

EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E ENVELHECIMENTO: Notas Introdutórias

Daniel Bardini Dürks¹
Eduarda Virginia Burckardt²
Sidinei Pithan da Silva³

RESUMO

A Educação Física surgiu, na modernidade, como uma área de saber vinculada a educação / formação dos corpos, preocupando-se mais precisamente com o seu aspecto biológico. Isso vinculou seus conhecimentos aos das ciências naturais permitindo se inserir nas formas de promoção da saúde da população, normalmente executando programas de exercícios físicos. No entanto, esse conhecimento que caracterizou a Educação Física ao longo da modernidade, compreendido numa vertente biologicista, enfrenta sérias dificuldades de fundamentar a atuação da Educação Física no âmbito da promoção da saúde numa perspectiva crítica e ampliada. A presente pesquisa tem como objetivo compreender como a Educação Física, ao realizar a crítica à modernidade, pensa a sua inserção no âmbito da promoção da saúde e no trato com o envelhecimento humano. Isto significa a possibilidade de uma ressignificação do conhecimento implicado nas práticas de saúde, bem como, uma nova forma de pensar e tratar da intervenção em Educação Física. Esta abordagem, reposiciona o olhar sob o corpo e a educação corporal, definindo e re-configurando as múltiplas dimensões implicadas no envelhecimento. Destacam-se, o cuidado permanente acerca das vivências dos significados histórico-culturais das práticas corporais para o prolongamento da vida, bem como para a qualidade dos momentos de vida.

Palavras-chave: Educação Física. Saúde. Envelhecimento.

EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD Y ENVEJECIMIENTO: Observaciones Introdutorias

RESUMEN

La Educación Física surgió, en la modernidad, como un área de saber vinculada a la educación/formación de los cuerpos, preocupándose más precisamente con el aspecto biológico. Eso vinculó sus conocimientos a los de las ciencias naturales permitiendo se inserir en las formas de promoción de la salud de la población, normalmente ejecutando programas de ejercicios físicos. No obstante, ese conocimiento que caracterizó a la Educación Física a lo largo de la modernidad, comprendido en una vertiente biologicista enfrenta serias dificultades de fundamentar la actuación Educación Física en el ámbito de la promoción de la salud en una perspectiva más crítica y amplia. La presente investigación tiene como objetivo comprender como la Educación Física, al realizar la crítica a la modernidad, piensa su inserción en el ámbito de la promoción de la salud y en la abordaje del envejecimiento humano. Esto significa la posibilidad de una resignificación del conocimiento ampliado en las prácticas de salud, así como, una nueva forma de pensar y tratar la intervención en Educación Física. Esta abordaje, recoloca la mirada sobre el cuerpo y la educación corporal, definiendo y reconfigurando las múltiples dimensiones implicadas en el envejecimiento. Asumiendo especial importancia, el cuidado permanente se las vivencias de los significados histórico-culturales das prácticas corporales para el prolongamiento de la vida, bien como para la cualidad de los movimientos de la vida.

Palabras-clave: Educación Física. Salud. Envejecimiento.

¹ Acadêmico do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – Unijuí. Bolsista Pibic/CNPq. daniel.durks@yahoo.com.br

² Acadêmica do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – Unijuí. Bolsista Pibex/Unijuí. eduarda_lang@hotmail.com

³ Doutor em Educação pela Universidade Federal do Paraná – UFPR. Professor do Departamento de Pedagogia da Unijuí. sidinei.pithan@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

No contexto da modernidade, a partir dos séculos XVIII e XIX, a Educação Física surge no Brasil como a responsável pela educação / formação dos corpos. Essa concepção assume formas reguladas pelo Estado vinculadas a objetivos diversos entre os quais: militares, disciplinares, higienistas e esportivos (LOVISOLO, 1995; BRACHT, 1997).

No séc. XIX as fundamentações provindas do conhecimento científico para explicar as questões sociais se baseiam nas chamadas ciências físicas e biológicas. Diante disso, a Educação Física assume as características da anatomia e da fisiologia, entendendo o humano como um ser igual biologicamente, buscando predominar na esfera social o denominado movimento higienista. A intenção do Estado com essa iniciativa era promover hábitos saudáveis na sociedade visando à obtenção de uma nação superior (SOARES, 2004).

Dessa forma, a Educação Física vinculou suas áreas de conhecimento e práticas corporais na perspectiva de padrões biológicos. O Corpo Humano foi visto como um ser mecânico, sem uma história de vida, regulado por um padrão pré-estabelecido pelas ciências naturais, sem considerar aspectos sociais, culturais e psicológicos. A concepção de corpo vigente ao longo da modernidade seguia determinados rituais e normas criando o padrão estético do corpo saudável e sociável (SANTIN, 2003).

Todo esse movimento sempre foi vinculado com os interesses do Estado no sentido de regular a sociedade. No, entanto a sociedade sofre transformações e seus conceitos são ressignificados assumindo novas formas de pensamento e novos valores em relação a determinadas áreas de saber. Lovisolo (1995) diagnostica no final do século XX o denominado “movimento da saúde”, acreditando ser uma extensão ou reformulação do movimento higienista controlado pela camada social burguesa no início do século.

Esse movimento segue a concepção das transformações sociais atuais. Uma sociedade individualizada e consumista permeada por especialistas que tratam de assuntos cada vez mais fragmentados. O

corpo bem como a saúde se tornou uma forma de obtenção de *status*, em que a longevidade da população é premissa para considerar uma nação saudável e promissora, ou seja, envelhecer se tornou um produto, não importando com que qualidade isso se faz. Neste contexto, é importante entender as concepções de conhecimento que permeiam e conferem identidade e legitimidade à Educação Física no contexto da promoção da saúde dos corpos frente ao envelhecimento.

CONHECIMENTO CIENTÍFICO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

A Educação Física assumiu os conhecimentos das ciências naturais para legitimar sua identidade epistemológica. Isso tinha como interesse formular um conhecimento científico próprio da Educação Física, assumindo “um objeto de investigação e métodos próprios” (OLIVEIRA, 1990, p.85).

No entanto, caráter cientificista foi provocando uma série de questionamentos no campo epistemológico da Educação Física, inclusive sobre sua identidade. A Educação Física moderna sofreu desde seus primeiros passos a influência do pensamento científico naturalista. O princípio que valia era “exercitar” o corpo, ou exercitar o corpo de acordo com o conhecimento científico a respeito da fisiologia do corpo (BRACHT, 1999). Desde logo, buscou-se o fundamento no conhecimento científico emergente, ressaltando um campo marcado pela aplicação do conhecimento (científico), ao invés de um campo de produção do conhecimento próprio.

Essa busca pela ciência se justificava, no interior da Educação Física, pela procura de respostas mais seguras / verdadeiras. Porém, Lovisolo (1995), destaca que a ciência muda rápido demais para que nela encontremos fundamentos de nossos valores e critérios duradouros de orientação no cotidiano. A ciência propriamente dita gera muitas verdades acerca de objetos particulares, mas não engendra as condições fundamentais para pensar, criar, reinventar ou até mesmo construir o mundo que queremos e sonhamos. Essa forma de relação da Educa-

ção Física com a ciência subordinava a intervenção em Educação Física ao campo estritamente factual, instrumental e aplicativo. Sob o crivo das ciências naturais, a Educação Física, reproduzia, na prática social, objetivos e finalidades sociais funcionais.

A pretensa busca de afirmar socialmente a Educação Física, sustentando sua fundamentação no âmbito das ciências naturais, caracteriza uma forma de inserção não crítica da mesma no âmbito das práticas corporais. O desdobramento de concepções mecanicistas sobre o corpo resulta na incapacidade de perceber a complexidade dos fatores sociais, culturais, estéticos, morais, afetivos, constitutivos das realidades humanas. Neste tópico, decorre certo fechamento de horizontes ocasionado pela onda cientificista que sustenta a Educação Física. Os princípios científicos não tem a mesma precisão no estudo da realidade social e humana. Dilthey, por exemplo, entendia que as humanidades devem operar com a categoria da compreensão, ao passo que as ciências naturais operam com a categoria da explicação (BRACHT, 1999).

EDUCAÇÃO FÍSICA VINCULADA À SAÚDE DO CORPO

Historicamente, a partir da década de 1960, a Educação Física preocupou-se em grande escala com o esporte de rendimento em detrimento às demais atividades corpóreas. De outra forma, emerge no contexto social, a partir de diferentes movimentos internacionais, o tema da promoção da saúde, o qual amplia e desafia o campo tradicional de atuação do profissional de Educação Física, rearticulando dimensões “fisiológicas, psicológicas, estéticas, morais, espirituais, recreativas e de sociabilidade” (LOVISOLO, 1995, p.118).

Sob outra direção, de crítica ao cientificismo e naturalismo moderno, a Educação Física tenta encontrar seu fundamento básico na dimensão antropológica. É o modo de ser do homem que exige a Educação Física, assim como inspira todas as outras ciências (SANTIN, 2003). Dessa maneira, urge no interior da Educação Física, a possibilidade de

pensar sua identidade e legitimidade para além de aplicações de conhecimentos científicos. A Educação Física precisa colocar e pensar a problemática do homem em sua totalidade e não apenas na problemática posta pela dimensão do corpo biológico e físico. Assim, toda educação corporal é educação do homem e não de uma parte do homem. O ser humano não age por partes, mas como um todo, o pensar, as emoções, os gestos, são humanos, não são ora físicos ou psíquicos. Essas divisões e subdivisões serviram para dificultar a visão do todo, até perder a visão do global. (SANTIN, 2003).

Continuando a busca de identificação da Educação Física, pode-se afirmar que a sua realidade é a realidade humana. O homem é corporeidade, como tal, é movimento, é gesto, é expressividade, é presença. *Maurice Merleau Ponty* descreve esta presença do homem como corporeidade, não enquanto o homem se reduz ao conceito material, mas enquanto fenômeno corporal, isto é, enquanto expressividade, palavras e linguagem. O homem instaura sua presença, ou define sua fenomenologia, como corporeidade. A presença é marcada pela postura. O homem não é nenhuma nem outra coisa. O homem é movimento, o movimento que se torna gesto, o gesto que fala, que instaura a presença expressiva, comunicativa e criadora. O gesto falante é o movimento que não se repete, mas que se refaz, e refeito diz cem vezes, tem sempre o sabor e a dimensão de ser inventado, feito pela primeira vez. A repetição criativa não cansa, não esgota o gesto, pois não é a repetição, mas a criação. Assim, ele é sempre movimento novo, diferente, original. Ele é arte (SANTIN, 2003, p.35).

A identidade da Educação Física, bem como das práticas de saúde em geral, são marcadas, ao longo da modernidade por um dualismo que caracteriza a concepção de corpo (SANTIN, 2003). As ciências naturais se ocupariam da res extensa, do corpo material (físico), e as ciências sociais e humanas da res cogitans, do corpo espiritual (pensamento). As ciências sociais e humanas, na modernidade, devem se subordinar aos métodos das ciências naturais. O corpo tratado pelo profissional de saúde é um corpo biomédico – anátomo-fisiológico. O corpo que recebe a intervenção do profissional de Educação Física é um corpo físico – biológico. A forma de intervenção que caracteriza o profissional de Educação Física é o treinamento físico. O objetivo a ser alcan-

çado é a melhoria das condições biológicas dos indivíduos. Dessa maneira tem-se na Educação Física a educação do corpo nos trâmites do corpo físico e biológico. Santin (2003), questionando o reducionismo moderno que impera nas práticas em Educação Física, pontua que:

No dia em que se for capaz de pensar e viver a realidade humana como um todo unitário, não apenas como soma das partes, mas como um todo orgânico, aonde a parte não sobrevive a não ser no todo e só nele identificando-se, neste dia não se falara mais, provavelmente, em Educação Física intelectual, moral, artística, etc., mas em educação humana. (SANTIN, 2003, p.36).

Dessa forma, a Educação Física necessita se desprender da visão biologicista de entender o homem. A questão saúde do homem está vinculada com todos os contextos por ele vivenciados e não apenas por uma parte de sua existência.

EDUCAÇÃO FÍSICA E A PROMOÇÃO DA SAÚDE

O movimento em busca pela promoção da saúde vem sendo amplamente difundido na esfera social. Contudo, esse movimento se mostra de compreensão ainda difusa para o profissional de educação Física e com interesses para além de promover a saúde do indivíduo.

Para PALMA (2001, p. 30) “... o campo da Saúde Pública deveria requerer um pensamento além do biológico. Os problemas de saúde existentes, atualmente, em todo o mundo estão relacionados às desigualdades sociais, aos problemas fundamentais da distribuição da riqueza”. O autor ressalta a importância da Educação Física se desprender da concepção unicamente biológica e se preocupar em significar as ações de promoção da saúde para a população.

Essa proposta de aproximar Educação Física e Saúde Coletiva traz para a área da Educação Física discussões fundamentadas no referencial das ciências humanas, o que pode contribuir para que os profissionais específicos compreendam sua

prática pedagógica de maneira contextualizada, considerando os fatores culturais, históricos, econômicos, e políticos, de modo que faça contraponto à visão estritamente biológica do corpo e relevando os elementos da cultura corporal como manifestações e expressões humanas, portanto com historicidade e significado (CARVALHO, 2003, p. 25).

É possível perceber que diferentes autores críticos compartilham o mesmo pensamento em relação à forma de atuação da Educação Física no contexto da promoção da saúde. Essa concepção pode ressignificar o sentido de promover a saúde para o educador físico, o qual atuará nesse contexto não apenas levando em conta os fatores biológicos do indivíduo, mas também considerando que esse indivíduo é um ser social.

Lovisolo (1995) entende essa concepção como um “movimento pela saúde” o qual as pessoas são incentivadas pelo Estado e por outras instituições, interessadas no fator capitalista provido desse movimento, a buscarem a promoção da saúde. Nesse sentido Palma (2001) também interage por acredita que o fator promoção da saúde se tornou um produto para os denominados especialistas, já que cada vez mais surgem formas de explorar serviços rotulados como proporcionadores de hábitos saudáveis e vinculados a promover a saúde.

A Educação Física, concebida nos trâmites fechados da modernidade, permeia esse campo explorando a prática das atividades físicas e atuando no campo das ciências naturais, ou seja, desconsiderando os aspectos sociais relevantes para o contexto saúde do indivíduo. Diante disso, se faz a necessidade da Educação Física se transformar e agregar as ciências humanas em seu contexto na promoção da saúde, vinculando seus conhecimentos na busca da obtenção da promoção da saúde da população bem como legitimando sua área de atuação. Esse pensamento pode mudar o foco da área de conhecimento demonstrando o interesse em estimular e qualificar o processo da promoção da saúde / qualidade de vida no contexto da saúde coletiva.

SAÚDE E ENVELHECIMENTO

O envelhecer é um medo que atormenta a maior parte da população. Isso se deve por ser uma etapa da vida marcada por transformações nas esferas físicas, emocionais, afetivas e, sobretudo sociais. Normalmente uma pessoa idosa é precocemente conceituada como doente. Porém, essa concepção começa a ser afetada e alterada com as transformações sociais existentes. O envelhecer se tornou algo recorrente para a maioria da população, necessitando uma nova visão do Estado, bem como a readequação de suas políticas públicas de saúde.

Isso se deve, pelo fato de que o final do século XX e o início XXI foi marcado pela diminuição nas taxas de natalidade e um aumento na expectativa de vida da população brasileira. Essa transformação reformulou a forma de intervenção do profissional no âmbito da saúde. O grande desafio hoje é relacionar uma forma de promover a qualidade de vida do indivíduo, ao invés de apenas prolongar a esperança de vida da população (FARINATTI, 2006).

Essa concepção se relaciona no que Lovisolio (1995) denomina “movimento pela saúde”, o qual se preocupa em impulsionar a população em adotar hábitos de vida saudáveis objetivando prolongar o máximo sua expectativa de vida. Isso alterou a caracterização do conceito envelhecimento. Antes, envelhecer era sinônimo de exclusão das atividades sociais bem como a diminuição das capacidades fisiológicas, criando a inter-relação velhice e dependência de medicamentos.

“Ainda que não possamos negar o impacto das enfermidades para o processo de envelhecimento, consideramos essa posição insuficiente para explicar as inter-relações complexas que regem a saúde do idoso” (FARINATTI, 2006, p. 206). Ou seja, envelhecer não pode ser o sinônimo de doença. Sendo que, o profissional de saúde deve observar que cada indivíduo traz consigo uma história que deve ser considerada, principalmente nessa fase da vida marcada, por vezes, pela reclusão social, mas hoje subentendida como o desenvolvimento de mais uma etapa de suma importância social e comunitária.

Com isso, estamos diante da problemática “... se a medicina curativa certamente trouxe muitos avanços no sentido de se prolongar a vida, ela não fez muito para resolver os problemas decorrentes desse prolongamento” (FARINATTI, 2006, p. 210). Ou seja, a perspectiva atual, progrediu da esfera do prolongamento da vida, para o prolongamento com qualidade, tornando-se o grande desafio para as áreas da saúde.

“Na perspectiva de sentido amplo e abraçando a qualidade de vida, a saúde abrange dimensões ou domínios diferentes: biológico, psicológico, social, profissional, intelectual e espiritual” (MOREIRA, 2001, p.35). Diante disso, é possível entender que o processo da promoção da saúde com qualidade de vida, não é a simples ausência de doença, mas sim a obtenção dos objetivos sociais, objetivando a busca pela realização e pelo querer viver de cada pessoa.

Santin (1995, p.65) tem a concepção que “o querer viver e o saber viver devem ser as grandes fontes inspiradoras de toda atividade nas áreas da educação e da saúde. A teleonomia de todo ser vivo é manter-se vivo. O supremo ideal de cada ser humano é querer saber viver”. Ou seja, o envelhecimento merece os cuidados biológicos necessários, no entanto não pode ser considerado como fator único do indivíduo. O profissional de Educação Física pode ir além de apenas executar programas de atividades físicas, alcançando esferas sociais e individuais obtendo além da prevenção de problemas fisiológicos a busca pelo prazer de viver, caracterizando a qualidade de viver. Isto implica em preocupar-se com fatores de ordem social, cultural, ética e política implicados na produção da vida dos indivíduos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O denominado movimento pela saúde assumiu as formas vigentes da sociedade capitalista, ou seja, se tornou um produto explorado e incentivado a ser consumido pela população. A Educação Física de certa forma ingressou nesse movimento no sentido de planejar e executar programas de exercícios físicos, normalmente recomendados por médicos. No

entanto, esse caráter dual sofreu críticas na busca do significado da Educação Física na formação não só dos corpos biológicos, mas também nos aspectos sociais. Perceber o humano como uma máquina que apenas executa é uma concepção falha e precária para pensar a saúde.

Com isso, emerge a necessidade de ressignificar a forma de compreensão e de intervenção da Educação Física em relação ao contexto saúde / qualidade de vida. Isso pode permitir estabelecer as variáveis humanas, sobretudo as histórico-culturais sobre o corpo e seus significados envolvendo o processo de prolongamento da vida, tornando o envelhecimento uma fase marcada também pela qualidade de vida dos indivíduos.

Por fim, o presente estudo buscou de forma introdutória apresentar os paradigmas impostos pela modernidade no contexto Educação Física, saúde e envelhecimento, ampliando a dimensão do conhecimento e da importância de intervenção no sentido educacional para propiciar uma sociedade com autonomia na questão saúde.

REFERÊNCIAS

BRACHT, V. **Educação Física e Aprendizagem Social**. 2. ed. Porto Alegre: Magister, 1997.

BRACHT, V. **Educação Física & Ciência: cenas de um casamento (in)feliz**. Ijuí/RS: UNIJUÍ, 1999.

CARVALHO, Y. M. Educação Física e Saúde Coletiva: uma introdução. IN: LUZ, M. T. **Novos saberes e práticas em saúde coletiva: estudo sobre racionalidades médicas e atividades corporais**. São Paulo: Hucitec, 2003, p. 19-34.

FARINATTI, P. T. V. **Saúde, promoção da saúde e educação física: conceitos, princípios e aplicações**. Rio de Janeiro: UERJ, 2006.

LOVISOLO, H. **Educação Física: A Arte da Mediação**. Sprint Editora. Rio de Janeiro, 1995.

MOREIRA, C. A. **Atividade Física na maturidade: avaliação e prescrição de exercício**. Rio de Janeiro: Shape, 2001.

OLIVEIRA, V. M. **O que é Educação Física**. 8. ed. São Paulo: editora Brasiliense, 1990.

PALMA, A. Educação Física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 22, n. 2, p. 23-39, 2001.

SANTIN, S. **Educação Física: Ética, Estética, Saúde**. Porto Alegre: edições EST, 1995.

SANTIN, S. **Educação Física: uma abordagem filosófica da corporeidade**. Ijuí: UNIJUÍ, 2. ed., 2003.

SOARES, C. L. **Educação Física: raízes europeias e Brasil**. Campinas: Autores associados, 3. ed. 2004.