

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”
Faculdades de Ciência - Campus de Bauru

MARINA MORAIS DE LIMA

**Educação Física Escolar e Promoção de Saúde no Ensino Médio:
possibilidades e contribuições a partir da perspectiva de estudantes e
docentes.**

**BAURU - SP
2023**

MARINA MORAIS DE LIMA

**Educação Física Escolar e Promoção de Saúde no Ensino Médio:
possibilidades e contribuições a partir da perspectiva de estudantes e
docentes.**

Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF da Faculdade de Ciências, Unesp - Bauru, como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Educação Física Escolar.

Orientador: Márcio Pereira da Silva

**BAURU-SP
2023**

L732e

LIMA, Marina MORAIS DE

Educação Física Escolar e Promoção de Saúde no Ensino Médio :
possibilidades e contribuições a partir da perspectiva de estudantes e
docentes / Marina MORAIS DE LIMA. -- Bauru, 2023

82 f. : tabs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista (Unesp),
Faculdade de Ciências, Bauru

Orientador: Márcio Pereira da Silva

1. Adolescentes. 2. Estilo de Vida. 3. Saúde. I. Título.

ATA DA DEFESA PÚBLICA DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO DE MARINA MORAIS DE LIMA, DISCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA, DA FACULDADE DE CIÊNCIAS - CÂMPUS DE BAURU.

Aos 15 dias do mês de setembro do ano de 2023, às 09:00 horas, no(a) Google Meet, realizou-se a defesa de DISSERTAÇÃO DE MESTRADO de MARINA MORAIS DE LIMA, intitulada **Educação Física Escolar e Promoção de Saúde no Ensino Médio: possibilidades e contribuições a partir da perspectiva de estudantes e docentes**. A Comissão Examinadora foi constituída pelos seguintes membros: Prof. Dr. MÁRCIO PEREIRA DA SILVA (Orientador(a) - Participação Virtual) do(a) Departamento de Educação Física / Faculdade de Ciências UNESP Bauru, Prof. Dr. MILTON VIEIRA DO PRADO JUNIOR (Participação Virtual) do(a) Departamento de Educação Física / Faculdade de Ciências UNESP Bauru, Prof. Dr. DANIEL GOTTARDO DE SOUZA (Participação Virtual) do(a) Faculdade de Educação Física / Universidade de Franca - SP. Após a exposição pela mestrande e arguição pelos membros da Comissão Examinadora que participaram do ato, de forma presencial e/ou virtual, a discente recebeu o conceito final: _ _ _ APROVADA _ _ _ . Nada mais havendo, foi lavrada a presente ata, que após lida e aprovada, foi assinada pelo(a) Presidente(a) da Comissão Examinadora.

Prof. Dr. MÁRCIO PEREIRA DA SILVA



Documento assinado digitalmente

MARCIO PEREIRA DA SILVA

Data: 19/09/2023 18:36:29-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

MARINA MORAIS DE LIMA

**Educação Física Escolar e Promoção de Saúde no Ensino Médio:
possibilidades e contribuições a partir da perspectiva de estudantes e
docentes.**

Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF da Faculdade de Ciências, Unesp - Bauru, como requisito parcial para a obtenção do Título de Mestre em Educação Física Escolar.
Orientador: Márcio Pereira da Silva

Data da Defesa:

MEMBROS COMPONENTES DA BANCA EXAMINADORA:

Presidente e Orientador: Márcio Pereira da Silva

Membro Titular: Milton Vieira do Prado Junior

Membro Titular: Daniel Gottardo de Souza

Local: Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”
Faculdade de Ciências Unesp – campus de Bauru

DEDICATÓRIA

À memória de minha bisavó Lola, sábia mulher analfabeta, que sempre me ensinou com a sabedoria que não se encontra em livros, por todo exemplo e orgulho.

À Odete, minha mãe e maior incentivadora, que mesmo diante de todas as dificuldades se mostra resiliente, pilar de tudo que sou.

AGRADECIMENTO

Agradeço a Deus, por me sustentar até aqui.

À minha mãe, por me acolher como filha e me ensinar, com muito amor, valores inestimáveis, que são inerentes ao ser.

À minha amada irmã e família, por acreditarem e apoiarem as minhas escolhas.

À Claryssa, minha aliada de vida, que por inúmeras vezes me auxiliou, incentivou e orientou de maneira minuciosa.

Ao meu querido primo, Marlos, por insistir e acreditar em mim e nesse projeto.

Aos amigos (as), pelo apoio, amizade e carinho, em especial Malu e Júlia, pela constante colaboração e suporte.

Aos professores e colegas do programa, declaro meu profundo agradecimento por serem pilares sólidos nesta jornada, com um agradecimento especial à colega Leda, que me apoiou desde o início até o fim. Sua presença e auxílio foram fundamentais para o sucesso desta caminhada.

Ao meu estimado orientador, o Professor Doutor Márcio, expresso minha profunda gratidão por sua magnífica contribuição na transmissão e construção de conhecimentos, reflexões e ações. Suas valiosas conversas foram fundamentais para orientar-me e acalmar meus anseios, tornando possível a concretização deste projeto de pesquisa.

Por fim, agradeço à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo financiamento fornecido para a realização desta pesquisa.

LIMA, Marina Moraes de. Educação Física Escolar e Promoção de Saúde no Ensino Médio: possibilidades e contribuições a partir da perspectiva de estudantes e docentes. 2023. 82 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional) – UNESP, Faculdade de Ciências, Bauru, 2023.

RESUMO

O presente trabalho emergiu da inquietação, enquanto professora, de poder contribuir, de forma positiva, através da Educação Física Escolar, para a saúde e qualidade de vida da população brasileira, especialmente dos meus estudantes e egressos (as) do Ensino Médio. Afinal, não é de causar estranheza que o aumento do sedentarismo, associado à má nutrição, vem sendo tema de debates mundiais, devido às consequências desastrosas para a saúde que essa junção pode causar. Diante disso, como objetivo, buscamos compreender o perfil de estilo de vida dos estudantes (PEVI), e entender como vem sendo desenvolvido o tema saúde na disciplina de Educação Física do Ensino Médio a partir da perspectiva dos docentes. O estudo é de caráter descritivo de análise quali-quantitativo. Participaram da pesquisa 23 estudantes matriculados na terceira série do Ensino Médio, em uma escola da rede estadual de ensino de Franca - SP, e 7 docentes de Educação Física, atuantes na primeira, segunda e terceira série do Ensino Médio, da mesma diretoria de ensino. De acordo com os resultados obtidos, foi observado que 52,17% dos alunos estão classificados como tendo um estilo de vida globalmente positivo, enquanto 47,82% foram classificados como intermediários, não havendo nenhum estudante na classificação negativa. Os resultados gerais do PEVI demonstram que a maioria dos estudantes mantém hábitos saudáveis em seu estilo de vida. Ao analisarmos cada fator que compõe o PEVI, observamos que um percentual maior de meninas apresentou índice positivo superior aos meninos para nutrição (46,66% *versus* 25%) e estresse (46,66% *versus* 25%), enquanto os meninos obtiveram maior índice positivo para relacionamento social (62,5% *versus* 46,66%), havendo similaridades entre os gêneros em relação à atividade física e ao comportamento preventivo. Quanto aos (às) docentes, estes (as) reconhecem que a Educação Física Escolar tem o potencial de contribuir de maneira significativa para a promoção da saúde, contudo, após a análise de todas as informações levantadas junto aos (às) docentes participantes desta pesquisa, é importante reconhecer que ainda existem lacunas a serem preenchidas e desafios a serem enfrentados no que diz respeito à abordagem da temática saúde na Educação Física Escolar.

Palavras-chave: Adolescentes; Estilo de Vida; Saúde.

LIMA, Marina Morais de. School Physical Education and Health Promotion in High School: possibilities and contributions from the perspective of students and teachers. 2023. 82 f. Dissertation (Professional Master in Physical Education in the National Network) - UNESP, Faculty of Sciences, Bauru, 2023.

ABSTRACT

This present work emerged from the concern, as a teacher, to be able to contribute in a positive way through School Physical Education to the health and quality of life of the Brazilian population, especially my high school students and graduates. After all, it is not surprising that the increase in sedentary behavior, combined with poor nutrition, has been the subject of global debates due to the disastrous consequences it can cause for health. In light of this, our objective was to understand the lifestyle profile of the students (PEVI) and to understand how the topic of health is being addressed in the high school Physical Education discipline from the perspective of the teachers. The study has a descriptive character with a quali-quantitative analysis. 23 students enrolled in the third year of high school participated in the research at a state school in Franca - SP, as well as 7 Physical Education teachers working in the first, second, and third years of high school, all from the same education board. According to the results obtained, it was observed that 52.17% of the students are classified as having a generally positive lifestyle, while 47.82% were classified as intermediate, with no students falling into the negative classification. The overall results of the PEVI show that the majority of students maintain healthy habits in their lifestyle. When analyzing each factor that makes up the PEVI, it was observed that a higher percentage of girls had a higher positive index than boys for nutrition (46.66% versus 25%) and stress (46.66% versus 25%), while boys had a higher positive index for social relationships (62.5% versus 46.66%), with similarities between genders in relation to physical activity and preventive behavior. As for the teachers, they recognize that School Physical Education has the potential to significantly contribute to health promotion. However, after analyzing all the information gathered from the participating teachers in this research, it is important to acknowledge that there are still gaps to be filled and challenges to be faced regarding the approach to health issues in School Physical Education.

Keywords: Adolescents; Lifestyle; Health.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1.....	36
Gráfico 2.....	37
Gráfico 3.....	38
Gráfico 4.....	39
Gráfico 5.....	42
Gráfico 6.....	43
Gráfico 7.....	45
Gráfico 8.....	48
Gráfico 9.....	48
Gráfico 10.....	50
Gráfico 11.....	51
Gráfico 12.....	55
Gráfico 13.....	56
Gráfico 14.....	56
Gráfico 15.....	57
Gráfico 16.....	57
Gráfico 17.....	58
Gráfico 18.....	60
Gráfico 19.....	62
Gráfico 20.....	64
Gráfico 21.....	65

LISTA DE QUADROS

Quadro 1.....	55
Quadro 2.....	58
Quadro 3.....	60
Quadro 4.....	61
Quadro 5.....	66

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

PROEF – Mestrado Profissional em Educação Física
OMS – Organização Mundial da Saúde
LDB – Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
BNCC – Base Nacional Comum Curricular
IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e estatística
DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis
IST – Infecções Sexualmente Transmissíveis
PCN's – Parâmetros Curriculares Nacionais
PEVI – Perfil de Estilo de Vida
UNESP – Universidade Estadual Paulista
DCNT – Doenças Crônicas Não Transmissíveis
SEE – Secretaria Estadual de Educação

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	14
1.1 Objetivo.....	18
 2. REVISÃO DE LITERATURA.....	18
2.1 Evidências Históricas e Pedagógicas Sobre a Abordagem da Saúde na Educação física.....	18
2.2 Sedentarismo e a Valorização da Atividade Física.....	21
2.3 O currículo e o Novo Ensino Médio.....	23
2.4 As Juventudes.....	25
2.5 O Poder Midiático, o Corpo e a Saúde.....	26
2.6 Dificuldades Docentes.....	27
2.7 Atividade Física e Ambiente.....	29
2.8 O Perfil do Estilo de Vida.....	30
2.9 Estudos Aplicados Sobre o Estilo de Vida e a Temática Saúde em Escolares.....	31
 3. Percurso Investigativo.....	32
3.1 Universo da Pesquisa.....	32
3.2 Participantes.....	33
3.3 Métodos/ Técnica de pesquisa.....	33
3.4 Procedimentos Para a Coleta de Dados	34
3.5 Procedimentos Para a Análise de dados.....	34
3.6 Aspectos Éticos.....	35
3.7 Produto Educacional.....	35
 4. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	35
4.1 Avaliação do Perfil de Estilo de Vida.....	35
4.2 Fator Nutrição.....	38
4.2.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre o fator nutrição.....	39
4.3 Fator Atividade física.....	42

4.3.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre atividade física.....	44
4.4 Fator Comportamento Preventivo.....	45
4.4.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre comportamento....	46
4.5 Fator Relacionamento Social.....	47
4.5.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre relacionamento social.....	49
4.6 Fator Estresse.....	50
4.6.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre estresse.....	51
 5. ABORDAGEM DA TEMÁTICA SAÚDE NO ENSINO MÉDIO SOB À ÓTICA DOS (AS) DOCENTES.....	 53
 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	 69
 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	 72
 APÊNDICE A.....	 79
 ANEXO A.....	 80

1. INTRODUÇÃO

Ao longo de minha trajetória profissional, sempre houve um grande desejo de poder contribuir com a melhora da qualidade de vida e saúde da população brasileira, em especial dos meus alunos e das minhas alunas, estudantes e egressos (as). O aumento do sedentarismo, associado à má nutrição, preocupa os países desenvolvidos, subdesenvolvidos e a Organização Mundial da Saúde – OMS. De acordo com o relatório global de atividade física de 2022, divulgado pela OMS, 81% dos adolescentes e 27,5% dos adultos não atendem aos requisitos de níveis de atividade física recomendados pela OMS, afetando os indivíduos, famílias, sistemas de saúde, aplacando a sociedade como um todo. (Who, 2022).

O sedentarismo é um dos fatores de risco intimamente relacionados ao aparecimento da obesidade, que leva a ocorrência de inúmeras doenças crônicas não transmissíveis que irá acometer a população adulta e que tem atingido, sobretudo, alunos no período da adolescência. (Ataíde, 2014, p. 08).

Em conformidade com Alves (2007), o sedentarismo é uma preocupação das grandes nações do mundo, o qual está associado ao consumo e avanço tecnológico e ligado ao alto consumo de industrializados, capazes de aumentar consideravelmente o sobrepeso e obesidade nas pessoas. Ainda de acordo com Alves (2007), um dos grandes problemas enfrentados pelos povos no mundo se refere ao sedentarismo. Associado a ele várias patologias podem surgir, por exemplo: diabetes, cardiopatias entre outras.

Ferreira e Andrade (2019), alegam que o excesso de peso é considerado um dos mais sérios desafios de saúde pública no século XXI. Ainda segundo as autoras a obesidade possui etiologia multifatorial, envolvendo fatores ambientais e genéticos, relacionando a junção entre excesso de peso, o consumo de alimentos não saudáveis e o sedentarismo.

Embora não exista uma receita fixa para sanar esse grande problema, podemos encontrar, por meio de pesquisas, soluções e compreensões das grandes variáveis que o envolvem.

Incessantemente, há uma inquietação em minhas aulas, que se dá no início da disciplina de Educação Física, a qual busca entender o que os (as) estudantes querem aprender durante o ano, assim como o motivo do interesse por tal

conteúdo ou temática. Então, por meio de um diálogo inicial, dou abertura para estes (as) alunos (as) descreverem quais conteúdos gostariam de aprender, e indago-os (as) sobre os motivos de tamanho interesse. A partir desse diálogo, levanto os eixos principais e forneço um pequeno debate, salientando a importância de se posicionarem firmemente em busca do que desperta o interesse deles (as), jovens estudantes.

No ano de 2022, os discentes da terceira série do ensino médio fomentaram um desejo grandioso em aprender um pouco mais sobre a temática saúde, tendo como conteúdos principais a prática de atividade física, esportiva, para além dos esportes convencionais, saúde emocional e a aprendizagem sobre aspectos nutricionais, incluindo o uso de suplementos e anabolizantes, referidos por eles como “*bomba*”. Os motivos relatados pelos (as) alunos (as), foi, de maneira geral, a busca por saúde e qualidade de vida, e romper barreiras de “*desinformação*” obtidas pelos canais de comunicação, principalmente sobre aspectos nutricionais; além de poder levar o conhecimento para auxiliar seus familiares com informações e métodos pautados na ciência.

A concepção de saúde e dos modelos prescritos do que fazer e não fazer para melhorar o estilo de vida e, conseqüentemente, a saúde, é algo corriqueiro na sociedade e entre os escolares, porém, as circunstâncias mostram que não basta apenas informar, se faz necessário a apropriação significativa do que é ensinado. Diante disto, surgiu o desejo de pesquisar e me aprofundar na forma com que é tratada a temática Saúde no Ensino Médio das escolas públicas da cidade de Franca - SP.

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB, Lei nº9.394/1996) tem como objetivo primordial apoiar as propostas pedagógicas das escolas públicas e privadas, do ensino infantil ao ensino médio, de todo território nacional. No ano de 2017, a LDB sofreu algumas alterações que atingiram, principalmente, o Ensino Médio, prevendo assim uma mudança em sua estrutura curricular. Segundo a Lei nº13.415, em seu artigo 36.

O currículo do ensino médio será composto pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2021) e por itinerários formativos, que deverão ser organizados por meio da oferta de diferentes arranjos curriculares, conforme a

relevância para o contexto local e a possibilidade dos sistemas de ensino, a saber:

- I- Linguagens e suas tecnologias.
- II- Matemática e suas tecnologias.
- III- Ciências da natureza e suas tecnologias.
- IV- Ciências humanas e sociais aplicadas.
- V- Formação técnica e profissional.

A partir de então, a Base correlacionou competências e habilidades fundamentais no processo de ensino-aprendizagem esperado ao longo dos ciclos. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) descreve que:

No Ensino Médio, além da experimentação de novos jogos e brincadeiras, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais de aventura, os estudantes devem ser desafiados a refletir sobre essas práticas, aprofundando seus conhecimentos sobre as potencialidades e os limites do corpo, a importância de se assumir um estilo de vida ativo, e os componentes do movimento relacionados à manutenção da saúde (Brasil, 2018).

O Currículo Paulista, por sua vez, também deixa claro que o conceito de saúde deve ser trabalhado em sua totalidade:

Na unidade temática Corpo, Movimento e Saúde, o foco é a relação da prática de exercícios físicos com a qualidade de vida, discutindo temas como: padrões e estereótipos de beleza corporal; indicadores que levam à construção de representações sobre corpo e beleza; efeitos do treinamento físico [...] (São Paulo (estado), 2020, p. 64).

Com a incidência cada vez maior de sobrepeso e obesidade na população infantil, jovem e adulta, é preocupante não falarmos e refletirmos sobre a promoção de saúde na Educação Física escolar, somado ao fato de que o sedentarismo e práticas alimentares contemporâneas vem contribuindo grandemente para provocar o surgimento de vários problemas de saúde que nos levam ao atual cenário caótico.

Segundo o Ministério da Saúde, em 2019 havia 2,4 milhões de crianças com sobrepeso, 1,2 milhão com obesidade e outras 755 mil com obesidade grave: (Brasil, 2019).

Também em 2019, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2019), relatou que 19,4% dos nossos adolescentes apresentavam excesso de peso, o que representava aproximadamente 1,8 milhões de indivíduos, entre os quais, 6,7% possuíam obesidade. O problema era mais prevalente nas meninas (8%) em comparação com os meninos (5,4%).

Contudo, ao se falar do tema, alguns equívocos ainda são percebidos durante a metodologia de ensino, podendo nos levar ao processo de ensino tradicionalista ou esportivista, voltado para o aspecto biológico do indivíduo e sua aptidão física de maneira descontextualizada e acrítica do ser social, histórico-cultural, político e econômico. Diante disso, o conceito de saúde deve ser explicitado para que o trabalho docente seja efetivado de forma adequada.

[...] se a Educação em Saúde vai tratar dos assuntos do cotidiano dos alunos, a formação do educador deve estar fundamentada na prática, partindo de concepções sobre o ensino que admitam a possibilidade de que os alunos não são uma tábula rasa (Fogaça; Jesus; Copetti, 2015, p. 70).

Por muito tempo, a saúde foi considerada de maneira reducionista como um estado de ausência de patologias. Em conformidade com Boorse (1975, 1977 apud Almeida Filho, 2000, p.02), “as primeiras tentativas sistemáticas de construir teoricamente o conceito de Saúde, ainda na década de 70, partiram da noção de saúde como ausência de doença”.

Em 1946, a Organização Mundial de Saúde – OMS, define saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade.

Partindo do entendimento mais amplo sobre a condição de saúde, espera-se, assim, que a escola e a Educação Física desenvolvam dentro do eixo formativo “*Corpo, saúde e beleza*” toda a construção do conceito atual de saúde, dentro e fora da escola.

1.1 OBJETIVOS

A presente pesquisa tem como objetivo investigar e analisar a aplicabilidade do tema saúde na Educação Física do Ensino Médio das escolas estaduais, na cidade de Franca, compreendendo a percepção dos docentes e estudantes.

Ademais, também se almeja produzir estratégias de ação com possibilidades e contribuições para melhorar a práxis pedagógica e interesse dos (as) alunos (as) acerca do tema, subsidiando uma melhora na incidência da prática de atividade física e alimentar dentro e fora da escola o que pode vir a atenuar o nível de sobrepeso e obesidade no país.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. Evidências históricas e pedagógicas sobre a abordagem da Saúde na Educação Física

Para verificar a produção científica relativa à saúde e à Educação Física Escolar, fornecendo suporte a partir de evidências históricas sobre as abordagens presentes nas décadas anteriores, recorrerei a Darido; Rodrigues; Neto (2003), que questionam:

Será que a abordagem sobre saúde presente na Educação Física escolar, antes e depois da década de 80, sofreu transformações e ressignificações em seus princípios e objetivos? Será que ainda privilegiam enfoques biológicos em detrimento de outros elementos importantes a serem considerados, como por exemplo, o sociocultural? Parece que após um período de mais de vinte anos seria bastante interessante mapear a produção científica relacionada à saúde e a Educação Física na escola (Darido; Rodrigues; Neto, 2003).

No Brasil, a exemplo da cultura grega, houve o período higienista entre o final do século XIX e início do século XX, o qual foi influenciado de maneira direta pela medicina e eugenia. De acordo com Góis Junior (2007), suas propostas residiam na defesa da Saúde Pública, na Educação e no ensino de novos hábitos. A intenção de tal modelo era a promoção da assepsia social e corporal.

Consequentemente, dentro do tema saúde era priorizado o fator biológico e individual de saúde, conforme ressaltado por Góis Junior (2007), “higienismo brasileiro só pode se definir, devido sua tensão constitutiva, ou seja, pelo que tinham em comum, por um objetivo central: o estabelecimento de normas e hábitos para conservar e aprimorar a saúde coletiva e individual [...].” (Góis Junior, 2007, p. 05).

Ainda segundo este autor, os defensores do movimento higienista diziam que a população saudável e educada é a maior riqueza de um país. Portanto, a Educação Física foi alvo direto e importante para intervenções higienistas, cujo discurso era sustentado para uma educação do físico, a qual formava homens fortes, vigorosos e saudáveis, auxiliando no controle de vícios e doenças infecciosas que assolavam o mundo e o caráter dos homens.

Esta fase emergiu também na época da criação das leis abolicionistas, onde, os negros, recém libertos, se deslocaram para as cidades em busca de trabalho, e encontravam as péssimas condições de trabalho, moradia e a falta de saneamento básico que eram propícias ao surgimento de doenças. Neste momento, a escola passa a ter um papel de fundamental importância para disseminar hábitos de higiene, e a Educação Física como a disciplina que melhor abordaria essas questões em um contexto amplo de abordagens (Agostinho, *et al.*, 2019, p. 04).

De modo semelhante, a fase da Educação Física Militarista, que se deu nos anos de 1930-1945, passando pela Revolução de trinta e o final da Segunda Guerra Mundial, também obtinha em suas abordagens e métodos a preocupação com a saúde. No entanto, a preocupação se diferenciava do período higienista, pois aqui o objetivo passa a ser formar uma juventude forte e saudável, capaz de atuar em combates e guerras.

Já após a Segunda Guerra Mundial, no período compreendido entre 1945 e 1964, abarca-se o modelo Pedagogicista, o qual mantinha a ideia de uma Educação Física capaz de promover e “*educar o movimento*”. Segundo Ferreira, Oliveira e Sampaio (2013), a Educação Física passa a ser o centro vivo da escola, corresponde à preparação de alunos para festas, torneios, desfiles, formação de bandas musicais, entre outros. Neste modelo, a participação dos alunos é mais inclusiva.

[...] a EF tornou-se o “centro vivo” da escola pública e advogou a “educação do movimento” utilizando a ginástica, a dança e o desporto como meio de educação do aluno. Foi uma concepção do período pós-guerra, que convocou toda a sociedade a compreender a EF simultaneamente como uma prática capaz de promover a saúde e de disciplinar a juventude inserida no currículo escolar (Agostinho *et al.*, 2019, p. 05).

A partir desta concepção, a Educação Física ganhou força e adeptos ao desporto. Houve, então, uma grande esportivização da área, que enxergava a saúde como algo primordial para transformar os jovens em atletas, ou seja, visava à ausência de doenças e ao “corpo saudável”, em função do esporte de alto rendimento, o qual se pautava no desenvolvimento da fisiologia e do treinamento desportivo. Cabe salientar que durante o esportivismo ocorre o “*movimento da saúde*”, de modo a tentar reduzir os custos financeiros dos problemas relacionados à saúde para o governo, inflamando o discurso econômico acerca do tema e inquietando a população sobre a importância da atividade física.

Contudo, podemos perceber uma Educação Física que detinha a visão de que somente o exercício físico era promotor de saúde. Porém, na década de 1980, a Educação Física se pauta na tendência popular, incorporando, dentro da temática saúde, diversos conteúdos, tais como: sedentarismo, Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST) - atualmente IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis) - e primeiros socorros. E é neste mesmo período que ocorrem as críticas e a crise dentro da área, fazendo com que se inicie um grande debate sobre os objetivos e especificidades da Educação Física. Dessa maneira, as discussões são validadas e há uma grande ruptura da tratativa somente ligada ao aspecto biológico, iniciando o processo de compreensão da Cultura Corporal de Movimento. Portanto, se fez necessário a criação das abordagens pedagógicas da Educação Física.

Ferreira, Oliveira e Sampaio (2013) apresentam um recorte sobre o papel da saúde, segundo as principais abordagens da Educação Física até o presente momento, ilustrado no quadro a seguir, extraído de sua obra.

Abordagem	Papel da saúde
Construtivista	Saúde tratada de forma indireta através de atividades lúdicas envolvendo o jogo. Visão não biologicista, porém individualista de saúde.
Desenvolvimentista	Saúde tratada de forma indireta através de atividades que desenvolvam as habilidades motoras. Somente aulas práticas. Visão biologicista e individualista de saúde.
Crítica	Saúde tratada de forma direta através de discussões e debates sobre as injustiças sociais pautadas no marxismo. Visão não biologicista e socialista de saúde.
Saúde Renovada	Saúde tratada de forma direta através de discussões e aulas práticas. A relação atividade física – saúde é tida como causa efeito. Visão não completamente biologicista, porém defende de forma muito forte as questões orgânicas como única fonte de saúde. Visão individualista de saúde.
PCNs	Saúde tratada de forma direta através de discussões e aulas práticas. Aproxima-se do campo da Saúde Coletiva por incluir em suas discussões temas da Saúde Pública. Considera a cidadania como saúde. Visão não biologicista e, ainda que não tão incisiva, coletiva de saúde.

Fonte: Ferreira, Oliveira e Sampaio (2013).

2.2. Sedentarismo e a valorização da atividade física

A prática de atividade física é considerada como um fator de grande importância para a prevenção de inúmeras doenças e a Educação Física escolar pode oferecer condições e estratégias adequadas para a promoção da saúde, considerando que:

Não resta dúvida de que a prática de exercícios físicos tem ostentado um relevante papel nas sociedades, como um comportamento que poderia afetar positivamente a saúde. Além disso, não se pode deixar

de reconhecer sua importância para a educação, cultura, lazer, entre outros aspectos da vida social (Palma, 2020, p. 11).

A frequência de atividade física e sua intensidade são bastante importantes para a composição e manutenção de um organismo saudável fisiologicamente, e os estudantes devem ser capazes de reconhecer isso. No entanto:

Não se pode perder de vista que as aulas de educação física devem assegurar que os escolares vivenciem esforços físicos de adequada intensidade, duração e frequência que possa induzir não somente adaptações fisiológicas favoráveis ao melhor funcionamento orgânico, mas também desenvolver posturas que possam favorecer à aquisição de hábitos voltados à prática de atividade física no presente e futuramente na idade adulta (Guedes e Guedes, 2001, p.10).

Por outro lado, é importante também explicitar que a Educação Física escolar não pode e não deve ater-se somente a ações exclusivas para o desenvolvimento fisiológico.

Em conformidade com Bertoli e Paiva (2010), enquanto o sedentarismo pode contribuir para um elevado risco à saúde, manter o olhar e o direcionamento das aulas apenas para o âmbito esportivo pode prejudicar a riqueza da Educação Física escolar. Os estudantes se preocupam demasiadamente com o ensino dos esportes, deixando de aprender sobre e como utilizar temas extremamente importantes para a saúde e qualidade de vida das pessoas, tais como: a importância do alongamento e da ginástica antes e após as práticas esportivas.

Portanto, faz-se necessário oferecer indicações literárias que consigam fornecer o aporte teórico e prático para que os estudantes possam enfrentar as reais necessidades cognitivas e físicas dentro e fora da escola, o que é evidenciado pelos autores,

[...] com o compromisso de dar subsídios teóricos e práticos que pudessem difundir e inculcar valores preparando-os para enfrentar um mundo em constante transformação, assim contribuir para a formação dos estudantes como sujeitos sociais, capazes de reconhecer o próprio corpo (Bertoli e Paiva, 2010, p. 04).

Sendo assim, para podermos refletir junto aos alunos a importância da valorização da atividade física, ginástica, alongamento, dos esportes e nutrição tratando-os como aliados para o pleno desenvolvimento físico, cognitivo e suas

potencialidades, é preciso incentivos teóricos, que forneçam as construções de textos, debates, rodas de conversa, uso tecnológico e movimento prático (Bertoli e Paiva, 2010).

Além de incentivos teóricos, devemos discutir a problematização relacionada ao gênero nas aulas de Educação Física no Ensino Médio que é outro fator relevante para o não desenvolvimento de uma vida ativa. Quanto às questões de gênero, abordarei o trabalho de pesquisa de Salvador (2010). Inegavelmente, a Educação Física detém um cenário de afastamento maior por parte das meninas, por isso, é necessário ouvir e entender como a disciplina vem sendo abordada no contexto escolar, bem como refletir sobre a sua historicidade. O autor concluiu que há carência nas aulas de Educação Física de práticas coeducativas, o que ocasiona um aumento na distância entre os gêneros. Dessa maneira, descaracteriza-se a condição igualitária que a escola deveria proporcionar e faz-se com que os corpos femininos neguem a interação com o sexo oposto, tanto por motivos biológicos, como por razões motoras.

2.3. O currículo e o Novo Ensino Médio

Nos últimos anos, o tema Saúde e Educação Física tem sido estudado e abordado por diversos autores, tais como Darido, Rodrigues, Neto (2015).

Para a compreensão do que se deve ensinar no Ensino Médio, os principais referenciais são os Parâmetros Curriculares Nacionais - PCNs, nos quais encontramos as Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio, (Brasil, 2000), bem como a Base Nacional Comum Curricular – BNCC (Brasil, 2018) e o Currículo Paulista (São Paulo (Estado), 2020).

Com isso, consideramos de suma importância analisar como o tema “saúde” está proposto dentro do componente curricular de Educação Física, na última versão da BNCC, verificando as concepções e abordagens apresentadas no documento. Portanto, para entender as diferentes abordagens acerca desta temática, utilizaremos como referencial Luz (2020).

Enquanto professora do Ensino Médio, deparei-me com estudantes que estão totalmente desconectados com o campo da cultura corporal, devido a esse afastamento das aulas desde o Ensino Fundamental e ao desinvestimento

pedagógico. Eles (as), alunos (as), não esperam encontrar algo diferente já na etapa final de seus estudos, e comumente se sentem apáticos, cansados ou incapazes de realizar as diversas formas de se movimentar dentro da Educação Física. Mostram-se voltados para um mundo que vai cobrá-los e o legitimá-los como cidadãos sociais a partir do ensino de vertentes voltadas para o trabalho e somente a isso. Deixa de existir ali, naquele aluno, o ser histórico social, cultural, integrador, lúdico, saudável e capaz de se movimentar e se expressar de diferentes formas. E com a reforma do Ensino Médio, isso se torna mais evidente.

Dessa forma, retirar o componente da grade regular da Educação Básica da segunda série do Ensino Médio e transformar em itinerários formativos é uma afronta para toda a comunidade acadêmica e à luta da Educação Física até aqui. O Novo Ensino Médio corrobora para o fortalecimento do despotismo configurado em todas as esferas, sendo vendido de forma velada e encoberta por uma publicidade que acalenta e ludibria os corações e mentes dos jovens e responsáveis. Além disso, esse novo modelo afeta os estudantes com o retorno do ensino voltado para competências e habilidades que visam somente ao trabalho, ao passo que a educação básica chega próxima a uma futura privatização geral, de modo a destituir e deslegitimar a Educação Física.

A redução das aulas de educação física no ensino médio é um absurdo que contribui para a gradual extinção da área, comprometendo as aprendizagens fundamentais proporcionadas pela cultura corporal de movimento. Essa medida de retirar o componente da grade regular da Educação Básica da segunda série do Ensino Médio em favor de itinerários formativos representa uma afronta à comunidade acadêmica e à trajetória de luta da Educação Física até o momento. As práticas inovadoras na Educação Física estão atreladas aos problemas citados acima: primeiro, é importante o comprometimento com uma prática inovadora; segundo se faz necessária a oferta de formações pedagógicas, cursos e afins, que sejam capazes de transformar o olhar do professor, de instigá-lo.

Por outro lado, assim como existe mudança no modelo de ensino, há também mudança em nossos alunos (as); eles (as) são outros (as), a juventude é outra. Os desejos, anseios e sentidos destes jovens possuem características distintas do século passado. Para entendermos mais as representações dos

jovens e juventudes, devemos olhar para as perspectivas socioculturais em que eles se desenvolvem.

2.4. As juventudes

É sabido que os jovens se encontram e se relacionam pelas proximidades que possuem em comum, formando assim as chamadas tribos, que são constituídas em determinadas fases da vida. Essas tribos podem vir a ser modificadas, de modo que o ambiente, a escola, ideologias, gostos musicais, classes sociais, interesses pelo mesmo esporte, religião, família, saúde, tecnologia, sexualidade, violência e demais variáveis são capazes de influenciar grandemente essa construção.

Inquestionavelmente, as juventudes são construções sociais iniciadas na adolescência, que somatizam uma série de estereótipos depreciativos, dados pela sociedade e seus pares, nomeando-os de irresponsáveis, desinteressados e por vezes até de marginais. Estes estereótipos revelam problemas sociais que nem sempre são problemas exclusivos da juventude. Portanto, é necessário que a escola e o professor reconheçam o estudante e sua juventude, para que a aprendizagem e relações sociais se deem de maneira significativa. O docente precisa internalizar que as mudanças da sociedade e dos jovens interferem diretamente na sala de aula, ou seja, o aluno de ontem não é o mesmo aluno de hoje, por conta de todas as variáveis capazes de influenciá-los. Ressignificar a educação para esses jovens é o caminho que deve ser percorrido por nós, professores. Hoje, o professor não é mais o detentor da sabedoria, o qual direcionava um monólogo para os jovens ficarem sentados em suas carteiras, silenciados ou os faziam percorrer diversas voltas na quadra com o discurso de saúde sem que se incorporasse um significado, aprendizagem real para o estudante. De acordo com Fávero Sobrinho (2010), “com a presença dos jovens, a escola constitui-se também em um espaço de convivência, pois a ordem, a disciplina, o silêncio cederam espaço à comunicabilidade, à sociabilidade e à interatividade”.

Nessa perspectiva histórico-cultural, a escola deixou de ser uma comunidade de ouvintes, centrada no discurso pastoral dos

professores. As escolas de hoje, recorrendo-se à expressão de Guattari, são verdadeiros “territórios existenciais coletivos”, devido à presença de alunos que são os “praticantes do cotidiano” contemporâneo e que trazem para dentro das salas de aula as suas práticas culturais. Os estudantes, portanto, são produtos diários da cultura, de uma cultura-ação, de uma cultura no sentido antropológico, que encara todo e qualquer ato social como uma forma de construir culturalmente e socialmente a realidade (Fávero Sobrinho, 2010).

Neste contexto, a escola deve ser lugar de aprendizagem, luta, resistência onde as juventudes se encontram, constroem e reconstróem seus interesses e desejos. A aprendizagem pode ser direcionada à medida em que os sujeitos são reconhecidos historicamente, dentro de suas singularidades. É fundamental que o professor conheça quem são seus (suas) alunos (as), seus desejos, ambições, trajetórias, para que o aprender faça sentido na vida desse estudante.

A aprendizagem de saberes específicos que se materializam nas diferentes disciplinas escolares precisa ter em vista quem são os sujeitos, suas histórias de vida e suas aspirações constituidoras da razão de ser a educação. Para tanto, faz sentido o levantamento das “biografias individuais” dos alunos, tendo em vista que conhecer a história de vida destes cimenta o polo antropológico pelo que será edificado o polo didático, para que o aprender faça sentido com a vida desses sujeitos jovens (Coffani *et al.*, 2018, p. 05).

2.5. O poder midiático, o corpo e a saúde

O contexto do mundo moderno coloca uma grande parcela da população jovem e adulta refém de aplicativos e ideias proferidas pelo poder midiático, que podem contribuir de maneira muito eloquente na formação de opinião pública. E com a temática “corpo e saúde” não poderia ser diferente.

Vivenciamos, hoje, a expansão de blogueiras e incentivadoras *fitness* que corroboram com pensamentos e formações de pessoas por meio de seus canais, algumas das quais o fazem mesmo sem possuir informação científica que embasam a sua prática. Da mesma forma, canais de tv aberta possuem seus quadros que abordam a temática, levando um mix de considerações, ciência e experiências, às vezes pouco profundas, para a tratativa que o assunto merece. Além de entender e restringir os sujeitos somente a aspectos biológicos, não considera os aspectos sociais, econômicos e socioculturais, encobrendo muitas vezes o preconceito envolto em suas apresentações, responsabilizando apenas o indivíduo. Portanto, a mídia influencia a visão de corpo e saúde, especialmente

na dimensão estética, contribuindo para um desejo imediatista de pertencimento social. Ao se falar no imediatismo e manipulação midiática a saúde é colocada em risco, levando a uma propensão de comportamentos doentios.

De acordo com Betti (2004), há uma nova tendência nos discursos da mídia sobre a cultura corporal do movimento, que é o “entrelaçamento” e o “confundimento” de estética, saúde, e aptidão física. É notório, que a veiculação da mídia transforma os sentidos dos exercícios físicos de maneira intencional e impiedosa, para conquistar o público e vender a sua publicidade. Diante disso, cabe a reflexão: Será que os meios midiáticos esclarecem ou maquiam os possíveis efeitos colaterais? Ou talvez esteja pensando somente nos ganhos do “mercado do corpo”.

Diante disso, para refletir, pensar e repensar a prática sobre as abordagens do tema “corpo e saúde” recorreremos a Cândido, Sombra, Palma, Assis (2021). Os autores relatam a necessidade de um desenvolvimento de perspectiva crítica da mídia-educação nas aulas de Educação Física, como uma das maneiras que educadores(as) podem utilizar para descolonizar subjetividades ligadas a “corpo e saúde”. Ressaltando ainda a importância de se ter formações continuadas para os docentes, oferecendo uma melhor tratativa do tema, optando sempre para que estas formações ocorram dentro de um ambiente acolhedor. Concedendo dessa maneira a troca de experiências significativas. Além disso, os envolvidos na formação corroboram para um avanço promissor sobre a temática, aproximando o sujeito que aplica os conhecimentos e o que os concebe.

Sabe-se ainda, que a mídia coloca um problema pedagógico para a Educação Física Escolar, pois são construtoras de conhecimento e criticidade. Segundo Betti (2006), as informações e imagens provenientes das mídias são constituintes e constituidoras da cultura corporal de movimento, e devem também ser objeto e meio de educação. Portanto, utilizaremos seu trabalho para a composição deste estudo.

2.6. Dificuldades docentes

A inquietação sobre a função e o lugar da Educação Física é discutida ao longo de décadas. Vivenciamos hoje a tão sonhada legitimidade e especificidade

da área dentro da Educação, contudo, ainda existem problemas que ecoam por corredores, pátios, quadras e pelo movimento didático pedagógico. Além de nos depararmos com problemas extrínsecos, de ordem política, tecnológica e social, que pautam toda a vida acadêmica. Hoje, felizmente a compreensão da Educação se dá por meio do todo, desde suas legislações até a práxis pedagógica, fornecendo dessa maneira significado ao processo escolar. Entretanto, existem, ainda, professores que permanecem no desinvestimento pedagógico, o que contribui para uma série de problemáticas para a Educação Física, tal como o conteúdo e temáticas relacionadas à saúde, sendo abordadas de maneira a reconhecer apenas o fator biológico, sem o devido alinhamento entre teoria e prática.

Sobre esta condição de desinvestimento:

O professor que temos denominado em estado de desinvestimento pedagógico é aquele cuja prática recebe denominações como rola bola e/ou como pedagogia da sombra. Geralmente, ele se encontra em estados nos quais não apresenta grandes pretensões com suas práticas; talvez a pretensão maior seja a de ocupar seus alunos com alguma atividade (Machado, *et al.*, 2010, p. 132).

Alguns professores (as) defendem que esse posicionamento se dá devido à sua formação, por comodismo, e outros se conformam com a ideia de que não conseguem mudar as problemáticas envolvidas ao se tentar mudar a prática pedagógica, negando-se a encarar problemas com estudantes, pais e até mesmo alguns gestores.

Com o intuito de analisar e refletir sobre as dificuldades enfrentadas pelos professores do Ensino Médio, recorreremos ao estudo de Darido, Galvão, Ferreira, Fiorin (1999), o qual subsidia a compreensão de algumas evidências encontradas no presente estudo.

Professores se preocupam com a comparação de sua atuação em sala de aula com uma situação ideal de ensino, desconsiderando o que acontece na realidade escolar, como a falta de valorização da Educação Física e problemáticas relacionadas à infraestrutura e indisciplina escolar, associadas a uma desmotivação de alguns estudantes por diversos motivos, podendo ocasionar o afastamento das aulas. Por isso, para a reflexão, reportamos o trabalho de Azambuja (2018), que aborda a aplicabilidade do tema saúde no

contexto escolar da Educação Física, compreendendo a práxis do (a) professor (a).

2.7. Atividade física e ambiente

A prática de atividade física acontece em locais específicos para sua execução com êxito, denominados ambientes de atividade física, tais como: ruas, parques, escolas, trilhas, academias etc. Desse modo, a localidade e o ambiente em que os sujeitos estão inseridos podem ou não favorecer a prática de atividade física e a promoção de saúde. Devido a isso, se faz necessário a compreensão das variáveis compostas nos ambientes e seres, pois tanto o ambiente como o sujeito e suas características podem influenciar as modificações de comportamento e níveis de atividade física de caráter individual ou em grupo. Dessa forma, a abordagem ecológica em promoção de saúde pode ser de grande valia para a compreensão deste fenômeno e interações entre o sujeito e o meio, porque por meio dessa abordagem se consegue identificar fatores sociais, físicos e culturais do ambiente, os quais influenciam o comportamento de saúde.

Segundo Reis (*et al. apud* Sallis, 2011), o ambiente pode ser dividido em quatro tipos: ambiente construído, o qual compreende as construções e espaços criados por homens; ambiente natural, que possibilita a atividade física em espaços abertos, considerando também o clima, vegetação entre outros; ambiente social, caracterizado pela interação entre os sujeitos, seja de forma individual ou em grupos, influenciados por alguns fatores como lixo, pichação, cultura, normas, criminalidade e ações políticas; e ambiente comunitário, o qual inclui os três tipos de ambientes citados acima e a interação entre todos eles.

Embora as pesquisas utilizando esse método tenham se dado tardiamente, por volta de 1990, houve um grande salto quanto aos estudos publicados nos anos 2000, o que nos garante um aporte positivo e essencial. Portanto, este modelo nos alerta para uma análise sobre os fatores ambientais e políticos os quais podem ocasionar a não adesão a um estilo de vida ativo.

2.8. O perfil do estilo de vida

Nas últimas décadas, muito se fala em saúde associada ao bem-estar, estilo e qualidade de vida da população mundial. Campanhas midiáticas que correlacionam doenças ao tabagismo, excesso de consumo de açúcar, sedentarismo, abuso de álcool, drogas ilícitas e uma alimentação pobre nutricionalmente ganham destaques nos canais de comunicação e saúde pública. É inegável, portanto, o entendimento do bem-estar, estilo de vida e qualidade de vida como parte fundamental do processo, de modo a fornecer caminhos e estratégias para a promoção da saúde (Nahas; Barros; Francalacci, 2000).

Neste contexto, a Educação Física Escolar, a partir da compreensão do estilo de vida dos discentes, pode contribuir e informar os jovens estudantes sobre a associação entre atividade física, saúde, bem-estar e qualidade de vida, na expectativa de ampliar o conhecimento dos jovens estudantes do Ensino Médio sobre saúde. Contudo, não basta somente informar e esperar a mudança comportamental sob a ótica da tríade (estilo de vida, qualidade de vida e bem-estar), afinal, a complexidade está em atingir de fato o grupo de jovens adolescentes ao qual se destina tais informações.

[...] não se pode pensar que apenas a informação garanta mudanças de comportamentos. Esta é uma questão complexa, como complexo é o comportamento do ser humano em geral. Se as informações forem relevantes para o grupo a que se destina, se estiverem associadas a reais oportunidades para a prática, e se houver o apoio social necessário, pode-se, então, esperar que ocorram mudanças de atitudes e até de comportamentos, o que levaria a uma melhor condição geral de bem-estar e saúde (Nahas, 2017, p.11).

Embora seja utópico garantir o estado pleno de saúde a qualquer pessoa, é possível reconhecer o estilo de vida como fator preponderante para a manutenção e controle de saúde e bem-estar. Certamente, para que ocorra a compreensão e reconhecimento do estilo de vida, é necessário um instrumento de avaliação fidedigno, capaz de avaliar os fenômenos e perspectivas relacionados ao estilo de vida.

No mesmo sentido, Nahas (2017) criou O Perfil do Estilo de Vida (PEVI), que é um instrumento derivado do Pentágulo do Bem-Estar, auto administrado, uma vez que inclui cinco aspectos, considerados por ele fundamentais, sobre o estilo de vida, os quais afetam a saúde. De maneira geral, são perspectivas relacionadas à nutrição, estresse, atividade física, relacionamentos e comportamento preventivo. É importante ressaltar que o PEVI para adolescentes contempla as características do estilo de vida e universo do próprio adolescente, como podemos observar em algumas questões do PEVI, tais como: Você acha normal o nível de cobrança de seus pais por resultados escolares? Você procura cultivar amigos e está satisfeito com seus relacionamentos? Você conhece e evita os malefícios do fumo, álcool e outras drogas? Você participa das aulas de Educação Física em sua escola?

2.9 Estudos aplicados sobre o estilo de vida e a temática saúde em escolares

De acordo com Higo (2020), o acompanhamento do estilo de vida dos escolares é fundamental para detectar hábitos dos estudantes, a fim de planejar as aulas, refletir e ampliar o conhecimento sobre o assunto. Ainda segundo Higo (2020), o sistema escolar não está incentivando os estudantes a inserirem hábitos saudáveis em sua rotina, pois apenas 45% e 50% dos escolares em sua pesquisa afirmam que “nunca” ou “às vezes” praticam atividade fora da escola, caminham ou pedalam respectivamente. O que fortalece a perspectiva de reflexão e diálogo com os sujeitos inseridos no processo de construção de conhecimento dentro da escola, para aproximar, significar e transformar de maneira satisfatória o ensino e a compreensão de hábitos saudáveis.

Sousa (2017), afirma que a promoção da saúde deve ser um tema prioritário no ambiente escolar, principalmente na disciplina de Educação Física, estimulando assim a redução do consumo de drogas, álcool e tabaco, assim como outros comportamentos de risco. Em seu estudo, Sousa (2017), pode concluir que para os estudantes do período noturno, a classificação “positiva” foi a mais frequente nos componentes atividade física, comportamentos preventivos, relacionamento social e controle do estresse. Para o componente

nutrição, a classificação mais prevalente foi a “intermediária”. É importante também observamos que existe uma diferença considerável relacionado ao estilo de vida e o sexo dos estudantes.

[...] (71,62%) dos participantes tem um estilo de vida relacionado à saúde “regular”: 34,62% do sexo feminino têm hábitos saudáveis e dentro dos “padrões aceitos” de estilo de vida; apenas 20,88% do sexo masculino têm níveis aceitáveis, caracterizados como saudáveis nos padrões do PEVI. (Orsano *et al.*, 2010, p.84)

Em conformidade com Azevedo (*et al.* 2015), os adolescentes tendem a ter comportamentos de risco para a saúde, como ser irregularmente ativo. Em sua análise apenas 42, 9% dos estudantes participantes na pesquisa eram ativos, enquanto 55,3% apresentaram hábitos alimentares ruins, além de detectar diferenças significantes entre os sexos, nos quesitos inatividade física e comportamento preventivo, sendo o sexo feminino com um comportamento maior de risco à saúde.

Já Legnani (*et al.*2009) verificaram comportamentos de risco à saúde em escolares do tríplice fronteiro, relata que as meninas são menos ativas em comparação com os meninos, enquanto a prevalência de escolares inativos foi altíssima, 83,4%, os brasileiros foram os menos ativos.

Os resultados obtidos por Dada e Prati (2007) revelam que as moças parecem se preocupar mais em relação à prevenção de doenças e acidentes, enquanto os rapazes tendem a ser mais ativos e terem maior controle sobre o estresse diário.

3. PERCURSO INVESTIGATIVO

3.1 Universo da pesquisa

O estudo foi realizado com professores (as) pertencentes à Diretoria de Ensino de Franca, os (as) quais ministram aulas para a Secretária Estadual da Educação de São Paulo, na primeira, segunda e terceira série do Ensino Médio, na cidade de Franca. Assim como, por estudantes da terceira série do Ensino Médio, da cidade de Franca, pertencentes à Secretaria Estadual da Educação de São Paulo.

A escola a que os estudantes pertencem funciona nos períodos manhã, tarde e noite, atendendo alunos do Ensino Fundamental II e Ensino Médio. A unidade escolar possui uma estrutura razoável para a disciplina de Educação Física, além de computadores com acesso à internet e televisões em todas as salas de aulas pertencentes ao prédio. Atualmente, a escola conta com 1900 estudantes matriculados nos três turnos.

3.2 Participantes

Os participantes são 23 estudantes, sendo 15 do sexo feminino e 8 do sexo masculino, com idades entre 17 e 18 anos, matriculados na terceira série do Ensino Médio, em uma escola da rede estadual de ensino de Franca - SP, e 7 docentes de Educação Física, atuantes na primeira, segunda e terceira série do Ensino Médio, também pertencentes à rede estadual de ensino da cidade de Franca - SP.

3.3 Método/Técnica de pesquisa

Na presente pesquisa, realizaremos uma análise quali-quantitativa, compreendida por Tashakkori e Creswell (2007 apud Leite *et al.*, 2021), “[...] como pesquisa em que o investigador coleta e analisa os dados, integra os achados e extrai inferências usando abordagens ou métodos qualitativos e quantitativos em um único estudo ou programa de investigação”. Portanto, a pesquisa quali-quantitativa combina elementos tanto qualitativos quanto quantitativos na coleta, análise e interpretação de dados. Ela busca aproveitar as vantagens das duas abordagens para obter uma compreensão mais completa.

Como instrumento de coleta, serão aplicados questionários e roda de conversa junto aos participantes da pesquisa.

3.4 Procedimentos para a coleta de dados

Utilizamos a técnica de questionário, a fim de compreender como o tema saúde vem sendo abordado pelos docentes. Para este, utilizamos da tecnologia digital, especificamente da plataforma de questionários *Google Forms*, a qual garante o acesso em qualquer local, data e hora para a coleta e observação dos resultados. Foi aplicado um questionário contendo um total de 10 questões, composto por questões fechadas e abertas, estruturadas e específicas. O quadro que apresenta o questionário consta como apêndice A e foi elaborado pela pesquisadora.

Para a análise e compreensão do estilo de vida dos estudantes, da terceira série do Ensino Médio, foi avaliado o PEVI (Perfil do Estilo de Vida), criado por NAHAS (2017), instrumento derivado do Pentágulo do Bem-Estar. Após a aplicação do PEVI, realizamos uma roda de conversa para compreender os motivos por trás dos resultados obtidos pelos estudantes. A intenção é avaliar como os discentes se encontram diante dos cinco componentes pertencentes ao PEVI (anexo A).

3.5 Procedimentos para a análise de dados

Após a coleta dos dados, realizamos uma análise qualitativa dos fatos apresentados diante da técnica de questionário.

Para a análise quali-quantitativa dos dados encontrados no instrumento de avaliação PEVI, foram seguidas as orientações de Nahas (2017), as quais salientam,

As escalas propostas (PEVI – adulto e PEVI – adolescente) incluem 15 itens (três em cada componente, seguindo o modelo do Pentágulo), com respostas marcadas numa escala likert (0, 1, 2 e 3). Em cada item, respostas “0” (nunca) ou 1 (às vezes) indicam comportamento de risco à saúde (perfil negativo); 2 (quase sempre) ou 3 (sempre) são indicadores positivos. Em cada componente (são cinco fatores componentes na escala), a interpretação segue a mesma lógica, mas sugere-se classificar a soma dos três itens de cada um dos cinco componentes da seguinte forma: até 3 – perfil negativo; 4 a 6 – Intermediário

(pode melhorar); e 7 a 9 – perfil positivo. Se um escore global (soma de pontos) for necessário, para fins educativo e motivacional, para os 15 itens, a classificação sugerida é a seguinte: até 15 – perfil geral negativo; 16 a 30 – Intermediário (pode melhorar); e 31 a 45 – perfil geral positivo. (Nahas, Markus, Vinicius. 2017).

É importante ressaltar que em conformidade com Nahas 2017, os itens que mereceram destaque foram os que receberam pontuação 0 e 1 e necessitavam ser discutidos para buscar alternativas que gerem mudanças positivas neste quadro.

3.6 Aspectos Éticos

A Pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual Paulista (UNESP) e cadastrada na Plataforma Brasil, em consonância com as resoluções CNS nº 466 de 2012 e CNS nº 510 de 2016, tendo sido aprovada sob o número de protocolo: 5.738.295

3.7 Produto Educacional

Foi elaborado um Guia para Promoção da Saúde no Ensino Médio, a partir de contribuições e possibilidades da Educação Física.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 Avaliação do Perfil de Estilo de Vida

Ao longo deste capítulo, você, leitor, será capaz de ler e entender os motivos pelos quais os discentes obtiveram os resultados apresentados nesta pesquisa.

Após a coleta e análise de dados, realizei uma roda de conversa com os estudantes, a fim de compreender as motivações por trás das respostas do PEVI, fundamentada em Vygotsky.

Para entender o discurso do outro, nunca é necessário entender apenas suas palavras; precisamos entender o seu pensamento. Mas é

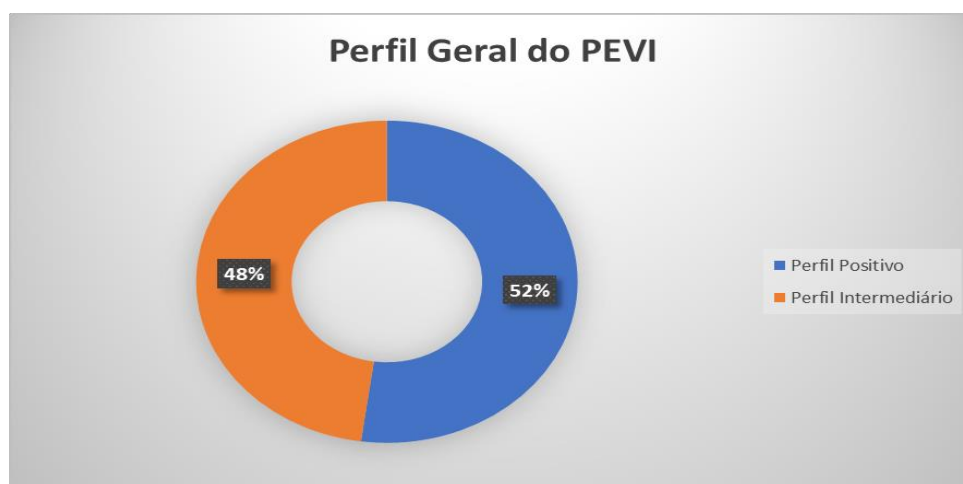
incompleta a compreensão do pensamento do interlocutor sem a compreensão do motivo que o levou a emití-lo. (Vygotsky, 1934/2009, p. 481).

Em alguns momentos, apresentarei, também, recortes das falas dos estudantes, tal como relataram, sobre os resultados de cada fator que compõem o PEVI.

Se faz necessário também, compreender se existe alguma diferença entre os sexos feminino e masculino, sobre os fatores que compõem o PEVI. Portanto, analisaremos os fatores de maneira individual para entendermos as possíveis diferenças encontradas.

Ao analisarmos o escore global do PEVI (gráfico 1), seguimos as orientações sugeridas por Nahas (2017), e podemos notar que 52,17% dos (as) alunos (as) se encontram dentro da classificação geral positiva e 47,82% com classificação intermediária, não havendo nenhum estudante na classificação negativa. Quando comparamos estes resultados com o estudo de Higo (2020), notamos uma diferença nos dados obtidos, pois Higo encontrou mais alunos no perfil intermediário 64,4%, menos alunos no perfil positivo 33% e 2,6% dos alunos (as) encontram-se dentro do perfil negativo. Contudo, devo salientar que o estudo de Higo se deu com estudantes de diversos níveis de escolaridade, desde a sexta série do Ensino Fundamental até a terceira série do Ensino Médio, fato que pode ser denotado como um fator preponderante para resultados tão diferentes.

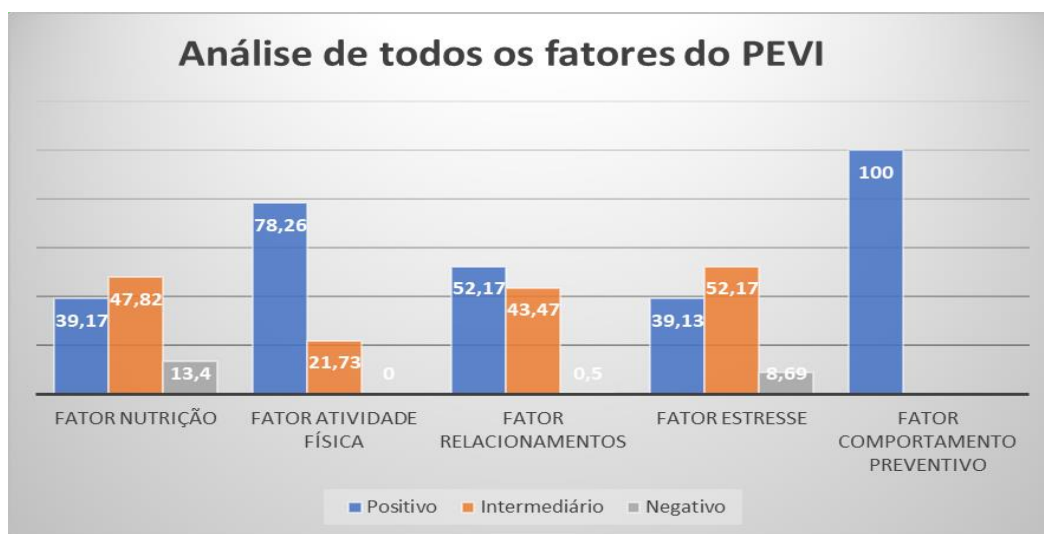
Gráfico 1- Classificação Geral do Perfil do Estilo de Vida.



Fonte: elaborado pela autora

Portanto, o resultado geral do PEVI nos mostra que a maioria dos estudantes cultiva hábitos saudáveis em seu estilo de vida. Mas, como se comportam esses hábitos ao analisarmos cada fator individualmente? Diante desta pergunta, o gráfico 2 apresenta os percentuais relativos à classificação individual de cada um dos fatores que compõem o PEVI, conforme ilustrado a seguir.

Gráfico 2- Análise de todos os fatores do PEVI



Fonte: elaborado pela autora

Nota-se, no gráfico 2, que para o fator “Comportamento Preventivo”, 100% dos participantes apresentaram índice positivo. Também para os fatores “Atividade Física” (78,26%) e “Relacionamentos” (52,17%), a maioria dos participantes obteve índices positivos, enquanto os fatores “Estresse” (52,17%) e “Nutrição” (47,82%) obtiveram a maioria dos índices intermediários entre os participantes, assim como a quase totalidade dos índices negativos, respectivamente 8,69% e 13,4%. Diante deste contexto,

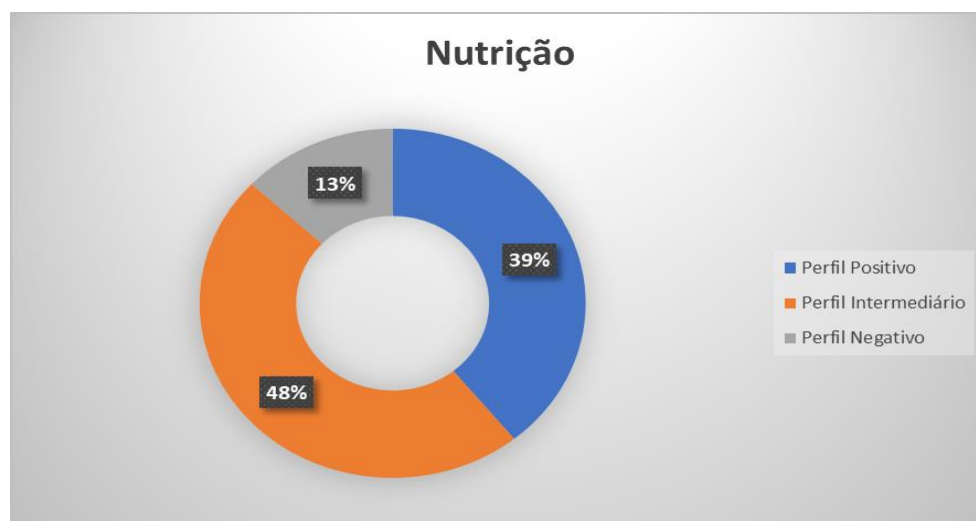
Devem-se valorizar e priorizar ações educativas do ponto de vista social, hábitos alimentares saudáveis, alimentação e educação física escolares, estimular o deslocamento ativo, para evitar, na infância e adolescência, o aparecimento de doenças relacionadas ao sedentarismo, bem como as consequências da desnutrição e do excesso de peso. (Martins, 2015, p.45).

A seguir, analisaremos separadamente cada item que compõe o PEVI.

4.2 Fator Nutrição

Quanto ao item nutrição, conforme ilustrado nos gráficos 2 e 3, apenas 39,17% se enquadram no perfil positivo; 47,82% com perfil intermediário e 13,04% com perfil negativo.

Gráfico 3- Fator Nutrição



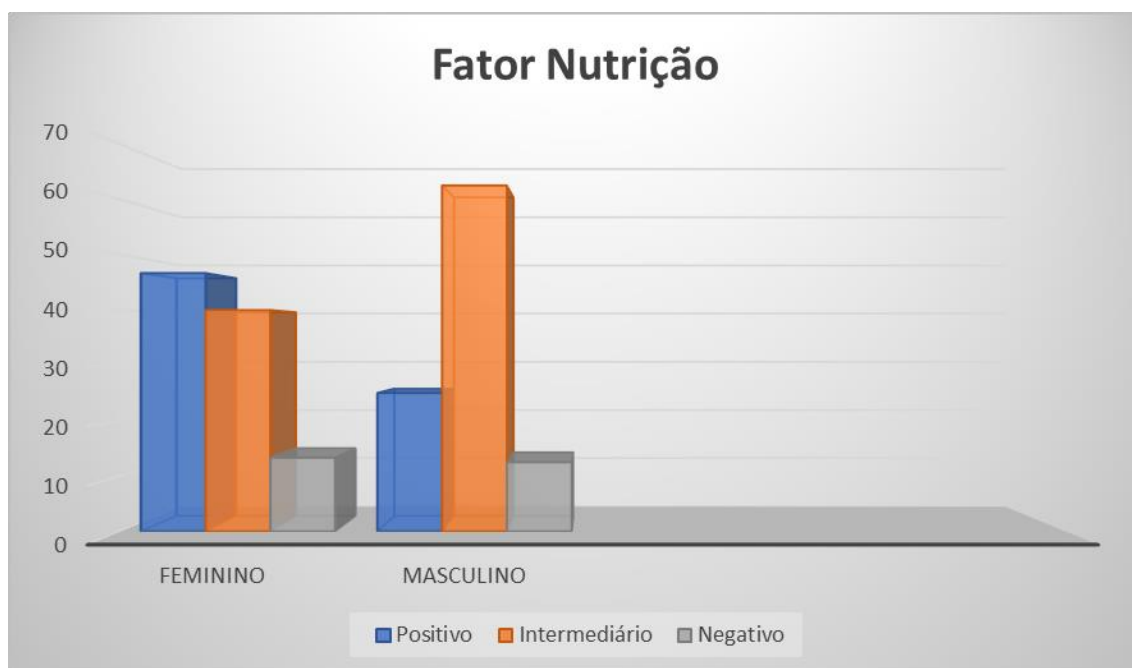
Fonte: elaborado pela autora

Azevedo *et al.* (2015) encontraram em seu estudo dados alarmantes, afinal, 55,3% apresentaram hábitos alimentares ruins, enquanto Sousa (2017) verificou que, no componente nutrição, a baixa ingestão de frutas e verduras, assim como o excesso de consumo de frituras e doces aparentam ser um comportamento comum entre os estudantes do Ensino Médio, fato que é semelhante com os resultados desta pesquisa.

De acordo com Alves *et al.* (2019), a alimentação dos adolescentes tem sido caracterizada pelo elevado consumo de alimentos ultraprocessados (ricos em gorduras, açúcares e sódio) e ainda pelo consumo insuficiente de alimentos *in natura*. Esse componente do PEVI merece mais atenção dentro da unidade escolar, pois, de acordo com Leal *et al.* (2010), este padrão alimentar é preocupante, visto que estimula o excesso de peso e a maior probabilidade de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como diabetes, hipertensão arterial e dislipidemias na vida adulta.

No gráfico 4, é apresentada uma análise do fator nutrição por gênero sexual, em que podemos notar que as meninas apresentam um comportamento melhor que os meninos, obtendo 46,66% de índice positivo; 40% de índice intermediário e 13,33% de índice negativo. Enquanto os meninos obtiveram 25% de índice positivo; 62,5% de índice intermediário e 12,5% de índice negativo.

Gráfico 4- Fator Nutrição



Fonte: elaborado pela autora

4.2.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre nutrição

Questão A: Você evita fazer suas refeições em restaurantes e fast food?

“Não evitamos porque é prático e o sabor é muito gostoso e também por influência da mídia e das nossas conversas na escola. No final de semana somos influenciados também a postar as fotos das comidas no Instagram, e acompanhamos os restaurantes e publicações de amigos, o que nos gera muita fome automaticamente, só de olhar”. (A resposta reflete a opinião do grupo).

Questão B: Você ingere frutas e verduras frequentemente?

“Sim, nós consumimos frutas porque agora é ofertado pela escola, antes não tinha, e também porque é falado sobre a importância das frutas nas aulas.” (A resposta reflete a opinião do grupo).

Questão C: Durante as refeições você costuma sentar-se à mesa com calma?

“Sim, é costume da minha casa, todos sentam para comer juntos”. (aluna 01)

“Não, porque é um contexto familiar, cultural, na minha casa não temos esse costume”. (aluno 03)

“Na minha casa todos comem juntos, mas apenas quando conseguimos, que é no final de semana, porque no meio da semana os horários não batem, as vezes não consigo me sentar com calma pra comer, porque saio da escola e tenho que ir trabalhar, quando não tenho carona não consigo comer com calma”. (aluna 02)

Observando as respostas orais, podemos afirmar que os estudantes são plenamente influenciados pela mídia e ambiente, em seu consumo alimentar, um fato que oferece riscos para sua saúde.

Os adolescentes constituem um grupo nutricionalmente vulnerável, considerando-se suas necessidades nutricionais aumentadas, seu padrão alimentar e estilo de vida, e sua suscetibilidade às influências ambientais. Portanto, acredita-se que o acesso a informações sobre alimentação e nutrição e o monitoramento do consumo alimentar são importantes para a identificação de um comportamento de risco, bem como para garantir o pleno potencial de crescimento e desenvolvimento dos adolescentes. (Leal *et al*, 2010, p. 01).

Dessa maneira, consideramos que, para melhorar a promoção da alimentação saudável em escolares, é indispensável uma série de ações coordenadas, tais como;

1- Educação alimentar: Desenvolver programas educacionais que abordem a importância de uma alimentação saudável, incluindo aulas sobre nutrição, planejamento de refeições equilibradas, leitura e compreensão de rótulos de alimentos e análise de artigos. Esses programas devem ser adaptados à idade dos alunos e serem ministrados regularmente. Além de apresentar aos

estudantes, materiais e profissionais qualificados, os quais divulgam na mídia em que eles comumente utilizam, como: *Instagram*, *TikTok* e afins. Isso proporcionará conhecimento científico e conterà qualquer tipo de *Fake News* alimentar que possa influenciar negativamente a vida dos jovens.

2- Parcerias com profissionais de saúde: Trabalhar em conjunto com nutricionistas e profissionais de saúde para fornecer orientações e palestras sobre alimentação saudável. Essas parcerias podem incluir palestras para os alunos, bem como workshops para os pais e professores.

3- Ambiente escolar saudável: Criar um ambiente escolar que promova a alimentação saudável. Incluir a criação de hortas escolares, onde os alunos possam aprender sobre cultivo de alimentos e colher produtos frescos. Aqui, também, se pode pautar o risco da utilização de agrotóxicos e explorar como o país tem se posicionado diante de tal recurso, cabendo parceria com professores de Geografia e História.

4- Envolvimento dos pais: Comunicar-se regularmente com os pais sobre a importância da alimentação saudável e fornecer recursos para ajudá-los a oferecer opções nutritivas em casa. Isso pode ser feito por meio de boletins informativos, reuniões de pais e até mesmo oficinas práticas sobre como preparar refeições saudáveis em família.

5- Atuação Interdisciplinar: Favorecer a interdisciplinaridade, confeccionando uma proposta para a realização de atividades práticas, as quais poderão promover oficinas culinárias, fazendo com que os estudantes coloquem a mão na massa e experimentem alimentos saudáveis e suas formas de serem consumidos no dia a dia.

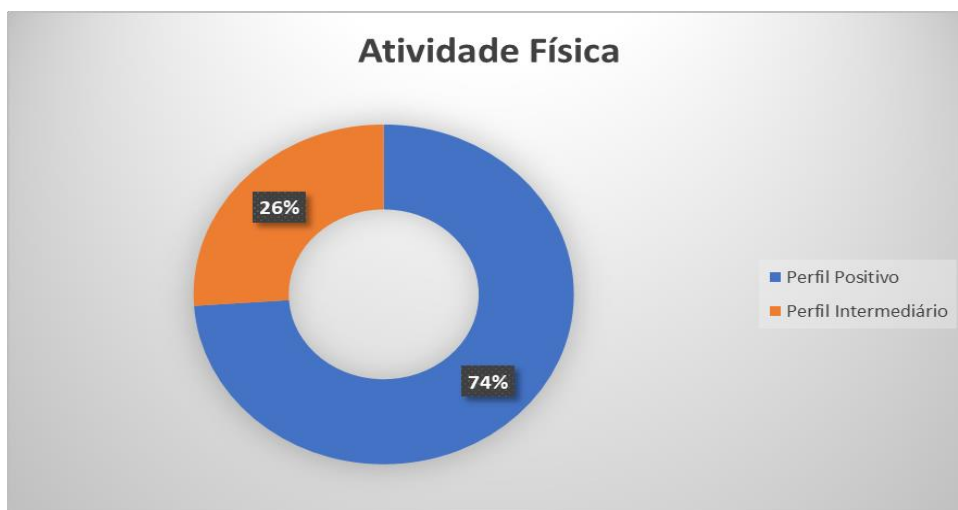
6- Monitoramento e avaliação: Estabelecer um sistema de monitoramento regular para avaliar a eficácia das ações implementadas. Isso pode incluir pesquisas de opinião.

7- Por fim, combater e melhorar o modelo de nutrição escolar desenvolvido pelos agentes públicos, reduzindo a oferta de bolachas, bebidas açucaradas e com excesso de conservantes. Neste cenário, os responsáveis também devem saber, compreender e opinar sobre a vida nutricional ofertada pelo governo, com o propósito de fazer frente na luta pela melhoria.

4.3 Fator Atividade Física

No que se refere ao item atividade física, conforme ilustrado no gráfico 5, identificamos que 73,91% dos estudantes encontram-se no perfil positivo; 26,08% dentro do perfil intermediário e nenhum estudante apresenta perfil negativo.

Gráfico 5- Fator Atividade Física



Fonte: elaborado pela autora

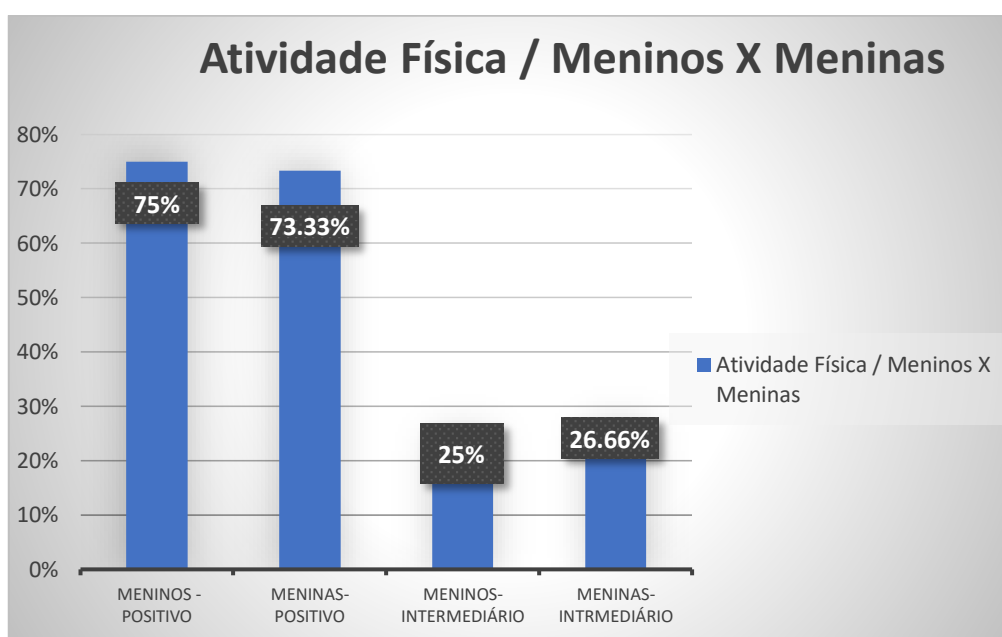
Diante disso, consideramos que o comportamento sedentário dentro do grupo pesquisado é baixo, havendo uma expressiva quantidade de alunos (as) ativos (as), fato este que contribui para a prevenção de diversas doenças relacionadas ao sedentarismo. Entretanto, no que tange à situação brasileira, dados disponíveis na literatura revelam que parte considerável da população possui hábitos sedentários (Vieira *et al.*, 2009). De acordo com Bouchard (2003), a obesidade e um estilo de vida fisicamente inativo, são dois dos fatores de risco mais prevalentes das doenças crônicas comuns do mundo ocidental. Há evidências de que as pessoas que têm um estilo de vida mais ativo tendem a ter uma autoestima e uma percepção de bem-estar psicológico positivas (Nahas, 2017).

Faz-se necessário, também, refletir estratégias para alcançar uma evolução dentro do grupo do nível intermediário e detectar os motivos que os mantêm em perfis intermediários de atividade física. A atividade física é extremamente importante para a saúde, previne diversas doenças e nos causa sensação de bem-estar após a sua prática, fato que auxilia também no fator

psicológico e a Educação Física Escolar pode proporcionar de maneira satisfatória tais benefícios.

No gráfico 6, é apresentada uma análise do fator atividade física de acordo com o gênero, o qual nos mostra resultados semelhantes ao compararmos os gêneros masculino e feminino, embora apontem um leve comportamento melhor atribuído para os meninos, sendo 1,67% a mais de perfil positivo quando comparado com as meninas.

Gráfico 6- Fator Atividade Física, meninos X meninas



Fonte: elaborado pela autora

Para os meninos, os resultados encontrados foram: 75% no perfil positivo; 25% no perfil intermediário e nenhum estudante no perfil negativo. Já as meninas possuem 73,33% de perfil positivo; 26,66% no perfil intermediário e nenhuma estudante no perfil negativo. Nota-se que os resultados desta pesquisa se aproximam da pesquisa de Azevedo (*et al.* 2015), na qual os autores alertam para o fato de as meninas possuírem um comportamento de risco maior à saúde dentro do fator atividade física. Fato encontrado também na pesquisa de Dada e Prati (2007) em que os autores descrevem os meninos como mais ativos fisicamente.

4.3.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre atividade física

Questão D: Você participa das aulas de Educação Física da sua escola?

“Sim, é divertido”. (aluna 01)

“O principal motivo é pela diversão, reduz o estresse é algo que não gasta muita energia e esquece os problemas”. (aluna 02)

“Por causa da nota, é algo que somos “obrigados” a fazer porque você oferta e se não fizer não temos nota”. (Ao ser relatado essa resposta, os demais estudantes concordaram com a resposta).

Questão E: Além da escola, você pratica algum tipo de exercício físico ou esporte?

“Não por preguiça e falta de tempo” (aluna 01)

“Lugar pra fazer atividade física se tem, mas algumas pessoas só gostam de fazer esportes coletivos e é difícil encontrar turmas”. (aluno 03)

Questão F: Você evita utilizar o ônibus para percorrer pequenas distâncias?

“O tempo conta muito, nem todos possuem trinta minutos para chegar em casa, por exemplo. Envolve o trabalho”. (Ao ser relatado essa resposta, os demais estudantes concordaram com a resposta).

Portanto, evidencia-se que a atividade física desempenha um papel fundamental na vida dos adolescentes, tanto dentro quanto fora da escola, durante o ensino médio.

Dentro da escola, as aulas de Educação Física oferecem uma oportunidade valiosa para os estudantes desenvolverem habilidades motoras,

psicossociais, cognitivas, bem como aprenderem sobre a importância da saúde em seu aspecto amplo, além de promoverem o trabalho em equipe e a socialização. Essas aulas podem despertar o interesse de muitos jovens por diferentes modalidades esportivas, proporcionando-lhes uma base sólida para a prática de atividades físicas ao longo da vida.

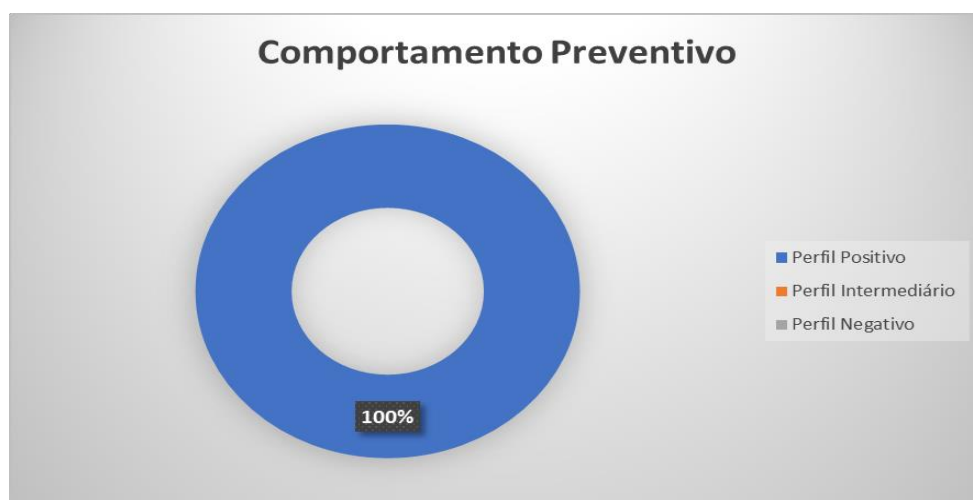
Fora da escola, a prática regular de exercícios físicos é essencial para manter uma vida saudável e equilibrada. Os jovens podem explorar uma variedade de atividades, como esportes, dança, caminhadas ou até mesmo treinos em academia.

Fica comprovado em suas falas o quanto é importante para eles, jovens, o esporte coletivo como parte integradora da atividade física fora da escola. Portanto, é fundamental que as escolas incentivem e ofereçam oportunidades para que os adolescentes se engajem em atividades físicas, tanto dentro quanto fora do ambiente escolar, a fim de promover uma vida saudável, equilibrada e consciente.

4.4 Fator Comportamento Preventivo

Quanto ao comportamento preventivo, detectamos que 100% dos estudantes estão dentro do perfil positivo, conforme ilustrado no Gráfico 7.

Gráfico 7- Fator Comportamento Preventivo



Fonte: Elaborado pela autora.

Portanto, é inegável que os adolescentes estão conscientes de suas ações, buscando cada vez mais hábitos que corroboram para a prevenção de qualquer tipo de dano ou distúrbios orgânicos irreversíveis, a exemplo de infecções sexualmente transmissíveis (IST), violência, uso de álcool, drogas e tabaco, fato que pode influenciar positivamente a fase adulta. Devido a esse resultado positivo, foi importante conversar com os participantes da pesquisa para uma melhor compreensão sobre os motivos para esse fenômeno ocorrer, a fim de contribuir para a manutenção desse comportamento positivamente.

4.4.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre comportamento preventivo

Questão G: Você está informado e procura se prevenir de doenças sexualmente transmissíveis?

“Sim, professora! Nós temos aula sobre esse tema desde o ensino fundamental e também participamos de palestras com alunos da medicina”. (Ao ser relatado essa resposta, os demais estudantes concordaram com a resposta).

Questão H: Você evita comportamentos e pessoas violentas?

“Sim, ninguém gosta de gente violenta, o mundo mudou e nós estamos tentando melhorar, e não dá “pra” namorar ou ser amigo de alguém que nos deixa mal, pra baixo ou nos agride, sabe, é relacionamento abusivo”. Não gostamos de pessoas tóxicas. Já tivemos palestras também com psicólogos que abordam esse tema, dentro do projeto de vida e demais matérias. (Ao ser relatado essa resposta, os (as) demais estudantes concordaram com a resposta).

Questão I: Você conhece e evita os malefícios do álcool, fumo e outras drogas?

“A gente sabe os riscos e malefícios do álcool, cigarro e das drogas, você mesma, professora, já abordou esse tema em aula no fundamental e neste ano, as professoras de ciências e biologia também, então todo mundo tá cansado de

saber o que acontece, então a gente evita”. (Ao ser relatado essa resposta, os (as) demais estudantes concordaram com a resposta).

Felizmente, os estudantes participantes da pesquisa mostraram-se bastante atentos e responsáveis quanto ao comportamento preventivo, ressaltando-se que as aulas foram fator preponderante para que esse resultado positivo ocorresse, promovendo a prevenção à saúde dos estudantes que participaram das aulas e oficinas que abordaram a temática, desde o Ensino Fundamental até o Ensino Médio.

Desse modo, fornecer orientação que engloba aspectos sobre comportamento preventivo capacita os alunos a tomar decisões devidamente fundamentadas, que os tornam capazes de agir e compreender as próprias ações exercidas e a adotarem comportamentos saudáveis, favorecendo sua segurança e bem-estar a longo prazo. Além disso, ao promover a consciência dos impactos de suas ações no ambiente ao seu redor, essas aulas incentivam a responsabilidade social e a construção de comunidades mais seguras e resilientes. Por isso, faz-se necessário, manter o diálogo constante com os estudantes sobre aspectos de promoção e prevenção de saúde, para que os resultados alcançados sejam cada vez mais positivos.

4.5 Fator Relacionamento Social

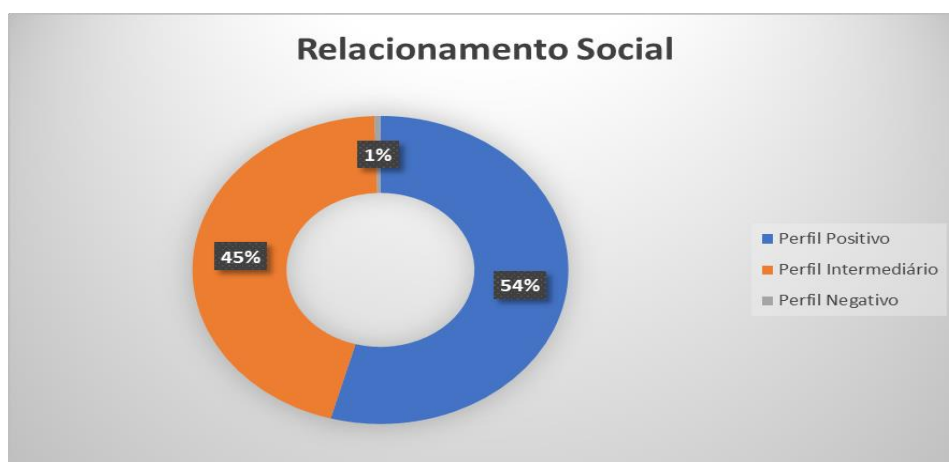
Quanto ao fator relacionamento social, cujos resultados são apresentados no Gráfico 8, os estudantes apresentaram resultados ótimos, sendo que 52,17% se encontravam dentro do perfil positivo, 43,47% no perfil intermediário e apenas 0,5% dentro do perfil negativo.

Segundo Higo (2020), nessa fase, os alunos (as) possuem uma necessidade maior de ficar próximos de forma mais íntima com a socialização ou com a necessidade de estar entre pares. O bom relacionamento social de apoio contribui para reduzir os efeitos do estresse e depressão, e consequentemente para uma melhor qualidade de vida.

O prazer, a alegria de viver, a satisfação pessoal e as amizades, são fatores em nossas vidas que certamente antecedem e superam a preocupação com a longevidade, e precisam ser continuamente

cultivados para que uma vida mais longa tenha sentido. (Nahas, 2017, p.28).

Gráfico 8- Relacionamento Social

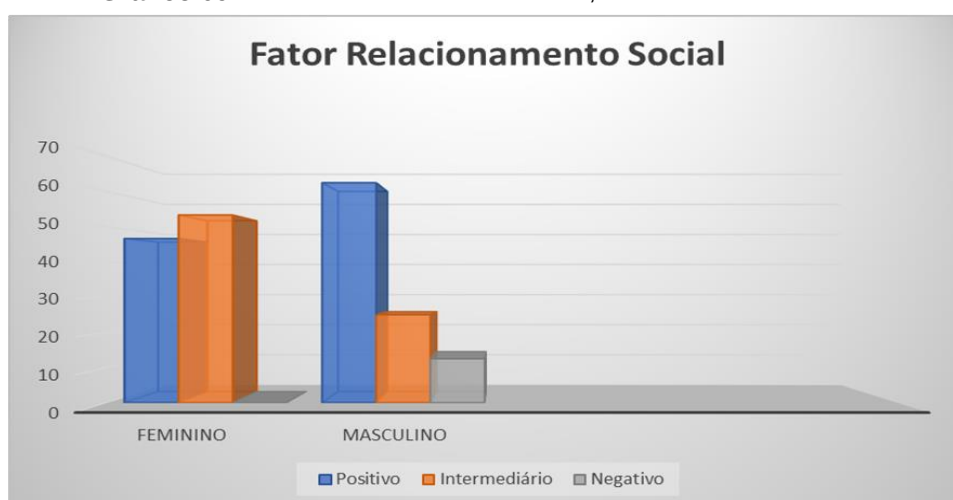


Fonte: Elaborado pela autora.

Assim sendo, é importante que a Educação Física seja capaz de impulsionar de maneira positiva os relacionamentos sociais, fortalecendo os laços de amizade e comunicação necessária dentro da escola, tanto com os colegas de turma quanto com os professores e demais envolvidos, afinal, a escola é espaço de relações sociais e local em que as crianças e adolescentes passam a maior parte do dia. Dessa forma, é possível favorecer comportamentos saudáveis e decisões inteligentes.

No que se refere ao relacionamento social, sob a perspectiva dos gêneros, os resultados estão descritos no Gráfico 9.

Gráfico 09- Fator Relacionamento Social, meninos x meninas



Elaborado pela autora.

Entre as meninas, 46,66% apresentam perfil positivo; 53,33% perfil intermediário e nenhuma estudante possui perfil negativo, enquanto os meninos apresentaram um comportamento positivo melhor que as meninas, pois 62,5% estavam no perfil positivo e 25% no perfil intermediário. No entanto, 12,5% dos meninos estavam dentro do perfil negativo quando comparamos com as meninas. Embora, possamos considerar o conjunto dos resultados com uma tendência para o índice positivo, o fato de alguns participantes apresentarem perfil negativo requer reflexão e ação escolar direcionada para resolver os problemas aqui encontrados.

4.5.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre relacionamento social

Questão J: Você procura cultivar amigos e está satisfeito com seus relacionamentos?

“Diante de todos os relacionamentos em geral, envolvendo família e amigos”. (aluna 01)

“Com os amigos é mais fácil a convivência, não vê o dia todo, só um período, você escolhe e não tem obrigação nenhuma com ele, já a família não tem como evitar na sua grande parte”. (Ao ser relatado essa resposta, os (as) demais estudantes concordaram com a resposta).

Questão K: Seu lazer inclui encontros com amigos ou atividades esportivas em grupo?

“A gente sai, mas não para fazer atividade física”. (Ao ser relatado essa resposta, os (as) demais estudantes concordaram com a resposta).

Questão L: Seu ambiente escolar e seu relacionamento com os professores são agradáveis?

“A grande maioria dos professores são gente boa, tranquilos, tratam a gente bem e consegue conversar sem gritar”. (Ao ser relatado essa resposta, os (as) demais estudantes concordaram com a resposta).

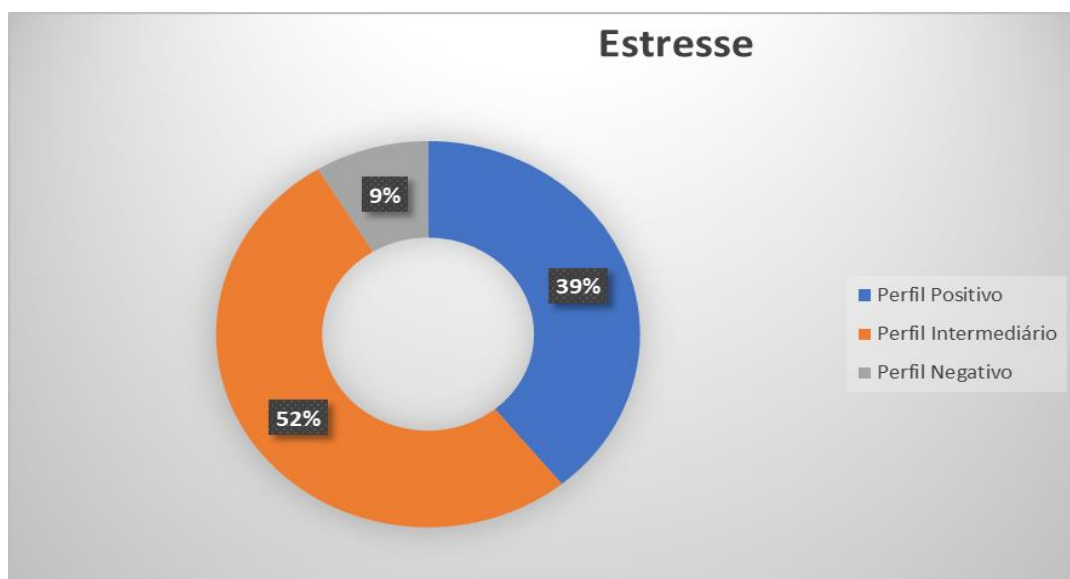
“É a grande maioria, mas discordo de uma professora, ela é muito chata”, só sabe chamar a minha atenção. (aluno 03)

No contexto do relacionamento social, identificamos o quão é importante a relação de amizade para o período da adolescência, tornando-a parte de sua conquista de autonomia. Essa amizade demonstra a necessidade de possuir pessoas que corroboram com as mesmas afinidades, trocas e experiências, sem que seja demonstrado alguma cobrança por resultados melhores e definições do seu projeto futuro. É evidente em suas falas uma enorme insatisfação no que se refere às cobranças, obrigações e responsabilidades exigidas pela família, afinal, a família exerce influência significativa diante de todo o processo de construção e desenvolvimento do ser, mantendo interação constante com o sujeito (Biasoli-Alves, 2004).

4.6 Fator Estresse

Quanto ao fator estresse, os resultados são apresentados no Gráfico 10 e indicam que apenas 39,13% dos estudantes apresentam perfil positivo, enquanto 52,17% estão dentro do perfil intermediário e 8,69% no perfil negativo.

Gráfico 10- Fator Estresse

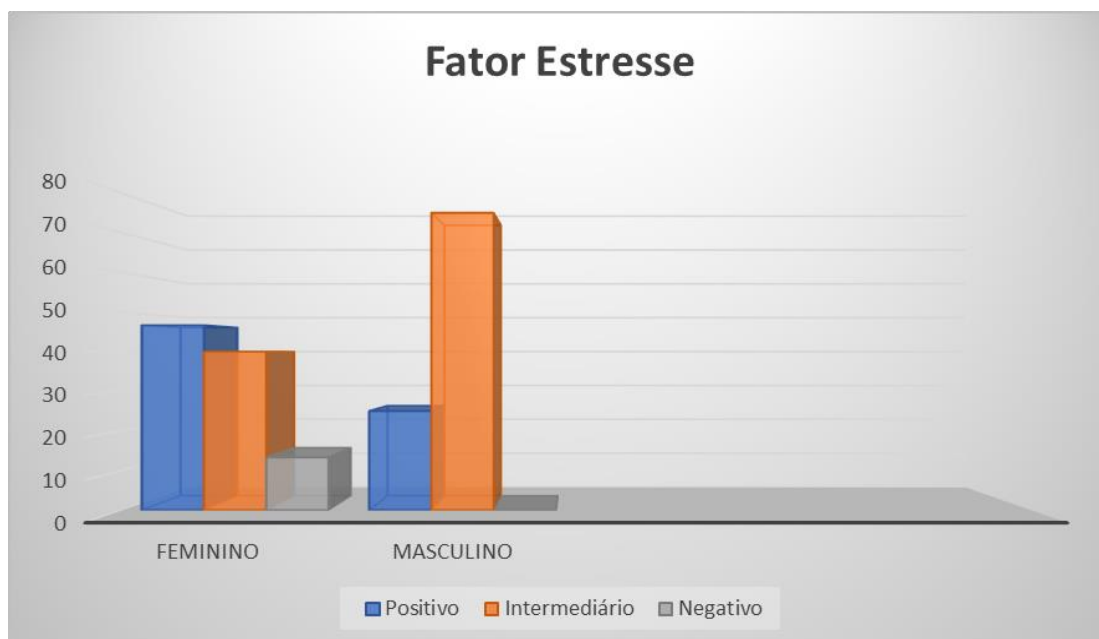


Fonte: Elaborado pela autora.

Estes resultados estão em conformidade com o estudo de Higo (2020), no qual houve maior apresentação dos perfis intermediários e positivos, reforçando, portanto, a importância de equilibrar tempos de estudo com tempos de lazer.

Em sequência, o Gráfico 11 descreve como se comporta o fator estresse entre os gêneros.

Gráfico 11 – Fator Estresse, meninos x meninas



Fonte: elaborado pela autora

Nota-se, em relação ao fator estresse, que as meninas detêm um comportamento positivo melhor quando comparado com os meninos, embora haja uma porcentagem de estudantes dentro do perfil negativo. Os dados femininos são 46,66% no perfil positivo; 40% no perfil intermediário e 13,33 no perfil negativo. Já os meninos possuem uma porcentagem melhor no nível intermediário e negativo, sendo 25% no perfil positivo; 75% no perfil intermediário e 0% no perfil negativo.

4.6.1 Relatos dos estudantes frente às questões sobre estresse

Questão M: Você está satisfeito com seu corpo?

“Não, o principal problema são as redes sociais que estipulam um padrão de beleza corporal, estereótipos, photoshop e cirurgia, aí a pessoa magra, alta, toda

perfeita perante a mídia aparece e recebe muitos elogios e likes, então você entende que pra ser bonita tem que ser assim. No shopping você vê isso acontecendo o tempo todo, e ninguém está dentro desse padrão, por isso ninguém está tão satisfeito. No shopping existem lojas que só possuem numeração 38, não entra, é forçar o padrão colocando tamanhos menores”. (resposta em concordância das alunas 01 e 02)

“Eu não gostava de sair de casa por conta disso, pelo padrão de beleza imposto, hoje não mais, minha autoestima melhorou um pouco.” (aluna 02)

“A mulher tem que ter um corpo de tal forma perante a sociedade, é implantado muito isso. Então se preocupam mais, o motivo de fazer atividade física e alimentação melhor seria mais por beleza do que por saúde, porque a sociedade impõe, e em homem não é tanto imposto isso, é menor”. (aluno 03)

Questão N: Seus pais não cobram exageradamente resultados escolares?

“Às vezes, devido a frustração pessoal, acontece que eles não conseguem a vida que eles queriam e descontam na vida dos filhos, coloca na vida do filho”. (aluna 01)

“Projetam por conta das frustrações outras vezes para ver o filho bem, crescendo na vida, sendo alguém”. (aluna 02)

Questão O: Imaginar como será seu futuro não é uma tarefa preocupante?

Já está muito bom, final do terceiro ano do Ensino Médio, e a grande maioria já tem um plano, alguma coisa. Todos possuem uma ideia do futuro e isso reduz o estresse e a preocupação. (Ao ser relatado essa resposta, os (as) demais estudantes concordaram com a resposta).

Diante das respostas, é notório que os (as) estudantes foram estimulados a refletir e compreender o processo de construção cultural do padrão de beleza

instaurado no país e propagado pela mídia. Essa reflexão se dá por meio do processo ensino aprendizagem dentro da escola, tanto na disciplina de Educação Física quanto na disciplina de sociologia, fato extremamente importante para a construção e desenvolvimento de jovens críticos com vozes ativas na sociedade atual.

Embora as aulas tenham sido fator preponderante para a criticidade dos estudantes, as falas denotam preocupação em estar dentro dos padrões pré-estabelecidos pela sociedade, demonstrando insatisfação corporal, principalmente entre as meninas, fazendo com que sua autoestima seja prejudicada. Isso acaba alimentando possíveis danos e transtornos psicológicos, o que faz com que os adolescentes busquem alternativas inseguras e diversas para estarem dentro do padrão de beleza ou se esconderem dele. Bittencourt (2013) afirma que ao se diagnosticarem fora do padrão de beleza os adolescentes passam por conflitos com sua própria identidade, optando, às vezes, por mudar suas próprias características. De acordo com Silva *et al.* (2015), torna-se fundamental o papel dos professores de Educação Física, também, na problematização e discussão destes aspectos, como parte do processo formativo.

Portanto, é função da Educação Física Escolar fazer com que o (a) aluno (a), adquira subsídios sobre a cultura da beleza do corpo, sabendo se posicionar criticamente entre a diferenciação do corpo “ideal” e o corpo real, a partir de conversas, discussões, estudos de casos, leituras e podendo até mesmo, utilizar da própria imagem corporal e seus significados.

5. Abordagem da temática saúde no Ensino Médio sob a ótica dos (as) docentes

A abordagem da temática saúde no Ensino Médio, sob a ótica dos docentes, é um assunto amplamente discutido na literatura acadêmica, contudo muitos estudos dão enfoque à temática saúde estritamente no seu contexto físico/biológico.

[...] estudos em que são abordadas questões pertinentes à Saúde na Educação Física Escolar despontaram no meio científico, entretanto, observa-se que pesquisadores têm se utilizado do ambiente escolar prioritariamente para levantamento de dados, privilegiando resultados antropométricos, apresentando índices de obesidade e doenças associadas cada vez mais alarmantes. (Azambuja, 2018, p.16).

Nessa perspectiva, Azambuja (2018), recorda que trabalhos que desenvolvem a temática saúde no ambiente escolar em sua ampla gama ainda são embrionários, mas crescentes e importantes para a compreensão de determinantes sociais e desenvolvimento de ações capazes de estimular a consciência crítica e autônoma, influenciando positivamente o estilo de vida e de várias outras decisões condicionantes à saúde.

Diante do exposto, é indispensável que tenhamos cada vez mais estudos sobre a temática, para além do aspecto biológico, direcionados também para o aspecto sociocultural, ambiental, psicológicos, dentre tantos outros componentes importantes, de modo a possibilitar os professores a desenvolver um melhor trabalho em sala de aula, pautado na ciência e pesquisa.

Obviamente, portanto, buscamos compreender junto aos professores como a abordagem sobre a saúde tem sido tratada no chão da escola, em algumas escolas estaduais da cidade de Franca, cujo os participantes esclareceram algumas indagações a respeito de sua formação, abordagens e formações continuadas no que concerne a temática saúde no Ensino Médio.

Para tanto, foi aplicado um questionário a 07 professores da disciplina de Educação Física, atuantes no Ensino Médio, pertencentes a Secretaria Estadual da Educação de São Paulo, da diretoria de Franca - SP.

Um perfil dos professores integrantes da pesquisa é apresentado no quadro 01, no qual, para preservar a identidade dos professores, atribuímos a designação “Docente” seguida de um número, o qual corresponde à ordem de respostas analisadas.

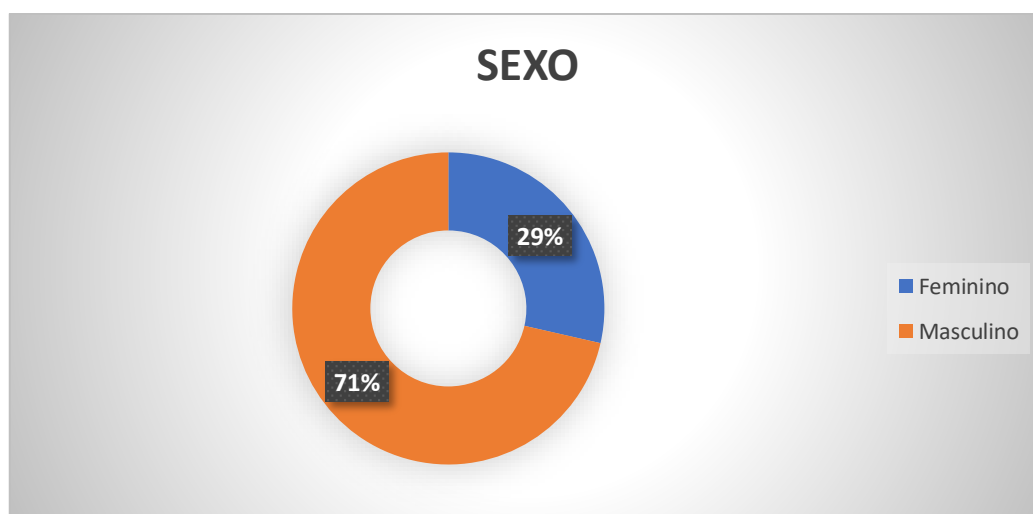
Quadro 01: Perfil dos professores integrantes na pesquisa.

Docentes	Sexo	Tempo de graduação em anos	Tempo em anos atuando no ensino médio	Formação continuada na temática saúde oferecida pela SEE e fora dela	Séries em que atua
Docente 01	M	17	16	Nunca participou de formações com essa temática	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Docente 02	F	23	19	Participou de vários pela SEE e pelo sistema S.	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Docente 03	M	28	20	Participou, mas nunca pela SEE	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Docente 04	M	15	3	Nunca participou alega que a SEE nunca ofertou	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Docente 05	M	16	15	Nunca participou	1 ^a e 2 ^a
Docente 06	M	32	32	Nulidade	1 ^a , 2 ^a e 3 ^a
Docente 07	F	20	16	Já participou, porém, nunca pela SEE, alega que a SEE nunca ofertou cursos sobre a temática saúde.	1 ^a e 2 ^a

M – Masculino; F- Feminino; SEE- Secretaria do Estado da Educação de São Paulo.

Fonte: Elaborado pela própria autora

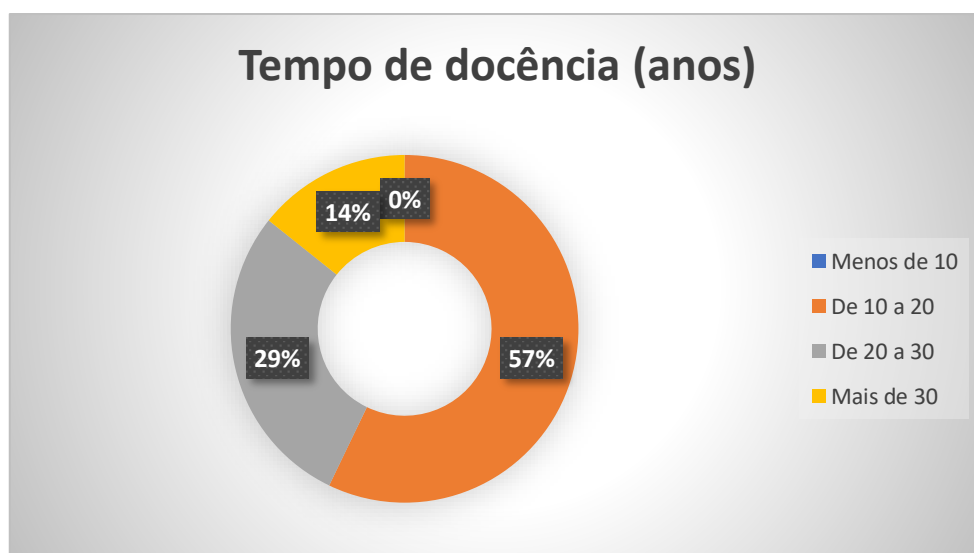
Dentre os (as) professores (as) participantes, 5 eram do sexo masculino e apenas duas do sexo feminino, conforme é mostrado abaixo no gráfico 12.

Gráfico 12: Perfil dos professores (as) participantes quanto ao sexo

Fonte: Elaborado pela autora

Quanto ao tempo de formação dos docentes, cujos dados são apresentados no gráfico 13, é possível notar que todos (as) os (as) professores (as) possuem mais de uma década de graduação e que a maioria possui de 10 a 20 anos.

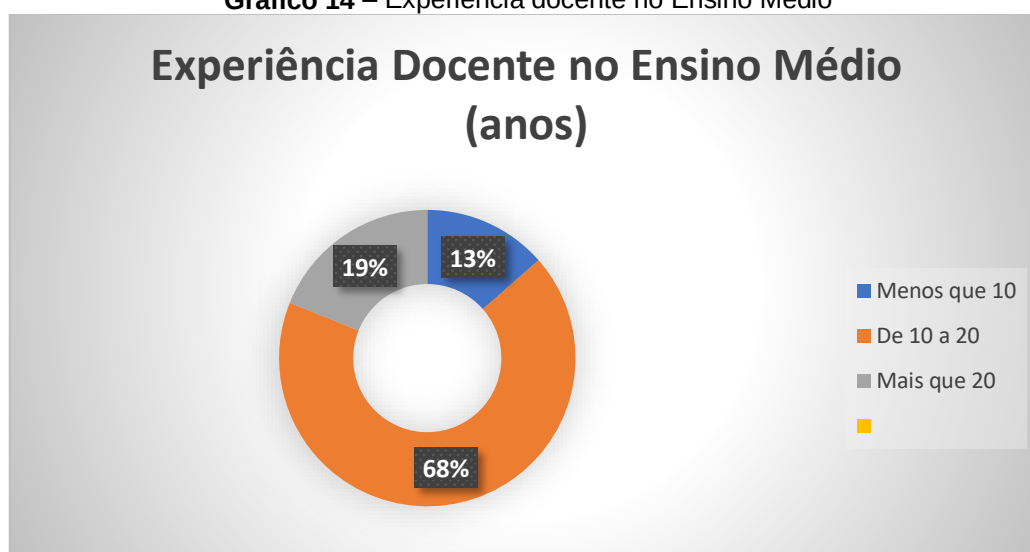
Gráfico 13 - Tempo de docência em anos



Fonte: Elaborado pela autora

Em relação ao tempo em que atuam no Ensino Médio, também é possível evidenciar que a maioria dos docentes possui ampla experiência com o Ensino Médio, fato que é representado no gráfico 14.

Gráfico 14 – Experiência docente no Ensino Médio



Fonte: Elaborado pela autora

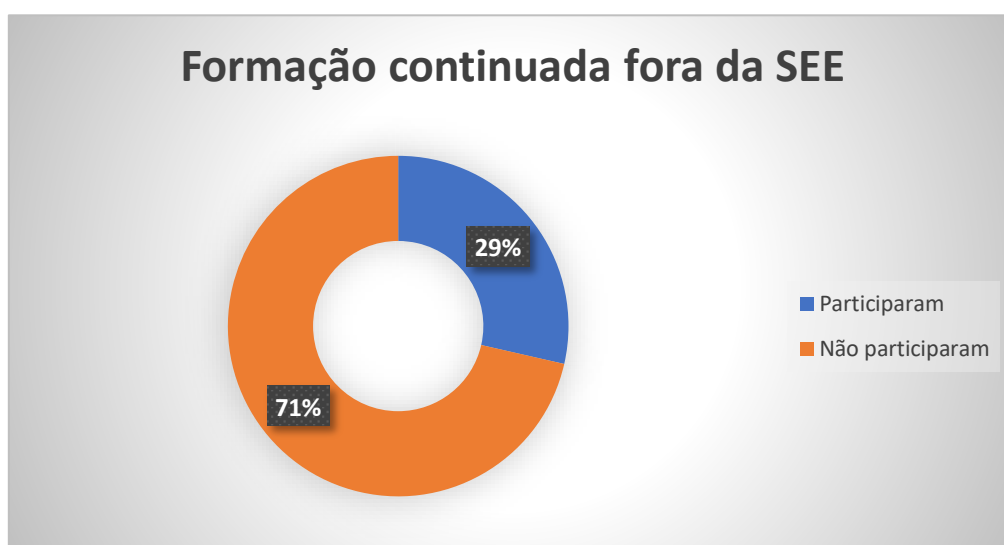
Quanto à formação continuada sobre a temática saúde ofertada pela Secretaria da Educação de São Paulo, cujos dados estão explicitados no gráfico 15, apenas 01 docente respondeu que obteve tal formação, enquanto os demais desconhecem que houve oferta dessa temática para os docentes da rede.

Gráfico 15 – Formação continuada ofertada pela SEE



Fonte: Elaborado pela autora

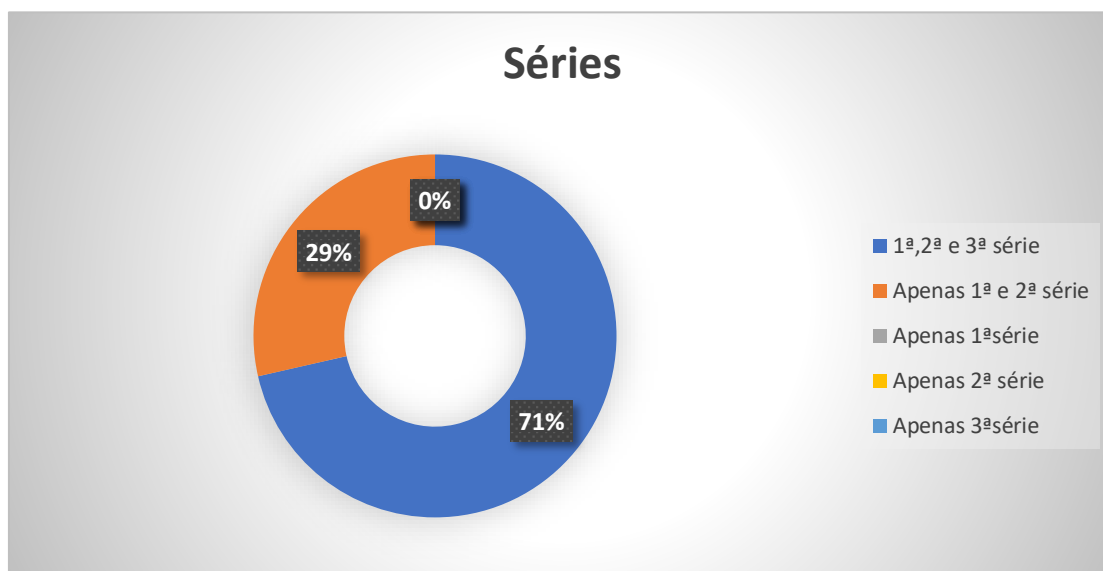
Gráfico 16- Formação continuada por outros meios



Fonte: Elaborado pela autora

Conforme descrito no gráfico 17, os professores participantes da pesquisa em sua maioria ministram aulas na 1ª, 2ª e 3ª série do Ensino Médio, enquanto apenas 02 docentes não atuam com a 3ª série do Ensino Médio.

Gráfico 17- Séries do Ensino Médio em que os docentes ministram aulas



Fonte: Elaborado pela autora

Foi perguntado aos professores participantes qual o seu entendimento sobre saúde e suas respostas estão compiladas no Quadro 2.

Quadro 2

Docentes	O que você, professor (a), considera como “saúde”?
Docente 01	Saúde é a condição de que o indivíduo tenha todas as capacidades físicas, mentais e relações pessoais em perfeito estado.
Docente 02	Abordar o tema saúde na escola é fundamental para melhorar a qualidade de vida dos alunos e da comunidade em geral e conscientizar sobre a necessidade de uma vida saudável. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, podemos definir saúde como uma situação de perfeito bem-estar físico, mental e social. Isso quer dizer que uma pessoa saudável não é apenas aquela que não possui doenças, mas aquela que está bem consigo mesma em todos os aspectos e falo para meus alunos que, saúde é uma realidade difícil de ser atingida, uma vez que o completo bem-estar depende de vários fatores, tais como condições socioeconômicas e equilíbrio neuropsíquico. É um assunto que rende boas conversas.
Docente 03	Indivíduo saudável, não apresente nenhuma patologia congênita ou adquirida.

Docente 04	Algo imprescindível para a qualidade de vida.
Docente 05	Práticas físicas e alimentação saudável diárias, fortalecendo sua saúde física e mental
Docente 06	Saúde é a ausência de doenças, o completo equilíbrio e bem-estar físico, mental e social.
Docente 07	Saúde é buscar qualidade de vida, somando disposições físicas, mentais e sociais.

Fonte: Elaborado pela autora

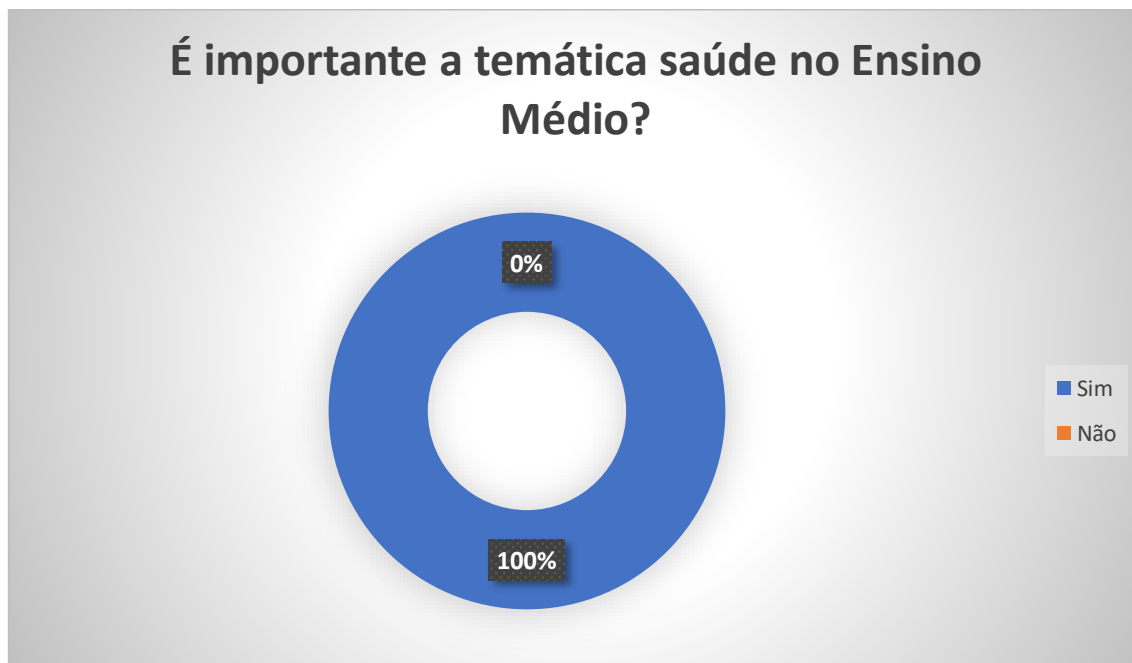
Ao analisarmos as respostas dos (as) professores (as) sobre o que consideram como sendo saúde, observa-se que a maioria associa diretamente essa condição ao conceito de qualidade de vida. No entanto, é importante ressaltar que esses docentes enfrentam dificuldades em elaborar uma descrição mais precisa dessa relação entre saúde e qualidade de vida, assim como não abordam adequadamente o aspecto do bem-estar. Nota-se também, em duas respostas, que os docentes ainda consideram saúde como ausência de patologia, e isso sugere a necessidade de um maior aprofundamento e reflexão por parte destes profissionais no entendimento e promoção de uma visão mais abrangente da saúde, que inclua não apenas a ausência de doenças, mas também o bem-estar físico, mental e social dos indivíduos.

Contudo, é importante ressaltar que conceituar saúde não é uma tarefa fácil, conforme destaca Azambuja (2018), pois ao refletir sobre tal conceito, compreende-se que não é tão simples assim, devido à quantidade de variáveis envolvidas e a subjetividade que elas representam para os indivíduos, além de reflexões mutáveis e dinâmicas, as quais são constituídas ao longo da história da humanidade.

Mediante a pergunta "Você considera importante que a Educação Física Escolar aborde o tema 'Saúde' no Ensino Médio?", houve unanimidade entre os professores em afirmar que sim, conforme apresentado no gráfico 18, o que não é surpreendente, considerando que a Educação Física apresenta uma forte ligação histórica com a saúde, e o reconhecimento da importância da atividade física para o bem-estar físico e mental são fatores que moldaram a Educação Física. Portanto, é compreensível que seja amplamente reconhecido como

relevante que a disciplina aborde o tema da saúde durante o Ensino Médio, uma vez que isso contribui para uma formação integral dos estudantes.

Gráfico 18- A importância do tema saúde no Ensino Médio



Fonte: Elaborado pela autora

Também foi perguntado aos docentes por quais motivos deve-se trabalhar a temática saúde na Educação Física do Ensino Médio, os quais podemos visualizar no quadro 3 abaixo.

Quadro 3

Docentes	Questão: por que considera importante trabalhar o tema “Saúde” em suas aulas?
Docente 01	Faz parte de um trabalho educacional para desenvolver a inteligência existencial, objetivando que o aluno entenda que para se ter saúde é necessário atuar nas várias vertentes do ser humano.
Docente 02	É fundamental que a saúde seja abordada em sala de aula. Ensinar aos alunos noções básicas de higiene, estimulá-los a trabalhar o corpo e a mente e fornecer conhecimento sobre as várias doenças que atingem os seres humanos é uma forma de conscientizar o alunado e de melhorar a qualidade de vida de toda comunidade pois quando o assunto é contextualizado do a vida real, toda comunidade aprende.

Docente 03	Qualidade de vida.
Docente 04	Acredito que ajuda na conscientização da qualidade de vida. Mostrar as várias práticas de atividade física para melhoria da saúde. Além é claro das doenças que podem ocorrer no caso da não prática de atividades físicas.
Docente 05	São informações necessárias aos alunos, que muitas vezes passam despercebidas no dia a dia.
Docente 06	Para conscientizar os alunos sobre este tema boas práticas alimentares, descanso, treinamento.
Docente 07	Orientar os alunos da importância de encontrar qualidade de vida e como buscar isso no cotidiano, o "saber fazer"; mostrar não apenas os benefícios dos exercícios físicos, mas também hábitos alimentares saudáveis, técnicas de relaxamento, métodos para alcançar uma vida equilibrada fisicamente e mentalmente.

Fonte: Elaborado pela autora

No tocante ao Currículo Paulista, mais especificamente quanto à abordagem da temática sobre saúde, os professores mostraram-se bastante positivos quanto à sua utilização nas aulas, cujas respostas são apresentadas no quadro 4.

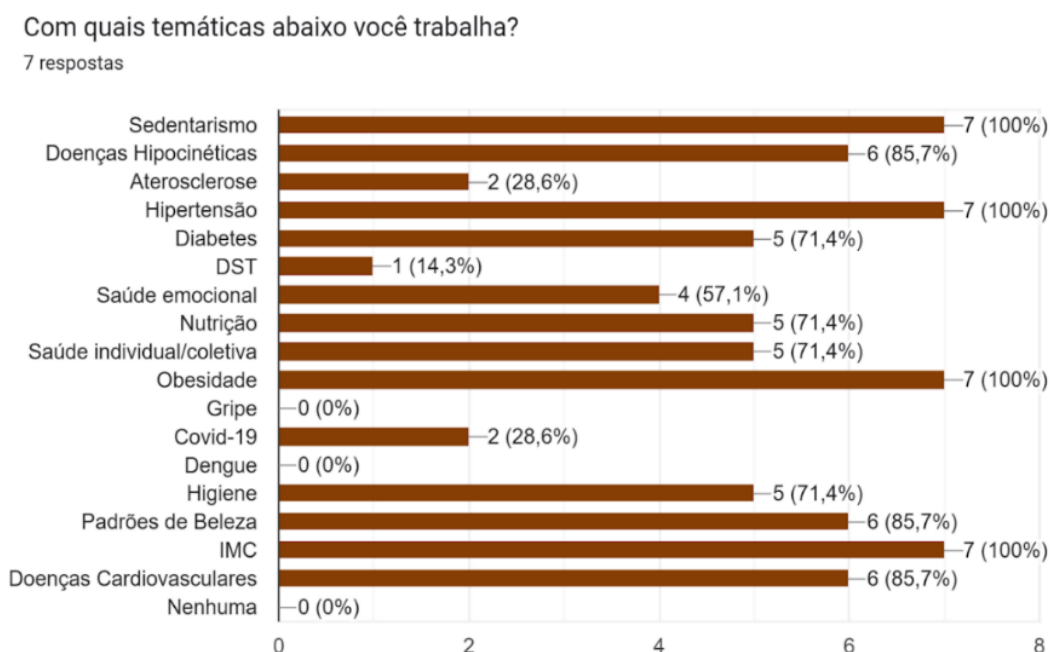
Quadro 4

Docente	Questão: Você segue as temáticas indicadas sobre o tema “Saúde” do Currículo Paulista?
Docente 01	Sim. Tento trabalhar sempre fazendo adaptações necessárias.
Docente 02	Claro
Docente 03	Dentro do que é possível e que realmente traz benefícios direcionados a saúde.
Docente 04	Para o Ensino Médio sempre utilizei!
Docente 05	Sim
Docente 06	Sim corpo saúde e beleza
Docente 07	Sim.

Fonte: Elaborado pela autora

Em relação às temáticas trabalhadas pelos professores, descritas no Gráfico 19, a grande maioria aborda pelo menos 11 dos 17 temas apresentados na pesquisa, o que é muito significativo, pois representa uma porcentagem superior a 50% das opções disponíveis.

Gráfico 19- Temáticas trabalhadas



Fonte: Elaborado pela autora

Essa diversidade de temas trabalhados é motivo de satisfação, pois demonstra que os (as) professores (as) não se limitam apenas ao aspecto físico e biológico da saúde, mas contemplam uma diversidade de variáveis relacionadas a ela. Isso indica que estão promovendo uma abordagem mais abrangente e holística da saúde, considerando aspectos como alimentação saudável, atividade física, saúde mental, prevenção de doenças, entre outros. Essa ampla gama de temas abordados contribui para uma educação mais completa e abrangente, permitindo que os alunos compreendam a importância de cuidar de sua saúde de maneira integral. Portanto, os dados apresentam um distanciamento positivo da abordagem pedagógica, a qual se concentrava exclusivamente no aspecto físico e biológico dos indivíduos.

Por outro lado, considera-se alarmante e causa estranheza o fato de nenhum docente abordar questões relacionadas à gripe e à dengue em suas aulas, considerando a relevância e impacto dessas doenças na saúde pública,

especialmente em determinadas regiões ou épocas do ano. Somado a isso, é também preocupante a ocorrência de que apenas um (a) professor (a) entre os sete relatou abordar as Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) em suas aulas. Considerando que o público-alvo são jovens do ensino médio, essa temática é de extrema relevância, pois os jovens estão em uma fase em que podem iniciar sua vida sexual e estão mais expostos a riscos de contrair IST. A Educação Física Escolar, com o apoio da interdisciplinaridade pode apoiar a temática de forma expressiva e garantir um papel fundamental na promoção de comportamentos saudáveis e responsáveis. É essencial que os professores reconheçam a importância de abordar as IST em suas aulas, fornecendo informações corretas, atualizadas e relevantes aos jovens.

Outro dado interessante e inquietante, se não curioso, é o fato de que apenas dois docentes relataram trabalhar com a temática aterosclerose, ora, sabe-se que é uma doença que acomete o sistema cardiovascular. Por outro lado, seis dos (as) sete professores (as) disseram trabalhar com a temática doenças cardiovasculares. Esses dados analíticos indicam a existência de uma lacuna importantíssima que merece atenção. Embora as doenças cardiovasculares englobem um espectro mais amplo de condições, incluindo a aterosclerose, é preocupante que a temática específica da aterosclerose não esteja sendo abordada pela maioria dos (as) docentes. A aterosclerose é uma doença crônica que pode ter graves consequências para a saúde, como ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais. É essencial que os alunos recebam informações sobre os fatores de risco, prevenção e manejo da aterosclerose desde cedo, a fim de promover a saúde cardiovascular e reduzir a incidência dessas condições. A falta de abordagem específica da aterosclerose indica a necessidade de uma maior sensibilização e capacitação dos professores nessa área, para que possam fornecer uma educação mais abrangente e precisa sobre doenças cardiovasculares aos estudantes.

Ainda sobre as temáticas, os participantes da pesquisa revelaram se trabalhavam com alguma outra temática que não havia sido elencada nas opções de respostas. Apenas dois participantes disseram trabalhar com temas não apresentados, a saber: Anabolizantes e práticas preventivas, conforme descrito no Gráfico 20.

Gráfico 20 – Temáticas não elencadas

Fonte: Elaborado pela autora

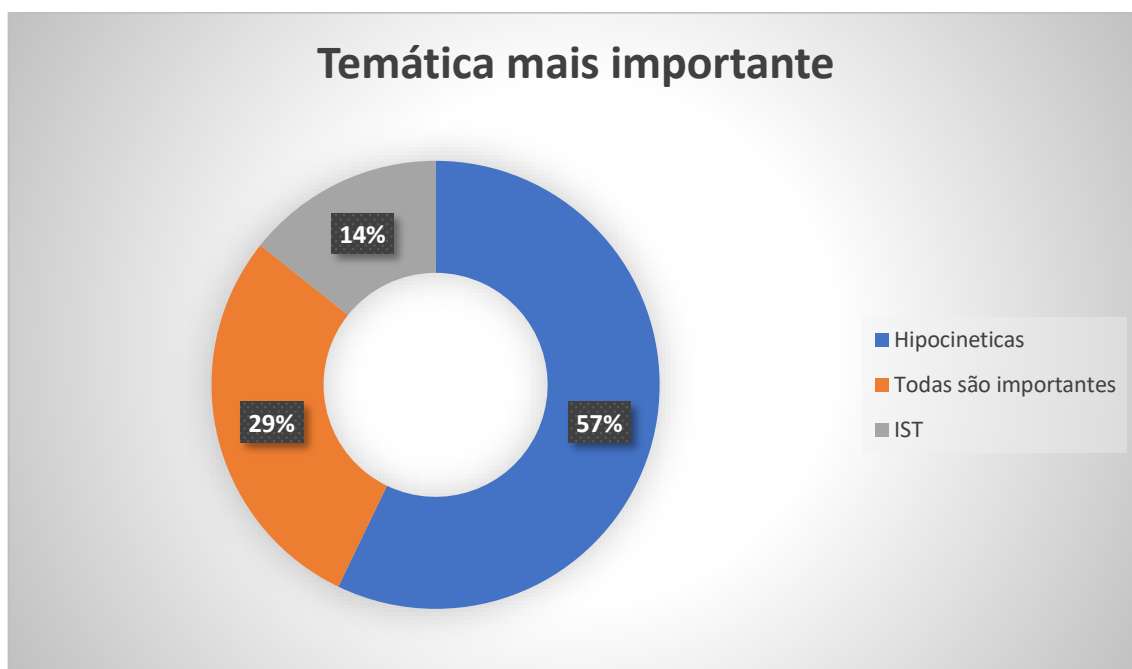
O tema dos anabolizantes é particularmente relevante, considerando os potenciais riscos à saúde e os problemas associados ao uso dessas substâncias na busca por resultados estéticos ou melhor desempenho físico. Porém, ao se fazer a leitura das respostas, pode ser que a temática dos anabolizantes esteja sendo abordada de forma integrada ao tema mais amplo de corpo, saúde e beleza, pois dentro desse contexto, existe um leque de possibilidades e integrando o uso indiscriminado de anabolizantes para fins estéticos.

Portanto, embora a temática dos anabolizantes não tenha sido listada separadamente nas opções da pesquisa, é possível que esteja sendo abordada dentro do contexto mais amplo do corpo, saúde e beleza. Nesse sentido, é importante que os professores reforcem os aspectos educativos e preventivos, informando os alunos sobre os riscos associados ao uso de anabolizantes, promovendo reflexões críticas para tal fenômeno.

Por fim, a inclusão desses temas adicionais pelos participantes da pesquisa demonstra a preocupação dos professores em abordar assuntos relevantes e atuais, indo além das opções predefinidas. Essa abordagem mais abrangente pode enriquecer o aprendizado dos alunos, fornecendo-lhes conhecimentos, reflexões e habilidades essenciais para uma vida saudável e bem-informada.

Buscando identificar quais as temáticas mais importantes a serem abordadas nas aulas, a maioria dos (as) professores (as) manifestou que as doenças hipocinéticas são as mais importantes, representando 57% dos participantes, enquanto 29% consideram que não existe uma temática mais importante que a outra, pois todas se complementam (Gráfico 21).

Gráfico 21- Temática mais importante



Fonte: Elaborado pela autora

Essa perspectiva ressalta a interdependência e a importância de abordar uma variedade de temas relacionados à saúde de forma integrada, reconhecendo que cada um contribui para uma visão abrangente do bem-estar dos alunos. Além disso, 14% dos participantes consideraram a temática das Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) como a mais importante. Esses resultados refletem a diversidade de perspectivas entre os professores, ressaltando a importância de abordar diferentes temáticas de saúde para uma educação integral dos alunos. Cada uma dessas temáticas possui seu próprio impacto na saúde e bem-estar dos estudantes, e é essencial que os (as) docentes considerem essas questões em seu planejamento curricular para fornecer uma educação abrangente e significativa.

Por fim, os (as) participantes foram questionados (as) sobre a contribuição da Educação Física para a promoção da saúde e suas respostas estão agrupadas no quadro 5.

Quadro 5

Docentes	Para você, a Educação Física Escolar do Ensino Médio pode contribuir de maneira significativa para a promoção de saúde? Explique sua resposta.
Docente 01	Creio que sim. Pois um estudante consciente pode redirecionar suas ações bem como pode identificar na comunidade algumas doenças e ajudar no tratamento.
Docente 02	Orientando os alunos para uma alimentação saudável; estimulando a prática de atividades físicas; promovendo atividades que ajudem nas relações interpessoais; evitando que os alunos se exponham a situações que possam afetar sua saúde; ajudando os alunos a identificar situações de risco; a conscientização sobre a necessidade de uma vida saudável; estimulando atitudes de promoção da saúde.
Docente 03	Sim, além da qualidade de vida, analisar os fatores de risco para a saúde, tornando indivíduos mais ativos em sua longevidade.
Docente 04	Sim, pois é a idade que eles conseguem compreender melhor todo o sentido da promoção da saúde além de iniciar o processo da prática de atividades físicas regulares.
Docente 05	Sim, através das informações adquiridas pelos alunos podemos incentivá-los a ter hábitos de vida saudáveis
Docente 06	Sim principalmente as boas práticas, a prevenção, a conscientização, e alimentação.
Docente 07	Sim, orientar os alunos em como alcançar a qualidade de vida.

Fonte: Elaborado pela autora

Como podemos observar, os (as) docentes afirmaram que a Educação Física Escolar tem o potencial de contribuir de maneira significativa para a promoção da saúde. Esse consenso é um reflexo do reconhecimento do papel fundamental que a disciplina desempenha na formação integral dos estudantes, sendo preservado o elo com a saúde desde a sua etimologia.

Perguntados (as) sobre sentirem-se aptos (as) para abordar o tema "Saúde" em suas aulas, todos (as) os (as) participantes afirmaram que sim. Após a análise de todas as informações levantadas junto aos (às) docentes participantes desta pesquisa, é importante reconhecer que ainda existem lacunas a serem preenchidas e desafios a serem enfrentados no que diz respeito à abordagem da temática saúde na Educação Física Escolar.

Questões levantadas anteriormente, como a falta de abordagem sobre aterosclerose, gripe, dengue e Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST),

evidenciam a necessidade de uma ampliação e aprofundamento dos conteúdos abordados nessa disciplina. É fundamental que os docentes estejam cientes dessas lacunas e busquem constantemente atualizar seus conhecimentos e práticas para oferecer aos alunos uma educação mais abrangente e completa.

Além disso, a referência à ruptura na formação continuada dos professores aponta para a importância de programas de desenvolvimento profissional contínuo, que permitam aos docentes se manterem atualizados e aprimorem suas habilidades na abordagem de temas relacionados à saúde.

Faz-se importante, portanto, questionar sobre a abordagem da saúde na formação inicial desses professores e sobre a importância de uma formação continuada adequada para abordar aspectos relevantes relacionados à saúde no contexto da Educação Física Escolar.

A capacitação de professores contribui para a melhora da práxis pedagógica, levando os (as) docentes a refletir sobre sua didática, metodologia além de promover conhecimento atualizado, fato que pode garantir o desenvolvimento e aprendizagem efetiva para os estudantes, promovendo uma educação de qualidade a qual pode e deve contribuir para a promoção de saúde. Segundo Soares,

[...] a formação de professores deve caminhar no sentido de contribuir com as discussões, reflexões e práticas dos professores de Educação Física no contexto escolar, com o intuito de promover o conhecimento através de uma formação continuada e, assim, trazer luz às discussões atuais sobre a temática, um foco voltado para a compreensão desse processo formativo como essencial para ampliar a visão sobre a Educação Física. (Soares *et al.*, 2022, p.03)

Evidenciamos que vários professores participantes da pesquisa tiveram formação inicial tida por Darido (1995) e Betti (1996) como tradicional esportivo e o científico, ambos ligados a aspectos físicos e biológicos, vinculados ao desempenho humano, em face disso, percebe-se a necessidade de atualização em seus currículos.

Por outro lado, Pereira e Corrêa (2022), destacam a necessidade de os professores estarem atualizados sobre as temáticas relacionadas à saúde, uma vez que a disciplina pode contribuir significativamente para a formação integral dos alunos, abordando aspectos físicos, psicológicos e sociais.

Além disso, é imprescindível que o professor de EF esteja preparado e atualizado quanto ao conceito multifatorial da saúde, à sua dimensão social e, portanto, coletiva, para que tenha condições de ampliar a relação de compromisso da EF com as concepções de educação para a saúde. Essas implicações fazem surgir também a necessidade de uma mudança na formação de professores de EF, inserindo novos conceitos e quebrando certos paradigmas hegemônicos, como o biologicista e o da esportivização, que ainda imperam no currículo dos cursos de graduação. (Pereira; Corrêa, 2022, p. 175).

Ainda que a formação continuada seja essencial para o desenvolvimento profissional e aprimoramento das habilidades dos educadores, é preocupante constatar a ausência de programas de formação específicos em saúde para os professores de Educação Física na rede pública estadual de São Paulo (SEE-SP). Esta falta de investimento na capacitação dos docentes em relação a questões de saúde compromete não apenas a qualidade do ensino, mas também a segurança, bem-estar e qualidade de vida dos estudantes. Ademais, sem conhecimento atualizado, os (as) docentes podem transmitir informações incorretas ou desatualizadas aos alunos, o que pode ter consequências negativas para sua saúde e bem-estar.

A formação continuada não deve ser vista como um luxo, mas como um investimento necessário na qualidade do ensino e na formação integral dos estudantes. Os professores de Educação Física desempenham um papel crucial na promoção da saúde nas escolas, e é fundamental que estejam bem preparados para enfrentar os desafios e demandas dessa área. Para preencher essa lacuna, é imprescindível que a SEE-SP estabeleça programas de formação continuada em saúde, específicos para os professores de Educação Física, de forma coordenada, teórico/prático. Além disso, a SEE-SP poderia buscar parcerias com instituições de ensino superior, órgãos de saúde e especialistas na área para oferecer cursos, palestras e workshops que capacitem os docentes. A disponibilização de recursos e materiais atualizados também é fundamental para que os professores tenham acesso a informações confiáveis e embasadas cientificamente.

A Educação Física Escolar ao trabalhar a temática saúde reconhece a importância de se tentar promover um estilo de vida saudável, pensando no bem-estar e qualidade de vida dos estudantes. Ao compreender a relação entre exercício físico, atividade física, alimentação equilibrada, bem-estar emocional,

prevenção de doenças e riscos, os estudantes são influenciados a adotar hábitos saudáveis desde cedo, fato que pode propiciar impactos positivos em sua qualidade de vida a longo prazo.

Por fim, Azambuja faz referência a Oliveira, segundo o qual,

A Saúde na escola, especificamente, a partir da Educação Física Escolar, é uma perspectiva que se coloca promissora (Oliveira, 2014), podendo contribuir pedagogicamente com os escolares na construção de competências relevantes para a Saúde. (Oliveira, 2014, Apud Azambuja, 2018, p.16).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Relembramos que esta pesquisa teve por objetivo investigar e analisar a aplicabilidade do tema saúde na Educação Física do Ensino Médio, compreendendo a percepção dos docentes e estudantes. Diante dos resultados encontrados, podemos concluir que o acompanhamento do Perfil do Estilo de Vida dos escolares e a abordagem da temática saúde sob a ótica dos docentes são elementos essenciais para promover uma educação de qualidade, voltada para a promoção da saúde e do bem-estar dos estudantes.

A análise das respostas orais dos estudantes revela a influência da mídia e do ambiente no consumo alimentar, o que representa riscos para sua saúde. Além disso, os adolescentes constituem um grupo nutricional mente vulnerável, e é fundamental que recebam informações sobre alimentação e nutrição, bem como monitoramento adequado do consumo alimentar, dentro da escola, tendo a Educação Física Escolar um papel transformador diante da problemática.

A atividade física, por sua vez, desempenha um papel crucial na vida dos adolescentes, tanto dentro quanto fora da escola. A disciplina de Educação Física Escolar oferece uma oportunidade valiosa para os estudantes desenvolverem vivências físicas, psicossociais e cognitivas, além de aprenderem sobre a importância da saúde e estilo de vida de forma abrangente. Portanto, redução das aulas de educação física no ensino médio compromete a área, ameaçando a cultura corporal de movimento. Transformar essa disciplina em itinerários formativos na segunda série do Ensino Médio é uma afronta à comunidade acadêmica e à trajetória da Educação Física.

Os (as) docentes devem promover a prática regular de atividade física como fator preventivo de diversas doenças, destacando sua influência nos fatores modificáveis do estilo de vida.

Inquestionavelmente os (as) professores precisam resistir à atual e absurda redução da carga horária da disciplina de Educação Física no Ensino Médio.

Quanto à atuação docente, é importante que os professores estejam preparados e atualizados para abordar questões relacionadas à saúde, buscando uma formação continuada que os capacite neste aspecto. Dessa forma, é fundamental que essa formação vá além do enfoque tradicionalmente direcionado apenas ao aspecto biológico, técnico e físico do sujeito. A formação continuada dos docentes revela-se crucial para aprimorar a práxis pedagógica e promover uma abordagem crítica e reflexiva sobre a temática da saúde. Os professores também devem mostrar interesse em buscar formações contínuas e não esperar por tudo de forma passiva, pois é essencial dar continuidade ao seu desenvolvimento profissional.

Para tanto, é necessário enfatizar a importância de mudar o atual cenário, no qual a falta de incentivo à formação sobre saúde por parte da Secretaria da Educação bem como a passividade ou falta de interesse dos professores, tem sido constatada. Essa formação deve abordar a problematização dos padrões de beleza impostos pela sociedade, a promoção de hábitos saudáveis, a conscientização sobre os riscos do consumo alimentar influenciado pela mídia, comportamentos preventivos, controle de estresse e a valorização da atividade física como componente essencial para uma vida equilibrada. É fundamental que a Secretaria da Educação adote medidas efetivas para suprir essa carência de formação, a fim de capacitar os docentes a desempenharem um papel ativo na promoção da saúde e no desenvolvimento integral dos estudantes.

Os resultados da pesquisa demonstram que os estudantes estão receptivos e conscientes sobre comportamentos preventivos, o que evidencia a importância das aulas de Educação Física Escolar e de atividades que abordem a temática da saúde. No entanto, ainda há desafios a serem superados, como a pressão para se adequar a padrões estéticos e a insatisfação corporal, principalmente entre as meninas.

Portanto, é necessário que a Educação Física Escolar, em parceria com outras disciplinas e familiares, proporcione uma educação voltada para contribuir com a promoção da saúde, capacitando os estudantes a fazer escolhas informadas e desenvolver uma relação saudável com seu corpo.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA IBGE NOTÍCIAS. PNS. **Um em cada quatro adultos do país estava obeso em 2019**; Atenção Primária foi bem avaliada. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/29204-um-em-cada-quatro-adultos-do-pais-estava-obeso-em-2019>. Acesso em: 25 mar. 2021.

AGOSTINHO, João Neto; DUTRA, Maria Carolina Gonçalves; Vasconcelos, Gabriela Silva de; PINTO, Antônio Germane Alves; SOUSA, Maria do socorro de. **Aspectos Históricos das Fases da Educação Física no Brasil e Reflexões sobre a Relação com o Tema Saúde**.

ALVES, Mariane de Almeida; SOUZA, Amanda de Moura; BARUFALDI, Laura Augusta; TAVARES, Bruno Mendes; BLOCH, Katia Vergetti; VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. **Padrões alimentares de adolescentes brasileiros por regiões geográficas: análise do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA)**. Cad Saúde Pública 2019; 35:e00153818.

ALVES, Ubiratan Silva. Não ao sedentarismo, sim à saúde: contribuições da Educação Física escolar e dos esportes. **O Mundo da Saúde**, v. 31, n. 4, p. 464-469, 1 out. 2007. Disponível em: <https://revistamundodasaude.emnuvens.com.br/mundodasaude/article/view/861/799>.

ARAÚJO, Rafael André; BRITO, Ahécio Kleber Araujo.; SILVA, Francisco Martins. O papel da Educação Física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, Taguatinga, DF, v.4, n.2, p.1-9, 2010.

ATAÍDE, Afonso. O sedentarismo e a obesidade: uma proposta de discussão para o entendimento das consequências do estilo de vida sedentário em alunos na fase adolescente. **Cadernos PDE**. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor. Paraná, artigos v. 1, 2014.

AZAMBUJA, Ana Paula de Oliveira. **A Questão da Saúde na Educação Física escolar: Reflexões Sobre as Perspectivas de Professores**. 2018. 172 f. (Tese Doutorado) -Universidade Estadual Paulista. Faculdade de Ciências, Bauru, 2018.

AZAMBUJA, Cati Reckelberg. **Papel da Educação Física: tema transversal em Saúde**. 2014. 170 f. (Tese Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

AZEVEDO, Kesley Pablo Moraes de; SANTOS, Isis Kelly dos; ANDRADE, Epaminondas Carlos de; PINTO, Rianne Soares; SEGUNDO, Victor Hugo de Oliveira; KNACKFUSS, Maria Irany; MEDEIROS, Humberto Jefferson de.

Comportamentos de risco à saúde em escolares. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 17-22, 2015.

BARBANTI, Valdir José. **Aptidão física: um convite à saúde**. São Paulo: Manole Dois, 1990.

BRACHT, Valter; PIRES, Rosely; GARCIA, Sabrina Polony; SOFISTE, Ana Flavia Souza. A prática pedagógica em Educação Física: a mudança a partir da pesquisa-ação. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 23, n. 2, p.9-29, 2007.

BRASIL. Conselho Nacional da Saúde (CNS), **Resolução** – N.º 218, de 6 de Março de 1997. Reconhece a categoria da Educação Física como profissional da Saúde.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/#medio/a-area-de-linguagens-e-suas-tecnologias> . Acesso em: 27 mar. 2021.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Ensino Médio**, 2000, p. 33. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/14_24.pdf. Acesso em: 27 mar. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde, Saúde Brasil, **O que significa ter saúde?** 2020. Disponível em: <https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quero-me-exercitar-mais/o-que-significa-ter-saude>. Acesso em: 27 mar.2021.

BRASIL, Ministério da Saúde, Saúde Brasil, 2019. **Ministério da Saúde orienta alimentação saudável e atividade física para combater a obesidade infantil**. 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2019/11/ministerio-da-saude-orienta-alimentacao-saudavel-e-atividade-fisica-para-combater-a-obesidade-infantil>. Acesso em: 26 mar. 2021.

BERTOLI, Carlos Henrique; PAIVA, Heres Faria Ferreira Becker. A importância da atividade física no contexto escolar e seus benefícios à saúde. **O professor pde e os desafios da escola pública paranaense**. v1, 1-22, 2010.

BIASOLI-ALVES, Zélia Maria Mendes. **Pesquisando e intervindo com famílias de camadas sociais deversificadas. Pesquisando a família: olhares contemporâneos**. Tradução. Florianópolis: Papa-Livro, 2004.

BITTENCOURT, Liliane de Jesus. **Padrões de beleza e transtornos do comportamento alimentar em mulheres negras de salvador / bahia**. 2013. 202 f. (Tese Doutorado) - Curso de Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2013.

BOUCHARD, Claude. **Atividade física e obesidade**. São Paulo: Manole, 2003.

CARVALHO, Natécia Alves. **Abordagem pedagógica de temáticas da saúde nas aulas de educação física escolar**. 2012. 159 f.. (Dissertação de Mestrado). Escola Superior de Educação Física, Universidade de Pernambuco (UPE), Recife/PE. 2012.

CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil: a história que não se conta**. Campinas: Papirus, 1988.

CÂNDIDO, Cássia Marques; SOMBRA, Fernanda Leocádio Bitencourt; PALMA, Alexandre; ASSIS, Monique Ribeiro de. Educação Física e Mídia: perspectivas docentes sobre a abordagem dos temas corpo e saúde na escola. **Revista Pensar a Prática** . setembro de 2021.

COFFANI, Márcia Cristina Rodrigues da Silva; GRUNENNVLDT, Ana Carrilho Romero; GOMES, Cleomar Ferreira; MOREIRA, Evando Carlos; GRUNENNVLDT, José Tarcisio. Problematizações para uma prática pedagógica inovadora da Educação Física no Ensino Médio. **Revista Corpoconsciência**, 22(3),101-114.Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/7466>. Acesso em: 05 out. 2022.

DADA, Rafaela Pilegi; PRATI, Sérgio Roberto Adriano. **Estilo de Vida em Adolescentes do Ensino Médio**. Disponível em: https://rdu.unicesumar.edu.br/bitstream/123456789/6826/1/rafaela_pilegi_dada.pdf . Acesso em: 03 set. 2023.

DARIDO, Suraya Cristina; RODRIGUES, Ana Carolina Bonfá; NETO, Luiz Sanches. **Saúde, Educação Física escolar e a Produção de Conhecimentos no Brasil**. Disponível em: <https://silo.tips/download/saude-educao-fisica-escolar-e-a-producao-de-conhecimentos-no-brasil>. Acesso em: 03 out. 2021.

DARIDO, Suraya Cristina; GALVÃO, Zenaide; FERREIRA, Lilian Aparecida; FIORIN, Giovanna. Educação Física no Ensino Médio: reflexões e ações. **Motriz**, Rio Claro, v. 5, n. 2, p. 138-145, dez/1999.

DARIDO, Suraya Cristina. Os conteúdos da Educação Física escolar: influências, tendências, dificuldades e possibilidades. **Perspectivas em Educação Física Escolar**, Niterói, v. 2, n. 1, p. 5-25, 2001.

FÁVERO, Antonio Sobrinho. O Aluno não é mais aquele! E agora, professor? A transfiguração histórica dos sujeitos da educação. **Anais do I Seminário Nacional: Currículo em Movimento**. Perspectivas Atuais Belo Horizonte, p.1-18, novembro de 2010.

FERREIRA, Carolina Souza; ANDRADE, Fabíola Bof de. Desigualdades socioeconômicas associadas ao excesso de peso e sedentarismo em adolescentes brasileiros. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**. Disponível em:

<http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/desigualdades-socioeconomicas-associadas-ao-excesso-de-peso-esedentarismo-em-adolescentes-brasileiros/17224?id=17224>. Acesso em: 09 jan. 2022.

FERREIRA, Heraldo Simões; OLIVEIRA, Braulio Nogueira.; SAMPAIO, José Jackson Coelho. Análise da percepção dos professores de Educação Física acerca da interface entre a Saúde e a Educação Física escolar: Conceitos e metodologias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 673- 685, 2013.

FERREIRA, Marcos Santos. Aptidão física e Saúde na Educação Física Escolar: ampliando o enfoque. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 22, n. 2, p. 41-54, jan. 2001.

FILHO, Naomar de Almeida. **O Conceito de Saúde e a Vigilância Sanitária: Notas para a compreensão de um conjunto organizado de práticas de saúde**. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/13870>. Acesso em: 27 mar. 2021.

FOGAÇA, Marielly Silva; JESUS, Rhenan Ferraz de; COPETTI, Jaqueline. Abordagem do tema saúde nas aulas de Educação Física: A realidade de um município da fronteira oeste do RS. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 13, n. 1, p. 53-78, jan./mar. 2015.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana Elisabete R. Pinto. **Exercício Físico na Promoção da Saúde**. Londrina: Midiograf, 1995.

_____. Esforços Físicos nos programas de Educação Física escolar. São Paulo: Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.15, n.1 p. 33-44, 2001.

GÓIS, Edivaldo Junior. Movimento Higienista e o Processo Civilizador: Apontamentos Metodológicos. **X Simpósio Internacional Processo Civilizador**, Campinas, São Paulo, 2007.

Higo, Josiane Rosa da Silva. **Educação física escolar: o conhecimento do estilo de vida e do perfil antropométrico dos escolares**. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/192872>>.

LEAL, Greisse Viero da Silva; PHILIPPI, Sonia Tucunduva; MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha; TOASSA Erika Christiane Toassa. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v.13, n.3 p. 457-467, 2010.

LEITE, Luciana Rodrigues; VERDE, Ana Paula dos Santos Reinaldo; OLIVEIRA, Francisco das Chagas Rodrigues de; NUNES, João Batista Carvalho. Abordagem mista em teses de um programa de pós-graduação em educação: análise à luz de Creswell. **Revista Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 47, e243789, 2021.

LEGNANI, Elton. **Comportamento de risco à saúde em adolescentes da tríplice fronteira: Argentina, Brasil e Paraguai.** Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/88824?show=full> . Acesso em: 03 set. 2023.

LUZ, Júlio César Oliveira. **O tema saúde na educação física escolar: tecitura histórica e proposições curriculares atuais.** 2020. 89 f., il. Dissertação (Mestrado em Educação Física) -- Faculdade de Educação Física, Universidade de Brasília, Brasília, 2020.

BETTI, Mauro. Imagens em ação: uma pesquisa-ação sobre o uso de matérias televisivas em programas de Educação Física no ensino fundamental e médio. **Movimento** (UFRGS. Impresso), v. 12, p. 95 - 120, 2006.

_____. Corpo, cultura, mídias e educação física: novas relações no mundo contemporâneo. **Revista Digital Buenos Aires**, ano 10, n. 79, dezembro de 2004.

MACHADO, Tiago da Sila; BRACHT, Valter; FARIA, Bruno de Almeida; MORAES, Claudia; ALMEIDA, Ueberson; ALMEIDA, Felipe Quintão. As práticas de desinvestimento pedagógico na Educação Física escolar. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 02, p. 129-147, abril/junho de 2010.

MARTINS, Claudio Eduardo Bacci. **A vulnerabilidade social por família e sua associação com o estado nutricional e a atividade física em escolares de Sorocaba/SP.** Disponível em: <https://repositorio.unicamp.br/acervo/detalhe/953809>

MENESTRINA, Eloi. **A educação física numa concepção de educação para a saúde: procedimentos didático-pedagógicos para uma ação eficaz.** Ijuí: Editora Unijuí, 1993.

MOREIRA, Marco Antonio.; MASINI, Elsie F. Salzano. **Aprendizagem significativa: a teoria de aprendizagem de David Ausubel.** 2. ed. São Paulo: Centauro Editora, 2006.

NAHAS, Markus Vinicius; BARROS, Mauro Virgílio Gomes de; FRANCALACCI, Vanessa. O pentáculo do bem-estar, base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v.5, n.2, p.48-59, 2000.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 3 ed. Londrina: Midiograf, 2003.

_____. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 4 ed. Londrina: Midiograf, 2006.

_____. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 7. ed. Do Autor, 2017.

NETO, Turibio Leite de Barros. Atividade Física e Qualidade de vida. In: **I Congresso Centro-Oeste de Educação Física, Esporte e Lazer, Anais**, Brasília, p.1-12, set. 1999.

OLIVEIRA, Victor José Machado; GOMES, Ivan Marcelo; BRACHT, Valter. **Educação para a saúde na educação física escolar: uma questão pedagógica!**. Cadernos de Formação RBCE, p. 68-79, set. 2014.

Organização Mundial de Saúde. **Constituição da Organização Mundial de Saúde.** Nova Iorque, 1946. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1940-1949/decreto-26042-17-dezembro-1948-455751-publicacaooriginal-1-pe.html>. Acesso em: 21 de nov. de 2022.

PALMA, Alexandre. Tensões e possibilidades nas interações entre educação física, saúde e sociedade. In: WACHS, F.; LARA, L.; ATHAYDE, P. **Ciências do Esporte, Educação Física e Produção do Conhecimento em 40 Anos de CBCE. Atividade Física e saúde.** Natal; Edufrn, p.15-27, 2020.

_____. Saúde na Educação Física escolar: Diálogos e possibilidades a partir do conceito Ampliado de Saúde. **Temas em Educação Física Escolar**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 2, jul./dez. 2020, p. 5 - 15.

REIS, Rodrigo Siqueira; SALVADOR, Emanuel Pércles; FLORINDO, Alex Antonio. Atividade física e ambiente. IN: FLORINDO, A. A; HALLAL, P. C. **Epidemiologia da Atividade Física.** São Paulo, Editora Atheneu, 2011, cap.7.

PEREIRA, Guilherme Adroaldo Moraes; CORRÊA, Marluce Raquel Decian. A Temática Saúde na Educação Física Escolar: Perspectivas da Base Nacional Comum Curricular. **Revista Didática Sistêmica**, ISSN 1809-3108 v. 24, n. 1, p. 168-179, 2022.

SÃO PAULO (ESTADO). Secretaria da educação. **Currículo do Estado de São Paulo: Linguagens e suas Tecnologias/ Secretaria da Educação;** Coordenador da área: Marcos Rodrigues Ferreira; Redatores Educação Física: Luiz Fernando Vagliengo e Mirna Léia Violin Brandt. São Paulo: SEE, 2020.

SALVADOR, Guilherme. **Reflexão Acerca Da Inatividade Feminina No Contexto Das Aulas de Educação Física Escolar.** 2010, Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física), Rio Claro, 2010. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/120932>. Acesso em 21 mar. 2021.

SILVA, Fernanda Azevedo Gomes da; SILVA, Luis Aureliano Imbiriba e; LUDORF, Silvia Maria Agatti. A educação física no ensino médio um olhar sobre o corpo. **Revista Movimento**, Porto Alegre, n. 3, p. 673-685, 2015.

SOARES, Stela Lopes; AGUIAR, Viviany Caetano Freire; SHIOSAKI, Ricardo Kenji; SCHWINGEL, Paulo Adriano; FERREIRA, Heraldo Simões. Formação continuada em educação física e práticas de promoção de saúde: estudos relacionados. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 17, n. 3, p. 1958-1976, 2022.

SOUSA, Diego Sarmiento de. Perfil de estilo de vida individual de estudantes do ensino médio do período noturno matriculados em uma escola pública. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, n. 16, p.165-172, 2017.

TARDIF, Maurice. Saberes profissionais dos professores e conhecimentos universitários: elementos para uma epistemologia da prática profissional dos professores e suas consequências em relação à formação para o magistério. **Revista Brasileira de Educação**, n. 13, p. 5-24, jan./fev./mar./abr. 2000.

VIEIRA, Valéria Rieger; SILVA, Junior Vagner Pereira da. Barreiras à prática de atividades físicas no lazer de brasileiros: revisão sistemática. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, 2019, v. 22: 54448.

VIGOTSKI, Lev Semionovitch. A construção do pensamento e da linguagem **São Paulo: Martins Fontes**. (Original publicado em 1934).

APÊNDICE A- Questionário para os docentes

TEMA SAÚDE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DO ENSINO MÉDIO	
N° DA QUESTÃO	Nome: _____ Tempo de formação: _____ Tempo que atua no Ensino Médio: _____ Quais séries que atua: () 1ª série () 2ª série () 3ª série
01	Como você, professor (a), considera o que é saúde?
02	Você considera importante a Educação Física Escolar abordar a temática saúde no Ensino Médio? Por que você considera importante trabalhar a temática saúde em suas aulas? Justifique sua resposta.
03	Como você aborda a temática saúde em suas aulas? Você reconhece esse tema na Base Nacional Comum (BNCC)? Cite um exemplo de um momento que você utilizou a temática.
04	Você segue as temáticas indicadas sobre o tema saúde do Currículo Paulista? Qual das temáticas você considera mais importante e por quê?
05	Com quais temáticas abaixo você trabalha? () Sedentarismo () Hipocinéticas () Aterosclerose () Hipertensão () Diabetes () DST () Saúde emocional () Nutrição () Saúde individual/coletiva () Obesidade () Gripe () Covid-19 () Dengue () Higiene () Padrões de Beleza () IMC () Doenças Cardiovasculares
06	Você trabalha com alguma outra temática relacionada ao tema saúde que não foi elencada na questão 04? Em caso afirmativo aponte qual/quais. Temática: _____
07	Por que você considera importante trabalhar a temática saúde em suas aulas?
08	Para você a Educação Física Escolar do Ensino Médio pode contribuir de maneira significativa para a promoção de saúde? Explique.
09	Você se considera apto para abordar o tema saúde em suas aulas? () Sim () Não
10	Você já participou de cursos, palestras ou oficinas sobre a temática saúde? Quando ocorreu?

ANEXO A

PERFIL DO ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL - Adolescente

O *ESTILO DE VIDA* corresponde ao conjunto de ações habituais que refletem as atitudes e valores individuais. Estas ações têm grande influência na saúde geral e qualidade de vida de todos os indivíduos.

Os itens abaixo representam características do estilo de vida dos adolescentes relacionados ao bem-estar individual. Manifeste-se sobre cada afirmação considerando a escala:

- [0] absolutamente **não** faz parte do seu estilo de vida
 [1] **às vezes** corresponde ao seu comportamento
 [2] **quase sempre** verdadeiro no seu comportamento
 [3] a afirmação é **sempre** verdadeira no seu dia-a-dia; faz parte do seu estilo de vida.

1. NUTRIÇÃO

- a) Você evita fazer suas refeições em restaurantes *fast food*. []
 b) Você ingere frutas e verduras freqüentemente. []
 c) Durante as refeições você costuma sentar à mesa e comer com calma. []

2. ATIVIDADE FÍSICA

- d) Você participa das aulas de Educação Física em sua escola. []
 e) Além da escola, você pratica algum tipo de exercício físico ou esporte. []
 f) Você evita utilizar o ônibus para percorrer pequenas distâncias. []

3. COMPORTAMENTO PREVENTIVO

- g) Você está informado e procura se prevenir das doenças sexualmente transmissíveis. []
 h) Você evita comportamentos e pessoas violentas. []
 i) Você conhece e evita os malefícios do fumo, álcool e outras drogas. []

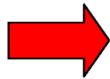
4. RELACIONAMENTOS

- j) Você procura cultivar amigos e está satisfeito com seus relacionamentos. []
 k) Seu lazer inclui encontros com amigos ou atividades esportivas em grupo. []
 l) Seu ambiente escolar e seu relacionamento com professores são agradáveis. []

5. CONTROLE DO STRESS

- m) Você está satisfeito com seu corpo. []
 n) Seus pais não cobram exageradamente excelentes resultados escolares. []
 o) Imaginar como será seu futuro não é uma tarefa preocupante. []

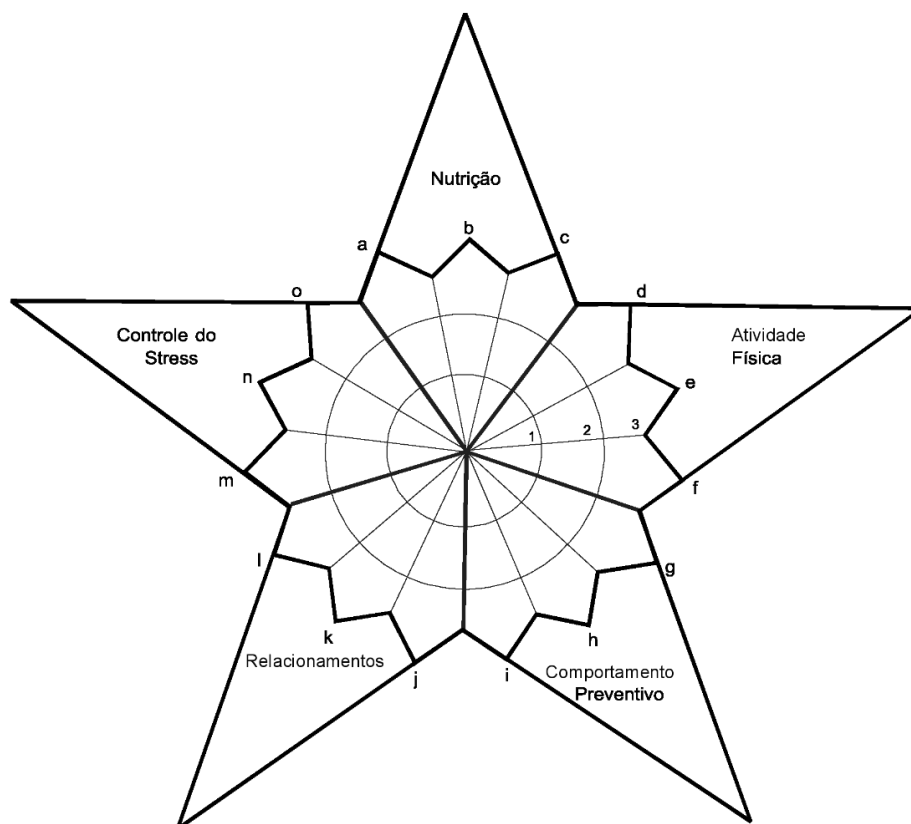
Este instrumento pode ser reproduzido e utilizado para fins educacionais e de pesquisa, desde que citada a fonte: Nahas, MV, Barros, MVG & Francelacci, VL (2000). O pentágono do bem-estar: base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos e grupos. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 5(2), 48-59.



Considerando suas respostas aos 15 itens da página anterior, procure colorir a figura abaixo, construindo uma representação pictorial do seu Estilo de Vida atual.

- Deixe em branco se você marcou zero para o item;
- Preencha do centro até o primeiro círculo se marcou [1];
- Preencha do centro até o segundo círculo se marcou [2];
- Preencha do centro até o terceiro círculo se marcou [3].

Data: __/__/__



Este instrumento pode ser reproduzido e utilizado para fins educacionais e de pesquisa, desde que citada a fonte: Nahas, MV, Barros, MVG & Francalacci, VL (2000). O pentáculo do bem-estar: base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos e grupos. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 5(2), 48-59.