calor levam chinelo na bolsa no dia da educação física.

Encerramos o assunto mochila e iniciamos uma atividade para eles observarem os móveis da sala. Cada um pegou uma folha e foi anotando os pontos positivos e negativos do mobiliário. Fomos anotando no quadro o que eles tinham encontrado e percebi que eles são muito preocupados com a limpeza (falaram do ventilador, carteiras...), mas foquei nas questões da mobília em relação a postura. Uma aluna reclamou da carteira ser inclinada, ela disse que as coisas caem, então perguntei se eles sabiam o porquê dela ser inclinada, e justamente um aluno que só participa pra fazer gracinhas, que parece não dar muita importância, levantou a mão e era o único que sabia, então pedi que ele explicasse para todos, então ele explicou que era para não ficar com a cabeça torta e para baixo, daí reforcei a explicação e uma aluna disse que nunca imaginou que era por isso. Alguns disseram que a cadeira

era confortável e outros disseram que não e que doía o bumbum, então perguntei se teria alguma solução e alguns disseram que colocam a blusa, e que poderiam trazer uma almofadinha também, nisso a professora comentou que quando ela estudava tinha uma colega que era bem pequena e levava uma almofada para ficar mais alta, nisso eles ficaram muito eufóricos e a professora já entendeu que teria que explicar isso melhor, porque eles chegam em casa dizendo que é obrigatório levar almofada, daí os pais ligam na escola reclamando. Então explicamos que a almofada seria algo a ser utilizado se estivesse incomodando muito e para isso teria que conversar com os pais e avisar a escola. Voltamos para os pontos positivos e negativos, onde eles reclamaram da cortina, dizendo que ela é presa e não dá para puxar, e também por ser muito alta. A professora disse que não pode amarrar a cortina e que tem câmera na sala para monitorar essas regras, como colar cartazes na parede, alfabeto pendurado na lousa, ela comenta “aqui não pode nada”. Uma aluna citou que a lixeira é muito baixa e a cadeira da professora também. Uma outra aluna reclamou que a carteira é muito pequena e logo veio a resposta de um colega dizendo que era só ela trazer menos coisas e “olha o tamanho do seu estojo!”. Outro ponto positivo é o ferro para apoio dos pés, e quando apareceu esse item eu questionei se eles achavam isso bom, e eles disseram que era bom para quem é pequeno, então perguntei porquê e eles não souberam explicar. Chamei dois alunos, a mais baixinha e o mais alto e tentamos observar o apoio para os pés nos dois casos, com a menina nós percebemos que ficou perfeito o apoio, já para o menino ficou ruim, o joelho encostava na parte superior da carteira, e ele comentou que escorregava o bumbum na cadeira para colocar o pé no apoio, aí perguntei para todos se isso era bom? Eles responderam muito rápido e bem alto um NÃO. Com isso só orientei que não precisava usar o apoio no caso de quem era alto, fechamos esse assunto e fomos para próxima atividade.

Entreguei para eles uma folha com várias figuras realizando movimento de levantamento de peso e transferência de objetos e pedi para que circulassem o que eles achavam que era correto. Quando eles terminaram, iniciamos uma conversa e percebi que eles sabiam que a maneira correta de pegar objeto no chão seria agachando (dobrando os joelhos), mas para pegar o objeto e transferir, eles não entendiam como deveria ser feito, somente uma aluna disse que tinha que virar o corpo todo e mostrou, e aquele aluno que sempre vem com as brincadeiras perguntou se eles teriam que ficar como um robô, eu disse que não e mostrei como

seria o jeito certo, e disse também que com o tempo nós nem perceberíamos, era só questão de acostumar, e que devemos evitar os movimentos que machucam, tentar fazer de forma natural sem que a gente se “retorça” tanto.

Pedi também para que eles escrevessem situações nas quais eles fazem esses movimentos no dia a dia, dei o exemplo de pegar a mochila no chão ou lavar/varrer o quintal.

Eles escreveram e conforme foram terminando, as dúvidas foram surgindo, e individualmente fui atendendo todos. Uma aluna disse que não sabia como fazia o certo para pegar sua borracha e perguntou como seria, então mostrei a ela. Outro disse que não fazia muito esses movimentos e na hora caiu a caneta dele (foi super sem querer e providencial) e ele pegou de forma incorreta, aí falei que ele tinha acabado de pegar a caneta no chão, ele deu uma risadinha e foi anotar essa situação.

Fechei a intervenção falando que era importante o que a gente tinha visto e que eu também tinha aprendido muito com eles.

Eu e a Helena saímos conversando sobre a professora. Ela também percebeu que a professora não gosta muito de mudar o esquema da aula. Ela é bem séria e tem um formato bem tradicional de ensino, pelo que percebi. Apesar de séria, sempre me trata com muito respeito e me recebe bem.

7ª Intervenção (03/10/2019) – Postura adequada na frente do computador/celular e forma correta para caminhar, deitar/levantar da cama.

Hoje, eu cheguei e a turma estava para iniciar uma atividade com jornais. Eles ficaram felizes ao me ver e iniciamos nosso bate-papo retomando a intervenção anterior, se eles tinham ficado com alguma dúvida. Eu resolvi insistir porque percebi que eles ficaram um pouco confusos na atividade de circular a postura correta do levantamento e transferência de objetos. Então questionei como eles faziam e uma aluna mostrou a forma correta, perguntei se todos concordavam, e todos disseram sim. Mas novamente o aluno da intervenção anterior falou sobre ser um robô (no caso da transferência de objetos), então brinquei com eles e imitei como um robô faria e como eu faria. Todos riram bastante e questionei, é muito difícil incluir essas novas maneiras de se mexer no dia a dia? Eles disseram que não e a professora comentou que tem puxado bastante a orelha deles para sentar corretamente, mas

alguns deles não fazem. Então perguntei por quê? O que acontecia? E dois alunos disseram que dói ficar na postura correta, daí novamente conversei sobre as mudanças não serem fáceis, que não acontece do dia para noite e que aos poucos os nossos músculos ficam fortes e se adaptam as novas posições, mas para isso temos que sempre tentar um pouco.

Aí conversamos um pouquinho sobre as posturas que adotamos fora do ambiente escolar e pedi exemplo para eles, e apareceu várias situações como caminhar, dormir, tv, celular...quando eles terminaram de falar (porque eles adoram falar, inacreditável) passei a atividade do dia que seria a confecção de 4 painéis com imagens de revistas, e para escolha destas eles utilizariam como base os exemplos que eles deram.

Distribui aleatoriamente os alunos em quatro grupos e conversei sobre o fato deles cuidarem e ajudarem os colegas, mesmo que não fossem seus melhores amigos. Tive essa conversa porque percebi que eles ficaram chateados por não estarem no grupo de seus amigos mais próximos.

Coloquei cada grupo em um canto da sala e entreguei uma cartolina, 4 revistas e canetinhas para realização da atividade. Todos fizeram e participaram em conjunto, foi muito interessante ver eles trabalhando juntos, apareceu as divergências, um queria de um jeito o outro não, e eles tiveram que entrar em um consenso. Passei por todos os grupos e eles sempre ficavam perguntando se as figuras estavam boas, se estava certo. Eu procurei não dar muitas informações porque eu queria ver o que eles achavam/pensavam, e se quase ao final dessas intervenções eles estavam conseguindo encontrar situações envolvendo a postura em nosso dia a dia.

No meu caminhar pela sala uma aluna que não participava da pesquisa, mas que sempre se infiltra dando alguma resposta, me parou e disse mais ou menos assim:

Ela: você não me deixa participar das atividades!

Eu: é claro que eu deixo, meu amor, mas eu não posso passar por cima de seus pais, e para que você participe eu preciso da autorização deles.

Ela: ela não deixou porque na outra vez sua equipe pesou minha mochila e disse que eu trazia muita coisa desnecessária, daí minha mãe ficou brava e disse que eu trazia só o que a professora mandava. Quando entreguei para minha

mãe essa autorização ela pensou que vocês iam pesar de novo e não imaginou que seria com brincadeiras.

Eu: se você quiser participar é só trazer a autorização assinada e se sua mãe tiver qualquer dúvida pode me ligar, tem meu telefone naquele papel. (Nesse momento eu estava querendo morrer de rir porque eu tinha uma “equipe”, achei uma fofura isso).

Ela ainda me pediu uma cartolina, e eu não tinha mais, meu coração partiu, daí tentei contornar e pedi que ela fizesse um trabalho na folha do caderno mesmo pra que eu visse, daí ela disse que ia fazer um marcador de páginas de presente para mim.

Contei para professora e ela disse que não sabia dessa história, e logo depois veio a aluna novamente e me pediu desculpas pelo que ela tinha dito. Eu fiquei até meio sem jeito, porque ela não disse nada demais, então falei que ela não precisava pedir desculpas e que estava tudo certo e ela me abraçou bem forte.

Ao terminarem os cartazes, colamos no quadro e todos tiveram a oportunidade de ver a exposição de perto e puderam analisar os cartazes dos colegas. Voltaram todos para os lugares e realizamos um bate-papo, como de costume. Queria que eles falassem sobre o que tinham visto nos cartazes, uma aluna falou sobre carregar sacolas de mercado, e questionei se eles sabiam carregar, e ela respondeu certinho que tinha que colocar metade em cada mão, e complementando a resposta dela eu disse que era a mesma ideia da mochila de duas alças, ou seja, uma em cada ombro para distribuir o peso, e com isso eu disse também que se eles carregassem tudo de um mesmo lado, ficariam parecendo o homenzinho torto. Uma aluna de imediato já falou que conhecia a música e todos meio que começaram a cantar. Eu não planejava esse momento, mas aproveitei para descontrair e fazermos uma atividade que eles mesmos tinham mostrado interesse. Propus que contássemos a música do homenzinho torto, mas que teríamos que trocar a palavra “bíblia” por “postura”, e a palavra “Jesus” por “eu mesmo”. Eles queriam colocar “a Maria Eduarda postura endireitou”, então conversei com eles que eu não conseguiria consertá-los, que só eles mesmos conseguiriam isso.

Então ensaiamos o canto e a coreografia, fizemos uma apresentação e até filmamos. Foi realmente muito bacana esse momento, eles ficaram muito felizes.

Sentamos e voltamos a conversar, e uma aluna falou da postura ao dormir, e a maioria da turma dormia de lado, mas eles achavam que o correto era dormir de barriga para cima. Então expliquei que o mais adequado seria dormir de lado, mas que poderíamos fazer adaptações com travesseiros, e mostrei para eles como nossas costas ficam quando deitamos de barriga para cima e para isso deitei no chão (a professora, como sempre ficava preocupada com minha calça branca, toda vez que eu fazia alguma atividade no chão ela se preocupava, até perguntou uma vez quem lavava minha roupa, rs) e pedi para que em duplas eles viessem colocar as mãos nas minhas costas, nisso eu estava deitada com extensão de joelhos, ainda com a mãozinha deles nas minhas costas, eu dobrava os joelhos e eles sentiam as costas endireitar nas mãos deles, como se estivesse apertando as mãos deles. A minha intenção foi mostrar que uma forma de adaptar seria colocar um travesseiro embaixo dos joelhos para não prejudicar a coluna. Eles ficaram muito impressionados quando a coluna apertava a mão deles.

Falamos também sobre celular/videogame/computador e eles sabiam o jeito certo, até porque vai na mesma ideia do jeito de sentar, eu só enfatizei que é sempre bom manter esses aparelhos na altura dos olhos. E conversando com eles também vi que eles não utilizam muito, pois fazem muitas outras atividades e os pais também controlam.

Estava quase na hora do intervalo e a professora deixou os alunos livres, e nós conversamos um pouquinho sobre as crianças. Eu tinha mandado mensagem para ela porque na atividade da semana anterior três alunas escreveram que não enxergavam no quadro. Ela explicou os casos, disse que teve teste na escola, mas que ela estava atenta. Comentamos também sobre uma aluna que eu percebo que precisa de atenção, porque ela sempre quer falar, mas quando tem a oportunidade trava, reclama de dores no corpo todo, mas que eu tinha percebido que não era dor de verdade e sim vontade de ficar perto e conversar. A professora comentou que falta atenção, ela sempre se sente diminuída nas tarefas e em casa também.

Colamos os cartazes nos murais e fui embora, mas antes da minha saída uma aluna perguntou se eu iria ficar com eles o próximo ano também, eu disse que não ia, expliquei com jeitinho pra ela não ficar triste, e ela olhou tristonha e disse ahhhhhh. Será que já posso dizer que me apeguei a eles?!

Hoje, saio muito muito contente da intervenção, pois produzimos muito e percebi efetividade na participação dos alunos, e eles estavam muitos felizes e motivados, e claro que fiquei também. Hoje sem dúvidas foi uma das melhores intervenções.

8ª Intervenção (10/10/2019) – Consciência Corporal e Atividade Física.

Hoje fui sozinha e quando cheguei na escola estava terminando uma reunião com os pais, e as crianças estavam em outra sala. Aproveitei o momento para ir conversar com a diretora sobre as entrevistas com os pais. Ela me deu algumas dicas, dizendo que os pais não gostavam de participar dessas pesquisas, que nem as reuniões de pais eles comparecem e que para conseguir falar com alguns o melhor horário seria na entrada ou saída dos alunos, aproveitando que eles levam ou buscam os filhos. Ela comentou que em outra ocasião os pais não compareceram para o trabalho de um doutorando.

A professora pediu para que chamasse as crianças e que eu poderia começar a atividade enquanto ela conversava com duas mães que ainda estavam lá. Sentei em um banco para responder uma mensagem e veio uma aluna e tapou meus olhos para eu adivinhar quem era, me deu um beijão e me abraçou. Eu disse que ia na sala buscá-los e ela disse que estava indo no banheiro e perguntou se eu poderia esperá-la para ir até a sala junto comigo. Esperei e fomos juntas, chegando lá percebi o clima de “terror”, hoje eles estavam “cheios de gás”. Fomos até a sala e arrumamos as carteiras para realizarmos a atividade.

A primeira atividade foi bem difícil de mantê-los em silêncio e quebrar o momento agitado com que eles vieram da outra sala. Fui conversando com eles para tentar acalmar e abaixar o volume e fazer com que eles fechassem os olhos e percebessem o próprio corpo, o coração, a respiração, os sons do ambiente. Eles disseram que sentiram, mas no início eles tiveram dificuldade. Eles fechavam os olhos e abriam para contar o que estavam sentindo, e com isso eles me chamavam a toda hora. “Maria Eduarda estou sentindo o coração, Maria Eduarda estou sentindo a respiração...”. Pedi para que eles fechassem os olhos novamente e tocassem o próprio rosto, para sentir os contornos e depois olhassem para as mãos e as tocassem também. Depois ficamos em pé e caminhamos pela sala para sentir os pés, alguns

tiraram os sapatos, e os deixei à vontade para que fizessem da forma que se sentissem mais confortáveis. Quando terminamos de andar, pedi para que eles pulassem bastante no lugar e depois para que parassem e ao final sentissem o coração e me contassem se estava igual a primeira vez que sentimos, no começo da intervenção, e também orientei para que eles sentissem a pulsação no pescoço e no pulso. Eles ficaram impressionados e perceberam como tinha sido diferente do primeiro momento. Vários comentários surgiram como: “nossa como está diferente” e “Maria Eduarda meu coração vai sair pela boca”. Depois disso, fizemos uma atividade para tentar ocupar o maior e menor espaço da sala com o próprio corpo, nos esticamos bastante para ficar grandes e nos encolhemos ao máximo também.

Sentamos em roda e questionei se eles já tinham parado para sentir o corpo deles funcionando, alguns disseram que sim e outros não, mas todos disseram que gostaram e na atividade do maior e menor espaço, eles gostaram mais de ocupar o maior espaço. Então conversamos um pouquinho sobre a importância de conhecermos e sentirmos nosso próprio corpo porque nós somos o nosso corpo, e muitas vezes falamos dele, como se não fizesse parte de nós.

E neste momento aconteceu uma conversa muito bacana, aquele aluno que já comentei (sou intrigada com ele) que fica na defensiva e sempre faz piadinhas, disse assim: quando eu vou falar algo eu não paro pra pensar o que vou falar, as palavras saem. Então expliquei que o nosso corpo e neste caso o cérebro vai ganhando habilidades conforme a gente vai treinando e fazemos as coisas sem perceber, mas se eu disser uma palavra que ele não saiba o significado o cérebro vai dar uma travada e vai tentando buscar o que significa. Aí dei o exemplo da escrita também, que ela vai se tornando automática, e uma aluna disse que a avó não sabia escrever, então tentei mostrar que infelizmente não são todos que tem a oportunidade de estudar e que anos atrás era mais difícil ainda para as pessoas irem a escola, e aí disse para ela que essa era uma boa oportunidade para ela ensinar sua avó a escrever, era só ajudar a vó a treinar essa nova habilidade, ela adorou a ideia e abriu um sorriso largo. Neste momento, àquele mesmo garoto disse mais ou menos assim: “você já percebeu que quando somos criancinhas não sabemos as coisas, depois vamos aprendendo e depois quando ficamos velhos não conseguimos fazer mais?”. Fiquei muito feliz com a colocação dele, e elogiei demais. Falei que isto é um ciclo natural, e que uma forma de envelhecermos melhor seria cuidando do nosso corpo

com a realização de exercícios tanto físico, quanto mental. E já que paramos pra falar dos idosos tentei trazer a fala de cuidar dos idosos, ter paciência porque assim como ganhamos certas habilidades, com o tempo também as perdemos e realmente fica muito difícil realizar certas atividades, às vezes até muito simples, como levantar da cama por exemplo.

Perguntei a eles se os pais praticavam alguma atividade física, e ficou meio a meio as respostas. Dentre as atividades surgiram a caminhada, corrida, futebol, pilates, academia e alongamento. E poucos deles faziam atividades junto com os pais.

Queria saber se eles conheciam alguns alongamentos, então ficamos em pé e um por vez foi mostrando o que sabia e mais uma vez me surpreenderam, pois eles sabiam vários alongamentos, alguns mostraram fortalecimento, aí expliquei a diferença entre os dois e que hoje a proposta era alongamento, até porque tínhamos pouco espaço.

Conforme eles mostravam eu ia corrigindo e todos faziam, foi bem divertido e eles participaram de forma empenhada desse momento. Teve uma situação peculiar também, quando um aluno mostrou alongamento de quadríceps eu corriji e mostrei que não era muito bom fazer uma flexão muito grande do joelho, pois faria uma grande pressão da patela e com o tempo isso não seria bom para o joelho, então mostrei que o ideal em pé seria se apoiar com uma mão em uma barra, por exemplo, e a outra mão puxa o pé fazendo um pouco de extensão do quadril e que teria uma leve inclinação do tronco para não aumentar a lordose lombar (não expliquei assim, mas aqui no diário talvez fique mais fácil de entender), a professora entrevistou e disse que eu estava errada, foi um pouco constrangedor ela me corrigir, mas as crianças não entenderam muito bem a situação, eu fingi que não era comigo também e continuei.

Ao final sentamos novamente e finalizei falando da importância de eles fazerem alongamentos, e quando perguntei se eles faziam, disseram que só na educação física ou quando iam para aula (balé, jazz, judô, etc), então eu disse que eles poderiam fazer todos dias, quando tivessem dor e quando ficarem muito tempo na mesma posição.

Finalizamos a intervenção, conversei um pouco com a professora sobre a entrevista com os pais e assim como a diretora, ela disse que seria bem difícil os pais aparecerem e que o melhor horário seria na entrada dos alunos.

9ª Intervenção (17/10/2019) – Revisão de conteúdo.

Chegamos na sala e a turma estava bem tranquila, eles me viram, e a professora já pediu para eles guardarem o material. Uma aluna veio logo ao meu encontro e disse que a mãe tinha pedido um termo para ela assinar para a filha poder participar do projeto também. Meu coração ficou apertado e eu disse que eu não tinha um termo ali comigo e que a próxima intervenção seria a última, ela ficou com uma carinha triste e disse que não tinha problema e foi para o lugar dela. Não sei explicar o meu sentimento.

O início da intervenção foi uma tentativa de busca das lembranças deles sobre os assuntos á discutidos e aos poucos conseguimos lembrar todos os temas. E sabe aquele garoto que sempre comento dele? Finge não dar atenção nas intervenções, faz piadinhas...me surpreendi novamente com ele, pois foi o próprio que citou a maioria dos temas que trabalhamos durante as nossas intervenções.

Depois desse papo inicial, entregamos as folhas para que as crianças respondessem algumas questões. Passei as mesmas na lousa e eles não precisavam copiar, pois a minha intenção era explicá-las e contextualizá-las para ajudar na compreensão e obter respostas mais completas. A cada questão eu explicava e ia passando pelas carteiras e eles também me chamavam para tirar dúvidas.

A última questão foi um pouco mais abstrata para eles, então tive que me dedicar um pouco mais para explicar, porque eu gostaria de saber se eles gostaram das intervenções dialogadas, e eu gostaria de respostas que fossem além de “legal”, “interessante”. Eu gostaria de saber o que eles ganharam, o que as intervenções permitiram a eles. A maioria não compreendeu, então fiz um trabalho de formiguinha e fui de carteira em carteira para explicar e tirar deles o porquê era legal, o que tinha de bom? Dois alunos disseram que gostaram de ouvir as histórias dos amigos, achei isso muito interessante e fui tentando tirar coisas parecidas de todos. Não sei se consegui fazer com que todos entendessem, mas eles foram falando repostas muito bacanas, que eu mesma nem imaginava como “eu gosto de ensinar o

que eu sei”, “quando eu falava algo, você corrigia ou elogiava quando estava certo”. Foi muito interessante ver as respostas, e principalmente, ver o comprometimento deles com uma resposta que fosse boa.

Hoje eu comentei com eles que semana que vem será a última intervenção, a sala virou um barulho só, e guardei essa frase: “você entrou faz pouco tempo e já vai sair?”. Foi muito bom receber o carinho deles e fiquei emocionada em ver como as crianças são apaixonadas pelo mundo e pelas descobertas. Elas falam, reclamam, abraçam, correm, gritam, abraçam de novo se for preciso, e eu só posso dizer que estou vivendo uma experiência incrível no relacionamento com esses pequenos.

Eu e a Helena passamos revisando se tinha alguma dúvida e recolhemos as questões. Quando eu passei pelas carteiras uma aluna me parou e sorrindo me perguntou se eu tinha reparado que ela não tinha faltado nenhuma quinta, eu sorri pra ela e disse que ela era maravilhosa, e ela ficou toda toda.

A Helena foi embora e eu fiquei com uma aluna que acabou se perdendo nas respostas, mas ela é uma ótima aluna e junto comigo respondeu rapidinho e fui embora também.

10ª Intervenção (24/10/2019) – Devolutiva

Hoje foi a última intervenção e confesso que cheguei com um nozinho na garganta por saber que não estarei com eles nas próximas quintas. Mas de certa forma, me sinto aliviada e com sentimento de missão cumprida, etapa concluída.

Entrei na sala e a primeira pergunta foi se hoje era o último dia, respondi que sim, e veio aquele “AHHHH, não acredito, você tinha que ficar com a gente”. Expliquei que meu trabalho estava encerrando, mas que eles poderiam me convidar quando quisessem, fazer encontros, em alguma festinha ou formatura deles.

Reapliquei o questionário e depois sentamos todos em círculo para fazermos um “balanço”, contei que eu li as respostas da intervenção anterior e disse que gostei de saber que eles gostaram das intervenções e que eu também gostaria de responder para que eles soubessem o que eu também pensava. Falei que o que mais gostei foi da participação deles, disse que foi um desafio enfrentar os momentos que eles falaram muito, mas que ao mesmo tempo me fez aprender a ouvir e também

em formas de organizar as falas. Conteí que a música tinha sido o momento que mais me marcou porque não estava planejado e foi realizado de forma conjunta entre nós. Também disse a eles que tem momentos no meu dia a dia que tenho percebido que faço algumas coisas erradas em relação a postura, e depois do projeto tenho me corrigido em várias situações, algumas situações que dei de exemplo a eles foi que me peguei limpando a calçada e eu estava abaixada de forma incorreta e me arrumei, também reorganizei minha mochila que eu levo para as aulas. Várias vezes percebi que estava sentada de forma incorreta na aula e pensei em me arrumar, mas além disso parei para analisar o quanto é difícil permanecer por muito tempo na postura correta na posição sentada, e que eu também estava precisando fazer mais atividades para fortalecer meus músculos. Neste momento eles prestaram muita atenção na minha fala, parecia ser interessante para eles me ver contando o que eu fazia de errado e que eu também estava tentando melhorar.

Passamos para nossa última atividade, não sei se atividade é nome adequado, porque na verdade eu gostaria de levar uma lembrança para eles e também queria ter mais um momento para que eles pudessem criar boas lembranças desses dias que estivemos juntos. Levei para todos, inclusive para os que não estavam participando da pesquisa, porque neste momento se encerrava o projeto e também estamos falando de crianças e certamente os que não estavam participando iriam ficar tristes de não receber um presentinho (até porque eles não tinham outra atividade preparada para esses momentos que eu estava lá).

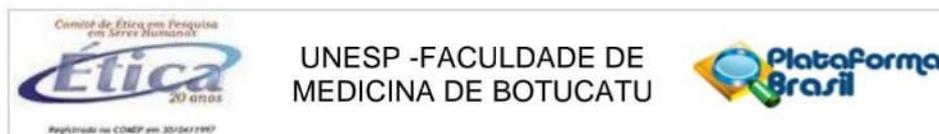
Entreguei para eles um copo tipo long drink para que eles customizassem, e para isto levei adesivos com imagem de escola e coluna, canetas e dentro do copo coloquei um pacotinho de gominhas. Eles fizeram muito empolgados, adoraram customizar os copos do jeito deles. Depois desse momento eles pediram para cantar a música do homenzinho torto novamente, então cantamos e eu agradei a participação deles e disse que eles moravam no meu coração, e aí veio todo mundo correndo me abraçar e claro que me emocionei bastante e ficamos um bom tempo nessa sessão de abraços e de pedidos de “Maria Eduarda, não vai, fica, por favor”. E fizeram o mesmo com a Helena.

Foi uma experiência muito enriquecedora conhecer as vivências dessas crianças quanto aos hábitos posturais e não posso deixar de citar o carinho e a dedicação com que as crianças realizaram as atividades, eles foram abertos e se envolveram

bastante assim como eu imaginava. Desde o início quando pensava no meu trabalho, vinha a questão por que crianças? Primeiro o adulto já pode ter condições instaladas e eu gostaria de trabalhar com a prevenção e além disso, se eu pedir para um adulto “vamos sentar no chão?” Surgirão várias barreiras como por exemplo minha calça vai sujar. Aqui eu chegava e a primeira pergunta já era “vamos fazer roda no chão?”, ninguém pensava um minuto para ir correndo para o chão, eles se entregavam sem censura. Foi show, não perfeito, porque assim como já citei acima tive minhas dificuldades e limitações, mas foi de muito aprendizado para todos.

Anexo I

Parecer do CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: FISIOTERAPIA PREVENTIVA NA MELHORA DA QUALIDADE POSTURAL DE ESCOLARES

Pesquisador: Izis Fernanda de Oliveira

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 10035219.9.0000.5411

Instituição Proponente: Departamento de Saúde Pública

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.244.286

Apresentação do Projeto:

Fisioterapia Preventiva na Melhora da Qualidade Postural de Escolares, estudo realizado pela aluna Izis Fernanda de Oliveira, com orientação Profa Eliana Cyrino, sob responsabilidade do Depto. Saúde Pública com financiamento próprio.

As alterações posturais e dores nas costas são grandes problemas de saúde pública e coletiva, já que há uma grande incidência na população mundial. O principal fator desencadeante dessas disfunções é a má postura, associada aos maus hábitos, como o sedentarismo, a obesidade, entre outros.

A presente pesquisa tem como objetivo analisar o efeito de um programa de intervenção com ações educativas sobre a postura dinâmica de escolares do ensino fundamental I em atividades na escola. A pesquisa será de natureza quanti-qualitativa, caracterizada como quase-experimental longitudinal, do tipo antes e depois. Os participantes serão crianças de 9 e 10 anos, de ambos os sexos, devidamente matriculadas no ensino fundamental I da escola Angelino de Oliveira da rede municipal de Botucatu-SP. Será aplicado questionário aos escolares sobre conhecimentos referentes a posturas dinâmicas antes e após as intervenções. As mesmas serão realizadas semanalmente durante o período de três meses (10 encontros). Após o final do processo de intervenção, os responsáveis e professores envolvidos serão entrevistados sobre os efeitos do programa para as crianças por meio de entrevista semiestruturada gravada e posteriormente transcrita. A análise de todas as

Endereço: Chácara Butignolli, s/n

Bairro: Rubião Junior

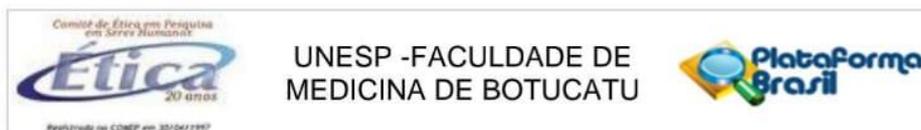
UF: SP

Município: BOTUCATU

CEP: 18.618-970

Telefone: (14)3880-1609

E-mail: cep@fmb.unesp.br



Continuação do Parecer: 3.244.286

etapas do projeto será realizada por estatística simples e por análise temática de conteúdo no caso das entrevistas.

Pretende-se obter como resultado o quanto projetos de intervenções podem promover a melhoria da postura de crianças e assim poder aplicar os mesmos de forma ampla.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Analisar o efeito de um programa de intervenção com ações educativas sobre a postura dinâmica de escolares do ensino fundamental I em atividades na escola.

Objetivo Secundário:

Identificar os conhecimentos de escolares sobre a postura dinâmica no cotidiano da criança; Conhecer a percepção dos responsáveis e professores sobre o desenvolvimento do projeto de intervenção e seu efeito para as crianças.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Não há riscos para os participantes, as atividades de intervenção são realizadas em grupo a partir de rodas de conversa para melhorar a percepção do próprio corpo, além de atividades lúdicas, já que será realizada com crianças.

E como benefícios a presente pesquisa pretende avaliar o conhecimento das crianças quanto aos bons hábitos posturais e fatores de risco dos desequilíbrios posturais

e realizar uma intervenção com propostas preventivas e de conscientização dentro do ambiente escolar, visando à redução da incidência de alterações posturais e dores na coluna de crianças e adolescentes, promovendo a saúde e o adequado desenvolvimento das crianças.

Considerando a relevância do tema devido a possibilidade de contribuir de forma preventiva nas causas das dores, desvios de postura e também

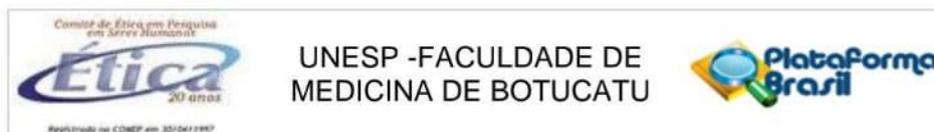
vislumbrando uma inserção de programas de promoção permanentes nas escolas justifica-se a importância desta pesquisa, para a aquisição de

hábitos saudáveis no ambiente escolar e conseqüentemente em todas as situações de atividades de vida diária

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Participarão da pesquisa 30 crianças de 9 e 10 anos, de ambos os sexos devidamente matriculadas no ensino fundamental I da escola Angelino de Oliveira da rede municipal de Botucatu-SP, sendo este projeto já apresentado e aprovado pela direção da escola supracitada

Endereço: Chácara Butignolli, s/n
Bairro: Rubião Junior **CEP:** 18.618-970
UF: SP **Município:** BOTUCATU
Telefone: (14)3880-1609 **E-mail:** cep@fmb.unesp.br



Continuação do Parecer: 3.244.286

(Anexo 2). Como critérios de inclusão: estudantes de 9 e 10 anos no ensino fundamental I da escola selecionada. Como critérios de exclusão: estudantes que apresentarem doença musculoesquelética, neuromuscular ou cirurgias ortopédicas. Inicialmente os pais/responsáveis receberão uma carta de autorização para

participação dos alunos no projeto. As crianças autorizadas a participação, receberão um questionário desenvolvido por Rebolho (2005, p.67-69) sobre seus hábitos posturais no meio escolar (Anexo I). Após a coleta, o processo de intervenção e conscientização serão realizados mediante sessões lúdicas como colagens, produção de cartazes, pinturas, atividades físicas e rodas de conversas desenvolvidas durante o período de aulas, abordando temas como anatomia, lesões na coluna, postura sentada, postura em pé, levantamento e transferência de objetos, modelos de mochilas e transporte, além do peso adequado das mesmas. As intervenções serão realizadas semanalmente durante o período de três meses (10 encontros). Após o final do processo de intervenção, os pais/responsáveis e professores envolvidos serão entrevistados sobre os efeitos do programa para as crianças por meio de entrevista semiestruturada gravada e posteriormente transcrita.

Terão como foco: a percepção dos responsáveis e professores sobre o desenvolvimento do programa educativo; a mudança de comportamento das crianças e percepções e opiniões sobre os temas trabalhados. O questionário aplicado as crianças será reaplicado após a intervenção para avaliar se essas medidas educativas tiveram impacto na aprendizagem quanto aos bons hábitos posturais no ambiente escolar.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresenta todas as documentações obrigatórias adequadamente.

Recomendações:

Recomendamos apresentação dos resultados ao final do estudo.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após análise em REUNIÃO ORDINÁRIA, o Colegiado deliberou APROVADO o projeto de pesquisa apresentado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Conforme deliberação do Colegiado em REUNIÃO ORDINÁRIA do Comitê de Ética em Pesquisa da FMB/UNESP, realizada em 1º de ABRIL de 2019, o projeto analisado encontra-se APROVADO para ser iniciado, sem necessidade de envio à CONEP.

Endereço: Chácara Butignolli, s/n	CEP: 18.618-970
Bairro: Rubião Junior	
UF: SP	Município: BOTUCATU
Telefone: (14)3880-1609	E-mail: cep@fmb.unesp.br