

BENEFÍCIOS DA INTERVENÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE

Gilberto Batista dos Santos

Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande

profgilbertob@gmail.com

Resumo: Este trabalho teve como objetivo realizar um levantamento na literatura para averiguar possíveis benefícios alcançados pela inserção de profissionais da área de educação física em Unidades Básicas de Saúde (UBS). Para isto, foi realizada uma revisão bibliográfica em artigos relevantes no tema a partir de buscas nas bases da Scielo e PubMed, além de leis nos sites de órgãos nacionais. Como resultado verificamos um notório benefício alcançado por unidades que venham a implantar profissionais de educação física para dar suporte no tratamento de alguns pacientes, porém foi verificada a dificuldade de adaptar este profissional no dia-a-dia de uma UBS, pois ainda não existem formas adequadas de realizar um controle dos pacientes quando fora das UBS. Em contrapartida, foram encontrados dados que revelam alguns locais que estão conseguindo administrar os pacientes através de aconselhamentos por telefone, visitas pessoais e até mesmo reuniões em grupo. Os estudos acerca deste tema ainda são recentes, mas já demonstram uma eficiência na inserção de profissionais de educação física em estratégias que visam melhorar a saúde da família. Autores já apontam que é crescente o número de pessoas que realizam exercícios físicos no Brasil, em especial os com problemas de pressão arterial alta e diabéticos. Além destes dois grupos, os levantamentos mostraram uma grande participação de crianças e adolescentes em programas de educação física. É preciso mostrar a população os benefícios das práticas de atividades que melhorem a saúde física, e as políticas de ações da saúde pública começam a demonstrar interesse em dar suporte para que isto aconteça.

Palavras-chave: Sistema único de saúde, unidades básicas de saúde, educação física.

INTRODUÇÃO

O Sistema Único de Saúde (SUS) é o maior serviço de saúde pública do Brasil e é considerado o maior mercado de profissionais da saúde do país, chegando a receber o título de *ação de produção a vida*. Este sistema é definido como “O

junto de ações e serviços de saúde, prestados por órgãos e instituições públicas federais, estaduais e municipais, da Administração direta e indireta e das fundações mantidas pelo Poder Público” (BRASIL, Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, Art. 4º). O SUS vem propiciando algumas mudanças no cotidiano da saúde,

(83) 3322.3222

contato@conbracis.com.br

www.conbracis.com.br

já que desde a sua criação exigiu mudanças na formação dos profissionais desta área.

Foi a partir do ano de 2005 que 14 cursos foram gradualmente incorporados a área de saúde, sendo todos eles reconhecidos pelo Conselho Nacional de Saúde (CNS). De acordo com Guimarães (2011) são eles: Biologia, Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina, Medicina Veterinária, Nutrição, Odontologia, Psicologia, Serviço Social e Terapia Ocupacional. Com isto, fica estabelecido que é parte das disposições do CNS:

Apoiar o Ministério da Saúde na realização de estudos para determinar o número de profissionais que devem ser formados anualmente, em todas as profissões da saúde, para atender às necessidades da sociedade brasileira (BRASIL, resolução nº 450, de 10 de novembro de 2011, Art. 1).

Partindo deste pressuposto e tomando como base a relação entre o profissional da educação física e as Unidades Básicas de Saúde (UBS), podemos questionar por qual motivo a

sença de profissionais dessa área é tão rara de ser observada no cotidiano hospitalar. Podemos dizer que a escassez de professores de educação física em UBS pode estar relacionada ao histórico cultural da saúde do nosso país, já que, como menciona a Revista CREF4/SP (2010, *apud* Revista Educação Física, 2010):

[...] até pouco tempo as Unidades Básicas de Saúde (UBSs) ou os “postos de saúde”, como são conhecidos, ofereciam às comunidades apenas atendimento médico e distribuição de remédios e vacinas. Somente em 2006, com a aprovação da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), foi aberta a possibilidade de atuação do Profissional de Educação Física nas UBSs. (*op. cit.*, p. 6)

Sendo assim, foi através da aprovação da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) que os profissionais de educação física começaram a adentrar o ambiente das UBS, e a partir de então se começou a estudar possíveis benefícios alcançados pela presença destes profissionais. O objetivo geral do PNPS é:

Promover a equidade e a melhoria das

condições e dos modos de viver, ampliando a potencialidade da saúde individual e coletiva e reduzindo vulnerabilidades e riscos à saúde decorrentes dos determinantes sociais, econômicos, políticos, culturais e ambientais. (BRASIL, 2015, p. 11)

Podemos destacar a capacidade que estes profissionais possuem de estimular as pessoas, ao seu redor, no que se refere à prática de atividades físicas, o que pode beneficiar toda uma população, tendo em vista a atual e alarmante taxa de sedentários no país, sedentarismo este que pode elevar o número de pessoas com doenças correlacionadas a falta de práticas de atividades físicas.

Porém, deve-se destacar que para o acompanhamento de determinados grupos de pessoas com doenças, é preciso se certificar que o profissional está apto a preparar atividades que não agravem o problema do paciente. Como exemplo destacamos a fala de Coutinho (2011):

(...) ao ministrar uma atividade a um grupo de diabéticos, o profissional deve dominar o conhecimento

con
ceit

(83) 3322.3222

contato@conbracis.com.br

www.conbracis.com.br

ual sobre os fatores de risco relacionados à doença, o conhecimento contextual sobre as condições de prática daquela população, ser capaz de comunicar-se de forma clara e concisa e ter uma atitude humanizada que aproxime as pessoas, motivando-as a aderirem e permanecerem por um longo período em um programa de prática corporal/atividade física. Portanto, não é possível se restringir a somente uma dimensão, mas é necessário um olhar ampliando e integrado. (*op. cit.*, p. 104).

Com isto entendemos que uma boa formação, e a formação continuada agregará ao profissional a chances de ele desenvolver um bom trabalho para seus pacientes. Além disto, como destacado, faz necessário que estes profissionais entendam a situação de estresse causada por uma doença para que ele possa se comunicar de forma que estimule o paciente a continuar o tratamento, sendo ele a pessoa que terá a relação mais próxima e humanizada para com o paciente no âmbito da UBS durante todo o processo de recuperação.

Poucos devem saber, mas como destaca Siqueira *at. al.* (2009), os profissionais de educação física deveriam estar inseridos no cotidiano da rede básica de saúde, já que esta prática está prevista nos planos do Ministério da Saúde, o que poderia diminuir a proporção de pacientes com doenças decorrentes do sedentarismo, pois sabemos que exercícios físicos, quando executados sob orientação de profissionais competentes e capacitados, podem prevenir diversas doenças, a exemplo das cardiovasculares, além de podermos obter, ainda, a reabilitação de pacientes que se enquadram em grupos de riscos.

Desta forma, o campo de atuação do educador físico é além das escolas e academias, podendo chegar ao vulgo “postos de saúde”. De tal forma, a área hospitalar deve estar inclusa no cronograma dos cursos de graduação em Educação Física, para que os graduandos possam ter uma formação em que consigam trabalhar de forma correta nas áreas a qual estará preparado para atuar.

Por esta razão, destacamos o pensamento de Siqueira *at. al.* que nos mostra benefícios que profissionais da área podem proporcionar “pela sua possibilidade de contribuir para a mudança de

importância entre seus colegas profissionais e pelos benefícios que podem estender-se à população em geral que utiliza as UBS.” (2009, p. 1927).

Diante dos malefícios estudados acerca de doenças ocasionadas pelo sedentarismo das pessoas, este trabalho de pesquisa tem como objetivo mostrar como a prática de atividades físicas pode ser considerada um meio eficaz, rápido e barato para auxiliar na prevenção de doenças diversas.

Com isso, podemos entender que a presença de um profissional da educação física pode promover no cotidiano de pacientes usuários das UBS pode trazer diversos benefícios para os usuários, gerando, desta forma, um alerta para a ausência desses profissionais na grande maioria das unidades do nosso país no cenário atual.

A partir deste embasamento teórico, abordaremos a seguir qual metodologia foi utilizada como aporte para o desenvolvimento deste trabalho.

METODOLOGIA

Este trabalho de pesquisa está vinculado ao campo da pesquisa qualitativa de cunho descritivo, uma vez que se trata de uma pesquisa de revisão bibliográfica.

Os dados foram obtidos através da revisão de artigos publicados anteriormente, e as bases de dados pesquisadas foram a Scielo e a PubMed, além de sites de Órgãos Nacionais. Os artigos foram escolhidos a partir de sua relevância para o tema abordado, e as palavras-chave utilizadas nas buscas foram: Educação Física e UBS, Profissional da Educação Física nas Unidades de Saúde, Lei Educação Física. Nenhum critério para exclusão com base na data de publicação foi utilizado, tendo em vista que é um tema relativamente recente.

No tópico a seguir abordaremos os resultados alcançados a partir deste estudo bibliográfico.

RESULTADO E DISCUSSÕES

A intervenção dos profissionais de educação física pode acontecer de diversas formas, uma delas é o acompanhamento semanal do paciente em suas atividades físicas pré-estabelecidas. Para isso, é preciso que as UBS contem com um sistema que se possa verificar a necessidade que um indivíduo tem de acompanhamento específico. Após este reconhecimento, pode-se direcionar o paciente para academias públicas, por exemplo, onde exista o acompanhamento de

profissionais.

Estudos realizados por Santos *et al.* (2015) inseriu alguns profissionais de educação física em unidades de saúde da família, e utilizou áreas públicas (parques, jardins, avenidas) para realizar algumas atividades como caminhadas, ginástica, exercícios de relaxamento. O mesmo estudo também mostra que a adesão as atividades foram maiores em pacientes com pressão arterial alta e diabéticos, além de crianças e adolescentes.

Uma dificuldade que pode ser encontrada tem relação com o fato de, por se tratar de um espaço público, o acompanhamento individual durante os dias das práticas de exercício pode ser prejudicado. Para tanto, pode-se estabelecer uma rede de comunicação onde um cadastro universal dos pacientes proporcione um acompanhamento do desenvolvimento ou recuperação da pessoa que está a ser acompanhada.

Entretanto, Gomes *et al.* (2014) discute que existem meios que já estão sendo utilizados no Brasil para este acompanhamento, que podem ser através de telefonemas, visitas pessoais ou até mesmo reuniões em grupo. Os autores destacam, ainda, que é evidente a crescente prática de exercícios físicos no Brasil.

Depois de uma análise sobre os fatos que foram estudados, é notório a eficácia que profissionais de educação física acarretam ao serem inseridos no âmbito das UBS, já que ele passará a desenvolver um trabalho complementar e em conjunto com os demais profissionais da saúde para promover um processo mais adequado para os pacientes.

Apesar da recente inserção dos profissionais da área em questão ser um fato ainda recente, já é possível preestabelecer diversos pontos positivos para que esta prática se torne comum ao longo dos anos. Para isto, precisamos apenas ter mais consciência no que se trata de desmistificar que profissionais de educação física atuam apenas em academias ou como *personal trainers*¹.

Além disto, ao praticar alguma atividade física, as pessoas tendem por disseminar esta prática para as pessoas do seu convívio. E ao participar de grupos que também buscam melhorar a saúde, o paciente se ver fora do ambiente hospitalar para se encontrar em um local onde existem outras pessoas que compartilhará de momentos prazerosos com ele.

¹ *Personal trainer* é o profissional que acompanha um cliente nos seus exercícios físicos. É ele quem fica responsável pela preparação e execução das atividades físicas.

contato@conbracis.com.br

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18080.htm>.

_____. Política nacional de promoção da saúde. Brasília, 2015. Disponível em: <http://promocaodasaude.saude.gov.br/promocaodasaude/arquivos/pnps-2015_final.pdf>.

_____. Resolução nº 450, de 10 de novembro de 2011. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2011/Reso450.doc>>.

COUTINHO, Silvano da Silva. Competências do profissional de educação física na Atenção Básica à Saúde. Ribeirão Preto, 2011. Disponível em: <http://www.listasconfef.org.br/comunicacao/banco_de_ideias/SilvanodaSilva.pdf>

GOMES, Grace Angélica de Oliveira et al. Characteristics of physical activity programs in the Brazilian primary health care system. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 10, p. 2155-2168, Oct. 2014. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-

311X2014001002155&lng=en&nrm=iso>.

access

on 29 May 2016. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00085713>.

GUIMARÃES, A. L., CAVALHEIRO, M. T. P. Formação para o SUS e os desafios da integração ensino serviço. Cad. Fnepas, Rio de Janeiro, v. 2, dez. 2011. Disponível em: <http://www.sbfa.org.br/fnepas/artigos_caderno/v11/artigo2_formacao_para_sus.pdf>.

REVISTA EDUCAÇÃO FÍSICA. A intervenção do profissional de educação física na saúde. Rio de Janeiro, n. 26, jun. 2010. Disponível em: <http://www.confef.org.br/extra/revistaef/arquivos/2010/N36_JUNHO/02_A_INTERVENCAO_DO_PROFISSIONAL_DE_EDUC_FISICA_NA_SAUDE.pdf>.

SANTOS, Sueyla Ferreira da Silva dos et al. The work of physical education professionals in Family Health Support Centers (NASF): a national survey. Rev. bras. cineantropom. Desempenho hum., Florianópolis, v. 17, n. 6, p. 693-703, Dec. 2015. Available from

<ht

[tp://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-00372015000600693&lng=en&nrm=iso)

00372015000600693&lng=en&nrm=iso>.

access on 29 May 2016.

[http://dx.doi.org/10.5007/1980-](http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2015v17n6p693)

[0037.2015v17n6p693](http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2015v17n6p693).

SIQUEIRA, F. C. V.; NAHAS, M. V.; FACCHINI, L. A.; PICCINI, R. X.; TOMASI, E.; THUMÉX, E.; SILVEIRA, D. S.; HALLAL, P. C. Atividade física em profissionais de saúde do Sul e Nordeste do Brasil. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 25(9):1917-1928, set. 2009. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/3291.pdf>>.