



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA  
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"  
Campus de Bauru



RAFAELA MONIQUE PALIARES DE OLIVEIRA

**CONCEPÇÕES E PRÁTICAS SOBRE ATUAÇÃO PROFISSIONAL  
JUNTO ÀS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS NAS PERSPECTIVAS  
DE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**



Bauru  
2022

RAFAELA MONIQUE PALIARES DE OLIVEIRA

CONCEPÇÕES E PRÁTICAS SOBRE ATUAÇÃO PROFISSIONAL  
JUNTO ÀS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS NAS PERSPECTIVAS  
DE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ORIENTADORA: Prof<sup>a</sup>. Dra. LILIAN APARECIDA FERREIRA

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Departamento de  
Educação Física da Faculdade de Ciências  
da Universidade Estadual Paulista “Júlio  
de Mesquita Filho” - Campus de Bauru –  
como um dos requisitos para a conclusão  
do curso de Bacharelado em Educação  
Física.

Bauru  
2022

Oliveira, Rafaela Monique Paliars de.  
Concepções e práticas sobre atuação  
profissional junto às práticas corporais  
alternativas nas perspectivas de profissionais de  
educação física/ Rafaela Monique Paliars de  
Oliveira, 2022  
79 f.

Orientador: Lilian Aparecida Ferreira

Monografia (Graduação)-Universidade Estadual  
Paulista (Unesp). Faculdade de Ciências, Bauru,  
2022

1. Corpo. 2. Saúde. 3. Pilates. 4. Yoga.  
Universidade Estadual Paulista. Faculdade de  
Educação Física.

Dedico este trabalho a todos que contribuíram de alguma forma durante a minha segunda graduação e, em especial, à orientadora Lilian Aparecida Ferreira, a minha mãe Mônica Regina Bonini, ao meu marido Danrley Cortinove de Oliveira, ao meu filho Samuel Cortinove de Oliveira e a minha grande amiga Bárbara de Moraes Eburneo, por todo o apoio, incentivo, carinho e amor incondicional. Sem vocês, eu jamais chegaria até aqui! Muito obrigada!

## RESUMO

As Práticas Corporais Alternativas (PCAs) vem sendo reconhecidas como aquelas que buscam romper com o modelo tradicional de movimento e relação com o corpo, marcado pela repetição dos gestos, pela atividade constante e mudanças fisiológicas. Neste sentido, elas vão dar relevo a elementos que se orientam pela suavidade, concentração, respiração, bem como, noções filosóficas holísticas. Nesse contexto, as interrogações que alimentaram o interesse por essa pesquisa foram: O que os profissionais de Educação Física (PEF) que atuam com as PCAs vêm construindo sobre concepções de corpo e saúde? Quais suas expectativas quanto sua atuação? E as características e metas das pessoas que os procuram? Quais desafios esses profissionais enfrentam? E como olham para sua formação inicial em Educação Física e continuada para atuar neste campo? Deste modo, o objetivo deste estudo foi identificar e analisar as perspectivas de profissionais que atuam com as PCAs sobre suas concepções e práticas, sobre corpo e saúde, e formação e atuação profissional. A pesquisa de abordagem qualitativa fez uso da entrevista, como técnica de coleta. Participaram da investigação cinco PEF que atuavam com as PCAs. Na análise de dados foram feitas a transcrição das gravações, a releitura do material, a organização dos relatos e dos dados da entrevista, de acordo com as articulações entre os dados e os referenciais teóricos, foram criadas 3 categorias de análise: Formação profissional; As Concepções de corpo e saúde; e a Atuação profissional, que apontaram: 1. Formação profissional: ainda que todos tivessem a formação inicial em Educação Física, tal curso não lhes trouxe, de modo formal e sistematizado, os conhecimentos acerca das PCAs, mobilizando-os a buscar a formação continuada e, em sua maioria, com recursos próprios; 2. Perspectivas de corpo e saúde: Dentre os entrevistados, 4 deles sinalizaram para uma concepção de corpo e saúde que se aproximava mais do ser integral com suas relações com o mundo, rompendo com a concepção de base biológica e individual. Um profissional expressou aproximações com esta última concepção, revelando que as PCAs são também influenciadas por outras perspectivas; 3. Atuação profissional: entre os 5 entrevistados, dois atuavam com Pilates e três com Yoga. Manifestaram satisfação com a relação que desenvolviam com os alunos, sobretudo nas devolutivas das mudanças positivas que causavam em suas vidas. Os desafios da atuação estiveram ligados ao custo das aulas, preconceitos sobre Yoga, a visão de algumas pessoas da sociedade de que para atuar com as PCAs é preciso ser fisioterapeuta, à divulgação das aulas. Tais resultados nos incitam a inúmeras reflexões, em especial, sobre os desdobramentos que as PCAs podem trazer para as concepções de corpo e saúde junto à formação inicial do profissional de Educação Física.

**Palavras chave:** Corpo, Saúde, Pilates, Yoga.

## ABSTRACT

Alternative Body Practices (PCAs) have been recognized as those that seek to break with the traditional model of movement and relationship with the body, marked by the repetition of gestures, constant activity, sweating and physiological changes. In this sense, they will highlight elements that are guided by softness, concentration, breathing, as well as holistic philosophical notions. In this context, the questions that fueled the interest in this research were: What have Physical Education professionals working with PCAs been building on conceptions of body and health? What are your expectations of your performance? And the characteristics and goals of the people who seek them? What challenges do these professionals face? And how do they look at their initial training in Physical Education and continuing to work in this field? Thus, the objective of this study was to identify and analyze the perspectives of professionals who worked with PCAs on their conceptions and practices, about body and health, and training and professional performance. The qualitative approach research made use of the interview as a collection technique. Five Physical Education professionals who worked with PCAs participated in the investigation. In the data analysis, the transcription of the recordings, the re-reading of the material, the organization of the reports and the interview data were carried out, according to the articulations between the data and the theoretical references, 3 categories of analysis were created: Professional training; Conceptions of body and health; and professional performance, where showed: 1. Professional training: even though everyone had initial training in Physical Education, this course did not bring them, in a formal and systematic way, knowledge about PCAs, mobilizing them to seek continued training and, in most cases, with resources own; 2. Perspectives of body and health: Among the interviewees, four of them pointed to a conception of body and health that was closer to the integral being with its relations with the world, breaking with the conception of biological and individual basis. One professional expressed similarities with this last concept, revealing that PCAs are also contaminated by other perspectives; 3. Professional performance: among the five interviewees, two worked with Pilates and three with Yoga. They expressed satisfaction with the relationship they developed with the students, especially in the feedback of the positive changes they caused in their lives. The challenges of acting were linked to the cost of classes, prejudices about Yoga, the view of some people in society that to work with PCAs it is necessary to be a physical therapist, the dissemination of classes. Such results incite us to innumerable reflections, in particular, on the consequences that PCAs can bring to the conceptions of body and health along with the initial training of the Physical Education professional.

**Keywords:** Body, Health, Pilates, Yoga.

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

FUNBBE	Fundação Barra Bonita de Ensino
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONU	Organização das Nações Unidas
PCAs	Práticas Corporais Alternativas
PEF	Profissional de Educação Física
PICs	Práticas Integrativas e Complementares
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
SUS	Sistema Único de Saúde
UNESP	Universidade Estadual Paulista
UNIFAC	Faculdades Integradas de Botucatu
USF	Unidade de Saúde da Família

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>CAPÍTULO 1 - AS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS .....</b>	<b>12</b>
<b>CAPÍTULO 2 - O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA ATUAÇÃO NO CAMPO DAS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS .....</b>	<b>22</b>
2. 1 As perspectivas sobre corpo .....	22
2.2 Perspectivas sobre saúde .....	25
2. 3 Educação Física e a atuação profissional no campo das PCAs..	28
<b>CAPÍTULO 3 TRAJETÓRIA METODOLÓGICA .....</b>	<b>33</b>
<b>CAPÍTULO 4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS.....</b>	<b>40</b>
4.1 Formação profissional .....	40
4.2 Concepções de corpo e saúde .....	47
4.3 Atuação profissional .....	59
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>68</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>73</b>
<b>APÊNDICE .....</b>	<b>78</b>

## INTRODUÇÃO

As práticas corporais alternativas (PCAs) são compreendidas pelo desenvolvimento dos movimentos do corpo humano que ocorrem de forma não padronizada, e que se diferenciam das práticas corporais tradicionais, contemplando experiências de movimentos corporais distintas das que privilegiam a forma física e o volume corporal (CESANA; SOUZA NETO, 2008).

Segundo Cesana (2005), as PCAs têm as suas raízes bastante antigas e, atualmente, vem se tornando cada vez mais presente no cotidiano das pessoas, sendo crescente o interesse por essas práticas como uma forma de buscar outro estilo de vida, diferente do que é imposto pelos padrões atuais, que são baseados no modo de vida moderno, impondo um ritmo acelerado, sobrecarregado de tarefas, competitivo, consumista e que impede de ter um tempo para cuidar do bem-estar, hábitos/rotinas que contribuem para o aparecimento de doenças e transtornos.

As PCAs são consideradas como: “[...] terapêuticas e são utilizadas como práticas complementares e/ou integrativas, com objetivos de alcançar a sensibilização, o relaxamento e o autoconhecimento” (GOMES; ALMEIDA; GALAK, 2019, p.17).

Sendo assim, elas vêm sendo praticadas cada dia por mais pessoas, unindo o trabalho integral do corpo, com isso, ganhando um novo sentido e outra racionalidade.

As PCAs foram introduzidas na área da Educação Física entre as décadas de 1980 e 1990 (GOMES; ALMEIDA; GALAK, 2019), estabelecendo uma grande ligação entre corpo e movimento (ou micromovimentos). Surgiram em primeiro lugar na área da Psicologia e da Medicina, mas hoje estão envolvidas em diversas áreas profissionais (CESANA; SOUZA NETO, 2008).

No estudo de Cesana e Souza Neto (2008) é evidenciado que as PCAs se apresentam dentro da Educação Física como uma possibilidade de atividades variadas, integralizando o ser humano holístico por meio dos corpos físico, emocional, mental e espiritual. A relação de atuação do Profissional da Educação

Física (PEF) com as PCAs se consolidou a partir da Resolução 046/2002 (BRASIL, 2002) que envolveu como intervenção, dentre várias práticas corporais, o campo das práticas de relaxamento e da consciência corporal.

Mesmo com essa relação na área de atuação e formação em Educação Física para a atuação junto às PCAs, isso não significa que, para trabalhar com essas práticas, seja exigida uma formação certificada em nível superior. Cesana (2005, p.183), destaca isso, ao apontar que:

[...] a aquisição dos conhecimentos alternativos apresentou-se como um fator de limitação, já que esta formação específica é realizada, na maioria das vezes, fora da Universidade, em cursos de especialização, workshops, ou cursos de curta duração, para os quais não se exige, frequentemente, uma formação básica completa. Isto acabou por demonstrar que as PCAs realizam a capacitação de seus “profissionais” pelo modelo de escola de ofício, com caráter artesanal.

Fica evidente que, no caso das PCAs, o caminho percorrido para a formação de quem atua com essas práticas ainda está fora do espaço acadêmico, ao contrário de outras profissões da área da saúde. Nicolino (2003, p.92), também destaca este fato:

Uma outra informação também pouco expressiva, porém não menos importante, é a busca de especialização em uma mesma linha, no caso loga. Assim, tanto a profissional que ministra aulas de SwasthyaYôga, prática oferecida somente por espaços credenciados da Rede que tem um padrão imposto para todas filiais, tendo como exigência um constante aperfeiçoamento e uma avaliação anual do profissional, como para a professora de loga que há nove anos dá aulas e há onze anos de prática, somando um total de vinte anos de experiência, fazem parte desse processo de somatória de conhecimentos. Seguindo esse raciocínio, podemos classificar a existência de duas trajetórias profissionais no universo alternativo: a criacionista, que combina várias práticas e saberes, criando sua própria identidade profissional e a especialista que apesar de se definir por uma única prática também pode congrega saberes de origens diferentes, como a ciência, o tradicional, o religioso, entre outros.

Diante disso, observamos que para atuar com as PCAs, a formação artesanal<sup>1</sup> aparece como a mais presente, já que os cursos de graduação, no

---

<sup>1</sup> O artesanato pode ser definido através de três características: “os aprendizes em essência aprendem fazendo; apresentam uma imagem valorizada do mestre e; as atividades práticas são consideradas tão formativas do caráter quanto os estudos formais” (DRIGO; CESANA, 2011, p. 1782)

caso, da Educação Física, ainda demonstram uma fragilidade no modo de ensino, com essas práticas (CESANA, 2011).

Entre as PCAs, os aspectos relacionados à vivência e à experiência de muitos anos, como praticante, circunscrevem um conjunto de conhecimento para a atuação no campo sem a demanda por formação especializada de nível superior (CESANA, 2011).

Nesse contexto, as interrogações que alimentaram o interesse por essa pesquisa foram: O que os PEF que atuam com as PCAs vêm construindo sobre concepções de corpo e saúde? Quais suas expectativas quanto sua atuação? E quais as características e metas das pessoas que os procuram? Quais desafios esses profissionais enfrentam? E como olham para sua formação inicial em Educação Física e continuada para atuar neste campo?

Deste modo, o objetivo deste estudo foi identificar e analisar as perspectivas de profissionais que atuam com as PCAs sobre suas concepções e práticas, sobre corpo e saúde, e formação e atuação profissional.

A finalidade de investigar os PEF que atuam com as PCAs está em ampliar o conhecimento a respeito desse campo de atuação, compreendendo melhor o mosaico que configura essa trajetória.

No primeiro capítulo o tema explorado foram as PCAs, a sua especificidade e algumas características, trazendo a sua história e evolução desde o seu início até as práticas mais realizadas.

Já no capítulo dois, foi abordado sobre o PEF e as PCAs, especificamente a relação da sua atuação com as temáticas corpo e saúde.

A trajetória metodológica é apresentada no capítulo três, no qual delimitamos os entrevistados, sendo os PEF que atuavam com as PCAs em cidades do interior de São Paulo, bem como a forma com a qual as informações foram coletadas e o modo como os dados foram analisados.

O capítulo quatro se dedicou a apresentar e discutir os resultados. Foram consideradas as apresentações dos profissionais (faculdade que cursou, campo de atuação, como aconteceu a escolha pelas PCAs e sobre a formação continuada), as concepções de corpo e saúde e, por último, como ocorria sua atuação profissional.

Por fim, nas considerações finais, apresentamos os apontamentos de síntese do trabalho realizado.

## CAPÍTULO 1

### AS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS

As práticas corporais, de uma maneira geral, sempre constituíram parte importante da sociedade. Conforme a sociedade evoluía, o desenvolvimento das mesmas também acontecia, assim como seus objetivos, que se modificou através dos tempos. Nesse caminho de transformação, não foram só os objetivos das atividades físicas que se modificaram, mas também a compreensão de homem e de corpo, que influenciaram muito o desenvolvimento da Educação Física (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

As PCAs seguem um caminho diferente das práticas corporais que aqui denominamos por tradicionais<sup>2</sup>, pois como o próprio nome diz o sentido de alternativo envolve a busca pelo diferente, pelo não comum, não convencional e o não tradicional. Portanto as PCAs envolvem uma busca pela subjetividade, a possibilidade de autoconhecimento, a expressividade e a criatividade<sup>3</sup> (COLDEBELLA, 2002). Cabe considerarmos três questões pertinentes para o melhor entendimento das PCAs: 1. A sua origem; 2. O seu significado e suas finalidades; 3. As práticas inseridas nesse grupo.

Argumentar sobre as PCAs constitui-se, até certo ponto, numa tarefa difícil, pois é necessário observar as diferentes variáveis que estão conectadas nessa questão, como o tempo, o contexto e a clara distinção do que é tradicional em contraposição ao que é alternativo.

---

<sup>2</sup> Neste estudo compreendemos como práticas corporais tradicionais da Educação Física o esporte, principalmente de rendimento, o exercício resistido (musculação), as ginásticas de condicionamento físico (aeróbicas, step e fitness), as corridas, caminhadas ou outras que visam mais especificamente o desenvolvimento de capacidades físicas e habilidades motoras.

<sup>3</sup> As PCAs apresentam-se no seu âmbito com propostas diversas, com questões espirituais (religiosas), terapêuticas (voltada para a cura), culturais (para sabedoria da vida) e também as práticas de academia. Para Nascimento (1992), as PCAs se distanciam do olhar obsessivo para a alta performance esportiva, visando o ser humano, em plena e constante transformação, com vistas a alcançar o desenvolvimento e entendimento do complexo potencial tanto físico, quanto espiritual, expressivo e sensível de cada indivíduo.

Ser “alternativo” dependerá não só da atividade em si, mas também do contexto e da temporalidade no qual a prática corporal está inserida. Cabe destacar que, em sua maioria, as PCAs possuem uma origem oriental, em alguns casos, milenar, sendo representada como práticas exóticas para o ocidental contemporâneo e ao mesmo tempo tradicional para os orientais, portanto depende do ambiente nos quais estão inseridas (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Portanto, nesse contexto, vamos estabelecer como práticas corporais tradicionais na Educação Física:

[...] o esporte, principalmente de rendimento, o exercício resistido (musculação), as ginásticas de condicionamento físico (aeróbicas, step e fitness), as corridas, caminhadas ou outras que visem apenas o desenvolvimento de capacidades físicas e habilidades motoras, com ou sem aparelhos (CESANA, 2005, p.24).

Já a definição de PCAs, que iremos empregar, é a que a autora Cesana (2005, p.24), apresenta:

As práticas corporais relacionadas ao movimento humano (e desenvolvimento de capacidades físicas e habilidades motoras), cujo desenvolvimento acontece de ‘forma’ não convencional e/ou também denominada de ‘não tradicional”, diferenciando-se das ditas tradicionais tanto pela forma como são realizadas como pelos objetivos que apresentam.

Para a mesma autora, no universo das PCAs há práticas que envolvem movimentos mais lentos e outras que envolvem exercícios de força, mas de contração isométricas, no caso do Pilates e da Yoga. Quanto aos objetivos, temos os de caráter terapêuticos, profilático ou de preparação/otimização corporal e de saúde (CESANA, 2005).

Segundo Matthiesen (1999), (citada por LOT, 2008, p. 23), as PCAs:

[...] são práticas porque trabalham e influenciam diretamente o corpo; são corporais porque têm como principal foco e objetivo obter efeitos positivos sobre o corpo; e, por fim, são alternativas por revelarem novas formas de intervenção sobre o corpo, contrapondo-se às formas tradicionais, apontando, portanto, para uma nova e diferenciada Educação Física.

De acordo com Lot (2008), as PCAs propõem uma forma única de educação do corpo, por meio de movimentos suaves e precisos, concentrando-se na respiração consciente e no autoconhecimento, ajudando a “soltar” os músculos e a “liberar” uma energia desconhecida.

As origens das PCAs, de acordo com Coldebella (2002) e Cesana (2005), remonta ao movimento de contracultura dos anos 1950 a 1970 nos Estados Unidos, ocasionados principalmente pela crítica ao capitalismo, à extrema racionalidade científica e à produção de armamentos nucleares. Essas manifestações, foram caracterizados pela busca de novos modos de vida que tivessem sentido, uma nova maneira de pensar sobre o mundo, sobre as relações humanas e sobre o próprio corpo.

Perante um corpo civilizado e contido, que a cultura corporal ocidental moderna constrói, a cultura corporal alternativa, como um novo meio de expressão e manifestação, ganha cada vez mais espaço na sociedade contemporânea. Nesse processo, o complexo alternativo abrange diversas práticas, que se misturam ou se manifestam simultaneamente, tornando-se intercambiáveis, de fácil acesso e de grande diversidade (NICOLINO, 2003, p.07).

Sendo assim, a expansão de crenças, técnicas, religiões e filosofias advindas do oriente são as expressões mais evidentes da contracultura, bem como religiões indígenas e populares (NICOLINO, 2003).

O termo alternativo, no sentido do movimento social contracultural, se refere à procura pelas maneiras de agir, sentir e pensar fora dos padrões da modernidade ocidental: “cidadão moderno adere ao “alternativo”, em busca de uma consciência crítica e contrária aos conceitos valorizados e privilegiados da cultura tradicional ocidental” (NICOLINO, 2003, p.07).

A Educação Física<sup>4</sup> no Brasil sofreu, ao longo dos anos, fortes influências das áreas médicas e biológicas, e ficou, durante o período militar, caracterizada pela busca do corpo disciplinado e forte, pois era importante um corpo atlético para servir a nação. Nessa lógica, a concepção de saúde se resumia à forma física e o corpo era visto como uma máquina (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Com o movimento de contracultura, entre os anos 1950 a 1970, ocorreram grandes abalos nas estruturas da sociedade, e com relação ao corpo, novas

---

<sup>4</sup> A Educação Física será compreendida, nesse contexto, como uma área de conhecimento e de intervenção acadêmico-profissional.

concepções e valores surgiram, uma perspectiva 'humanizante', ficou em foco, ou seja, o corpo começou a ser visto de uma forma integral, deixando a biologia e o rendimento de lado e passando a ser feita uma análise para a espiritualidade e a transcendência (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Como aponta Albuquerque (1999, p.8):

No âmbito da cultura corporal o Ocidente moderno assiste, então, a um florescimento de saberes e práticas oriundos de tradições distantes da cultura ocidental moderna, saberes esses que se traduzem no que se convencionou chamar de "PCAs" ou "cultura alternativa", as quais pertencem a yoga, o tai chi chuan, o do-in, a acupuntura, as massagens e muitas outras.

Portanto, foi com a contracultura que novos significados e valores surgiram para contestação da supremacia da sociedade capitalista e tecnocrática. O corpo deixa de ser visto como uma máquina insensível e ganha novos olhares.

Segundo Maciel (citado por PEREIRA, 1992, p. 16):

A contracultura foi certamente propiciada pelas próprias doenças de nossa cultura tradicional. Tais doenças condicionaram seu surgimento, como um antídoto, ou anticorpo, necessário à preservação de um mínimo de saúde existencial, que passou a ser socialmente exigido pelo próprio instinto de sobrevivência de nossa vida em comum.

Todo esse movimento teve muita importância à Educação Física, pois a ruptura com a racionalidade científica apontou novos rumos que trouxeram à tona um ser humano sensível, emocional, preocupado com sua saúde e mente, e que teve no corpo o principal canal de ligação com as sensações e os conhecimentos (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

No final dos anos 1980 e início dos anos 1990 as manifestações da cultura alternativa começaram a surgir no âmbito da Educação Física e da universidade e, aos poucos, foram ganhando espaço. Hoje em dia, a "cultura corporal alternativa", está superada na perspectiva moderna de mundo e de ciência (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018), ou seja, atualmente, as práticas que pertencem à cultura corporal alternativa são objetos de pesquisas científicas, o que demonstra essa aceitação e superação pela ciência. Apesar desta perspectiva de entendimento em torno da origem das PCAs, existem outras leituras, mas que apontam para caminhos semelhantes.

Carl Gustav Jung e Richard Wilhelm<sup>5</sup> (citados por CESANA, 2005) aventam a possibilidade de que as PCAs sejam oriundas de uma necessidade de respostas da sociedade ocidental para preencher o vazio deixado pelo capitalismo. Na busca por novas fontes de conhecimento pela sociedade ocidental, buscou-se no orientalismo uma resposta. Outra perspectiva sugere que as PCAs tiveram influência das proposições de Reich, discípulo de Freud<sup>6</sup>, que fez uma nova leitura da realidade humana.

Mudanças na maneira de se pensar, sentir, relacionar-se com o mundo e consigo mesmo trazem consequências no campo da ciência, política, saúde e religião. Martins (1999) acredita que o grande crescimento da cultura alternativa e difusão de suas práticas, nas últimas décadas, tem relação direta com a insatisfação da classe média, sobre questões de ordem mental, física e espiritual, bem como acredita que essas práticas suprem a perda de confiança nas instituições tradicionais, como a “saúde” e a religião (Martins (1999) citado por NICOLINO, 2003, p.06).

Vale lembrar que a concepção pautada na busca por um corpo atlético, pela competição, pela glória e pelo reconhecimento ainda é muito valorizada em nossos dias. Ao contrário disso, as PCAs buscam atribuir ou construir outros sentidos para suas práticas.

Segundo Matthiesen (1999), (citada por LOT, 2008, p. 25), “[...] a crescente ligação e identificação entre o corpo e a alma, deixando de lado a ideia dualista que fazia do corpo apenas uma carcaça funcional posta a serviço da alma”. Em vista dessa união, os indivíduos começaram a “[...] habitar o próprio corpo e a incorporar a suas identidades sociais, algumas ideias, convicções frágeis, manipuladas e tornando o corpo a realidade de cada pessoa” (p.25).

A mesma autora aponta a existência da interação entre o corpo e a mente como algo muito presente nas PCAs, demonstrando que:

[...] seria praticamente impossível a um ser humano modificar seus hábitos corporais sem modificar profunda e definitivamente seu psiquismo, remetendo-se à ideia de que haveria uma interligação entre ‘psique’ e ‘soma’, os quais deveriam ser tratados simultaneamente de

---

<sup>5</sup> Pensadores do campo da psicologia. Carl Gustav Jung, psiquiatra e psicoterapeuta suíço, exerceu sua profissão como médico e cientista, explorou e aplicou na área das ciências humanas e além disso, também trabalhou com a filosofia oriental e ocidental, realizando descobertas culturais e históricas. Richard Wilhelm, sinólogo, teólogo e missionário alemão, realizava traduções de trabalhos filosóficos do chinês para o alemão.

<sup>6</sup> Sigmund Freud, foi um médico neurologista e psiquiatra criador da psicanálise. Suas teorias são de grande influência na psicologia atual e segue se desenvolvendo através de estudos e prática clínica na área.

maneira a 'não fracionar o todo humano'. A ação sobre a respiração, o equilíbrio ou o relaxamento repercutiria em 'vivências inesquecíveis', revelando a possibilidade de o 'psiquismo mudar simultaneamente e na mesma proporção' que o corpo, por meio de técnicas baseadas na respiração, relaxamento e flexibilidade, contribuindo para um 'melhor rendimento tanto no plano físico quanto no psíquico', chegando a atenuar e, muitas vezes, liquidar dificuldades psíquicas subjacentes (MATTHIESEN (1999), citada por LOT, 2008, p.25).

As PCAs vão muito além da terapia, sendo muitas delas voltadas para o combate do estresse, à melhoria da qualidade de vida, à profilaxia e ao condicionamento físico. Segundo Matthiesen (1999), as PCAs, surgiram primeiro em âmbito fisioterapêutico, depois envolveu conceitos de integração entre corpo e mente visando a plenitude da vida. Assim, é cada vez mais evidente a influência do "equilíbrio entre corpo e mente" sobre a evolução do conceito de Educação Física e de ginástica. Essa influência se percebe claramente, por exemplo, em alguns métodos e terapias, como Yoga, Pilates, Tai Chi Chuan, Acupuntura, Dança circular, massagem, entre outros (LOT, 2008). Ainda que resumidamente, apresentaremos as características de algumas destas PCAs:

- **Tai chi chuan**, oriundo do Taoísmo, teve sua origem na China, caracteriza-se pela execução de movimentos circulares, suaves e lentos, seus princípios básicos são o equilíbrio e a fluidez dos movimentos (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).
- **Método Pilates**, criado pelo alemão Joseph Hubertus Pilates (1880-1967), que era uma criança fraca e doente, resolveu desenvolver seu físico praticando várias modalidades, e mais tarde criou o método de condicionamento físico/ mental, baseando-se na diversidade e leveza em oposição à repetição e à fadiga. O aprimoramento de seu método foi trabalhando na guerra, onde ele adaptou uns instrumentos, permitindo que os pacientes comesçassem exercícios de reabilitação nos hospitais. Entre os benefícios dessa prática estão o condicionamento físico, a correção postural, recuperação de lesões e o fortalecimento (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).
- **Yoga**, surgiu como uma filosofia na península indiana que, ao longo do tempo, assumiu formas diversificadas de ser praticado em diferentes culturas. Com isso, o Yoga ganhou uma multiplicidade de caminhos e tendências (FEUERSTEIN, 1998). O Yoga fundamenta-se numa filosofia constituída por oito membros do caminho da autotranscendência, compreendida pelo mestre indiano

Patañjali, como: a disciplina (*yama*) e o autocontrole (*niyama*), que se referem a princípios éticos. O terceiro e o quarto membros são a postura (*âsana*) e o controle da respiração (*prânayâma*), sendo que a postura consiste essencialmente no equilíbrio do corpo e com os exercícios de respiração a força vital do corpo-mente pode ser estimulada e dirigida. Já o quinto, sexto e sétimo membros são o recolhimento dos sentidos (*pratyâhâra*), a concentração (*dhâranâ*) e a meditação (*dhyâna*), referindo-se respectivamente, a momentos em que a consciência isola-se do ambiente, quando a concentração chega em um estado de imobilidade e, por fim, a meditação que é um método pelo qual a pessoa busca compreender a si mesma. O oitavo membro é definido como êxtase (*samâdhi*), que consiste numa integração corpo por completo (FEUERSTEIN, 1998). De acordo com Bassolli (2006) citado por Faria *et al.* (2014), o Yoga possui vários ramos, mas de acordo com a divisão clássica é constituído por sete ramos: (*Hatha Yoga, Karma Yoga, Jnana Yoga, Bakti Yoga, Tantra Yoga, Mantra Yoga e Raja Yoga*), sendo que o mais conhecido e praticado no Ocidente é o *Hatha Yoga*, que acredita-se na força dos *Âsanas* (posturas), e visa unir o corpo e a harmonia com a natureza.

- **Massagem**, palavra derivada do grego, que quer dizer “amassar”, considerados como um dos mais antigos e simples tratamentos médico, trata-se de uma prática milenar, sua prática vai além de fins terapêuticos, utilizada também para melhoria da performance e das condições gerais de saúde (CESANA *et al.*, 2004, p. 91).

Alguns dos principais efeitos da massagem, relacionados diretamente aos exercícios físicos, são a melhora da circulação sanguínea e linfática, o aumento na flexibilidade dos músculos, a melhora na capacidade respiratória, já que altera o ritmo da respiração, e até efeitos psicológicos, como a melhora da autoestima e a diminuição da “tensão”, em casos de atletas em períodos competitivos (CESANA *et al.*, 2004, p. 91).

- **Acupuntura**, uma terapia que visa a cura das enfermidades pela aplicação de estímulos através da pele, com inserção de agulhas em determinados pontos (SCOGNAMILLO-SZABÓ; BECHARA, 2001). Constitui-se como uma prática milenar que compõe o complexo de práticas da medicina tradicional chinesa (MTC), tendo com pilares os princípios de yang/yin e dos cinco movimentos, seus conceitos básicos são a energia e o sangue que

circulam e promove um fluxo harmônico (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018). Há vários milênios, a acupuntura é utilizada como forma terapêutica no oriente, agulhas de pedra e espinha de peixe foram utilizadas na China como instrumento da prática na Idade da Pedra. Anos depois ela foi introduzida no ocidente (SCOGNAMILLO-SZABÓ; BECHARA, 2001).

- **Dança do ventre**, de origem egípcia-árabe, uma dança feminina marcada por movimentos ondulatórios e pulsantes do quadril, que exalta a sensualidade da mulher. De acordo com registros das antigas civilizações, essas danças eram ritos de fertilização em honras as deusas, era impulsionada pela força da mulher com a divindade (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018). Na sociedade ocidental contemporânea, assume outros significados, com ênfase terapêutica e integrativo com a mulher, no Brasil, ela é apresentada em restaurantes árabes, em teatros e em escolas de dança especializada.
- **Quiropraxia**, é uma prática de manipulação e correção de desvios da coluna vertebral com as mãos. Surgiu nos Estados Unidos na década de 1890, tem como princípio o conceito de subluxação, que é desvios das vertebrae que acabam por provocar pinçamentos na medula e nervos, causando reações (BRACHER *et al.*, 2013).

Apesar destas inúmeras práticas corporais, as PCAs enfrentam órgãos corporativos, geralmente da área da saúde, que desconfiam dos seus benefícios para as pessoas, com isso, pensando em resolver esse conflito, essas práticas que antes eram consideradas alternativas, para a área da saúde, receberam o nome de complementares, sendo vista como medidas para auxiliar a medicina tradicional, esse termo, recebe críticas de profissionais da área, pois as colocam em lugares secundários "complementam" outras práticas e não teriam eficácia isoladamente. Nesse sentido, em 2006, foi aprovada uma Portaria do Ministério da Saúde (Portaria nº 971) que aprova a *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS)*. Dentre as práticas consideradas pelo Ministério da Saúde estão a medicina tradicional chinesa<sup>7</sup>/acupuntura, homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia e termalismo social/crenoterapia (BRASIL, 2006).

---

<sup>7</sup> De acordo com a Portaria nº971, a medicina tradicional chinesa inclui práticas corporais (de lian gong, chi-kung, tuiná, e tai chi chuan), práticas mentais (meditação), orientação alimentar, e o

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são tratamentos que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenir doenças como depressão e hipertensão. Atualmente, o SUS oferece, de forma integral e gratuita, 29 PICs à população, entre elas estão as, aromaterapia, biodança, homeopatia, hipnoterapia, meditação, musicoterapia, etc. (BRASIL, 2006).

As PICs têm como objetivos a prevenção de agravos e da promoção e recuperação da saúde, de uma forma humanizada e integral em saúde e de estimular alternativas inovadoras. Além disso, contemplam, a promoção de cooperação nacional e internacional para troca de experiências intercultural, com isso, firmou-se em 2009, o projeto de cooperação Brasil/ México para intercâmbio de experiências sobre essas práticas, potencializando e revitalizando as discussões da saúde coletiva ao propor mudanças no padrão biológico e medicinal do cuidado e da promoção da saúde.

Recentemente, no âmbito da PNPIC, o PEF na saúde fica habilitado a atuar com todas as práticas que constam no documento<sup>8</sup>, exceto homeopatia, de acordo com a Portaria nº 633 (BRASIL, 2017).

As PICs vão além das PCAs, nesta pesquisa, a opção é trabalhar com as PCAs, por entender que estas, de uma maneira geral, apresentam-se como forma de contestação às práticas de atividades físicas tradicionais da sociedade ocidental moderna e por sua maioria ter se disseminado com o movimento de contracultura (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Em síntese, neste capítulo, foram apresentados elementos que estabelecem especificidade às PCAs, buscando entender seu significado e a diferença das práticas corporais, consideradas como tradicionais na era moderna. Além disso, trouxemos algumas características das PCAs mais conhecidas e praticadas atualmente, e por fim, destacamos sobre a PNPIC no SUS, um programa que têm como objetivos a prevenção de agravos e da promoção e recuperação da saúde, de uma forma humanizada e integral e, no

---

uso de plantas medicinais, relacionadas à prevenção de agravos e de doenças, à promoção e à recuperação da saúde (BRASIL, 2006).

<sup>8</sup> Disponível: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/sas/2017/prt0633\\_31\\_03\\_2017.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/sas/2017/prt0633_31_03_2017.html). Acesso em: 30 jul.2021.

qual, o PEF da saúde está incluído e podendo atuar junto com equipes multiprofissionais.

No próximo capítulo, iremos abordar sobre o PEF e sua atuação no campo das PCAs, enfatizando as perspectivas de corpo e saúde ao longo do tempo e o trabalho efetivamente desses profissionais.

## CAPÍTULO 2

### O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA ATUAÇÃO NO CAMPO DAS PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS

Este capítulo foi dividido em três subcapítulos, dentre os quais serão abordados as temáticas corpo e saúde, bem como, a atuação do profissional de Educação Física com as PCAs.

#### **2. 1 As perspectivas sobre corpo**

A questão do corpo e as práticas corporais na Educação Física costumam ser abordadas sob diversos ângulos, pois suas práxis estão historicamente relacionadas. Todas as vezes que se pensou em Educação Física enquanto campo de conhecimento e/ou ciência, o corpo e suas manifestações práticas apareceram como centrais.

A questão de corpo é central não só na esfera da Educação Física, mas também, nas mais variadas ciências e campos epistemológicos, pois se refletirmos, veremos que o existir do ser humano se dá junto ao corpo, ou seja, é através do corpo que experimentamos o mundo, é pelo e com o corpo que estabelecemos relações com os outros e com o ambiente (ZOBOLI *et al.*, 2013).

O conceito de corpo já passou por diferentes modificações ao longo da história, pois além de sua composição anatômica, o corpo é uma categoria histórico cultural, onde cada cultura tem seu tipo e sua visão a respeito do mesmo.

Essas mudanças ocorridas sobre a compreensão de homem e de corpo influenciaram profundamente o desenvolvimento da Educação Física, vista no capítulo anterior.

Um dado histórico importante, é sobre a Grécia clássica, período da história no qual o corpo era extremamente valorizado por ser atlético, saudável e fértil, o culto a ele era a prática cotidiana. Naquela época a finalidade iam além da força e da saúde, focando na beleza e na graça dos movimentos. Durante os espetáculos das olimpíadas da época, eles contemplavam a vida, a força e a

beleza de uma humanidade ideal (SILVA, 2014). A ginástica tinha papel importante no sistema educacional grego da antiguidade, sendo apresentada como o principal meio de educação do corpo e do físico (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018). Tal concepção não se estendia a todos os cidadãos, mas para aqueles que eram livres, os escravizados e mulheres não dispunham desta possibilidade.

Na idade média, com a disseminação do cristianismo, qualquer culto ao corpo era estritamente proibido, a igreja exercia forte influência neste período, contudo, acreditava-se que os cuidados com o corpo afastavam o homem de Deus, com isso, aderiram uma visão extremamente “negativa” com relação ao corpo, sendo visto como fonte de pecado e degradação, o que incitava o autoflagelo, enforcamento, apedrejamentos e execuções em praça pública (FARHAT, 2008).

O Renascimento foi o período do despertar para o homem, nessa época o corpo passa a ser redescoberto, a ideia do homem como construtor de si mesmo marca esse período e coloca o humanismo como um projeto de intenso alcance social. Nesse contexto, a centralidade da existência é voltada para o antropocentrismo, e conseqüentemente, corpo humano. Com isso, ocorreu um redescobrimto da individualidade, do espírito crítico e da liberdade, ou seja, neste período voltou-se a valorizar o belo e resgatar a importância do corpo, com um maior pensamento científico e com estudos voltados ao corpo. Nesta época, a Educação Física torna assunto dos intelectuais, numa tentativa de reintegração do físico e do estético às preocupações educacionais (OLIVEIRA, 2008, p.36).

Na passagem da Idade Média para a Idade Moderna, o ser humano recupera seu lugar no mundo, perdido por séculos na era medieval. O período moderno estabelece um marco significativo de mudanças em todas as esferas do pensamento humano, despertando mais uma vez um desequilíbrio em alguns pensamentos.

De acordo com Cesana (2005, p.56), separa-se o homem em dois polos opostos, corpo e mente. Esse movimento atinge a Educação Física de forma contundente, adotando uma compreensão totalmente biológico funcionalista, observa-se, um retorno ao passado, onde a educação do aspecto físico passa a ser preconizadas, com objetivos higienistas e militares, ficando conhecidos como

movimentos ginásticos e influenciando o desenvolvimento da Educação Física moderna (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

A Educação Física no Brasil sofreu influências das áreas médica e biológica, tendo como característica a busca pelo corpo forte, atlético, sendo que, a concepção de saúde se resumia à forma física e o corpo era visto como uma máquina.

Foi em 1960, com o movimento contracultural, que as concepções de corpo romperam-se, buscando novos valores que se contrapunham ao padrão tecnicista da sociedade. Foi então que, em 1980, o olhar para o corpo começou a ser humanizado, ou seja, pensado no ser humano como forma integral, deslocando a atenção da biologia e do rendimento, para a espiritualidade (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Sendo assim, essa manifestação trouxe novos significados e valores para a Educação Física e também para a concepção de corpo, pois começaram a ter uma nova maneira de pensar o mundo, as relações humanas e o próprio corpo, ou seja, esse movimento trouxe à tona um homem sensível e emocional que tem no corpo o principal canal de ligação com as sensações (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Houve dois outros momentos que merecem destaque para essa composição de visão de corpo na Educação Física, pois com as novas percepções que surgiram, houve mudanças nas compreensões também do esporte, da atividade física e da função deste profissional.

O movimento pós-modernidade que surgiu pela necessidade de reestruturação da ciência, abrindo espaço para a criatividade, a intuição, considerando a realidade como construída pelo observador, permitiu a constituição de uma visão ampla humanizante do mundo, do homem e do corpo, com isso, as ciências humanas e sociais ganharam destaque. Junto com ele, veio a neomodernidade, uma reflexão sobre a modernidade, mas sem abandonar a ciência e a técnica (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018). É na intersecção destes movimentos que começou a se desenvolver a noção de corpo próprio, no qual existe sujeito e objeto, ou seja, a pessoa é o seu próprio corpo, pois sem ele não há existência (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

Pensando nos dias de hoje, os corpos são produtos “vendidos” pela mídia e também pela indústria farmacêutica, fazendo com que a obsessão pelo corpo

ideal acometa jovens e adultos. Essa busca, em alguns casos, passa a ser bastante perigosa, causando sérios transtornos alimentares, entre outras complicações. “Hoje vive-se na era da magreza, dos regimes, da lipoaspiração, dos implantes de próteses de silicone, botox, das academias, da construção e reconstrução de corpos, ou seja, da metamorfose dos corpos” (STREY *et al.*, p.03, 2004). Com essa forma de pensar, algumas pessoas fazem qualquer coisa para conseguirem um corpo, ao menos, parecido com o do subjetivo padrão de beleza.

O corpo virou "o mais belo objeto de consumo", e a publicidade, que antes só chamava a atenção para um produto exaltando suas vantagens, hoje em dia serve, principalmente, para produzir o consumo como estilo de vida, procriando um produto próprio: o consumidor, perpetuamente intranquilo e insatisfeito com a sua aparência (STREY *et al.*, p.03, 2004).

A mídia é uma das responsáveis pela vivência da revolução do corpo, pois divulgam valores como beleza, saúde, higiene, lazer, alimentação e atividades físicas que acabam orientando um conjunto de comportamentos, alguns bons e outros ruins para a sociedade. No momento, o corpo encontra-se em metamorfose, com a intuição de corrigir e reconstruir o corpo, para aproximar-se do ideal empregado pela sociedade (FARHAT, 2008).

Os sujeitos são incentivados à realização de práticas corporais, controle alimentar, consumo de determinados produtos dietéticos e cirurgias plásticas com finalidade exclusivamente estética, como principais meios para atingir o padrão de beleza desejado e ter uma aparência jovem e “saudável” (FREITAS *et al.*, p.179, 2006).

Nos dias de hoje, as pessoas estão preocupadas com seus corpos e essa preocupação tende a estar relacionada à saúde, com o intuito de prevenção de doenças e promoção de saúde ou relacionado à estética, com a busca do corpo “perfeito”.

## **2.2 Perspectivas sobre saúde**

Assim como corpo, o conceito de saúde também se modificou ao longo dos anos, o termo não representa a mesma coisa para todas as pessoas, a

concepção de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural. (Scliar 2007).

Diversos conceitos do que vem a ser doença e saúde convivem em nosso contexto social. Na visão mágico-religiosa do Egito, a definição de doença se relacionava com as forças alheias ao organismo, por conta do pecado, sendo então a doença sinal de desobediência ao mandamento divino (SCLiar, 2007).

Na Grécia, várias divindades estavam vinculadas à saúde. De acordo com a mitologia da época, eles cultuavam deuses da divindade da medicina, mas além de procedimentos ritualístico, a cura pelos gregos era obtida também por uso de plantas e métodos naturais. Hipócrates, conhecido como pai da Medicina, postulou a existência de quatro humores no corpo, sendo que a saúde era baseada no equilíbrio desses elementos (SCLiar, 2007).

No oriente, a concepção de saúde e de doença se orienta por visões diferentes. Fala-se de forças vitais que existem no corpo, se elas estão em harmonia, há saúde, caso contrário, existe uma doença. Por isso, em tais sociedades, as medidas terapêuticas são mais utilizadas por terem o objetivo de restaurar o fluxo normal de energia no corpo, recuperando a saúde (SCLiar, 2007).

Na idade média o corpo é punido e considerado fonte de pecado, daí não ter qualquer prestígio neste momento da história. Na renascença, o interesse científico começa a aparecer, dando importância às medidas de higiene para a manutenção de uma boa saúde. Já na era moderna, o conceito de saúde, baseava-se na química, na qual as doenças eram provocadas por agentes externos ao organismo (SCLiar 2007).

A ciência continuava avançando, e entre 1813 e 1858 nasce a Epidemiologia com o inglês John Snow. Neste período, foram identificados a existência de microrganismo causadores de doenças, com isso, foi possível a introdução de soros e vacinas. Nessa época, estudiosos notaram que a saúde do corpo individual podia ser expressa por números (sinais vitais), e que isso deveria acontecer também com o corpo social, ou seja, começaram a ter indicadores, estatísticas sobre a população, sobre saúde e doenças.

Após a Primeira Guerra Mundial, foi criado, pela realeza inglesa, o Serviço Nacional de Saúde para fornecer atenção integral à saúde a todos com recursos dos cofres públicos, mas até então não havia um conceito universal aceito do

que era saúde, assim, se fazia necessário consenso entre as nações. Com a criação da Organização das Nações Unidas (ONU) e da Organização Mundial da Saúde (OMS), esse processo foi iniciado (SCLIAR 2007).

O conceito da OMS, divulgado em 1948, implicou no reconhecimento do direito à saúde e da obrigação do Estado junto à promoção e proteção da saúde, conceituando que “Saúde é o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidades” (SEGRE; FERRAZ, 1997, p. 539).

Esse conceito gerou múltiplas críticas pela amplitude, caráter subjetivo e idealização de perfeito bem-estar, aproximando-se de uma utopia. Em decorrência das críticas, a OMS, em uma conferência em 1978, aprovou um conceito ampliado e, a partir disso, o conceito de saúde veio se transformando ao longo dos anos, caracterizando-se como um processo que envolve aspectos social, político e econômico, bem como, as influências de mudanças significativas a depender do contexto inserido (BEZERRA; SORPRESO, 2016).

Desse modo, percebemos a necessidade de ao analisarmos cada pessoa e seu contexto social estamos falando de um sistema integrado e complexo no qual a estamos inseridos e que impacta diretamente nas formas como sentimos, pensamos e representamos saúde, podendo ou não relacioná-lo com as práticas corporais.

No contexto da saúde brasileira, mais especificamente no que diz respeito às suas políticas norteadoras, observou-se uma proposta de mudança de paradigma relacionada aos modelos assistenciais, com o advento da Reforma Sanitária, que propôs novos conceitos que foram firmados na Constituição Federal de 1988, através do SUS, em seus princípios de integralidade, universalidade e equidade (BEZERRA; SORPRESO, 2016, p. 05).

Os princípios constantes nesta citação visam anunciar o direito a toda e qualquer pessoa à saúde e ao acesso ao conjunto de ações e serviços oferecidos pelo sistema de saúde (universalidade); reconhecimento das dimensões relacionadas com o processo saúde- doença, como também assegurar a promoção, proteção, cura e reabilitação para sujeitos e coletividades (integralidade), e a oferta de ações e serviços à população que apresentam menos condições socioeconômicas (equidade) (FREITAS, *et al.*, 2013).

### 2.3 Educação Física e a atuação profissional no campo das PCAs

Como podemos notar, historicamente, tanto a área da Educação Física como a da saúde foram fortemente influenciadas pelo modelo de ciência, muitas vezes, deixando de lado a humanidade e considerando a pessoa como um ser exclusivamente biológico.

Essa forma de entendimento desconsidera os múltiplos fatores que são fundamentais para pensar a questão corpo e saúde: os valores que orientam a vida, a relação com o outro, ter uma condição de vida digna, acesso ao conhecimento da cultura corporal, poder fazer escolhas nas práticas que se realiza; valorizar as diferenças humanas e não padronizar corpos e aparências etc. (FREITAS *et al.*, 2006, p.179)

Ao pensarmos sobre as práticas corporais em geral, a questão de corpo e da saúde parecem se mostrar sempre conectadas, portanto, é importante pensar e refletir a Educação Física no serviço público de saúde, para assim podermos rever formas de eleger e tratar alguns conteúdos, como também lidar com os sujeitos, pensando na questão da saúde.

Como afirma Carvalho (2001), considerar os sujeitos da relação atividade física e saúde envolve o deslocamento do olhar para o “outro” para os significados que atribuem às práticas corporais, o modo como lidam com as influências da mídia e com a busca por um corpo ideal e saudável.

A associação do corpo belo e perfeito como sendo sinônimo de saúde é questão central para a compreensão da atual situação social. Estamos vivendo uma fase onde a aparência é muito valorizada e a mídia reforça muito isso, a questão estética. E não importa se a pessoa tem, de fato, saúde, mas se tiver uma aparência que expresse isso, é o que realmente vale (FREITAS *et al.*, 2006).

De acordo com Freitas (2003), para pensar a Educação Física na área da saúde é preciso um deslocamento da visão da prática pela simples prática e de associar o corpo forte, magro e bem modelado à saúde. Isso porque, a saúde, ao envolver as atividades físicas, vai além do bem-estar físico, ela está

relacionada também às questões psicossociais e emocionais (encontro com o outro, sentir-se feliz, fazer vínculos, ouvir e ser ouvido, etc.).

Essa constatação exige de a educação física dar conta de um novo referencial que considere as expressões humanas como construções sociais significantes e que entenda o modo como o homem apreende a realidade e se relaciona com outros participantes da existência, bem como com a sociedade de modo geral. Em vista disso, torna-se elemento essencial compreender os valores implícitos nas manifestações humanas e os significados que os homens atribuem às práticas corporais quando se deseja a intervenção no mundo, por meio do corpo, na busca pela saúde (FREITAS *et al.*, 2006, p.180).

Para os autores Pires e Cruz (2019), as práticas corporais são elementos da cultura corporal, seu conceito ultrapassa o espectro biológico, pois o movimento corporal também é fluído de sentidos e significados, quando há movimento, há pensamento, invenção e recriação. É o que o autor Grandó (2006, p.32), de forma um pouco mais ampliada, também define como práticas corporais:

[...] entendendo-as como práticas sociais que associam a tecnologia a estéticas corporais específicas para manifestar no corpo e com o corpo os sentidos e significados da beleza, da alegria, da religiosidade, da moral, de determinado grupo étnico e que possibilitam a construção de um 'ideal de pessoa'. As práticas corporais, portanto, são manifestações culturais. Essas manifestações são explicitadas nos movimentos corporais identificados como dança, jogo, formas de exercitar, luta, competições esportivas etc. Essas práticas corporais expressam uma educação específica do corpo que por sua vez explicitam a concepção de pessoa em cada sociedade. (...) Cada prática corporal, explicita a identidade étnica de quem a pratica, a partir das técnicas corporais e da estética explicitada no corpo em movimento.

O desenvolvimento de práticas corporais nos serviços de saúde não é uma novidade, pois desde a década de 1970 a OMS incentiva a implantação de práticas da medicina tradicional nos serviços de saúde. Inicialmente, focada na fisioterapia e homeopatia, mas com o passar dos anos, outras práticas foram incluídas, como a acupuntura, medicina antroposófica e as corporais, como Tai Chi Chuan, Lian Gong, Yoga, etc (PIRES; CRUZ, 2019).

No final da década de 1990, o PEF foi reconhecido como profissional da Saúde pela Resolução nº 287, de 8 de outubro de 1998, do Conselho Nacional da Saúde, podendo atender com intuito de promoção, proteção e recuperação

da saúde (BRASIL, 1999). O PEF ganha destaque por ser responsável pelo planejamento, implementação, supervisão e avaliação de programas de atividade ou exercício físico com o objetivo de promover a saúde em locais como academias, clínicas, centro de saúde e hospitais (CONFEEF, 2002).

Com a implementação de um conjunto de políticas públicas, como a Política Nacional de Promoção da Saúde, a PNPIC, a Estratégia de Saúde da Família, os Núcleos de Apoio à Saúde da Família e o Programa Academia da Saúde, impulsionaram o trabalho do PEF no sistema público de saúde brasileiro. Todavia, de acordo, com pesquisas feita por Ferreira *et al.* (2018), a formação do PEF não contempla os conhecimentos e habilidades necessários para o trabalho na área da saúde. Isso porque, a formação (e conseqüentemente atuação) desses profissionais não têm sido desenvolvidas em consonância com alguns princípios da saúde, ficando centrada em aulas práticas pautadas apenas no discurso biológico e curativo, não existindo assim, clareza sobre o papel e os objetivos da atuação dos PEF no cotidiano de trabalho em saúde.

Tal cenário demarca desafios para a Educação Física no que se refere à reorientação da formação e da atuação profissional, de modo que os PEF atendam às necessidades em saúde da sociedade, ou seja, parar de ver o corpo como forma fragmentada e destituído da subjetividade.

De acordo com Fensterseifer (2006), citado por Freitas *et al.* (2013), é preciso evitar a reprodução de modelos “aplicacionistas”, aqueles nos quais o profissional é o sujeito e o aluno apenas objeto. É necessário agregar a contribuição das Ciências Humanas e da Filosofia, ou seja, é preciso atuar com pessoas e levar em considerações as suas subjetividades e não somente pensar na dimensão física dos corpos.

Freitas *et al.* (2013) mostram duas abordagens teóricas que fundamentam a prática da Educação Física na área da saúde: uma biomédica e a outra articulada à saúde coletiva.

A perspectiva biomédica está relacionada com a atividade física e que, por definição, é qualquer movimento corporal realizado pelos músculos que resulta em gasto energético e em manutenção e/ou melhoria dos níveis de aptidão física. Essa proposta tem a finalidade desenvolver a aptidão física do indivíduo, seguindo variáveis de controle estabelecidas (volume e intensidade) pelas sociedades científica, o profissional deverá focar em aumentar os níveis

de atividade física da população, diminuir os fatores de riscos para as doenças crônicas não transmissíveis e a adoção de uma vida saudável (FREITAS, *et al.*, 2013).

Na perspectiva de saúde coletiva, as práticas corporais estão relacionadas na promoção de saúde, tendo como finalidade atender às necessidades em saúde da população, mas que ultrapassem a natureza biológica e individual, ou seja, essa abordagem vê a saúde como forma ampliada, neste caso, o PEF deveria considerar o indivíduo em sua complexidade e necessidade em saúde (FREITAS, *et al.*, 2013).

A partir dessas considerações, notamos que, com o tempo, as concepções de corpo e saúde vem passando por campos de disputas reveladas por processos ora de reconfiguração e ora de cristalização dos modos de formação e atuação que envolvem os profissionais das PCAs.

Enquanto atuação profissional, o PEF pode trabalhar em quase todos os campos relacionados com o corpo e a motricidade humana, é o que a Resolução CONFEF 046/02, apresenta:

Art. 1º - O Profissional de Educação Física é especialista em atividades físicas, nas suas diversas manifestações - ginásticas, exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, ioga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais [...] (BRASIL, 2002, p.1.)

Portanto, as PCAs possuem relação com a Educação Física, pois está inserida na sua área de atuação, como descrito na resolução. Ainda que a atuação do PEF esteja se tornando uma realidade entre aqueles que figuram no âmbito das PCAs, isso não significa que, para trabalhar com essas práticas, é necessário possuir uma formação inicial em nível de graduação para tal. Apesar disso, mesmo não afirmando que as PCAs se constituem no espaço de atuação da Educação Física, Lorenzetto, *et. al.* (2002) reconhecem que os conteúdos da área podem ser utilizados com objetivos voltados para este setor.

De acordo com as pesquisas de Cesana (2005), os profissionais que atuam com as PCAs, especificamente os PEF, são pessoas que tem uma visão ampliada para a educação do corpo, já os que atuam com as mesmas práticas,

mas não são da área de Educação Física, têm um viés mais relacionado com a dimensão espiritual da prática alternativa, com isso, os PEF compõem em suas aulas um olhar diferenciado para o aluno, focando no bem estar, na correção postural, permitindo às pessoas se conhecerem, observarem seus limites e aprenderem e desenvolverem uma consciência corporal de si mesmo.

O perfil das pessoas que trabalham com as PCAs está ligado ao um “estilo de vida”, preocupados com as questões da alteridade, da saúde e da introspecção, diferente dos demais profissionais (CESANA, 2005).

São pessoas preocupadas, com a qualidade do ser humano, com o bem estar do ser humano, ele não está preocupado assim na quantidade, na performance, do que o cara pode desempenhar, pode até trabalhar pra isso, mas são pessoas que estão preocupadas com a melhora do mundo, com a melhora dele, do vizinho, do próximo, do seu aluno, ele está preocupado com o conjunto (CESANA, p.121, 2005).

Os participantes da pesquisa de Cesana (2005) consideraram que o estilo de vida e as perspectivas pessoais eram fatores que os caracterizavam como profissionais que atuavam com as PCAs. Já a pesquisa de Nicolino (2003), sobre o perfil dos “profissionais alternativos”, constatou que não havia uma definição precisa.

Os elementos encontrados por Nicolino (2003) demonstraram uma certa inconsistência na preparação profissional, na medida em que tais profissionais buscavam, por si só, fazerem cursos de aperfeiçoamento.

A mesma autora ainda identificou que o que levava estes profissionais a atuarem com as PCAs eram as mudanças no estilo de vida, a “filosofia” de vida, a busca pelo autoconhecimento, podendo ser das mais diversas áreas do conhecimento, em termos de formação em nível superior ou pessoas com formação básica.

De acordo com os estudos de Cesana (2005) e Nicolino (2003), observamos que o perfil dos “profissionais” que trabalham na área das PCAs, não é determinado, e que a formação para atuar nesta área está mais ligada às questões de características pessoais do que a cursos ou graduações.

No próximo capítulo, apresentaremos a trajetória metodológica do estudo, destacando os detalhamentos desse processo.

### CAPÍTULO 3

## TRAJETÓRIA METODOLÓGICA

A presente pesquisa apresenta caráter qualitativo, abordagem que valoriza as particularidades e as experiências individuais das pessoas. Neste sentido, ela se compromete com as observações de comportamento das pessoas na interação com o grupo, nas experiências, nos valores, perspectivas e crenças que trazem consigo (MINAYO *et al.*, 1994).

A especificidade da abordagem qualitativa está voltada para a compreensão da realidade humana vivida socialmente, com o interesse em interpretar como determinado fenômeno se manifesta nas atividades, procedimentos e interações diárias (GODOY, 1995).

Pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se preocupa com um nível de realidade que não pode ser quantificado, ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atividades, o que corresponde a um espaço mais aprofundado das relações dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. (MINAYO *et al.*, 1994, p. 22).

Patton (1986), (citado por Betti, 2009) descreve a pesquisa qualitativa como aquela que segue tradição interpretativa ou “compreensiva”, ou seja, o comportamento das pessoas tem sempre um sentido ou significado, de acordo com sua cultura, valores e percepções, que necessitam ser desvendados pelo pesquisador, pois não dá para conhecer de modo imediato. Estudos que buscam compreender as perspectivas humanas entendem que as pessoas interagem, interpretam e constroem sentidos durante sua vida, criando assim diferentes visões sobre determinados assuntos (GUERRA, 2014).

O método qualitativo é adequado aos estudos da história, das representações e crenças, das relações, das percepções e opiniões, ou seja, dos produtos das interpretações que os humanos fazem durante suas vidas, da forma como constroem seus artefatos materiais e a si mesmos, sentem e pensam (MINAYO, 2008, p.57).

A pesquisa de campo, fundamentada na abordagem qualitativa e caracterizada como descritiva, foi realizada com PEF de cidades do interior de São Paulo.

Os cinco participantes aceitaram participar do estudo após o preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice), para manter o sigilo dos profissionais, foram utilizados numeração de 1 a 5 para identificá-los. Os critérios para selecionar tais participantes para o estudo foram: ser PEF e atuar profissionalmente com as PCAs.

Para a coleta de dados foi realizado uma entrevista semiestruturada, envolvendo questões relacionados ao campo de atuação destes PEF com as PCAs. Por conta da pandemia de Covid-19 que, a época da coleta, exigia distanciamento entre as pessoas, a entrevista foi realizada virtualmente pelo *google meet*, sendo gravada para utilização exclusiva do estudo.

A entrevista é uma forma de interação social, onde se obtém informações acerca do que as pessoas sabem, pensam e acreditam sobre determinados assuntos ou temas, visando a compreensão humana (GIL, 2008), sendo semiestruturada possibilita o entrevistado a falar mais livremente sobre o tema proposto.

Com essa técnica de coleta de dados, é possível conhecer opiniões das pessoas sobre os fatos, explorar o significado de conceitos e sentidos e descobrir fatores que influenciam em suas visões e ações (LAKATOS; MARCONI, 2010).

Os eixos que nortearam a entrevista foram compostos pelas temáticas atuação profissional junto às PCAs, percepções sobre corpo e saúde e formação inicial e continuada. As questões da entrevista foram as seguintes:

- Identificação geral: a) Ano de formação na graduação em Educação Física; b) Universidade/Faculdade pública ou privada; b) Cursos que tenha feito depois da graduação na área de PCAs
- Com qual(is) PCA(s) você trabalha? Há quanto tempo?
- Como se deu essa sua escolha por esta área de atuação?
- Você avalia que a sua formação inicial lhe deu condições para atuar nesse campo? Por que?

- Sobre sua formação continuada em torno das PCAs, como isso se dá? É você quem busca ou você tem financiamento dos locais onde trabalha?
- Você acha que a visão de corpo e de saúde do PEF pode comprometer ou ajudar na atuação no campo das PCAs? Por que?
- Quais as suas concepções de corpo e saúde?
- Você tem alguma informação sobre a atuação de PEF com as PCAs junto ao SUS?
- Quais as características das pessoas que procuram por esta(s) PCA(s) contigo? O que elas buscam?
- Você acha que atinge as expectativas dessas pessoas? Por que?
- Em sua opinião, quais os principais desafios que encontra atuando com as PCAs e as conquistas?

Os procedimentos de análise dos dados empreendidos se orientaram pela estrutura apresentada por Gomes (2002), qual seja:

a) Ordenação dos dados: foram feitas a transcrição das gravações, a releitura do material, a organização dos relatos e dos dados da entrevista;

b) Classificação dos dados: com base no que se mostrava articulado com o objetivo da pesquisa, demos início à síntese das narrativas e posterior indicação das categorias de análise em um grande quadro, semelhante ao Quadro 1;

Quadro 1 – Análise de Dados

Participante	Questão	Resposta	Síntese	Categoria
Profissional 1	Você avalia que a sua graduação em Educação Física lhe deu condições para atuar nesse campo? Por que?	Eu acho que sem a graduação eu jamais estaria onde eu estou agora tá, isso é fato né, mas como eu te falei, eu só achei um pouco desse emaranhado quando eu tive o contato com o professor de fora, não foi com as matérias, com as disciplinas da faculdade. Se eu tivesse ficado somente com as disciplinas da faculdade, eu sei lá o que eu estaria fazendo	A graduação abriu portas para encontrar esse campo de atuação, mas não deu condições para atuar nessa área, o profissional buscou disciplinas extracurriculares com ênfase nas PCAs.	Formação profissional

		<p>hoje, mas eu não posso assim fechar a incompreensão de que se não tivesse também na universidade eu não sei como que eu ia encontrar essas práticas né, então só o fato de eu ter estado lá na faculdade, na universidade, me abriu a porta para encontrar o caminho, mas ela por si só não se basta pra isso né.</p> <p>Eu fui como aluna de observação né, numa aula de massoterapia da fisioterapia, eu fui lá pro professor eu falei, olha eu gosto muito disso, e era a única matéria, a única matéria em todas as grades que eu olhei lá que me interessavam, que talvez viessem de encontro, mas isso eu não conhecia ninguém ainda de que eu te contei até agora né, e aí eu assisti o semestre todo das aulas ele deixou participar, aprendi a fazer massagem, não consta no meu currículo porque eu fui como aluna de observação né, mas eu fiz tudo o que tinha que fazer lá passei com a nota que tinha que passar, mas entende então eu fui buscar.</p>		
Profissional 2	Qual as suas concepções de corpo e saúde?	A minha concepção de corpo e de saúde, eu acho que eu sempre pensei um pouquinho fora da caixa, até por conta desse conhecimento que o yoga traz. Eu acho que corpo e saúde, eles têm uma ligação importante corpo e saúde, mas eu penso um pouquinho além do	Corpo e saúde tem uma ligação importante, engloba parte física, a parte mental e a parte espiritual, e as filosofias do yoga que o profissional trabalha tiveram influência nessa sua perspectiva.	Concepções de corpo e saúde

		<p>corpo. A minha prática alternativa ela traz esse conhecimento, esse autoconhecimento que o yoga, por exemplo, proporciona para a pessoa, enxergar como corpo indivíduo, mas também pensar na sua saúde mental. Se você buscar as filosofias do yoga da prática alternativa, você consegue trabalhar a sua saúde espiritual, enxergar como um todo né, essa parte de corpo, mente, saúde, e perceber que a saúde ela vai um pouquinho além da prática física ali, por exemplo, da pessoa conhecer, se conhecer a ponto de saber que ela está com determinada tensão numa região do corpo dela, por conta dos hábitos físicos, mas as vezes também ela cultiva uma ansiedade, uma preocupação, uma irritação por exemplo, que acaba afetando o físico e acaba afetando a sua saúde física. A minha concepção de corpo e de saúde engloba tudo isso sabe, a parte física, a parte mental, a parte espiritual, e eu acho que o yoga em junção com a Educação Física traz uma visão muito mais ampla dessa questão da saúde física e mental.</p>		
Profissional 3	Em sua opinião, quais os principais	Acho que o principal desafio é exatamente esse, mostrar que o	Desafios: quebrar os paradigmas e preconceitos das	Atuação profissional

	<p>desafios que encontra atuando com as PCAs e as conquistas?</p>	<p>yoga é uma filosofia de vida e não uma prática de exercício exclusivamente, por mais que ela seja um exercício, ela não é só, ela é muito mais que isso. E quebrar esses paradigmas nas pessoas que não só o yoga como prática de exercício, mas também o yoga só como uma coisa relaxante, é só relaxar ou só meditar, fazer que a pessoa entenda que o yoga preza ela como um ser integral e que quer que ela melhore como um todo. Então dentro do yoga acho que esse é o principal desafio de nós, como professores, fazer essas mudanças de paradigmas e preconceitos que a pessoa tem do yoga também, as vezes até preconceito em relação a achar que yoga é religião e a pessoa se afasta e não dá oportunidade de experimentar, então acho que esse é o principal desafio. E minhas principais conquistas dentro dessa área, acho que ter meus alunos que gostam muito de estar aqui comigo, que dão sempre esses feedbacks positivos, o que me motiva todos os dias a vir dar as aulas, e acho que também ir transformando, conseguir fazer isso com meus alunos, junto com eles, dessas percepções mais sutis que essa prática complementar tem. Eu acho que realmente essa transformação,</p>	<p>pessoas sobre o yoga, a visão que é uma prática apenas para meditar, mostrando o verdadeiro significado do Yoga. Conquistas: os feedbacks positivos dos alunos a respeito da aula e observar o desenvolvimento e transformação deles no decorrer das aulas.</p>	
--	---	---	--	--

		desse olhar deles com eles mesmos, a gente conseguir avançar um pouco nesse sentido de se aceitar, de se respeitar, de se cuidar, de se pensar no yoga como uma ferramenta, essas são minhas conquistas, de fazer com que os alunos se olhem, se respeitem, ainda mais nessa sociedade do caos que a gente vive, de parar um pouquinho e de valorizar esse momento só deles, de valorizar essa horinha que foi conquistada, que eu pago, mais que eu pago porque eu acho que eu mereço, e que eu coloco uma prioridade na minha vida, eu coloco como prioridade no meu dia.		
--	--	---	--	--

Fonte: A autora

Sobre a análise de dados, Bogdan e Biklen (2003) dizem que:

À medida que vai lendo os dados, repetem-se ou destacam-se certas palavras, frases, padrões de comportamento, formas dos sujeitos pensarem e acontecimentos. O desenvolvimento de um sistema de codificação envolve vários passos: percorre os seus dados e, em seguida, escreve palavras e frases que representam estes mesmos tópicos e padrões. Estas palavras ou frases são categorias de codificação. As categorias constituem um meio de classificar os dados descritivos que recolheu, de forma que o material contido num determinado tópico possa ser fisicamente apartado dos outros dados. (p. 221)

c) Análise final: no interior de cada categoria de análise estabelecemos as articulações entre os dados e os referenciais teóricos da pesquisa, tendo como base o objetivo do estudo.

A partir disso, foram criadas três categorias de análise, sendo elas: 1) Formação profissional; 2) Concepções de corpo e saúde; 3) Atuação profissional. No próximo capítulo, serão apresentados os aprofundamentos de cada uma destas categorias.

## **CAPÍTULO 4**

### **APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS**

Este capítulo foi dividido com base nas três categorias de análise, nele serão apresentados os dados na correlação com a revisão de literatura presente nos capítulos 1 e 2 em articulação com o objetivo do estudo.

#### **4.1 Formação profissional**

Os cinco PEF que participaram da pesquisa trabalhavam com as PCAs, três deles tinham mais de cinco anos de experiência e dois menos de um ano de atuação na área.

O profissional 1 é formado em Educação Física desde 2012 em licenciatura e em 2017 no bacharelado, pela Universidade Federal de São Carlos. Trabalha com Pilates desde 2016, completando cinco anos de atuação. Durante a faculdade e após realizou muitos cursos para aperfeiçoar sua formação/atuação nas PCAs. Fez cursos de Eutonia, Pilates, Liberação miofascial, Anatomia emocional (online), Ginástica e Core 360°.

O profissional 2 é formado em Educação Física desde 2019, tendo a formação de bacharel pela faculdade particular Faculdades Integradas de Botucatu (UNIFAC). Está há 13 anos trabalhando como instrutor de Yoga e vinha realizando, a época da nossa pesquisa, um curso de Yoga.

O profissional 3 é formado em Educação Física, desde 2015 em licenciatura e em 2018 no bacharelado. Realizou mestrado pela Universidade Estadual Paulista (UNESP/Bauru) e está há oito anos trabalhando com o Yoga. Realizou o curso de Yoga, de introdução ao Shiatsu e também de treinamento funcional.

O profissional 4 é formado em Educação Física desde 2008 com habilitação em licenciatura pela faculdade particular, Fundação Barra Bonita de Ensino (FUNBBE), em Barra Bonita. Desenvolve seus trabalhos com o Pilates, tendo iniciado essa atividade profissional há dois meses. Realizou um curso para se aperfeiçoar nesta área.

O profissional 5 é formado em Educação Física desde 2018, tendo a formação em bacharelado e está cursando a licenciatura, na UNESP/Bauru. Atua há oito meses com o Yoga. Está realizando uma formação na área de Yoga.

Entre os cinco profissionais, dois fizeram faculdades particulares e três universidades públicas. Desses três últimos, dois participaram de cursos e projetos de extensão durante a graduação, o que os permitiu acessar os conhecimentos relacionados às PCAs. O profissional 3 inclusive recebeu bolsa para trabalhar e desenvolver projeto de extensão sobre Yoga durante a graduação e também no mestrado:

Na graduação eu tinha bolsa, nos projetos de extensão sempre tive e eu que procurei sim, eu sempre tive vontade, dentro da minha graduação eu sempre busquei participar do maior número de projetos de extensão que eu pudesse, exatamente para conhecer essas possibilidades que a nossa área tem e que são infinitas. Então participei de projetos desde a Licenciatura mesmo até o Bacharel, com crianças, com adultos, com idosos, então sempre tive bastante curiosidade para experimentar para saber exatamente o que eu queria mesmo. E aí eu que busquei então esse projeto de extensão, mas não em função do yoga, eu busquei porque eu queria trabalhar com os idosos e aí o yoga caiu no meu colo assim de presente [...].

De acordo com as apresentações dos entrevistados, os profissionais 2, 3 e 5 começaram atuar com o Yoga antes de fazerem o curso de aperfeiçoamento, tanto que os profissionais 2 e 5 ainda estão em formação, pois o curso teve atrasos por conta da pandemia de Covid-19.

Vimos na literatura que para a atuação junto às PCAs não é exigida uma formação certificada em nível superior. Cesana (2005) aponta que as PCAs realizam a formação dos seus profissionais pelo modelo de escola de ofício, de caráter artesanal, isto é, a formação acontece através das vivências e experiências de muitos anos como praticante para, posteriormente, atuar no campo, sem que haja uma formação especializada.

Foi o que o profissional 2 comentou:

O yoga não exige que você tenha uma determinada formação para ser um instrutor de yoga, certo, existe a Aliança Internacional de Yoga, e alguns cursos são reconhecidos pela Aliança, mas para ser um instrutor de yoga, um mestre de yoga, você não precisa ter uma formação específica, lógico que é muito válido você ter essa formação reconhecida pela Aliança do Yoga, e no caso desse curso que eu estou fazendo, ele é um curso reconhecido pela Aliança Internacional de Yoga.

Além disso, dentro do campo das PCAs diferentes profissionais podem atuar, como: fisioterapeutas, médicos, psicólogos e PEF, entre outros. Com isso, as PCAs tornam-se um campo onde ninguém assume como sendo seu, mas todos recorrem a ele e se apropriam desses conhecimentos em sua área de atuação profissional (COLDEBELLA, 2002).

Segundo o profissional 3, mesmo o Yoga não precisando de um curso de formação certificada, ele acredita que um aperfeiçoamento ajuda a melhorar a qualidade das aulas:

[...] A gente sente a necessidade de se especializar um pouco mais, porque também com a nossa responsabilidade com os alunos que vão fazer as nossas aulas, então a gente precisa estar preparado, eu sentia necessidade de me preparar mais, por mais que eu já estava dando aulas o curso me ajudou muito a melhorar minha didática, melhorar meu planejamento das aulas, a conseguir me aprofundar um pouco mais e conseguir chegar nos alunos com um pouco mais de preparo para difundir o yoga que é uma filosofia tão importante, tão rica.

O profissional 1 também comentou que os cursos de aperfeiçoamento na área ajudam a melhorar a qualidade das aulas “[...] por isso que eu falo que a gente vai se compondo em cada curso, cada informação, cada novo acontecimento vai complementando o atendimento, né?! [...]”.

Cesana (2005) aponta que a aquisição dos conhecimentos alternativos aparece, na maioria das vezes, fora da universidade, em cursos de especialização, workshops ou em mini cursos, ou seja, é a pessoa interessada que precisa buscar, já que os cursos de graduação, no caso da Educação Física, ainda apresentam fragilidades e até, pouca tradição, relacionadas aos conhecimentos que balizam a área das PCAs.

Dos entrevistados, quatro realizaram e ainda estão realizando a formação continuada com recursos próprios, de acordo com seus interesses, não recebendo nenhuma ajuda financeira das instituições onde atuam. Apenas o profissional 3 recebeu bolsa, em sua formação inicial, para participar e desenvolver projeto de extensão. O curso de Yoga que realizou também não foi pago com recursos próprios, mas com financiamento da instituição onde atua, já que, por ser sócia da referida instituição, esta oferece cursos para seus próprios profissionais: “[...] depois que eu saí do mestrado eu fiz esse curso de formação

aqui, mas eu também não paguei nada porque eu sou sócia aqui do instituto, então assim eu participei para ter um certificado”.

Dentre as escolhas para a área de atuação, os cinco disseram que não imaginavam trabalhar com as PCAs, o único que tinha contato com a prática, antes de atuar, foi o profissional 2:

Eu sempre tive em mente trabalhar com algo que envolvesse trabalho com o público sabe, ajudar as pessoas sempre me fez eu me sentir útil em trabalhar ajudando pessoas e tal, e a Educação Física foi algo que eu tive assim contato por meados de 2012 mais ou menos, e aí eu trabalhava em empresa, uma das empresas aqui da cidade, e aí eu comecei a frequentar academia, tive interesse por Educação Física e nesse meio tempo eu já era praticante do yoga, então era uma possibilidade que eu não descartava trabalhar com essa prática alternativa [...]. Sempre tive aquela semente na minha cabeça, eu quero trabalhar com isso, e aí eu consegui agregar à Educação Física ao yoga, a prática alternativa, e lógico que um é um complemento extraordinário para o outro, pelo conhecimento.

Já os profissionais 1, 3 e 5 conheceram as PCAs e se encantaram, foram buscar, se aperfeiçoar e agora estão atuando. O profissional 1 teve contato com algumas PCAs através de uma disciplina durante sua graduação em Educação Física. Foi um professor que despertou o seu interesse em trabalhar com o corpo, mas sua escolha pela área de atuação aconteceu por causa de uma prática de reabilitação, por conta de uma lesão:

Eu só fui fazer Pilates, porque eu machuquei o meu joelho e na clínica lá que eu fui fazer o tratamento o cara falou, você precisa entrar no *reformer*, e eu falei: *reformer*? Que é isso? É o equipamento do Pilates. A minha esposa vai dar um curso de Pilates agora nesse semestre se você quiser. Você não é da Educação Física? Você pode fazer e tal. Aí eu falei: Pilates?! Sabe, aquele preconceito tipo, nossa, mas eu acho que é tão longe do que eu consigo fazer, sei lá, né?! Nunca tinha feito. Aí eu fiz e eu melhorava com a sessão. Falei: tá bom! O negócio é bom, aí eu fui fazer um curso, entendeu?!

O profissional 3, conheceu as PCAs em um projeto de extensão, durante a graduação. Quando entrou no curso de Educação Física tinha em mente trabalhar com o voleibol:

Então na verdade quando eu entrei na graduação eu nem conhecia essas linhas de atuação da Educação Física, nem experiências práticas também nunca tinha tido, e conheci o yoga através do laboratório que eu fazia parte, do Laboratório X, então dentro do laboratório entrei para trabalhar com os idosos, que a gente tinha esse trabalho com idosos hipertensos, principalmente com caminhada,

exercícios multicomponentes e dentro do laboratório. Então também tinha essa linha com yoga e aí, a partir do momento que eu conheci o yoga, comecei um pouquinho mais trabalhar com essa linha. E aí me apaixonei e me encontrei ali assim.

Para o profissional 5, seu interesse pelas PCAs teve início em meio a pandemia de Covid-19, em um momento difícil de sua vida pessoal, quando começou a praticar atividades corporais em casa por meio de vídeos do *Youtube*. Foi em tal situação que viu um curso de formação pela internet e se interessou, começou a fazer umas aulas experimentais e, atualmente, está acabando de fazer o curso e já está atuando na área há oito meses.

Nunca pensei em ir para o yoga, eu penso que tudo que aparece na nossa vida é por algum motivo, tem um propósito, e o ano de 2020 assim foi um ano bem difícil assim, acho que para todo mundo, de muitos desafios, muitas mudanças e para mim foi muito assim. E aí eu estava passando por um momento muito difícil psicologicamente falando, em relação à pressão e muitas outras coisas, e aí eu comecei a ver vídeos do YouTube sobre isso, porque a yoga ela tem, traz essa questão de acalmar um pouco mais você, trabalha a respiração, então ele traz essa tranquilidade pra gente. Aí o celular da gente que parece que tem ouvido, né?! Estava ali só olhando o Instagram, assim tranquilo, aí, de repente, apareceu a página do instituto Sankalpa falando sobre o curso de formação [...]. Fui conhecendo um pouco lá da página, fui olhando um pouquinho sobre o instituto e aí eu decidi no *Instagram*, na página lá do curso, perguntar sobre [...]. Então eu comecei a fazer as aulas *online* e na primeira aula já me apaixonei pela forma como as aulas eram ministradas, por tudo que a yoga tinha ali durante todo o processo da aula, e me apaixonei. Fui ficando, aí eu pensei que até o final eu tomaria a decisão se eu ia ou não fazer o curso. Aí eu acho que foi na segunda ou terceira aula já que eu peguei e tomei a decisão [...]. Então foi uma coisa maravilhosa que apareceu e não me vejo sem a yoga mais.

Já o profissional 4 fez a licenciatura em Educação Física, mas não gostava da área escolar. Foi então que buscou, dentro da Educação Física, áreas que lhe agradavam, tendo ido atuar em academias, clubes com aulas de natação e, em seguida, abriu um Studio de Pilates.

Percebemos que, dos cinco entrevistados, dois deles tiveram forte influência das experiências vividas na graduação em Educação Física para conhecer as PCAs. Esse acesso se somou ao interesse pessoal e, posteriormente, se constituiu como uma possibilidade de atuação profissional, configurando suas trajetórias. Essa construção profissional parece se alinhar ao que observou Cesana (2005) em suas pesquisas, ou seja, são poucas as

oportunidades oferecidas pelos cursos de graduação em Educação Física em torno dos conhecimentos relativos às PCAs.

O profissional 1 até levantou a questão de que na matriz curricular do curso de graduação em Educação Física que tinha realizado não tinha nada de PCAs, comentando que buscou algo que foi descobrindo que lhe despertava interesse.

[...] tanto que eu fui como aluna de observação numa aula de massoterapia, da fisioterapia. Eu fui lá pro professor e falei: Olha eu gosto muito disso, e era a única matéria, a única matéria em todas as grades que eu olhei lá e que me interessava [...]. E aí eu assisti o semestre todo das aulas, pois ele me deixou participar. Aprendi a fazer massagem, mas isso não consta no meu currículo porque eu fui como aluna de observação, né?! Mas eu fiz tudo o que tinha que fazer lá e passei com a nota que tinha que passar, mas entende?! Então eu fui buscar.

Cesana, Tojal e Drigo (2018) vem sinalizando que nos currículos mais atuais dos cursos de graduação em Educação Física, tanto na licenciatura quanto no bacharelado, não aparecem de forma explícita qualquer indicação para a inserção das PCAs, ainda que em tais currículos se estabeleça, para a Educação Física, o trabalho com o movimento humano em suas diversas dimensões.

Fica evidente a necessidade de incluir disciplinas relacionadas às PCAs nos cursos de graduação, pois é a maneira mais fácil e rápida de colaborar com a formação dos profissionais dessa área, no intuito de que esses tenham maiores conhecimentos relacionados ao alternativo e possam aplicá-los (COLDEBELLA; LORENZETTO; COLDEBELLA, p.11, 2004).

Apesar disso, quando perguntamos aos entrevistados se eles entendiam que o curso de Educação Física que tinham realizado os dava condições para atuar junto às PCAs, dois responderam que sim. Para o profissional 2 a sua graduação o ajudou pelo fato de envolver um conjunto amplo de conhecimento que era importante para a atuação no âmbito das PCAs.

[...] assim os conhecimentos da Educação Física na prática alternativa fazem toda a diferença, como eu falei para você para ser um instrutor de yoga não é necessário você ter uma formação específica, mas assim a formação em Educação Física da questão biomecânica, fisiológica, cinesiologia, assim agregou de uma forma extraordinária e que eu coloco em prática na aula sempre.

O profissional 4 também respondeu que sua graduação tinha lhe dado condições para atuar com o Pilates: “Minha graduação me deu essa oportunidade, pois sem ela não seria possível atuar em todas essas áreas, pois todo tipo de exercício físico precisa ser acompanhado por um profissional especializado”.

Observamos que os dois profissionais falaram de uma maneira geral sobre a importância dos conhecimentos que aprenderam em suas graduações, não especificando alguma teoria ou disciplina referente às PCAs. Há também um certo prestígio dos conhecimentos da área de ciências biológicas.

Os profissionais 1, 3 e 5 responderam que a graduação não deu condições para eles atuarem com as PCAs. Particularmente, o profissional 5 citou que a faculdade aponta os vários caminhos nos quais se pode atuar, pois a Educação Física tem um leque grande de oportunidades, mas que é necessário se especializar, após a graduação – formação inicial, para estar apta a oferecer uma aula de boa qualidade dentro das PCAs.

O profissional 3 pontuou que a sua graduação não deu condições para atuar com o Yoga e, diferente do profissional 5, criticou que o currículo formalizado na faculdade não foi suficiente e não apontou caminhos para a atuação no campo das PCAs, uma vez que as experiências que vivenciou nesta área se deu extra currículo, por meio de projeto de extensão e laboratório de pesquisa.

Não, na verdade dentro da graduação eu acho que eu só tive, dentro do currículo formal ali, eu acho que eu só tive uma experiência ou duas, vamos colocar umas três experiências com práticas complementares [...]. Então a graduação por si só também não foi nem um pouco suficiente, não me preparou e, pouquíssimas vezes, me apresentou essas possibilidades. Então realmente eu não tive muito contato, se eu não estivesse nesse projeto de extensão, nesse laboratório, procurando algo a mais, só com o currículo básico a gente não teria esse contato.

Pensando nos cursos de bacharelado, a Educação Física privilegia em seus conhecimentos os aspectos físicos e comportamentais do ser humano, numa visão quase, exclusivamente, biológica, da alta performance, pois seus primeiros modelos de currículo receberam uma forte influência da área médica, principalmente, os conhecimentos de anatomia e de fisiologia humana

(CESANA, 2005). Com isso, até nos dias atuais a Educação Física, sofre essa influência, que privilegia em seus conhecimentos os aspectos físicos e comportamentais, além disso estes enfoques tendem a se dar sobre os esportes, daí uma das explicações para que possamos entender a quase ausência das PCAs nas grades curriculares dos cursos de graduação em Educação Física. Com isso, entendesse a reprodução dos conhecimentos produzidos nestas áreas de estudo, consolidam a atividade do PEF, pela carga biológica presente em sua formação (CESANA, 2005).

## 4.2 Concepções de corpo e saúde

O conceito de corpo já passou por diferentes modificações ao longo do tempo pois, mais que uma composição anatômica, ele é carregado de história e cultura, sendo constantemente ressignificado.

Sob as perspectivas dos profissionais entrevistados, muitas das opiniões manifestadas sobre corpo e saúde se relacionaram, os profissionais 1, 2, 3 e 5 citaram que corpo e saúde estavam interligados, que falar em corpo, não era algo para falar apenas sobre o físico, mas como um todo que envolvia a parte física, mental e espiritual. Por esta via, sinalizaram que a saúde tinha estreita relação com o autoconhecimento e o autocuidado do/com o corpo.

O profissional 1 deu destaque ao autoconhecimento:

Corpo e saúde eu acho que tem que estar alinhado ao seu autoconhecimento sobre o seu corpo, porque assim, se eu falo que para mim ter saúde é não ter doença, mas eu não tenho doença só que não estou com a autoestima boa, se eu não estou feliz nos outros campos da minha vida, eu estou com a saúde boa? Então não é só ser livre de doença, né?! Eu acho que você tem que estar equilibrando as esferas do fazer, do pensar, do sentir, e tentar se conhecer para isso, então eu acho que é isso, têm que ter um equilíbrio.

O profissional 3 também caminhou nesta direção do autoconhecimento, enfatizando à questão do autocuidado ao afirmar que nós não temos um corpo, nós somos um corpo integral. O corpo foi reconhecido como um mediador da nossa estada nesse mundo, na medida em que com ele nos relacionarmos com tudo e com todos e evoluirmos como seres humanos:

A minha concepção de corpo, bom acho que a gente, nós não temos um corpo, nós somos um corpo de maneira integral, acredito que é quase impossível separar o corpo de todo o conjunto da obra como ser que nós somos, como seres completos que têm algumas dimensões, física, emocional, espiritual, mas que todas influenciam diretamente uma à outra, até que são todas interligadas. Então acredito que nós como seres que somos, esse corpo, utilizamos ele para tudo, para nos relacionar, para evoluir como pessoas, para estar aqui com esse formato que nós temos, mas que nós somos assim como todas as outras coisas. Então acredito que o corpo, ele nos dá possibilidades de nos relacionar com o mundo de uma maneira mais palpável, para que o outro também que, talvez, não tenha uma concepção tão elaborada, ou que o outro consiga não se identificar com essa forma, para que a gente possa se relacionar e evoluir como seres nas nossas relações interpessoais, no nosso trabalho, [...]. Como esse ser integral que tem tudo isso e é tudo isso ao mesmo tempo, na verdade não é, está dessa forma, está desse jeito que se transforma todos os dias, a todo momento, vamos desde criança até o envelhecer e também a partir das nossas escolhas também nos transformamos. Então acredito que nós estamos dessa forma e que o corpo é o que nós somos nesse momento com todas essas nuances, mas com muita importância por nos dar esse formato individual, único, e nos tornar diferentes e ao mesmo tempo similar em tudo formato individual, único, e nos tornar diferentes e ao mesmo tempo similar em tudo.

O profissional 5 também manifestou sua visão de corpo, embasada no físico, mental e espiritual, ressaltando que o corpo era a nossa ferramenta para a comunicação e fundamental para o movimento humano.

Eu acho que corpo é a base, acho que fundamental para o movimento em si para a gente, então é o corpo que faz com que a gente se comunique com outras pessoas, não só através, talvez de gestos, mas de expressões, de falas. Então o corpo ele é uma ferramenta acho que muito importante de comunicação em um contexto geral. E em relação a saúde, quando esse corpo, por exemplo, ele é um corpo saudável, um corpo relativamente ativo, então eu acho que ele tem tudo para poder trazer, talvez essa melhor, essa qualidade de vida para você, então eu penso que a minha concepção de corpo ela é muito íntegra, inteira, no caso ela é completa, então uma coisa não se dá sozinho, um corpo ele não é sozinho, não é só físico, então ele precisa de um comando. A gente, o nosso ser em si, ele é formado por essas 3 linhas, corpo, mente, espírito, então o corpo sozinho ele não faz tudo, ele é um complemento acho que disso tudo. E eu acho que a saúde é exatamente para isso, é a gente buscar essa saúde completa, saudável, para que a gente tenha uma melhor qualidade de vida e consiga realizar muitas coisas na nossa vida.

Como pudemos observar, estes profissionais parecem revelar um olhar holístico sobre o corpo, convergindo com as proposições de Gomes, Almeida e Galak (2019) ao afirmarem que a cultura alternativa de práticas corporais como Yoga, por exemplo, é tida como a via de construção cultural reflexiva, mostrando que o corpo não é uma máquina de manipulações, mas sim, como um ser

vivente. O corpo na visão do Yoga é concebido como um 'espaço' onde o sagrado se realiza e é por meio das suas práticas que as técnicas corporais possibilitam a seus praticantes um conjunto de sentidos que estabelecem novas maneiras de viver (LIMA; RIBEIRO, 2019).

Apesar disso, Gomes, Almeida e Galk (2019) destacam que as concepções que representam o corpo na contemporaneidade ainda se assentam em uma visão totalitária do materialismo biológico. Na contracorrente desta representação social, as PCAs operam com uma lógica que se pauta na regulação energética entre corpo, mente e cosmo, ampliando as possibilidades para ser corpo, o que, sob certos aspectos, poderia trazer contribuições à formação dos PEF, confrontando perspectivas e ampliando os campos de reflexão e percepção.

O profissional 3 comentou que para estar saudável vários componentes precisariam estar mobilizados, principalmente o autocuidado e a percepção do sujeito nas dimensões física, espiritual, nas relações interpessoais e consigo mesmo.

Sobre saúde é muito difícil porque eu sigo nesse mesmo pensamento, sobre uma saúde que nem de perto, nem de longe na verdade, é a ausência de doenças. Essa saúde que tem muitos componentes também envolvidos e que, principalmente, acho que em relação a autocuidado muito mais, porque, por exemplo, se a gente pensar em obesidade, que normalmente é caracterizada como não saúde, mas se eu estou bem, se eu me sinto bem, se eu tenho um corpo que se relaciona, se eu sou uma pessoa que me relaciono, se eu estou saudável de forma geral, me sinto confortável naquele momento, naquela coisa que eu estou, isso também de certa forma é saúde, óbvio que a gente tem que também ter um cuidado com essa nossa morada, com isso que a gente é. Então acredito que a saúde é principalmente a percepção do sujeito sobre ele mesmo, nos diferentes dimensões, espiritual, física, [...], na relação das relações interpessoais e consigo mesmo principalmente.

Para Nicolino (2003), a história do corpo denuncia mecanismos de controle, fazendo dele um elemento de comunicação, é neste sentido que, como campo de manifestação, o corpo também se coloca como um marcador nas relações de poder. Não é à toa que, ao longo do tempo, esse reconhecimento perdura e continua sendo palco de disputas e cenários de violência e silenciamentos.

As PCAs vêm oferecer um tratamento diferenciado inserido em uma visão mais holística, global do ser humano, tornando o corpo um veículo de emancipação reflexiva (NICOLINO, 2003).

O profissional 2 prestigiou essa visão global de corpo que a filosofia do Yoga proporciona e ensina aos seus praticantes, pois foi por meio desta experiência que ele construiu esse conhecimento sobre o corpo, indo além do físico. Deste modo, para ele saúde também está relacionada à essa ideia da pessoa se conhecer, como menciona:

A minha concepção de corpo e de saúde, eu acho que eu sempre pensei um pouquinho fora da caixa, até por conta desse conhecimento que o yoga traz. Eu acho que corpo e saúde têm uma ligação importante, mas eu penso um pouquinho além do corpo. A minha prática alternativa ela traz esse conhecimento, esse autoconhecimento que o yoga, por exemplo, proporciona para a pessoa, enxergar como corpo indivíduo, mas também pensar na sua saúde mental. Se você buscar as filosofias do yoga, da prática alternativa, você consegue trabalhar a sua saúde espiritual, enxergar como um todo, né?! Essa parte de corpo, mente, saúde, e perceber que a saúde ela vai um pouquinho além da prática física ali, por exemplo, da pessoa conhecer, se conhecer a ponto de saber que ela está com determinada tensão numa região do corpo dela, por conta dos hábitos físicos, mas, às vezes, também ela cultiva uma ansiedade, uma preocupação, uma irritação, por exemplo, que acaba afetando o físico e acaba afetando a sua saúde física. Mas a minha concepção de corpo e de saúde engloba tudo isso, sabe?! A parte física, a parte mental, a parte espiritual, e eu acho que o yoga, em junção com a Educação Física, traz uma visão muito mais ampla dessa questão da saúde física, mental.

Com base nas respostas dos entrevistados é possível perceber que aqueles que atuavam há mais tempo com as PCAs revelaram um conhecimento da ressignificação do corpo que a cultura alternativa os trouxe. Essa nova visão, os mobiliza a pensar no ser integral, na questão de corporeidade. O profissional 5, ainda que seja um profissional iniciante no campo do Yoga, está realizando sua formação continuada no instituto do profissional 3, talvez isso esteja lhe trazendo influências sobre uma concepção ampla e completa de corpo e saúde.

O profissional 4, sempre trabalhou no meio *fitness* e, atualmente, abriu um Studio de Pilates. A perspectiva de corpo e saúde por ele apresentado esteve bastante centrada na questão física, já que revelou que um corpo saudável era aquele ativo: “Um corpo saudável não é somente não ter nenhuma doença física ou emocional, mas sim um corpo que é ativo, que se sustenta para suprir suas necessidades desde as mais básicas até as mais desafiadoras [...]”.

Como defende Belmonte (2018), o cuidado a saúde é amplo e envolve diferentes aspectos da vida, portanto, não pode ter centralidade apenas no corpo físico. A centralidade do enfoque exclusivamente micro, ou centrado no sujeito, fortalece os cenários de culpabilização sobre seus hábitos de vida, como alimentação (ultra processada e altamente calórica), falta de atividade física, beber, fumar, como atitudes prejudiciais para a saúde, como se todos estes fossem escolhas autônomas suas. As condições precárias de trabalho e condição social certamente fazem girar essa “roda”, mas costumam ser ocultadas por estes discursos, e nos afastam de uma análise muito mais complexa e que nos mostraria o quanto outras tantas instâncias sociais precisam ser colocadas em evidência nesta análise da saúde das pessoas.

Outro aspecto que pode ser destacado no depoimento do profissional 4 guarda relação com o uso do substantivo “ativo”. Estar em atividade, se movimentar, sair do seu lugar, são discursos que também vão se alinhando a uma determinada perspectiva de corpo que pode estar alinhada a ideia capitalista de não ficar para trás e que tenta ser interrompida pelas PCAs, na medida em que, olhar com mais calma, respirar devagar, ouvir, sentir, mover-se lentamente ou até mobilizar uma certa parte do corpo sem se deslocar nos fazem pensar em quem somos e não no que temos.

Curiosamente, esta narrativa da entrevistada 4 nos coloca em alerta para refletirmos sobre o fato de que as PCAs também são atravessadas em uma determinada cultura, e que são impactadas por ela, assim como a impactam também, por outras lógicas que podem ir na contramão daquilo que efetivamente defendem.

As PCAs trazem a possibilidade de um trabalho que abarque os diferentes aspectos da natureza humana, enfatizando o ser humano como físico, biológico, psíquico, cultural, social e histórico, e não ser trabalhada de maneira fragmentada (COLDEBELLA, 2002). Para isso, é necessário que as perspectivas da humanidade sigam o caminho da consciência abrangente e integradora e não redutora e excludente. Mas como isso seria possível? Já que a mídia influencia muito a opinião das pessoas!

É preciso começar pelos profissionais, pois embora a Educação Física tenha nascido calcada em uma visão mecanicista e reducionista de humanidade, fruto do pensamento linear, influências de outras correntes filosóficas e também

de tradições orientais vem contribuindo para circunscrever um outro olhar sobre o ser humano, destacando um ser holístico, integral (COLDEBELLA, 2002)

Os entrevistados, em sua maioria, demonstraram concepções de valorização corporal numa perspectiva que defende que os seres humanos percebem sua relação com o mundo e seu autoconhecimento. Todavia, ainda que o alternativo mostra-se como uma possibilidade do humano resgatar sua corporeidade, trazendo uma visão de integralidade, há muitos profissionais que pensam e atuam pautados por uma perspectiva de corpo e saúde fragmentada, centrado numa base biológica, comprometendo um entendimento da nossa relação com o mundo, com os outros, por intermédio dos nossos hábitos, representações sociais, significados, ou seja, nossa construção cultural. Por isso, a proposta de uma disciplina acadêmica nos cursos de graduação em Educação Física que contemplasse estes conhecimentos a respeito das PCAs poderia contribuir com, senão a mudança de olhar, uma experiência de contraposição.

Além dos profissionais, os governos estaduais também possuem responsabilidades, uma vez que a vivência de PCAs também poderia ampliar a perspectiva da população sobre a relação com o corpo e a saúde. Esse Plano Nacional já existe em nossa sociedade por meio das PICS. Estas são recursos terapêuticos que buscam a prevenção de doenças e a recuperação da saúde, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e sociedade, as indicações são embasadas na pessoa como um todo, considerando-a em seus vários aspectos: físico, psíquico, emocional e social.

Por conta disso, os entrevistados foram indagados se tinham alguma informação acerca da atuação de PEF com as PCAs junto ao SUS.

Os profissionais 1 e 5 comentaram de forma superficial sobre o que sabiam e articularam a atuação do PEF junto ao SUS, mas não falaram nada especificamente da atuação com as PCAs.

Ambos disseram que sabiam dessa abertura de atuação. O profissional 1 até comentou que participou de um projeto de extensão de sua universidade em uma Unidade de Saúde da Família (USF) junto com fisioterapeutas que realizavam um trabalho multidisciplinar com atividades de caminhada e alongamentos, como ele ressalta:

A eu não vou ter muita profundidade para te falar, mas assim quando eu estava terminando a monografia, lá em 2017, já estava tendo o novo componente curricular do SUS, aceitando diversas práticas alternativas para atendimento e intervenção, né?! Inclusive assim, eu morei com uma colega que estava fazendo residência em Sorocaba no SUS, então ela estava lá com a comunidade, ela podia fornecer um trabalho multidisciplinar, então eu sei que tem essa abertura. Eu fiz um projeto de extensão numa Unidade de Saúde da Família que a gente era da Educação Física, tinha fisioterapia e eles propunham assim um trabalho multidisciplinar, só que o que acontecia, eu não tinha essa experiência que eu tenho hoje, nem na metade eu estava, a gente ia lá fazer caminhada com os participantes, aí terminava a caminhada, alongamento.

O profissional 5 contou que, em sua formação na graduação, cursou uma disciplina na qual teve acesso a esses programas do SUS e ficou sabendo da possibilidade de atuação do PEF.

Junto ao SUS, olha vou falar de uma experiência de formação assim, mas não que eu vivenciei, que eu tenha um conhecimento para falar mais específico, mas, por exemplo, na graduação do Bacharel a gente teve uma matéria, eu não vou lembrar exatamente o nome da matéria, mas a gente teve uma matéria que era muito voltado para as políticas públicas, voltadas para essa integração mesmo do profissional de Educação Física dentro de uma unidade de saúde. Então depende muito dessa unidade, se eu não me engano aquele programa de saúde para a família, então eu sei que eles têm, por exemplo, alguns projetos voltados exatamente para essa integração junto com o profissional, tanto é que quando eu tive que fazer um trabalho procurando uma unidade que era voltado para a família, tive que fazer uma entrevista até mesmo com a enfermeira chefe dali do lugar, aí ela me explicou assim que existiam alguns projetos em papel, mas talvez que faltava o profissional contratado para estar ali atuando, então, muitas vezes, era algum trabalho até voluntário que alguém se voluntariava para poder ajudar, às vezes, uma atividade laboral, uma ginástica laboral, talvez até uma caminhada com algumas pessoas.

Já os profissionais 2 e 3 apresentaram de maneira aprofundada informações de intervenção das PCAs junto ao SUS por PEF. O profissional 2 expôs que a prefeitura junto com a secretaria de esportes de sua cidade tinha um programa de prática alternativa junto ao SUS. As pessoas passavam pelo médico que as orientava a buscar as práticas corporais que eram oferecidas no ginásio de esportes da cidade. Além disso, ele comentou que a universidade alocada na cidade tinha um projeto de PCAs para a população e que seu colega, instrutor de Yoga, desenvolvia, mas essa ação não tem relação com o SUS.

Olha junto ao SUS de forma direta eu não tenho conhecimento. Eu tenho um colega, ele não é formado em Educação Física, ele vai ainda buscar se formar, mas ele também é instrutor de yoga e ele levou um projeto para a universidade daqui, então ele levou a prática alternativa para a universidade, mas de forma como um projeto não ligado diretamente ao SUS. A gente tem aqui também através da prefeitura municipal e da secretaria de esportes, eu não sei se é algo de âmbito estadual, mas eu sei que a prefeitura daqui tem essa ligação de prática alternativa com o SUS. Através do sistema a pessoa procura o sistema de saúde, e através de consultas médicas, enfim, o médico, ele orienta a pessoa a buscar determinada prática, então aqui no ginásio municipal de esportes é oferecido pela prefeitura, e eu sei que a gente tem o yoga, tem capoeira, tem algumas outras práticas, não só práticas alternativas, mas eles trabalham também com essa cultura do movimento aqui na cidade através da prefeitura e do sistema de saúde.

Conforme as pesquisas feita por Ferreira *et al.* (2018), a formação do PEF não contempla os conhecimentos e habilidades necessários para o trabalho na área da saúde, pois eles veem os cursos de Educação Física centrados apenas no discurso biológico e curativo, não realçando a perspectiva da saúde coletiva, com uma concepção humana e integralista.

Fensterseifer (2006) alerta para o fato de que é preciso evitar na Educação Física a reprodução de modelos “aplicacionistas” que acabam criando uma relação instrumental na qual o profissional é sujeito e a pessoa que o procura é o objeto. Para ele, é preciso incluir, nesta formação, os conhecimento das Ciências Humanas e da Filosofia, uma vez que seu campo de atuação se dá com pessoas e suas subjetividades e não apenas com a dimensão física dos corpos.

O profissional 3, como fez o mestrado nessa área, já estava por dentro do assunto, disse que leu bastante artigos sobre o SUS e também a respeito das PCAs na instituição, mas conforme ele comentou, infelizmente faltam profissionais especializados:

Sim, a gente leu bastante, estudou bastante isso na época do mestrado, que o SUS já está dentro, que o yoga já está dentro do SUS, dentro das práticas que são incentivadas, por exemplo, as práticas de respiração já são super indicadas dentro das cartilhas do SUS, só que infelizmente não temos profissionais especializados ainda. Em alguns lugares do Brasil existem PEF trabalhando no SUS, mas são muito raros, são poucos [...].

O profissional 3 acrescentou que, mesmo existindo o programa, na prática é diferente, não acontecendo efetivamente, pois são poucas as cidades

municipais que oferecem essas PCAs nas unidades de saúde, sobretudo por não abrirem concursos de contratação destes profissionais especializados:

Então eu acho que essas práticas vêm sendo incentivadas, mas ainda não acontecem efetivamente, existem diretrizes, existem leis que dão possibilidade, mas ainda os órgãos municipais, por exemplo, que é quem rege como as unidades de saúde vão funcionar, elas ainda não efetivaram uma contratação desses profissionais. A maioria dos lugares onde eu tenho conhecimento e pesquisei na época do mestrado também são raros os que tem esses PEF contratados mesmo para a unidade de saúde, porque para a prefeitura, de forma geral, tem, mas não especificamente para esse direcionamento. Então eu acho que temos muito a avançar, mas acho que já estamos com o caminho aberto para entrar tanto nas unidades básicas, quanto nos hospitais.

O olhar sobre a saúde na área da Educação Física deve valorizar o viés da saúde coletiva e os princípios da integralidade, buscando reelaborar as formas de cuidado e a compreensão sobre a saúde (PIRES; CRUZ 2019), aspecto que foi defendido pelo profissional 3:

[...] Então acho que assim, é um caminho que a gente tem que galgar muito, mas que tende a contribuir demais essas práticas complementares e alternativas dentro das unidades de saúde, como prevenção e também como tratamento, mas, principalmente, ter esse olhar de prevenção que é uma coisa que falta muito no nosso sistema de saúde ainda, e que acho que é onde nós temos muitas possibilidades de avançar como PEF nas questões de saúde [...].

Apenas o profissional 4 respondeu que não tinha nenhuma informação sobre a atuação dos PEF e a presença das PICS junto ao SUS.

As PICS surgiram para reconfigurar o modelo de atenção à saúde, seu foco está na promoção da saúde, neste sentido, seria importante que esses programas estivessem presentes em todas as cidades para as unidades básicas de saúde.

Pensando na Educação Física e suas vinculações estreitas com o corpo e suas manifestações de movimento, foi feita a seguinte pergunta aos profissionais: Você acha que a visão de corpo e de saúde do PEF pode comprometer ou ajudar na atuação no campo das PCAs? Por quê?

Todos os entrevistados responderam que a visão que os profissionais possuem de corpo e de saúde ajuda em sua atuação com as PCAs, pois se o profissional tem um conhecimento sobre seu corpo, sobre o corpo do outro e

sobre a relação de corpo/mundo, ele terá o domínio de ministrar uma aula de melhor qualidade.

Os profissionais 1 e 2 responderam de uma mais forma geral sobre os conhecimentos da Educação Física na prática, sem dar destaque à visão de corpo e saúde do profissional agregar ou comprometer o desenvolvimento das PCAs. De acordo com o profissional 1, a experiência prática do profissional conta muito no momento da atuação, bem como, a perspectiva individual do profissional sobre corpo e saúde irá influenciar suas ações.

Então se você não vivenciou o que é saúde e corpo para você, você não vai fazer na sua prática, se para você corpo e saúde é ter um bom alongamento, a pessoa vai passar alongamento, [...] e seu aluno sair feliz da aula, sair satisfeito, você vai proporcionar isso para ele. Então eu acho que essa visão é pertinente a cada pessoa individual, eu acho que a gente aprende a teoria que o corpo é um todo, que não segmenta mente/corpo. Mas na prática é o que você vive e se você vive, por exemplo, se eu vivo aquilo que eu pratico, que eu ensino, eu passo além do conhecimento, eu passo confiança para a pessoa que eu estou ensinando entendeu, então acho que é individual.

O profissional 2 mencionou que todos os conhecimentos da área da Educação Física eram fundamentais para colocar em prática e trabalhar com segurança e boa qualidade dentro das PCAs.

Sem sombra de dúvidas ela ajuda, todos esses conhecimentos da área da Educação Física, eu falo por experiência própria, foi fundamental para colocar em prática e, principalmente, para a gente trabalhar com segurança e qualidade dentro da prática alternativa, eu falo pelos conhecimentos de biomecânica, fisiologia. Por exemplo, hoje em dia eu tenho uma visão de correção do meu aluno, por exemplo, durante a aula, correção de uma postura, uma forma de respirar corretamente, saber o efeito que a respiração correta traz, por exemplo, na parte fisiológica durante a execução do exercício, da correção da postura como eu falei, foi o conhecimento que a Educação Física me trouxe.

Os profissionais 3, 4 e 5 trouxeram mais elementos acerca da concepção dos profissionais, salientando que ela ajudaria na atuação com as PCAs.

O profissional 4 citou que os PEF têm a visão de que um corpo saudável não é um corpo atlético, definido, com isso, o profissional compartilha essa informação com o seu público e isso acaba contribuindo para que a pessoa entenda que saúde não está no corpo que a mídia “vende” e sim na prática que você proporciona ao corpo para ter saúde.

O profissional 3, explorou ainda mais o assunto, afirmando que as visões dos profissionais sobre corpo e saúde ajudam bastante, pois as pessoas que vão atuar com as PCAs já são pessoas que possuem um olhar diferenciado sobre o tema e que ao observar uma aula alternativa, por quem é formado na área de Educação Física, é possível perceber as diferenças de aplicação durante as aulas, o cuidado com a questão do corpo físico e também com a saúde. Ele acredita que o profissional se sente mais seguro ao aplicar uma aula, saber o que fazer, o que não fazer.

Eu acho que ajuda bastante, acho que não compromete, porque as pessoas que buscam se introduzir nas práticas complementares já são pessoas que tem um olhar diferenciado sobre o corpo, sobre a saúde, sobre o ser de forma geral, então acho que ajuda muito, porque a gente percebe a pessoa da área da Educação Física. Por exemplo, no yoga, quando um professor é da Educação Física, quando um professor não é, é nítido a diferença da aula, em cuidado com questões de saúde, de alinhamento, de postura, de restrições em relação, por exemplo, as limitações, esse olhar com muito mais cuidado para esse corpo físico também, não só uma visão muito romântica da prática complementar que, muitas vezes, fica ali na filosofia, no sentir, na energia, mas que acaba negligenciando um pouquinho essas outras características. Quando a gente vem da Educação Física para as práticas complementares eu acho que essa visão que a gente tem agrega demais, ainda mais se nós aproveitarmos muito bem todo esse conhecimento que a universidade nos proporcionou.

Além disso, o profissional 3 acrescentou que, ao mesmo tempo em que o profissional de Educação Física que atua com as PCAs, sua visão de corpo e saúde colabora e faz com que a aula seja mais segura, com mais qualidade. Entretanto, reconheceu que se o profissional não possuir nenhum contato com as práticas complementares, na graduação, dificilmente esse profissional vai atrás de atuar com as PCAs.

Diferente desse posicionamento a respeito do PEF, com conhecimentos em torno das PCAs, terem uma atenção maior com as pessoas no desenvolvimento destas, a pesquisa de Cesana (2011), ao entrevistar instrutores de Yoga, identificou que estes não viam a necessidade da formação em nível de graduação para tal, na medida em que entendiam se tratar apenas de uma legitimação científica, conhecimentos estes que não mobilizavam para desenvolver as PCAs em suas aulas.

Segundo Cesana (2005), os terapeutas que atuam com PCAs, diferente daqueles com uma tradição artesanal de formação – como os instrutores de

Yoga acima relatados, procuram o conhecimento da Educação Física através de cursos de pós-graduação ou especialização, de modo a constituírem uma base de conhecimento em anatomia, em fisiologia, na segurança em suas aulas práticas.

O profissional 3 teceu críticas sobre sua formação na graduação em Educação Física, defendendo que seria importante que em tal curso houvesse uma formação mais sólida para se pensar o corpo holisticamente. Segundo ele, tal formação não seria relevante apenas para a atuação no campo das PCAs, mas nos diversos espaços de atuação do PEF.

[...] Falta no nosso curso, na nossa graduação um pouquinho desse olhar, dessa visão mais holística do ser, para que os profissionais que saiam, por exemplo, que não vão para práticas complementares, mas que vão, por exemplo, para o treinamento, tenham esse olhar de cuidado também com a questão emocional, com uma percepção sobre si, que faz diferença também no trabalho de quem vai para as outras linhas.

De um modo distinto do entrevistado 3, o profissional 5 salientou que a concepção de corpo e saúde depende muito do pensamento e da linha do profissional, pois se o profissional está focado na performance, que também existe dentro das PCAs, a visão do corpo apenas físico é relevante para sua prática, agora se o profissional busca a qualidade de vida, a questão de pensar apenas no corpo físico irá atrapalhar na sua atuação.

Segundo Le Breton (citado por ZOBOLI, *et al.*, 2013), o corpo é fundamental nas mais variadas ciências e campos, não apenas na Educação Física, pois o existir humano se dá através do corpo, sendo ele o meio pelo experimentamos o mundo. O profissional precisa ter um conhecimento equilibrado de corpo e saúde, não adianta pensar de uma forma exclusivamente fisiológica e deixar o psíquico, o emocional e o cultural de lado, como também não dá para atuar apenas conduzindo as aulas com as filosofias orientais e deixar passar despercebidas as preocupações que envolvem a parte física.

Como vimos na literatura anteriormente apresentada, ainda hoje os profissionais da Educação Física saem da graduação com o pensamento na performance, interessados no treinamento físico, focando muito seu olhar para o corpo físico, deixando de lado uma perspectiva holística do ser, não pensando em um corpo integral, o problema não está na busca por essas áreas de atuação

e sim na compreensão de um corpo biosociocultural ser fundamental para a sociedade. Entretanto, a maioria dos profissionais por nós entrevistados, caminharam em sentidos diferentes desta visão de corpo exclusivamente biológica. Talvez, essa construção de olhar tenha influência advinda das experiências que vivem no desenvolvimento do trabalho com as PCAs.

### **4.3 Atuação profissional**

De acordo com Rondinelli (2019), as PCAs apresentam um ponto em comum marcado pelo controle da respiração. Compreende-se assim que através do controle respiratório a pessoa consegue atingir os estados meditativos de consciência com si mesmo.

Diante disso, questionamos os profissionais sobre as características das pessoas que os procuravam para a prática de alguma PCAs.

Para todos os nossos entrevistados, as PCAs são para todas as pessoas. Entretanto, como entre os depoentes tínhamos aqueles que trabalhavam com Pilates e outros com Yoga, houve uma certa congruência em cada um destes grupos.

Para os profissionais 1 e 4, que trabalhavam com o Pilates, as pessoas que os procuravam, geralmente, eram aquelas que sentiam alguma dor ou patologia, ou ainda para a melhoria da qualidade de vida no geral, como cita o profissional 4: “Pessoas com alguma comorbidade, com a intenção de melhora, pessoas com intenção de condicionamento físico, pessoas idosas com intenção em melhorar a qualidade de vida no geral”.

De acordo com Rodriguez (2006), entre seus benefícios, o Método Pilates é um meio de reabilitação, correção da postura, prevenção e, até mesmo, condicionamento físico.

Já os profissionais 2, 3 e 5 que atuavam com Yoga, destacaram que o público que os procuravam era diversificado, indo desde aqueles com objetivos específicos como também de uma faixa etária própria. O profissional 2 ressaltou que as pessoas iam em busca de um equilíbrio para a vida no geral, tanto para a saúde física quanto para a saúde mental e emocional, e que seu público variava do mais novo até os idosos.

As pessoas, elas buscam, eu vejo pela maioria, essa parte de um equilíbrio para a vida, não só da saúde física ou da saúde mental, mas assim no geral mesmo, determinada pessoa chega pra tentar ser mais flexível, a outra diz que está se sentindo muito estressada, então eu gosto de forçar os alunos a enxergarem além do físico. Então eu acho que o equilíbrio para esse físico e para esse mental é o principal motivo das pessoas buscarem uma prática alternativa. Olha, no caso da prática que eu trabalho do yoga, ela não tem uma regra, eu trabalho com pessoas, eu acho que o aluno mais novo que eu tenho hoje, ele tem aí os seus 14 anos mais ou menos, e dentro da mesma turma tem uma senhora com 83 anos, então por mais que seja uma prática coletiva, o objetivo é individual, que a pessoa ali ela busca a prática, ela tem o autoconhecimento do seu físico, do seu mental, do seu emocional

O profissional 3 relatou uma variedade de objetivos buscado pelas pessoas em suas aulas. Há aquele que chega querendo fazer uma invertida, porque acha bonito; outros querem melhorar os níveis de ansiedade, dores agudas, dores musculares, articulares. Ao longo da permanência na prática, segundo ele, as pessoas mudam seu olhar, começam a enxergar o Yoga como uma prática mais profunda e não apenas como meditação e alongamento, com isso o foco delas também muda. Para ele, isso acabava acontecendo porque as pessoas começavam a ter um autoconhecimento de seu corpo, aprendiam sobre o autocuidado, a forma como se relacionavam com ele mesmo, com o outro e com o mundo, ou seja, os objetivos eram transformados.

É muito variado, muito mesmo, desde a pessoa que chega aqui querendo fazer uma invertida porque acha que é bonito ficar de cabeça pra baixo, a pessoa que vem buscar, por exemplo, melhora nos níveis de ansiedade, melhora em dores, então dores musculares, dores articulares, então varia muito, muito mesmo os objetivos que as pessoas chegam aqui. Mas o mais legal é que não só no yoga, mas no treinamento funcional do jeito que a gente atua aqui no instituto, as pessoas começam mudar um pouquinho esse olhar depois de um tempo, porque elas permanecem na prática, porque elas começam a ver, por exemplo, que o yoga é muito mais do que isso, é muito mais do que alongamento, é muito mais do que melhorar flexibilidade, é muito mais do que melhorar equilíbrio, que vai nessa percepção um pouco mais profunda sobre si mesmo, sobre como você está no mundo, como você se relaciona com o mundo, e aí o quanto isso é um reflexo de como você se relaciona com você, então sobre esse autoconhecimento as pessoas começam a mudar o foco.

De modo semelhante ao profissional 2, o 3 relatou ter um público muito variado em termos de faixa etária que desenvolvem aulas em conjunto sem qualquer problema, realizando a mesma aula, todos juntos, pois, segundo ele,

esse seria o processo para a pessoa se identificar, conhecer suas limitações, uma ferramenta de autoconhecimento e percepção de si mesmo.

Aqui no estúdio, nossa, a gente tem aluno assim desde 13, 14 anos, 13 anos até velhinhos de 60, um pouquinho mais, então a gente tem um público bem variado. E é interessante que a gente não divide as aulas entre intermediário, avançado e iniciante, a gente dá a mesma aula para todos, inclusive a gente acredita que esse é um processo do yoga mesmo, dar possibilidades para você deixar a sua prática mais tranquila ou mais intensa, e aí a gente acredita que esse é o processo da pessoa de se identificar, se entender, do autoconhecimento [...].

Tal aspecto apontado pelos profissionais 2 e 3 trazem uma outra contribuição que poderia ser destaca pelas PCAs, em especial aqui o Yoga, qual seja: o trabalho intergeracional, na medida em que pessoas de diferentes idades convivem coletivamente com uma mesma aula. Essa lógica se contrapõe a grande parte dos modelos de ensino dos esportes, por exemplo, que tendem a se organizar as turmas por faixas etárias e gêneros separadamente. Não seria esta uma reflexão também importante para os futuros PEF?

O profissional 5 relatou que algumas pessoas os procurava pela beleza das posturas do Yoga, por curiosidade sobre a prática, ou porque a pessoa estava passando por algum problema psicológico ou emocional.

Para Nicolino (2003), a recorrência de um modelo de comportamento competitivo e, quase automático da modernidade, faz com que as pessoas fiquem interessadas pelo “alternativo”, em busca de algo diferente para suas vidas. Daí a cultura corporal alternativa é buscada como esse novo meio de expressão e manifestação corporal, guiada para uma visão holística, da espiritualidade e das terapias do “self” (encontro de si).

A busca por novas sensibilidades, valorização do eu interior, o convívio e a preocupação com o meio ambiente são aspectos do universo alternativo, que fazem com que as pessoas se conheçam, ou seja, o autoconhecimento se mostra como meta principal, após a pessoa conhecer em profundidade a filosofia do alternativo.

A partir disso, indagamos os profissionais sobre como atingiam as expectativas de seus alunos.

Todos eles responderam que conseguiam alcançar os objetivos de seus alunos, pois estes últimos lhes apresentavam feedback positivos sobre as aulas que eram oferecidas.

O profissional 3 disse que sabia que atendia as expectativas de seus alunos, pois os mesmos, sempre ao final de suas aulas, pessoalmente ou por mensagens, lhe davam um feedback positivo, seja sobre a questão física, não sentir determinada dor, como também por ouvir as filosofias do Yoga e se identificarem naquele momento com aquilo. Este profissional comentou que esse retorno sobre suas aulas eram fundamentais para a avaliação do que fazia e do seu planejamento.

Dos alunos sim, dão muito feedback, então isso é muito gostoso porque eles sempre, tipo acaba a aula, nossa que interessante você falou sobre isso, porque na nossa aula a gente fala muito sobre a filosofia também, não é só os asanas e pronto, a gente vai falando, vai contando o que o yoga quer fazer com a gente, qual é objetivo do yoga, o porquê que a gente faz isso, o porquê que faz aquilo, como levar isso para fora do tapetinho, e aí eles vem: “nossa você tocou nesse ponto, cara, estava tanto precisando ouvir isso hoje”, e assim eles vão se identificando com esses aspectos filosóficos do yoga e eles vão dando esse feedback para a gente, inclusive nesse princípio de físico. Então eu acredito que a gente atenda aqui as expectativas dos nossos alunos sim. Então eles sempre dão esse feedback, sempre falam, sempre, e, às vezes, por mensagem, às vezes por aqui pessoalmente mesmo, ajuda muito e além de tudo, assim, também faz a gente entender que a nossa mensagem está chegando, sabe?! Ele está se reconhecendo como ser, então, estamos no caminho certo, isso vai ajudando bastante também nos planejamentos das aulas, esse retorno.

O profissional 2 falou que acreditava atingir as expectativas das pessoas, pois, em suas aulas ele focava muito no autoconhecimento de seus alunos, então no decorrer das práticas, os mesmos aprendiam e conheciam suas limitações, seja de flexibilidade, resistência ou emocional e buscavam melhorar.

Sim, eu acho que eu consigo, porque o yoga, ele tem um objetivo principal, que eu falo para os meus alunos, que é de autoconhecimento, então tem uma frase muito importante de um mestre de yoga que eu uso com os alunos, e essa frase diz assim: “o importante não é você chegar com a mão no seu pé, mas o caminho que você faz até lá”. É aí que envolve o autoconhecimento, então a pessoa ela busca, mas ela conhece as limitações dela e conhecendo as limitações seja de flexibilidade, de resistência ou até a parte mental pra conseguir se manter numa postura, por exemplo, ela vai saber qual é o limite dela e o que ela precisa pra melhorar, pra dar um passo além. Então independente do caso, independente do que a pessoa busca, ela consegue atingir aquele objetivo dela que ela busca ali na prática.

Lima e Ribeiro (2019) ressaltam que o yoga é visto como uma atividade física que beneficia o público idoso por manter a flexibilidade dos mesmos e outras capacidades físicas, ou seja, uma forma de manutenção da saúde. Os benefícios da prática de yoga são citados desde o ganho da flexibilidade à melhora da “função mental”, diminuição da ansiedade e da depressão.

Os profissionais 1 e 4, por atuarem com Pilates, falaram que quando as pessoas os procuram, eles as indagavam para saber quais eram suas intenções e objetivos e, a partir disso, planejavam seus exercícios, para assim, atingir as metas. Após algumas sessões, as pessoas já relatavam melhoras, seja por sentir menos dor ou pela melhora do sono: “Quando a pessoa vem até mim no local que estou trabalhando, procuro saber quais as suas intenções e objetivos. Assim posso fazer os exercícios com ela em cima do que me foi passado, chegando assim a atingir os objetivos. [...] então de 4 a 5 sessões a pessoa já relata que a dor no ombro que era toda noite que ela sentia e tal, já não dói mais”. (PROFISSIONAL 1).

O profissional 5, por estar iniciando sua atuação recentemente, disse que era difícil expor um resultado específico, mas que seus alunos já tinham lhe dado um feedback positivo sobre suas aulas, como uma melhor qualidade do sono após a prática.

Como vimos, muitas vezes, as pessoas buscam as PCAs para alcançar um objetivo que as práticas tradicionais não proporcionam, como relaxamento, autoconhecimento, sensibilização, etc. Lorenzetto e Matthiesen (2008) indicam que as PCAs procuram, de um modo geral, conduzir a pessoa ao contato consigo mesma, com o outro e com o mundo, propondo movimentos suaves e dinâmicos que ajudariam na consciência corporal, equilíbrio do tônus muscular e fluidez de energia, por meio de uma prática harmoniosa, criativa e terapêutica que contraria o adestramento esportivo forçado do corpo e a exagerada hipertrofia muscular.

De acordo com os entrevistados, em suas aulas, as PCAs têm contribuído para que as pessoas tenham uma melhor percepção de si, uma valorização do sensível e do sutil e uma busca por qualidade de vida principalmente relacionada aos hábitos diários. Estes hábitos diários incluem a prática de atividade física, respeitando os limites e necessidades, alimentação adequada, sono de qualidade, bom relacionamento consigo e com os outros, o cultivo bons pensamentos, entre outras coisas.

Baseado nisso, o questionamento final da entrevista, tematizou os desafios e conquistas que os profissionais encontravam atuando na área das PCAs.

Segundo os profissionais 1, 2, 3 e 4 os desafios estavam ligados aos paradigmas e preconceitos referentes à prática, seja pela visão estereotipada das pessoas em relação à filosofia da atividade ou a incompreensão de ver atuando com as PCAs um PEF e não um fisioterapeuta.

Conforme o profissional 1, seu maior desafio era a resistência ao valor de suas aulas, por seu Studio de Pilates estar localizado em uma cidade pequena do interior, na qual, grande parte dos profissionais que atuavam nesta área atendiam em duplas, trios, isso resultava em sessões mais baratas e que se diferenciavam do valor que ele cobrava, pois buscava dar mais atenção e qualidade para o cliente. Essa incompreensão deste aspecto por parte das pessoas, gerava um certo desafio em sua atuação.

Ah desafio? Ah talvez assim, porque eu venho de um outro local onde as pessoas procuravam o tratamento e o valor agregado não tinha muita resistência, vamos dizer assim, agora você acha que eu consigo atender uma pessoa aqui nesta cidade por 80 reais a aula de Pilates? Individual? Então hoje essa é um dos principais desafios para levar o acesso. Esse 'preconceitozinho' já formado, é difícil você quebrar, então é uma resistência que você vai ter que conquistar, então pra mim isso é um desafio ainda, eu tenho um pouco de dificuldade com isso.

Já os profissionais 2 e 3, que atuavam com Yoga, citaram que o principal desafio era desmistificar os pré-conceitos com os quais as pessoas chegavam sobre o Yoga, achando se tratar apenas de uma prática de exercício, ou, no extremo, que era uma prática exclusivamente religiosa.

Acho que o principal desafio é exatamente esse, mostrar que o yoga é uma filosofia de vida e não uma prática de exercício, exclusivamente, por mais que ela seja um exercício, ela não é só, ela é muito mais que isso. E quebrar esses paradigmas nas pessoas, que não só o yoga como prática de exercício, mas também o yoga só como uma coisa relaxante, é só relaxar ou só meditar, fazer que a pessoa entenda que o yoga preza ela como um ser integral e que quer que ela melhore como um todo. Então dentro do yoga acho que esse é o principal desafio de nós, como professores, fazer essas mudanças de paradigmas e preconceitos que a pessoa tem do yoga, às vezes, até preconceito em relação a achar que yoga é religião e a pessoa se afasta e não dá oportunidade de experimentar, então acho que esse é o principal desafio.

O yoga ainda provoca inúmeros questionamentos, já que se trata de uma tradição milenar que se desenvolveu na cultura oriental e que vem sendo introduzida no ocidente gradualmente e ressignificada pela cultura ocidental (LIMA; RIBEIRO, 2019).

O profissional 4 destacou sua preocupação com o fato de que, ainda hoje, muitas pessoas acham que os PEF não são qualificados para trabalhar com o Pilates, mas apenas os fisioterapeutas. Isso é um problema para sua atuação: “Não te acharem capacitada para tal função por alguma opinião contrária que tenha, no caso do Pilates ainda tem pessoas que acham que só fisioterapeutas podem dar as aulas e também por esperarem um resultado mágico para seus objetivos (físicos)”. Outra questão desafiadora foi a espera por resultados “mágicos”, querendo mudanças rápidas.

As PCAs encontram-se sem contornos muito claros, sobretudo no que diz respeito à sua caracterização, sendo que, na literatura, os termos que se propõem a defini-las apresentam-se de forma genérica e imprecisa (CESANA, 2005). Ainda que as PCAs tenham proximidade com as profissões da área da saúde, isto não determina necessariamente o perfil dos “profissionais” que trabalham nesta área. A sua caracterização apresenta-se muito distante de uma definição precisa, tanto nos depoimentos dos participantes da pesquisa de Cesana (2005) quanto em trabalhos desenvolvidos com este tema, de Lacerda (1995) e Nicolino (2003), (CESANA, 2005).

Trata-se assim, muito mais de um campo aberto, com pessoas com um formação artesanal e outras permeadas pelas profissões ligadas à área da saúde. Essa convivência poderia ser saudável para a diversidade deste campo. No caso do profissional de Educação Física, o acesso às concepções que alimentam os contornos das PCAs, suas filosofias e suas práticas, traria uma contribuição importante para pensar o corpo e a saúde a partir de outras referências.

O profissional 5, por estar no início de sua carreira no campo das PCAs, relatou, como desafio de seu trabalho, a divulgação de suas aulas, principalmente por conta da pandemia, já que, como ainda não tinha um Studio, atendia em domicílio e de modo remoto.

Olha, é que é muito recente, mas assim uma dificuldade muito grande nesse começo, pensando na atual situação do país, e pensando em investimento, então, por exemplo, como que eu vou chegar nesse aluno? Como que eu vou mostrar o meu trabalho para as pessoas? Por exemplo, eu ainda não tenho um espaço físico no qual eu atuo com a yoga, não trabalho em algum lugar específico ou uma academia com a yoga, então nesse meu começo dentro da profissão, eu estou fazendo só os atendimentos personalizados, então o personal, aulas online para quem preferir ou também o atendimento domiciliar, então eu vou até o local. Então talvez nesse meu começo dentro da área, seja mais essa questão mesmo do chamativo, de como eu vou chegar, talvez seja um pouco até mais de empreendedorismo, marketing, de como eu vou chegar e deixar atrativo para a pessoa se interessar pelo yoga.

Falando sobre as conquistas dentro da área das PCAs, os profissionais 1, 3, 4 e 5 falaram sobre os alunos alcançarem os resultados desejados e poder identificar as transformações em si mesmos. Isso, segundo eles, os motivava todos os dias com a sensação de que sua aula estava mudando a vida de seus alunos.

E minhas principais conquistas dentro dessa área, acho que ter meus alunos que gostam muito de estar aqui comigo, que dão sempre esses feedbacks positivos, o que me motiva todos os dias a vir dar as aulas, e acho que também ir transformando, conseguir fazer isso com meus alunos, junto com eles, dessas percepções mais sutis que essa prática complementar tem. Eu acho que realmente essa transformação, desse olhar deles com eles mesmos, a gente conseguir avançar um pouco nesse sentido de se aceitar, de se respeitar, de se cuidar, de se pensar no yoga como uma ferramenta, essas são minhas conquistas, de fazer com que os alunos se olhem, se respeitem, ainda mais nessa sociedade do caos que a gente vive, de parar um pouquinho e de valorizar esse momento só deles, de valorizar essa horinha que foi conquistada, que eu pago, mais que eu pago porque eu acho que eu mereço, e que eu coloco uma prioridade na minha vida, eu coloco como prioridade no meu dia (PROFISSIONAL 3).

O profissional 5, mesmo em início de sua carreira, também citou como conquista esse retorno positivo que seus alunos compartilhavam com ele.

Eu acho que para mim nesse começo está sendo o feedback, então o retorno, então tudo que eu estudei até aqui, tudo que eu venho estudando até aqui. Então quando eu passo isso, quando eu consigo passar isso para outras pessoas e levar dentro das minhas aulas a proposta, e o retorno positivo, talvez eu imaginava uma coisa, tive um outro olhar sobre a yoga, então isso nesse começo está sendo muito bom, então talvez esse feedback do que a yoga proporcionou pelo menos naquela vivência para a pessoa entendeu, então no meu começo seria mais isso.

Os profissionais 1 e 2, citaram como conquista, conseguirem atuar na área. O profissional 1 relatou que conquistou seu próprio Studio e que isso vem lhe proporcionando uma flexibilidade em seu tempo de trabalho, o que tem lhe dado condições de fazer seu próprio horário.

Conquista é hoje eu estar fazendo meu próprio horário, eu posso ter mais independência assim no que eu faço. Abrir esse espaço com a fulana que é a minha sócia, é uma clínica na verdade, ela é fisioterapeuta, ela atende dor, ela atende patologia. Então acho que isso é uma conquista, além de, todo esforço que você fez e ver que a pessoa falou: "nossa hoje a aula valeu a pena, olha eu estava assim, mandou mensagem, estou melhor obrigado", é para mim, é isso a conquista, entende?! Falar, poxa, foi bem.

O profissional 1, deu destaque a essa conquista por atuar na área, pois sua preocupação era não ter essa oportunidade como, muitas vezes, acontece no início da carreira e o profissional acaba nem atuando.

Eu acho que as conquistas na atuação, eu acho que a parte que foi mais difícil foi aquele ponto de falar, de chegar e falar, agora eu consegui chegar aonde eu queria sabe, porque a gente tem aquela preocupação durante a formação, por exemplo, eu vejo pelos meus próprios colegas, nem todos que se formam conseguem atuar na área, então eu tinha uma certa preocupação de conquistar aquele momento de sentar ali no chão com as perninhas cruzadas na frente da minha turma, e essa seria a minha conquista, então a partir desse ponto que eu cheguei, eu olhei, eu vi a sala e todo mundo me esperando pra iniciar a minha aula, eu acho que a partir daquele ponto a minha conquista já estava concretizada.

Mesmo reconhecendo que as conquistas e desafios são marcadas por percepções individuais, as respostas dos participantes estabeleceram muito alinhamentos, ganhando relevo, como obstáculos, os preconceitos/estereótipos referente às PCAs. Enquanto conquistas, os profissionais deram ênfase às relações estabelecidas com os alunos no âmbito das mudanças e melhoras da qualidade de vida deles.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As práticas corporais, de uma maneira geral, sempre constituíram parte importante da sociedade. Conforme a sociedade evoluía, o desenvolvimento das mesmas também acontecia, assim como seus objetivos, que se modificou através dos tempos. Nesse caminho de transformação, não foram só os objetivos das atividades físicas que se modificaram, mas também a compreensão de homem e de corpo, que influenciaram muito o desenvolvimento da Educação Física, enquanto área profissional e de conhecimento, no ocidente (CESANA; TOJAL; DRIGO, 2018).

As PCAs foram introduzidas na área da Educação Física, entre as décadas de 1980 e 1990 (GOMES; ALMEIDA; GALAK, 2019), e possuem uma grande ligação pelo seu objeto de estudo, a relação do corpo e do movimento.

As PCAs têm suas origens bastante antigas, e atualmente tornou-se presente na vida das pessoas, que buscam um estilo de vida diferente, e essa é uma das características das PCAs, “atribuir ou construir outros sentidos para suas práticas”, e esses sentidos apontam para valores alternativos como: “equilíbrio, harmonia, tolerância, responsabilidade, solidariedade, prazer, integração e autoconhecimento” (LOT, 2008).

Mesmo havendo a relação na área de atuação e formação Educação Física junto às PCAs, não é necessária uma formação certificada em nível superior para atuar com essas práticas, o que é muito válido são os aspectos relacionados à vivência e à experiência de muitos anos, como praticante, isso torna um conjunto de conhecimento que possibilita a pessoa atuar nesse campo, sem precisar de formação, mas de acordo com as entrevistas, observamos o quanto é importante uma formação específica, para ter segurança durante suas aulas com os alunos e ter um olhar diferenciado para o movimento correto.

Nesse estudo, nossa indagação foi voltada aos PEF que atuam com as PCAs e ver o que eles estão construindo sobre concepções de corpo e saúde, quais suas expectativas quanto sua atuação, as características e metas das pessoas que os procuram e os desafios que enfrentam, atuando com essas práticas.

Deste modo, o objetivo deste estudo foi identificar e analisar as perspectivas de profissionais que atuam com as PCAs sobre concepções e práticas de sua atuação profissional.

Participaram da pesquisa cinco PEF, que estão atuando com as PCAs, três deles com mais de cinco anos de experiência e dois a menos de um ano exercendo a profissão, como vimos, as PCAs não precisam de formação superior, três dos profissionais começaram atuar como instrutores, antes de realizarem curso de aperfeiçoamento.

Como relatado, pelos profissionais, mesmo não sendo exigido cursos de formação certificada, eles acreditam que buscar conhecimento, se aperfeiçoar, ajuda a melhorar a qualidade das aulas.

A maioria dos profissionais revelaram que a graduação de Educação Física não deu condições para a atuação com as PCAs, porque a faculdade não apresenta uma disciplina com as práticas alternativas, não apontando oportunidades para esse campo de atuação.

São poucas as faculdades de Educação Física que oferecem em sua matriz curricular as PCAs, em termos de práticas específicas e também de conteúdos que explorem as concepções de um olhar holísticos, diferenciado.

Falando sobre as concepções dos entrevistados, de corpo e saúde, quatro profissionais relacionaram corpo e saúde, apontando a conexão entre eles, expondo como ponto de vista um ser integral, onde citar sobre corpo é falar de um corpo físico, mental, espiritual, social e cultural.

E para eles, saúde vai além de ser livre de doença, muitos componentes estão envolvidos, principalmente o autocuidado e a percepção do sujeito com ele mesmo, nas dimensões física, espiritual, nas relações interpessoais e consigo mesmo, mostrando novamente essa relação com o corpo.

Identificamos que a maioria dos profissionais que atuam com as PCAs, principalmente com o Yoga, apresentaram um olhar holístico ao corpo. As PCAs que se colocam nessa linha holística podem ser consideradas como *educativas*, na medida em que levam o indivíduo ao “autoconhecimento”, ao “contato consigo mesmo” e “com o outro”, levando-o a “descobrir suas potencialidades” e a “liberar suas energias”, a fim e atingir uma vida plena (LOT, 2008).

Segundo os entrevistados, mostraram em suas concepções a valorização corporal numa perspectiva que permite aos seres humanos perceber sua relação com o mundo e seu autoconhecimento.

Como vimos na literatura, de acordo com a atualidade, os PEF saem da graduação com o pensamento na performance, interessados no treinamento físico, focando muito seu olhar para o corpo físico, deixando de lado essa visão holística do ser, não pensando em um corpo integral, portando, acreditava-se que as respostas sobre: “a visão que os profissionais de EF possuem de corpo e de saúde ajudar na atuação com as PCAs”, seria que não ajudaria, pelo olhar tecnicista, mas, de acordo com os participantes, as percepções de corpo e saúde dos PEF ajudam no momento de atuação, pois a visão e o conhecimento do corpo, complementa no momento da aula, oferecendo segurança.

De acordo com os mesmos, se o profissional tem um conhecimento sobre seu corpo, sobre o corpo do outro e sobre a relação de corpo/mundo, ele terá o domínio de ministrar uma aula de qualidade.

Dentre os profissionais, quatro relataram informações sobre a atuação dos PEF com as PCAs junto ao SUS, apenas um não tinha conhecimento do assunto, de uma maneira geral, eles disseram que conhecem o programa, as práticas complementares e alternativas tendem a contribuir demais nas unidades de saúde, como prevenção e tratamento, mas na prática o que acontece é diferente, não acontecem em todas as cidades, faltam profissionais qualificados, com isso, concluiu-se que nessa questão os PEF tem muito o que avançar, mas o caminho está aberto para atuação.

Além das concepções, analisamos também, a atuação profissional, quais as características das pessoas que procuram as PCAs, as expectativas desse público, e os desafios e conquistas dos profissionais entrevistados.

As PCAs são para todos, mas os profissionais que atuam com Pilates, citaram que seu público é voltado para reabilitação, os pacientes os procuram por conta de alguma dor ou patologia.

Os que trabalham com o yoga, citaram que seu público é diversificado desde os objetivos como também de idade, as aulas têm adolescentes, como idosos, todos juntos realizando a mesma aula, de acordo com o limite de cada um, os objetivos variam, citaram que pessoas os procuram em busca de um equilíbrio (saúde física e mental), melhorar a ansiedade, dores agudas,

musculares, articulares, como também para fazer uma invertida e porque acha a prática bonita, com isso, vemos que o cidadão moderno adere ao “alternativo”, em busca de algo diferente para sua vida.

Todos os profissionais responderam que conseguem alcançar os objetivos de seus alunos, pois os mesmos apresentam feedback positivos sobre as aulas que são oferecidas, eles citaram que estão trazendo ao indivíduo uma melhor percepção de si, uma valorização sensível e do sutil e uma busca por qualidade de vida principalmente relacionada aos hábitos diários.

A conversa final, foram sobre os desafios e conquistas que os profissionais encontram atuando na área das PCAs, a maioria dos profissionais relataram como desafios, os paradigmas e preconceitos referente à prática, seja pela visão estereotipada das pessoas em relação a filosofia da atividade e a respeito do PEF estar atuando com a PCAs e não um fisioterapeuta e também pelo valor das aulas.

Em contrapartida, os profissionais citaram como conquistas, os feedbacks positivos dos alunos, revelando essa preocupação com o outro, em conseguir levar uma aula de qualidade aos alunos. Conforme essa argumentação, confirmamos o que Cesana (2005), relata em sua pesquisa, que as pessoas que trabalham com as PCAs, são pessoas preocupadas com a qualidade do ser humano, com a melhoria do mundo, que se preocupam em melhorar as outras pessoas e seus alunos. Mesmo as conquistas e desafios serem algo individual, as respostas dos participantes se relacionaram muito.

Finalizamos nossa pesquisa, concluindo que observamos nos profissionais entrevistados, essa visão integral do ser humano, onde o corpo não está sendo fragmentado e a mensagem das PCAs está sendo levada aos alunos de uma maneira completa, em relação a formação inicial e continuada, mesmo não sendo obrigatória para a atuação junto as PCAs, fica claro a importância de uma formação específica, para a segurança com os alunos durante as aulas, para ter um olhar e um conhecimento aprofundado no movimento humano, para ter clareza na correção dos mesmos e não ficar focado apenas na filosofias das PCAs.

Ressaltamos aqui, a necessidade de aumentar o número de entrevistados para ter um resultado mais amplo, e como sugestão, incluir na pesquisa os profissionais que não atuam nas práticas alternativas, para analisar a diferença

de concepções de cada área e assim ter um leque geral de perspectivas, a respeito do tema.

## REFERÊNCIAS

ALBURQUERQUE, L. M. B. Corpo civilizado, corpo reencantado: o moderno e o alternativo nas representações do corpo. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.5, n.1, p 7-9, 1999.

BRASIL. Conselho Federal de Educação Física. **Resolução nº 046 de 18 de fevereiro de 2002** - Dispõe sobre a Intervenção do Profissional de Educação Física e respectivas competências e define os seus campos de atuação profissional, 2002a.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Portaria nº971, de 3 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. **Diário Oficial da União**, Poder Executivo, Brasília, DF, 4 de maio. Seção 1, p.20.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº287, de 8 de outubro de 1998. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 7 maio 1999. Seção 1, p.164.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Portaria nº633, de 28 de março de 2017. Atualiza o serviço especializado 134 Práticas Integrativas e Complementares na tabela de serviços do Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (CNES). **Diário Oficial da União**, Poder Executivo, Brasília, DF, 31 mar. 2017 Seção 1, p.98.

BELMONTE, M. F. E. **Práticas integrativas e complementares no SUS na produção acadêmica da Educação Física brasileira**: uma revisão da literatura. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura - Educação Física). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2018.

BETTI, M. **Educação Física escolar**: ensino e pesquisa-ação. Ijuí: Ed. da Unijuí, 2009.

BEZERRA, I. M. P.; SORPRESO, I. C. E. Conceitos de saúde e movimentos de promoção da saúde em busca da reorientação de práticas. **J. Hum. Growth Dev.**, São Paulo, v.26, n.1, p.11-20, 2016. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12822016000100002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822016000100002&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 23 maio 2021.

BOGDAN, R. S.; BIKLEN, S. **Investigação qualitativa em educação**: uma introdução à teoria e aos métodos. Porto/Portugal: Editora Porto, 2003.

BRACHER, E.S.B., BENEDICTO, C.C., FACCHINATO, A.P.A. Quiropraxia. **Revista de Medicina**, São Paulo. 2013 jul.-set.92(3):173-82.

CARVALHO, Y. M. Atividade física e saúde: onde está e quem é o “sujeito” da relação? **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n. 2, p. 9-21, 2001.

CESANA, J. **O profissional de educação física e as práticas corporais alternativas**: interações ocupacionais. 2005. 204 f. Dissertação (Mestrado em Ciência da Motricidade) –Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2005.

\_\_\_\_\_. **Práticas corporais alternativas e educação física**: entre a formação e a intervenção. 2011. 194 f. Tese (doutorado)- Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, 2011.

CESANA, J.; NETO, S. de S. Educação física e práticas corporais alternativas: o trabalho com o corpo em questão. **Motriz. Revista de Educação Física**. UNESP, Rio Claro, v.14, n.14, p. 462-470, out./dez., 2008.

CESANA, J.; TOJAL, J. B. A. G.; DRIGO, A. J. **Educação Física e Corporeidade**: paralelos históricos, formação profissional e práticas corporais alternativas, São Paulo: CREF4/SP, 2018.

CESANA, J. et al. Massagem e educação física: perspectivas curriculares. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes**, São Paulo, v.3, n.3, p. 89-97, 2004.

COLDEBELLA, A. O. C. **Práticas corporais alternativas**: um caminho para a formação em Educação Física. 2002. 149 f. Dissertação (Mestrado) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2002.

COLDEBELLA, A.O.C; LORENZETTO, L. A.; COLDEBELLA, A.; **Práticas Corporais Alternativas**: formação em Educação Física. Motriz, Rio Claro, v.10, n.2, p.111-122, mai./ago. 2004

CONFED- Conselho Federal de Educação Física. Resolução nº46, de 18 de fevereiro de 2002. Dispõe sobre a Intervenção do Profissional de Educação Física e respectivas competências e define os seus campos de atuação profissional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 19 mar. 2002. Seção 1, p,134.

DRIGO, A. J.; CESANA, J. Processo de reestruturação produtiva e econômica, da formação artesanal à industrial e a construção das profissões: recortes com a educação física brasileira, artesanato e profissão. **Revista Educação Skepsis**, Rio de Janeiro, v.3 n.1, p.1778-1819, 2011.

FARHAT, D., G., K., M. **As diferentes concepções de corpo ao longo da história e nos dias atuais e a influência da mídia nos modelos de corpo de hoje**. Trabalho de conclusão (bacharelado – Educação Física) – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2008.

FARIA, A. C. et al. Yoga na escola: por uma proposta integradora em busca do autoconhecimento. **Anais...** Congresso Ibero-americano de Ciência, Tecnologia, Inovação e Educação. Buenos Aires, 2014, p.1-15.

FENSTERSEIFER, P. E. Corporeidade e formação do profissional na área da saúde. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 27, n. 3, p. 93-102, maio 2006.

FERREIRA, H. J. et al. A Atuação de Profissionais de Educação Física no Campo da Saúde. In: PINHEIRO, C. J. B.; DANTAS, E. H. M, Org. **Métodos inovadores de exercícios físicos na saúde**: prescrição baseada em evidências. São Paulo: CREF4/SP, 2018. (Selo Literário 20 anos da Regulamentação da Profissão de Educação Física, 17), p.35-42.

FEUERSTEIN, G. **A tradição do Yoga**. Tradução de Marcelo Brandão Cipolla. São Paulo: Pensamento, 1998.

FREITAS, F. F. **A educação física no serviço público de saúde**. Dissertação (Mestrado) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2003.

FREITAS, F.F; et al. Práticas Corporais e Saúde: Novos Olhares. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 27, n. 3, p. 169-183, maio 2006.

FREITAS, F.F, et al. Educação Física e saúde: aproximações com a clínica ampliada. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 35, n.3, p.639-656, 2013.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de administração de empresas**, São Paulo v. 35, n. 2, p. 57-63, mar/abr. 1995. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rae/v35n2/a08v35n2.pdf>> Acesso em 10 jan. de 2020.

GOMES, R. Análise de Dados em Pesquisa Qualitativa. In: MINAYO, M. C. S. (Org.). **Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2002. p. 67-80.

GOMES, L.; ALMEIDA, F. Q.; GALAK, E. As práticas corporais alternativas e a Educação Física: uma revisão sistemática. **Motrivivência**. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, v. 31, n. 57, p. 1-20, janeiro/março, 2019.

GRANDO, B. S. Corpo, educação e cultura: as práticas corporais e a constituição da identidade. **Corpo, educação e cultura**: práticas sociais e maneiras de ser. Cáceres/MT: Editora da UNEMAT, 2006.

GUERRA, E. L. de A. **Manual Pesquisa Qualitativa**. Belo Horizonte; ed. Grupo Ânima Educação, 2014.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia científica**. 7 ed. São Paulo: Atlas, 2010.

LIMA, L. S.; RIBEIRO, O. C. F. Yoga e educação física: uma análise da produção científica nas Revistas de Educação Física (1999-2018). **Conexões: Educ. Fís, Esporte e Saúde**, Campinas: SP, v.17, p. 1-17, 2019.

LORENZETTO, L.A. et al. Relaxamento e massagem: perspectivas curriculares. **Revista Hispeci & Lema**, Bebedouro, v.6, p. 67-71, 2002.

LORENZETTO, L. A.; MATTHIESEN, S. Q. **Práticas Corporais Alternativas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

LOT, L. **Método Pilates**: Equilíbrio perfeito entre corpo e mente? Trabalho de conclusão de curso, Instituto de Biociências, Rio Claro, 2008

MATTHIESEN, S.Q. A Educação Física e as Práticas Corporais Alternativas: A Produção Científica do Curso de Graduação em Educação Física da UNESP, Rio Claro de 1987 a 1997, **Motriz**, v 5, n 2, p. 131-137, 1999.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento**. 11 ed. São Paulo: Hucitec, 2008.

\_\_\_\_\_. Pesquisa **social**: teoria, método e criatividade. Petrópolis, RJ: Vozes, 1994. Disponível em:  
<<https://wp.ufpel.edu.br/franciscovargas/files/2012/11/pesquisa-social.pdf>> Acesso em: 07 de jan. 2018.

NASCIMENTO, A. J. **Vivências corporais**: proposta de trabalho de autoconscientização. 1992. 169 f. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1992.

NICOLINO, A. S. **A formação do profissional das práticas corporais alternativas**. 2003, 123 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Rio Claro, 2003.

OLIVEIRA, V. M. **O que é Educação Física?** 11. ed. São Paulo: Brasiliense, 2008. (Coleção Primeiros Passos).

PEREIRA, C. A. M. **O que é contracultura**. 8.ed. São Paulo: Editora Brasiliense, 1992.

PIRES, C. L.; CRUZ, D. K. A.; Práticas corporais e saúde: anotações de um coletivo. **Saúde em Redes**, v.5, n.1, p.191-203, 2019.

RODRIGUEZ, J. **Pilates**. São Paulo: Marco Zero, 2006.

RONDINELLI, P. "Práticas corporais alternativas: trabalhando o corpo e a mente."; **Brasil Escola**. Disponível em:

<https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/praticas-corporais-alternativas-trabalhando-corpo-.htm>. Acesso em 28 de outubro de 2019.

SEGRE, M.; FERRAZ, F. C. Conceito de Saúde. **Rev. Saúde Pública**. v. 31 n. 5, São Paulo, Out. 1997.

SILVA, A. M. Entre o corpo e as práticas corporais. **Revista Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, Edição Especial, v.10, n.1, p.5-20, jan/jun, 2014.

SCLIAR, M. História do Conceito de Saúde. **Revista Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.17, n.1, p.29-41, 2007.

SCOGNAMILLO-SZABÓ, M. V. R.; BECHARA, G. H. Acupuntura: bases científicas e aplicações. **Ciência Rural**, v.31, n.6, p.1091-1099, 2001.

STREY, M. N.; et al. Corpos em metamorfose: um breve olhar sobre os corpos na história, e novas configurações de corpos na atualidade. **Revista Digital EFDeportes**- Buenos Aires; Ano. 10, n. 79, dez. 2004. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd79/corpos.htm>. Acesso em: 20 nov. 2020.

ZOBOLI, F., *et al.* O corpo enquanto objeto de estudo da Educação Física: Breves apontamentos. **Scientia Plena** v.9, n. 7, 2013.

## APÊNDICE

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA CAMPUS DE BAURU

Faculdade de Ciências

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Bauru, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2021.

Olá, convido você para participar da pesquisa intitulada PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS: VISÃO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA. O objetivo deste estudo foi identificar e analisar as perspectivas de profissionais que atuam com as PCAs sobre concepções e práticas de sua atuação profissional.

Tal estudo será realizado pela graduanda do curso de bacharelado em Educação Física Rafaela Monique Palia res de Oliveira, sob orientação da professora Lílian Aparecida Ferreira, ambas do curso de Educação Física da UNESP/Bauru.

Você irá responder perguntas, por meio de uma entrevista - realizada individualmente, que envolverão temáticas relacionadas às: concepções de corpo e saúde, as expectativas durante a atuação profissional, o trabalho efetivamente (ações que são realizadas, o público que os procura, os desafios que enfrentam), sobre a formação inicial e continuada nessa atuação.

Por conta da pandemia de Covid-19 que ainda exige distanciamento entre as pessoas, a entrevista será realizada virtualmente pelo *google meet*, sendo gravada para utilização exclusiva do estudo.

Neste encontro online, será realizada a leitura deste termo e sua manifestação, de aceite ou não, será verbal, sendo gravada por audiovisual. Posteriormente, este vídeo será enviado a você por e-mail.

Os riscos da pesquisa estão vinculados à eventuais desconfortos para responder as questões da entrevista. Em caso destas ocorrências, a pesquisadora irá lhe oferecer todo o suporte necessário. Para além destes riscos, cumpre destacar que, em virtude das restrições correspondentes ao controle absoluto do ambiente virtual, há limitações para assegurar totalmente a confidencialidade dos dados registrados em audiovisual. Ainda assim, nos comprometemos a fazer o *download* dos dados coletados para um dispositivo local, apagando todo e qualquer registro de plataforma virtual, ambiente compartilhado ou nuvem, zelando pelo seu arquivamento em local seguro com utilização

exclusiva para fins acadêmico-científicos. O mesmo será realizado com o registro da sua manifestação relacionada ao termo de consentimento.

Enquanto benefícios, a sua participação ajudará a construir reflexões para ampliar o conhecimento a respeito da área de atuação das PCAs, compreendendo melhor o mosaico que configura essa trajetória.

Não precisa participar do trabalho se não quiser, é um direito seu. Também não terá nenhum problema se quiser desistir depois de ter iniciado sua participação. Caso seja esse o caso, poderá enviar mensagem aos e-mails xxxxxxxxxxxxxx ou xxxxxxxxxxxxxx bem como aos telefones (XX) XXXX-2419 ou (XX) XXXX-3739 para a retirada do consentimento. Nesta situação, enviaremos para seu contato a sua resposta de retirada do consentimento do estudo.

Caso você não entenda algo sobre a entrevista, não goste de qualquer situação que identificar ou tenha alguma outra dúvida sobre a pesquisa, você pode procurar tanto a graduanda Rafaela quanto à professora Lílian pelos telefones acima indicados.

Você não receberá nenhum tipo de auxílio financeiro para participar da pesquisa, tendo como gasto o uso de sua rede de internet para responder às questões da entrevista.

Em caso de eventuais danos decorrentes da pesquisa, será garantida a sua indenização.

Os seus direitos como pessoa serão respeitados, seguindo as orientações das Resoluções nº 466 de dezembro de 2012 e nº 510 de abril de 2016 do Conselho Nacional de Saúde que tratam da dignidade humana nas pesquisas científicas.

Eu \_\_\_\_\_ aceito  
participar da pesquisa.