

Parecer sobre Referenciais para a Promoção e Educação para a Saúde (PES)

Sociedade Portuguesa de Educação Física

Conselho Nacional das Associações de Professores e Profissionais de Educação Física

O documento “Referenciais para a Promoção e Educação para a Saúde”, que se encontra em discussão pública, apresenta importantes preocupações, explicitadas nos seus objetivos, relativas ao desenvolvimento de competências de cidadania, nas crianças e jovens, no âmbito da promoção e Educação da Saúde.

No exercício da cidadania, responsabilidade social e profissional que determina a participação na discussão pública, a Sociedade Portuguesa de Educação Física (SPEF) e o Conselho Nacional das Associações de Professores e Profissionais de Educação Física (CNAPEF), apesar do pouco tempo disponível, não querem deixar de emitir o seu parecer, tal como aconteceu em momentos anteriores, nomeadamente sobre o programa Plano de Saúde Escolar e Estratégia Nacional de Promoção da Atividade Física, concentrando-se nos aspetos mais relacionados com a sua área de intervenção.

- I. A SPEF/CNAPEF congratulam-se com o reconhecimento da Escola como eixo estruturante da estratégia de promoção e educação para a saúde de crianças e jovens;
- II. A Promoção e Educação para a Saúde no Sistema Educativo é, como referido, uma temática transversal e transdisciplinar que obriga a uma visão holística, que pode e deve ser suportada em ofertas curriculares complementares, mas pode e deve aproveitar as ofertas curriculares já existentes, como é o caso da Educação Física e outras áreas disciplinares, nomeadamente as Ciências da Natureza.
- III. A Promoção e Educação para a Saúde nas crianças e jovens, em especial no que se refere à importância da atividade física e combate ao sedentarismo, passa pela aquisição de conhecimentos, compreensão de conceitos, ideias e

princípios, mas decorre, principalmente, da prática regular e bem orientada de atividade física.

Considerando o que atrás foi dito, a SPEF/CNAPEF, estranham que a área disciplinar de Educação Física (EF), não seja reconhecida, no texto, como área curricular de superior interesse neste propósito, considerando as finalidades e objetivos gerais inscritos nos seus programas oficiais (cf. Programas Nacionais de Educação Física).

Frequentemente, os projetos caracterizados pela sua transversalidade e transdisciplinaridade são difíceis de implementar na escola pois a responsabilidade do seu desenvolvimento é difusa e pouco esclarecida.

Neste contexto, a área curricular da Educação Física, pode desempenhar papel fundamental e insubstituível na Promoção e Educação para a Saúde, não só pelos conhecimentos aí adquiridos mas igualmente e principalmente, pela oportunidade de **desenvolvimento de competências no domínio da aptidão física e das atividades físicas e desportivas, na perspetiva da qualidade de vida, da saúde e de bem-estar, do desenvolvimento pessoal e social de todos os jovens entre os 4 e os 18 anos, desde o pré-escolar ao 12º ano.**

Analisando as Finalidades e Objetivos desta área curricular (cf. Programas Nacionais de Educação Física), facilmente se percebem objetivos partilhados com os da Promoção e Educação para a Saúde, referidos no documento em análise.

Encontramos exemplos em vários temas que integram o documento em apreciação: desenvolvimento da autonomia, do respeito e tolerância, espírito crítico, (cf. na Educação Mental e Prevenção da Violência); a compreensão da alimentação como fator determinante na Saúde, na sua relação com a atividade física, na análise crítica de comportamentos de risco nessa área, da morbilidade associada (cf. Educação Alimentar), etc.. A compreensão da relação da Saúde com estilos de vida promotores de saúde e fatores de risco associados, a importância da atividade física, o reconhecimento das relações interpessoais e o desenvolvimento de

competências sociais que valorizam a cooperação, a entreaajuda, o respeito pela diferença, a inclusão, etc..

Para além disso, é na aula de EF (e também do Desporto Escolar) que a importância da atividade física deixa de ser uma abstração e passa a ser uma realidade para todos os alunos, combatendo o sedentarismo e garantindo oportunidade de desenvolvimento de competências específicas das diferentes matérias da cultura física que lhes permitam uma participação desportiva e/ou a ocupação de tempos livres, na assunção responsável de estilos de vida saudáveis e na compreensão da importância de combater o sedentarismo, no desenvolvimento de competências sociais, favoráveis ao exercício da cidadania, no desenvolvimento de atitudes positivas perante o próprio e os outros, etc..

É também na EF que, na escola, todos os jovens têm oportunidade de avaliar e melhorar a sua aptidão física, nas componentes mais diretamente relacionadas com a saúde (aptidão muscular, aptidão aeróbica e composição corporal).

O currículo de EF integra o programa *Fitescola*, desenvolvido numa iniciativa conjunta da Universidade e da Direção Geral de Educação, concebido para avaliar e educar crianças e adolescentes acerca da aptidão física relacionada com a saúde. Trata-se de uma “ *plataforma de promoção de estilos de vida saudáveis e de avaliação da aptidão física e da atividade física de crianças e adolescentes*”, que deverá ser referida como recurso no tema da atividade física e na sua relação com outros fatores promotores e saúde (alimentação, repouso, relações sociais, ...).

Considerando que a realização de atividade física em contexto escolar, na EF e Desporto Escolar, representa um processo formativo/educativo que visa objetivos de desenvolvimento pessoal e social referidos no documento em análise, sugere-se que no texto seja valorizada, e reconhecida a sua importância.

Mais uma vez reiteramos a necessidade de aumentar a carga horária da EF e proceder a uma melhor distribuição das sessões de EF nos horários dos alunos. Os espaços de recreio, devem ser adequados e apetecíveis para a prática de atividade

física informal e em segurança, permitindo aos jovens aproximar-se dos valores recomendados pela Organização Mundial de Saúde para atividade física intensa/moderada (60 minutos diários), combatendo o sedentarismo e assumindo estilos de vida promotores de saúde.

Numa dimensão mais particular, relativa à especificação dos temas, gostaríamos de chamar a atenção que no pré-escolar se fala em “prática desportiva”, e “prática de desportos”, o que não é adequado a este escalão etário; alguns temas a abordar no pré-escolar e 1º ciclo parecem de grande complexidade face à idade (“identificar...”; “comparar...”; “compreender...”).

Sugerimos que se valorize, com grande ênfase, a prática de atividade física nas escolas, nomeadamente no cumprimento das orientações curriculares para a Educação da Infância e do programa de EF para o 1º Ciclo. Nestas idades o gosto e o hábito de prática de atividade física ganha-se bastante mais pelo êxito das suas experiências pessoais do que pela compreensão da sua importância. É fundamental que as crianças adquiram competências motoras que lhe permitam, com sucesso e prazer, praticar atividades físicas regulares numa lógica de estilo de vida saudável.

Não podemos deixar de destacar que a quase inexistência efetiva de EF no 1º Ciclo do Ensino Básico para todos os alunos, embora esta esteja legalmente incluída no currículo nacional, é uma imensa contradição com estes referenciais para a promoção e educação para a saúde (que até referem o tempo que as crianças passam sentadas na escola...). É uma boa oportunidade para se reforçar a importância da prática de EF para todos os alunos, sem exceção, e do cumprimento do seu currículo obrigatório!

Esperando contribuir para que a Promoção e a Educação da Saúde seja encarada de forma séria no nosso sistema educativo, subscrevemo-nos com os nossos melhores cumprimentos, apresentando a nossa total disponibilidade para qualquer iniciativa que se considere de interesse.



Lisboa, 4 de dezembro de 2016

Nuno Ferro

Presidente da SPEF

Avelino Azevedo

Presidente do CNAPEF