

# Coletânea de Artigos Conhecimento em Pauta

Volume 5

Artigos Científicos  
GRADUAÇÃO 2017/1

Unoesc Chapecó  
Julho 2017

Organizadores:

Diego Beal  
Celso Paulo Costa  
Daiane Pavan  
Gilberto Pinzetta



Editora Unoesc

© 2017 Editora Unoesc  
Direitos desta edição reservados à Editora Unoesc  
É proibida a reprodução desta obra, de toda ou em parte, sob quaisquer formas ou por quaisquer meios, sem a permissão expressa da Editora.  
Rua Getúlio Vargas, 2125, Bairro Flor da Serra, 89600-000 – Joaçaba – Santa Catarina, Brasil  
Fone: (55) (49) 3551-2065 – Fax: (55) (49) 3551-2004 – editora@unoesc.edu.br

**Editora Unoesc**

Coordenação

Débora Diersmann Silva Pereira

Revisão linguística e eletrônica: Bianca Regina Paganini, Gilvana Toniêlo

Projeto gráfico: Daniely Akemi Terao Guedes

Capa: Gilmar Paloschi

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

F981c Fundação Universidade do Oeste de Santa Catarina.  
Campus de Chapecó  
Conhecimento em pauta: artigos científicos  
graduação 2017/1 / organizadores: Diego Beal ... [et  
al.]. – Chapecó: Editora Unoesc, 2017.  
448 p. - (Série Coletânea de artigos, v. 5)

ISBN 978-85-8422-133-2

1. Ensino superior - Pesquisa. 2. Conhecimento. I.  
Beal, Diego, (org.). II. Título.

CDD 378

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Universitária – Campus Joaçaba

**Universidade do Oeste de Santa Catarina**

**Reitor**

Aristides Cimadon

**Vice-reitores de *Campi***

*Campus* de Chapecó

Ricardo Antonio De Marco

*Campus* de São Miguel do Oeste

Vitor Carlos D'Agostini

*Campus* de Videira

Ildo Fabris

*Campus* de Xanxerê

Genesio Têo

**Pró-reitor de Graduação**

Ricardo Marcelo de Menezes

**Pró-reitor de Pesquisa, Pós-graduação  
e Extensão**

Fábio Lazzarotti

Diretora Executiva da Reitoria

Lindamir Secchi Gadler

**Comissão científica (Avaliadora)**

Camília Susana Faler

Celso Paulo Costa

Daiane Pavan

Diego Beal

Gilberto Pinzetta

Mônica Raquel Sbeghen

Sabrina do Nascimento

**Comissão Organizadora**

Diego Beal

Celso Paulo Costa

Daiane Pavan

Gilberto Pinzetta

## SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....7

### ARTIGOS ÁREA DAS CIÊNCIAS DAS HUMANIDADES

PRESSUPOSTOS TEÓRICOS E REQUISITOS DA RESPONSABILIDADE PENAL NO CONCURSO DE PESSOAS ..... 11  
Juliano Seger

OS PECULIARES DIREITOS DOS ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTEBOL NO ÂMBITO LABORAL..... 33  
Pedro Henrique Grochot, Elizabete Geremias

CONTRIBUIÇÕES DO TCC/PLANO DE NEGÓCIOS PARA A PERFORMANCE PROFISSIONAL DO EGRESSO DO CURSO DE PROCESSOS GERENCIAIS (EAD) ..... 53  
Mônica Barbieri Bevilaqua, Lindamir do Carmo Secchi Gadler, Rodrigo André Fernandes, Greici Fernandes da Silva, Ardinete Rover, Juglans Aimi Severo

ESTUDO DE VIABILIDADE MERCADOLÓGICA DE EXPORTAÇÃO DE FARINHA DE TRIGO PARA ANGOLA: O CASO DA SPECHT PRODUTOS ALIMENTÍCIOS LTDA. .... 73  
Rafaela Costa, Viviane Cristina Kunzler, Inocencia Boita Dalbosco, Daiane Pavan, Sabrina Nascimento

### ARTIGOS ÁREA DAS CIÊNCIAS DA VIDA

A INFLUÊNCIA DOS PAPÉIS DE LIDERANÇA NO BEM-ESTAR DOS COLABORADORES ..... 91  
Larissa Pagnussatto, Ana Paola Grando

OS SENTIMENTOS DESENCADEADOS EM CRIANÇAS POR UM TORNADO ..... 105  
Gentilia Regina Ziebell Sevegnani, Edson Pilger Dias Sbeghen

ANÁLISE COMPARATIVA DE DADOS PSICOSSOCIAIS ENTRE USUÁRIOS DE DROGAS DE UMA UNIDADE PRISIONAL DE CHAPECÓ (BRASIL) E OUTRA DE MAPUTO (MOÇAMBIQUE) .....	121
Alisson Junior Cozzer, Fábio Augusto Lise, Alfredo Maposse, Cesário Mondlane, Hélio Andurage, Paloma Manguele	
PRECONCEITO RACIAL: INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL A ALUNOS DE UMA FACULDADE DO OESTE DE SANTA CATARINA.....	141
Alisson Junior Cozzer, Carla Patrícia Ciotta, Dirceu Luis Minella, Creici Lamonato	
PREVALÊNCIA DO USO DE PSICOFÁRMACOS ANSIOLÍTICOS E ANTIDEPRESSIVOS EM UM MUNICÍPIO DA REGIÃO OESTE DE SANTA CATARINA.....	161
Cristiani Salete Franciosi, Susana Padoin, Edson Pilger Dias Sbeghen, Mônica Raquel Sbeghen	
ANÁLISE QUANTITATIVA DO IMPACTO DE OFICINAS DE APOIO PSICOSSOCIAL A USUÁRIOS DE DROGAS DA PENITENCIÁRIA AGRÍCOLA DE CHAPECÓ.....	177
Alisson Junior Cozzer, Fábio Augusto Lise, Dirlei T. R. Grazioli, Maeli Cristina dos Santos	
BEM-ESTAR E APRENDIZAGEM SOB A ÓTICA DE ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	199
Sayonara Fátima Teston, Jean Carlos Aires do Amaral, Suelen Zucco, Karine Schwaab Brustolin	
MOTIVOS QUE LEVAM OS ALUNOS À PRÁTICA DO FUTSAL NA ESCOLA.....	215
Maicon Roberto Mulineth, Sandra Rogéria de Oliveira	
APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA AO DESEMPENHO ESPORTIVO DE ESCOLARES PRATICANTES DE FUTSAL .....	229
Anderson Gean Alves Oliveira, Rafael Cunha Laux, Paulo Pagliari, Daniela Zanini	
EQUILÍBRIO EM CRIANÇAS PRATICANTES DA MODALIDADE DE JUDÔ.....	245
Mariluce P. Vieira, Wellington P. Manucci	

A INFLUÊNCIA DA DISTRIBUIÇÃO DA PRÁTICA SOBRE A APRENDIZAGEM DO <i>ZEMPO KAITEN UKEMI</i> EM JUDOCAS INICIANTES ESCOLARES .....	255
Aristóteles Okiama, Susana Padoin, Patrick Zawadzki	
O JUDÔ MELHORA O EQUILÍBRIO CORPORAL DE ESCOLARES? ESTUDO COMPARATIVO ENTRE ATIVIDADES EXTRACURRICULARES.....	273
Leandro Carlos Lima, Susana Padoin, Patrick Zawadzki	
A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES ASMÁTICOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.....	291
Gilson José Almeida, Rafael Cunha Laux, Aline de Oliveira Martins, Thuane Lopes Macedo	
COORDENAÇÃO MOTORA FINA E LATERALIDADE DE CRIANÇAS ENTRE SETE E 10 ANOS DE UMA ESCOLA ESTADUAL DO MUNICÍPIO DE CHAPECÓ .....	311
Mariluce P. Vieira, Dalila Guerezi	
EFEITOS DA DANÇA DO VENTRE SOBRE O SISTEMA IMUNITÁRIO DE INICIANTES FUNCIONÁRIAS DE ESCOLA .....	323
Márcia Maria Gonçalves Dalcorso, Rosane Backes, Susana Padoin, Mônica Raquel Sbeghen, Patrick Zawadzki	
OS PROCESSOS METODOLÓGICOS PARA O ENSINO DA DANÇA GAUCHESCA NO CENTRO DE TRADIÇÃO GAÚCHA SEARA E PAMPA .....	337
Lindines Gadini, Sandra Rogéria de Oliveira	
EFEITOS DE EXERCÍCIOS DE DESCOMPRESSÃO INTERVERTEBRAL SOBRE A PERCEPÇÃO DE DOR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO .....	353
Mário Souza Nunes, Jucielly Carla Téó, Susana Padoin, Patrick Zawadzki	
NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, HÁBITOS ALIMENTARES E IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE XAXIM, SC.....	369
Camila Maiara Baggio, Danielle Ledur Antes	

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, INCAPACIDADE FUNCIONAL  
E QUEDAS EM IDOSOS DO LAR DO IDOSO NO MUNICÍPIO  
DE XANXERÊ, SC .....391  
Patrícia Pereira Dalposso, Danielle Ledur Antes

**ARTIGOS ÁREA DAS CIÊNCIAS EXATAS E TECNOLÓGICAS**

10 EVOLVE: PROTÓTIPO DE JOGO EDUCATIVO..... 413  
Iskailer Inaian Rodrigues, Jean Carlos Hennrichs

UM SISTEMA PARA COMERCIALIZAÇÃO DE CRÉDITOS DE  
LANCHE..... 429  
Augusto José Ody, Jean Carlos Hennrichs

## APRESENTAÇÃO

Quando nos lançamos na realização de um projeto, encontramos pelo caminho pessoas caminhando na mesma direção e se abraçando na realização daquilo que não é somente nosso. Assim nasceu a *Coletânea de Artigos Conhecimento em Pauta* da Unoesc Chapecó, que, de acordo com a Política de Pesquisa da Unoesc, tem a finalidade de “fomentar, orientar e priorizar a pesquisa e a inovação visando à produção e disseminação do conhecimento científico e socialmente relevante, com o propósito de apresentar soluções que contribuam para o desenvolvimento da região de atuação da Unoesc.”

Destacando os mais de 60 artigos publicados em seus quatro anos de existência, apresentamos a IV Edição da *Coletânea de Artigos Conhecimento em Pauta*. Os 25 artigos dessa edição, de autoria de professores e estudantes da Unoesc Chapecó, estão distribuídos nas áreas do Conhecimento das Ciências das Humanidades, Ciências da Vida, e Ciências Exatas e Tecnológicas da Unoesc *Campus* de Chapecó.

Trata-se de uma publicação digital gratuita que se aproveita das oportunidades das mídias digitais para possibilitar que os conhecimentos cheguem aos recantos do mundo, compartilhando o conhecimento construído e projetando seus autores e a instituição à qual pertencem. Cada vez mais o mundo está conectado à internet, caminho pelo qual procuramos chegar onde as pessoas estão. Chegando às pessoas, o autor é como um turista em terras desconhecidas, precisa ser recebido, entendido, acainhado... Não precisa de críticas fáceis, mas construtivas e incentivadoras para que continue a percorrer este caminho possível a todos, mas trilhado apenas por alguns.

Dedicamos esta obra a você e a todas as pessoas do bem, para o bem das pessoas. Aos leitores, desejamos que sua mente seja guiada no entendimento dos conteúdos que aqui se propõem. Aos escritores, suplicamos a energia necessária para que continuem produzindo e permitindo a todos projetar mundos, visitar pessoas e lugares desconhecidos e registrar tempos que não se repetem.

Agradecemos a todos os que se empenharam na elaboração dos artigos que compõem este *e-book* que contribui sobremaneira para o desenvolvimento pessoal, da Universidade e de todos os leitores. Boa leitura a todos!

Celso Paulo Costa  
Diretor de Graduação  
Unoesc Campus de Chapecó



ARTIGOS  
ÁREA DAS CIÊNCIAS  
DAS HUMANIDADES



# PRESSUPOSTOS TEÓRICOS E REQUISITOS DA RESPONSABILIDADE PENAL NO CONCURSO DE PESSOAS

Juliano Seger<sup>1</sup>

## RESUMO

Este ensaio se desenvolve no âmbito temático do Direito Penal e tem por objeto a análise das consequências jurídico-penais nas infrações penais cometidas em concurso de pessoas. O estudo pretende resgatar os fundamentos teóricos da temática, apontar a opção legislativa brasileira e indicar os requisitos necessários para a configuração da codelinquência mediante exposição textual lógico-dedutiva. A proposta investigativa tem como principal instrumental a releitura da doutrina especializada, conjugada à análise de textos legislativos e julgados dos tribunais pátrios. O objetivo principal da reunião das premissas teóricas e normativas em torno do tema consiste em esclarecer em que circunstâncias o ordenamento jurídico-penal brasileiro estabelece a resposta penal aos codelinquentes. Palavras-chave: Direito penal. Concurso de pessoas. Teorias. Requisitos.

## 1 INTRODUÇÃO

O presente ensaio delimita seu objeto de estudo no âmbito do Direito Penal, precisamente no contexto do concurso de pessoas para a prática delitiva, tema que faz parte do cotidiano da criminalidade e, não por outra razão, repercute na seara normativa, constituindo objeto do quarto título da atual Parte Geral do Código Penal. Afinal, como constata Magalhães Noronha (2003, p. 211), “o crime é um fato humano e como tal pode ser cometido por uma ou várias pessoas” ou como realça Bitencourt (2014, p. 546), “o fato punível pode ser obra de um ou vários agentes.”

---

<sup>1</sup>Mestre em Direito pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Especialista em Direito Penal e Processual Penal pela Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul; Professor no Curso de Graduação em Direito Universidade do Oeste de Santa Catarina; juliano Seger@mp.rs.gov.br

A reunião de pessoas no cometimento de uma infração penal ou *concursum delinquentium*, segundo Bitencourt (2014, p. 546-547), pode decorrer de uma série de fatores, como assegurar o êxito do empreendimento delituoso, garantir a impunidade, possibilitar o proveito coletivo do resultado ou simplesmente satisfazer outros interesses pessoais. Ademais, o concurso de pessoas pode ser eventual, como de regra costuma acontecer na maioria dos crimes, ou necessário, quando o próprio tipo penal exige a presença de várias pessoas como elementar.

Este estudo versa sobre a primeira situação, o concurso eventual de pessoas, que ocorre quando dois ou mais indivíduos se reúnem para praticar determinada infração penal, nos denominados crimes unissubjetivos ou monossubjetivos. Cunha (2015, p. 141), Bitencourt (2014, p. 547) e Estefam e Gonçalves (2016, p. 445) destacam que tais crimes podem ser praticados por uma única pessoa, embora também possam ser cometidos por vários indivíduos, a exemplo do homicídio, do furto, do roubo ou do estupro, todos passíveis de serem praticados individualmente.

A importância do tema bem se revela pela intrincada controvérsia doutrinária na qual mergulha, a ponto de Costa e Silva (2004, p. 81), apontado como expoente maior da doutrina penalista brasileira, dizer que “a matéria da concorrência de várias pessoas em um mesmo crime (cumplicidade, em acepção lata) é, ao lado da tentativa, uma das mais cheias de dificuldades e controvertidas do direito criminal.”

O tema envolve diferentes possibilidades de enfoque, conforme a problemática que o pesquisador se propõem a explorar. Bitencourt (2014, p. 546) destaca duas linhas de provocações, a primeira de viés mais teórico-filosófico, e a segunda de caráter eminentemente prático. A indagação de como deve ser valorado o fenômeno delitivo quando participam vários agentes remete às teorias de base da matéria, ao passo que o questionamento acerca de como deve ser valorada a conduta individual de cada um posiciona a análise em âmbito propriamente jurídico-penal.

Diante da abreviada limitação textual a que se submete este ensaio, seria deveras impossível fazer frente as duas ordens de indagações

sugeridas pelo renomado doutrinador. Assim, este texto se limita a explorar apenas as teorias de base da matéria e a estudar os requisitos basilares da responsabilização penal no âmbito da codelinquência, para expor as razões que subjazem à opção legislativa brasileira, partindo do seguinte problema: em que circunstâncias devem ser punidos os codelinquentes?

As hipóteses poderiam lançar-se aos extremos. O enfoque global do fenômeno delitivo, como um todo unitário, tomaria cada contribuição de forma igualmente importante para o resultado e, por conseguinte, teria como corolário a afirmação de que todos devem responder indistintamente pelo mesmo delito. Outro olhar, mais voltado aos sujeitos envolvidos no crime, consideraria singularmente cada atuação e, como consequência, resultaria na afirmação de que cada qual deve responder pela própria conduta, individualmente considerada. Nesse contexto, entretanto, talvez fosse possível propor uma conciliação, criando-se categorias escalonadas e respostas correspondentes.

A caminhada em meio ao emaranhado teórico que assim se descortina tem como guias, neste estudo, a literatura específica, que aponta os marcos de referência da matéria, bem como construções legislativas que estabelecem as normas jurídicas aplicáveis e casos julgados nos quais efetivamente se aplica o aporte normativo. Assim, a proposta investigativa utiliza-se de fontes doutrinárias, legislativas e jurisprudenciais, a fim de elaborar um discurso lógico-dedutivo em resposta ao problema da pesquisa.

## **2 MARCOS TEÓRICOS PARA A VALORAÇÃO DO FENÔMENO DELITIVO**

O tema do concurso de pessoas também recebe outras denominações. Costa e Silva (2004, p. 81) conceitua a concorrência criminosa como a ciente e voluntária cooperação de duas ou mais pessoas para um mesmo crime, compartilhando a respectiva responsabilidade. A codelinquência ou coparticipação, no dizer de Magalhães Noronha (2003, p. 211), consiste na coparticipação de duas ou mais pessoas, ciente e voluntariamente, na mesma infração penal, seja crime ou contravenção.

Nucci (2013, p. 383) refere-se à coautoria, participação, concurso de delinquentes, concurso de agentes ou cumplicidade como cooperação desenvolvida por mais de uma pessoa para o cometimento de uma infração penal. Estefam e Gonçalves (2016, p. 445) conceituam o concurso de agentes ou codelinquência como hipóteses em que duas ou mais pessoas se envolvem na prática de uma infração penal. Enfim, trata-se da concorrência plúrima ou contribuição de duas ou mais pessoas para a prática do delito, a que alude Prado (2010, p. 465).

Quando se trata de determinar se, na colaboração diversa dos agentes, ocorre um ou mais delitos, Magalhães Noronha (2003, p. 212-213) coloca em destaque duas teorias consideradas de maior prestígio: a teoria unitária ou monista, segundo a qual nem a pluralidade de delinquentes nem a diversidade de condutas seriam óbices à unidade de crimes; e a teoria pluralística, para a qual cada um dos concorrentes pratica um crime próprio, sendo eles autônomos e distintos.

Contudo, considerando a classificação das teorias mais comumente adotada na doutrina – Bitencourt (2014, p. 547-550), Estefam e Gonçalves (2016, p. 457-460), Jesus (2014, p. 454), Junqueira e Vanzolini (2013, p. 432), Nucci (2010, p. 383-384) e Prado (2010, p. 465) –, o roteiro deste texto segue a subdivisão em teorias monísticas, pluralísticas e dualísticas, conforme a tríade teórica que postula a resposta ao dilema da responsabilização dos que cooperam para a prática delituosa.

## 2.1 TEORIA MONÍSTICA

A primeira construção teórica, denominada monística, unitária ou igualitária, parte de um enfoque do crime em sua integralidade ou inteireza e, concebendo-o como um todo unitário e indivisível, resulta na assertiva de que todos aqueles que, de uma forma ou de outra, prestam contribuição à prática delituosa devem responder, indistintamente, pelo crime cometido.

Segundo Magalhães Noronha (2003, p. 212-213), a leitura unitária reputa uno o resultado, como fruto de todas as ações que para ele

convergem, de tal sorte que seria desarrazoado, nessa perspectiva, falar em multiplicidade de delitos, isolando-se ou separando-se os participantes, até porque isso levaria ao risco de deixar impune a conduta de alguns deles, se não alcançarem a fase de execução do tipo.

Junqueira e Vanzolini (2015, p. 432) também destacam o postulado da teoria monista segundo o qual, assim como tudo que o que contribui para o resultado constitui causa, todo aquele que colabora para a prática de um crime responde pelo injusto, consoante a mesma inspiração filosófica da teoria da equivalência das condições ou dos antecedentes, que informa a legislação brasileira em sede de nexo de causalidade.<sup>2</sup>

Na esteira dos desdobramentos da teoria da equivalência das condições, que permite concluir que todos que concorrem para o crime respondem pelo seu resultado, e ainda considerando questões de política criminal que orientam a punir igualmente os vários agentes, Cunha (2015, p. 145) destaca a noção de que “todos e cada um, sem distinção, são responsáveis pela produção do resultado” e seu corolário: ainda que o fato tenha sido cometido por vários agentes, conserva-se único e indivisível, sem qualquer distinção entre os sujeitos.

Para a teoria unitária, portanto, nem a pluralidade de delinquentes nem a diversidade de condutas descaracterizam a unidade do crime. Logo, inexistente qualquer distinção entre autor, coautor e partícipe: todos os que concorrem para o crime são autores dele (PRADO, 2010, p. 465); todos os que tomam parte na infração penal cometem idêntico crime (NUCCI, 2010, p. 383); todos os intervenientes respondem, de regra, pelo mesmo crime (BITENCOURT, 2014, p. 549).

A título de conclusão, a teoria monista defende o postulado de que todas as pessoas que venham a contribuir para a prática de uma infração penal são consideradas autoras dessa infração e, portanto, incorrem nas penas cominadas, independentemente da parcela de contribui-

---

<sup>2</sup> Código Penal - Art. 13. O resultado, de que depende a existência do crime, somente é imputável a quem lhe deu causa. Considera-se causa a ação ou omissão sem a qual o resultado não teria ocorrido (BRASIL, 1940).

ção prestada ao êxito da empreitada criminosa, tendo em vista que cada ação convergiu ao resultado uno e indivisível do crime.

## 2.2 TEORIA PLURALÍSTICA

A segunda vertente teórica aqui estudada – teoria pluralística – apresenta uma leitura subjetiva do contexto do crime, quando envolvidas diversas pessoas em sua prática, como se cada uma tivesse praticado uma infração própria e distinta da cometida pelas demais. Com base nessa leitura, a também denominada teoria da cumplicidade do delito distinto ou da autonomia da participação considera a participação como autoria ou crime autônomo (PRADO, 2010, p. 465).

Para Magalhães Noronha (2003, p. 212-213), a teoria pluralística sustenta que cada um dos concorrentes pratica um crime próprio, sendo eles autônomos e distintos. E Bitencourt (2014, p. 548) arremata com o postulado da teoria: a cada participante corresponde uma conduta própria, um elemento psicológico próprio e um resultado igualmente particular.

Na linha de entendimento assim traçada, conforme Cunha (2015, p. 145), criam-se delitos autônomos cominados individualmente, havendo tantos crimes quantos sejam os agentes que concorram para o fato. Embora essa não tenha sido a corrente adotada como regra no ordenamento brasileiro, Nucci (2010, p. 383) relembra que a concepção

pluralística emerge na diferenciação de algumas figuras típicas previstas no Código Penal, como aborto,<sup>3</sup> corrupção ativa e passiva<sup>4</sup> e bigamia.<sup>5</sup>

Enfim, desde o ponto de vista pluralista, a prática de determinada infração penal por diversas pessoas resulta em tantas infrações penais quanto forem os envolvidos, fragmentando-se a suposta inteireza do delito. Com base em enfoque direcionado à ação individual de cada um, desdobram-se os crimes em relação a cada um dos envolvidos, que cometem crimes próprios e distintos dos praticados pelos demais.

### 2.3 TEORIA DUALÍSTICA

O terceiro marco teórico analisado não visualiza o crime como um todo unitário, porque diferencia a colaboração primária da secundária, mas também não adota a desfragmentação pluralista, que considera tantos crimes quantos forem os envolvidos, na medida em que defende a inclusão dos envolvidos em uma das duas categorias sugeridas. Assim, quer parecer que a teoria dualista estabelece um meio termo entre as duas concepções anteriormente expostas.

Segundo Prado (2010, p. 465), a teoria dualística defende a existência de dois delitos, conforme se considere a participação primária e

---

<sup>3</sup> Art. 124 - Provocar aborto em si mesma ou consentir que outrem lho provoque:

Pena - detenção, de um a três anos.

Art. 126 - Provocar aborto com o consentimento da gestante:

Pena - reclusão, de um a quatro anos (BRASIL, 1940).

<sup>4</sup> Art. 317 - Solicitar ou receber, para si ou para outrem, direta ou indiretamente, ainda que fora da função ou antes de assumi-la, mas em razão dela, vantagem indevida, ou aceitar promessa de tal vantagem:

Pena - reclusão, de 2 (dois) a 12 (doze) anos, e multa.

Art. 333 - Oferecer ou prometer vantagem indevida a funcionário público, para determiná-lo a praticar, omitir ou retardar ato de ofício:

Pena - reclusão, de 2 (dois) a 12 (doze) anos, e multa (BRASIL, 1940).

<sup>5</sup> Art. 235 - Contrair alguém, sendo casado, novo casamento:

Pena - reclusão, de dois a seis anos.

§ 1º - Aquele que, não sendo casado, contrai casamento com pessoa casada, conhecendo essa circunstância, é punido com reclusão ou detenção, de um a três anos (BRASIL, 1940).

a participação secundária. Ou, como diria Nucci (2010, p. 384), a teoria dualística, diante da pluralidade de agentes e da diversidade de condutas que causem um só resultado, defende a separação dos coautores, que praticam um delito, e dos partícipes, que cometem outro.

Bitencourt (2014, p. 548), Cunha (2015, p. 145) e Prado (2010, p. 465) esclarecem que os autores praticam a ação principal, assim entendida a conduta típica emoldurada no ordenamento positivo ou o tipo legal de delito. De outra banda, os partícipes desenvolvem uma atividade secundária, que não se amolda à conduta nuclear prevista no tipo penal, embora colaborem de alguma maneira, com atos acessórios.

A teoria dualista, portanto, fragmenta o crime em duas partes, conforme a natureza principal ou secundária das ações que convergem ao resultado. Um de seus segmentos corresponde às condutas definidas na legislação como verbos nucleares do tipo, em que incorrem os autores ou executores do tipo legal. O outro segmento se refere às condutas secundárias, não correspondentes a atos típicos, mas que contribuem para o resultado mediante colaboração acessória; nelas incorrem os partícipes.

### **3 REQUISITOS DO CONCURSO DE PESSOAS**

Bitencourt (2014, p. 552-553), Cunha (2015, p. 144), Estefam e Gonçalves (2016, p. 460-461), Jesus (2014, p. 462), Junqueira e Vanzolini (2013, p. 435-437), Nucci (2013, p. 388-389) e Prado (2010, p. 466) apontam quatro requisitos para o concurso de pessoas, assim enumerados e examinados na sequência do texto: pluralidade de pessoas e de condutas; relevância causal de cada conduta; liame subjetivo entre os participantes; e identidade de infração para todos os envolvidos.

#### **3.1 PLURALIDADE DE PESSOAS E DE CONDUTAS**

A responsabilização de duas ou mais pessoas pela prática do mesmo delito pressupõe que cada uma delas tenha realizado ao menos uma conduta. Estefam e Gonçalves (2016, p. 460) demonstram isso ao

discorrer que, na coautoria, existem duas condutas classificadas como principais (dois atiradores no homicídio, dois funcionários públicos desviando dinheiro etc.); na participação, existe uma conduta principal, praticada pelo autor, e outra acessória, praticada pelo partícipe (o autor atira na vítima, enquanto o partícipe o incentiva a fazê-lo).

Junqueira e Vanzolini (2015, p. 435) destacam que, embora os inimputáveis não tenham condições de aderir sincera e conscientemente ao plano criminoso, sendo apenas instrumentos manipulados pelos verdadeiros autores (mediatos) do crime, entende-se que devem ser computados para fins de concurso de pessoas, conforme precedente do Superior Tribunal de Justiça (HC 197.501/SP).

### 3.2 RELEVÂNCIA CAUSAL DE CADA CONDUTA

Exige-se o nexo causal eficaz para o resultado (PRADO, 2010, p. 466). Isso porque, consoante Estefam e Gonçalves (2016, p. 460), apenas aqueles cujas condutas tenham efetivamente contribuído para o resultado podem responder pelo delito; conseqüentemente, quem tiver praticado conduta que, na prática, seja inócua para a concretização do crime, não responde por ele.

Jesus (2014, p. 462) relembra que o conceito de conduta resgata a ideia de que não basta o simples conhecimento da conduta criminosa, mas uma contribuição à sua realização, seja qual for a sua maneira de exteriorização, para a configuração da participação delituosa. E, citando Soler, afirma que “participar é uma forma de atuar.”

Tais considerações valem também para os crimes formais, em que a lei dispensa o resultado para a consumação. Tomando-se o exemplo do crime formal de extorsão mediante sequestro, referido por Estefam e Gonçalves (2016, p. 460), entende-se que a prestação de informações sobre o paradeiro da vítima, para sua captura, torna o colaborador partícipe do sequestro, independentemente da obtenção do resgate.

### 3.3 LIAME SUBJETIVO

Ao instituto do concurso de pessoas importa não somente a causalidade física, mas também o elemento subjetivo, como assevera Magalhães Noronha (2003, p. 215). A coparticipação exige um vínculo psicológico unindo as várias condutas, o que importa em que elas tenham um objetivo comum, havendo ciência, pelo menos, de um autor aderir à ação do outro; deve haver vontade livre e consciente de concorrer à ação de outrem. Indispensável, segundo Bitencourt (2014, p. 550), o elemento subjetivo ou vontade e consciência de participar da obra comum.

A intenção de contribuir para o resultado criminoso constitui pressuposto para a configuração do concurso de pessoas, ainda que não se exija prévio ou expresso ajuste entre as partes, pois basta que o envolvido tenha ciência de que, com sua conduta, colabora para o resultado criminoso. Eis a lição de Estefam e Gonçalves (2016, p. 460). Ademais, conforme Junqueira e Vanzolini (2015, p. 435), dispensada a exigência de liame recíproco, costuma-se reconhecer o liame subjetivo unilateral ainda que haja apenas a aderência de uma vontade à outra, sem reciprocidade. Assim também é o arremate de Jesus (2014, p. 462): basta que uma vontade adira à outra.

Embora, na maioria das vezes, o vínculo subjetivo seja acompanhado de *pactum sceleris* ou acordo prévio, é suficiente que um partícipe conscientemente adira à ação do outro, sem necessidade de ajuste anterior. Magalhães Noronha (2003, p. 215) ilustra isso com o exemplo de um criado que, ignorando eventual plano de furto, deixa a porta aberta para um ladrão entrar para se vingar do amo. E também com a oposição à colaboração de outrem, verificada na situação de um marido homicida que proíbe a esposa de ajudá-lo na execução do crime, mas esta acaba desarmando a vítima ou ministrando-lhe algum narcótico.

Estefam e Gonçalves (2016, p. 460-461) também recorrem ao exemplo. No caso do empregado que, desgostoso com o patrão por não ter recebido aumento, intencionalmente deixa aberta a porta da casa, facilitando a entrada de um ladrão que venha a cometer um furto, tal

empregado é considerado partícipe, mesmo que o ladrão não saiba que foi ajudado.

Na mesma linha, Junqueira e Vanzolini (2015, p. 436) apontam o deslinde do caso da empregada que abre a porta para que o ladrão que ronda a vizinhança possa furtar eletrodoméstico. Mesmo que ele não tenha aderido à vontade dela, pois sequer sabia da sua existência, a empregada figura como partícipe; aliás, entende-se que a empregada responde pela qualificadora do concurso de pessoas, pois conhecia tal circunstância.

Entretanto, os autores por último citados ainda defendem que a mera convivência constitui irrelevante penal. Assim, no caso de um sujeito que diz à esposa que vai assaltar um banco, ela não responderá pela ciência silente, por não ter colaborado efetivamente para a prática delituosa cometida pelo marido, mesmo tomando conhecimento do assalto anunciado e até tendo prestado concordância psicológica com sua prática. Cabe ressaltar que, no caso, não se configura nenhuma hipótese de garante que torne a omissão penalmente relevante.

### 3.3.1 **Autoria colateral**

Mesmo diante da ausência de vinculação subjetiva entre os envolvidos na prática delituosa, Estefam e Gonçalves (2016, p. 460) mencionam que se pode configurar a denominada autoria colateral. Cunha (2015, p. 145) anota que a autoria colateral ou imprópria ocorre quando dois agentes, mesmo com convergência objetiva de condutas dirigidas para um determinado fato criminoso, não atuam unidos pelo liame subjetivo. Prado (2010, p. 470) reforça que a autoria colateral ou acessória acontece quando duas ou mais pessoas produzem um evento típico de modo independente uma das outras, sem liame psicológico entre si.

Isso ocorre, como exemplifica Cunha (2015, p. 145), na situação em que dois indivíduos, pretendendo matar um terceiro, efetuam disparos simultâneos de arma de fogo, sem que um saiba da intenção do outro. Se ambos atirarem e a pessoa visada morrer, atingida por um dos disparos, quem efetivamente matou, ao efetuar o disparo letal, responde

por homicídio; no entanto, quem apenas tentou, mas não efetuou o disparo fatal, responde apenas por tentativa de homicídio.

Cabe citar outro exemplo, trazido por Estefam e Gonçalves (2016, p. 461). Dois ladrões ingressam em um supermercado ao mesmo tempo, sem que um saiba da atuação do outro, para furtar objetos. Ambos entram, subtraem os objetos, escondem-nos sob a camisa e retiram-se do local, sem qualquer liame subjetivo que os una. Ocorre autoria colateral em razão da coincidente e concomitante prática de crimes contra a mesma vítima, sem vínculo psicológico entre os coautores colaterais.

Cunha (2015, p. 145) e Estefam e Gonçalves (2016, p. 462) ainda relembram a autoria incerta, considerada subespécie da colateral, que ocorre quando dois agentes atuam com convergência objetiva de condutas, mas sem liame subjetivo, com o detalhe de não ser possível determinar qual dos comportamentos causou o resultado. Em sendo inviável apurar qual dos envolvidos provocou o resultado, resta considerar ambas as condutas como meras tentativas, não obstante consumado o crime. Assim, caso duas pessoas resolvam matar uma terceira, sem que uma saiba da intenção da outra, e ambas atirem em direção à pessoa visada, matando-a, a impossibilidade de identificar qual dos disparos causou a morte leva a concluir que ambos os agentes respondam por homicídio tentado.

### 3.4 IDENTIDADE DE INFRAÇÃO PENAL

A identidade de infração penal para todos os participantes, conforme Jesus (2014, p. 462), não constituiria propriamente um requisito, mas uma consequência jurídica em face das outras condições; no dizer de Junqueira e Vanzolini (2015, p. 436), seria uma consequência da adoção da teoria monista. Não obstante, entende-se indispensável o reconhecimento da prática da mesma infração para todos (NUCCI, 2013, p. 389), na medida em que, para que se configure o concurso de pessoas, todos os concorrentes devem contribuir para o mesmo evento, previamente determinado e escolhido pelos agentes (CUNHA, 2015, p. 144).

Destaca-se, por fim, que as exceções à teoria unitária, como a corrupção ativa e passiva, não implicam concurso de agentes. Segundo Estefam e Gonçalves (2016, p. 461), no exemplo de oferecimento de dinheiro a funcionário público e correspondente aceite, quem oferece comete crime de corrupção ativa, ao passo que aquele que recebe o dinheiro comete o crime de corrupção passiva.

### 3.5 MOMENTO DO CONCURSO DE PESSOAS

Além desses quatro requisitos, existe um pressuposto que também rende consenso doutrinário, relacionado ao momento do concurso de pessoas. Consideradas as fases de cogitação, preparação, execução e consumação que constituem etapas dos crimes materiais ou de resultado naturalístico, questiona-se em que momento do *iter criminis* pode ocorrer o concurso de pessoas.

De acordo com o corolário da teoria adotada em matéria de causalidade, todos os que concorrem à produção do resultado são participantes, na condição de autores ou de partícipes, e podem incorrer no crime desde a deliberação até o momento consumativo. Assim lecionam Bitencourt (2014, p. 546) e Junqueira e Vanzolini (2015, p. 435), seguindo o norte traçado por Magalhães Noronha (2003, p. 214): depois do momento consumativo, novos fatos podem configurar delito autônomo, como no caso da receptação; nos delitos permanentes, admite-se a coparticipação depois de iniciada e enquanto não finda a consumação, que se protraí no tempo.

#### 3.5.1 Coautoria sucessiva

A possibilidade de coautoria sucessiva ocorre em situações nas quais, após iniciada a execução por um agente, outro agente ingressa na prática conjunta da infração penal, como no exemplo de alguém que, ao ver a vítima caída na calçada, após ser agredida por um integrante de sua turma, resolve também a agredir. Embora a doutrina entenda que o

ingresso do coautor deve ocorrer apenas até o momento da consumação, Junqueira e Vanzolini (2015, p. 442) relembram o posicionamento de Nilo Batista, para quem a coautoria sucessiva pode ocorrer até o exaurimento.

Embora normalmente os coautores iniciem, juntos, a prática delituosa, pode ser que uma pessoa dê início à execução e, em seu curso, outra pessoa venha a aderir à conduta e auxiliar a primeira nos atos executórios. Segundo Estefam e Gonçalves (2016, p. 455), essa hipótese de coautoria sucessiva costuma ser admitida apenas até o momento da consumação; contudo, excepcionalmente, admite-se após a consumação das infrações permanentes. Se um sujeito sequestrar alguém para pedir resgate, e outra pessoa, tendo conhecimento dessa situação, colabore dispondo-se a cuidar do cativo e realizar tratativas de resgate, ocorre coautoria sucessiva.

Em síntese aos requisitos do concurso de pessoas, pode-se inicialmente destacar a necessidade de envolvimento de mais de uma pessoa no cometimento da infração penal, considerada única para todos os envolvidos. Ademais, cada qual deve ter sua parcela de contribuição para o evento, com conduta própria e dotada de relevância causal. Desde o ponto de vista subjetivo, necessário o vínculo subjetivo entre os vários agentes, configurado com a mera adesão de uma vontade à outra. Admite-se a codelinquência até o momento da consumação do crime.

A ausência de liame psíquico, embora descaracterize o concurso de pessoas, não impede a configuração da autoria colateral, em que existe a convergência de condutas objetivas destinadas à ofensa do bem jurídico tutelado pela norma penal, porém sem elo de colaboração subjetiva entre os envolvidos. Já em relação à colaboração havida após a consumação do crime, via de regra se configura outra infração penal, tendo parcela da doutrina admitido a coautoria sucessiva em crimes permanentes.

## 4 CONCURSO DE PESSOAS NO ORDENAMENTO JURÍDICO-PENAL BRASILEIRO

O concurso de pessoas teve guarida na legislação brasileira desde seu primeiro estatuto, o Código Criminal do Império,<sup>6</sup> que dispunha acerca das figuras dos criminosos, distinguindo-as em autores e cúmplices (PRADO, 2010, p. 463). O Código Penal de 1890<sup>7</sup> manteve a disciplina legal que estabelecia expressamente a diferenciação entre os envolvidos no crime, autor principal e secundário, autor e cúmplice (MAGALHÃES NORONHA, 2003, p. 214).

---

<sup>6</sup> Art. 4º São criminosos, como autores, os que commetterem, constrangerem, ou mandarem alguém commetter crimes.

Art. 5º São criminosos, como complices, todos os mais, que directamente concorrerem para se commetter crimes.

Art. 6º Serão também considerados complices: 1º Os que receberem, occultarem ou comprarem cousas obtidas por meios criminosos, sabendo que o foram, ou devendo sabel-o em razão da qualidade, ou condição das pessoas, de quem as receberam, ou compraram. 2º Os que derem asylo, ou prestarem sua casa para reunião de assassinos, ou roubadores, tendo conhecimento de que commettem, ou pretendem commetter taes crimes (BRASIL, 1830).

<sup>7</sup> Art. 17. Os agentes do crime são autores ou cúmplices.

Art. 18. São autores: § 1º Os que directamente resolverem e executarem o crime; § 2º Os que, tendo resolvido a execução do crime, provocarem e determinarem outros a executá-lo por meio de dadas, promessas, mandato, ameaças, constrangimento, abuso ou influencia de superioridade hierarchica; § 3º Os que, antes e durante a execução, prestarem auxilio, sem o qual o crime não seria commettido; § 4º Os que directamente executarem o crime por outrem resolvido.

Art. 19. Aquelle que manar, ou provocar alguém a commetter crime, é responsavel como autor: § 1º Por qualquer outro crime que o executor commetter para executar o de que se encarregou; § 2º Por qualquer outro crime que daquelle resultar.

Art. 20. Cessará a responsabilidade do mandante si retirar a tempo a sua cooperação no crime (BRASIL, 1890).

A originária redação do Código Penal de 1940<sup>8</sup> estabelecia que todos os que, de qualquer modo, contribuíssem para o resultado seriam considerados autores, independentemente de sua parcela de contribuição. Para Magalhães Noronha (2003, p. 214), essa opção constitui corolário da adoção da teoria da equivalência das condições, segundo a qual tudo quanto concorre para o resultado é causa, e da teoria extensiva do conceito de autor, fundada na causação do resultado. Por conseguinte, conforme Nucci (2010, p. 384), ocorre a equiparação dos vários agentes do crime, sem distinção entre coautores e partícipes, permitindo-se ao juiz aplicar igualmente a pena para todos, em conformidade com o conceito extensivo de autor.

A Legislação de 1940 utilizava a palavra “coautoria” para referir-se ao concurso eventual de delinquentes de forma errônea, consoante apontamento de Bitencourt (2014, p. 547), pois tal denominação constitui apenas uma categoria do gênero codelinquência, ao lado da participação em sentido estrito. O Código Penal de 1969 utilizou a denominação “concurso de agentes”, ao passo que a Reforma Penal de 1984 assentou a expressão “concurso de pessoas”, até mesmo para evitar confusão com a incidência de fenômenos naturais produzidos por agentes físicos.

O legislador, com a Reforma Penal de 1984, parece ter observado a constatação de Magalhães Noronha (2003, p. 212), no sentido de que nem todos os participantes praticam a mesma ação, reconhecendo, ainda, o acerto da distinção doutrinária entre coautoria e participação (NUCCI, 2010, p. 384). Migrou-se ao conceito de autor defendido pela teoria restritiva, cujo viés objetivo-formal considera autores os que realizam a conduta descrita no tipo penal (no homicídio, quem mata; no

---

<sup>8</sup> Art. 25 . Quem, de qualquer modo, concorre para o crime incide nas penas a este cominadas.

Art. 26 . Não se comunicam as circunstâncias de caráter pessoal, salvo quando elementares do crime.

Art. 27 . O ajuste, a determinação ou instigação e o auxílio, salvo disposição expressa em contrário, não são puníveis, se o crime não chega, pelo menos, a ser tentado (art. 76, parágrafo único) (BRASIL, 1940).

furto, quem subtrai, etc.) e partícipes, por exclusão, aqueles que não realizam o ato executório descrito no tipo penal, mas de outra forma contribuem para a eclosão do delito (ESTEFAM; GONÇALVES, 2016, p. 447; BITENCOURT, 2014, p. 556; PRADO, 2010, p. 468).

Ocorre que a teoria restritiva, ao limitar o conceito de autor à prática de ato típico, coloca o mandante e o mentor intelectual, que não realizam atos de execução no caso concreto, como meros partícipes da infração penal, e não como autores. Para contornar esse impasse, delineia-se a teoria do domínio do fato, objetiva final ou objetiva subjetiva, que, segundo Prado (2010, p. 469), considera autor aquele que tem o domínio final do fato, enquanto o partícipe carece desse domínio.

Cunha (2015, p. 142) relembra que a teoria do domínio do fato, creditada a Hans Welzel, diferencia com clareza o autor do executor do crime, conciliando as teorias objetiva e subjetiva. Autor é quem controla finalisticamente o fato, quem decide a sua forma de execução, seu início, cessação e demais condições; partícipe é quem, embora colabore dolosamente para o alcance do resultado, não exerce o domínio sobre a ação.

Com a Reforma de 1984, o legislador estabeleceu alguns matices ao rigor da concepção unitária, definindo distinções na punibilidade de autoria e participação, inclusive com a previsão de graus de participação, o que, segundo Bitencourt (2014, p. 549-550), aproxima o modelo adotado aos padrões do sistema diferenciador. Ademais, a teoria extensiva, segundo a qual todos são autores, foi substituída pela teoria restritiva, que distingue autores de partícipes. Veja-se a redação da nova Parte Geral do Código Penal, ainda hoje vigente:

Art. 29 - Quem, de qualquer modo, concorre para o crime incide nas penas a este cominadas, na medida de sua culpabilidade.

§ 1º - Se a participação for de menor importância, a pena pode ser diminuída de um sexto a um terço.

§ 2º - Se algum dos concorrentes quis participar de crime menos grave, ser-lhe-á aplicada a pena deste; essa pena será aumentada até metade, na hipótese de ter sido previsível o resultado mais grave.

Art. 30 - Não se comunicam as circunstâncias e as condições de caráter pessoal, salvo quando elementares do crime.  
Art. 31 - O ajuste, a determinação ou instigação e o auxílio, salvo disposição expressa em contrário, não são puníveis, se o crime não chega, pelo menos, a ser tentado. (BRASIL, 1940).

Com isso, na esteira da maioria das legislações, o atual Código Penal brasileiro adota a teoria unitária ou monística, equiparando, num primeiro momento, todos os que intervêm no delito ou quem de qualquer modo concorre para ele. Contudo, as fórmulas pelas quais a punição de cada um se condiciona pelo grau de culpabilidade mitigam os efeitos da teoria. Como bem salienta Magalhães Noronha (2003, p. 214), a legislação não diz que todos os concorrentes no crime sejam autores, mas, sim, que todos respondem pelo resultado, na medida de sua participação.

O Supremo Tribunal Federal tem ratificado a adoção dessa orientação. Em julgado relatado pela Ministra Rosa Weber (HC 123068, j. 03/02/2015), a Primeira Turma enfrentou a discussão acerca da possibilidade de reconhecimento de delitos distintos para corréus que cooperaram para o mesmo fato criminoso. Na decisão, depois de verificado que o agente e os demais acusados agiram em concurso e unidade de propósitos, com relevância causal para produção do resultado criminoso, assentou-se a imputação criminosa uniforme a todos os envolvidos, tal qual preceitua a teoria monista adotada pelo art. 29 do Código Penal.

A Segunda Turma, em julgado cuja relatoria coube ao Ministro Joaquim Barbosa (HC 97652, j. 04/08/2009), firmou o entendimento no sentido de que, em se tratando de concurso de pessoas que agiram com unidade de desígnios e cujas condutas tenham relevância causal para a produção do resultado, não se admite que um agente tenha praticado o delito na forma tentada e o outro, na forma consumada. Isso porque a teoria monista ou unitária determina que, se houver pluralidade de agentes e convergência de vontades para a prática da mesma infração penal, todos os que contribuírem para o crime devem incidir nas penas a ele co-

minadas, ressalvadas as exceções para as quais a lei prevê expressamente a aplicação da teoria pluralista.

O artigo 29 do Código Penal adota a teoria monística, de forma matizada ou temperada (PRADO, 2010, p. 465). Alinhando-se ao princípio constitucional segundo o qual “a lei regulará a individualização da pena” (CF, art. 5º, XLVI), o legislador mitigou os efeitos da teoria unitária ao determinar a mensuração da pena de acordo com a medida da culpabilidade (*caput*), além de prever a possibilidade de redução de pena na participação de menor importância ou de somenos (parágrafo 1º). Ademais, com a previsão da cooperação dolosamente distinta (parágrafo 2º), assentou-se verdadeira exceção pluralística à teoria monística (BRASIL, 1988).

Diante dessas considerações, nota-se que o legislador brasileiro, ao valorar o fenômeno delitivo de que participam vários agentes, seguiu primordialmente os postulados da concepção unitária, na medida em que determinou que, de regra, todos que contribuem para o fato delituoso respondem pelo mesmo crime, mas também estabeleceu mitigações e exceções.

## 5 CONCLUSÃO

A pesquisa acerca dos pressupostos teóricos e requisitos da responsabilidade penal no concurso de pessoas, realizada neste ensaio, permite concluir pela existência de diferentes teorias de base que norteiam a matéria, apontadas na doutrina como teorias monística, pluralística e dualística, cada qual com postulados próprios.

A teoria monística defende a consideração indistinta de todos os envolvidos na prática delituosa como autores, não obstante tenham prestado colaboração diferenciada. Já a teoria pluralística postula a consideração da conduta de cada envolvido como crime próprio, distinguindo-se das respectivas condutas dos demais envolvidos. A teoria dualista, por sua vez, considera duas faces do crime: em uma delas, inserem-se os executores de atos típicos ou condutas principais, considerados autores; na outra, figuram os que contribuam de forma acessória, por meio de condutas secundárias, considerados partícipes.

A configuração do concurso de pessoas submete-se a determinados requisitos, assim entendidos a pluralidade de pessoas e de condutas, a relevância causal de cada conduta, o liame subjetivo entre os participantes e a identidade de infração ou ilícito penal para todos os envolvidos. Destaca-se que a ausência de vínculo subjetivo não impede a configuração da autoria colateral. Ademais, a codelinquência pode configurar-se até o momento da consumação do crime, ressalvando-se entendimento no sentido da admissibilidade da coautoria sucessiva em delitos permanentes.

O ordenamento jurídico brasileiro adota, como regra geral, a ideia de que todos os envolvidos no crime respondem pela sua prática, assentando uma opção pelo modelo monista, porém mitigando os efeitos da concepção unitária ao prever que a resposta penal deve graduar-se de acordo com a medida da culpabilidade de cada envolvido, além de admitir a redução de pena na participação de menor importância. Ademais, emerge exceção pluralista na cooperação dolosa distinta e em casos específicos de distinção típica, como aborto, corrupção ativa e passiva e bigamia.

Em face das diversas possibilidades de enfrentamento do concurso de pessoas para a prática de infração penal, a ordem jurídica brasileira segue os postulados da individualização da pena, na medida em que adota teria de base unitária, fazendo com que todos respondam pelo crime em relação ao qual tenham contribuído, mas também permite a graduação da culpabilidade e redução em caso de participação de somenos, permitindo, ainda, a punição excepcional da cooperação dolosa distinta, entre outras hipóteses previstas na definição de determinados crimes.

## REFERÊNCIAS

BITENCOURT, C. R. **Tratado de direito penal**: parte geral, volume 1. 20. ed. São Paulo: Saraiva, 2014.

BRASIL. **Constituição**. República Federativa, de 05 de outubro de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/Constituicao/Constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm)>. Acesso em: 14 jan. 2017.

BRASIL. Decreto-lei n. 2.848, de 07 de dezembro de 1940. Código Penal. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 08 dez. 1940. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto-lei/Del2848compilado.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/Del2848compilado.htm)>. Acesso em: 14 jan. 2017.

BRASIL. Decreto n. 847, de 11 de outubro de 1890. Promulga o Código Penal. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 12 out. 1890. Disponível em: <<http://legis.senado.gov.br/legislacao/ListaPublicacoes.action?id=66049>>. Acesso em: 14 jan. 2017.

BRASIL. **Lei de 16 de dezembro de 1830**. Manda executar o Código Criminal. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/lim/LIM-16-12-1830.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lim/LIM-16-12-1830.htm)>. Acesso em: 14 jan. 2017.

COSTA E SILVA, A. J. da. Código Penal dos Estados Unidos do Brasil Commentado, vol. 1. Brasília, DF: Senado Federal/Superior Tribunal de Justiça, 2004. (Coleção História do Direito Brasileiro – Direito Penal).

CUNHA, R. S. **Código Penal para concursos**: doutrina, jurisprudência e questões de concursos. 8. ed. Salvador: JusPodivm, 2015.

ESTEFAM, A.; GONÇALVES, V. E. R. **Direito penal esquematizado**: parte geral. 5. ed. São Paulo: Saraiva, 2016.

JESUS, D. E. de. **Direito penal**: parte geral. 35. ed. São Paulo: Saraiva, 2014.

JUNQUEIRA, G.; VANZOLINI, P. **Manual de direito penal**. São Paulo: Saraiva, 2013.

MAGALHÃES NORONHA, E. **Direito penal**: volume 1. 37. ed. rev. e atual. São Paulo: Saraiva, 2003.

NUCCI, G. de S. **Manual de direito penal**. 9. ed. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2013.

PRADO, L. R. **Curso de direito penal brasileiro**: parte geral – arts. 1º a 120, vol. 1. 10. ed. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2010.

# OS PECULIARES DIREITOS DOS ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTEBOL NO ÂMBITO LABORAL

Pedro Henrique Grochot<sup>1</sup>  
Elizabete Geremias<sup>2</sup>

## RESUMO

Com o presente trabalho buscou-se realizar uma análise acerca do contrato de trabalho do atleta profissional de futebol com o advento da Lei n. 9.615/98 (Lei Pelé) e seus efeitos trabalhistas para os praticantes desta modalidade profissional. Salientou-se a importância de regulação normativa da carreira de atleta profissional de futebol, em razão do *status* de paixão nacional adquirido pelo futebol no Brasil e da grande quantidade de pessoas interessadas em ter tal carreira como profissão. Visou-se demonstrar todas as dificuldades que os interessados em seguir carreira nesta área possuem, além de apresentar as consequências daqueles que não administram sua carreira de modo que possam ter sustento próprio com sua precoce aposentadoria. É indubitável que a carreira de atleta profissional de futebol possui particularidades no seu exercício profissional, trazendo a legislação reguladora dos direitos trabalhistas dessa categoria profissional uma série de singularidades para que se possa proteger os que exercem essa profissão. Portanto, a temática apresentada salientou as peculiaridades na pactuação e na forma do contrato de trabalho entre atleta empregado e clube empregador, que possui estipulações únicas e que contrariam disposições trabalhistas. Ademais, foram mencionados alguns direitos inerentes ao atleta profissional de futebol, que possuem em sua remuneração e jornada de trabalho especificidades de sua profissão. Assim, o objetivo no presente artigo foi elencar as principais diferenças jurídicas da modalidade profissional de atleta de futebol com as demais reguladas pelo texto celetista, mencionando os peculiares direitos daqueles que têm

---

<sup>1</sup> Graduado em Direito pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; pedrohenrique@grochot.com.br

<sup>2</sup> Mestre em Direito pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Especialista em Direito Material e Processual do Trabalho; Professora e Pesquisadora da Universidade do Oeste de Santa Catarina; elizabete.geremias@unoesc.edu.br

a profissão de atleta profissional de futebol. A metodologia utilizada é a pesquisa qualitativa em que se tratarão disposições doutrinárias. Palavras-chave: Direito desportivo. Contrato de trabalho. Atleta profissional de futebol.

## 1 INTRODUÇÃO

A presente pesquisa possui como tema o contrato de trabalho do atleta profissional de futebol com o advento da Lei n. 9.615/98 e busca salientar os peculiares direitos existentes para esta modalidade profissional, os quais, por muitas vezes, vão contra as normas contidas na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT); além disso, procura analisar os aspectos do desenvolvimento do direito desportivo no cenário jurídico nacional e sua aproximação com o direito trabalhista.

Por muito tempo o futebol era visto apenas como diversão, e não havia qualquer regularização pertinente a direitos trabalhistas daqueles que exerciam tal atividade como profissão. Diante do surgimento do interesse comercial no futebol e da alta faturação decorrente do espetáculo desportivo, tornou-se necessária a elaboração de uma legislação que fosse capaz de regular a atividade, uma vez que os atletas de futebol estiveram desamparados de proteção jurídica por muito tempo, sendo utilizados por seus empregadores de forma ilícita e não sendo remunerados por sua prestação laboral.

Foi demonstrado o marco do advento da Lei n. 9.615/98, mais conhecida como Lei Pelé, que regulamenta a carreira de atleta profissional de futebol, destacando os direitos trabalhistas que fazem jus ao participante dessa categoria profissional, atendo-se às particularidades existentes na prática dessa carreira, trazendo ao Texto Legislativo uma série de peculiaridades que possui o fulcro de proteção e regularização do contrato de trabalho pactuado entre os sujeitos da relação de trabalho, o clube empregador e o atleta empregado.

Assim, com o advento da Lei n. 9.615/98 (Lei Pelé), a forma de elaboração e de estipulação das cláusulas contratuais e a jornada de tra-

balho do atleta profissional de futebol sofreram drásticas alterações para que este não esteja desamparado no tocante às leis trabalhistas.

No decorrer do estudo foi mencionado que em razão do rótulo de categoria profissional especial de trabalhadores, a legislação própria reguladora da carreira de atleta profissional de futebol foi no sentido contrário de várias disposições contidas no texto celetista, diferenciando direitos entre as diferentes modalidades profissionais, contudo, com o mesmo objetivo, a proteção do empregado perante o seu empregador, para que não haja discrepância de direitos entre os sujeitos da relação de trabalho e nem injustiças.

Portanto, diante das particularidades da carreira de atleta profissional de futebol, caracterizando-os como uma modalidade diferenciada de trabalhador, a legislação brasileira traz uma série de peculiares direitos que regem os direitos e deveres da relação de trabalho entre atleta e clube empregador.

## **2 DA CARREIRA DE ATLETA PROFISSIONAL DE FUTEBOL**

Diante do contexto apresentado pelo futebol, em que além da paixão em acompanhar os clubes, há também a paixão pela prática do esporte, no Brasil existe uma quantidade considerável de pessoas que fazem deste esporte seu meio de sustento. Assim, são três as modalidades elencadas pela doutrina como atletas de futebol: os profissionais, os semiprofissionais e os amadores.

Podem ser considerados atletas de futebol amadores aqueles que fazem do futebol apenas uma atividade de lazer, sem caracterização de trabalho, quando não se almeja um fim econômico e não há qualquer formação de vínculo empregatício com a entidade futebolista. Cumpre salientar que essa modalidade de atletas de futebol não os permite participar de competições profissionais (FRANCO, 2007).

Outra modalidade constante na doutrina é daqueles atletas que não chegam nem ao profissionalismo nem mesmo ao amadorismo, sendo intitulada categoria de atletas semiprofissionais. Esta é composta por

atletas que possuem entre 14 e 20 anos de idade e que ainda não foram contratados por nenhuma entidade futebolista, não havendo caracterização de vínculo empregatício com esta, uma vez que não há o recebimento de remuneração, em virtude de que não foi firmado contrato de trabalho desportivo (ZAINAGHI, 1998).

A categoria é composta basicamente por aqueles atletas que estão em formação nas categorias de base dos clubes, em que se houver destaque de suas habilidades técnicas e táticas, como consequência, haverá interesse do clube em firmar um contrato profissional com o atleta. O investimento dos clubes nessa modalidade é alto, uma vez que o retorno financeiro trazido por esses atletas, no caso de haver transferência para outro clube, pode ser de milhões de reais. Decorre desse investimento o alto número de integrantes nesta categoria, sendo, dentre as três categorias, a que mais possui atletas (ZAINAGHI, 1998).

No que concerne à participação dos jogadores integrantes da categoria de atletas de futebol semiprofissionais em competições com nível profissional, há limitação apenas para aqueles que possuem 21 anos completos ou mais, pois não poderão participar. Já aqueles com idade entre 16 e 20 anos poderão participar das competições profissionais sem possuir vínculo empregatício com seu clube.

Já a mais famosa modalidade de atletas de futebol são os profissionais, que são aqueles que mais recebem atenção dos adeptos de esporte e também da mídia. Nesta categoria, o atleta possui vínculo empregatício com o clube, havendo no seu contrato profissional um conjunto de normas previstas em legislações especiais, além das normas celetistas previstas, que acabam trazendo ao contrato um conjunto de peculiaridades, como será visto mais adiante (MELO FILHO, 2011).

Diante da grande demanda de atletas e do alto poder aquisitivo conquistado por aqueles que mais recebem destaque na mídia nacional, bem como da paixão resultante da prática desse esporte, há uma obsessão em alcançar sucesso nessa carreira por parte de jovens brasileiros. Porém, essa situação enseja um problema social, diante da alta concorrência e dificuldade encontrada para se chegar ao sucesso profissional nesta área.

O futebol mostrado pela mídia, em que os jogadores ostentam sua fortuna por meio da compra de carros valiosos e mansões demonstra apenas uma parcela mínima de atletas que obtiveram a oportunidade, muitas vezes por intermédio de empresários, de demonstrar seus dotes técnicos em grandes clubes, e não condiz com a dura realidade enfrentada por quase a totalidade daqueles que decidem viver de futebol (RODRIGUES, 2003).

A falta de informação sobre a realidade econômica do futebol brasileiro ilude aqueles que abrem mão das mais variadas possibilidades de buscar uma estabilidade financeira e decidem ir em busca de oportunidades decorrentes desse esporte. Assim, a esperança de se chegar a um nível financeiro excelente, o objetivo de trazer renda para seus familiares e a vontade de representar seu país em competições internacionais e referências de jogadores com amplo destaque na mídia são fatores que levam o jovem a manter o sonho de ser atleta profissional (RODRIGUES, 2003).

Outra situação decorrente dessa problemática diz respeito a crianças que cada vez mais cedo deixam suas casas e vão para as mais diversas localidades do País, e até do mundo, para buscar a realização de seu sonho de ser jogador de futebol. Muitas vezes, meninos de 10 anos de idade, com consentimento de seus pais, que são convencidos pelas falácias de empresários, saem do seu lar sem ao menos saber seu destino, fazendo uma verdadeira excursão pelo País na tentativa de estabelecer um local fixo (TOLEDO, 2002).

O que resulta nessa problemática são jovens abandonados por todo o País, em clubes que não possuem a menor estrutura para abrigá-los, fazendo de cada dia uma batalha para estabelecer seu espaço e almejar conquistas maiores. Aqueles que, no meio do caminho, desistem muitas vezes não possuem condições financeiras nem mesmo para voltar para casa, na maioria dos casos, no interior do País. Essa questão caracteriza perfeitamente uma problemática social de grande porte (FRANCO, 2007).

Ainda, outra constante que se observa nos atletas profissionais de futebol são aqueles em que logram êxito em sua tentativa de alcançar um patamar financeiro pelo menos digno para sua subsistência. A car-

reira daqueles que decidem viver de futebol é curta, e a aposentadoria é precoce, em decorrência da grande capacidade física exigida no decorrer de um jogo de futebol (FRANCO, 2007).

Muitos atletas acreditam que a fama perdurará para sempre, e esquecem de se preparar para o momento em que terão que decidir por se afastar dos gramados, impedindo novas possibilidades de desempenhar outras atividades. A aposentadoria precoce nesse meio é inevitável, pois o futebol possui um ritmo em que conforme o tempo passa, o atleta já não consegue desempenhar suas qualidades técnicas da mesma maneira que anteriormente, e muito menos consegue se adaptar à nova realidade de jogo, uma vez que é constante a mutação tática das partidas (AMARAL, 2007).

Decorrente disso, é cada vez maior o número de atletas que já não podem mais praticar futebol profissional, que não têm mais alternativas na procura de um meio de sustento, levando-os, como consequência, ao uso de substâncias ilícitas, ao alcoolismo, o que pode acarretar a perda de suas residências e terem como única alternativa morar na rua e, muitas vezes, serem levados à prática de condutas ilícitas para que possa haver um meio de sustento (TOLEDO, 2002).

Atualmente, a lei que regula as atividades desportivas no cenário nacional é a Lei Pelé (Lei n. 9.615/98), que estabelece regulamentações de maneira geral para as atividades desportivas, além de prever peculiares direitos trabalhistas ao atleta profissional de futebol. A Lei possui essa nomenclatura como forma de homenagear o jogador Pelé, considerado por muitos como o maior atleta de futebol que já existiu, sendo muito influente para a definição dessas normas e também para a prática do desporto como resolução de problemas sociais.

O maior marco da referida Lei foi ter conferido aos atletas profissionais de futebol direitos que até então não existiam nas leis anteriores que dispunham sobre o assunto. São direitos exclusivos dessa categoria de trabalhadores em razão das peculiaridades de sua profissão, e, ainda, trazendo consigo uma aproximação com as normas celetistas (MELO FILHO, 2011).

Mesmo com sua instituição, a Lei Pelé não conseguiu até os dias atuais obter êxito em todos os objetivos constantes em seu texto, principalmente no que concerne à transformação dos clubes de futebol em empresas. A realidade do futebol brasileiro não permite a eficácia dessa situação, uma vez que grande parte dos clubes brasileiros, em virtude da má administração, está afundada em dívidas (MELO FILHO, 2011).

### **3 DO CONTRATO DE TRABALHO DO ATLETA PROFISSIONAL DE FUTEBOL**

O jogador profissional de futebol possui algumas diferenciações referentes à pactuação contratual que iniciará a sua relação com o clube que irá dispor suas qualidades técnicas, ou seja, seu empregador. Em que pese o atleta se enquadrar como uma profissão regulamentada pelas normas celetistas, traz o ordenamento jurídico um regime diferenciado para esta categoria profissional, uma vez que esta carreira carrega consigo singularidades de desempenho por parte do atleta.

Diante da natureza desportiva da atividade inerente ao atleta profissional de futebol, existe a necessidade de em alguns pontos o contrato profissional se afastar daquele com regramentos previstos nas normas celetistas. Uma das regras que diferenciam as modalidades contratuais é a forma como deverá ser celebrado, uma vez que o contrato do atleta profissional de futebol deverá ser obrigatoriamente expresso, o que é diferente nos demais contratos de trabalho, que, com o intuito de oferecer maior proteção ao trabalhador, permitem que a elaboração do contrato ocorra de forma tácita (ZAINAGHI, 1998).

Assim, com a necessidade de o contrato de trabalho do atleta ser celebrado expressamente, há obrigatoriedade em conter estipulações para que seja plenamente eficaz. Além da obrigatoriedade em conter o nome e as qualificações dos pactuantes, também deverá conter sua remuneração, distinguindo as verbas de natureza salarial daquelas advindas de gratificações, que são objetos de estudos mais adiante. Ainda, deverá conter os direitos e deveres inerentes de cada uma das partes, bem como o valor de

uma possível transferência, bem como uma cláusula penal e a duração do contrato (ZAINAGHI, 2008).

Outra característica que distingue o contrato de trabalho do atleta profissional de futebol do contrato de trabalho que rege as demais categorias de trabalhadores que não exercem atividades especiais é referente ao período de duração dos efeitos. A duração foge à regra dos demais contratos, não sendo atingido pelo princípio da continuidade. Assim, o contrato será regido com a estipulação do tempo laboral que será praticado, sendo, portanto, um contrato com prazo determinado, com um período mínimo de três meses e máximo de cinco anos (MACHADO, 2000).

Como qualquer outro contrato de trabalho, para que contenha a devida eficácia capaz de gerar os efeitos constantes nas estipulações contratuais, deverá ocorrer o devido registro do contrato de trabalho do atleta profissional de futebol em sua Carteira de Trabalho e Previdência Social (CTPS), sendo esta, inclusive, uma das formalidades que contêm o contrato de trabalho do atleta, que deverá conter o número da CTPS expresso, sob pena de nulidade de seus efeitos.

Assim, no momento em que houver a pactuação do contrato laboral, deverá ocorrer o efetivo registro do número da Carteira de Trabalho e Previdência Social (CTPS) no contrato de trabalho desportivo do atleta, em virtude de se aplicarem a esta categoria profissional as disposições existentes no texto celetista e também no texto que dispõe sobre seguridade social; o registro deverá ocorrer dentro do prazo de 48 horas, como previsto na Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), sob pena de perda de eficácia das estipulações contratuais (ZAINAGHI, 2008).

#### **4 DIREITOS DOS ATLETAS PROFISSIONAIS NO ÂMBITO DO DIREITO DO TRABALHO**

A jornada de trabalho do atleta profissional de futebol é repleta de particularidades que a diferencia das demais categorias de trabalhadores regidos pelas normas celetistas ou por legislações esparsas. O condão de proteção ao trabalhador se mantém, existindo um limite diário e se-

manal imposto pela legislação pátria, contudo, a forma de aplicação e o período em que se contabiliza a jornada de trabalho do atleta são os pontos cruciais que afastam as modalidades de jornadas de trabalho previstas na Consolidação das Leis do Trabalho (MAGANO, 1991).

De início, cabe frisar que não há previsão estipulada no contrato de trabalho do atleta profissional de futebol sobre o horário que a jornada deverá ser cumprida. Afasta-se, então, o contido no texto celetista, sendo observada a natureza do vínculo empregatício entre empregado e empregador, que, por sua característica de modalidade especial de trabalhador, regido por legislação própria, mantém peculiar a forma como se aplica o tempo de efetivo labor do atleta para seu clube, uma vez que se exigem diferenciados períodos em que o atleta deverá estar presente ao seu clube (MAGANO, 1991).

No caso específico dos atletas profissionais de futebol, cumpre salientar que estão sujeitos à limitação constitucional de jornada de trabalho exposta anteriormente, de oito horas diárias e 44 semanais, uma vez que deve ser observada a hierarquia das normas, visto que a legislação reguladora dos direitos trabalhistas dos atletas não possui condição de apor as normas contidas no Texto Constitucional. Assim, o período em que o atleta prestará seu labor para o clube não poderá ser superior ao limite válido para todas as categorias de trabalhadores, uma vez que está intrinsecamente ligado aos direitos a saúde mental e física do trabalhador (DELGADO, 2005).

Assim, mesmo que o atleta profissional de futebol esteja sujeito a regime de jornada de trabalho diferenciado dos demais trabalhadores não pode ser afastado o preceituado no Texto Constitucional e Celetista que regulam as modalidades de trabalhadores. É força constitucional a limitação diária e semanal da jornada de trabalho, independente das exigências particularidades da carreira de atleta profissional de futebol e sendo como uma modalidade especial de trabalhador, a regra a ser obedecida é a contida no Texto Constitucional e Celetista (PANHOCA, 2007).

Uma das controvérsias que pairam perante os direitos trabalhistas dos atletas profissionais de futebol diz respeito aos intervalos a que

essa modalidade profissional faz jus, uma vez que a peculiar jornada de trabalho é exercida diariamente ou até mesmo em partidas oficiais que são realizadas pelos atletas. Os intervalos estão ligados à medicina e à segurança do trabalho, sendo de crucial importância a sua concessão e o gozo por parte do atleta profissional de futebol, já que o seu desempenho físico é crucial para suas aptidões técnicas se desenvolverem corretamente (DELGADO, 2005).

A legislação reguladora das normas trabalhistas dos atletas profissionais de futebol é omissa quanto a esta temática, devendo ser observado o contido no Texto Celetista, por força do art. 28 da Lei n. 9.615/98 (Lei Pelé). Os trabalhos, em especial do atleta profissional de futebol, por sua alta intensidade física, não devem ter o condão de ser ininterrupto, não devendo ser exercidos por demasiados lapsos temporais, uma vez que a ocorrência disso poderia gerar ao trabalhador graves prejuízos físicos e mentais (DELGADO, 2005).

É aplicável aos atletas profissionais de futebol o intervalo intrajornada, que é aquele intervalo que ocorre no decorrer da jornada de trabalho de, no mínimo, uma hora a cada seis laboradas, não podendo exceder duas horas ou um intervalo de 15 minutos quando a duração do trabalho exceder quatro horas, e não ultrapassar seis horas (art. 71, da CLT), uma vez que deve ser aplicada a norma celetista, diante da omissão do texto regulador dos direitos trabalhistas da profissão, não havendo, referente a este tema, qualquer particularidade inerente ao atleta profissional de futebol (GARCIA, 2011).

A controvérsia paira em relação ao computo na jornada de trabalho dos intervalos concedidos durante as semanas de treinamentos e durante os jogos oficiais. Em relação aos intervalos concedidos durante as semanas de treinamentos, para repouso e alimentação, obedece-se à regra, não integralizando a jornada de trabalho de trabalhador. Já referente aos intervalos concedidos durante os jogos oficiais, que é um intervalo de 15 minutos entre os tempos de 45 minutos da partida, estes devem integralizar com a jornada de trabalho do atleta, uma vez que neste período

o atleta está à disposição do empregador, ouvindo suas orientações para o retorno da partida (ZAINAGHI, 2015).

Já no que tange ao intervalo entre a realização das partidas oficiais, a omissão da lei reguladora dos direitos trabalhistas dos atletas profissionais de futebol muito prejudicou sua saúde física e mental. Como não havia previsão de intervalo entre partidas e nenhuma penalidade ao clube no caso de sucessivas partidas, um caso chamou a atenção dos órgãos protetores dos trabalhadores, que é o do jogador Juninho Paulista, que no ano de 1990 chegou a disputar duas partidas oficiais no mesmo dia (ZAINAGHI, 2015).

Assim, viu-se a necessidade de intervenção do órgão máximo do futebol no País, a Confederação Brasileira de Futebol (CBF), que no intuito de evitar a repetição de casos similares, limitou a realização de partidas oficiais pelos jogadores por um período de 60 horas, por meio de uma norma administrativa, em que diante de seu Regulamento de Competições Oficiais, no seu artigo 25, trata sobre o assunto: “Art. 25. Os clubes e atletas profissionais não poderão, como regra geral, disputar partida sem observar o período mínimo de sessenta (60) horas.” (BRASIL, 2015, p. 23).

No que concerne à concentração, esta poderá ser exigida pelo empregador, uma vez que assim terá como controlar a forma que está acontecendo a nutrição do atleta, se este está repousando de forma correta e, assim, está apto a usufruir de sua plena capacidade física na partida oficial que virá. A criação da concentração ocorreu em virtude de muitos atletas não tomarem os devidos cuidados nos dias antecedentes às partidas de futebol, ingerindo quantidade elevada de bebidas alcoólicas (MARTINS, 2011).

Cumprе salientar que a concentração não é de caráter obrigatório, e caberá ao empregador definir se será necessário ou não o deslocamento dos atletas empregados ao local previamente determinado para que possam se preparar para a partida de futebol. Caso o clube empregador entender não ser necessária a concentração, os atletas profissionais irão se deslocar apenas no dia da partida ao palco do jogo, assumindo a responsabilidade de não exagerar nos excessos passíveis de interferir no seu desempenho profissional (VEIGA, 2015).

Assim, tem-se que a concentração advém de obrigação estipulada na pactuação do contrato de trabalho entre os sujeitos da relação de trabalho, constituindo obrigação para o atleta profissional de futebol seguir as orientações do clube empregador, independentemente de qual seja a decisão no que tange à utilização da concentração ou não. Por se tratar de obrigação contratual, o período em que o atleta se encontra na concentração não integrará sua jornada de trabalho, não tendo o que se falar sobre o pagamento de horas extraordinárias (VEIGA, 2015).

Assim como nas demais categorias profissionais regidas pelas normas celetistas, os atletas profissionais de futebol também possuem o direito a férias anuais. Muito embora os atletas profissionais participem de competições no decorrer de praticamente todo o calendário anual, há a existência de um intervalo entre os meses de dezembro e janeiro em que a Confederação Brasileira de Futebol (CBF) dedica a paralisação do calendário futebolístico justamente para fornecer aos atletas profissionais de futebol suas férias anuais.

Para os atletas profissionais de futebol, diferentemente dos demais trabalhadores regidos pelas normas celetistas, não há a obrigatoriedade de cumprimento de tempo para a aquisição ao direito de férias, uma vez que os 30 dias de férias deverão coincidir com o recesso obrigatório de competições e de atividades inerentes ao futebol. Portanto, independente do período aquisitivo ou das faltas tidas pelo atleta no curso do contrato de trabalho, ele terá 30 dias de férias no recesso anual futebolístico (MARTINS, 2011).

No que diz respeito à remuneração percebida pelos atletas, é usual no meio futebolístico a existência de valores pagos como gratificações, seja pelo desempenho profissional dentro de campo seja pela assinatura de contrato, caso este não seja o das “luvas”, que é uma modalidade remuneratória peculiar à carreira de atleta profissional de futebol. Sua finalidade é premiar o atleta profissional de futebol com um passado notório, com um abono financeiro e também como uma espécie de atração para que seja realizada a assinatura do contrato de trabalho entre empregado e empregador.

Assim, o condão que possui as “luvas” é de agraciar o atleta profissional de futebol que realizará a assinatura do contrato de trabalho com uma espécie de agrado financeiro, servindo de complemento remuneratório e de demonstração de vontade que o clube empregador tem de contar com a prestação de serviços do atleta empregado. Cumpre salientar que o agrado financeiro no momento de assinatura não é obrigatório, é uma estipulação acessória ao contrato de trabalho que será pactuado entre os sujeitos da relação contratual (ZAINAGHI, 2015).

Em relação à natureza jurídica dessa verba remuneratória, visto que quando da sua existência ela obrigatoriamente deve estar expressa no contrato de trabalho, ela possui natureza salarial, uma vez que integra as estipulações contratuais. A “luva” é uma espécie de demonstração do clube empregador que cumprirá com suas obrigações contratuais e também que mantém interesse nos serviços laborais do atleta, sendo uma modalidade de pagamento remuneratório antecipado. Assim, diante de sua natureza salarial, reflete em todas as normas trabalhistas (MARTINS, 2011).

Já no que diz respeito à verba remuneratória “bichos”, esta pode ser conceituada como um prêmio pago aos atletas profissionais de futebol pelo seu clube empregador, não sendo necessária sua estipulação contratual para existir ou não, devendo ser convencionalmente individualmente, muito embora advenha de resultado coletivo. Para que ocorra o pagamento do prêmio existe a condição do resultado obtido pela equipe desportiva em uma disputa de futebol, estando o pagamento alheio a qualquer estipulação prévia, mas, sim, ao resultado final (MARTINS, 2011).

No tocante à natureza jurídica dessa verba aos atletas profissionais de futebol pelas suas vitórias em jogos ou títulos em competições oficiais, por se tratar de uma gratificação decorrente do contrato de trabalho pactuado entre os sujeitos da relação de trabalho, deve incidir sobre todas as verbas trabalhistas, uma vez que deve ser considerada como complemento ao salário estipulado contratualmente. Assim, como se trata de uma retribuição pelo desempenho do atleta e se reveste de

habitualidade em pagamento, reflete sobre as demais verbas trabalhistas a que fazem jus os atletas profissionais de futebol (ZAINAGHI, 2015).

Na carreira dos atletas profissionais de futebol existe uma grande vertente remuneratória que diz respeito à utilização de sua imagem, uma vez que o futebol é um evento midiático massivo, de extrema popularidade no Brasil. Assim, como os atletas participam de partidas oficiais que são transmitidas pelos mais variados meios de imprensa, buscou o Texto Constitucional uma maneira de preservar a imagem do atleta e também impossibilitar seu uso indevido, por meio do direito de arena e do direito de imagem.

Uma particularidade referente ao direito de arena diz respeito a sua titularidade, uma vez que cabe ao clube empregador conceder autorização para as emissoras, tanto de rádio quanto televisão, realizarem a transmissão de suas partidas de futebol. Assim, esse direito de arena não é de titularidade dos atletas profissionais de futebol, uma vez que existe a possibilidade do clube empregador, ou entidade desportiva, vedar qualquer meio de transmissão de suas partidas futebolísticas. Contudo, a proteção à imagem do clube se estende aos atletas, uma vez que fazem parte do espetáculo desportivo (EZABELLA, 2006).

Assim, não há o que se falar em direito de arena quando as partidas disputadas não possuem qualquer meio de transmissão, uma vez que assim nada afetará a imagem do atleta de futebol ou da entidade desportiva empregadora. Desse entendimento, compreende-se que a imagem que se trata este direito é referente apenas ao evento desportivo ocorrido dentro do campo do futebol, não se atendo ao que ocorre fora do campo com os outros envolvidos no espetáculo futebolístico (ZAINAGHI, 2015).

Ainda, como esta verba é decorrente da relação de trabalho entre empregado e empregador, possui caráter remuneratório, devendo refletir sobre todas as verbas trabalhistas a que faz jus um atleta profissional de futebol. Por se tratar de uma verba paga por terceiro, ou seja, aquela emissora que realizará a transmissão da partida, e não pelo seu empregador, o entendimento é similar ao pagamento de gorjetas, não interferindo no recebimento ou não do atleta ou no reflexo das demais verbas trabalhis-

tas, uma vez que a verba é adquirida diante da prestação de seu labor para a entidade desportiva que o emprega (EZABELLA, 2006).

Já no que diz respeito ao direito de imagem, refere-se intrinsecamente à proteção da imagem do atleta profissional de futebol diante da ampla divulgação dos eventos desportivos em que os principais atores são os atletas profissionais de futebol. Trata-se de um direito individual do atleta, portanto, trata-se de um direito intransmissível, uma vez que o atleta, como qualquer cidadão, goza de ampla proteção em relação à limitação do uso de sua imagem (EZABELLA, 2006).

Na prática, o atleta profissional de futebol celebra um contrato de licença de imagem, alheio ao seu contrato de trabalho, em que concede ao clube empregador o uso de sua imagem, permitindo a estes a comercialização e utilização de meios econômicos para divulgação. Assim, com a pactuação do contrato em que o atleta profissional de futebol concede a comercialização de sua imagem ao clube empregador, este poderá explorar a imagem de forma que venha a render lucros para si e para o atleta, da forma que lhe convir, desde que não seja atingida a moral do atleta (ZAINAGHI, 2015).

Quanto à natureza jurídica da parcela referente ao direito de imagem, verifica-se grande discussão da doutrina e da jurisprudência referente a essa temática, principalmente no quesito de se tratar ou não de verba de natureza salarial. Diante do contrato de licença de imagem ser um contrato distinto do contrato de trabalho, parte da doutrina entende que se enquadra em um contrato de natureza civil, situação diversa do contrato de trabalho, que possui natureza trabalhista, sendo o entendimento majoritário a natureza civil do direito de imagem (EZABELLA, 2006).

Pelo fato de o direito de imagem não possuir relação com o desempenho do atleta profissional de futebol e ser um contrato alheio ao contrato de trabalho pactuado entre os sujeitos da relação de trabalho, os clubes possuem a possibilidade de firmar com seus atletas contratos de licença de imagem. Ocorre que, por muitas vezes, esse contrato de cessão de imagem possui um valor demasiado superior, diminuindo, por consequência, o valor a ser estipulado no contrato de trabalho, suprimindo

o pagamento de salários e caracterizando fraude a legislação trabalhista (BASTOS, 2013).

No caso de a Justiça do Trabalho reconhecer o caráter fraudulento do contrato de cessão de imagem e, conseqüentemente, reconhecer que as verbas devem repercutir sobre as demais verbas trabalhistas a que faz jus o atleta profissional de futebol, não estará invalidando o contrato de cessão de imagem, mas apenas reconhecendo que esse valor apontado no contrato deverá incidir sobre as demais verbas, uma vez que estava o clube empregador buscando suprimir o pagamento de valores (BASTOS, 2013).

## 5 CONCLUSÃO

Diante do presente estudo, foi demonstrado o desenvolvimento do esporte originário da temática, por meio de uma análise histórica dos primeiros indícios nas mais antigas civilizações de práticas que hoje se assemelham ao esporte mais praticado no País, o futebol.

Ademais, foi com o advento da Lei n. 9.615/98 (Lei Pelé) que os atletas profissionais de futebol obtiveram a conquista de inúmeros direitos. Assim, esta pesquisa demonstrou todo o antecedente histórico que trouxe o nascimento da Lei em questão, bem como os efeitos contratuais gerados com a promulgação do texto e como deveriam ocorrer as estipulações das cláusulas dos contratos de trabalhos que seriam pactuados pelos atletas empregados com seus clubes empregadores.

A principal problemática tratada pelo tema da presente pesquisa foi a adoção de quesitos diferenciados na adoção contratual do atleta profissional empregado de clube empregador. Para a eficácia do contrato deve haver efetivo registro, contudo os atletas ficam inertes perante a esta questão, dependendo exclusivamente de atitudes de seu empregador para que possam exercer o seu labor. Cumpre salientar que do não efetivo registro pode se afastar o vínculo empregatício entre atleta e clube, estando, assim, o atleta desamparado de proteção jurídica.

Verificou-se que os atletas profissionais de futebol possuem uma série de direitos peculiares que os diferenciam das demais catego-

rias de profissionais que têm seus direitos trabalhistas regidos pelo Texto Celetista. Ressalta-se que a jornada de trabalho do atleta profissional de futebol não é definida no momento da pactuação contratual, estando estes sujeitos a determinações de seus clubes empregadores. Ademais, foi visto que a concentração que os atletas têm a obrigação de cumprir não é considerada como tempo à disposição do empregador, não tendo o que se falar em pagamento de sobrejornada no tocante a este tema. Uma situação que se repete com os períodos de viagens e excursões.

Portanto, salienta-se que o futebol já não é mais visto como mera diversão, uma vez que é amplamente regulado por legislações, sendo que seus praticantes, os atletas profissionais de futebol, estão amparados por legislações próprias na proteção de seus direitos. Desse modo, este tema busca enfatizar quais os efeitos trabalhistas gerados com a promulgação da lei própria que regula direitos trabalhistas dessa categoria profissional.

## REFERÊNCIAS

AMARAL, T. **Os motivos que levaram jogadores de futebol amador a abandonarem a carreira de jogador profissional**. São Paulo: LTr, 2007.

BASTOS, G. A. C. **Direito do trabalho desportivo**: os aspectos jurídicos da Lei Pelé frente as alterações da Lei n. 12.395/2011. São Paulo: LTr, 2013.

BRASIL. Lei n. 9.615, de 24 de março de 1998. Institui normas gerais sobre desporto e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 25 mar. 1998. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/CCivil\\_03/LEIS/L9615consol.htm](http://www.planalto.gov.br/CCivil_03/LEIS/L9615consol.htm)>. Acesso em: 09 abr. 2015.

BRASIL. Confederação Brasileira de Futebol. Diretoria de Competições. **Regulamento Geral das Competições – 2015**. Disponível em: <[http://cdn.cbf.com.br/content/201412/20141219205506\\_0.pdf](http://cdn.cbf.com.br/content/201412/20141219205506_0.pdf)>. Acesso em: 12 abr. 2015.

DELGADO, M. G. **Curso de direito do trabalho**. 4. ed. São Paulo: Ltr, 2005.

EZABELLA, F. L. **O direito desportivo e a imagem do atleta**. São Paulo: IOB Thomson, 2006.

FRANCO, H. **A dança dos deuses: futebol, sociedade, cultura**. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

GARCIA, G. F. B. **Curso de direito do trabalho**. Rio de Janeiro: Forense, 2011.

MACHADO, J. E. **O novo contrato desportivo profissional**. Sapucaia do Sul: Nota Dez Informação, 2000.

MAGANO, O. B. **Manual de direito do trabalho: direito individual do trabalho**. São Paulo: Ltr, 1991. v. II.

MARTINS, S. P. **Direito trabalhista do atleta profissional de futebol**. São Paulo: Atlas, 2011.

MELO FILHO, Á. **Nova Lei Pelé: avanços e impactos**. Rio de Janeiro: Maquinaria, 2011.

PANHOCA, H. L. **Lei Pelé: oito anos. Origem do desporto. Curso de direito desportivo**. São Paulo: Quartier Latin, 2007.

RODRIGUES, F. X. **A formação do jogador de futebol**. 2003. 200 p. Dissertação (Mestrado em Sociologia)–Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

TOLEDO, L. H. **Lógicas no futebol**. São Paulo: Hucitec, 2002.

VEIGA, M. de F. C. **Nova legislação desportiva: aspectos trabalhistas.** São Paulo: LTr, 2008.

VEIGA, M. de F. C. **Os atletas profissionais de futebol no direito do trabalho.** 2. ed. São Paulo: LTr, 2015.

VEIGA, M. de F. C. **Temas atuais de direito desportivo.** São Paulo: LTr, 2015.

ZAINAGHI, D. S. **Nova legislação desportiva: Aspectos trabalhistas.** São Paulo: LTr, 2001.

ZAINAGHI, D. S. **Nova legislação desportiva: Aspectos trabalhistas.** São Paulo: LTr, 2015.

ZAINAGHI, D. S. **Os atletas profissionais de futebol no direito do trabalho.** São Paulo: LTr, 1998.

ZAINAGHI, D. S. **Os atletas profissionais de futebol no direito do trabalho.** São Paulo: LTr, 2008.



# CONTRIBUIÇÕES DO TCC/PLANO DE NEGÓCIOS PARA A PERFORMANCE PROFISSIONAL DO EGRESSO DO CURSO DE PROCESSOS GERENCIAIS (EAD)

Mônica Barbieri Bevilaqua<sup>1</sup>  
Lindamir do Carmo Secchi Gadler<sup>2</sup>  
Rodrigo André Fernandes<sup>3</sup>  
Greici Fernandes da Silva<sup>4</sup>  
Ardinete Rover<sup>5</sup>  
Juglans Aimi Severo<sup>6</sup>

## RESUMO

O Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais da Universidade do Oeste de Santa Catarina propõe como requisito final um Trabalho de Conclusão de Curso que consiste na elaboração de projeto para implantação de novos empreendimentos ou mesmo a intervenção em empreendimentos já existentes. Neste estudo são analisados de forma sistêmica, lógica, estruturada e profissional aspectos mercadológicos, operacionais, legais e financeiros de um empreendimento. Na perspectiva de fomento ao em-

---

<sup>1</sup> Graduanda em Tecnologia em Processos Gerenciais pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; monicabarbieribevilaqua@gmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Administração e Negócios pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Graduada em Engenharia Mecânica pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora titular na Universidade do Oeste de Santa Catarina; lindamir.gadler@unoesc.edu.br

<sup>3</sup> Especialista em Metodologia do Ensino na Educação Superior pelo Centro Universitário Internacional; mestrando em Administração pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; rodrigo.fernandes@unoesc.edu.br

<sup>4</sup> Especialista em Metodologia do Ensino da Língua Portuguesa pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Graduada em Letras Português-Inglês e respectivas literaturas pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Coordenadora Pedagógica da Unoesc Virtual; greici.silva@unoesc.edu.br

<sup>5</sup> Mestre em Administração pela Universidade Federal de Santa Catarina; Graduada em Ciências Contábeis pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; ardinete.rover@unoesc.edu.br

<sup>6</sup> Especialista em Administração de Recursos Humanos pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; mestrando em Administração pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; juglans.severo@unoesc.edu.br

preendedorismo, o TCC apresenta-se como um componente curricular interdisciplinar que contribui para a formação do Tecnólogo em Processos Gerenciais, além de apresentar-se como um instrumento gerencial e fornecedor de subsídios para a tomada de decisão. Para a construção do estudo é necessário o acompanhamento e supervisão do professor orientador, o que, em princípio, na Educação a Distância, isso seria um delimitador, porém se constata que a atuação dos professores orientadores da Instituição foi fundamental no processo de desenvolvimento, estando a atuação do professor diretamente relacionada à nota de avaliação do trabalho final. A partir de relatos dos entrevistados observa-se que o TCC proporciona uma visualização mais ampla dos ambientes de negócio, gerando conhecimento que são utilizados na vida pessoal e profissional do egresso. Palavras-chaves: Plano de negócios. Performance profissional do egresso. Curso de processos gerenciais (EaD).

## 1 INTRODUÇÃO

O Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais do Ensino a Distância da Unoesc oferece o componente de Plano de Negócios em sua Matriz Curricular. No último semestre do Curso, os acadêmicos elaboraram no Trabalho de Conclusão de Curso um Plano de Negócios que pode se referir à ideia de um novo negócio ou a estudos para reestruturar negócios já existentes em razão de as estratégias de ensino necessitarem ser organizadas para facilitar a aquisição de conhecimentos em processos autodirigidos de aprendizagem.

Por essa razão, identificar as contribuições dos TCCs/Plano de negócios na performance profissional dos alunos egressos é substantivo para analisar a construção de resultados dos programas do Curso.

O aluno *on-line*, considerado típico na literatura produzida sobre este tema, é, regra geral, caracterizado com um jovem acima de 25 anos, empregado e preocupado com o seu aperfeiçoamento (PALLOFF; PRATT, 2004). Porém, estudos têm evidenciado que entre os alunos de EaD há os que, independente da faixa etária e do domínio ou não no uso das ferramentas tecnológicas, buscam a primeira formação em ensino superior, além dos já graduados e/ou pós-graduados, que procuram forma-

ção em outras áreas de atuação e/ou aperfeiçoamento, num movimento de formação continuada para atender às novas necessidades no mundo do trabalho.

O perfil do profissional a ser formado no Curso terá como características: ser um profissional de visão holística, sistêmica e gerencial, capaz de incrementar os níveis de competitividade de empresas já existentes, e com capacidade de se ajustar às novas demandas geradas pelo progresso técnico-científico.

Um dos maiores desafios das universidades é a formação com qualidade dos alunos *on-line*, porque, além dos conhecimentos técnicos e éticos relacionados à profissão, é necessário o domínio e a utilização de recursos tecnológicos específicos e a elaboração de material didático em uma linguagem que subsidie, de forma efetiva, os processos de aprendizagem autônoma dos alunos.

A escolha dessa temática para estudo a partir da elaboração do plano de negócio do aluno de Educação a Distância reside no interesse de se analisarem as contribuições nas formas de gestão, executadas por alunos egressos do Curso, com o objetivo de subsidiar a Instituição com dados para a elaboração de ações relacionadas aos processos de ensino e de aprendizagem na formação EaD.

Nesse contexto, é importante conhecer as transformações que provêm dos estudos desenvolvidos por meio do plano de negócios, para a elaboração de ações pedagógicas que possibilitem o aperfeiçoamento e/ou o desenvolvimento de novas competências dos alunos EaD, construídas nos processos das práticas e metodologias no ensino a distância. Diante desses aspectos é que se investigaram as contribuições do TCC/Plano de Negócios que foram percebidas pelos egressos do Curso de Processos Gerenciais (EaD).

A fim de responder ao questionamento proposto por este estudo, esta pesquisa teve como objetivo geral identificar as contribuições do TCC/Plano de Negócios na formação profissional dos egressos do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais (EaD) da Universidade do Oeste de Santa Catarina.

A pesquisa foi realizada com alunos egressos do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais da EaD da Unoesc, e sua delimitação realizou-se em razão de o Curso ser organizado em polos nos *campi* de Joaçaba, Videira, Xanxerê e São Miguel do Oeste.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A modalidade de ensino a distância vem se estabelecendo como “[...] uma modalidade de educação extremamente adequada e desejável para atender às novas demandas educacionais decorrentes das mudanças da nova ordem econômica mundial.” (BELLONI, 2003, p. 3).

Não há consenso sobre a definição de educação à distância. A maioria das definições considera a EaD a partir do ensino presencial e não a separação de professores e alunos no tempo. Constituem a Educação a Distância: a “distância” física professor-aluno, o estudo individualizado e independente, um processo de ensino-aprendizagem mediatizado, o uso de tecnologias e a comunicação bidirecional – “dialógica” (PRETI, [199?], p. 9).

Com a globalização surgiram novas exigências no mercado de trabalho e de aperfeiçoamento pessoal e profissional. Cada vez mais os profissionais, especialmente aqueles da área empresarial, precisam conhecer estratégias, táticas e técnicas de negociação para poder interagir de forma adequada no contexto da tomada de decisão relacionada aos negócios da organização. Competências e habilidades de negociação tornam o profissional mais respeitado e confiável do ponto de vista da empregabilidade e do perfil empreendedor.

Nesse sentido, Hisrich, Peters e Shepherd (2014, p. 6) apresentam um conceito mais abrangente, alegando que “O empreendedorismo tem uma função importante na criação e no crescimento dos negócios [...], pois as ações empreendedoras começam no ponto em que uma oportunidade lucrativa encontra um indivíduo empreendedor.”

Pode-se destacar que é substantivo as empresas encontrarem maneiras mais eficazes de produzir, levando-as a dependerem de pessoas com capacidade de perceber a realidade de maneira diferente e, con-

sequentemente, criarem formas inovadoras de solucionar os problemas sociais.

Diante do pressuposto, é imprescindível conhecer as contribuições ocorridas na gestão da empresa a partir da elaboração do Plano de Negócios dos alunos egressos do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais, pois além de auxiliá-los a organizar a execução das ações da empresa para atingir os seus objetivos, o plano de negócios também funciona como ferramenta de gestão de planejamento estratégico, ajudando o acadêmico a enxergar o negócio com um sistema em que todas as áreas estão integradas.

Um dos objetivos do Curso diz respeito a desenvolver competências empreendedoras, investindo na elaboração de planejamento do negócio e no conhecimento direcionado às práticas gerenciais, para que os egressos do Curso possam criar e/ou manter seus empreendimentos, participando efetivamente no desenvolvimento da economia.

Conforme exposto pelo Sebrae (2014, p. 14),

Um plano de negócio é um documento que descreve por escrito os objetivos de um negócio e quais passos devem ser dados para que esses objetivos sejam alcançados, diminuindo os riscos e as incertezas. Um plano de negócio permite identificar e restringir seus erros no papel, ao invés de cometê-los no mercado.

De acordo com Agnello (2014), quem estiver planejando empreender terá que dedicar dinheiro, energia e tempo ao negócio na expectativa de que renda lucros, e é neste ponto que se inserem os planos de negócios, utilizados como forma de organizar e registrar diversos dados que serão essenciais para a vitória ou derrota da organização. É essencial que os empreendedores façam um plano de negócio antes de arriscar tudo.

Agnello (2014) também cita cinco razões para escrever um plano de negócios:

- a) Você quer começar um negócio;
- b) Você já possui uma empresa estabelecida e está buscando ajuda;
- c) Você precisa definir seus objetivos;
- d) Você está tentando prever o futuro;
- e) Você quer usá-lo para levantar o dinheiro que vai precisar.

Um plano de negócios funciona como um roteiro das coisas a fazer, um mapa para chegar ao objetivo desejado, com uma lista de todos os acidentes de percurso, os desvios e os atalhos.

Para que ocorra a mudança na gestão da empresa, é necessário que o aluno de EaD desenvolva conhecimentos sobre plano de negócio para desempenhar a função de empreendedor. Contudo, a criação de um plano de negócio requer mais complexidade, pois engloba diversas áreas do âmbito empresarial, como o plano de *marketing*, o plano operacional, o plano financeiro, o planejamento estratégico e, por fim, a análise de viabilidade.

Uma avaliação de mercado bem feita facilita a identificação dos itens que compõem essa etapa do plano de negócios. Kotler e Keler (2006) consideram que essa abordagem inicial gera uma ideia do mercado em que o empreendimento está se inserindo. A partir das informações coletadas, pode-se determinar se a área de atuação está em crescimento ou declínio, quais as tendências de demanda, entre outras informações relevantes que serão utilizadas para a elaboração de outras etapas do plano de negócios, bem como para a formulação de estratégias para manter a empresa no mercado.

Um plano de negócios é muito importante, como apontam Salim et al. (2005, p. 3): “O mundo empresarial e dos negócios pertence cada vez mais aos empreendedores, isto é, àqueles que identificam as melhores oportunidades e sabem como aproveitá-las.”

Segundo Westwood (1989 apud DOLABELA, 2008, p. 139),

O Plano de Marketing deve identificar as oportunidades de negócios mais promissoras para a empresa e esboçar como penetrar em mercados identificados, como conquistá-los e manter posições. É um instrumento de comunicação que combina todos os elementos do composto mercadológico em um plano de ação coordenado. No plano, são estabeleci-

dos os objetivos da empresa e, depois, a escolha das estratégias mais viáveis para atingir os objetivos.

Dentro do contexto apresentando pode-se incluir uma ferramenta um pouco mais restrita, porém, mais sofisticada, para a análise da posição da empresa, bem como de seus concorrentes: o mapeamento de mercado. “A meta do mapeamento de mercado é identificar oportunidades em que a empresa possa se diferenciar de seus concorrentes [...] o mapa também revela segmentos saturados, que representam uma ameaça concorrencial maior.” (MARCOUSÉ et al., 2014, p. 26).

Outro instrumento importante para a elaboração do Plano de Negócio é o Plano Operacional, o qual, por meio do *layout* ou arranjo físico, definirá como será a distribuição dos diversos setores da empresa, trazendo uma série de benefícios, como:

- a) aumento da produtividade;
- b) diminuição do desperdício e do retrabalho;
- c) maior facilidade na localização dos produtos pelos clientes na área de vendas;
- d) melhoria na comunicação entre os setores e as pessoas.

O estudo das estratégias empresariais busca compreender quais fatores levaram uma empresa a obter desempenho superior às demais. Com a compreensão destes fatores é possível recomendar mudanças ou aumentar a atenção das empresas que pretendem construir um planejamento estratégico a respeito de aspectos fundamentais de sua competitividade.

A análise de viabilidade é construída tendo por base as características e tendências de mercado, como a demanda e o potencial de crescimento do setor em que a empresa está se inserindo, os resultados financeiros obtidos a partir da demanda e o cruzamento de dados e informações da área de atuação. É nessa finalização, também, que o empreendedor expõe sua percepção e recomendações sobre a implantação ou não da empresa.

Considerando que esses estudos são realizados no ambiente virtual, é essencial que o aluno de EaD programe os seus horários, destinando um tempo para os estudos no portal de ensino, estabelecendo objetivos e prioridades, aprendendo a evitar sobrecargas por acúmulo de atividades não resolvidas no tempo adequado, manifestando e questionando quanto a dúvidas e/ou conteúdos, interagindo com os colegas e professores, compartilhando informações, entre outros. É importante, também, o domínio de ferramentas tecnológicas, a realização das atividades de acordo com as determinações legais e a ética, a capacidade de pensar de forma crítica e reflexiva e a comunicação eficaz (PALLOFF; PRATT, 2004).

Contudo, a questão que se coloca é de como o aluno egresso do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais pode gerenciar e tomar decisões inerentes ao processo de gestão da empresa, a partir da elaboração do TCC/Plano de Negócios.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Para desenvolvimento deste estudo utilizou-se o método de pesquisa quantitativa com recorrências a técnicas qualitativas. Na pesquisa quantitativa, verifica-se tudo que pode ser transformado em números e quantificado, isto é, analisam-se os dados a partir de critérios estatísticos. O pressuposto básico é de determinação e precisão, permitindo a comparabilidade das informações e a análise quantitativa sobre o que é estudado. Conforme Richardson (1999), o método quantitativo caracteriza-se pelo emprego de quantificação tanto na modalidade de coleta de informações quanto no tratamento delas por meio de técnicas estatísticas.

No estudo utilizou-se, ainda, a abordagem qualitativa que envolve a obtenção de dados descritivos obtidos pelo contato direto do pesquisador com a situação estudada; essa abordagem enfatiza mais o processo do que o produto, preocupa-se em retratar a perspectiva dos participantes e pretende “[...] compreender os fenômenos segundo a pers-

pectiva dos sujeitos, ou seja, dos participantes da situação de estudo.” (GODOY, 1995, p. 58).

Trata-se, também, de uma pesquisa do tipo exploratória, uma vez que permite o estudo de vários aspectos que se relacionam aos temas estudados, ainda não observados. Segundo Gil (2010, p. 27), “As pesquisas exploratórias têm como propósito proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir [...]”

A população/amostra foi formada por alunos egressos do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais da Unoesc, pertencentes aos polos de Joaçaba, Videira, Xanxerê e São Miguel do Oeste.

Para a coleta de dados primários utilizou-se como instrumento de pesquisa aplicados aos alunos um questionário de forma semiestruturada com questões fechadas (múltipla escolha), em razão da facilidade de codificação e tabulação, proporcionando comparações dos dados relacionados ao tema da pesquisa. Por fim, incluíram-se questões abertas para observações dos pesquisados. Foram pesquisados 58 alunos de cinco turmas de egressos do Curso Tecnologia em Processos Gerenciais, com conclusão nos anos 2013 a 2016.

Buscaram-se, ainda, dados secundários para dar sustentação científica à pesquisa por meio de livros, artigos, documentos eletrônicos e outros. Respeitado o *design* da pesquisa, a coleta e análise de dados ocorreram nos seguintes momentos:

- a) levantamento bibliográfico sobre a temática: a revisão bibliográfica foi realizada por meio de artigos em periódicos científicos, livros e documentos disponíveis em meios físicos e eletrônicos. As atividades desenvolvidas nesta etapa do estudo realizaram-se no levantamento de referenciais teóricos sobre o objeto de pesquisa; no estudo e análise das transformações da empresa a partir da elaboração do plano de negócio do aluno egresso de EaD; e na redação do suporte teórico a partir das leituras e das discussões com o orientador;
- b) aplicação de instrumento de pesquisa aos alunos egressos: a

coleta dos dados primários foi realizada mediante a aplicação de instrumentos e a coleta dos dados por meio eletrônico. As atividades compreendidas foram: identificação dos dados para a pesquisa, tendo como suporte os objetivos da pesquisa e obtenção e coleta dos dados destinados às tabulações e análises.

- c) ordenamento, análise e avaliação dos dados coletados: o processo de análise e interpretação dos dados foi referenciado nas teorias vigentes relacionadas ao tema de pesquisa, bem como nas inferências dos pesquisadores a partir dos dados coletados, utilizando-se procedimentos interpretativos para dados quantitativos e técnicas estatísticas para maior facilidade de representação dos dados qualitativos. O processo de análise dos dados se resumiu nas seguintes atividades: ordenamento e sistematização dos dados, formatação das bases digitais dos dados e digitação dos dados.

Quanto à estruturação, este estudo foi organizado em cinco tópicos principais: introdução, composta pela apresentação inicial do tema, definição do problema de estudo e objetivos; referencial teórico, estruturado com base na literatura direcionada aos temas empreendedorismo e planos de negócios; método, tópico em que se apresentam os procedimentos metodológicos que serão utilizados para estruturação, coleta e análise de dados; análise e interpretação, composto pela exposição dos dados coletados por meio de elementos gráficos e analisados segundo as teorias e relacionados aos temas empreendedorismo e planos de negócios; e considerações finais, composto pelo um apanhado geral do estudo, seus principais resultados e considerações para estudos futuros.

#### **4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS**

Os dados iniciais do instrumento de pesquisa objetivaram identificar o perfil dos egressos segundo sexo e faixa etária. Destaca-se que 69% dos entrevistados são do sexo masculino e estão na faixa etária entre

23 e 55 anos de idade. Essa condição vem ao encontro do exposto por Palloff e Pratt (2004), que citam como característica do aluno de cursos de EaD pessoas com idade acima de 25 anos.

Pode-se afirmar, segundo a pesquisa, que existe maior número de mulheres trabalhando fora da área de formação, e os principais motivos são melhores oportunidades em outras áreas ou motivos particulares. A distribuição do percentual de respostas dos entrevistados a essa questão pode ser melhor visualizada na Tabela 1, estruturada com a afirmativa da questão seguida pelas justificativas listadas pelos respondentes.

Tabela 1 – Exerce atividade profissional na atualidade?

Descrição	% de citação
<b>Não</b>	<b>3,4</b>
Motivos particulares	3,4
<b>Sim, fora da área de formação acadêmica</b>	<b>41,4</b>
Melhor oportunidade em outra área	15,5
Motivos particulares	20,7
Mercado de trabalho saturado	5,2
<b>Sim, na área de formação acadêmica</b>	<b>55,2</b>
<b>Total geral</b>	<b>100,0</b>

Fonte: os autores.

Dos alunos entrevistados, 20,7% são empreendedores relacionados à implantação de novos empreendimentos ou mesmo ao atendimento das necessidades do mercado de forma autônoma, como observado na Tabela 2:

Tabela 2 – Atuação profissional

Em que tipo de organização você exerce atividade profissional?	Total (%)
Empresa privada	63,8
Empresa própria	19,0
Empresa pública	8,6
Autônoma	1,7
A pergunta não se aplica a minha situação atual	6,9
<b>Total Geral</b>	<b>100,0</b>

Fonte: os autores.

Com base na Tabela 3, pode-se destacar que 78% dos entrevistados do sexo feminino conquistaram seus empregos por meio da seleção de currículos; essa opção para os homens foi citada em 35% das respostas.

Tabela 3 – Forma de ingresso na empresa que atua

Obtenção do emprego	Sexo		Total (%)
	Feminino (%)	Masculino (%)	
Por seleção de currículo	77,8	35,0	48,3
A pergunta não se aplica a minha situação atual	16,7	35,0	29,3
Por indicação de pessoas influentes	5,6	22,5	17,2
Por concurso público		7,5	5,2
<b>Total geral</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>

Fonte: os autores.

Para a realização do TCC, 80% dos entrevistados do sexo masculino citaram a necessidade de buscar informações pela internet, enquanto 55,6% das mulheres utilizam este canal de busca de informações. Sobre esse aspecto, destaca-se que os entrevistados não foram questionados sobre os objetivos das buscas em material disponibilizado na *web*, mas pode-se considerar que foi em busca de informações para a construção do trabalho, uma vez que o desempenho do professor orientador foi considerado excelente ou bom para a maioria dos entrevistados, como observado na Tabela 4.

Tabela 4 – Relação do ano de conclusão do curso com o desempenho do professor orientador

Conclusão	Excelente(%)	Bom(%)	Regular(%)	Total (%)
2013	100,0			100,0
2014	25,0	62,5	12,5	100,0
2015	50,0	50,0		100,0
2016	61,5	34,6	3,8	100,0
<b>Total geral</b>	<b>53,4</b>	<b>43,1</b>	<b>3,4</b>	<b>100,0</b>

Fonte: os autores.

Ainda com base nos dados da Tabela 4, observa-se que na primeira turma de concluintes do Curso o desempenho dos professores orientadores de TCC foi considerado excelente. Essa avaliação teve uma queda brusca na segunda turma de concluintes, período em que se observa um percentual de avaliação com um desempenho regular. Nos períodos posteriores analisados por este estudo, os percentuais de avaliação excelente apresentaram crescimento e quando analisados sob um totalizador observam-se percentuais aproximados entre as avaliações de desempenho excelente e bom, que, no acumulado, somam 96,5% da percepção dos entrevistados.

Os entrevistados citaram, ainda, a pesquisa de mercado como um limitador para o desenvolvimento do TCC. Sobre esse aspecto, destaca-se que na grade curricular do Curso há o componente curricular Pesquisa de Mercado, em que o professor simula uma coleta de dados com a turma, já com o tema proposto pelos acadêmicos para o desenvolvimento do Trabalho de Conclusão de Curso. Mesmo não representando a realidade do mercado, a estratégia aborda conceito e prática da elaboração de pesquisa; 30% dos homens citaram maior dificuldade em realizar a pesquisa bibliográfica e 70,70% avaliaram como excelente o apoio do professor orientador do TCC.

Quando questionados sobre a conceituação das disciplinas do Curso, os entrevistados, em sua maioria, consideraram-na excelente ou boa, alternativas que somam o percentual de 96,5% das citações. Essa condição representa que a grade curricular do Curso atende à condição de finalizador do Trabalho de Conclusão de Curso, como uma possibilidade de junção dos componentes curriculares em um trabalho único e voltado para a tomada de decisão.

A Tabela 5 foi construída como forma de relacionar o desempenho do professor orientador do TCC com a nota final do componente curricular apurada para os acadêmicos. Observa-se que 28% dos casos que classificaram o desempenho do professor como bom, obtiveram nota menor ou igual a 8,5.

Tabela 5 – Relação da nota do trabalho de conclusão do curso com o desempenho do professor orientador

<b>Nota final do TCC</b>	<b>Excelente (%)</b>	<b>Bom (%)</b>	<b>Regular (%)</b>	<b>Total (%)</b>
7	2,60			1,80
7,3	2,60			1,80
7,5		7,10		1,80
7,7	2,60			1,80
7,8	2,60			1,80
8,0	2,60	7,10		3,60
8,2		7,10		1,80
8,4		7,10	50,00	3,60
8,5	10,30	7,10		9,10
8,6	7,70			5,50
8,9	2,60			1,80
9,0	12,80	35,70		18,20
9,1	5,10			3,60
9,3	2,60			1,80
9,4	2,60			1,80
9,5	5,10	28,60	50,00	12,70
9,5	2,60			1,80
9,6	5,10			3,60
9,7	5,10			3,60
9,8	10,30			7,30
9,8	5,10			3,60
9,9	5,10			3,60
9,9	2,60			1,80
10	2,60			1,80
Total Geral	100,0	100,0	100,0	100,0

Fonte: os autores.

Em relação às notas de 8,5 a 10 no Trabalho de Conclusão de Curso, 87,30% dos entrevistados avaliaram o desempenho do professor como excelente, o que leva a crer que a atuação do professor influencia diretamente na nota do trabalho final.

Ao serem questionados sobre a contribuição que o TCC trouxe para o acadêmico, foram coletados diversos depoimentos, mas que

em geral se resumem a: geração de conhecimento sobre empresas, sua organização e comportamento do empreendimento durante o período projetado; a interdisciplinaridade entre os componentes curriculares do curso; noções de organização e a importância do planejamento. Nos depoimentos dos entrevistados observa-se, ainda, a proposta do Curso e da Instituição em formar empreendedores, pois alguns egressos implantaram sistemas de gestão e controle em suas empresas, propuseram e implantaram novos negócios e no desenvolvimento de habilidades que foram incorporadas na sua atuação profissional.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A modalidade de Ensino a Distância vem apresentando um crescimento tanto em número de acadêmicos quanto em número de cursos propostos pelas instituições de ensino como forma de atender a uma demanda do mercado na formação de profissionais. Nessa forma de ensino, o aluno aprende por meio da utilização de tecnologias, de forma individualizada, mas com auxílio e tutoria para assimilar os conteúdos dos componentes curriculares.

A Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc) oferta, entre outros, o Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais na modalidade EaD e como requisito final para graduação, o acadêmico do Curso elabora um Plano de Negócio para a implantação de novos empreendimentos ou para a reestruturação de empreendimentos já existentes. Para o desenvolvimento dessa atividade, utilizam-se conceitos e aplicações dos diversos componentes curriculares do curso, tornando-o, assim, um componente interdisciplinar.

Este estudo foi norteado pelo objetivo de identificar a contribuição que o desenvolvimento de um plano de negócio trouxe para a formação dos egressos do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais da Unoesc. Por meio da coleta de dados primários com os egressos, pode-se identificar aspectos relacionados ao atendimento do objetivo proposto.

Considerando a contribuição do TCC para a formação profissional, destaca-se que grande parte dos egressos atua em atividades profissionais fora de sua área de formação, justificando essa condição pelo fato de identificarem melhores oportunidades em outros segmentos. Porém, aos que atuam em sua área de formação, as contribuições do plano de negócio desenvolvido no TCC permitiram a aplicação em seus empreendimentos, uma vez que há egressos do curso que são empresários e empreendedores autônomos, além da aplicação dos conhecimentos no ambiente organizacional, condição citada pelos egressos que são colaboradores em organizações.

Considera-se, a partir dos dados coletados, que a formação acadêmica do Curso foi buscada como forma de aperfeiçoamento profissional, uma vez que a maioria dos egressos exerce as mesmas atividades profissionais que as desenvolvidas no início da graduação.

Na percepção dos entrevistados, os componentes curriculares que integram a matriz curricular do Curso contribuíram para sua formação e também avaliam positivamente os professores do Curso. Esta avaliação positiva é percebida também na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso pelo comprometimento do professor orientador, sendo esse comprometimento diretamente relacionado à nota final do componente curricular. Quanto maior a avaliação do professor orientador, maior a nota do trabalho. Ao final do componente e do Curso, em sua maioria os egressos consideraram-se preparados para o mercado de trabalho.

As deficiências apontadas pelos egressos referem-se basicamente ao prazo para a elaboração do trabalho, considerado em alguns casos reduzido para atender aos tópicos exigidos no estudo e, em alguns casos, os entrevistados citaram que faltou maior dedicação à leitura para desenvolvimento não somente do trabalho, mas também para a realização das atividades propostas nos demais componentes curriculares do Curso.

De modo geral, pode-se considerar, a partir da percepção dos egressos do Curso de Tecnologia em Processos Gerenciais da Unoesc, que este é buscado como forma de aperfeiçoamento profissional, que os componentes curriculares são adequados e os professores do Curso possuem

habilidades e competências para produção do conhecimento, e que o Plano de Negócios quando desenvolvido sob orientação mais intensa dos professores orientadores, influencia na vida profissional por se caracterizar como ferramenta gerencial e agregar conhecimentos que são utilizados pelos egressos no desenvolvimento de suas atividades profissionais e também em sua vida pessoal.

## REFERÊNCIAS

AGNELLO, F. **5 razões para escrever um plano de negócios**. Paraná, 2014. Disponível em: <<http://www.trecsson.com.br/post/5-razoes-para-escrever-um-plano-de-negocios/>>. Acesso em: 29 jun. 2016.

ARREDONDO, S. C. Formación/capacitación Del profesorado para trabajar em EAD. **Educar em Revista**, Curitiba. n. 21, p. 13-17, jun. 2003.

BELLONI, M. L. **Educação a Distância**. 3. ed. São Paulo: Autores Associados, 2003.

DOLABELA, F. **O Segredo de Luísa**. Rio de Janeiro: Sextante, 2008.

DORÉ, A. R. **Análise de Viabilidade Econômica e Financeira**. Joaçaba: Ed. Unoesc, 2014.

FEGER, J. E. **Empreendedorismo**. Joaçaba: Unoesc Virtual, 2013.

FERREIRA, C. B.; RODRIGUES, A. Educação a distância (EAD): aspectos do curso e motivos de escolha por esta modalidade de ensino. In: ENCONTRO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO, 5., 2015, Uberaba. **Anais eletrônicos**...Uberaba, 2015. Disponível em: <[https://books.google.com.br/books?id=GiL3LNwrkQoC&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.br/books?id=GiL3LNwrkQoC&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)>. Acesso em: 20 mar. 2017.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de empresas**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, mar./abr. 1995.

HISRICH, R. D.; PETERS, M. P.; SHEPHERD, D. A. **Empreendedorismo**. Tradução Francisco Araújo da Costa. Porto Alegre: AMGH, 2014.

KOTLER, P.; KELLER, K. L. **Administração de marketing**: a bíblia do marketing. 12. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2006.

LE BOTERF, G. **Desenvolvendo a competência dos profissionais**. 3. ed. rev. e ampl. Porto Alegre: Bookmann, 2003.

MARCOUSÉ, I. et al. **Livro dos Negócios**. Tradução Rafael Longo. São Paulo: Globo Livros, 2014. Tradução de: The Business book.

PALLOFF, R. M.; PRATT, K. **O aluno virtual**: um guia para trabalhar com estudantes on-line. Porto Alegre: Artemed, 2004.

PRETI, O. **Educação a Distância**: uma prática educativa mediadora e mediatizada. Mato Grosso, [199?]. Disponível em: <<http://www.nead.ufmt.br/pesquisa/pdf/5.pdf>>. Acesso em: 25 mar. 2015.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social**: métodos e técnicas. 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Atlas, 1999.

SALIM, C. S. et al. **Construindo plano de negócios**: Todos os passos necessários para planejar e desenvolver negócios de sucesso. 3. ed. rev. e atual. São Paulo: Elsevier, 2005.

SCHAFFRATH, E. **Técnicas de Negociação**. Joaçaba: Unoesc Virtual, 2013.

SEBRAE. **Como elaborar um plano de negócio**. Rio de Janeiro: Sebrae, 2014.

TARROUCO, L. M. R. et al. O professor e os alunos como protagonistas na educação aberta e a distância mediada por computador. **Educar em Revista**, Curitiba. n. 21, p. 9-44, jun. 2003.

TONIAL, G.; FERNANDES, E. A. **Plano de Negócios**. Joaçaba: Ed. Unoesc, 2014.

ZARIFIAN, P. **Objetivo competência**: por uma nova lógica. São Paulo: Atlas, 2001.



# ESTUDO DE VIABILIDADE MERCADOLÓGICA DE EXPORTAÇÃO DE FARINHA DE TRIGO PARA ANGOLA: O CASO DA SPECHT PRODUTOS ALIMENTÍCIOS LTDA.

Rafaela Costa<sup>1</sup>  
Viviane Cristina Kunzler<sup>2</sup>  
Inocencia Boita Dalbosco<sup>3</sup>  
Daiane Pavan<sup>4</sup>  
Sabrina Nascimento<sup>5</sup>

## RESUMO

Este estudo busca analisar se a exportação de farinha de trigo para Angola pela empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda. é viável mercadologicamente. Para isso, foi necessário identificar o mercado-alvo por meio de um levantamento de informações pertinentes à possível atuação da empresa no País. A abordagem de pesquisa adotada foi a qualitativa. Como método de pesquisa, optou-se pelo estudo de caso simples, por abordar apenas uma empresa por meio de uma pesquisa descritiva. Para a técnica de coleta e análise dos dados foram escolhidos a pesquisa bibliográfica, a observação, a entrevista semiestruturada e o levantamento de informações. Como resultado no que diz respeito ao mercado alvo, foi identificada a oportunidade de atuação da empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda. em Angola, uma vez que o País importa o produto por não produzir quantidade suficiente para atender à demanda nacional.

Palavras-chave: Viabilidade mercadológica. Exportação. Pequenas e Médias Empresas (PMEs).

---

<sup>1</sup> Graduada em Administração com Formação na Linha de Comércio Exterior pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; rafuxa\_pink@hotmail.com

<sup>2</sup> Graduada em Administração com Formação na Linha de Comércio Exterior pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; vivianekunzler@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Administração pela Universidade do Vale do Itajaí; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; inocencia.dalbosco@unoesc.edu.br

<sup>4</sup> Mestre em Administração pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; doutoranda em Desenvolvimento Regional pela Universidade de Santa Cruz do Sul; Professora de Graduação na Universidade do Oeste de Santa Catarina; daiane.pavan@unoesc.edu.br

<sup>5</sup> Doutora em Administração pela Universidade do Vale do Itajaí; Mestre em Ciências Contábeis pela Universidade Regional de Blumenau; Professora e Coordenadora do Curso de Ciências Contábeis da Universidade do Oeste de Santa Catarina; sabnascimento@gmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

Em virtude da globalização, a internacionalização da empresa é uma estratégia fundamental que aumenta as chances de sucesso com as diversas oportunidades que oferece. A exportação é vital para a economia de um país, pois gera novos empregos e equilibra a balança de pagamentos (CASTRO, 2011).

É relevante ressaltar que na região Sul do Brasil há Pequenas e Médias Empresas (PMEs) exportadoras, totalizando 5.098 (MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO, DA INDÚSTRIA E DO COMÉRCIO EXTERIOR, 2014). A Specht Produtos Alimentícios Ltda. tem as características de uma PME, porém ainda não opera no mercado externo. Situa-se na região Oeste do Estado de Santa Catarina, na Cidade de Joaçaba, atuando desde 1925 no ramo alimentício.

A empresa, desde a fundação, mantém o foco apenas no mercado doméstico e tem a pretensão de expandir o negócio para o mercado externo. Dessa forma, entende-se que se faz necessário o estudo do país-alvo para avaliar a viabilidade de exportação. A farinha de trigo tradicional é o “carro chefe” da Specht Produtos Alimentícios Ltda., pois representa 12% das vendas totais da empresa. Nesse contexto, a pergunta que norteia esta pesquisa é: qual a viabilidade mercadológica de exportação de farinha de trigo produzida pela empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda. para Angola?

Optou-se por Angola para efetuar a análise da viabilidade de exportação, uma vez que o País localizado na Costa Ocidental da África tem como um dos principais produtos importados a farinha de trigo, com um total de 97.371,71 toneladas no primeiro trimestre de 2013 (UNICARGAS, 2013).

Dessa forma, tem-se com objetivo geral do estudo analisar a viabilidade mercadológica de exportação da farinha de trigo da empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda. para Angola. Visando atingir este objetivo desenvolveram-se os seguintes objetivos específicos: a) identificar o mercado-alvo realizando levantamento de informações pertinentes à

possível atuação da empresa neste país; b) demonstrar o segmento de mercado para farinha de trigo em Angola; c) verificar os fatores macroambientais que possam influenciar na iniciativa de exportação de farinha de trigo para Angola.

## 2 INTERNACIONALIZAÇÃO

Em virtude das crescentes mudanças no cenário mundial, refletidas no comércio internacional, as empresas e respectivos governos têm optado por estratégias que visam garantir lucro, competitividade e acesso tanto no mercado nacional quanto no internacional.

Essas estratégias tendem a buscar um progresso nas vantagens comparativas e superação nos obstáculos encontrados no cenário caracterizado pelo forte ritmo de desenvolvimento no comércio e investimento entre governos. Em vista disso, a internacionalização das empresas é primordial, principalmente para os países emergentes, assim como o Brasil, que elaboram políticas para um crescimento econômico sustentável (MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO, DA INDÚSTRIA E DO COMÉRCIO EXTERIOR, 2009). E ainda, de acordo com o Ministério das Relações Exteriores (2011),

A internacionalização da empresa consiste em sua participação ativa nos mercados externos. Com a definição das estratégias dos governos, a fim de promover o desenvolvimento econômico e o estabelecimento das estratégias das empresas, de modo a expandir-se no mercado internacional, poderá resultar em soluções de questões que permitam alcançar tais objetivos. (MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO, DA INDÚSTRIA E DO COMÉRCIO EXTERIOR, 2009).

A internacionalização mostra-se como uma importante estratégia empresarial diante da globalização de mercados. É uma decisão que além de garantir o acesso da empresa ao mercado externo, visa chances de sucesso, melhorando as condições de integração produtiva e possibi-

litando o aumento dos lucros e a facilitação da superação de possíveis barreiras comerciais (LOPEZ; GAMA, 2011).

## 2.1 EXPORTAÇÃO

Para uma empresa adquirir vantagem competitiva em relação àquelas que atuam somente no mercado doméstico, esta deve optar pela inserção no mercado externo, que além de diversificar o negócio, aprimora a qualidade do produto, aumenta a rentabilidade e reduz custos operacionais (CASTRO, 2011).

A vantagem competitiva é alcançada não somente pelo comércio bilateral, pois existem países, como o Brasil, que na maioria das vezes não são competitivos em relação a outros, por possuir elevadas taxas de custos e impostos. Portanto, dependendo do produto, torna-se viável importar da China do que produzir em território nacional em razão do custo reduzido. Esse processo acarreta *déficit* na balança comercial, uma vez que importa produtos com valor agregado e exporta *commodities* (EIDELCHTEIN et al., 2010).

Uma das formas de introduzir-se no mercado externo é por meio da exportação, visto que esta operação pode se tornar um excelente negócio tanto para a empresa quanto para o país envolvido. Entretanto, é necessário que os empresários estejam conscientes da importância do planejamento e da definição de uma política relacionada ao conhecimento e ao entendimento das regras utilizadas no comércio internacional (EIDELCHTEIN et al., 2010).

Como a exportação possibilita relações bilaterais e negociações internacionais, é necessário o estudo e a compreensão do comércio exterior, a identificação das oportunidades e restrições no cenário global e, principalmente, questões relacionadas ao país a que se destina. Desse modo, percebe-se que a pesquisa de mercado é um estudo essencial para a empresa que pretende expandir o negócio. Segundo o Ministério do Desenvolvimento, Indústria e Comércio Exterior (2014), “a pesquisa de mercado tem como objetivo determinar as perspectivas de venda do

produto no mercado externo e indicar a forma de se obter excelentes resultados.”

A exportação é realizada por grandes empresas, porém pode ser efetivada por pequenos e médios empreendimentos que fabricam produtos de nível global, como é o caso da empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda.

## 2.2 PEQUENAS E MÉDIAS EMPRESAS (PMES)

Atualmente, existe mais de cinco milhões de micro e pequenas empresas no Brasil, representando somente 2% das exportações brasileiras. Em relação ao Produto Interno Bruto (PIB), representam 20%, são responsáveis por 60% dos 94 milhões de empregos no País e constituem 99% dos seis milhões de estabelecimentos formais efetivos no Brasil (PORTAL BRASIL, 2012).

No ano 2013, 21.814 organizações exportaram produtos, registrando aumento de 332 exportadores em comparação ao ano anterior. É importante destacar que em termos de diferença entre o número de empresas que cresceram e que caíram de porte em 2011 e 2012, 841 empresas cresceram no quesito categoria. Destas, 328 passaram de médio para grande porte, 431 de PMEs para empresas de médio porte, e 82 de PMEs para grande porte (MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO, DA INDÚSTRIA E DO COMÉRCIO EXTERIOR, 2014).

Em 2013 as empresas que realizaram o volume significativo de exportações no Brasil foram as micro, pequenas e médias empresas, com uma participação total de 67,5%, enquanto empresas de grande porte aparecem com 30,6% de participação no volume total. Cabe mencionar que as PMEs se mantêm como o grupo dominante no comércio exterior por possuírem 9.182 empresas (MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO, DA INDÚSTRIA E DO COMÉRCIO EXTERIOR, 2014).

A Tabela 1 apresenta o volume de exportação brasileira por porte de empresa em valores monetários e respectivas participações no volume geral exportado em 2012 e 2013.

Tabela 1 - Volume de exportação brasileira por porte de empresa (US\$ milhões FOB)

		Total	Micro e pequena empresa	Média empre- sa	Grande empresa	Pessoa física
	Valor	242.179	1.766	7.906	232.223	285
	Part. (%)	100	0,7	3,3	95,9	0,1
2013 (A)	Qtde. (*)	21.814	9.182	5.546	6.680	401
	Part. (%)	100	42,1	25,4	30,6	1,8
	Valor	242.578	1.787	8.131	232.156	502
	Part. (%)	100	0,7	3,4	95,7	0,2
2012 (B)	Qtde. (*)	21.482	9.171	5.464	6.439	399
	Part. (%)	100	42,7	25,4	30	1,9
(A/B)	Abs.	- 399	- 21	- 225	67	- 217
Valor	Rel. (%)	- 0,2	- 1,2	- 2,8	0	- 43,3
(A/B)	Abs.	332	11	82	241	2
Valor	Rel. (%)	1,5	0,1	1,5	3,7	0,5

Fonte: Ministério do Desenvolvimento, da Indústria e do Comércio Exterior (2014).

Nota: Os dados incluem exportações realizadas no amparo de Declarações Simplificadas de Exportação (DSE).

(\*) Em 2013, há o registro de cinco operadores não classificados entre as categorias de porte. Assim, a soma das categorias constantes na Tabela será de 21.809, diferente do total de 21.812 empresas.

De acordo com a Tabela 1, o valor das exportações está concentrado nas grandes empresas, em termos monetários. Entretanto, a participação das PMEs no número global de empresas com atuação no comércio exterior aumenta expressivamente a relevância destas como disseminadoras da capacidade de geração de renda para o País (DALBOSCO, 2014).

Segundo dados do Ministério do Desenvolvimento, da Indústria e do Comércio Exterior (2014), os estados das regiões Sudeste e Sul são, tradicionalmente, os que concentram o principal número de empresas exportadoras. Os estados do Sul, com participação de 28,1%, encontram-se como a segunda região em número de empresas, totalizando 6.133 estabelecimentos, resultado 4,2% acima do registrado em 2012, quando 5.883 empresas exportaram. O valor exportado registrou acréscimo

de 16,1%, subindo de US\$ 47,9 bilhões para US\$ 55,7 bilhões no biênio 2012/13.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este trabalho foi desenvolvido no período de 2014/2 a 2015/1, tendo como objetivo realizar a análise de viabilidade mercadológica de exportação de farinha de trigo da empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda.

O trabalho foi desenvolvido por meio de abordagem qualitativa, na qual se realizou uma entrevista semi-estruturada. Segundo Creswell (2014, p. 34), “a abordagem qualitativa caracteriza-se como indutivos, emergentes e moldados pela experiência do pesquisador na coleta e análise dos dados.”

Neste trabalho o tipo de pesquisa escolhido foi a técnica descritiva, por apresentar a análise, o estudo e a interpretação dos dados coletados. A pesquisa descritiva visa à identificação, registro e análise das características, fatores que se relacionam com o fenômeno ou processo (MARTINS, 2011).

O método de pesquisa utilizado é o estudo de caso simples, por abordar apenas uma empresa para a elaboração da análise.

De acordo com Lakatos e Marconi (2010, p. 149), “a coleta de dados é a etapa da pesquisa em que se inicia a aplicação dos instrumentos elaborados e das técnicas selecionadas, a fim de se efetuar a coleta dos dados previstos.”

Para a construção dos dados relacionados ao trabalho, realizou-se inicialmente uma pesquisa bibliográfica, com a finalidade de se obter o embasamento teórico necessário para aprimorar o desenvolvimento. No segundo momento são utilizadas técnicas de coleta de dados para a elaboração do estudo da viabilidade. Tal estudo é um conjunto de procedimentos que variam de acordo com as circunstâncias ou com o tipo de investigação (LAKATOS; MARCONI, 2008). Nesta pesquisa foram adotados a observação, a entrevista, dados de *sites* e outros meios que contribuíram para a análise.

Nesta pesquisa os sujeitos participantes da entrevista foram selecionados pela acessibilidade e correspondem ao proprietário, supervisor da produção, auxiliar do setor contábil e responsável pelo setor financeiro da empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda.

A análise dos dados desta pesquisa realizou-se de forma descritiva, na qual, conforme Andrade (2010, p. 112), “os fatos são observados, registrados, analisados, classificados e interpretados, sem que o pesquisador interfira neles, ou seja, os fenômenos do mundo físico e humano estudado, mas não manipulados pelo pesquisador.”

## **4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS**

Apresenta-se a descrição do mercado e, na sequência, a análise do macroambiente.

### **4.1 DESCRIÇÃO DO MERCADO PARA ATUAÇÃO INTERNACIONAL**

Angola é um mercado com potencial, pois facilita as operações comerciais internacionais com o Brasil por utilizar o mesmo idioma e ter cultura similar. Em 2011, o País teve um índice de crescimento de 3,9%, e em 2012, de 8,4%. Esses números indicam a representatividade que o País tem em relação ao continente, ocupando o 5º lugar no quesito crescimento do continente africano em 2012 (MINISTÉRIO DAS RELAÇÕES EXTERIORES, 2015).

A agricultura ainda é a principal forma de sobrevivência para parte da população, porém os níveis de produção de farinha são inferiores, sendo que metade precisa ser importada para atender à demanda (MINISTÉRIO DAS RELAÇÕES EXTERIORES, 2015).

Este é um dos fatores pelos quais se optou por este País para a realização da análise de viabilidade mercadológica e econômico-financeira de exportação da farinha de trigo desta pesquisa, já que a produção nacional não é suficiente para atender ao consumo local. Na Tabela 2

estão listados os 10 principais produtos importados pela Angola durante o primeiro trimestre de 2013.

Tabela 2 – Principais produtos importados pela Angola

<b>Rkg.</b>	<b>Cat.</b>	<b>Produto</b>	<b>Peso/Ton</b>	<b>%</b>
1	25.23	Cimentos hidráulicos	664.295,29	22,66
2	10.06	Arroz	115.968,35	3,96
3	11.01	Farinha de trigo ou mistura de trigo com centeio	97.371,71	3,32
4	22.03	Cervejas de malte	81.495,70	2,78
5	17.01	Açúcares de cana ou beterraba e sacarose quimicamente pura, no estado sólido	66.982,49	2,29
6	72.14	Barras de ferro ou aço não ligado, simplesmente forjado, laminado, estirado ou extrudados, a quente, incluídas as que tenham sido submetidas à torção após laminagem	62.311,55	2,13
7	02.07	Carnes e miudezas comestíveis de aves, frescas, refrigeradas ou congeladas	57.960,02	1,98
8	15.11	Óleo de palmas e respectivas fracções, mesmo refinados, mas não quimicamente modificados	46.500,18	1,59
9	69.08	Ladrilhos e placas (lajes), para pavimentação ou revestimento, vidrados ou esmaltados de cerâmica, cubos, pastilhas e artigos semelhantes	37.743,58	1,29
10	11.02	Farinha de cereais, exceto de trigo ou de misturas de trigo com centeio	36.602,10	1,25

Fonte: adaptado de Unicargas (2013).

Pode-se observar na Tabela 2 que a farinha de trigo ocupa o 3º lugar no *ranking* dos produtos importados pela Angola no ano 2013, com total de 97.371.71 toneladas, perdendo apenas para o arroz e os cimentos hidráulicos.

De acordo com Cahombo (2013), “o nível mais alto de processamento interno alcançado até hoje corresponde a 40% das necessidades, estimadas em cerca de 800 mil toneladas por ano.”

## 4.2 MACROAMBIENTE

A empresa e todos os responsáveis atuam em um macroambiente de forças, que configuram oportunidades e criam ameaças para a organização (KOTLER; KELLER, 2006). Dentre as principais forças estão: forças culturais, políticas, econômicas e ambientais, que serão apresentadas a seguir.

Este ambiente é constituído por instituições e outras forças que afetam valores básicos, percepções, preferências e comportamentos de um povo. O indivíduo cresce em uma sociedade específica que molda crenças e valores, e adquire, assim, uma visão de mundo que define o tipo de relacionamento que terá com os demais (KOTLER; KELLER, 2006).

Existem diversos produtos que precisam ser estudados de forma aprofundada no mercado-alvo, principalmente no aspecto cultural, no qual deve ser analisado se o produto será aceito ou não no país de destino (KOTLER; KELLER, 2006).

A farinha de trigo não sofrerá interferência quanto ao ambiente cultural, uma vez que o produto é de consumo alimentar, sendo utilizada para a produção de diversos produtos alimentícios do mundo todo.

Assim, este aspecto se tornará positivo para a empresa, pelo fato de o produto ser básico para a alimentação e consumido por todos os países, não sendo necessária nenhuma adaptação quanto sua composição.

O fator político, assim como os demais, é um elemento incontornável, logo, qualquer empreendimento está sujeito às oscilações políticas e legislativas, seja de forma direta ou indireta, podendo afetar a própria estrutura empresarial e até mesmo o cliente (ZENARO, 2011).

Atualmente, com o aumento do dólar, a empresa é prejudicada, pois importa parte da matéria-prima utilizada para a fabricação do produto final, logo, poderá não competir pelo fato de o preço estar acima do praticado no mercado.

Entretanto, conforme o proprietário (LF01), além de afetar no preço do insumo importado, resulta na elevação do preço do combustível e do adubo, visto que 80% é importado e aplicado na agricultura para a

produção do trigo. Portanto, a inflação é reflexo desse aumento do dólar, que não interfere apenas no preço do trigo necessário para o processamento, mas também no setor da logística, acarretando um incremento no preço do produto e afetando o consumidor final.

No setor econômico, do macroambiente, existe a questão da estabilidade e da instabilidade. A primeira refere-se às taxas de juros baixas e ao índice de crescimento razoável, o que permite um cenário favorável à atuação das empresas (ZENARO, 2011).

A instabilidade diz respeito ao aumento dos riscos. Os empresários precisam ter um nível de conhecimento favorável referente às estratégias de planejamento, além de uma reserva financeira (ZENARO, 2011).

Deste modo, pode-se observar que o fator econômico interfere de maneira significativa na forma como o empresário traçará o empreendimento e se realmente será viável nas condições econômicas que o País está apresentando.

Este ambiente tem uma relação direta com a política, uma vez que o governo é responsável pelo desenvolvimento e crescimento econômico do País. De acordo com o proprietário (LF01), o Brasil continua sendo uma oportunidade para a expansão do negócio nacional, pois há uma elevação do número de habitantes, ocasionando o aumento do consumo doméstico.

Com o aumento do consumo, a empresa precisa elevar a produção, e para isso é necessária a contratação de mão de obra, que gera postos de trabalho, o que, segundo o proprietário (LF01), acaba formando um ciclo econômico positivo para o País.

Esta força representa a preocupação com o meio ambiente, bem como uma preocupação com o efeito estufa, causado pela queima de combustíveis fósseis, que ocasiona a diminuição da camada de ozônio em razão de determinados produtos químicos e a constante escassez de água (KOTLER; KELLER, 2006).

A fim de reduzir a poluição industrial, as organizações são levadas a investir em equipamentos de controle de poluição. Todavia, grandes oportunidades aguardam por empresas e profissionais que consigam criar novos recursos, capazes de conciliar prosperidade e proteção ambiental (KOTLER; KELLER, 2006).

A empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda, segundo o proprietário (LF01), foi projetada pensando na preservação do ar e da água, além dos ruídos ocasionados pelas máquinas a fim de não prejudicar os funcionários.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta seção apresenta as considerações finais, as limitações da pesquisa e as recomendações para futuros estudos referentes à viabilidade mercadológica de exportação da farinha de trigo.

Em relação à análise mercadológica, que diz respeito à identificação do mercado-alvo, foi constatado que existe mercado para a farinha de trigo, uma vez que a Angola importa parte dos alimentos consumidos e que o produto em questão ocupa a terceira posição na lista dos importados pelo País, em virtude de não possuir quantidade suficiente para atender à demanda nacional. É um País com cultura e idioma similares ao Brasil, o que facilita as negociações.

Além disso, possui uma localização favorável relativa aos processos internacionais por se localizar na Costa Ocidental, facilitando a entrada e a saída de mercadorias e reduzindo custos logísticos.

Angola, em 2011, teve um índice de crescimento de 3,9% e em 2012, de 8,4%; esses números indicam a representatividade que o País tem em relação ao continente, ocupando o quinto lugar no quesito crescimento em comparação aos demais países africanos em 2012, o que torna o País uma oportunidade para empresas estrangeiras expandirem os negócios.

As principais contribuições que este estudo traz consistem na importância da internacionalização, principalmente para as PMEs, que são fundamentais para promover o desenvolvimento econômico do País; além da exportação, por ser uma forma de atuação no mercado externo que oferece diversas vantagens para o crescimento e expansão dos negócios da empresa, com o objetivo de aumentar o lucro.

Quanto às contribuições acadêmicas, esta pesquisa possibilitou ampliar o conhecimento em relação ao comércio exterior, em específico à ex-

portação. Além disso, foi um desafio, para qual foi necessário coletar dados, buscar informações pertinentes e entrar em contato com a empresa Specht Produtos Alimentícios Ltda. para organizar e desenvolver o trabalho.

Em relação às limitações decorrentes deste estudo, têm-se a dificuldade em encontrar informações e dados estatísticos referentes ao produto em questão. Além disso, dificuldade em extrair informações específicas sobre a Angola, a legislação e as exigências na adaptação do produto. Outra limitação diz respeito à não oportunidade de comparação do preço estabelecido para exportação com o preço do concorrente no país destino, pois em razão da falta de tempo e de informações e dados restritos, não foi possível encontrar os preços praticados pelos concorrentes. Dessa forma, não se tem a possibilidade de saber se o preço é realmente competitivo.

As recomendações para futuros estudos podem ser em relação a realizar uma pesquisa aprofundada sobre esta temática, uma vez que não há informações suficientes disponíveis, buscar outros moinhos de farinha de trigo no Brasil para aplicar o estudo e apresentar a viabilidade de exportação para diferentes países do mundo, e servir de suporte para a realização da análise do mercado da Angola, bem como do produto estudado.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. M. D. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 10. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

CAHOMBO, G. Importação de trigo: um mercado sob monopólio estrangeiro. **Economia & mercado**, out. 2013. Disponível em: <<http://economiaemercado.sapo.ao/macro/importacao-de-trigo-um-mercado-sob-monopolio-estrangeiro>> Acesso em: 29 mar. 2015.

CASTRO, J. A. D. **Exportação**: aspectos práticos e operacionais. 8. ed. São Paulo: Aduaneiras, 2011.

CRESWELL, J. W. **Investigação qualitativa e projeto de pesquisa**. 3. ed. Porto Alegre: Penso, 2014. Disponível em: <<http://books.google.com.br/books?hl=ptBR&lr&id=Ymi5AwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=artigos+pesquisa+qualitativa+e+quantitativa+yin&ots=Mu4LBqRx8n&sig=7KHQAQ3E2eLpItjAHZSIlczCUujY#v=onepage&q=artigos%20pesquisa%20qualitativa%20e%20quantitativa%20yin&f=false>>. Acesso em: 25 out. 2014.

DALBOSCO, I. B. **Grau de internacionalização, competências internacionais, e desempenho organizacional da PME e mMNC: estudos de caso no sul do Brasil**. Biguaçu, 2014. Disponível em: <<http://siaibib01.univali.br/pdf/Inocencia%20Boita%20Dalbosco.pdf>>. Acesso em: 22 nov. 2014.

EIDELCHTEIN, C. et al. **Manual prático de comércio exterior**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

KOTLER, P.; KELLER, K. L. **Administração de marketing**. 12. ed. São Paulo: Person Prentice Hall, 2006.

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

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. D. A. **Técnicas de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

LOPEZ, J. M. C.; GAMA, M. **Comércio exterior: competitivo**. 3. ed. São Paulo: Aduaneiras Informação sem Fronteiras, 2011.

MARTINS, G. D. A. **Manual para elaboração de monografias e dissertações**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

MINISTÉRIO DAS RELAÇÕES EXTERIORES. **Angola Comércio Exterior**. Disponível em: <<http://www.brasilexport.gov.br/sites/default/files/publicacoes/indicadoresEconomicos/INDAngola.pdf>>. Acesso em: 17 maio 2015.

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO DA INDÚSTRIA E DO COMÉRCIO EXTERIOR. **Exportação**. Brasília, DF, 2014. Disponível em: <<http://www.mdic.gov.br/sitio/interna/interna.php?area=5&menu=245>>. Acesso em: 27 set. 2014.

PORTAL BRASIL. **Mapa das micro e pequenas empresas**. 2012. Disponível em: <<http://www.brasil.gov.br/economia-e-emprego/2012/02/o-mapa-das-micro-e-pequenas-empresas>>. Acesso em: 18 out. 2014.

UNICARGAS. **Produtos mais importados por toneladas**. 2013. Disponível em: <<http://www.cnc-ngola.com/attachments/article/9/Boletim%20estatistico%20do%201%C2%BA%20trimestre%20de%202013.pdf>>. Acesso em: 04 out. 2014.

ZENARO, M. **Marketing para empreendedores**. 3. ed. Videira: Êxito, 2011.





ARTIGOS  
ÁREA DAS CIÊNCIAS  
DA VIDA



# A INFLUÊNCIA DOS PAPÉIS DE LIDERANÇA NO BEM-ESTAR DOS COLABORADORES

Larissa Pagnussatto <sup>1</sup>  
Ana Paola Grandó <sup>2</sup>

## RESUMO

A presente pesquisa é um estudo quanti-qualitativo que apresenta a comparação entre duas pesquisas de bem-estar realizadas em uma organização do Oeste catarinense. O bem-estar no ambiente de trabalho está vinculado à satisfação com os aspectos físicos, psicológicos e emocionais e sofre forte influência dos papéis de liderança. Uma primeira pesquisa realizada em maio de 2016, com os colaboradores da fábrica IV, apresentou em seu plano de ação necessidades de melhorias voltadas ao papel de liderança atual, a partir disso, a organização realizou mudanças significativas que afetaram o bem-estar dos colaboradores; os dados mensurados na segunda pesquisa realizada em setembro de 2016. Os gráficos quantificaram uma melhora na média geral de satisfação e bem-estar de 5,95 (regular) na primeira pesquisa para 7,00 (bom) na segunda pesquisa. Tais mudanças confirmam as concepções dos autores Messias, Mendes e Monteiro (2013) que indicam que o bem-estar psicológico sofre influência dos papéis de liderança e que a relação entre líder e colaborador traduz o sucesso do líder. Palavras-chave: Liderança. Bem-estar. Motivação. Satisfação.

## 1 INTRODUÇÃO

A Psicologia Organizacional e do Trabalho contribui com intervenções no ambiente de trabalho e nas organizações; entre suas amplas abrangências, destaca-se neste momento a contribuição e possibilidades de ações no processo de bem-estar dos colaboradores.

O bem-estar dentro da organização pode estar associado a diversos fatores, físicos, psicológicos e emocionais. O termo pode ser con-

---

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; laari.p@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina; Professora no Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina; ana.grando@unoesc.edu.br

ceituado como uma prevalência de emoções e percepções positivas do colaborador na sua atuação, expressão, desenvolvimento de potenciais e metas pessoais (PASCHOAL; TAMAYO, 2008). O bem-estar no trabalho é influenciado por elementos do contexto de trabalho, sendo o bem-estar psicológico uma influência dos papéis de liderança, ou seja, a relação entre líder e colaborador traduz o sucesso do líder (PASCHOAL, 2008; MESSIAS; MENDES; MONTEIRO, 2013).

Portanto, este artigo apresenta o comparativo entre duas pesquisas de bem-estar realizadas em uma das quatro fábricas de uma organização do Oeste catarinense. O questionário aplicado buscou analisar as situações fornecedoras de bem-estar no trabalho, mapeando a satisfação do colaborador com a empresa, identificando o relacionamento entre colaborador e líder e investigando todos os fatores que influenciam o bem-estar dos colaboradores no ambiente de trabalho.

A demanda surgiu do interesse da organização em atender a um de seus principais objetivos: crescimento e inovação, sustentabilidade e bem-estar no trabalho, isso porque a organização se caracteriza por investir em programas visando à qualidade de vida dos colaboradores. Assim, a pesquisa atendeu ao método quanti-qualitativo de fácil compreensão e rápida aplicação. Diante da análise do plano de ação da primeira pesquisa, realizada em maio de 2016, a empresa realizou mudanças que afetaram significativamente o bem-estar dos colaboradores, fato comprovado na segunda pesquisa realizada em setembro de 2016.

## **2 PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO**

O âmbito do trabalho influencia no cotidiano de todas as pessoas, sugerindo contatos sociais que determinam a qualidade de vida. Dessa forma, a organização é disseminante na sociedade contemporânea e afeta a vida das pessoas por meio da qualidade de seus processos. Esta é a importância da organização na sociedade, e é assim que ela se transforma em objeto de estudo para a ciência, em especial neste momento para a psicologia (BASTOS et al., 2004).

A psicologia dentro das organizações tomou espaço na compreensão e intervenção dos processos relativos ao mundo do trabalho e das organizações, sem desvincular os aspectos do trabalho e da vida pessoal dos indivíduos, ou seja, a psicologia considera o homem em sua integridade. Assim, o objetivo principal da psicologia na organização é “explorar, analisar e compreender como interagem as múltiplas dimensões que caracterizam a vida das pessoas nos grupos das organizações.” (ZANELLI; BASTOS, 2004, p. 467).

Para tanto, Psicologia Organizacional e do Trabalho significa motivação, comprometimento, envolvimento, aprendizagem, socialização, satisfação, treinamento, aconselhamento, estresse e qualidade de vida no trabalho (BORGES; YAMAMOTO, 2004).

Dessa forma, o profissional psicólogo atua na compreensão das situações do trabalho, desvendando a raiz do problema para elaborar o melhor plano de ação. A abordagem a ser utilizada depende da especificidade de cada situação (LIMA, 2010). Para tanto, torna-se necessário conhecer as diversas situações nas quais o psicólogo pode intervir dentro de uma organização, visando à saúde do colaborador.

### **3 QUALIDADE DE VIDA E BEM-ESTAR NO TRABALHO**

Com o surgimento de uma abordagem sociotécnica, surgiu o movimento referente à qualidade de vida no trabalho. Na década de 1960 surgiram as primeiras iniciativas de líderes e empresários que buscavam organizar as relações do trabalho minimizando os efeitos negativos nas organizações e proporcionando bem-estar dos colaboradores (MORETTI, 2005).

Os primeiros estudos direcionados ao bem-estar foram feitos nos Estados Unidos, e com o passar do tempo percebeu-se que havia influências da cultura e das gerações no fenômeno bem-estar. Dessa forma, o termo se caracteriza como experiências emocionais positivas e satisfação com os diversos aspectos da vida em um construto multidimensional e dinâmico (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

O termo também se caracteriza como uma integração de aspectos psicológicos e vínculos afetivos com o trabalho e com a organização, ou seja, satisfação, envolvimento e comprometimento (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008). Assim, o bem-estar deve apresentar emoções positivas e se sobressair aos aspectos negativos do colaborador (PASCHOAL; TORRES; PORTO, 2010).

Bem-estar significa, ainda, uma prevalência de emoções e percepções positivas do colaborador na sua atuação, expressão, desenvolvimento de potenciais e metas pessoais. No âmbito no trabalho, bem-estar inclui aspectos afetivos e cognitivos, ou seja, emoção, humor e percepção, os quais devem contemplar a realização profissional para o colaborador (PASCHOAL; TAMAYO, 2008).

Messias, Mendes e Monteiro (2013) indicam que o bem-estar psicológico sofre influência dos papéis de liderança e que a relação entre líder e colaborador traduz o sucesso do líder. Existe uma grande influência do comportamento do líder na resposta do colaborador, reciprocamente, o bem-estar do colaborador também influencia o comportamento do líder. Um colaborador que se dispõe a atingir o objetivo da organização constrói um estado de autoconfiança e bem-estar psicológico; nesse caso, o papel do líder é analisar as condições para alcançar esse objetivo apostando em uma relação interpessoal de apoio ao colaborador.

Entre as funções em destaque dos papéis de liderança, este artigo objetiva apresentar a sua influência sobre o fator bem-estar no trabalho, portanto se compreende a importância de apresentar a concepção de diversos autores sobre o assunto.

## **4 LIDERANÇA**

A responsabilidade pelo sucesso organizacional é da liderança; “A excelência empresarial está profundamente relacionada com a excelência gerencial.” (SANTOS, 2008, p. 100). As empresas precisam de papéis de liderança em todos os setores e áreas de atuação.

Para isso, alguns autores definem liderança como personalidade, ou seja, características pessoais de uma pessoa que atribui a ele habilidades para atuar como líder. Outros indicam ser um comportamento, em que o indivíduo faz imposições para gerar mudança no grupo. Ainda, outros autores acreditam que liderança é um processo de influências em grupo, no qual um influencia o outro para alcançar um objetivo comum. Portanto, liderança é um processo de transformação e transação que acontece entre o líder e os colaboradores (MESSIAS; MENDES; MONTEIRO, 2013).

Um bom líder é aquele que traça um caminho com seus colaboradores, que tem espírito de equipe, e não apenas manda nos seus subordinados sem colaborar na execução das atividades. O líder é um mediador entre os objetivos da direção e a função operacional da empresa, ele direciona a comunicação, a motivação, a avaliação, os esforços e as recompensas nas organizações. O líder deve oferecer instruções, aconselhamentos, incentivos e estímulos, sempre buscando desenvolver sua equipe e melhorar o desempenho no trabalho (SANTOS, 2008).

A principal função do líder é a motivação das pessoas, ou seja,

[...] ele precisa saber que o desempenho de cada pessoa está fortemente relacionado com suas aptidões e habilidades. Entretanto, o bom desempenho requer também motivação para trabalhar. Sendo ela, em termos de comportamento, o conjunto de ações exercidas pela pessoa para fazer ou alcançar algo. (SANTOS, 2008, p. 102).

Ter um ambiente de trabalho onde as pessoas possam se sentir bem com seus líderes e colegas, bem como confiantes e satisfeitos, cooperando com a equipe é um sinal de motivação. Muitas pessoas sentem-se motivadas somente por saber que o seu papel é importante para a organização (MORETTI, 2005).

Um líder deve motivar seus colaboradores, entende-se que motivação é algo interno, porém conhecer as necessidades pessoais de cada colaborador e promover a satisfação pessoal e profissional por meio do ambiente organizacional é uma boa estratégia de motivação (SANTOS,

2008). “Os administradores só podem liderar se os subordinados estiverem motivados para segui-los.” (MORETTI, 2005, p. 4).

## 5 MÉTODO

A pesquisa caracterizou-se pelo tipo quanti-qualitativo com delineamento descritivo. Como método de coleta de dados foi utilizado um questionário composto por perguntas fechadas que quantitativamente fornece quatro opções de respostas (ruim, regular, bom e ótimo) e qualitativamente, linhas para a justificativa das respostas, sendo um espaço específico para apontamentos de ideias de melhoria. Os sujeitos de pesquisa constituíram-se por colaboradores da fábrica IV de uma organização do Oeste catarinense; 48 deles participaram da pesquisa bem-estar I, e 36, da pesquisa bem-estar II, sendo que 80% dos colaboradores que responderam à pesquisa I também participaram da pesquisa II. O questionário abrangeu perguntas que analisavam todos os contextos físicos, psicológicos e emocionais que influenciam o bem-estar. Para a apresentação do presente artigo, optou-se por analisar os gráficos representativos da comparação entre as pesquisas com média geral e satisfação de relacionamento entre colaborador e liderança.

A execução da primeira pesquisa, realizada em maio de 2016, ocorreu em sala cedida pela organização em horário de trabalho, onde os colaboradores puderam se reunir em grupos de até cinco pessoas, e após a apresentação do questionário, foram estimulados a analisar os aspectos de bem-estar fornecidos pela organização. A pesquisa II, realizada em setembro de 2016, seguiu parâmetros parecidos: em sala cedida pela organização em horário de trabalho os colaboradores foram chamados um a um para responder ao questionário, analisando as mudanças realizadas pela empresa como fator de bem-estar.

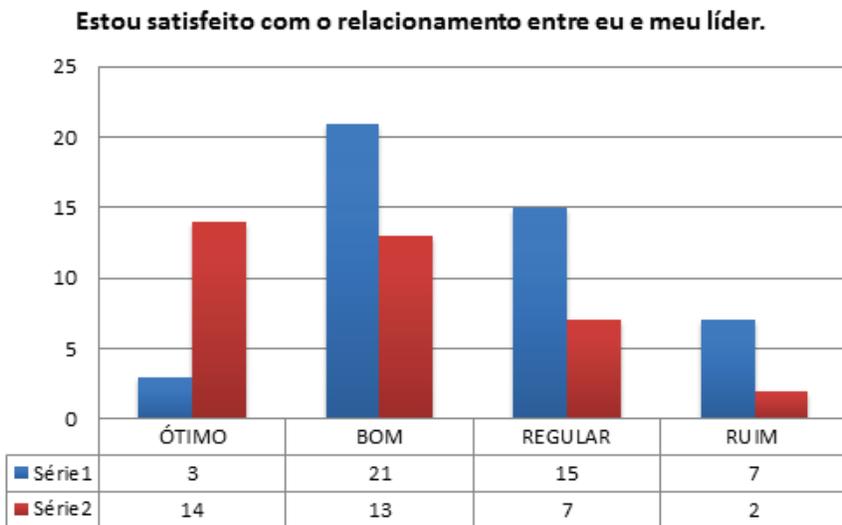
## 6 DISCUSSÕES E RESULTADOS

No âmbito no trabalho, bem-estar inclui aspectos afetivos e cognitivos, ou seja, emoção, humor e percepção, os quais devem contem-

plar a realização profissional para o colaborador (PASCHOAL; TAMAYO, 2008). Entre as dimensões do termo, o que atende melhor ao domínio organizacional é o bem-estar psicológico, pois os colaboradores constantemente desempenham tarefas de acordo com metas, e o processo para alcançá-las deve proporcionar bem-estar e emoções positivas (MESSIAS; MENDES; MONTEIRO, 2013).

Dessa forma, quantificando os dados obtidos pelas duas pesquisas de bem-estar, os gráficos apresentados demonstram o percentil atribuído às respostas do questionário e também a comparação entre as pesquisas.

Gráfico 1 – Comparação entre pesquisas referente à satisfação de relacionamento entre líder e colaborador



Fonte: os autores.

Considerando os dados apresentados na primeira pesquisa (Série 1), percebe-se que cerca de 16% dos colaboradores estão insatisfeitos com o relacionamento com o líder, e 33% assinalaram a situação como regular. Muitos descreveram em seus comentários uma imposição de poder da líder e a necessidade de se estabelecer empatia e comunicação, ficando evidente a desmotivação da equipe de trabalho.

Identificou-se nesta primeira pesquisa que o índice de bem-estar dos colaboradores está prejudicado, já que este deve apresentar emoções positivas e se sobressair aos aspectos negativos do colaborador (PAS-CHOAL; TORRES; PORTO, 2010). Com as percepções de bem-estar lesadas, o estado motivacional da equipe também é atingido, conforme descreveram os colaboradores “Está me sobrecarregando”, “Falta de compreensão.” (informações verbais).

O bem-estar também é mensurado em duas perspectivas. A primeira é relacionada a experiências de bem-estar ou a acontecimentos pessoais e subjetivos do colaborador que trouxeram experiências positivas. A segunda é um estado de bem-estar, que seria como o colaborador se encontra no momento em relação a sua saúde física e emocional ou a estados de humor (MESSIAS; MENDES; MONTEIRO, 2013). De acordo com os relatos, a liderança não exercia empatia e compreensão com os aspectos pessoais dos colaboradores, o que gerava indignação e desmotivação, “Fiquei doente, tomando soro o dia todo no hospital, hoje cheguei aqui e ninguém veio me pedir como eu estava, se melhorei ou o que realmente aconteceu comigo”, “Fiquei 10 dias de atestado e depois disso parece que ela pegou raiva de mim”, “Não dá atenção, deixa tudo para depois (6 vezes).” (informações verbais).

Dessa forma, compreendendo que bem-estar no trabalho é uma integração de aspectos psicológicos e vínculos afetivos com o trabalho e com a organização (SIQUEIRA, PADOVAM, 2008), confirma-se que o bem-estar dos colaboradores estava prejudicado, já que muitos expressaram insatisfação de relacionamento com a líder, adotando, assim, comportamentos visíveis de desmotivação.

Os resultados demonstram que a liderança não estava cumprindo com os objetivos esperados de um líder, pois, além de ser um mediador entre os objetivos da direção e a função operacional da empresa, o líder deve garantir motivação a equipe. Compreende-se que motivação é relacionada a aptidões e habilidades que precisam de estímulos para serem utilizadas, é, “em termos de comportamento, o conjunto de ações exercidas pela pessoa para fazer ou alcançar algo.” (SANTOS, 2008, p. 102).

Os colaboradores descreveram que a líder apresentava comportamentos que não condiziam com os objetivos da organização, “Punição parece não se aplicar efetivamente, a líder só dá suspensão ou pega no pé de quem ela não gosta, porque de quem ela gosta ela não fala nada, mas do coitado que às vezes precisam faltar ela fica dando suspensão.” (informação verbal). Salienta-se o que os autores Messias, Mendes e Monteiro (2013) destacam: quando um líder toma uma decisão que desvie do objetivo da organização, a empresa deve analisar a decisão pensando no bem-estar psicológico dos colaboradores e não nos aspectos comprometidos para a empresa; o sucesso da organização depende da coerência de comportamentos e cobranças feitas aos colaboradores (MESSIAS; MENDES; MONTEIRO, 2013).

Diante dos resultados obtidos na primeira pesquisa, elaborou-se um plano de ação visando melhorar o quadro de motivação pessoal e grupal dos colaboradores, capacitando os papéis de liderança e desenvolvendo habilidades e competência de comunicação, demandando mais atenção e motivação dos colaboradores, já que bem-estar se caracteriza como experiências emocionais positivas e satisfação com os diversos aspectos da vida em um construto multidimensional e dinâmico (ALBUQUERQUE; TRÓCCOLI, 2004).

Dessa forma, a gestão da empresa realizou mudanças que afetaram significativamente o bem-estar dos colaboradores da fábrica, o que é visível nos resultados da segunda pesquisa (Série 2), em que 40% dos colaboradores estão muito satisfeitos com a líder, e 36% assinalaram o relacionamento como bom, e apenas 24% expressam necessidade de alguns pontos específicos de melhoria.

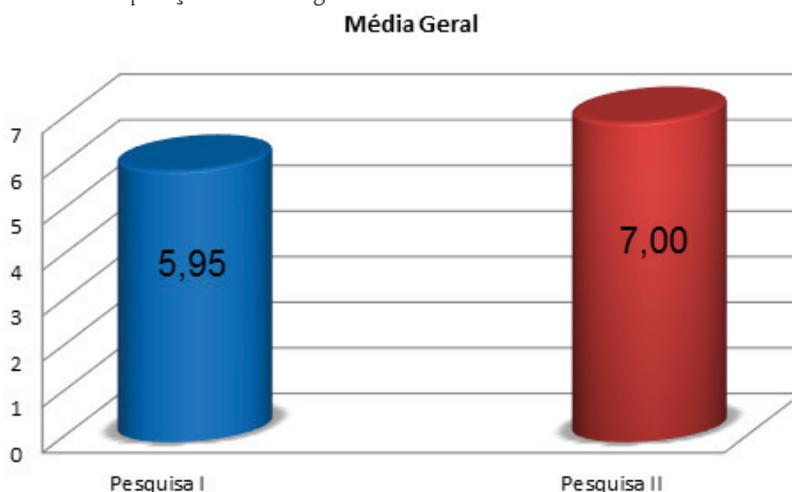
Em análise qualitativa, os colaboradores afirmaram estar mais entusiasmados para realizar as atividades do trabalho e motivados a alcançar as metas propostas pela organização, situação decorrente da postura atenciosa, prestativa e empática da líder atual, que apresenta boa comunicação e facilidade em resolver conflitos, “Me atende e me ajuda quando preciso”, “Ela compreende o funcionário”, “Trata as pessoas igualmente”, “Sabe conversar e liderar a turma.” (informações verbais).

Dessa forma, confirmam-se os apontamentos de Santos (2008) de que um líder deve motivar seus colaboradores. “Os administradores só podem liderar se os subordinados estiverem motivados para segui-los.” (MORETTI, 2005, p. 4).

Em pesquisa realizada por Sant’anna, Paschoal e Gosendo (2012), eles identificaram que o estilo de liderança é um fator que deve ser considerado; um estilo voltado a ações que preconizam as pessoas, suas singularidades e objetivos pessoais é mais propenso a estabelecer motivação e bem-estar na equipe. “O estilo voltado para relacionamento/situação correlacionou-se positivamente com o afeto positivo.” (SANT’ANNA; PASCHOAL; GOSENDO, 2012). As mudanças realizadas na gestão dos processos da fábrica IV contam atualmente com uma líder mais atenciosa com os aspectos pessoais de seus colaboradores, compreendendo suas subjetividades e estabelecendo boa relação interpessoal “Agora sim ela entende o lado das pessoas ela sabe conversar e sabe liderar a turma”, “Ela é uma pessoa calma, trata as pessoas igualmente.” (informações verbais).

As mudanças foram tão significativas no bem-estar dos colaboradores, visto que a nota e média geral da pesquisa aumentaram de 5,95 para 7,00, conforme o Gráfico 2.

Gráfico 2 – Comparação da média geral



Fonte: os autores.

Por meio do questionário utilizado analisou-se a satisfação nos fatores físicos, psicológicos e emocionais dos colaboradores. O bem-estar no trabalho é influenciado por elementos do contexto de trabalho (PAS-CHOAL, 2008). Para tanto, identificou-se que a mudança de liderança, afetou todos os aspectos do trabalho, aumentando a média geral de regular (5,95) para bom (7,00). Outro fator que confirma a importância de um bom papel de liderança e acentua a motivação da equipe é que no segundo semestre do ano a fábrica atingiu a meta proposta pela gestão, e no mês seguinte, faltaram poucas unidades para contemplar a meta novamente.

Diante disso, pode-se afirmar que atualmente a equipe está motivada a conquistar os objetivos da organização, o que decorre do bom relacionamento estabelecido com a liderança: “É um bom lugar aonde a equipe de trabalho é unida”, “Me dou bem com todo mundo”, “Tenho boa relação com meus colegas”, “Estou me desenvolvendo no trabalho e crescendo a cada dia”, “Esse é o trabalho que eu gosto e me sinto bem.” (informações verbais). Tais relatos corroboram os apontamentos de Morretti (2005), que afirma que ter um ambiente de trabalho onde as pessoas possam se sentir bem com seus líderes e colegas, bem como estar confiantes e satisfeitos e cooperando com a equipe é um sinal de motivação. Muitas pessoas sentem-se motivadas somente por saber que o seu papel é importante para a organização.

Dessa forma, confirma-se o que Messias, Mendes e Monteiro (2013) indicam: que o bem-estar psicológico sofre influência dos papéis de liderança, e que a relação entre líder e colaborador traduz o sucesso do líder. Existe uma grande influência do comportamento do líder na resposta do colaborador, e o bem-estar do colaborador também influencia o comportamento do líder. Um colaborador que se dispõe a atingir o objetivo da organização constrói um estado de autoconfiança e bem-estar psicológico, e o papel do líder é analisar as condições para alcançar este objetivo apostando numa relação interpessoal de apoio ao colaborador.

## 7 CONCLUSÃO

Por meio da análise comparativa entre duas pesquisas que mensuravam a satisfação e o bem-estar no trabalho, identifica-se o papel de liderança como fator primordial para a qualidade de vida no trabalho, sendo a organização a responsável por pensar em estratégias de promoção de saúde mental aos colaboradores. A Psicologia Organizacional e do Trabalho pode contribuir com esse processo, auxiliando na compreensão e intervenção em situações do ambiente de trabalho, fazendo parte do grupo estratégico da organização focado na resolução de problemas, na motivação, na satisfação e na qualidade de vida do indivíduo no trabalho.

Considerando que dentro de uma organização o papel de liderança é excepcional para garantir o bom andamento da empresa, percebe-se a necessidade de analisar perfis para candidatos à vaga de liderança, no momento da contratação, identificando competências excepcionais para a função. É necessário, também, dentro de uma organização, existir capacitações para desenvolver habilidades e competências aos papéis de lideranças alinhados aos valores organizacionais.

Assim, compreende-se que os objetivos propostos pela pesquisa foram alcançados, na medida em que a primeira pesquisa conseguiu mapear todos os pontos relevantes que necessitavam de melhorias, e a organização foi dinâmica no processo de aceitar as propostas do plano de ação, realizando mudanças que buscaram atender ao bem-estar de seus colaboradores, o que ficou exemplificado nos dados mensurados da segunda pesquisa. Isso demonstra que cada vez mais as organizações vem pensando na satisfação e no bem-estar de seus colaboradores como determinantes de sucesso organizacional.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, A. S.; TRÓCCOLI, B. T. Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 20, n. 2, p. 153-164, maio/ago. 2004.

BASTOS, A. V. B. et al. Conceitos e perspectivas de estudo das organizações. In: ZANELLI, J. C.; ANDRADE, J. E. B.; BASTOS, A. V. B. (Org.). **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

BORGES, L. O.; YAMAMOTO, O. H. O mundo do trabalho. In: ZANELLI, J. C.; ANDRADE, J. E. B.; BASTOS, A. V. B. (Org.). **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

LIMA, M. E.A. A questão do método em psicologia do trabalho. In: GOULART, I. B. (Org.). **Psicologia Organizacional e do Trabalho: teoria, pesquisa e temas correlatos**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

MESSIAS, F.; MENDES, J.; MONTEIRO, I. O impacto das lideranças no bem-estar dos colaboradores – o papel dos líderes e dos gestores na construção de modelos que promovam o bem-estar psicológico no trabalho. **Dos Algarves: A multidisciplinar e-Journal**, Portugal, n. 22, 2013.

MORETTI, S. **Qualidade de vida no trabalho x auto-realização humana**. Instituto catarinense de pós Graduação, 2005.

PASCHOAL, T. **Bem-estar no trabalho: relações com suporte organizacional, prioridades axiológicas e oportunidades de alcance de valores pessoais no trabalho**. 2008, 180 p. Tese (Doutorado em Psicologia social, do trabalho e das organizações)–Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2008.

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Construção e validação da escala de bem-estar no trabalho. **Avaliação Psicológica**, 2008.

PASCHOAL, T.; TORRES, C. V.; PORTO, J. B. Felicidade no trabalho: relações com suporte organizacional e suporte social. **RAC**, Curitiba, v. 14, n. 6, p. 1054-1072, dez. 2010.

SANT'ANNA, L. L.; PASCHOAL, T.; GOSENDO, E. E. M. Bem-estar no trabalho: relações com estilos de liderança e suporte para ascensão, promoção e salários. **RAC**, Curitiba, v. 16, n. 5, p. 744-764, set./out. 2012.

SANTOS, R. A. O líder e o processo de gestão de conflitos. **Revista São Luis Orião**, v. 1, n. 2, p. 95-106, jan./dez. 2008.

SIQUEIRA, M. M. M.; PADOVAM, V. A. P. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 24, n. 2, p. 201-209, 2008.

ZANELLI, J. C.; BASTOS, A. V. B. Inserção profissional do psicólogo nas organizações e no trabalho. In: ZANELLI, J. C.; ANDRADE, J. E. B.; BASTOS, A. V. B (Org.). **Psicologia, organizações e trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

# OS SENTIMENTOS DESENCADEADOS EM CRIANÇAS POR UM TORNADO

Gentilia Regina Ziebell Sevegnani<sup>1</sup>  
Edson Pilger Dias Sbeghen<sup>2</sup>

## RESUMO

Após o tornado que ocorreu na Cidade de Xanxerê, SC, no ano 2015, despertou-se a consciência para a importância de uma análise dos sentimentos desencadeados nas crianças que vivenciaram essa situação. Foi então que se elaborou um projeto com os seguintes objetivos: compreender os sentimentos vivenciados com o tornado, verificar se ocorreram mudanças nos comportamentos das crianças após o fenômeno e conhecer as estratégias de enfrentamento que as crianças e seus familiares utilizaram para lidar com os sentimentos desencadeados por ele. Por meio de uma pesquisa qualitativa de cunho exploratório, com o método de amostragem bola de neve, foram escolhidas quatro crianças e seus familiares para participarem das entrevistas. As conclusões mostram que o profissional da psicologia pode colaborar bastante na prevenção dos sentimentos desencadeados pelo tornado. Os dados foram avaliados por meio da análise de conteúdo e pode-se concluir que alguns sentimentos foram desencadeados nas crianças alguns meses após o tornado, e as famílias procuraram superar este momento de dificuldade e angústia de diferentes maneiras. Ainda, foi possível perceber que todos têm sentimentos de preocupação de que possa ocorrer outro tornado na região.

Palavras-chave: Crianças. Emergências e desastres. Sentimentos.

## 1 INTRODUÇÃO

A pesquisa objetivou analisar sentimentos desencadeados em crianças que vivenciaram o tornado que passou por Xanxerê, SC, em

---

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia na Universidade do Oeste de Santa Catarina de Xanxerê; gesevegnani@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professor na Universidade do Oeste de Santa Catarina; edson.dias@unoesc.edu.br

2015, visto que por onde o tornado passou provocou uma enorme destruição. Esse tipo de fenômeno pode provocar abalos emocionais, e muitas pessoas podem não saber como reagir frente aos sentimentos desencadeados por ele.

Como apontam os dados da Defesa Civil de Santa Catarina de 2015, o tornado teve grandes proporções; 4.275 pessoas ficaram desalojadas, 539 desabrigadas, quatro pessoas morreram e 96 pessoas ficaram feridas por consequência da velocidade dos ventos, que ultrapassou 250 km/h.

Os desastres naturais podem gerar muitos sentimentos, como: ansiedade, medo, tristeza e insegurança. Em razão disso, é preciso conhecer as estratégias utilizadas pelas crianças e seus familiares para lidarem com esses sintomas. Diante do exposto, se despertou-se para o seguinte questionamento: quais foram os sentimentos desencadeados nas crianças após o tornado que ocorreu no Oeste de Santa Catarina?

## 2 O TORNADO

Os desastres naturais são o resultado do impacto de um fenômeno natural extremo ou intenso sobre um sistema social e causam sérios danos e prejuízos que excedem a capacidade dos afetados de conviverem com o impacto. Muitas pessoas, depois de sofrerem com algum tipo de desastre, têm dificuldade de esquecer e têm a constante preocupação do que ainda pode vir a acontecer. Os danos causados podem ser amenizados se as pessoas trabalharem juntas, com apoio dos governos e da população em geral (SAITO, [200-?], p. 4).

O tornado é um fenômeno que se origina na base de nuvens do tipo cúmulo-nimbo, estendendo-se até o solo como uma intensa coluna de ar giratória e normalmente visível como uma nuvem funil. Para ser caracterizado como tornado, os ventos que formam o fenômeno devem causar danos na superfície terrestre, segundo o que nos fala Kobiyama (2006 apud TOMINAGA et al., 2009, p. 132).

Os tornados no Brasil geralmente são registrados nas regiões Sul e Sudeste, principalmente no Estado de Santa Catarina, porém eles nem

sempre são registrados como tornados, mas como furacões, vendavais, ciclones ou tempestades. Para que sejam reconhecidos como tornados, é preciso conhecer suas características que os diferenciam dos demais fenômenos. Ainda, existem dificuldades na previsão de um tornado, pois os meteorologistas somente podem fazer alertas à população quando as condições forem favoráveis para sua ocorrência e confirmá-lo apenas quando o fenômeno for visualizado, ou seja, alguns minutos antes do acontecimento (KOBAYAMA, 2006, p. 69).

A psicologia das emergências e dos desastres é a área que estuda a saúde mental e as necessidades psicossociais de pessoas afetadas por catástrofes. Diante de uma catástrofe é inevitável que consequências psicológicas venham a acontecer em pessoas atingidas e, em alguns casos, pessoas que acompanharam o fato pelos meios de comunicação (MELO; SANTOS, 2011).

Nas diferentes situações dos desastres, o que acaba sendo muito difícil é o fato de como responder às diferentes demandas com a rapidez com que elas se apresentam, podendo resgatar o equilíbrio das pessoas afetadas. É de fundamental importância que os profissionais tenham um preparo técnico para atendimentos pós-desastres, agindo de acordo com as suas especificidades. Os profissionais também devem estar preparados quando aparecem pessoas que estão passando por um luto pela perda de algum familiar ou conhecido. É uma circunstância em que as pessoas acabam passando por diferentes situações que podem trazer algum sofrimento. Para algumas pessoas, ir ao local onde ocorreu o desastre acaba sendo um grande sofrimento, pois revivem a situação do desastre. Para auxiliar estas pessoas podem ser realizados atendimentos grupais ou individuais (GRECIO, [s.n.], p. 191).

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Para que os objetivos da pesquisa fossem alcançados foi realizada uma pesquisa qualitativa descritiva e exploratória. A pesquisa qualitativa parte da relação entre o mundo real e o sujeito. A maior preocupa-

ção desse tipo de pesquisa é descrever e interpretar os fenômenos. Aqui, estes foram interpretados diante da mudança de comportamentos após ter ocorrido o tornado e eventuais sentimentos relacionados a este acontecimento (MATIAS, 2010, p. 71).

Os participantes da pesquisa foram quatro crianças, duas do sexo masculino e duas do sexo feminino, e um dos familiares de cada criança atingida pelo tornado, tendo como critérios de inclusão ser residente em Xanxerê, SC, ter sido atingido pelo tornado de 2015, e pertencer à faixa etária de seis a 12 anos. Os sujeitos foram encontrados por meio da técnica de amostragem bola de neve, e os indivíduos selecionados convidaram outras famílias para participar da pesquisa.

Foi solicitado aos membros do Grupo Terapêutico do bairro dos Esportes no Município de Xanxerê que indicassem pessoas que atenderiam aos critérios da pesquisa e quisessem participar dela (DEWES, 2013, p. 10). Após as indicações, foi feito contato com as pessoas para verificar seu interesse em participar da pesquisa.

Os dados foram coletados em duas categorias: com as crianças e com um de seus familiares. Com estes, foi realizada uma entrevista semiestruturada, com a qual são realizadas perguntas básicas que dão o enfoque para que possam ser realizadas as demais perguntas posteriormente (MARCONI; LAKATOS, 2015, p. 82).

Com as crianças foi realizada uma atividade lúdica, na qual foi pedido para que cada uma delas desenhasse o que o tornado representa para ela; após a realização do desenho, foi solicitado que ela explicasse o desenho para a pesquisadora. Com esta atividade, as crianças tiveram mais liberdade para expressar seus sentimentos, podendo liberar a sua imaginação diante da atividade estabelecida.

## 4 ANÁLISE DOS DADOS

### 4.1 OS SENTIMENTOS VIVENCIADOS COM O TORNADO

As pessoas entrevistadas relataram que o tornado ocorreu de modo muito rápido, sendo que apenas tiveram tempo de correr e se proteger de alguma maneira. Kobiyama (2006) afirma que os desastres são normalmente súbitos e inesperados, como relataram a avó da criança entrevistada A e a entrevistada D, respectivamente:

Eu corri pegar uma vela para fazer uma oração e a tia, com as crianças, correram se esconder no banheiro; quando eu percebi que não daria tempo de acender a vela, eu fui correndo se esconder no banheiro junto com os outros e, neste momento, todos se abraçamos e começamos a rezar. Foi muito rápido; deu tempo de eu pegar eles e enfiar dentro do guarda roupa, e eu voltei aqui olhar com meu marido; e nisso começou a descobrir tudo, tudo ocorreu em uns dois minutos, três no máximo. (informações verbais).

Os relatos apontam como as pessoas, diante de um fenômeno natural como o tornado, acham importante buscar um lugar para se proteger, demonstrando-se assustadas com o fenômeno. Segundo Kobiyama (2006), durante um tornado, as recomendações são de que as pessoas, na ausência de um porão, procurem ficar longe das janelas e portas, de preferência no corredor, banheiro ou armário; sempre fiquem no piso mais baixo da casa; se estiverem fora de casa procurem ficar em uma vala ou depressão no solo e deitem-se. Se estiverem dentro de automóvel, saiam deste e procurem um local coberto e adequado para ficar.

O tornado provocou várias perdas, como se pode constatar nos noticiários e nos relatos das entrevistadas:

Bateu um tronco na porta e abriu, entrando muita sujeira; a casa ficou mais protegida por causa do forro e do muro que não deixou a casa subir junto. (entrevistada A).

Na casa da minha sogra tinha água no chão por que entrou e a cozinha caiu um pedaço e daí ficou ali no chão, o forro da cozinha também caiu bastante, mas o resto da casa até que ficou. Mais daí como meu marido estava em casa, ele começou a recolher computador, televisão; eles conseguiram salvar bastantes coisas, se eles não tivessem, teria perdido bastante coisa. (entrevistada B).

O vidro estourava, mas ficava tudo colado e preso nestas películas; claro que algumas entrou para dentro por que não conseguiu segurar, mas a gente correu para lá e foi quebrando tudo e voando tudo, estourando os vidros; a porta do meu filho estourou inteira e veio, veio toda ela, a janela estava fechada e estourou; nisso o vento jogou a porta para o corredor. (entrevistada C) (informações verbais).

A velocidade dos ventos, associada à baixa pressão do interior do tornado, desencadeiam uma forte sucção que pode causar explosões em partes das casas, como portas, janelas e telhados, e destruir praticamente todos os tipos de estruturas existentes (KOBİYAMA, 2006).

Após o tornado que ocorreu em Xanxerê, muitas famílias acabaram perdendo muitos bens, não apenas materiais, mas também sentimentais e emocionais; algumas pessoas morreram e outras ficaram gravemente feridas. Dessa forma, foram desencadeados sentimentos em algumas famílias depois de terem presenciado o fenômeno.

A família é um sistema, e os sentimentos das crianças podem ser influenciados pelos seus familiares, como foi observado no relato das entrevistadas. É possível perceber que as crianças acabaram desenhando as mesmas situações que a sua mãe já havia relatado na entrevista, o que acabou acontecendo por eles estarem juntos no mesmo ambiente no momento da realização do desenho e da entrevista.

As crianças estavam na casa da avó, as crianças estavam brincando na sala até que a tia foi na janela esperar os seus alunos que estavam vindo para a aula particular, e neste momento a criança entrevistada enxergou pela janela que o tempo estava mudando e tudo vindo em sua direção. (entrevistada A).

A minha dinda estava esperando os alunos dela, daí ela foi e abriu a janela e eu de curiosa fui ver.” (criança entrevistada A).

Meu filho dizia: “mãe, eu achei que ia morrer, mãe eu achei que iria morrer.” (entrevistada B).

O desenho aqui era que eu estava muito assustado [...] eu tava pensando que eu ia morrer; por isso está escrito ripe e uma cruz em baixo.” (criança entrevistada B).

Fomos para o cantinho do quarto e aí a porta do meu filho menor estourou inteira e veio, veio toda ela; a janela estava fechada e estourou e nisso o vento jogou a porta para o corredor. (entrevistada C).

E essa daqui é a porta do meu irmão que caiu aqui no meio do corredor e nós pulamos por cima. (criança entrevistada C).

Foi quebrando tudo aqui, não sobrou nem um vidro. (entrevistada D).

Aqui é a parte dos vidros quebrados, aqui assim tava tudo quebrado. (criança entrevistada D) (informações verbais).

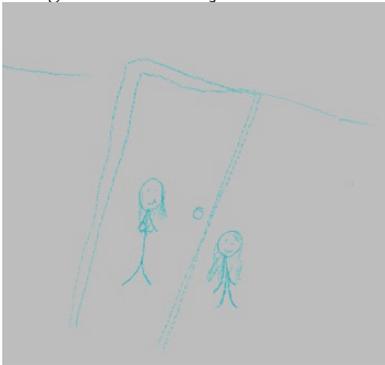
Fotografia 1 – Criança entrevistada A



Fotografia 2 – Criança entrevistada B



Fotografia 3 – Criança entrevistada C



Fotografia 4 – Criança entrevistada D



Fonte: os autores.

A família corresponde a um lugar privilegiado de afeto, expressão de emoções e sentimentos; pode-se dizer que é no interior da família que as crianças mantêm seus primeiros relacionamentos e estabelecem trocas emocionais ao longo da vida que são essenciais para o desenvolvimento dos indivíduos e para a aquisição de condição física e mental para cada etapa do desenvolvimento psicológico (PRATTA; SANTOS, 2007).

#### 4.2 MUDANÇAS NOS COMPORTAMENTOS DAS CRIANÇAS APÓS O TORNADO

Após a passagem do tornado, foi possível constatar algumas mudanças de comportamento apresentadas pelas crianças, como no relato da entrevistada B:

Sabe, chuvinha assim, chuvinha ele tinha medo, qualquer tipo de chuvinha; ano passado, era toda vez que dava chuva acontecia isso até se fosse só uma garoa ele tinha medo. Quando era só uma chuvinha era choro, choro assim normal, mas quando tinha um pouco mais de vento, que fazia nuvem mais escura no céu, ou quando chovia assim pedrinha, daí sim não era só choro, era desespero mesmo, ele colocava a mão nos ouvidos e ele ficava meio atordoado; na escola ele ia e não ficava na sala de aula; se ele via um raio, um trovão ele saía correndo; mas a professora mandava ele para a coordenação, e eles davam um chá e conversavam, eles mostravam a previsão do tempo, deixavam ler livrinho. (informação verbal).

Neste relato é possível notar o medo que a criança desencadeou depois que o tornado ocorreu, não conseguindo ficar na escola se percebesse que estava começando a chover, necessitando que os pais e a escola desenvolvessem estratégias para tranquilizá-la. As crianças que estão em idade escolar apresentam comportamento ansioso referente ao episódio traumático; elas acabam tendo um comportamento de regressão e não conseguem se expressar; as crianças nesta idade desenham, escrevem e encenam mais sobre o evento traumático (XIMENES, 2011).

A entrevistada A contou que sua filha não demonstrou nenhum medo e preocupações após o tornado. Segundo a mãe,

Atualmente ela se lembra do tornado, mas parece que é como uma aventura, é como se mesmo tivesse entrado uma Alice no meio de um tornado, então ela vive isso, ela se retraiu um pouco, mas foram feitos uns trabalhos na escola sobre isso. É como se ela visse toda a destruição e pensasse: "poxa, não posso reclamar porque o papai e a mamãe estão bem, poderia ter sido pior, acabou tudo, a mãe e o pai estão perdidos, eu não vou falar, não vou incomodar". (informação verbal).

Segundo Ximenes (2011, p. 20), as crianças mais novas apresentam maior dificuldade nos sintomas de evitação referente aos estímulos que estão associados aos traumas e, assim, encontram problemas em se expressar e contar para outras pessoas sobre seus sofrimentos. As crianças acabam apresentando brincadeiras agressivas e repetidas atividades sobre o evento traumático. As mães das crianças entrevistadas C e D relataram que não perceberam mudanças de comportamento nas crianças.

Assim, após o tornado que atingiu a Cidade de Xanxerê, algumas famílias apresentaram sentimentos frente ao desastre que ocorreu; algumas crianças conseguiram controlar os seus sentimentos com o auxílio da família e amigos, e outras precisaram procurar atendimento psicológico e outros meios como, por exemplo, as suas crenças, para lidarem melhor com esses sentimentos desencadeados.

#### 4.3 AS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTOS PARA LIDAR COM OS SENTIMENTOS DESENCADEADOS PELO TORNADO

Foi possível constatar ao longo do processo de coleta e análise dos dados, a importância dos familiares para auxiliar as crianças no enfrentamento dos sentimentos desencadeados pela experiência de passar pelo tornado. A família pode ser considerada o sistema que mais influen-

cia diretamente o desenvolvimento da criança, surgindo como o mais poderoso sistema de socialização para o desenvolvimento saudável da criança e do adolescente (MINUCHIN; COLAPINTO, 1999 apud SILVA et al., 2008). A entrevistada C relata: “algumas noites a minha filha tinha medo e daí ela chamava, mas ela dormia no quarto dela. Daí nós conversava com ela, que era uma coisa que acontece [...] e só se o tempo estava muito feio as crianças olhavam, mas já passava. Eu também cuidava para não passar medo para eles.” (informação verbal). Os familiares procuravam manter as crianças mais tranquilas sobre o que aconteceu em sua residência e procuravam não passar medo para os filhos. Como a entrevistada B disse: “eu pegava ele perto de mim, assim no colo e abraçava ele e fazia carinho, conversava; meu Deus, quanto conversar, gastei todas as minhas palavras, assim conversava bastante e assim no sofá, assim sentado.” (informação verbal).

O apoio das famílias possibilita que sejam compartilhadas as suas necessidades e se construam estratégias para buscarem recursos. O apoio da comunidade é, muitas vezes, mais útil do que o de pessoas desconhecidas, já que a comunidade conhece os recursos e possui redes de relacionamentos confiáveis. Com os profissionais, são importantes as intervenções não somente durante a fase de enfrentamento, mas também nas posteriores. O psicólogo, como membro dessa equipe multidisciplinar, deve privilegiar a reorganização da comunidade e seguir pelo seu empoderamento no compartilhamento e busca de recursos, na recuperação e construção de vínculos e na elaboração do sentido da experiência vivida (SOUZA, 2011), como a entrevistada C relata sobre o trabalho dos profissionais da psicologia:

Nós não conseguia se dar conta do que havia acontecido, a gente foi se dar conta depois que fomos para a terapia; parece que aquela história não descia e não evoluía; nós não conseguia arrumar nada; parecia que nós não saía do chão; e depois que nós fomos para a terapia, daí sim, nas primeiras semanas, na primeira e segunda sessão a gente já começou a digerir; eu tinha muito medo e vivia com o coração acelerado, mas com a terapia a gente começou a

ver diferente, a olhar para aquilo de um jeito diferente. Nós ficamos uns nove meses de terapia e começamos uma semana após o tornado, nós fizemos terapia familiar e eu quis ir porque eu via que eu não estava normal e percebi que nós não estávamos conseguindo voltar. (informação verbal).

#### A entrevistada B relatou:

A psicóloga, eu não sei, ele criou uma amizade com ela, sabe? Nossa, ele criou assim, ele adora ela, até hoje né; eu até ali não consegui notar muita diferença, até porque ele ainda ficava bastante ali na avó, mas ela (psicóloga) me dizia se daqui a pouco eu queria trazer a avó, mas a avó nunca queria ir e daí como eu ia forçar ela? Daí eu acho que também não adiantava trabalhar só ele e ela não. Daí levei ele fazer terapia, daí a terapia ajudou, mas ajudou pouco também, foi tipo assim 10% sabe? Ajudou, né?!” (informação verbal).

Como relatado pela mãe, neste caso, a psicóloga também percebeu que deveria ser trabalhada a avó da criança, já que o menino passava o dia todo com ela; mas como a sua avó não começou a fazer terapia, isso prejudicou um pouco o seu trabalho com o menino. A mãe do entrevistado B também relatou um pouco sobre o que acontecia com o menino na casa da avó e porque os tratamentos realizados com ele não surtiam efeito:

Começou a desencadear esse medo nele, porque daí as pessoas comentavam, as pessoas vinham aqui, conversavam com a avó dele, era muita gente, gente até de fora, televisão, que vieram aqui, fizeram entrevista, e ele ficava bastante com ela (avó) por que a gente sempre trabalhando; então cada vez ele ia ouvindo mais, ouvindo dali, ouvindo de lá; sabe, às vezes a gente mesmo em casa comentava, então ele desencadeou um medo absurdo, sabe, a gente tratou ele com psicóloga aqui em Xanxerê, depois a gente fez terapia nele, também a gente fez, e assim já não sabia mais o que fazer. (informação verbal).

O trabalho dos psicólogos é importante, porque eles auxiliarão as pessoas no momento de reconstrução de suas casas, de outros bens materiais, e também de suas vidas. As pessoas começam a perceber que

precisam da ajuda de terceiros para conseguirem superar estas situações. A psicologia focada nas emergências e desastres busca compreender a relação das pessoas e o espaço em que elas estão inseridas. A psicologia auxilia as pessoas a encontrarem satisfações para que possam ter uma melhor qualidade de vida (MELO; SANTOS, 2011, p. 178).

Outra estratégia observada foi a das práticas religiosas. A religiosidade, quando se trata da autoestima, fornece padrões comparativos para a autoavaliação e o autoconceito, buscando valorizar a percepção que as pessoas têm de si mesmas. E pode desempenhar papel importante no modo como as pessoas percebem os eventos, por meio da mediação no processo de avaliação que eles mesmos fazem do evento estressor (FARRIA; SEIDL, 2005). As formas religiosas de enfrentamento foram percebidas no relato da criança entrevistada A, quando ela diz: “a minha avó diz que para *tapiá* começou a fazer uma oração; deu tempo de rezar uma Ave-Maria, um Pai-nosso, e um creio enquanto acontecia, no tempo em que estávamos dentro do banheiro.” (informação verbal). É possível perceber as diferentes formas de enfrentamento que as pessoas utilizam quando passam por algum evento estressor e que precisam de auxílio para conseguir superar esse momento de dificuldade. A mãe entrevistada D relatou que não chegaram a utilizar de nenhuma estratégia para enfrentar a situação do tornado, apenas buscaram ir reconstruindo as suas residências aos poucos e procuraram eles mesmos se conscientizar que o que aconteceu já havia passado e que agora deveriam voltar às suas tarefas normalmente.

## 5 CONCLUSÃO

Pode-se perceber que as famílias ainda se lembram de detalhes do dia em que o tornado ocorreu, e as crianças também conseguem ter estas lembranças com detalhes minuciosos. Nesta pesquisa foi possível notar que as famílias, e não apenas as crianças, apresentaram alguns sentimentos de medo e de insegurança em relação ao tornado que ocorreu na Cidade de

Xanxerê, SC; isso porque esses sentimentos foram mais presentes no ano 2015 e, atualmente, eles relatam não os apresentarem mais.

Os objetivos desta pesquisa foram alcançados, sendo possível perceber os sentimentos de medo, crianças assustadas e pensando que morreriam. Uma das mudanças de comportamento que apareceu foi o retraimento em uma das crianças; também foi possível perceber as estratégias utilizadas pelas famílias, como a procura por atendimento psicológico e por suas crenças e o apoio com seus familiares e amigos.

As famílias, para lidarem com os sentimentos, procuraram diferentes estratégias: algumas procuraram terapia para a família inteira, outras procuraram terapias individuais, outras, as religiões e crenças. Também houve o caso de pessoas que buscaram o auxílio apenas com a sua família e amigos. Atualmente, quase dois anos após o tornado ter atingido as suas residências, todas se relatam sem medos, traumas e sentimentos, mas é possível perceber que todos ainda têm preocupações de que possa ocorrer outro tornado na região.

Depois que o tornado ocorreu, as entrevistadas relataram como conseguiram auxiliar as suas crianças a superarem os sentimentos, já que nunca haviam presenciado tamanha destruição em suas residências e cidade, e tiveram que buscar força e auxílios com outras pessoas.

A sugestão para estudos futuros é a de se fazer novas pesquisas sobre os desastres naturais que podem ocorrer na região Oeste de Santa Catarina e como os profissionais da psicologia podem atuar nas emergências e desastres. É interessante também fazer novas pesquisas sobre o tornado que ocorreu em Xanxerê, SC, e buscar mais informações com as pessoas que presenciaram tal fenômeno.

## REFERÊNCIAS

DEFESA CIVIL DE SANTA CATARINA. **Relatório Oeste Atualizado**. Santa Catarina, 2015.

DEWES, J. O. **Amostragem em Bola de Neve e Respondent-Driven Sampling**: uma descrição dos métodos. Porto Alegre, 2013.

FARIA, J. B.; SEIDL, E. M. F. **Religiosidade e enfrentamento em contextos de saúde e doença**: revisão da literatura. Brasília, DF, 2005.

GREGIO, C. et al. **O luto desencadeado por desastres**. São Paulo: Summus, [200-?].

KOBIYAMA, M. et al. **Prevenção de Desastres Naturais - Conceitos Básicos**. Curitiba: Organic Trading, 2006.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia do trabalho científico**: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2015.

MATIAS, J. P. **Manual de metodologia da pesquisa científica**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MELO, C. A.; SANTOS, F. A. **As contribuições da psicologia nas emergências e desastres**. 2011.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE GENEBRA. **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10**: descrições clínicas e diretrizes diagnósticas. Tradução Dorgival Caetano. Porto Alegre: Artmed, 1993.

PRATTA, E. M. M.; SANTOS, M. A. **Família e adolescência**: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. Maringá, 2007.

SAITO, S. M. **Desastres Naturais**: conceitos Básicos. I Escuela de primavera sobre soluciones espaciales para el manejo de desastres naturales y respuestas de emergencias inundaciones. [200-?].

SILVA, N. et al. **Variáveis da família e seu impacto sobre o desenvolvimento infantil**. 2008.

SOUZA, M. T. S. **Resiliência e desastres naturais**. São Paulo, 2011.

TOMINAGA, L. K. **Desastres Naturais - Conhecer para prevenir**. São Paulo: Instituto Geológico, 2009.

XIMENES, L. F. **Transtorno de estresse pós-traumático em crianças e adolescentes**. O impacto da violência e de outros eventos adversos sobre escolares de um município do estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2011.



# **ANÁLISE COMPARATIVA DE DADOS PSICOSSOCIAIS ENTRE USUÁRIOS DE DROGAS DE UMA UNIDADE PRISIONAL DE CHAPECÓ (BRASIL) E OUTRA DE MAPUTO (MOÇAMBIQUE)**

Alisson Junior Cozzer<sup>1</sup>  
Fábio Augusto Lise<sup>2</sup>  
Alfredo Maposse<sup>3</sup>  
Cesário Mondlane<sup>4</sup>  
Hélio Andurage<sup>5</sup>  
Paloma Manguel<sup>6</sup>

## **RESUMO**

Este é um estudo comparativo que visa analisar características psicossociais voltadas à dimensão do uso de drogas no contexto penitenciário do Brasil e de Moçambique. Esta pesquisa contou com o apoio do Fundo de apoio à Manutenção e ao Desenvolvimento da Educação Superior (Fumdes), Edital n. 56/Uoesc e trata-se de uma pesquisa de desenho qualitativo descritivo, em que se realizou a categorização de dados coletados por questionários com 16 participantes brasileiros e 24 participantes moçambicanos. Os dados foram registrados logo após sua coleta, o que possibilitou a análise a partir do método de análise de conteúdo. Concluiu-se que ambos os países possuem uma série de similaridades no que se refere ao uso de drogas e ao sistema prisional, entre as quais se destacam: o nível de escolaridade dos detentos, o momento de início de utilização de drogas (na fase da adolescência), a predominância do uso da maconha e de outras substâncias simultaneamente, e o que tem especial

---

<sup>1</sup> Graduando de Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; [alisson.cozzer@hotmail.com](mailto:alisson.cozzer@hotmail.com)

<sup>2</sup> Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos; Graduado em Psicologia pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões; Professor no Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina; [fabio.lise@unoesc.edu.br](mailto:fabio.lise@unoesc.edu.br)

<sup>3</sup> Mestre em Psicologia pela Universidade Eduardo Mondlane; Professor no Curso de Psicologia da Universidade Eduardo Mondlane

<sup>4</sup> Profissional de Psicologia na Instituição Penitenciária de Maputo

<sup>5</sup> Graduando de Psicologia pela Universidade Eduardo Mondlane

<sup>6</sup> Professora no Curso de Psicologia da Universidade Eduardo Mondlane

importância, em ambos os contextos os usuários de psicotrópicos não se consideram dependentes químicos. As conclusões do estudo sugerem que a dificuldade de acesso à educação se configura em uma problemática que contribui para graves problemas, destacando, entre eles, a exclusão social que leva ao aumento da população carcerária. Assim, esta pesquisa destaca a necessidade de se implementarem estratégias interventivas e políticas públicas que visem à prevenção do uso/abuso de drogas e do encarceramento ainda na adolescência em ambos os países.

Palavras-chave: Análise comparativa. Usuários de drogas. Sistema prisional. Dados psicossociais.

## 1 INTRODUÇÃO

A violência é um fenômeno mundial que independe de raça, idade, condição socioeconômica, educação, credo ou religião, orientação sexual e atividade laboral (MARZIALE, 2004). Considera-se, ainda, que o uso abusivo de drogas é um importante fator de risco causador da violência e que os transtornos mentais, muitas vezes, acompanham os atos violentos (TAVARES; ALMEIDA, 2010). Estes dados demonstram a importância da Psicologia, enquanto ciência que visa à promoção da saúde mental dos seres humanos, e de estudar o tema da dependência química e compreender sua relação com a exclusão social considerando-a um fator relacionado aos processos que envolvem a violência.

Nesse sentido, percebe-se a violência, o uso de drogas e o encarceramento como problemáticas em nível mundial, e as necessidades de medidas estratégicas de enfrentamento demonstram-se cada vez mais necessárias. Então, acredita-se que a compreensão das relações dos fenômenos que envolvem o uso de drogas e a violência pode contribuir para serem estabelecidas estratégias de prevenção eficientes que venham a impactar os graves problemas sociais que contribuem para o aumento da população privada de liberdade em todo o Planeta. Em relação ao encarceramento, o Brasil ocupa o quarto lugar no *ranking* dos países que mais aprisionam no cenário mundial, com uma população carcerária de 548.003 presos.

Considerando este contexto, em 2014 e 2015 efetivou-se na Penitenciária Agrícola de Chapecó (Brasil) a pesquisa *Análise do Impacto de Oficinas de Apoio Psicossocial a Usuários de Drogas da Penitenciária Agrícola de Chapecó (PACH)*, financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (Fapesc – Edital n. 28). Em tal estudo foram aplicados questionários coletando informação sobre as características dos usuários de drogas privados de liberdade neste estabelecimento prisional.

No ano 2016, um dos pesquisadores envolvidos com este estudo realizou um intercâmbio para Moçambique por intermédio do Edital n. 08/Unoesc R-2015. O período de permanência em Moçambique possibilitou a análise dos contextos social, cultural e penitenciário, além da problemática das drogas do local e, conseqüentemente, a visualização de possíveis relações entre os países.

Moçambique é um país localizado na África Austral, ao longo de 2.470 quilômetros da costa Oriental de África (Oceano Índico). Possui uma extensão territorial de 801.590 km quadrados e faz fronteira com África do Sul, Zimbábwe, Zâmbia, Malawi e Tanzânia (REISMAN; LALA, 2012). Estima-se que a sua população seja de 26.423.623 habitantes, dos quais 52% são mulheres (INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA, 2016). Reisman e Lala (2012) ainda expõem que Moçambique foi colônia portuguesa e conquistou a sua independência em 25 de junho de 1975, quando foi adotada uma Constituição Socialista, estabelecendo um sistema monopartidário e um Estado assente em um sistema econômico coletivo.

Miranda (1997 apud REISMAN; LALA, 2012) explana que após uma prolongada guerra civil entre o governo da Frente de Libertação de Moçambique e a Resistência Nacional de Moçambique, a qual teve fim em 1992 com a assinatura dos Acordos Gerais de Paz em Roma, o País foi dizimado. Nesse período Moçambique iniciou um grande Programa de Reestruturação Econômica e uma nova reforma constitucional que culminou na aprovação da Constituição Multipartidária de 1990.

Desde o fim da Guerra Civil, o País tem registrado uma notável recuperação econômica, com um crescimento anual de 8% no período compreendido entre 1996 e 2007. Moçambique alcançou progressos significativos em relação aos Objetivos de Desenvolvimento do Milênio (ODMs), especialmente no que concerne à mortalidade infantil e ao ensino primário. Não obstante, continua a ser um dos países mais pobres do mundo, com cerca de 54% da sua população a viver abaixo da linha de pobreza (REISMAN; LALA, 2012).

No que diz respeito à criminalidade, foram reportados pela polícia em todo o País, no período de 2007 a 2011, um total de 126.777 crimes. Quanto aos tipos de crimes, neste mesmo período, os contra a propriedade foram os mais reportados, seguidos dos contra as pessoas e, por último, os crimes contra a tranquilidade pública (INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA, 2012 apud NIQUICE, 2013). O Procurador-geral da República indicou que as principais causas de crime incluem a degradação de valores morais, a posse e uso ilegal de armas de fogo, o uso de drogas, a superstição e o abuso de álcool (REISMAN; LALA, 2012).

Considerando todo este contexto, Reisman e Lala (2012) expõem que Moçambique e Brasil são parceiros naturais como resultado da língua, cultura e história em comum. Acreditando em tal pressuposto, a análise de dimensões como o cárcere, o uso de drogas e a violência em ambos os países é importante para a ampliação de entendimentos acerca de tais problemáticas, bem como possíveis aplicações de medidas estratégicas conjuntas.

Com essa concepção, realizaram-se coletas de dados similares nos dois países, objetivando compreender semelhanças e diferenças no que se refere ao nível de escolaridade dos usuários de drogas das penitenciárias, aos motivos desencadeadores da prisão dos participantes, à reincidência no sistema prisional, aos tipos de drogas utilizadas, aos motivos que levaram à utilização destes psicotrópicos, à idade de início do uso de drogas, ao nível de entendimento da sua condição de dependente químico e à verificação das possíveis influências das drogas nas relações sociais. Assim, a partir da análise desses dados psicossociais de Moçambique e do

Brasil, pode-se efetuar relações importantes e que podem contribuir no desenvolvimento de ações em ambos os locais.

Dessa forma, o presente artigo apresenta um estudo comparativo financiado pelo Fundo de apoio à Manutenção e ao Desenvolvimento da Educação Superior (Fumdes), Edital n. 56/Unoesc, com o qual foram analisadas as características psicossociais voltadas à dimensão do uso de drogas no contexto penitenciário do Brasil e de Moçambique.

## **2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

O uso e o abuso de substâncias lícitas e ilícitas acompanham a história da humanidade e adquirem diferentes formatos e compreensões conforme a organização social do período. Machado e Boarini (2013) destacam que há milhares de anos o ser humano faz uso de drogas psicoativas e, por razões diversas, desde motivos religiosos ou culturais, para facilitar a socialização, ou ainda, para se isolar. Segundo os autores, da mesma forma que existem diversos motivos que podem ser influência para o uso e abuso de substâncias, a sociedade adotou também ao longo da história várias formas de avaliar tal consumo.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), droga é toda e qualquer substância que ao ser introduzida no organismo vivo é capaz de modificar funções fisiológicas ou comportamentais (PRATTA; SANTOS, 2006). A OMS ainda apresenta que a dependência em drogas corresponde a um estado mental, e algumas vezes físico, que resulta da relação de um organismo vivo e uma substância. “Caracteriza-se por comportamento que sempre inclui uma compulsão de tomar a droga para experimentar seu efeito psíquico e evitar o desconforto provocado por sua ausência.” (SILVEIRA FILHO, 1995 apud PRATTA; SANTOS, 2006).

Na passagem da experimentação para o uso regular, a OMS considera alguns fatores que tornam as pessoas mais propensas ao uso de drogas. Entre estas estão: falta de informações corretas sobre quais os efeitos e consequências do uso das drogas, saúde temporariamente abalada, insatisfação com a qualidade de vida pessoal, fácil acesso às drogas,

baixa autoestima, pessoas facilmente influenciadas, dificuldades de relacionar-se, baixa motivação para o trabalho e falta de projetos de vida. Ainda, o consumo de drogas na adolescência tem se mostrado elevado e cada vez mais precoce e tem causado preocupações nos profissionais de saúde e educação, governantes e sociedade civil (PRATTA; SANTOS, 2006).

Até o século XIX o uso de drogas era regulado, na maioria das vezes por controles sociais informais ou pelo autocontrole. Todavia, com a passagem para a sociedade urbano/industrial, a medicina científica moderna e o Estado se instauraram como instâncias no controle das drogas e dos usuários, fundamentando o modelo proibicionista de drogas (TRAD, 2009).

No Brasil, progressivamente foi adotado um modelo de prevenção voltado à visão proibicionista, centrado na ilegalidade das drogas, na repressão e na abstinência, cumprindo, assim, um projeto amplo de modernização e ideal civilizatório da sociedade brasileira, a partir do discurso médico/intelectual. Nada obstante, a “partir da Era Vargas, o Estado passou a assumir duas formas de abordagem das drogas: uma, liberal, voltada para as drogas legais e outra, intervencionista e punitiva, voltada para as drogas ilegais.” (TRAD, 2009, p. 98). Segundo o autor, a partir da redemocratização do País, o modelo proibicionista passou a ser problematizado, uma vez que havia questionamentos acerca da abordagem contraditória do Estado.

Na década de 1980 o Conselho Federal de Entorpecentes, extinto e substituído pelo Sistema Nacional Antidrogas (1998), aprovou a redução de danos como estratégia de saúde pública (MACHADO; BOARINI, 2013). Segundo a OMS, a estratégia de redução de danos pode ser alocada no nível da prevenção terciária, em que já não existe a pré-condição de abolir o uso de drogas, mas em que se busca minimizar as consequências dos danos que certamente vão ocorrer (CARLINI, 2003 apud MACHADO; BOARINI, 2013).

A política pública brasileira sobre drogas é comandada pela Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (Senad), que foi criada pela Medida Provisória n. 1669, de 1998, e posteriormente transferida para a estrutura do Ministério da Justiça pelo Decreto n. 7.426, de 07 de janeiro

de 2011, assim como o Conselho Nacional de Políticas sobre Drogas (Conad) e a Gestão do Fundo Nacional Antidrogas (Funad) (MINISTÉRIO DA JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA, 2017).

Já em Moçambique, vários indicadores apresentam que o tráfico e o consumo ilícito de drogas têm assumido grandes proporções a partir da década de 1990, registrando-se especialmente nos últimos anos um crescimento contínuo, derivado da conjuntura econômica e social do País. Assim, as consequências diretas e indiretas do consumo abusivo de drogas no País refletem nas várias interfaces da vida: na família, no trabalho, na rua, na disseminação do vírus HIV principalmente entre os usuários de drogas injetáveis, no aumento da criminalidade, entre outras, o que representa custos elevadíssimos para a sociedade moçambicana (MOÇAMBIQUE, 2003).

A Política de Estratégias de Prevenção e Combate à Droga (PEPCD) é o instrumento orientador das atividades voltadas aos processos de prevenção e combate ao tráfico e consumo ilícitos de drogas em Moçambique. É um conjunto estruturado de opções políticas, definidas a partir do conhecimento disponível da realidade que se pretende transformar, visando adequar a coordenação de diferentes sensibilidades com responsabilidade nesta área (MOÇAMBIQUE, 2003).

Segundo a Resolução n. 15 de 04 de abril de 2003, a realização das atividades de prevenção e combate às drogas em Moçambique deve se nortear por sete princípios estruturantes orientadores: Princípio da Prevenção, Princípio Humanista, Princípio da cooperação internacional, Princípio do pragmatismo, Princípio da segurança nas ações de combate as drogas, Princípio da coordenação integrada e da racionalização de meios e Princípio da participação da sociedade civil.

Entre os objetivos gerais da Política de Estratégias de Prevenção e Combate à Droga de Moçambique está a reinserção social dos ex-toxicodependentes e, ainda, entre os específicos: assegurar uma melhor informação da sociedade e educação moçambicana sobre a perigosidade do consumo ilícito de drogas e proceder a reinserção social por meio de atividades laborais e de formação profissional. Ainda, segundo o do-

cumento, o governo valoriza as iniciativas e a criatividade dos diversos setores da sociedade civil no desenvolvimento de ações de prevenção à toxicod dependência, propondo-se a apoiar as iniciativas da sociedade civil (MOÇAMBIQUE, 2003).

Nesse sentido, tanto Brasil quanto Moçambique possuem o combate ao uso abusivo de drogas como um grande desafio para as políticas públicas e apresentam em suas diretrizes para intervenções a necessidade de um trabalho conjunto entre os diferentes órgãos do Estado e a sociedade civil. Assim, a pesquisa científica e o levantamento de dados em diferentes ambientes sociais, incluindo o âmbito carcerário, fazem-se importantes para analisar e perceber os mecanismos sociais que contribuem para o uso de drogas em cada país, visto que este conhecimento pode contribuir para a estruturação de estratégias de promoção e prevenção de saúde efetivas e de abrangência internacional.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este é um estudo comparativo que visa analisar características psicossociais voltadas à dimensão do uso de drogas no contexto penitenciário da Cidade de Chapecó (Brasil) e na Cidade de Maputo (Moçambique). Trata-se de uma pesquisa de desenho qualitativo descritivo que contou com a colaboração internacional dos professores da universidade Eduardo Mondlane para as adaptações linguísticas e culturais dos termos de consentimentos e questionários utilizados na coleta de dados no contexto moçambicano.

Segundo Marconi e Lakatos (2006, p. 107), os métodos comparativos buscam estudar semelhanças e diferenças entre diversos tipos de grupos, sociedades ou povos, contribuindo assim para uma melhor compreensão do comportamento humano. Ainda conforme os autores, tal método busca verificar similaridades e divergências e pode ser utilizado para estudos qualitativos e quantitativos. Assim, a presente pesquisa evidencia aspectos levantados em ambos os contextos, brasileiro e moçam-

bicano, e contempla e relaciona diferentes compreensões e significados atribuídos nas respostas.

A pesquisa apresentada é de natureza qualitativa, o que Minayo (1994, p. 21-22) define como uma resposta a questões particulares. Segundo a autora, este método “se preocupa [...] com um nível de realidade que não pode ser quantificado e trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações.” Dessa forma, uma pesquisa qualitativa procura compreender os sujeitos envolvidos, avaliando o contexto em que eles vivem e trabalhando com as informações subjetivas de locais e de fatos relatados por esses sujeitos.

Quanto aos objetivos, o presente estudo caracteriza-se como descritivo, uma vez que visa descrever aspectos de determinada população ou fenômeno ou, ainda, estabelecer relações entre variáveis (GIL, 2009a). O autor explana que tal modelo de pesquisa possui como característica significativa a utilização de técnicas padronizadas de coletas de dados, como questionário e/ou observação sistemática.

O instrumento utilizado para a coleta de dados no Brasil e em Moçambique tratou-se da aplicação de um questionário com questões de múltipla escolha. Este possuía um total de 36 questões, contudo, para a comparação das informações psicossociais, o presente artigo analisará oito destas perguntas, enfocando o nível de escolaridade, o motivo desencadeador da prisão dos participantes, a reincidência no sistema prisional, o tipo de droga utilizada, os motivos que levaram a utilização do psicotrópico, a idade de início do uso de drogas, a compreensão da condição de dependente químico e a verificação das possíveis influências das drogas nas relações sociais. Cabe destacar que por intermédio da cooperação internacional foi possível adaptar as perguntas do instrumento de coleta de dados utilizadas no Brasil ao panorama local (em Maputo) e às diferenças linguísticas, melhorando, dessa forma, a fidedignidade na coleta das informações.

O questionário foi aplicado a 16 participantes do Brasil e 24 de Moçambique. Os participantes da pesquisa foram os sentenciados de uma

penitenciária do Brasil e uma penitenciária de Moçambique e que possuíam histórico de uso ou abuso de drogas psicoativas. A seleção aconteceu considerando listas fornecidas pelas instituições carcerárias. Os critérios de inclusão em ambos os países para participação no processo envolveram: ter histórico relacionado ao uso e abuso de drogas e a concordância em participar do estudo e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) fornecido pelos pesquisadores. Os dados foram anotados imediatamente após as respostas fornecidas, o que possibilitou a análise das informações.

A coleta de dados dos apenados brasileiros foi realizada entre os meses de julho de 2014 e junho de 2015 como parte da pesquisa intitulada *Análise do Impacto de Oficinas de Apoio Psicossocial a Usuários de Drogas da Penitenciária Agrícola de Chapecó (PACH)*, financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (Fapesc – Edital n. 28). Na ocasião, a coleta realizada fazia parte de procedimentos para a realização de oficinas psicossociais sobre drogas na Instituição.

A coleta de dados no contexto moçambicano aconteceu no mês de junho de 2016, após cumprimentos de algumas etapas estruturais e burocráticas. Para iniciar o estudo em Moçambique houve a necessidade de contatar profissionais e pesquisadores da Universidade Eduardo Mondlane, bem como da Instituição Penitenciária, propondo a apresentação do projeto e a análise da viabilidade do estudo no contexto local. Assim, estes profissionais avaliaram que o estudo se faria viável também neste País. Na sequência passou-se para os procedimentos de adequação dos instrumentos a serem utilizados para a coleta de dados e para a elaboração de um documento ao Serviço Nacional Penitenciário (Sernap) de modo a explicar os objetivos do estudo e solicitar credenciais para acesso às dependências da Instituição Penitenciária de Maputo.

Com o parecer emitido pelo Sernap autorizando o início das atividades nas dependências da penitenciária local, foi realizado um encontro para ensaiar possíveis situações durante a entrevista e, posteriormente, dar andamento ao processo na instituição. A apresentação dos documentos possibilitou a integração do setor de Serviço Social do local,

e este intermediou o processo de levantamento de listas nominais dos apenados e possibilitou o acesso ao espaço para aplicação do instrumento. A aplicação aconteceu no decorrer de três dias, sendo realizada no local de visitas (ar livre) após a organização dos componentes necessários para a aplicação (mesas e cadeiras).

Os dados coletados foram categorizados em tabelas, o que possibilitou a análise das informações por meio da análise de conteúdo. Segundo Bardin (2009, p. 15), tal método se configura em um conjunto de instrumentos metodológicos que se aplicam a conteúdos e continentes extremamente diversificados. O autor ainda expõe que a análise de conteúdos absolve e legitima o investigador pela atração ao escondido, latente, o não aparente, o potencial não dito e retido em qualquer mensagem. Desse modo, com a fragmentação dos dados, houve a possibilidade de realizar a análise comparativa entre os contextos brasileiro e moçambicano.

#### **4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS**

Segundo Santos (2005), a criminalidade pode estar associada à baixa escolaridade e às questões social e econômica. Nesse sentido, contemplando o nível de escolaridade dos participantes do estudo, pode-se concordar com o autor, pois no contexto brasileiro, houve a predominância do Ensino Fundamental Incompleto (56,25%), enquanto em Moçambique, do Ensino Primário Completo (45,1%). Cabe salientar que no contexto moçambicano o Ensino Primário Público está dividido em dois graus: o Ensino Primário do 1º grau (EP1, da 1ª a 5ª classe) e o Ensino Primário do 2º grau (EP2, 6ª e 7ª classes), sendo que a idade oficial de ingresso na 1ª classe é de seis anos, completados no ano de ingresso (BONDE, 2016). Assim, pode-se denotar que as idades dos detentos em relação ao nível de escolaridade são semelhantes em ambos os contextos, embora a estrutura de ensino seja diferenciada.

Considerando os dados apresentados no questionário em relação ao motivo da prisão dos participantes, no Brasil os principais delitos motivadores foram o tráfico de drogas (37,5%) e o furto ou roubo (31,25).

Enquanto em Moçambique, o principal motivo que resultou em prisão correspondeu a furto ou roubo (53,3%), não havendo destaque a outro delito. Em relação à reincidência criminal, tanto no Brasil (56,25%) quanto em Moçambique (53,3%) notou-se entre os participantes a predominância de estar cumprindo pena pela primeira vez.

Papalia, Olds e Feldman (2006, p. 472) apontam que o abuso de substâncias, que pode levar à dependência, costuma estabelecer-se quando os jovens ingressam no segundo ciclo do ensino fundamental. A maconha, o álcool e o tabaco, chamados de drogas de porta de entrada, são muito populares entre os adolescentes. Isso pode ser relacionado aos dados deste estudo, pois em ambos os contextos pode-se perceber a predominância do início de utilização na fase da adolescência (dados do Brasil – 87,5%; dados de Moçambique – 53,3%).

Contudo, Bucher (1996) alerta que o consumo de drogas adquire diferentes características, em cada época, cada momento social, variando significativamente no tempo e espaço. Assim, falar em uso ou de abuso de drogas é buscar compreender da maneira mais ampla possível que este fenômeno é complexo e engajado na vida em sociedade, pois está associado intimamente às questões políticas, econômicas, sociais e culturais que se relacionam à subjetividade humana. Isto é, a moral, a ética, as relações de poder, as relações institucionais e as relações entre as pessoas são sistemas integrantes da complexidade do problema social que se constitui o uso abusivo de drogas psicotrópicas.

Destaca-se que o motivo expresso para a utilização dessas substâncias, em ambos os contextos pesquisados, caracteriza-se pelas explicações que envolvem a predominância da necessidade de se ajustar a algum grupo. No Brasil, 56,25% da amostra tiveram este padrão de resposta, e em Moçambique, 49,2%. Este dado tem particular importância se consideramos que a adolescência se demonstrou a fase do ciclo vital em que os participantes iniciaram o uso das drogas psicotrópicas. Papalia, Olds e Feldman (2006, p. 510) ressaltam, nesse sentido, que “jovens que tomam drogas, que abandonam a escola e que cometem atos delinquentes geralmente fazem tudo isso na companhia de amigos. Entretanto, as crian-

ças geralmente não –‘caem’ em um grupo; elas tendem a buscar amigos semelhantes a si.” Nesse sentido, nota-se a necessidade de se pensar em políticas públicas, tanto no Brasil quanto em Moçambique, voltadas à prevenção do uso de drogas ainda na adolescência, uma vez que ambos os contextos demonstram tal fenômeno.

Ainda voltado a tal aspecto, Gil (2009b, p. 53) apresenta que “o surgimento de um grupo é facilitado por interesses em comum, tais como os mesmos amigos, as mesmas prerrogativas, necessidades ou até inimigos em comum. Um grupo se caracteriza pela roupa, linguagem ou por atitudes semelhantes [...]” Todavia, cabe ressaltar, conforme Papalia, Olds e Feldman (2006, p. 510), que pesquisas interculturais descobriram notáveis pontos em comum na autoimagem, nas atitudes e na capacidade de enfrentamento dos adolescentes. Dessa forma, os contextos de Moçambique e do Brasil apresentam semelhanças nesses aspectos, contudo considera-se a inexistência de um “adolescente universal”, e outras dimensões devem ser consideradas, e as intervenções para este público precisam considerar esse fator.

Os participantes das entrevistas possuíam como características em comum algum histórico em relação ao uso e abuso de drogas, e as entrevistas revelaram no contexto brasileiro a predominância do uso/abuso de maconha (25%), bem como na utilização de várias substâncias simultaneamente (43,75%). Em relação aos dados de Moçambique, também demonstraram destaque para a utilização de maconha (32,8%) e de várias substâncias ao mesmo tempo (45,1%). Contudo, cabe destacar, segundo Buvana e Ventura (2011, p. 766), que em “Moçambique, as drogas cultivadas são a cannabis sativa, denominada ‘soruma’, de cultivo tradicional da população e de consumo quase cultural [...]” Assim, considera-se que no contexto moçambicano o consumo de maconha possui um agravante cultural em relação ao Brasil, embora os percentuais de uso dos dois países não apresentem diferenças tão significativas, o que pode demonstrar que a ilegalidade do uso da maconha no Brasil não é efetiva para a minimização de seu uso.

A predominância do uso de várias substâncias ao mesmo tempo pelos participantes nos dois contextos sugere a progressão do uso na busca por prazer. Um estudo realizado com usuários de *crack* em São Paulo encontrou que este foi a última droga de uso de 31 entrevistados, e concluiu que os usuários de drogas avançaram em busca de emoções produzidas pelos psicotrópicos (SELEGHIN; OLIVEIRA, 2013). Ainda, pode-se destacar que a dependência está ligada a valores intrínsecos e extrínsecos ao ser humano, uma vez que o vício não é desencadeado apenas por aspectos desviantes da personalidade, mas também pela sociedade, que historicamente busca uma nova sensação de prazer, muitas vezes sem medir as consequências.

Quanto à percepção dos participantes no que concerne à correlação entre a utilização das substâncias psicotrópicas e a interferência nas relações sociais pode-se notar diferenças significativas nos dois contextos. No Brasil a predominância dos resultados demonstrou a não existência de interferência nas relações sociais (43,75% da amostra), todavia, no contexto Moçambicano, os participantes relataram que houve interferência significativa (57,4% da amostra). Almeida (2011) destaca o caráter negativo do uso de substâncias nas relações sociais, uma vez que os sujeitos se afastam completamente dos outros. Todavia, Marques e Cruz (2000) apontam que as consequências ocasionadas pelas drogas partem de uma perspectiva subjetiva de sensações e percepções e de como o indivíduo compreende tais alterações.

O questionário ainda investigou se os participantes se consideravam viciados nas substâncias que utilizavam. Verificou-se, nesse sentido, que a maioria dos participantes não se considera viciada, 50% da amostra no contexto brasileiro e 53,3% no contexto Moçambicano. Assim, considerando a “perspectiva subjetiva de cada sujeito”, conforme Marques e Cruz (2000), cada droga possui implicações diferentes em cada indivíduo. Ainda, a dependência da droga ocorre por questões sociais, como reflexo da sociedade em que o dependente está inserido. E entende-se que não existem comportamentos e atitudes homogêneas mesmo dentro do contexto dos grupos que utilizam drogas. Essas diferenças associam-se

não somente ao aspecto econômico, mas às tradições culturais de cada indivíduo e às especificidades no consumo de drogas, que são diferentes (COLETTI, 2010).

No estudo, Brasil e Moçambique apresentaram similaridades em uma série de informações coletadas. Tais semelhanças podem ser vistas em relação ao nível de escolaridade dos detentos, à predominância de réus primários, ao início da utilização de drogas na fase da adolescência, ao motivo de utilizar drogas pela primeira vez e ao fato de em ambos os contextos os usuários não se considerarem viciados nas substâncias que usam ou usaram. A predominância do uso da maconha e de outras substâncias simultaneamente também mostrou um aspecto semelhante em ambos os países.

As disparidades apresentadas nos países se encontram nos dados referentes à influência das substâncias nas relações sociais, uma vez que em Moçambique os resultados demonstram influência significativa, enquanto no Brasil o resultado predominante é contrário, e no principal motivo de detenção, pois em Moçambique predomina o furto ou roubo, enquanto no Brasil se apresenta o tráfico de drogas.

A comparação dos dados psicossociais dos detentos de penitenciárias de Moçambique e do Brasil se mostrou importante na medida em que pode possibilitar a visualização e a relação de uma série de elementos voltados às problemáticas das drogas, da violência e do cárcere em ambos os países. A similaridade e as diferenças encontradas nos resultados podem delimitar ações conjuntas de formação e intervenção no que concerne às temáticas.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo analisou comparativamente respostas de usuários de drogas privados de liberdade no Brasil e em Moçambique. Pôde-se verificar que uma série de aspectos voltados às drogas, à violência e ao sistema penitenciário, mostram-se semelhantes em ambos os contextos, o que pode indicar a possibilidade de serem realizadas intervenções simila-

res ou conjuntas entre os dois países. Ainda, pode-se concluir que para o combate ao uso abusivo de drogas é necessário se pensar ações que visem à reflexão e ao empoderamento de populações vulneráveis visando diminuir a exclusão social que, conforme a literatura, é fator importante para o encarceramento, projetos aos quais a Psicologia tem muito a contribuir.

Também se verificou que em ambos os países os participantes da pesquisa expressaram ter ingressado no mundo das drogas no período da adolescência, e os motivos apresentados para o início do uso das substâncias foram as influências culturais e os relacionamentos grupais. Considera-se, nesse sentido, que uma das principais tarefas sociais do adolescente é a construção de sua identidade, o que acontece com o afastamento da família e a aproximação do grupo de iguais. Assim, tanto o Brasil quanto Moçambique apresentaram a necessidade de estruturação e implementação de políticas de prevenção ao uso de drogas com ênfase em metodologias voltadas ao público adolescente.

Além disso, os participantes do estudo apresentaram baixo nível de escolaridade. Essa informação aponta que a dificuldade de acesso à educação se configura como uma problemática que resulta na exclusão social e no conseqüente aumento da população carcerária. Evidencia-se, assim, que nos dois contextos o investimento em educação é fundamental para o processo de desenvolvimento e conscientização social.

Por fim, pode se dizer que estudos comparativos que investiguem diferentes realidades devem ser incentivados objetivando a compreensão e a possível intervenção em fenômenos sociais que impactem ambos os cenários. Porém, é necessário destacar a importância de serem considerados os componentes culturais e a aplicação de estratégias para a adequação dos procedimentos de pesquisa para que estes venham a atender as demandas de ambos os contextos.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. R. **O homem contemporâneo e o uso de drogas**: reflexões acerca das problemáticas sociais. Brasil, 2011.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal, 2009.

BONDE, R. A. **Políticas públicas de educação e qualidade de ensino em Moçambique**. 2016. 182 p. Dissertação (Mestrado em Políticas Públicas, Estratégias e Desenvolvimento)–Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2016.

BUCHER, R. **Drogas e a Sociedade nos novos tempos da AIDS**. Brasília, DF: Ed. UHB, 1996.

BUVANA, F.; VENTURA, C. A. A. Cooperação internacional para o combate às drogas ilícitas em Moçambique. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, 2011.

COLETTI, C. **Dependência Química e Relações Sociais no Centro de Detenção Provisória de São José dos Pinhais-PR**. 2010. Monografia (Especialização em A Questão Social na Perspectiva Interdisciplinar)–Universidade Federal do Paraná, Matinhos, 2010.

GIL, A. C. **Como elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009a.

GIL, E. D. **Quero saber**: os grandes mestres da Psicologia. Ed. Escala, 2009b.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTATISTICA. Disponível em: <[www.ine.gov.mz/](http://www.ine.gov.mz/)>. Acesso em: 10 maio 2017.

MACHADO, L. V; BOARINI, M. L. **Políticas Sobre Drogas no Brasil: a Estratégia de Redução de Danos**. Psicologia: Ciência e Profissão, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pcp/v33n3/v33n3a06.pdf>>. Acesso em: 13 de maio de 2017.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos da Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2006.

MARQUES, A. C. P. R.; CRUZ, M. S. O adolescente e o uso de drogas. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, p. 32-36, 2000. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v22s2/3794.pdf>>. Acesso em: 02 maio 2017.

MARZIALE, M. A violência do setor saúde. **Rev. Latino-am Enfermagem**, v. 12, n. 2, p. 147-148, mar./abr. 2004.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa Social**: Teoria, Método e Criatividade. 23. ed. Petrópolis: Vozes, 1994.

MINISTÉRIO DA JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA. Políticas sobre drogas, 2017. Disponível em: <<http://www.justica.gov.br/sua-protecao/politicas-sobre-drogas>>. Acesso em: 10 maio 2017.

NIQUICE, F. L. M. **Características Biossociodemográficas, Motivações do Comportamento Infractor e Perspectivas do Futuro de jovens em Situação de Reclusão da Cidade de Maputo – Moçambique**. 2013. Dissertação (Mestrado em Psicologia)–Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2013.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano**. 8. ed. São Paulo: Artmed, 2006.

PRATTA, E. M. M.; SANTOS, M. A. Reflexões sobre as relações entre drogadição, adolescência e família: um estudo bibliográfico. **Estudos de Psicologia**, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v11n3/09.pdf>>. Acesso em: 05 abr. 2017.

REISMAN, L.; LALÁ, A. **Avaliação do Crime e Violência em Moçambique & Recomendações para a Redução da Violência**. Relatório solicitado pela Open Society Initiative for Southern Africa (OSISA) e pela Iniciativa de Prevenção do Crime e Violência da Open Society Foundations Crime (OSF CVPI). 2012.

MOÇAMBIQUE. Resolução n. 15, de 04 de abril de 2003. **Boletim da República**, Publicação Oficial da República de Moçambique. Série I. Número 20, 2003.

SANTOS, M. S. **Ressocialização através da educação**. 2005. Disponível em: <buscalegis.ccj.br>. Acesso em: 01 fev. 2017.

SELEGHIN, M. R.; OLIVEIRA, M. L. F. Padrão do Uso de Drogas de Abuso em Usuários de Crack em Tratamento em Uma Comunidade Terapêutica. **Rev Neurocienc.**, v. 21, n. 3, p. 339-348, 2013. doi: 10.4181/RNC.2013.21.800.10.

TAVARES, G. P.; ALMEIDA, R. M. M. Violência, dependência química e transtornos mentais em presidiários. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 4, p. 545-552, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n4/12.pdf>>. Acesso em: 23 out. 2016.

TRAD, S. Controle do uso de drogas e prevenção no Brasil: revisitando sua trajetória para entender os desafios atuais. In: NERY FILHO, A. et al. (Org.). **Toxicomanias: incidências clínicas e socioantropológicas**. Salvador: EDUFBA: CETAD, 2009. p. 97-112.



# PRECONCEITO RACIAL: INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL A ALUNOS DE UMA FACULDADE DO OESTE DE SANTA CATARINA

Alisson Junior Cozzer<sup>1</sup>  
Carla Patrícia Ciotta<sup>2</sup>  
Dirceu Luis Minella<sup>3</sup>  
Creici Lamonato<sup>4</sup>

## RESUMO

O preconceito racial no Brasil é um problema social que apresenta características variadas, complexas e que afeta a qualidade de vida de milhões de pessoas, exigindo a existência de programas e atividades que promovam a conscientização da sociedade em relação a tal problemática. Essa necessidade conduziu o objetivo de realizar uma intervenção psicossocial a alunos de uma faculdade do Oeste de Santa Catarina, de modo a levantar questionamentos e refletir sobre a existência do preconceito racial no Brasil e suas implicações. Como método, realizou-se a formação de um grupo focal, de caráter qualitativo, cujo instrumento de coleta de dados ocorreu na forma de técnicas de dinâmicas de grupo, as quais foram estruturadas pelos pesquisadores. A análise dos dados coletados foi de forma interpretativa, o que possibilitou evidenciar aspectos implícitos ao discurso dos participantes. Como resultados, verificou-se uma série de concepções voltadas à promoção de uma falsa ideia de democracia racial e, ainda: na discussão quanto às formas de reprodução de desigualdades, as amplas consequências para a população negra, a importância dos programas de ação afirmativa, o preconceito como elemento histórico, os privilégios à população branca e a influência cultural. As conclusões referem-se principalmente à percepção de que a efetivação de intervenções psicossociais no ambiente universitário se faz de suma importância para o debate, reflexão e conscientização dos participantes em relação

---

<sup>1</sup> Graduando no Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina

<sup>2</sup> Graduando no Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina

<sup>3</sup> Graduando no Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina

<sup>4</sup> Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina; Especialista em Psicologia Organizacional e do Trabalho pela Unochapecó; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; creici-lamonato@hotmail.com

ao preconceito racial no Brasil, assim como a necessidade de constante qualificação dos interventores para a realização de atividades coerentes e funcionais.

Palavras-chave: Preconceito racial. Intervenção psicossocial. Conscientização.

## 1 INTRODUÇÃO

Ao longo da história do Brasil, diferentes acontecimentos vieram a construir o sistema social que opera na atualidade. No entanto, sua efetivação constituiu-se de graves violações dos direitos fundamentais por parte do Estado, o que permitiu a ênfase no crescimento econômico e industrial, beneficiando, dessa forma, os que estavam no poder. Além disso, para seu crescimento, graves violações aos direitos humanos foram cometidas, como na violência contra índios, negros, nordestinos e mulheres. Essa marca histórica deixada nesses grupos sociais foi suficiente para que se formasse um ambiente favorável à discriminação.

O preconceito racial é um problema social que afeta a vida de milhões de pessoas em todo o mundo. No Brasil, a população negra, que corresponde à soma de pretos e pardos na classificação do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), constitui aproximadamente 45% dos brasileiros. Contudo, as desigualdades voltadas a essas pessoas são notórias nos diferentes setores sociais. A efetivação de programas voltados à conscientização das pessoas em relação ao preconceito racial se faz de suma importância para o estabelecimento de uma sociedade que lute pela igualdade de direitos, independente de cor, gênero ou etnia.

A abordagem psicossocial é uma proposta da área da Psicologia que contempla a amplitude de características do sujeito e sua relação com a sociedade. Assim, entende-se que a história de vida de cada pessoa é marcada pelas relações em rede, em que os diferentes sistemas (sociais, familiares, psicológicos, culturais, entre outros) se relacionam e formam um ser dinâmico e complexo.

A partir de tais considerações, este estudo implementa uma intervenção psicossocial em um ambiente acadêmico, objetivando levantar

questionamentos e refletir sobre a existência do preconceito racial no Brasil, bem como suas implicações. Considerando a dinamicidade que envolve tanto o tema quanto a abordagem será possível flexibilizar diálogos e debates a partir de estímulos expostos pelos facilitadores. Além disso, as contribuições desse estudo ainda se fazem na medida em que se poderá disseminar as formas e atividades utilizadas, a fim de enriquecer as possibilidades de intervenção em relação à temática.

## 2 INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL

A sociedade se caracteriza pelo constante desenvolvimento nos mais variados campos de abrangência, sejam políticos, econômicos ou sociais. Nesse contexto, o ser humano sofre direta e indiretamente tais modificações, sendo importante sua consideração, pois as internalizações provenientes de concepções expostas ao longo da história são influenciam os valores e sentidos atribuídos pelos sujeitos em suas vivências e relações. Desse modo, pode-se dizer que as dimensões de desenvolvimento social interferem no psicológico dos indivíduos, denotando a significância de se pensar em maneiras de intervir para a construção de uma ideologia voltada à igualdade e ao bem-estar da população.

Nesse sentido, “no campo da Psicologia, as abordagens caracterizadas como psicossociais têm-se mostrado mais atentas às demandas da área social [...] conseguindo um espaço significativo nas discussões e na construção de um corpo teórico próprio.” (ALVES; FRANCISCO, 2009, p. 269). Para Enriquez (1997 apud ALVES; FRANCISCO 2009), as intervenções psicossociais baseiam-se nos seguintes elementos: palavras, representações e condutas, bem como as relações intersubjetivas, pois estas expressam, no cotidiano, tensões que afetam e confrontam o individual e o coletivo.

Em relação à amplitude de elementos que a abordagem psicossocial considera, Alves e Francisco (2009, p, 769) expõem que: “Assim, ela considera a multidimensionalidade da clínica, em que estão envolvidos aspectos de interação entre o físico, o psicológico, o meio ambiente

natural e o social.” Contudo, como sujeito também inserido nesse vasto campo de valores e na sua cultura, o interventor deve estar atento às ideologias, pois como qualquer outro ser humano existe a possibilidade de interpretar certos episódios a partir de equívocos, desconsiderando determinados panoramas importantes provenientes do grupo e, portanto, reduzindo concepções (SARRIEIRA et al., 2004, p. 22).

A partir de tais considerações, pode-se definir, segundo Sarriera et al. (2004, p. 25), que a intervenção psicossocial é um trabalho de relação direta entre um facilitador e um grupo-alvo, que incide em transformações nas histórias, ou melhor, na vida cotidiana, espaço onde as histórias pessoais, grupais ou coletivas acontecem, sendo seu objetivo principal possibilitar melhores condições humanas e de qualidade de vida. Ainda segundo o autor, “a elaboração de um processo de intervenção irá depender dos objetivos que se propõe a atingir.”

Partindo dos pressupostos apresentados, o psicólogo procura, para além do intrapsíquico, alicerçar ações capazes de romper a individualização. Além do mais, tal visão concebe o homem como ser histórico, perpassado e, ao mesmo tempo, porta-voz de sua “época”, um ser autônomo-dependente que reconhece sua cultura e a reconstrói, criando e recriando dispositivos constitutivos das relações humanas e institucionais (ALVES; FRANCISCO, 2009, p. 770).

A intervenção psicossocial como processo de inserção em uma comunidade ou grupo de pessoas se faz fundamental para a reflexão e a tomada de consciência sobre determinadas situações que poderão ser trabalhadas. Contudo, o interventor precisa levar em consideração toda a complexidade que envolve o grupo no qual estará trabalhando, a cultura, a história, o indivíduo dentro deste contexto, as relações que surgirão, os panoramas éticos que norteiam suas condutas e as ideologias dos participantes e as próprias, ou seja, precisa considerar o todo, de modo a gerar uma intervenção capaz de favorecer a população.

## 2.1 PRECONCEITO RACIAL NO BRASIL

No Brasil, historicamente as perspectivas e atitudes sobre os diferentes segmentos étnicorraciais da população têm se traduzido em arranjos e políticas sociais que limitam oportunidades, formas de tratamento e expectativas de vida, conduzindo a população negra a condições de vida desiguais quando comparada à população branca (MARTINS; SANTOS; COLOSSO, 2013). Nesse sentido, é importante uma análise partindo de uma compreensão histórica de elementos que contribuíram para tais considerações no que concerne às desigualdades em relação à raça.

Segundo Heringer (2002, p. 58), “o Brasil foi o último país do mundo a abolir o trabalho escravo de pessoas de origem africana, em 1888, após ter recebido, ao longo de mais de três séculos, cerca de quatro milhões de Africanos como escravos.” Ainda que após a abolição não tenha sido imposta qualquer forma de segregação oficial, o sistema econômico vigente acabou por marginalizar os ex-escravos. Nesse sentido, a autora expõe que: “o governo brasileiro iniciou, na segunda metade do século XIX, o estímulo à imigração europeia, numa tentativa explícita de “branquear” a população nacional.” (HERINGER, 2002, p. 58).

Ainda no contexto histórico, a década de 1930 foi marcada pela criação e promoção da ideia de que o Brasil era uma sociedade que não possuía qualquer tipo de barreira em relação às diferenças e sua ascensão junto aos níveis sociais. Essa concepção ganhou força, de modo com que o País ficou mundialmente conhecido pela sua “democracia racial” (HERINGER, 2002, p. 58). No entanto, a autora ainda aponta que após a Segunda Guerra Mundial a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (Unesco) financiou um projeto de pesquisa sobre o Brasil, com o qual se chegou à conclusão de que “seria um exagero afirmar que o preconceito racial é ignorado.”

A partir da Constituição de 1988 a questão racial volta a ser examinada por diferentes esferas da sociedade, incluindo tal tema nas questões públicas nacionais. A ignorância das diferenças que envolviam as questões raciais começou a mudar em decorrência da crescente visibi-

lidade de um ativo Movimento Negro, que frequentemente levantava o assunto e, também, da intenção governamental de fazer algo em relação a isso, criando agências específicas para cuidar da cultura negra, da situação dos descendentes dos antigos escravos e da legislação antirracista (HERINGER, 2002, p. 59).

No Brasil, quando tomadas do ponto de vista dos cinco grupos de cor de pele da população segundo o IBGE (pretos, brancos, pardos, amarelos e indígenas), as desigualdades podem ser agrupadas em dois únicos grupos: brancos e “não brancos”.

Dessa forma, pode-se perceber que no contexto brasileiro a ideia de raça corresponde ao julgamento a partir de particularidades fenotípicas, voltadas à cor da pele e a traços corporais. A partir disso, cabe expor a compreensão de raça segundo Martins, Santos e Colosso (2013, p. 119): “A raça é um constructo sociológico [...] Trata-se de uma construção social que remete a discursos sobre as origens de um grupo com base em traços fisionômicos, transpostos para qualidades morais e intelectuais.” Em relação à etnia os autores expõem que se refere “ao conjunto de indivíduos que histórica ou mitologicamente tem um ancestral, uma língua em comum, a mesma religião e cultura, e compartilham o mesmo território.”

Nada obstante, a compreensão de racismo envolve uma rede ampla de aspectos para sua caracterização: é um processo de hierarquização, discriminação e exclusão de um grupo, ou mesmo um componente deste, que é distinto dos demais por possuir alguma marca física externa (real ou imaginária) que, no olhar do outro, associa-se a alguma característica subjetiva (LIMA; VALA apud FARO; PEREIRA, 2011). Desse modo, denota-se a complexidade de elementos que envolvem os aspectos voltados às desigualdades de raça, principalmente em uma sociedade que não se percebe como reprodutora de tais diferenças.

Segundo uma pesquisa realizada em 1988 em relação ao preconceito racial, 97% dos entrevistados disseram não ter preconceito, porém, ao serem questionados se conheciam pessoas ou situações que revelavam a discriminação racial no País, 98% responderam que sim (SCHUCMAN, 2014, p. 136). Dessa forma, nota-se que os sujeitos se compreendem

como expostos a uma sociedade racista, porém se abstêm de qualquer reprodução.

O Fundo das Nações Unidas para Infância (Unicef) divulgou uma cartilha em 2010 apontando estatísticas em relação às desigualdades existentes entre as crianças brancas e as não brancas no Brasil. O estudo aponta que 54,5% das crianças e adolescentes do País são negras ou indígenas, contudo a pobreza atinge 32,9% das brancas e 56% das crianças negras. A iniquidade racial na pobreza entre crianças continua mantendo-se nos mesmos patamares: uma criança negra tem 70% mais risco de ser pobre do que uma criança branca. Em relação ao acesso à educação escolar, uma criança indígena entre sete e 14 anos tem quase três vezes mais chance de estar fora da escola do que uma criança branca na mesma faixa etária; e uma criança negra entre sete e 14 anos tem 30% mais chances de estar fora da escola do que uma criança branca na mesma faixa etária.

A cartilha ainda aponta que o risco de ser assassinado é 2,6 vezes maior para os adolescentes negros em comparação aos brancos nas grandes e médias cidades brasileiras, com população acima de 100 mil habitantes. No tema da exploração sexual, as vítimas desse tipo de crime, em sua grande maioria, são adolescentes entre 15 e 17 anos de idade, quase sempre negras ou indígenas (UNICEF, 2010). Ainda, a perspectiva voltada às desigualdades que fazem parte do cotidiano das pessoas negras abrange de forma significativa as várias facetas fundamentais para seu bem-estar na sociedade, sendo um dos aspectos mais importantes à distribuição de renda e à inserção no mercado de trabalho.

A desigualdade encontrada entre negros e brancos está envolvida em um contexto amplo de fatores que se correlacionam e se retroalimentam; um dos principais a serem considerados é a educação, o menor acesso ao ensino formal para determinados grupos gera como consequência os postos de menor notoriedade no mercado de trabalho. Henriques (2001 apud HERINGER, 2002) demonstra em seu trabalho a permanência do padrão de desigualdade educacional, segundo o qual: “um jovem branco de 25 anos tem, em média, mais 2,3 anos de estudo que um jovem

negro da mesma idade [...] A escolaridade média de ambas as raças cresce ao longo do século, mas o padrão de discriminação racial, [...] mantém-se absolutamente estável entre as gerações.”

Dessa forma, a diferenciação de oportunidades nos diversos setores da sociedade pode acarretar nos indivíduos atingidos uma série de sofrimentos e preocupações. No entanto, a falsa ideia de democracia racial ainda encobre a percepção de muitos brasileiros (brancos), que acabam reproduzindo mesmo que de forma simbólica, tal situação.

Com o intuito de tornar visível o contingente de desigualdades e proporcionar elementos voltados à igualdade de direitos aos grupos desfavorecidos, as políticas públicas vem desenvolvendo medidas que visem, em longo prazo, ao estabelecimento de acesso a todos os direitos, independente de raça, sexo, etnia, etc. Contudo, no Brasil, em decorrência da grande contingência de pessoas que se mantêm na concepção de democracia racial, surgem inúmeras críticas em relação a tais medidas, principalmente voltadas às ações afirmativas caracterizadas principalmente pelo sistema de cotas.

Ao longo da história, o Estado enfatizou o investimento de recursos junto ao crescimento econômico e industrial beneficiando, assim, as classes dominantes. Ainda, a história do Brasil se baseou em inúmeras violações dos direitos humanos, bem como na agressão a índios, negros, nordestinos, mulheres, entre outros, desde o seu descobrimento. Este aspecto histórico de tais grupos sociais formou um ambiente favorável à discriminação e ao não acesso a todo o aparelho estatal para seu pleno desenvolvimento. Nesse sentido, surgem as ações afirmativas, buscando, por meio de atividades e decisões dos atores estatais, a efetivação da igualdade material, constitucionalmente prevista, para que as minorias sociais, excluídas das prestações estatais e privadas por muito tempo, tenham agora as mesmas oportunidades que as elites sempre tiveram a seu favor ao longo do tempo (ALMEIDA; TEIXEIRA, 2011, p. 132-133).

As fortes críticas voltadas às ações afirmativas, principalmente relacionadas ao sistema de cotas nas universidades públicas, geralmente são fundamentadas em elementos que não consideram uma compreen-

são histórica de desigualdades e ainda apontam a afirmação de uma divisão em relação à raça.

Dessa forma, pode-se perceber a complexidade de elementos que envolvem as questões raciais e sua relação com uma sociedade que mantém fortemente uma falsa ideia de democracia racial, e, ainda, a dificuldade de se efetivarem as políticas e diretrizes voltadas a tal âmbito. Cabe expor que em 20 de julho de 2010 foi sancionada a Lei n. 12.288, que institui o estatuto da igualdade racial. Tal lei tem o objetivo de oferecer maior proteção à população negra, no sentido de garantir-lhe o acesso a todos os direitos fundamentais a que todo cidadão possui.

A partir de tais considerações enfatiza-se a importância de o profissional de Psicologia estar ciente da enorme quantidade de elementos que são influência direta e indireta junto ao sofrimento das pessoas que fazem parte de tal contexto, da mesma forma que pensar maneiras de minimizar tais desigualdades. Nery e Costa (2009 apud MARTINS; SANTOS; COLOSSO, 2013) indicam que

a resistência à recepção das ações de promoção da igualdade étnico-racial na universidade pode ser trabalhada por meio de intervenções psicossociais que focalizem as redes socio-métricas, de vínculos, presentes no âmbito acadêmico, visando à flexibilização ao diálogo empático e à solidariedade entre os estudantes.

A promoção de elementos que proporcionem a conscientização da população em relação ao reconhecimento da existência do preconceito racial no Brasil é fundamental para a inserção do todo aos benefícios que são seus por direitos, expondo a importância de seu empoderamento junto às situações. Nesse sentido, as intervenções psicossociais se mostram estratégias fundamentais para a disseminação de ideias a fim de levantar questionamentos e refletir sobre a existência do preconceito racial no Brasil.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O estudo foi efetivado com 14 alunas de uma faculdade do Oeste de Santa Catarina nas dependências da instituição. As participantes possuíam idade entre 20 e 30 anos, sexo feminino e pele clara e aceitaram participar das atividades propostas. A sala onde foram efetivadas as atividades foi reorganizada (em forma de círculo com cadeiras) para melhor visualização e dinâmica funcional. Tal grupo foi escolhido pela possibilidade de se levantarem questionamentos e possíveis compreensões acerca das desigualdades raciais sob a perspectiva de universitários.

Para a elaboração da intervenção psicossocial foi considerada a disponibilidade dos materiais na instituição, bem como as características do grupo-alvo. Desse modo, as atividades executadas partiram da compreensão das particularidades das participantes, de modo a estruturar a intervenção visando envolvê-las e proporcionar reflexões em relação à temática proposta.

Considerando a reflexão e o levantamento de questões que envolvem a existência do preconceito racial no Brasil, foi efetivada a formação de um grupo focal, com o qual foram fornecidos meios que incitaram discussões e debates sobre os fatores objetivados e que foram analisados posteriormente. Tal método se faz relevante, pois contribui de forma significativa com um entendimento real de elementos que surgem no decorrer das atividades. Segundo Morgan (1997 apud VEIGA; GONDIM, 2001), a formação de grupos focais possibilita uma “coleta de dados por meio das interações grupais ao se discutir um tópico especial sugerido pelo pesquisador. [...] Pode ser caracterizada também como um recurso para compreender o processo de construção das percepções, atitudes e representações sociais de grupos humanos.”

A presente pesquisa é de cunho qualitativo, o que auxilia na compreensão das variáveis implícitas em relação ao preconceito racial no contexto universitário. Os estudos qualitativos tem como preocupação fundamental o estudo e a análise do mundo empírico em seu ambiente natural. O pesquisador deve aprender a usar sua própria pessoa como o

instrumento mais confiável de observação, análise e interpretação dos dados (GODOY, 1995).

A abordagem de cunho psicossocial contempla articulações entre o que está na ordem da sociedade e o que faz parte do psíquico, concebendo o sujeito em suas múltiplas dimensões (ALVES; FRANCISCO, 2009). Partindo desses pressupostos, tais métodos se fazem de grande importância, pois se poderá analisar criteriosamente cada aspecto que envolva o preconceito racial e, a partir disso, gerar hipóteses coesas e reflexivas em relação ao objeto de estudo.

Os instrumentos utilizados para a coleta de dados baseiam-se em Técnicas de Dinâmicas de Grupo, visto que a aplicação destas será fundamental para a visualização de aspectos implícitos junto ao grupo em evidência. Cada técnica foi pensada e estudada de modo a obter informações e conhecimentos que respondam aos objetivos propostos e que apresentassem especificidades correspondentes à compreensão de dados após sua análise.

A execução de cada atividade contou com materiais que proporcionaram o levantamento de informações voltadas a diferentes aspectos que envolvem o preconceito racial, incluindo histórias em quadrinhos, perguntas e vídeos. Ainda, com o envolvimento dos pesquisadores no estudo, houve a possibilidade de observar características voltadas à relação da linguagem não verbal com os discursos expostos.

Para a compreensão dos dados coletados são evidenciados os principais aspectos salientados pelos participantes no grupo focal a partir de uma análise interpretativa. A partir disso é possível perceber quais são os panoramas considerados pelos acadêmicos sobre o preconceito racial e fazer possíveis relações com a fundamentação teórica.

## 4 RESULTADOS

Considerando o preconceito racial como um problema social multifacetado e complexo, a utilização de diferentes instrumentos no decorrer da intervenção psicossocial se faz importante para a visualização de fatores nem sempre expostos sem uma intermediação. Nesse sentido,

a primeira atividade realizada com as participantes foi a exposição de dois breves vídeos de cunho humorístico e um de caráter informativo que tratavam de aspectos importantes em relação às formas que as desigualdades provenientes de raça se mostram no contexto brasileiro.

O objetivo de tal atividade foi introduzir a temática e verificar qual a percepção das participantes em relação ao preconceito racial depois da divulgação humorística com os meios de comunicação. A partir dos vídeos foram expostas reflexões e explanadas questões de modo a visualizar de que forma as participantes visualizam o problema do preconceito racial no Brasil, sob uma perspectiva de humor ou como problema social.

O primeiro vídeo ressaltava principalmente os artifícios utilizados pela população branca para ocultar seu preconceito, principalmente na utilização de recursos tecnológicos. O segundo demonstrava as tendências comportamentais de algumas autoridades quando se trata de pessoas de pele negra. Por último foi reproduzido um breve discurso sobre a problemática no Brasil, o qual explicita a existência da desigualdade no País.

Inicialmente, a maioria das participantes expôs a existência do preconceito racial, contudo considerando apenas aquele que se mostra de forma intensa, na forma de violência, segregação e abuso. Analisando a problemática partindo apenas de uma percepção “daquilo que se vê” na mídia em relação à desvantagem do negro, acaba-se por ocultar as vantagens que os brancos adquirem no que diz respeito à educação, saúde, emprego, moradia e às diferentes formas de bem-estar social (SCHUCMAN, 2014, p. 59).

A atividade ainda resultou em argumentos voltados ao preconceito racial como repassado culturalmente em uma região onde há predominância de pessoas de origem europeia. Essas exposições ainda foram destacadas a partir de histórias voltadas a como se faz evidente o preconceito no discurso das pessoas em atividades cotidianas, em que sempre se relaciona a cor negra a questões negativas. Nesse sentido, Louro (2000 apud SANTOS; MOLINA NETO, 2011) expõe que o corpo negro foi produzido por meio de discursos preconceituosos, marcado por um histórico

de humilhações e abusos, de representações inferiorizadas da sua cultura e de intercâmbios sociais em que, muitas vezes, a cor da pele assume significados inquestionáveis e cruéis e nesse processo, adquire as “marcas” da cultura.

O primeiro momento da intervenção foi utilizado para afirmar a existência e a seriedade que envolve o tema do preconceito racial no Brasil e o papel de cada sujeito nas situações em que tal problemática se faz visível. Ao expor tal evidência, uma das participantes expôs de forma clara a resistência que possui em relação à cor em processos de seleção de funcionários, expondo que: “Tenho aversão à cor negra, não contrato pessoas desse tipo onde trabalho.” (informação verbal). Quando exposta de forma direta tal afirmação, as outras participantes comportaram-se de forma a demonstrar surpresa e indignação.

A partir disso, foram discutidas as relações raciais e a dificuldade das pessoas negras em possuírem acesso a determinados setores justamente pela cor de sua pele em contraposto aos valores de determinados gestores e/ou funcionários. A dificuldade em conseguir trabalho em razão da cor da pele, explanada na atividade, relaciona-se com o que Lima (1999 apud HERINGER, 2002) expõe: “Os negros brasileiros têm feito pouco progresso na conquista de profissões de maior prestígio social, no estabelecimento de seus próprios negócios e na ocupação de posições de poder político.”

A partir da percepção de discursos preconceituosos em relação à população negra e da verificação de que a maioria das participantes entendia que as desigualdades eram reproduzidas apenas em nível extremo, iniciou-se a segunda atividade. Esta objetivou tornar conscientes as inúmeras formas de reprodução de desigualdades que envolvem questões voltadas à cor da pele, enfatizando aspectos que se referem aos privilégios das pessoas brancas por possuírem tal fenótipo.

A atividade consistiu na entrega de 13 perguntas salientando questões de desigualdade racial no contexto brasileiro, as quais foram sorteadas para que todas as respondessem. As perguntas foram: quantos professores negros você teve até hoje? Quantos negros você viu tra-

balhando em um banco e que não eram seguranças? Quantas bonecas negras você teve? Quantas princesas negras você conhece? No contexto universitário, quantos colegas negros você tem ou teve? Quantos médicos os quais você frequentou eram negros? Quantos dentistas os quais você frequentou eram negros? Você acredita que existe preconceito racial no Brasil? Você se considera uma pessoa reprodutora de uma concepção de desigualdade racial? Você já viu alguma situação que envolve o racismo? Quanta vez denunciou? Qual seu ponto de vista sobre democracia racial? Qual é o perfil de faxineira mais demonstrado nas novelas brasileiras? Os filmes brasileiros que envolvem violência e marginalidade são representados por atores brancos ou negros?

A partir de tais constatações e reflexões, notou-se um maior envolvimento das participantes em expor suas percepções quanto à dificuldade de haver pessoas negras em alguns contextos. Contudo, pôde-se perceber que havia um discurso de culpabilização dos negros por haver tal desigualdade, pontuando a falta de esforço como principal fator e ainda uma dura crítica ao sistema de cotas, que, segundo as participantes, legitima o preconceito no Brasil.

Martins, Santos e Colosso (2013) expõem uma revisão ampla de artigos que tratam da temática voltada às diferenças raciais, analisando o trabalho de Oliveira (2009) com 60 pessoas de fenótipo branco por meio de entrevistas, verificaram que: “os discursos contrários às cotas mobilizam argumentos universalistas que servem para banalizar ou mesmo negar o racismo e seu papel na produção das desigualdades no país.” Ainda, em relação aos argumentos universalistas, os autores expõem que estes “operam como estratégia de manutenção de privilégios da população branca, que persistem há séculos.”

A ênfase em aspectos voltados à negação de determinadas evidências em torno das formas de preconceito racial acaba por ocultar os privilégios obtidos pela população branca, da mesma forma que tais considerações não levam em conta o contexto histórico de desigualdades e diferenças em benefício de alguns grupos.

A atividade ainda suscitou discursos voltados à ideia de que o preconceito ocorre na sociedade, porém há abstenção da parte do grupo que o reproduz. Tal ideia ficou expressa em argumentos como “eu não me considero uma pessoa racista, mas existe muito preconceito por aí.” (informação verbal). Segundo Venturi e Paulino (apud CAMINO et al., 2000, p. 21), em pesquisa realizada, estes constataram que 87% dos brasileiros, apesar de não se reconhecerem como preconceituosos, revelavam, de forma indireta, algum tipo de preconceito. Estes autores afirmam que “os brasileiros sabem haver, negam ter, mas demonstram em sua imensa maioria, preconceito contra os negros.”

A partir de tais considerações, foram levantadas reflexões acerca das dificuldades que as pessoas negras apresentam em nível estrutural e simbólico e, ainda, a necessidade de denúncia na percepção de situações que o envolvem. Além disso, usando a percepção de uma das participantes que expôs ter aversão às pessoas negras de modo a não as contratar, perguntou-se se há essas mesmas barreiras para pessoas de pele clara, ocorrendo então breve debate sobre tal aspecto. A partir disso pode-se ampliar a visualização das desigualdades para outros grupos, como indígenas, mulheres e homossexuais.

O terceiro momento da intervenção caracterizou-se pela tentativa de demonstrar a complexidade de elementos que envolvem as questões da desigualdade no Brasil e pensar em soluções para tal problema social. Para isso, foram formados grupos de três e quatro pessoas, para os quais se disponibilizou uma história em quadrinhos que continha a narrativa da vida de dois personagens. Um nascido em condições socioeconômicas estáveis, com constante acompanhamento e facilidades, enquanto a outra (do sexo feminino) possuía inúmeras barreiras que a impedissem de se formar, como condição socioeconômica e pais doentes, e apesar de ter se esforçado muito não conseguiu alcançar a estabilidade.

A partir disso, as participantes deveriam explicar quais as formas de desigualdade apresentadas e ainda encontrar uma solução para melhorar as possibilidades da personagem negra em relação ao branco.

Após um tempo destinado ao debate entre as participantes do grupo, deixou-se um espaço aberto para as considerações.

Os grupos salientaram, em sua maioria, a existência de vários aspectos que acabam sendo influência nas possibilidades de algumas pessoas em relação a outras, como as condições econômicas, a localização demográfica e a estrutura familiar. Contudo, em relação aos discursos voltados a pessoas negras, verificou-se que o principal motivo para a sua não ocupação de determinados espaços correspondia principalmente à falta de esforço.

A repetição de tal concepção exigiu a reavaliação da história disponibilizada, proporcionando questionamentos em torno do esforço dos menos favorecidos que, ainda assim, não conseguem realizar as metas em razão dos fatores salientados pelas participantes anteriormente.

Tais situações remetem à importância das intervenções psicossociais, pois se denota que essa abordagem compreende que a história de vida é marcada pelas relações em rede, cujas estruturas social e familiar, bem como as experiências culturais, manifestam-se no dia a dia; concebem, pois, o sujeito como um todo, que afeta e é afetado no mundo, enfatizando a interação e a interdependência dos fenômenos biopsicossociais e buscando pesquisar a natureza dos processos dinâmicos subjacentes que compõem o homem em sua vivência (ALVES; FRANCISCO, 2009, p. 769). Dessa forma, tal dinâmica foi apresentada às participantes a fim de expor a complexidade que envolve o sujeito na sociedade.

Em relação às formas de diminuir as desigualdades entre os personagens, um grupo, relatou que a forma mais visível para a promoção momentânea de igualdade de direitos correspondia ao sistema de cotas, demonstrando significativa mudança em relação às concepções iniciais. Ainda nesse contexto, os outros grupos pensaram em programas análogos aos programas de ação afirmativa, apontando a dificuldade em pensar formas de diminuir as desigualdades.

O pensamento reflexivo e a necessidade de se colocar no lugar do outro foram alguns aspectos salientados com ênfase para a finalização das atividades, visto que “a noção de igualdade tem como fundamento

moral o princípio de dignidade humana, que estabelece, por intermédio de um tipo de identidade e empatia, a base para o reconhecimento da humanidade do outro.” (VAITSMAN, 2002, p. 42).

## 5 CONCLUSÃO

A realização de uma intervenção psicossocial em um contexto universitário demonstrou ser extremamente útil para contribuir com um repensar de vivências e sentimentos voltados ao preconceito racial no Brasil. As atividades estruturadas para a efetivação da proposta fizeram-se funcionais na medida em que vários questionamentos e reflexões puderam ser estabelecidos conforme o andamento das ações.

O preconceito racial no Brasil demonstra-se, na maioria das vezes, de forma sutil nos discursos e argumentos das pessoas que de alguma maneira obtêm privilégios em razão da sua raça. A intervenção pode proporcionar uma série de reflexões sobre a complexidade que envolve tal problemática, principalmente em relação às formas de reprodução de desigualdades, às amplas consequências para a população negra, a importância dos programas de ação afirmativa, o preconceito como elemento histórico, os privilégios a população branca e a influência cultural.

A efetivação da intervenção psicossocial resultou, ainda, na visualização do quão difundida é a falsa ideia de “democracia racial”, formando concepções voltadas à culpabilização dos que sofrem, principalmente com argumentos voltados à falta de esforço e à promoção do racismo para a obtenção de benefícios. Tais considerações se fizeram evidentes nos discursos das participantes, sendo que se faz como resistência a evidente obtenção de privilégios em razão da cor branca.

Avaliando de forma geral a realização da intervenção psicossocial no contexto universitário, pode-se destacar que os objetivos condisseram com os resultados, assim como as técnicas utilizadas mostraram-se efetivas. A estrutura do local em que foi realizada a atividade é ampla e rica em recursos, o que proporcionou a ampliação das possibilidades de intervenção. O grupo mostrou-se bastante participativo, o que resultou

em debates e questionamentos a respeito da problemática e da consequente obtenção de resultados em prol dos objetivos.

Denotou-se, ainda, a importância do interventor junto à realização das atividades, principalmente quando voltadas a temáticas complexas como o preconceito racial. Desse modo, perceberam-se alguns aspectos, como: a melhor organização de exposição das informações pelos interventores, bem como o controle do tempo das atividades como elementos a serem reavaliados. A disseminação do projeto se fez na forma do presente artigo e na entrega de poemas voltados à problemática.

De modo geral, a intervenção mostrou-se efetiva, suscitando a necessidade de constantes estudos e intervenções a fim de ampliar as possibilidades de proporcionar a conscientização dos sujeitos e a consequente qualidade de vida aos envolvidos.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, H. S.; TEIXEIRA, M. C. Ações Afirmativas como medida de proteção das Minorias. **Revista do Curso de Direito da Faculdade de Humanidades e Direito**, v. 8, n. 8, 2011. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/RFD/article/viewFile/2595/2540>>. Acesso em: 10 out. 2015.

ALVES, E. S.; FRANCISCO, A. L. Ação psicológica em saúde mental: uma abordagem psicossocial. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 29, n. 4, p. 768-779, 2009. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932009000400009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000400009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 10 out. 2015.

CAMINO, L. et al. A face oculta do racismo no Brasil: Uma análise psicossociológica. **Rev. Psicologia Política**, 2000. Disponível em: <http://www.fafich.ufmg.br/~psicopol/pdfv1r1/Leoncio.pdf>. Acesso em: 10 out. 2015.

DELFINO, E. M. et al. Anjo negro: gozo da cor. **Estud. psicanal.**, Belo Horizonte, n. 29, set. 2006. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-34372006000100013&lng=p&t&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372006000100013&lng=p&t&nrm=iso)>. Acesso em: 05 out. 2015.

FARO, A.; PEREIRA, M. E. Raça, racismo e saúde: a desigualdade social da distribuição do estresse. **Estud. psicol.**, Natal, v. 16, n. 3, p. 271-278, Dec. 2011. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2011000300009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2011000300009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 15 out. 2015.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, mar./abr. 1995.

GUIMARÃES, A. S. A. **Democracia racial**. Departamento de Sociologia. Universidade de São Paulo. 2001. Disponível em: <[http://moodle.stoa.usp.br/file.php/967/Democracia\\_racial.pdf](http://moodle.stoa.usp.br/file.php/967/Democracia_racial.pdf)>. Acesso em: 19 out. 2015.

HERINGER, R. Desigualdades raciais no Brasil: síntese de indicadores e desafios no campo das políticas públicas. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 18, p. S57-S65, 2002. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2002000700007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2002000700007&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 05 out. 2015.

MARTINS, E.; SANTOS, A. O.; COLOSSO, M. Relações étnico-raciais e psicologia: publicações em periódicos da Scielo e Lilacs. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 118-133, set./dez. 2013.

SANTOS, M. V.; MOLINA NETO, V. M. Aprendendo a ser negro: A perspectiva dos estudantes. **Cadernos de pesquisa**, v. 41, n. 143, maio/ago. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/cp/v41n143/a10v41n143.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2015.

SARRIEIRA, J. C. et al. **Intervenção psicossocial e algumas questões éticas e técnicas**. Porto Alegre, 2004.

SCHUCMAN, L. V. **Entre o Encardido, o Branco e o Branquíssimo**: Branquitude, Hierarquia e Poder na cidade de São Paulo. 1. ed. São Paulo, 2014.

UNICEF. **Cartilha O Impacto do Racismo na Infância**. Brasília, DF, 2010. Disponível em: <[http://www.unicef.org/brazil/pt/br\\_folderraci.pdf](http://www.unicef.org/brazil/pt/br_folderraci.pdf)>. Acesso em: 05 out. 2015.

VAITSMAN, J. Desigualdades sociais e duas formas de particularismo na sociedade brasileira. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, p. 37-46, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v18s0/13791>>. Acesso em: 10 out. 2015.

# PREVALÊNCIA DO USO DE PSICOFÁRMACOS ANSIOLÍTICOS E ANTIDEPRESSIVOS EM UM MUNICÍPIO DA REGIÃO OESTE DE SANTA CATARINA

Cristiani Saletto Franciosi<sup>1</sup>  
Susana Padoin<sup>2</sup>  
Edson Pilger Dias Sbeghen<sup>3</sup>  
Mônica Raquel Sbeghen<sup>4</sup>

## RESUMO

O presente estudo teve como objetivo avaliar a incidência do consumo de psicofármacos ansiolíticos e antidepressivos em um município da região Oeste de Santa Catarina. Foram selecionados de forma aleatória 10% dos indivíduos que fazem uso da saúde mental das unidades básicas de saúde do respectivo município, com a medicação ansiolítica e antidepressiva, na qual foram analisados dados como gênero, medicação, profissão, residência, faixa etária, patologias e perfil populacional que mais consome esse tipo de medicamento. Para a coleta dos dados, utilizou-se como instrumento a análise documental dos prontuários dos referidos pacientes. A interpretação dos dados ocorreu pela análise de conteúdo. Constatou-se que mulheres fazem maior uso de fármacos ansiolíticos e antidepressivos (58%) comparando-se aos homens (42%); o grupo de medicamentos dos antidepressivos é mais utilizado que os ansiolíticos, sendo a Fluoxetina a mais consumida atualmente. Em relação à prevalência profissional, o maior número de usuários são agricultores (34%), donas de casa/domésticas (27%) e aposentados (15%); a depressão é mais prevalente no meio rural (62%); a faixa etária mais afetada é dos 51 aos 65 anos (46%), seguida dos 36 anos aos 50 anos (31%); as doenças mais diagnosticadas, para justificar o uso desses medicamentos são a depres-

---

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Xanxerê; crisfranciosi@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Bolsista de Pesquisa e graduanda do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; susanapadoin@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Psicologia pela Universidade Estadual de Maringá; Professor na Universidade do Oeste de Santa Catarina; Psicólogo; edson.dias@unoesc.edu.br

<sup>4</sup> Doutora em Patologia Experimental pela Universidade Estadual de Londrina; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; Biomédica; monica.sbeghen@unoesc.edu.br

são, seguida da ansiedade e da insônia. Conclui-se que o perfil mais consumidor de antidepressivos e ansiolíticos é o feminino, na faixa etária dos 51 aos 65 anos, agricultoras, residentes rurais, tendo como principal diagnóstico a depressão.

Palavras-chave: Psicofarmacologia. Ansiolíticos. Antidepressivos.

## 1 INTRODUÇÃO

O uso de psicofármacos associado à psicoterapia tem sido um forte aliado de médicos e psicólogos para o tratamento da saúde mental de pacientes com alguns tipos de enfermidades. Profissionais das áreas da medicina e da psicologia perceberam que os dois métodos terapêuticos se complementam, o que permite que a efetividade e o resultado dos tratamentos se tornem melhores e mais seguros.

Diante disso, percebe-se a importância de os profissionais de psicologia possuírem conhecimentos teóricos referentes à área da psicofarmacologia, visto que, mesmo não podendo fazer uso do receituário desses medicamentos, tenham conhecimento do motivo que levou o paciente a utilizar a medicação e sua finalidade, avaliando, assim, melhor o quadro de saúde, as formas de tratamento e as necessidades do uso dos medicamentos.

Incorporado à psicofarmacologia, sabe-se que existem várias classes de medicamentos nessa área. Para a presente pesquisa foram selecionadas duas delas: os antidepressivos e os ansiolíticos (também conhecidos por sedativos ou hipnóticos). Nesse contexto, o objetivo com este estudo foi avaliar a prevalência do consumo de psicofármacos ansiolíticos e antidepressivos em um município da região Oeste de Santa Catarina. A escolha ocorreu pelo fato de a demanda da saúde mental do município observado ser de fármacos para o tratamento da depressão e da ansiedade. Em relação aos aspectos de consumo, foram abordadas as principais doenças que levam a ele, os medicamentos utilizados pela amostra da população estudada e o perfil populacional que mais faz uso.

O uso de drogas psicoativas é frequente na população que utiliza os serviços de saúde mental, no entanto, existe uma variação no uso de medicamentos. Por isso, o estudo da prevalência do consumo se torna relevante no que diz respeito à observação das doenças mais frequentes nos usuários do serviço de saúde mental, bem como as justificativas pelas quais alguns municípios utilizam em maior quantidade do que em outros. Os aspectos referentes à questão de gênero também se fazem importantes, bem como avaliar as doenças mais prevalentes em cada gênero, que levam ao consumo desses fármacos.

A psicofarmacologia está a serviço da saúde pública e de uma melhor qualidade de vida. Fazer uso dessa ferramenta é necessário e indispensável. Em tempos não muito distantes, a infusão de ervas era utilizada para obter a calma ou euforia, enquanto nos dias atuais, a tecnologia nos proporcionou o desenvolvimento de medicamentos mais eficientes no tratamento da depressão e da ansiedade. Logo, devemos usá-los em conjunto com as terapias psicológicas, considerando a utilização destes aliados à psiquiatria, de forma cautelosa, com a prescrição e o acompanhamento médico.

## **2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Desde os tempos mais remotos, a medicina e a farmacologia vêm sendo utilizadas para permitir o alívio de dores físicas, prolongar a vida e melhorar os aspectos de bem-estar dos indivíduos. Durante o passar do tempo, na história do uso da medicação, percebeu-se que alguns desses fármacos provocavam também interferência nos estados de consciência dos indivíduos que os utilizavam. Para esses fármacos, atribuiu-se o nome de psicofármacos (BORGES et al., 2015).

Graeff e Guimarães (2012) observaram que o início da psicofarmacologia, no final da década de 1940 e no início da década de 1950 ocorreu de forma experimental, uma vez que foi analisado o comportamento humano, sob efeito de determinadas substâncias e concluído que esses compostos alteravam a forma de agir dos indivíduos. A partir desse

momento, os medicamentos psicotrópicos sofreram um grande avanço na ciência, sendo este o marco inicial para se criarem fármacos mais potentes, eficazes e sem numerosos efeitos colaterais como aqueles já existentes.

As alterações nos estados de consciência dos indivíduos que usavam psicotrópicos eram expressivas desde a descoberta deles. Até o final da década de 1950, cinco grupos de fármacos foram descobertos, os antipsicóticos (Clorpromazina e Haloperidol), antidepressivos tricíclicos (Imipramina), antidepressivos IMAO (Iproniazida), ansiolíticos (Meprobamato e Clordiazepóxido) e antimania (Lítio), capazes de produzir efeitos clínicos em transtornos psiquiátricos (GORENSTEIN; SCAVONE, 1999).

Com o passar dos tempos, esses medicamentos foram aprimorados a fim de proporcionar uma melhor qualidade de vida, incluindo os aspectos físicos e mentais. Observa-se que três dos cinco grupos de medicamentos descobertos até o período eram destinados à depressão e à ansiedade, entendendo-se que esses dois problemas de saúde no âmbito psicológico são males antigos, porém característicos de nossa época e merecem um estudo mais detalhado de suas formas de tratamento (SILVA, 2012).

## 2.1 ANSIEDADE E ANSIOLÍTICOS

A ansiedade consiste em uma disfunção do sistema nervoso central, considerada por muitos como o mal do século. Nessa patologia há o envolvimento do sistema nervoso autônomo simpático, o qual se mantém ativo. Nesses casos, ocorre inquietação, insônia e agitação (SILVA, 2012).

Nos casos de ansiedade, as pessoas são capazes de distinguir o que é real do imaginário, contudo, não conseguem controlar os sintomas; reconhecem que o que estão sentindo não justifica o que está acontecendo em sua vida, e dessa forma, não entendem o que ocorre com elas, agravando os sintomas (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE FAMILIARES, AMIGOS E PORTADORES DE TRANSTORNOS AFETIVOS, 2011).

Para o combate aos sintomas motivados pela ansiedade, utiliza-se uma estratégia terapêutica a partir do uso de medicamentos da classe

dos ansiolíticos. Os fármacos ansiolíticos possuem efeito inibitório no sistema nervoso central (SNC) e aumentam o efeito dos neurotransmissores como o ácido gama-aminobutírico (GABA). O GABA, ao ligar-se com seu receptor específico na fenda sináptica, gera uma resposta visando à hiperpolarização, a qual, por consequência, bloqueia a passagem dos impulsos nervosos em nosso organismo, reduzindo os sintomas da ansiedade no indivíduo (PINTO, 2000). Os fármacos ansiolíticos atualmente se subdividem em dois grandes grupos, os barbitúricos e os benzodiazepínicos.

Os barbitúricos são substâncias depressoras do SNC ao agirem aumentando a ação dos neurotransmissores do tipo GABA, inibindo a passagem de informações e estímulos nervosos entre os neurônios. Em razão disso, os efeitos colaterais, como aprendizado e memórias de curto prazo são influenciadas, além de causarem sonolência, taquicardia e perda respiratória. Dentro da classe dos ansiolíticos, esses medicamentos são menos eficazes e seguros que outras drogas desse mesmo grupo, podendo levar a óbito, por isso não são os mais utilizados entre a classe médica (PINHEIRO, 2011).

Por sua vez, os benzodiazepínicos são drogas revolucionárias no tratamento de transtornos de ansiedade, sendo mais utilizados pelos médicos em decorrência de apresentarem efeitos moderados no organismo, gerando menos dependência e maior nível de segurança pelos usuários. Sendo drogas de influência direta no SNC, têm efeitos sedativos, hipnóticos e anticonvulsivante. Seu efeito é muito similar aos barbitúricos, agindo também sobre os receptores GABA, inibindo a passagem de informações e estímulos nervosos entre os neurônios. São mais eficientes que outras classes de medicamentos dessa mesma família, pois produzem efeito apenas se o sistema GABAérgico estiver íntegro em sua ação (AMARAL; MACHADO, 2012).

## 2.2 DEPRESSÃO E ANTIDEPRESSIVOS

Holmes (1997) salienta que para um indivíduo que sofre de depressão, qualquer tarefa cotidiana se torna difícil de ser executada, por mais simples que ela seja. De humor sempre melancólico, qualquer intempérie do dia a dia pode ser considerada algo tão significativo a ponto de uma pessoa com depressão não ter ânimo para sair de casa. Além desses sintomas, essa doença pode afetar em nível cognitivo do indivíduo, gerando baixa autoestima, fazendo com que se sinta inferior, inapto, incompetente, e, em geral, sem valor. É um aspecto que quando chega ao extremo leva o indivíduo a se isolar totalmente da vida social.

Para o tratamento farmacológico da depressão se faz o uso de antidepressivos (SILVA, 2012), os quais são capazes de elevar o humor de um indivíduo, de modo geral por aumentarem a disponibilidade de neurotransmissores como serotonina, dopamina e norepinefrina. Embora sejam indicados, principalmente, para o uso em caso de depressão maior, têm papel fundamental e de grande relevância no tratamento de outras doenças e casos de depressão de menor intensidade (MARANGELL et al., 2004). São classificados em inibidores da monoamina oxidase (IMAO) (pouco utilizados em decorrência da sua toxicidade) (BRUNTON; CHABNER; KNOLLMANN, 2012); tricíclicos (ADTs), em que o mecanismo de ação mais comum dos ADTs em nosso organismo é o bloqueio de recaptura das monoaminas, como serotonina, norepinefrina e dopamina. Com isso, elas permitem que o fármaco atue por mais tempo, maximizando sua duração nos neurônios pós-sinápticos (MORENO; MORENO; SOARES, 1999). Os novos antidepressivos são considerados revolucionários no tratamento da depressão por gerarem menos efeitos colaterais, serem mais seguros, com menores riscos à saúde. Eles podem ser catalogados como inibidores seletivos da recaptura de serotonina, norepinefrina e dopamina (BIRNIK, 2013). E os atípicos (antidepressivos que não se enquadram como tricíclicos), inibidores seletivos da recaptura da serotonina e nem como inibidores da monoamina oxidase. Sua atuação farmacológica é a mais

diversa possível, enquanto uns têm efeitos sedativos, outros modulam a função da noradrenalina, serotonina, entre outros (BALLONE, 2008).

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa se caracterizou como descritiva, tendo uma abordagem qualitativa/quantitativa. Sua realização ocorreu em um município da região Oeste de Santa Catarina com aproximadamente 2.900 habitantes. Foram selecionados os indivíduos que fazem uso da saúde mental do município, bem como o uso da medicação ansiolítica e antidepressiva, totalizando 260 sujeitos. A partir desse número, foi retirada de forma aleatória uma amostra de 10%, na qual foram analisados dados dos indivíduos, incluindo gênero, medicação psicotrópica utilizada, profissão, local da residência (zona rural/urbana), faixa etária, patologias diagnosticadas, convergindo para a observação do perfil populacional que mais consome esse tipo de medicamento.

Para a coleta dos dados, utilizou-se como instrumento a análise documental dos prontuários dos referidos pacientes, e a interpretação dos dados ocorreu pela análise de conteúdo.

### 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

A pesquisa verificou que a frequência de mulheres que faz uso de antidepressivos e ansiolíticos é maior, comparada aos homens. Do total avaliado, 58% eram mulheres e 42% homens, perfazendo mais de 50% da população do sexo feminino (Tabela 1).

Tabela 1 – Incidência de gênero referente ao uso de medicação dos usuários da saúde mental do município estudado

<b>Gênero</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Feminino	15	58
Masculino	11	42
Total	26	100

Fonte: os autores.

A ansiedade e a depressão são duas patologias que marcam o século XXI. Doenças advindas principalmente da globalização podem se tornar incapacitantes se não tratadas adequadamente. Mesmo que não incapacitem, elas são transtornos psicológicos que causam baixa de rendimento, danos físicos como o descuido com a aparência, emagrecimento ou sobrepeso, cansaço e indisposição, além da dificuldade de aceitação do paciente, que por muitas vezes se abstém do tratamento e da realidade vivida (GRUNSPUN, 2015).

Dentro do quadro de depressão e ansiedade há uma maior incidência de acometimento nas mulheres, apresentando maiores índices de uso de medicamentos controlados. Ao mesmo tempo, elas procuram mais auxílio médico e psicológico para o diagnóstico, o que influencia os resultados das afirmações (BASÍLIO; FIGUEIRA; NUNES, 2015; KINRYS; WYGANT, 2005).

A Tabela 2 aponta os medicamentos mais consumidos no período de 2011 a 2015 do município estudado, seguida da Tabela 3, contendo dados de consumo de psicofármacos do momento atual. Pode-se observar que os antidepressivos são os psicotrópicos mais consumidos no município pesquisado. Entre eles, observa-se que a Fluoxetina apresentou uma manutenção no percentual de uso, visto que, nos últimos cinco anos, dez pessoas faziam seu consumo, e em 2016, nove sujeitos. A mesma leitura pode ser feita para outros fármacos que mantiveram seu percentual de consumo, como o Clonazepam (comprimidos e gotas), Sertralina, Paroxetina, entre outros.

Tabela 2 – Medicação utilizada pelos usuários da saúde mental no período de 2011 a 2015 do município estudado

<b>Medicamento</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Amitriptilina	11	20
Fluoxetina	10	18
Clonazepam gotas	6	11
Citalopram	5	9
Diazepam	5	9
Sertralina	3	5
Clonazepam comp.	2	4
Imipramina	2	4
Paroxetina	2	4
Outros	2	4
Bromazepam	1	2
Venlafaxina	1	2
Alprazolam	1	2
Zolpidem	1	2
Lorazepam	1	2
Mirtaprazina	1	2
Total	54	100

Fonte: os autores.

Tabela 3 – Medicação utilizada atualmente pelos usuários da saúde mental do município estudado

<b>Medicamento</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Fluoxetina	9	23
Amitriptilina	7	18
Clonazepam gotas	6	15
Sertralina	4	10
Outros	4	10
Citalopram	2	5
Diazepam	2	5
Paroxetina	2	5
Clonazepam comp.	1	3
Imipramina	1	3
Venlafaxina	1	3
Total	39	100

Fonte: os autores.

Embora os ansiolíticos e antidepressivos sejam medicamentos de uso controlado, estão entre a classe de fármacos mais consumidos e vendidos no Brasil. Cancelli (2012) verificou que o grande número de receituários e diagnósticos ocorre mediante a classe médica dessas duas patologias. Por um lado, esse fator vem a ser favorável pela busca de ajuda especializada para o tratamento, conquanto, por outro lado, há um crescente ainda maior no consumo.

Segundo Nasario e Silva (2015), os dados advindos da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) (2007) revelam que entre os psicofármacos mais consumidos no Brasil, deparam-se os antidepressivos, ansiolíticos e emagrecedores. Entre os anos 2007 e 2010, os princípios ativos mais consumidos foram o Clonazepam, Bromazepam e Alprazolam, visto que apenas em 2010 foram dispensados 10,5 milhões de caixas de Clonazepam.

A Tabela 4 ilustra a prevalência do uso dos psicofármacos por grupo profissional da saúde mental do município pesquisado, mostrando os agricultores (34%), seguidos das donas de casa/domésticas (27%) e dos aposentados (15%) como os maiores consumidores de psicofármacos. O fato de ser um município basicamente agrícola e com pouca oferta no mercado de trabalho pode ter influenciado os resultados.

Tabela 4 – Prevalência profissional entre os usuários da saúde mental do município estudado

<b>Profissão</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Agricultor	9	34
Dona de casa/Doméstica	7	27
Aposentado	4	15
Vendedor	2	8
Não consta	2	8
Garimpeiro	1	4
Professor	1	4
Total	26	100

Fonte: os autores.

No que se refere ao local de moradia dos usuários da saúde mental apresentado na Tabela 5, os resultados convergem com o estudo de Rodrigues et al. (2014), em que os índices de depressão são mais prevalentes no meio rural (62%), comparados às cidades (38%). Um dos fatores motivantes pode estar relacionado às dissemelhanças no desenvolvimento econômico, diversidade cultural, menores oportunidades de emprego e disponibilidades de serviços na zona rural.

Tabela 5 – Local de moradia dos usuários da saúde mental do município estudado

<b>Residente</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Rural	16	62
Urbano	10	38
Total	26	100

Fonte: os autores.

A faixa etária que mais consome antidepressivos e ansiolíticos se estende dos 51 aos 65 anos (46%), seguida dos 36 aos 50 anos (31%), como pode ser visto na Tabela 6.

Tabela 6 – Idade por faixa etária dos usuários da saúde mental do município estudado

<b>Idade</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Até 35 anos	1	4
De 36 a 50 anos	8	31
De 51 a 65 anos	12	46
Mais de 65	5	19
Total	26	100

Fonte: os autores.

Essa faixa etária caracteriza-se como um período de perdas, motivado pela saída de casa dos filhos. Em consequência, a pessoa começa a ficar mais solitária e menos produtiva, favorecendo as crises depressivas (BALLONE; MOURA, 2006). Os autores complementam que o casamento também enfrenta problemas em decorrência dessas mudanças, não deixando de considerar as mudanças físicas, como perda do vigor físico

e vida sexual insatisfatória. Além disso, o período de entrada na terceira idade pode não ser bem-aceito por algumas pessoas.

As Tabelas 7 e 8 representam as patologias diagnosticadas nos usuários de saúde mental do município entre os anos 2011 e 2015 e no presente, respectivamente. Constata-se que a depressão é a doença mais prevalente nas duas.

Tabela 7 – Patologias diagnosticadas nos usuários da saúde mental no período de 2011 a 2015 do município estudado

<b>Patologia</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Depressão	11	35
Ansiedade	3	9
Obesidade	1	3
Insônia	4	13
Sequelas	1	3
Estresse	1	3
Instabilidade de humor	3	9
Não consta	8	25
Total	32	100

Fonte: os autores.

Tabela 8 – Patologias diagnosticadas atualmente, nos usuários da saúde mental do município estudado

<b>Patologia</b>	<b>Número (N)</b>	<b>Percentual (%)</b>
Obesidade	1	4
Depressão	5	19
Ansiedade	3	11
Sequelas	1	4
Insônia	1	4
Não consta	15	58
Total	26	100

Fonte: os autores.

Lopes (2015) salienta que em um estudo conduzido pela Universidade de São Paulo o Brasil lidera o *ranking* mundial da depressão em países em desenvolvimento, ao apresentar 18% da população com

transtorno e afetar 350 milhões de pessoas em todo o mundo. A estimativa para 2030 é que ela atinja um número maior de pessoas, sendo mais incidente do que o câncer e algumas doenças infecciosas.

Percebeu-se, também, diante da amostra, o grande número de casos de ansiedade e insônia, estas podendo atuar em comorbidade. Segundo um estudo americano de comorbidade, atualmente uma em cada quatro pessoas apresenta pelo menos um transtorno ansioso, demonstrando que as mulheres têm ao longo da vida uma maior incidência de desenvolver a problemática (30,5%) do que os homens (19,2%), e a incidência diminui em pessoas com níveis econômicos melhores (SADOCK; SADOCK, 2007).

Figueredo (2012) relata que a maior prevalência da doença e consumo da medicação ansiolítica ocorreu entre 1960 e 1980, apontando o estilo de vida como um dos fatores contribuintes. No Brasil, o Estado do Rio Grande do Sul é um dos maiores usuários do fármaco.

Observa-se como limitação do estudo o tamanho da amostra selecionada, o que restringe sua análise. Sugere-se que novos estudos sejam realizados envolvendo uma maior quantidade de pessoas e outros municípios, para que, posteriormente, seja possível compará-los.

## 5 CONCLUSÃO

Os resultados apontam que as mulheres fazem um maior uso de fármacos ansiolíticos e antidepressivos (58%) do que os homens (42%); os antidepressivos são mais utilizados do que os ansiolíticos, tendo a Fluoxetina com maior consumo atualmente; a prevalência profissional acontece em agricultores (34%), donas de casa/domésticas (27%) e aposentados (15%); a depressão prevalece no meio rural (62%); a faixa etária mais afetada se encontra dos 51 aos 65 anos (46%), seguida dos 36 aos 50 anos (31%); e a depressão é a patologia mais prevalente, tanto de 2011 a 2015 quanto nos dias atuais, seguida da ansiedade e da insônia.

Conclui-se que o perfil mais consumista de antidepressivos e ansiolíticos é o feminino, na faixa etária dos 51 aos 65 anos, agricultoras, residentes rurais, tendo como principal diagnóstico a depressão.

## REFERÊNCIAS

AMARAL, B. D. A. do; MACHADO, K. L. **Benzodiazepínicos: uso crônico e dependência**. Londrina, 2012. Monografia (Especialização em Farmacologia)–Centro Universitário Filadélfia, Londrina, 2012.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE FAMILIARES, AMIGOS E PORTADORES DE TRANSTORNOS AFETIVOS. **Transtorno de ansiedade – Manual informativo**. São Paulo, 2011. Disponível em: <<http://www.abrata.org.br/new/arquivosfolder/OS%202017%20-%20Manual%20Paciente%20Abrata%201%20-%2010-08-11.pdf>>. Acesso em: 15 out. 2016.

BALLONE, G. J.; MOURA, E. C. **Depressão e ansiedade no idoso**. 2006. Disponível em: <<http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=124>>. Acesso em: 10 out. 2016.

BASÍLIO, N.; FIGUEIRA, S.; NUNES, J. M. Percepção do diagnóstico de depressão e ansiedade pelo médico de família conforme o gênero do paciente. **Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar**, v. 31, p. 384-390, 2015.

BIRNIK, M. *Ciência dos Antidepressivos*. 2013.

BORGES, T. L. et al. Prevalência do uso de psicotrópicos e fatores associados na atenção primária à saúde. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 28, n. 4, p. 344-349, jul./ago. 2015.

BRUNTON, L. L.; CHABNER, B. A.; KNOLLMANN, B. C. **As bases farmacológicas da terapêutica de Goodman e Gilman**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2012.

CANCELLA, D. C. B. **Análise do uso de psicofármacos na atenção primária: uma revisão de literatura**. 2012. Monografia (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família)–Universidade Federal de Minas Gerais, Minas Gerais, 2012.

FIGUEREDO, K. C. **Uso de medicamentos ansiolíticos: uma abordagem sobre o uso indiscriminado**. Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria, 2012.

GORENSTEIN, C.; SCAVONE, C. Avanços em psicofarmacologia – mecanismos de ação de psicofármacos hoje. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 21, n. 1, jan./mar. 1999.

GRAEFF, F. G.; GUIMARÃES, F. S. **Fundamentos da psicofarmacologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2012.

GRUNSPUN, H. **Ansiedade e depressão, duas aflições que marcam o século 21**. 2015. Disponível em: <[http://www.brasil247.com/pt/247/revista\\_oasis/191770/Ansiedade-e-depress%C3%A3o-Duas-afli%C3%A7%C3%B5es-que-marcam-o-s%C3%A9culo-21.htm](http://www.brasil247.com/pt/247/revista_oasis/191770/Ansiedade-e-depress%C3%A3o-Duas-afli%C3%A7%C3%B5es-que-marcam-o-s%C3%A9culo-21.htm)>. Acesso em: 25 set. 2016.

HOLMES, D. S. **Psicologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 1997.

KINRYS, G.; WYGANT, L. E. Transtornos de ansiedade em mulheres: gênero influencia o tratamento? **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 27, p. 43-50, 2005.

LOPES, G. M. **Depressão atinge 18% da população brasileira**. 2015. Disponível em: <<https://acaciapsi.com.br/depressao-atinge-18-da-populacao-brasileira/>>. Acesso em: 30 set. 2016.

MARANGELL, L. B. et al. **Psicofarmacologia**. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

MORENO, R. A.; MORENO, R. A.; SOARES, M. B. de M. Psicofarmacologia de antidepressivos. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 24-40, 1999.

NASARIO, M.; SILVA, M. M. da. **O consumo excessivo de medicamentos psicotrópicos na atualidade**. 2015. Monografia (Pós-graduação de Saúde Mental e Atenção Psicossocial)-Centro Universitário para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí, Alto Vale do Itajaí, 2015.

PINHEIRO, M. M. G. **Barbitúricos**. 2011. Disponível em: <<https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/farmacia/barbituricos/10023>>. Acesso em: 16 set. 2016.

PINTO, A. de A. **A Base Material dos Sentimentos**. 2000. Disponível em: <<http://www.cerebromente.org.br/n12/opiniaio/sentimentos.html>>. Acesso em: 20 out. 2016.

RODRIGUES, L. R. et al. Perfil sociodemográfico, econômico e de saúde de idosos rurais segundo o indicativo de depressão. **Revista eletrônica de enfermagem**, v. 16, n. 2, p. 278-285, abr./jun. 2014.

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A. **Compêndio de Psiquiatria: Ciência do comportamento e psiquiatria clínica**. 9. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

SILVA, P. **Farmacologia**. 8. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

# ANÁLISE QUANTITATIVA DO IMPACTO DE OFICINAS DE APOIO PSICOSSOCIAL A USUÁRIOS DE DROGAS DA PENITENCIÁRIA AGRÍCOLA DE CHAPECÓ

Alisson Junior Cozzer<sup>1</sup>  
Fábio Augusto Lise<sup>2</sup>  
Dirlei T. R. Grazioli<sup>3</sup>  
Maéli Cristina dos Santos<sup>4</sup>

## RESUMO

A falta de informação de determinados grupos e de políticas voltadas à atenção a dependentes químicos no sistema prisional sugere a necessidade de medidas socioeducativas internas nas penitenciárias, a fim de contribuir para uma reflexão e, conseqüentemente, preparar os indivíduos para o retorno ao meio externo. Essas necessidades motivaram os técnicos da Penitenciária Agrícola de Chapecó (PACH) a desenvolverem uma intervenção Psicossocial em educação em saúde para usuários de drogas. Visando verificar a eficácia de tal intervenção é que este estudo se constituiu, objetivando averiguar o nível de impacto das informações inerentes às drogas psicoativas em apenados submetidos a oficinas psicossociais interdisciplinares. Esta pesquisa possui apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC – Edital n. 28) e é um estudo qualitativo com desenho de pesquisa intervenção e/ou pesquisa-ação, sendo que não somente objetivou conhecer a realidade em questão, mas principalmente transformá-la. Os procedimentos de coleta de dados foram realizados em três momentos: primeiramente os participantes foram entrevistados individualmente e divididos em grupo controle e grupo de tratamento; no segundo momento o grupo de tratamento participou das intervenções em forma de oficinas; o terceiro momento se efetivou na realização de uma nova entrevista com

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; alisson.cozzer@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos; Graduado em Psicologia pela Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões; Professor no Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina; fabio.lise@unoesc.edu.br

<sup>3</sup> Assistente Social da Penitenciária Agrícola de Chapecó.

<sup>4</sup> Assistente Social egressa da Universidade Comunitária da Região de Chapecó.

todos os participantes. Os dados coletados foram gravados e transcritos. Concluiu-se que houve um impacto nas concepções dos reeducandos que participaram das oficinas e que medidas socioeducativas junto às penitenciárias são importantes para o processo de ressignificação de determinadas compreensões e, conseqüentemente, para auxiliar ao processo de ressocialização.

Palavras-chave: Análise de impacto. Oficinas de apoio psicossocial. Usuário de drogas.

## 1 INTRODUÇÃO

A violência é um problema social e de saúde pública que ameaça o desenvolvimento dos povos e afeta a qualidade de vida e a sociedade de modo geral. É um fenômeno mundial que independe de raça, idade, condição socioeconômica, educação, credo ou religião, orientação sexual e atividade laboral (MARZIALE, 2004). Ainda, considera-se que o uso abusivo de drogas é um importante fator de risco causador da violência e que os transtornos mentais, muitas vezes, acompanham os atos violentos (TAVARES; ALMEIDA, 2010).

Autores expõem que o consumo de drogas é um importante fator que contribui para situações de violência, pois se encontram muitas evidências do envolvimento das drogas em homicídios, suicídios, violência doméstica, crimes sexuais, atropelamentos e acidentes de trânsito (LARANJEIRA; DUAILIBI; PINSKY, 2005; TAVARES; ALMEIDA, 2010; TAVARES; SCHEFFER; ALMEIDA, 2012). Diante da complexidade relacionada à violência e sua relação com as drogas, acrescenta-se a precariedade do sistema prisional brasileiro e a dificuldade de as administrações públicas encontrarem uma maneira de resolver determinados problemas (MAMELUQUE, 2006; ADORNO, 1991).

O sistema prisional, nos moldes atuais, não apresenta condições de atender aos dispostos na Lei de Execução Penal (LEP), pois é visível que a ressocialização não acontece e que poucas medidas são efetivadas no sentido de permitir que o sentenciado, após o cumprimento da pena, adquira autonomia e rompa com o ciclo a que esteve submetido ao longo

de sua trajetória, melhorando suas condições de vida. O estado, quando condena um indivíduo que cometeu um crime contra a sociedade e aplica a esse uma pena restritiva de liberdade, teoricamente, acredita que após o cumprimento da sentença esse indivíduo estará pronto para voltar, em harmonia, ao convívio social (SANTOS 2005).

Fatores relacionados ao crescimento da população carcerária, às instalações precárias, à falta de treinamento dos funcionários responsáveis pela reeducação e à própria condição social dos que ali habitam contribuem para dificultar a reeducação social dos internos no sistema prisional brasileiro (SANTOS 2005). Diante da precariedade do sistema prisional na ampla dimensão de fatores que fazem parte do complexo da violência e das drogas, torna-se relevante o estabelecimento de programas que possam agenciar produtivamente as forças dessas pessoas em direção a seu desenvolvimento como seres humanos. A preocupação com o aumento da segurança apenas pela prisão acaba suprimindo o seu principal objetivo – a ressocialização (MAMELUQUE, 2006).

A partir da visualização da complexidade dos aspectos que envolvem as drogas, a violência e o sistema penitenciário, uma das possíveis formas de compreensão e resolução do problema motivou os técnicos da Penitenciária Agrícola de Chapecó (PACH) a desenvolverem uma intervenção Psicossocial em educação em saúde para usuários de drogas. Visando verificar a eficácia de tal intervenção é que este estudo se constituiu, com o qual se objetiva constatar o nível de impacto das Oficinas Psicossociais Interdisciplinares como ferramenta de educação em Saúde para esses apenados.

Assim, esta pesquisa intervenção analisou o impacto de uma intervenção conjunta entre os setores de Psicologia e Serviço Social e os dependentes químicos da Penitenciária Agrícola de Chapecó. Além disso, foi possível sistematizar uma série de discursos dos reeducandos sobre a complexidade da violência e principalmente sobre o panorama multifacetado das drogas. A obtenção de conhecimentos sobre as características psicossociais desses dependentes químicos privados de liberdade possibi-

litará estruturar e/ou repensar ações de sensibilização a fim de que esses homens não venham a reincidir com atos de violência.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

O desenvolvimento do ser humano parte da inter-relação de aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Observando este último, nota-se que o homem é um ser social e precisa estar em contato com seus semelhantes e formar associações. “Dessa interação, há crescimento, desenvolvimento pessoal e social.” (FORTES, 2011, p. 1). Pode-se verificar que ninguém consegue viver sozinho, o ser humano necessita da presença do outro, é um ser que vive de relações interpessoais.

A formação de grupos é um fenômeno social que se caracteriza pela reunião de duas ou mais pessoas com um objetivo comum de ação. Segundo Gil (2009, p. 53), “o surgimento de um grupo é facilitado por interesses em comum, tais como os mesmos amigos, as mesmas prerrogativas, necessidades ou até inimigos em comum. Um grupo se caracteriza pela roupa, linguagem ou por atitudes semelhantes [...]” Ainda segundo o autor, os grupos podem ser classificados em naturais ou primários, como a família, e em casuais ou secundários, como a turma escolar.

Portanto, o grupo é considerado o contato e lugar das diferenças e dos diferentes, onde cada um traz consigo suas experiências, seus valores, vontades, medos, desejos, cultura, ou seja, pensamentos subjetivos que acabam modificando o comportamento do outro. É daí que partem as relações interpessoais, os seres humanos são individualmente diferentes, e essa subjetividade deve ser respeitada. Assim, pode-se definir que relação interpessoal é a maneira que se aceita o outro em seu contexto comportamental, é o reconhecimento do outro e, ainda, como essa pessoa pode influenciar na subjetividade da outra.

Assim, as situações ou locais em que a violência é gerada variam. Minayo e Deslandes (1998, p. 38) citam que: “alguns bares têm mais brigas que outros, algumas comunidades e até alguns casais com o mesmo padrão de uso de álcool ou drogas são mais violentos que outros,

assim como pessoas com grau de intoxicação tem respostas emocionais diferentes.” Dessa forma, a violência nas relações interpessoais acontece muitas vezes porque o indivíduo acredita que deve fazer parte de um grupo, e para ser aceito nele acaba se adaptando às regras e expectativas, ou seja, deixa-se influenciar.

Diante disso surge o questionamento: seria a criminalidade uma condição inata, ou uma condição adquirida por influências do ambiente em que o indivíduo vive?

Em uma pesquisa realizada no Centro de Detenção Provisória de São José dos Pinhais, no Paraná, em 2010, em que foram selecionados 18 detentos, consta que todos tinham contato com drogas, apontando o furto para comprá-las como a principal causa do delito. Também apontam como causa a influência dos amigos, momentos de depressão, perda de algum familiar, curiosidade, influência do ambiente em que cresceram, enfim, vários determinantes para o início do consumo da droga e a prática de delitos (COLETTI, 2010).

Dentro dessa perspectiva, percebe-se que essas pessoas, em razão das relações estabelecidas pelo modelo de sociedade vigente, ficam à margem, excluídos, afastados, não conseguem se apropriar de condições para uma vida digna e, ao fazerem parte das massas carcerárias, sua invisibilidade e exclusão continuarão, com tendências à permanência no mundo do crime.

As substâncias psicoativas estão presentes em todo o mundo, podendo se instalar em todo o tipo de estrutura familiar, independentemente de classe social. Qualquer pessoa que possui relações sociais está sujeito a provar algum tipo de droga e se tornar um dependente químico. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), droga é toda e qualquer substância que, introduzida no organismo vivo, é capaz de modificar funções fisiológicas ou comportamentais.

Segundo Dehoul (2011, p. 16), as pessoas que abusam das drogas, independente de quais sejam os motivos, cedo ou tarde necessitarão aumentar a dose utilizada, pois com o passar do tempo o organismo se acostuma com a substância, e ainda quando da retirada ou diminuição

da dose há o aparecimento dos chamados sintomas de abstinência. Por consequência disso, o usuário geralmente vai preferir companhias que o acompanhem no uso da droga, substituindo, muitas vezes, até mesmo a própria família. Para Sive (2008, p. 11), “o usuário de drogas não existe de maneira isolada, assim com o uso frequente das drogas, ele passa a se relacionar com outros usuários, que vivem a mesma dificuldade.”

Vale ressaltar que o consumo das drogas adquire diferentes características em cada época, cada momento social, variando significativamente no tempo e no espaço. Assim, falar em uso ou abuso de drogas é buscar compreendê-los da maneira mais ampla e possível como fenômeno complexo de vida em sociedade, associado às questões políticas, econômicas, sociais e culturais que se relacionam com a subjetividade humana, isto é, a moral, a ética, as relações de poder, as relações institucionais e as relações entre as pessoas (BUCHER, 1996).

Na passagem da experimentação para o uso regular, a OMS considera alguns fatores que tornam as pessoas mais propensas ao uso de drogas: falta de informações corretas sobre os efeitos e as consequências do uso de drogas, saúde temporariamente abalada, insatisfação com sua qualidade de vida pessoal, fácil acesso às drogas, baixa autoestima, pessoas facilmente influenciadas, dificuldades de relacionar-se, baixa motivação para o trabalho e falta de projetos de vida. A curiosidade e a busca por novas emoções são contribuintes para o desejo de provar a droga e, muitas vezes, como consequência, os indivíduos tornam-se dependentes.

“A síndrome da dependência é tida como um grupo inter-relacionado de sintomas cognitivos, comportamentais e fisiológicos.” (EDWARDS; LADER, 1994, p. 44). Ainda, a dependência da droga ocorre por questões sociais, como reflexo da sociedade na qual o dependente está inserido. E entende-se que não existem comportamentos e atitudes homogêneas, mesmo dentro do contexto dos grupos que utilizam drogas. Essas diferenças associam-se não apenas ao aspecto econômico, mas às tradições culturais de cada indivíduo e às especificidades no consumo de drogas, que são diferentes (COLETTI, 2010).

Portanto, pode-se afirmar que a dependência está ligada a valores intrínsecos e extrínsecos ao ser humano, uma vez que o vício não é desencadeado apenas por aspectos desviantes da personalidade, mas também pela sociedade que, historicamente, busca uma nova sensação de prazer, muitas vezes sem medir as drásticas consequências.

Entre os fatores citados referentes à dependência química e seus efeitos, a droga também pode ser considerada um grande estimulador, motivador e mediador de comportamentos sociais violentos. Concordando com Scandelai (2006), ressalta-se que não se pode dizer que a pobreza leva à criminalidade, mas que o pauperismo marginaliza, e consequentemente essa marginalização e a falta de acesso a condições dignas de sobrevivência podem ser, sim, determinantes para a delinquência.

Quando dentro dos muros de uma instituição penitenciária, a garantia de acesso aos direitos é dificultada pela priorização absoluta da segurança e o senso comum ainda mantém fortemente a ideia de punição, e de retirada de direitos desses indivíduos. Para Foucault (2009), desde o seu início a prisão serve para fabricar novos criminosos ou para aprofundá-los ainda mais na criminalidade, pois está longe de transformá-los em pessoas honestas, sua lógica é fabricar delinquentes, pois eles têm utilidade política e econômica.

Cada vez mais são evidenciados casos de tratamento desumano para com os detentos nas mais diversas instituições do sistema prisional brasileiro, o que traz como consequência as rebeliões e fugas, fortalecendo a ideia de que esses indivíduos não têm direitos e precisam sofrer como punição pelos atos praticados. O que não se considera é o fato de que, confinados em celas minúsculas, sem o mínimo de condições a uma vida digna, os sentenciados acabam construindo uma perspectiva de reconstrução da marginalização.

O correto deveria ser pensar a pena de prisão como um recolhimento temporário suficiente ao preparo do indivíduo ao retorno no convívio social (DALL'AGNO, 2010, p. 6). Ainda segundo a autora, a Lei de Execução Penal prevê o desenvolvimento de condições para que o reeducando possa refletir sobre o ato criminoso e corrigir o desvio de seu

curso. Contudo, o senso comum alimenta a ideia de que o detento deve sofrer na prisão mais do que o castigo deferido pela justiça, esquecendo-se de que a punição máxima pelo ato é o confinamento.

Diante dessas considerações, ressocializar apenados é ainda mais difícil, porque vai de encontro aos dogmas sociais segundo os quais a recuperação “destes indivíduos” não faz parte do mundo real, não é passível de ser realizada, não merece que se desprendam esforços nesse sentido, devendo os apenados permanecer no submundo porque passaram à condição de sub-humanos (STUDART, 2014, p. 6). Nas prisões, a ressocialização seria essencial se fossem concretizados programas educacionais e profissionais, abrindo perspectiva para a ressocialização futura na sociedade, deixando de lado o estigma de ex-presidiário (DALL’AGNO, 2010, p. 9).

A amplitude de particularidades que abrangem a complexidade de questões que envolvem as drogas, a violência e o sistema penitenciário torna evidente a necessidade de estratégias que busquem resignificar e modificar determinadas compreensões incondizentes com a realidade. A ressocialização de detentos dentro do panorama brasileiro pode parecer utópica, no entanto a constante busca por entendimentos relativos a tal aspecto poderá proporcionar novas formas de visualizar tal estrutura social e, conseqüentemente, intervir de maneira coerente e funcional.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este estudo foi realizado com 16 reeducandos do sexo masculino com idade entre 18 e 47 anos. Procurou-se analisar uma intervenção organizada de forma conjunta entre os setores de Psicologia e Serviço Social da Penitenciária Agrícola de Chapecó, onde foram realizados cinco encontros entre os meses de novembro e dezembro de 2014 na sala multiuso localizada no interior da Instituição. Todos os participantes fazem ou fizeram uso de drogas e foram selecionados considerando-se a lista fornecida pelo setor penal de nomes dos apenados com pedido de progressão para o regime semiaberto. Como critério de inclusão, avaliou-se o históri-

co relacionado ao uso e abuso de drogas nos reeducandos, bem como a concordância em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) fornecido pelos pesquisadores.

Considerando a intervenção organizada (oficinas de apoio psicossocial) realizou-se uma pesquisa-ação e/ou intervenção. Para Morin (2004), a pesquisa-ação é ideal na abordagem de objetos/fenômenos sociais complexos e em evolução, como a violência e a dependência química. É um método que visa a uma ação estratégica e envolve a participação dos atores, exigindo engajamento pessoal, abertura a situações inusitadas e relações dialógicas.

Visualizando o objetivo de mensurar o impacto das oficinas com os reeducandos, elaboraram-se entrevistas individuais, as quais Sousa (2008) define como um processo de comunicação direta entre entrevistador e entrevistado. Porém, o que a diferencia de uma simples conversa é o fato de existir um entrevistador que ocupa a tarefa de conduzir o diálogo, de direcionar para os objetivos que se pretende alcançar.

Foi realizada uma entrevista anterior às oficinas com 42 apenas, no entanto, em razão dos critérios de exclusão, o estudo efetivou-se com 16 participantes, os quais foram divididos em grupos de controle e grupo de tratamento. Grupo de controle ou comparação se refere àqueles que não participaram do projeto (oficinas psicossociais), mas que têm características similares aos participantes do grupo de tratamento que participou ativamente das oficinas. O critério utilizado para a participação da intervenção (grupo de tratamento) referiu-se ao posicionamento positivo dos reeducandos em participarem; aqueles que não tinham interesse em fazer parte das oficinas foram alocados no grupo de controle. Dessa forma, as atividades socioeducativas foram realizadas com 10 participantes que permaneceram no grupo de tratamento, enquanto seis fizeram parte do grupo de controle.

O instrumento utilizado para a mensuração do impacto das oficinas psicossociais com os reeducandos foi a aplicação de entrevistas com um total de 36 questões. Em um primeiro momento houve a definição de perguntas que envolvessem uma série de elementos voltados à ques-

tão das drogas e suas implicações no decorrer das vidas pregressas dos reeducandos. As perguntas foram seccionadas em informações de identificação, dados penais e medidas de impacto. Com a aplicação de três entrevistas piloto, pode-se reelaborar e ressignificar algumas questões de modo a facilitar a comunicação e, ao mesmo tempo, envolver mais elementos para a utilização da entrevista definitiva.

A primeira aplicação ocorreu em uma sala localizada no setor social da instituição penitenciária, a partir da assinatura do TCLE pelos reeducandos. Esta entrevista foi realizada anteriormente à aplicação das oficinas, pois visava coletar informações sobre a compreensão dos reeducandos e sobre diferentes aspectos relacionados à dependência química. Com a aplicação da entrevista pôde-se verificar aqueles que correspondiam com os critérios para participação das oficinas e, ao mesmo tempo, visualizar aspectos a serem utilizados como tema na elaboração e realização destas.

Após a realização dos encontros foi aplicada a segunda entrevista, a qual possuía as mesmas perguntas da efetivada anteriormente, de modo a analisar as mudanças nas respostas que poderiam ter sido direcionadas aos temas discutidos nas oficinas. As entrevistas com os reeducandos foram registradas no momento em que as respostas foram emitidas, por meio de anotações detalhadas.

Os apenados que aceitaram participar da intervenção (grupo de tratamento) receberam uma série de informações e conhecimentos sobre as substâncias químicas e suas influências em âmbito social, da mesma forma, a formação de diálogos e atividades reflexivas fizeram parte dos cinco encontros efetivados. A partir das intervenções e com a realização da segunda entrevista, pôde-se verificar se houve alguma modificação nas respostas dos reeducandos em relação às perguntas direcionadas à análise de impacto.

No que se refere aos dados das oficinas, estes foram registrados por meio das *webcams* dos computadores dos pesquisadores, sendo que os participantes foram informados e consentiram em serem filmados a partir da assinatura do Termo de Uso de Imagem e Áudio. Considerando

o grande volume de dados coletados entre a transcrição das cinco oficinas e a análise das entrevistas, optou-se por, neste artigo, somente realizar a análise dos dados quantitativos referentes às medidas de impacto.

Os dados coletados a partir da comparação das entrevistas foram categorizados em tabelas a fim de estabelecer as diferenças nas respostas e, conseqüentemente, visualizar o impacto das oficinas. Os dados gerados pelas gravações dos cinco encontros serão analisados em outro momento.

#### 4 ANÁLISE DOS DADOS

A partir da análise das entrevistas realizadas anteriormente às oficinas socioeducativas e posteriormente a estas, foram investigados os impactos causados nas informações e compreensões dos participantes, principalmente em relação ao uso de drogas e a suas implicações. Para Câmpelo (2006 apud Martins et al., 2006), as medidas de impacto consistem na relação de resultados alcançados e efeitos produzidos com a mudança na vida das pessoas. É avaliado ao se analisar até onde os resultados de uma intervenção conduziram a mudanças, seja na vida daqueles que se pretendia beneficiar, seja na vida de outros que não estavam envolvidos no programa.

Os participantes das oficinas socioeducativas possuem como características em comum algum histórico em relação ao uso e abuso de drogas; as entrevistas revelaram que a maioria (40% grupo de tratamento e 50,01% grupo de controle) apresenta/apresentou o uso de várias substâncias, principalmente: maconha, cocaína, *crack* e álcool. O instrumental ainda expôs como principal motivo pelo qual os apenados iniciaram o uso das drogas: a necessidade de se ajustar a algum grupo aliada à curiosidade em saber como é (100% grupo de tratamento e 66,68% grupo de controle).

As características penais correspondentes aos reeducandos que fizeram parte das oficinas socioeducativas se manifestam principalmente por questões voltadas ao envolvimento com as drogas. Os principais

delitos relatados nas entrevistas correspondem ao tráfico de drogas (50% grupo de tratamento e 16,67% controle) e ao roubo ou furto; a causa do delito, segundo os participantes, relacionava-se ao uso de substâncias psicoativas. A maioria dos sentenciados cumpria pena pela primeira vez na PACH (70% grupo de tratamento e 33,34% grupo de controle). Esses dados concordam com Francisquinho e Freitas (2008, p. 56), que afirmam que a “droga exerce uma influência direta sobre a criminalidade”, gerando, como consequência, um aumento de violência nos atos e muitas vezes a prisão.

Segundo Frandoloso (2008, p. 8), a dependência química é uma doença crônica, resultante de efeitos prolongados da droga no cérebro e é provocada pela ação direta destas nas diferentes regiões cerebrais, conduzindo a alterações do comportamento inadequadas, mal adaptativas, levando à repetição do uso. Nesse sentido, percebeu-se um impacto na compreensão dos reeducandos em relação à dependência ocasionada pelas drogas ser considerada uma doença. Anteriormente às oficinas, apenas 20% dos participantes possuíam o entendimento da dependência química como doença, enquanto a segunda entrevista revelou um percentual de 70% desta concepção, denotando uma notória influência das oficinas nas respostas dos apenados. Em contrapartida, o grupo de controle não demonstrou mudanças significativas em relação a tal aspecto, emitindo a mesma resposta nas duas entrevistas (33,34% responderam nas duas entrevistas que o uso de droga era uma doença).

As compreensões dos reeducandos sobre as formas de como se trata a saúde de uma pessoa usuária de drogas mostram-se modificadas após a participação nas oficinas. Os principais aspectos levantados no que se refere à primeira entrevista eram internação clínica, hospital psiquiátrico, apoio familiar e apreensão em complexo penitenciário. Contudo, a segunda entrevista ainda revelou compreensões voltadas ao acompanhamento multidisciplinar e ao tratamento psicológico.

Ochinni e Teixeira (2006, p. 232) apresentam que a multidisciplinaridade permite que o sujeito se vincule ao profissional com o qual se sente mais à vontade, o que ocorre com mais frequência com o psi-

cólogo do que com o psiquiatra, que dispõe de menos tempo em sua consulta com o paciente. Desse modo, o paciente percebe a importância desse espaço: a importância do atendimento médico e do atendimento psicológico.

A partir das oficinas, e com a possível formação de vínculo entre os pesquisadores e apenados, coletaram-se vários dados referentes à concepção dos participantes sobre os efeitos positivos ocasionados pelas drogas. As consequências ocasionadas pelas drogas partem de uma perspectiva subjetiva de sensações e percepções e de como o indivíduo compreende tais alterações, ou seja, cada droga possui implicações diferentes em cada sujeito (MARQUES; CRUZ, 2000, p. 32). Anteriormente às oficinas, grande parte dos reeducandos afirmou não haver consequências positivas no uso de drogas (60%), contudo, na segunda entrevista, os membros do grupo de tratamento revelaram que as drogas possuem um efeito tranquilizador (30%) e que libera sentimentos de alegria e êxtase momentâneos (40%).

A aquisição de informações e sua importância na reflexão e mudanças em determinados aspectos se fez como objetivo da realização das oficinas socioeducativas na PACH. O impacto resultante das atividades no interesse dos reeducandos que participaram em buscar informações e da importância destas para a modificação de conceitos prévios foi significativa. Anteriormente às oficinas, 70% apontaram, por meio da entrevista, a importância de se obterem informações para a alteração de ideias e, conseqüentemente, de atitudes; não obstante, após as atividades, 100% afirmaram ser importante. O grupo de controle não apresentou mudanças significativas.

Cada reeducando apresenta uma relação singular no que diz respeito ao seu envolvimento com as substâncias psicoativas, desse modo, o quanto este julga conhecer sobre as drogas é importante para visualizar se as informações apresentadas e discutidas nas oficinas repercutiram em seus saberes. O impacto causado pelas atividades se mostra a partir do fato de que os apenados que responderam não saber nada sobre as drogas na primeira entrevista (20%) mudaram suas respostas na segunda, apon-

tando saber algo. Ainda, houve um aumento no que diz respeito àqueles que disseram, na segunda entrevista, saber bastante, mas não tudo (de 20% na primeira entrevista para 50% na segunda).

Em razão do tempo que o reeducando passa no interior da instituição penitenciária, é fundamental a existência de atividades que possam auxiliá-lo a repensar sobre as situações que o influenciaram a estar neste local, da mesma forma que fortalecer os laços sociais e seus meios de subsistência ao sair. Ao se questionarem os reeducandos sobre aspectos na penitenciária que viriam a auxiliar no repensar sobre as situações que envolvem as drogas, notou-se a importância dada pelos participantes às oficinas. As principais atividades expostas na primeira entrevista foram: realização de oficinas (30%), respeito dos agentes (30%), mais ocupação trabalho (30%) e, ainda, estar em um espaço com maior dificuldade de acesso às drogas (10%). A segunda entrevista revelou que 50% apontaram que a realização de oficinas socioeducativas auxiliaria no repensar sobre o uso de drogas, 20% citaram a relação entre oficinas socioeducativas e tratamento psicológico, já 20% disseram que poderia haver mais trabalho, e 10%, esporte e lazer.

A contribuição da família no apoio no tratamento de usuários de drogas foi questionada nas entrevistas e refletido no decorrer das oficinas. Notou-se um impacto no que concerne à família como apoio financeiro e social. A entrevista inicial se caracterizou por esses aspectos nas respostas (60% apoio social e 20% apoio financeiro), além do apoio psicológico (20%), enquanto a segunda revelou que o apoio familiar é principalmente social (80%) e Psicológico ou moral (20%), deixando de lado o aspecto financeiro. O grupo de controle não apresentou mudanças significativas. Segundo Pinto e Hirdes (2006, p. 682), “Quando a família apoia o detento, ela contribui significativamente para a sua recuperação e reabilitação, pois este vínculo acontece de forma mais acentuada, acarretando um compromisso do detento para com sua família, que é renovado a cada visita.”

As oficinas de apoio psicossocial fornecem uma série de informações e reflexões a partir das demandas e vivências dos sujeitos que

ativamente participaram delas. Um dos aspectos trabalhados nas intervenções foram as dificuldades que poderão ser encontradas após o cumprimento da pena. A entrevista efetuada antes das oficinas demonstra que as principais preocupações abrangiam a falta de oportunidade de emprego (40%) e a rejeição da sociedade (20%). Enquanto que, posteriormente às atividades, destacam-se respostas referentes à falta de confiança (20%), rejeição da sociedade (30%) e ter acesso às drogas e não as utilizar (50%).

Entende-se por reintegração social o processo pelo qual “a sociedade (re) inclui aqueles que ela excluiu, através de estratégias nas quais esses ‘excluídos’ tenham uma participação ativa, isto é, não como meros ‘objetos de assistência’, mas como sujeitos.” (MELO, 2007 apud STU-DART, 2014). No entanto, os desafios encontrados por uma pessoa que cumpre pena e usa drogas ao retornar à sociedade abrangem uma série de aspectos complexos voltados à convivência, ao estigma, à motivação, entre outros. Segundo Dall’Ago (2010, p. 52), “a carga estigmatizante que recai sobre o ex presidiário é um dos principais problemas, sendo que sempre será um homem marcado. Mesmo quando quitada sua pena, a sociedade não tem porque nele confiar, vigiando continuamente seus passos.”

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As oficinas psicossociais interdisciplinares demonstraram ser uma forma de intervenção útil para contribuir com um repensar de vivências e sentimentos confrontando conceitos veiculados como naturais ou essenciais. A pesquisa intervenção se mostrou um método importante para o envolvimento ativo dos pesquisadores na estruturação do projeto de intervenção e inserção no meio a ser investigado, da mesma forma que a aplicação do instrumental das entrevistas antes e após as oficinas socioeducativas possibilitou a análise quantitativa dos dados e a análise do impacto proveniente, a partir da comparação dos resultados obtidos.

A transcrição dos dados referente às oficinas gerou uma grande quantidade de informações a serem analisadas e investigadas, contudo, para atender ao objetivo de medir o impacto das oficinas de apoio psicossocial aos usuários de drogas da PACH, optou-se, neste artigo, por abranger apenas os dados quantitativos gerados pelas entrevistas.

A análise das entrevistas proporcionou compreender as motivações dos participantes para o uso de substâncias químicas. Essas particularidades foram notadas principalmente em relação ao envolvimento dos reeducandos com várias substâncias e a forte influência do meio social para o início e a continuidade do uso. Notou-se, ainda, a relação entre o uso de drogas e o cometimento de atos infracionais, principalmente no que se refere ao tráfico e às consequências de atos voltados à obtenção de subsídios para a compra de substâncias.

Com a verificação de alterações nas respostas dos reeducandos que participaram das atividades, pode-se considerar que houve um impacto em suas concepções e que a realização de oficinas socioeducativas em penitenciárias é um instrumento útil para o processo de ressignificação de determinadas compreensões e, conseqüentemente, para a ressocialização. Essas mudanças puderam ser vistas principalmente no que se refere à compreensão das drogas como doença, na percepção de como se trata a saúde de uma pessoa usuária de drogas, na relação entre conscientização por meio da informação e mudança, no autoconhecimento e na aquisição de informações.

Considerando a idealização e posterior estruturação e realização da pesquisa em evidência, nota-se o desafio da saúde pública em encontrar meios de intervir de forma benéfica em questões complexas como as drogas, a violência e o sistema penitenciário. Nesse sentido, o estudo realizado expõe a importância de os profissionais estarem se inserindo no meio, de modo a estudá-lo e buscar métodos que abranjam e promovam maior compreensão sobre as particularidades existentes em cada contexto, deixando de lado estigmas e preconceitos, a fim de proporcionar qualidade de vida aos envolvidos.

Ressalta-se, ainda, a visualização do impacto nas concepções dos reeducandos que participaram das oficinas e que medidas socioeducativas nas penitenciárias são instrumentos que devem ser difundidos como método de auxílio ao processo de ressocialização e reinserção social.

## REFERÊNCIAS

ADORNO, S. Sistema Penitenciário no Brasil: Problema e desafios. **Revista USP**, n. 9, p. 65-77, 1991. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/revusp/article/view/25549/27294>>. Acesso em: 20 nov. 2014.

BUCHER, R. **Drogas e a Sociedade nos novos tempos da AIDS**. Brasília, DF: Ed. UHB, 1996.

BRASIL. Lei n. 11.343, de 23 de agosto de 2006. Institui o Sistema Nacional de Políticas Públicas sobre Drogas – Sisnad. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 24 ago. 2006.

BRASIL. Lei n. 7.210, de 11 de julho de 1984. Institui a Lei de Execução Penal. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 13 jul. 1984.

COLETT, C. **Dependência Química e Relações Sociais no Centro de Detenção Provisória de São José dos Pinhais-PR**. 2010. 63 p. Monografia (Especialização em Serviço Social: Questão Social na Perspectiva Interdisciplinar)–Universidade Federal do Paraná. Matinhos, 2010.

DALL'AGNO, L. L. **Ressocialização do apenado**: A dificuldade no retorno à sociedade. Porto Alegre, 2010. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/27344/000764598.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 01 maio 2015.

DEHOUL, E. P. P. **Dependente químico e família, uma visão sistêmica**. 2011. 47 p. Monografia (Especialização em Terapia da Família)–Universidade Candido Mendes, Rio de Janeiro, 2011. Disponível em: <[http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias\\_publicadas/N204121.pdf](http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/N204121.pdf)>. Acesso em: 20 dez. 2014.

EDWARDS, G.; LADER, M. **A natureza da dependência de drogas**. Tradução Rose Eliane Storosta. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

FORTES, W. M. F. **Sociedade, direito e controle social**. 2011. Disponível em: <<http://jus.com.br/artigos/20736/sociedade-direito-e-controle-social>>. Acesso em: 12 maio 2015.

FOUCAULT. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. 36. ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

FRANCISQUINHO, S.; FREITAS, S. P. **A influência das drogas na criminalidade**. 2008. 89 p. Monografia (Especialização em Formulação de Gestão de Políticas Públicas)–Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2008. Disponível em: <[http://www.escoladegoverno.pr.gov.br/arquivos/File/artigos/seguranca/a\\_influencia\\_das\\_drogas\\_na\\_criminalidade.pdf](http://www.escoladegoverno.pr.gov.br/arquivos/File/artigos/seguranca/a_influencia_das_drogas_na_criminalidade.pdf)>. Acesso em: 02 maio 2015.

FRANDOLOSO, F. **Dependência Química: Uma abordagem logoterapêutica**. 2008. 38 p. Monografia (Bacharel em Psicologia)–Universidade do Vale do Itajaí, Itajaí, 2008. Disponível em: <<http://siaibib01.univali.br/pdf/Francielly%20Frاندoloso.pdf>>. Acesso em: 03 fev. 2015.

GIL, E. D. (Trad.). **Quero saber: os grandes mestres da Psicologia**. Ed. Escala, 2009.

LARANJEIRA, R.; DUAILIBI, S. M.; PINSKY, I. Álcool e Violência: a psiquiatria e a saúde pública. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, p. 176-177, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v27n3/a04v27n3.pdf>>. Acesso em: 14 nov. 2014.

MAMELUQUE, M. G. C. A subjetividade do Encarcerado, um Desafio para a Psicologia. **Psicologia, Ciência e Profissão**, v. 26, n. 4, p. 620-631, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pcp/v26n4/v26n4a09.pdf>>. Acesso em: 01 fev. 2015.

MARQUES, A. C. P. R.; CRUZ, M. S. O adolescente e o uso de drogas. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v. 22(Supl II), p. 32-36, 2000. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v22s2/3794.pdf>>. Acesso em: 02 maio 2015.

MARTINS, A. et al. **Avaliação de impacto de um projeto de extensão em saúde e educação**. 2006. Disponível em: [http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais\\_XVENABRAPSO/436.%20avalia%C7%C3o%20do%20impacto%20de%20um%20projeto%20de%20extens%C3o%20em%20sa%DAd%20e%20educa%C7%C3o.pdf](http://www.abrapso.org.br/siteprincipal/images/Anais_XVENABRAPSO/436.%20avalia%C7%C3o%20do%20impacto%20de%20um%20projeto%20de%20extens%C3o%20em%20sa%DAd%20e%20educa%C7%C3o.pdf). Acesso em: 03 de maio. 2015.

MARZIALE, M. A violência do setor saúde. **Rev. Latino-am Enfermagem**, v. 12, n. 2, p. 147-148, 2004.

MINAYO, M. C. de S.; DESLANDES, S. F. A complexidade das relações entre drogas, álcool e violência. **Cad. Saúde Públ.**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 35-42, jan./mar. 1998. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/csp/v14n1/0123.pdf>>. Acesso em: 25 maio 2015.

MORIN, A. **Pesquisa-ação integral e sistêmica**: uma antropopedagogia. Rio de Janeiro: D, P & A, 2004.

OCCHINI, M. F.; TEIXEIRA, M. G. Atendimento a pacientes dependentes de drogas: atuação conjunta do psicólogo e do psiquiatra. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 11, n. 2, p. 229-236, 2006. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2006000200012&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2006000200012&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em: 01 maio 2015.

PINTO, G.; HIRDES, A. O processo de Institucionalização de detentos: Perspectivas de Reabilitação e reinserção social. **Esc Anna Nery R Enferm.**, v. 10, n. 4, p. 678-683, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ean/v10n4/v10n4a09>>. Acesso em: 03 maio 2015.

SANTA CATARINA (Estado). **Lei Complementar n. 529**, de 17 de janeiro de 2011. Aprova o Regimento Interno dos Estabelecimentos Penais do Estado de Santa Catarina. Florianópolis, 17 jan. 2011.

SANTOS, M. S. **Ressocialização através da educação**. 2005. Disponível em: <[buscalegis.ccj.br](http://buscalegis.ccj.br)>. Acesso em: 01 fev. 2015.

SCANDELAI, A. L. de O.; CARDOSO, D. N. O Sistema Prisional Brasileiro e a Visão de Segmentos da Sociedade Civil Sobre as Penitenciárias e os Reclusos. **Encontro de iniciação científica**, Presidente Prudente, v. 2, n. 2, 2006.

SIVE, M. L. **O alcoolismo e as repercussões na família**: uma análise do Serviço Social. 2008, 54 p. Monografia (Bacharel em Serviço Social)– Universidade Comunitária da Região de Chapecó, Chapecó, 2008.

SOUSA, C. T. A pratica do Assistente social: conhecimento, instrumentalidade e intervenção profissional. **Emancipação**, Ponta Grossa, v. 8, n. 1, p. 119-132, 2008. Disponível em: <<http://www.uepg.br/emancipacao>>. Acesso em: 25 set. 2014.

STUDART, L. M. C. A reinserção Social dos egressos do sistema prisional Brasileiro: Realidade ou Utopia? **Revista Episteme Transversalis**, v. 6, n. 1, 2014. Disponível em: <[http://www.ferp.br/revista-episteme-transversalis/edicao\\_6/Artigo4.pdf](http://www.ferp.br/revista-episteme-transversalis/edicao_6/Artigo4.pdf)>. Acesso em: 01 maio 2015.

TAVARES, G. P.; ALMEIDA, R. M. M. Violência, dependência química e transtornos mentais em presidiários. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 27, n. 4, p. 545-552, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n4/12.pdf>>. Acesso em: 23 out. 2014.

TAVARES, G. P.; SCHEFFER, M.; ALMEIDA, R. M. M. Drogas, violência e aspectos emocionais em apenados. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 25, n. 1, p. 89-95, 2012. Disponível em: <[www.scielo.br/prc](http://www.scielo.br/prc)>. Acesso em: 01 abr. 2015.



# BEM-ESTAR E APRENDIZAGEM SOB A ÓTICA DE ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Sayonara Fátima Teston<sup>1</sup>  
Jean Carlos Aires do Amaral<sup>2</sup>  
Suelen Zucco<sup>3</sup>  
Karine Schwaab Brustolin<sup>4</sup>

## RESUMO

Neste trabalho teve-se como objetivo geral analisar como o bem-estar permeia o processo de aprendizagem de acadêmicos do Curso de Educação Física da Unoesc de Chapecó. Como procedimento metodológico foi realizado um grupo focal com o intuito de discutir sobre os temas bem-estar e aprendizagem com os participantes. Na análise de dados, partiu-se dos dados surgidos do campo de pesquisa e cotejados com o conteúdo utilizado no referencial bibliográfico. A partir deste trabalho, pode-se compreender qual a dinâmica estabelecida entre fatores de bem-estar psicológico e subjetivo e o processo de aprendizagem na opinião dos acadêmicos. As conclusões foram que os principais aspectos do bem-estar que permeiam a aprendizagem são os desafios para conciliar diferentes esferas da vida adulta após o ingresso no ensino superior, o processo de adaptação social entre os acadêmicos, colegas e professores, a reconstrução da identidade pessoal e profissional após a escolha pelo curso, a importância de encontrar um propósito de vida por meio da profissão e a consolidação do crescimento pessoal no decorrer do processo de formação profissional. Palavras-chave: Bem-estar subjetivo. Bem-estar psicológico. Aprendizagem.

---

<sup>1</sup> Mestre em Administração pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; doutoranda em Administração pela Universidade do Vale do Itajaí; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; sayonara.teston@unoesc.edu.br

<sup>2</sup> Graduado em Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; jc\_cco@hotmail.com

<sup>3</sup> Graduada em Psicologia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; suelemzucco@gmail.com

<sup>4</sup> Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Comunitária da Região de Chapecó; Especialista em MBA em Gestão de Pessoas pela Fundação Getúlio Vargas; karine.brustolin@unoesc.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

As diferentes e amplas esferas do bem-estar, como as relações sociais e familiares, o contraturno de trabalho, que é realidade para muitos alunos do Ensino Superior do País, as condições da infraestrutura que cercam o cotidiano, as pressões do mundo contemporâneo, entre outros fatores perpassam o processo de aprendizagem dos acadêmicos. Analisar como ocorre essa dinâmica motivou a realização da pesquisa.

Nesse sentido, para a realização do estudo, partiu-se do princípio de que o bem-estar é um dos fatores importantes para que o processo de aprendizagem ocorra de forma, ao menos, satisfatória. Essa percepção guiou os autores a definirem a seguinte problemática da pesquisa: como os acadêmicos do Curso de Educação Física da Unoesc Chapecó percebem a dinâmica que pode ocorrer entre bem-estar e aprendizagem? Guiados pelo problema de investigação, estabeleceu-se como objetivo geral analisar como o bem-estar permeia o processo de aprendizagem de acadêmicos do Curso de Educação Física da Unoesc de Chapecó.

Para este trabalho, além de uma pesquisa bibliográfica sobre os temas bem-estar e aprendizagem, realizou-se um grupo focal com acadêmicos do Curso de Educação Física. Entre as principais contribuições do estudo, pode-se mencionar que o trabalho de cotejamento entre as referências teóricas e o conteúdo que surgiu do grupo contribuiu para o desenvolvimento dos acadêmicos pesquisadores que estavam matriculados na quarta fase do Curso de Psicologia, pois gerou material interpretativo, típico da abordagem qualitativista de pesquisa. Além disso, os resultados da pesquisa podem gerar novas pesquisas e instrumentos sobre os temas e oferecer subsídios para a gestão do Curso de Educação Física da Instituição pesquisada.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Para a realização da revisão bibliográfica foram abordados os temas que guiaram o objetivo geral do estudo: a aprendizagem de adultos e o bem-estar.

Diferentes compreensões acerca do processo de aprendizagem fizeram com que o conceito apresentasse uma diversidade de definições. Alguns autores definem aprendizagem como mudança de comportamento em razão da experiência, outros, como aquisição de informações ou habilidades, como condicionamento, aquisição de informação, mudança comportamental estável, uso do conhecimento na resolução de problemas, construção de novas estruturas cognitivas ou, ainda, revisão de modelos mentais (MOREIRA, 2011). Apesar dos inúmeros conceitos, foi necessário optar por alguns autores para nortear a construção da fundamentação teórica deste estudo.

Para Zabalza (2004), os adultos que buscam a educação superior trazem consigo uma bagagem de experiências. Aproveitar esta bagagem para consolidar o processo de aprendizagem exige a habilidade de promover ressignificações a partir da experiência dos acadêmicos. A dimensão individual da aprendizagem, analisada sob a ótica experiencial, busca compreender como o fenômeno da aprendizagem, por meio de cognições, percepções, atitudes e crenças, pode ser modificada pela experiência (KOLB, 1984). A dinâmica entre os aspectos individuais e ambientais também foi foco de discussão de outros autores.

Antonello e Godoy (2011) afirmam que a aprendizagem pode ser entendida como um processo de tensão e conflito que ocorre por meio da interação entre o indivíduo e o ambiente, envolvendo experiências concretas, observação e reflexão e transformando o aprendido em processo. Sabe-se que a vida cotidiana é cercada por diversos acontecimentos, e quanto maior o bem-estar dos indivíduos, melhor experimentadas podem ser estas vivências, conforme apontam os estudos de Huebner e Dew (1996), quando mencionam que alunos mais satisfeitos com a sua escola e vida escolar têm maior probabilidade de se sentirem melhor com eles próprios e revelarem maiores níveis de bem-estar. Por isso, a dinâmica entre a sensação de bem-estar e o processo de aprendizagem parece inevitável.

Vygotsky e Cole (1998) tratam a aprendizagem como um desenvolvimento cognitivo dependente dos meios social, histórico e cultural

nos quais o indivíduo está inserido, ou seja, não ocorre sem referência ao meio social. Assim, entende-se que ocorre um sistema de retroalimentação entre o indivíduo e o meio quando o tema é a aprendizagem. Para Elkjaer (2001), a aprendizagem ocorre quando o aprendiz é capaz de refletir sobre suas ações e reorganizar, por meio de processo contínuo de reflexão, o pensamento como meio de atuação. Nesse sentido, a aprendizagem proporciona a aquisição de novos conhecimentos que têm influência no comportamento, ou seja, a experiência potencializa a aprendizagem e esta, por sua vez, influencia a experiência.

A aprendizagem foi definida por Kolb (1984, p. 38) como um “processo em que o conhecimento é criado através da transformação da experiência.” Assim, o conhecimento passa a ser construído pelas experiências subjetivas e objetivas do indivíduo e está em constante mediação com o ambiente. A aprendizagem constitui-se, assim, como um processo dinâmico, que inicia com a experiência, mas é seguida pela reflexão, discussão, análise e avaliação (KOLB, 1984).

Parece que por meio do estilo de aprendizagem e do processamento de informações ocorre a maneira pela qual as pessoas interagem com as condições de aprendizagem nos aspectos físicos, afetivos, cognitivos e ambientais. Kolb (1984) desenvolveu uma teoria de aprendizagem experiencial composta por quatro fases e que serve como modelo para o desenvolver do aprendiz:

- a) experiência concreta, que enfatiza as experiências pessoais e os sentimentos envolvidos na situação de aprendizagem;
- b) observação reflexiva, na qual o aprendiz acredita poder resolver seus problemas usando pensamentos e sentimentos e enfatizando a paciência, os julgamentos cuidadosos e a habilidade para entender ideias de diversos pontos de vista;
- c) conceitualização abstrata, na qual o aprendiz busca resolver seus problemas de forma lógica e sistemática;

d) experimentação ativa, que envolve a aprendizagem de forma ativa.

Nesse contexto, percebe-se que, apesar da mediação com o meio social, há várias condições intrínsecas do indivíduo que influenciam o processo de aprendizagem, como as habilidades e atitudes, assim como parece ocorrer com o constructo do bem-estar.

A busca pelo bem-estar, ou pela felicidade, parece tão antiga quanto a humanidade. De acordo com Siqueira e Padovam (2008, p. 201), “desde a Grécia antiga filósofos como Aristóteles já tentavam decifrar o enigma da existência feliz.” Apesar de essa discussão existir desde os tempos mais remotos, no mundo contemporâneo as pessoas parecem continuar perseguindo formas de alcançar uma vida mais feliz e plena, por meio da realização de atividades em diferentes setores que fazem parte do cotidiano.

As discussões sobre a felicidade surgem em tempos remotos, mas foi a partir da década de 1950 que surgiram indicadores de qualidade de vida que começaram a ser estudados e traçados para monitorar mudanças sociais e a implantação de políticas sociais (LAND, 1975). Já o tema bem-estar parece ter recebido destaque na literatura científica principalmente a partir dos anos 2000, quando apareceram as teorias vinculadas à Psicologia Positiva, tendo como principais propagadores Seligman e Csikszentmihalyi (2000). Para esses autores, a psicologia positiva não é uma nova abordagem, mas uma nova forma de olhar para os indivíduos e seus aspectos positivos, sem desconsiderar os negativos.

Entre as discussões sobre o bem-estar, Ryan e Deci (2001) afirmam que as abordagens sobre o tema podem ser organizadas em perspectivas, uma que considera o estado subjetivo do bem-estar e o aproxima das noções de prazer e felicidade, e outra que compreende o bem-estar como um constructo que surge do potencial humano, consistindo no pleno funcionamento das potencialidades de um indivíduo, em sua capacidade de pensar, usar o raciocínio e o bom senso. Essas duas concepções originaram os conceitos de bem-estar subjetivo (BES) e bem-estar psicológico (BEP).

O BES está embasado em concepções subjetivas e organizadas em pensamentos e sentimentos sobre a existência individual (DIENER; LUCAS, 2000). Nesse sentido, considera afetos, emoções, experiências e valores no processo de avaliação cognitivo das condições de vida. Parece que os aspectos externos ou ambientais dependem da percepção individual sobre eles. Assim, pessoas que vivem em condições desfavoráveis podem ter um índice de bem-estar mais satisfatório do que pessoas em condições favoráveis, e vice-versa. Para Siqueira e Padovam (2008, p. 202), “o conceito de BES articula duas perspectivas em psicologia: uma que se assenta nas teorias sobre estados [...] afetos positivos e afetos negativos, e outra que se sustenta nos domínios da cognição e se operacionaliza por avaliações de satisfação com a vida.”

As concepções teóricas acerca do BEP são construídas sobre formulações psicológicas clássicas a respeito do desenvolvimento humano e dimensionadas em capacidades para enfrentar os desafios da vida, assentando-se em uma abordagem clínica do fenômeno. Ryff (1989) elaborou um modelo de seis componentes de BEP, que mais tarde foi reformulado por Ryff e Keyes (1995). O modelo considera as seguintes definições: autoaceitação, relacionamento positivo com outras pessoas, autonomia, domínio do ambiente, propósito de vida e crescimento pessoal.

Infere-se que se o bem-estar estiver relacionado a diferentes aspectos da vida, como a família, o trabalho, o lazer e a aprendizagem, a relação com o meio será mais prazerosa. Assim, se enquanto indivíduo conseguir fazer uma avaliação positiva das condições de vida, alcançando mais afetos positivos do que negativos, alcançará bem-estar subjetivo. Da mesma forma, caso consiga vivenciar a autoaceitação, o relacionamento positivo com outras pessoas, a autonomia, o domínio do ambiente, o propósito de vida e o crescimento pessoal em um nível satisfatório, também alcançará o bem-estar psicológico. Assim, a percepção do indivíduo em relação às próprias condições e às condições externas parece crucial para que o bem-estar seja potencializado.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa caracteriza-se por qualitativa. Para Godoy (1995, p. 62), os estudos “qualitativos tem como preocupação fundamental o estudo e a análise do mundo empírico em seu ambiente natural [...] O pesquisador deve aprender a usar sua própria pessoa como o instrumento mais confiável de observação, análise e interpretação dos dados.” A pesquisa qualitativa apresenta uma abordagem paradigmática funcionalista, o que justificou a técnica de coleta de dados utilizada.

Como instrumento de coleta de dados realizou-se um grupo focal. De acordo com Backes et al. (2011), o grupo focal caracteriza-se como um encontro grupal que possibilita aos participantes explorarem seus pontos de vista a partir de reflexões sobre determinado fenômeno social, em seu próprio vocabulário, gerando suas próprias perguntas e buscando respostas pertinentes à questão que está sendo investigada. Sobre o número de participantes, Iervolino e Pelicioni (2001, p. 116) mencionam que seis a 10 participantes são suficientes para a realização de um grupo focal. Os autores comentam também que os participantes devem ser selecionados por apresentarem características em comum e que estão associadas ao tópico que está sendo pesquisado. Sua duração típica é de até uma hora e meia.

O grupo foi constituído de acadêmicos do Curso de Educação Física em setembro de 2016. Para tal, realizou-se um contato prévio com o coordenador do Curso, que fez um sorteio aleatório dos nomes e direcionou um convite aos acadêmicos. Participaram do grupo focal 10 acadêmicos, com idades entre 18 e 49 anos, sendo cinco do sexo masculino e cinco do sexo feminino, de diferentes períodos do Curso.

O grupo focal foi realizado em uma sala de aula do bloco do Curso de Educação Física da Instituição, onde as cadeiras foram organizadas em forma de círculo para facilitar a discussão. Após, foi verbalizado como seria conduzido o grupo, feita a exposição do tema e seus objetivos, e realizado o recolhimento das assinaturas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Também foi exposta a necessidade da grava-

ção por áudio durante a realização do grupo focal, a qual todos aceitaram. O grupo teve duração de 55 minutos.

Após a aplicação da técnica de grupo focal, o conteúdo gravado foi transcrito na íntegra pelos pesquisadores. A análise constituiu-se de um cotejamento entre a fundamentação teórica e o conteúdo das falas dos participantes. Para guiar a técnica de interpretação, foram estabelecidas categorias de análise que são apresentadas em negrito na análise dos resultados.

#### 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

No decorrer no grupo focal os acadêmicos trouxeram quais os aspectos que interferem no processo de aprendizagem e bem-estar. Desde o início da discussão do grupo, os temas da aprendizagem e do bem-estar estiveram vinculados. Os principais constructos observados pelos pesquisadores estão em negrito.

O grupo focal iniciou falando sobre os desafios de manter ambos, aprendizagem e bem-estar, em nível satisfatório. **A dificuldade em conciliar as diferentes esferas da vida quando ingressam na universidade** surgiu como fator propulsor das falas:

É um conceito amplo, bem-estar é muito amplo, estar bem com tudo é algo que não tem como. Você, claro, ter esse bem-estar tanto físico como psicológico talvez, mas esse é um dos fatores né, aí tem a família, saúde, trabalho, financeiro. Não tem como estar 100% bem porque qualquer meio tem a ver, são fatores que influenciam no bem-estar. (informação verbal).

Como mencionam Diener e Lucas (2000), o bem-estar subjetivo está embasado em concepções subjetivas e organizadas em pensamentos e sentimentos sobre a existência individual e, nesse sentido, considera afetos, emoções, experiências e valores no processo de avaliação cognitivo das condições de vida. Infere-se que os aspectos externos ou ambientais dependem da percepção sobre eles, e este grupo parece ter percebido que a responsabilidade por essa escolha depende de aspectos individu-

ais, apesar das dificuldades em fazer tais escolhas. “Você tem que elencar prioridades no caso, você tem que vim pra uma ordem que você acha mais importante de momento e seguir uma sequência e tentar conciliar dessa maneira [...] mas mesmo assim é complicado.” (informação verbal).

A percepção de que algumas esferas precisam ser priorizadas em alguns momentos da vida surgiu em vários momentos de discussão do grupo, bem como a responsabilidade pela priorização foi compreendida como parte da maturidade acadêmica. Como não há escolhas sem perdas, a sensação de que esse processo é difícil permanece. Para Siqueira e Padovam (2008, p. 202), “o conceito de BES articula duas perspectivas em psicologia: uma que se assenta nas teorias sobre estados [...] afetos positivos e afetos negativos, e outra que se sustenta nos domínios da cognição e se operacionaliza por avaliações de satisfação com a vida.” Os afetos negativos não deixam de existir, pois fazem parte da vida. Porém o bem-estar é alcançado a partir do momento em que os afetos positivos se sobressaiam em relação aos afetos negativos, o que pode ser verificado na fala: “Você vê que faltou alguma coisa, mas enfim, se foi por escolha que você deixou aquilo ali, você sabe que tá faltando, mas não é uma coisa que vai atrapalhar.” (informação verbal).

Fazer escolhas também parece fazer parte do processo de aprendizagem. Antonello e Godoy (2011) afirmam que a aprendizagem pode ser entendida como um processo de tensão e conflito que ocorre por meio da interação entre o indivíduo e o ambiente, envolvendo experiências concretas, observação e reflexão, transformando, assim, o aprendizado em processo. Trata-se de um exercício de **adaptação entre o indivíduo e o meio social**: “Você tem que ter um foco, antes de tudo tem que ter um foco. Você tem que saber onde quer chegar, e nesse espaçamento você vai se encaixando, você vai conduzindo.”

Na opinião do grupo, o processo de adaptação, o qual também faz parte da aprendizagem, surge para alcançar o bem-estar. Vygotsky e Cole (1998) tratam a aprendizagem como um desenvolvimento cognitivo dependente dos meios social, histórico e cultural nos quais o indivíduo está inserido, ou seja, não ocorre sem referência ao meio social. Outro

aspecto importante mencionado pelo grupo focal como influenciador do bem-estar e, conseqüentemente, da aprendizagem, foi a **inserção social com colegas**: “Eu não sei se estou certo, mas até adaptação. Porque eu, assim, na verdade faço com três turmas, então quando chega na sala que tu não conhece ninguém, já tem umas turminhas, e você tem que adaptar com eles, então demora, mas depois é tranquilo.” (informação verbal).

Além da interação com colegas, faz parte do processo de **interação social na Universidade** a relação com os professores. No grupo focal, a relação entre alunos e professores também recebeu destaque como um fator propulsor do bem-estar e da aprendizagem:

Eu acredito que nada melhor que socializar as pessoas, fazer elas se sentirem mais humanas, envolver com aquele que já tem uma capacidade elevada de se comunicar [...]. Diferente das peculiaridades e individualidades de cada um, mas num contexto geral, qualquer coisa dinâmica que faz você envolver sem competitividade, fazer você se sentir humano, sentar e conversar, enfim, qualquer que seja a temática ou a metodologia a ser utilizada pelo professor. (informação verbal).

Para Rayan e Deci (2001), o bem-estar psicológico surge do potencial humano, consistindo no pleno funcionamento das potencialidades de um indivíduo, em sua capacidade de pensar e usar o raciocínio e o bom senso. Esses aspectos parecem emergir como fatores importantes para a promoção do bem-estar e a consolidação da aprendizagem nesse grupo, tanto no processo de interação social entre colegas quanto com os professores. Além do relacionamento positivo com outras pessoas, que é um dos aspectos do bem-estar psicológico, o processo de **autoaceitação** surgiu nas falas do grupo focal: “Eu mesmo quando comecei a faculdade pensei que não ia conseguir por causa da idade. Eu estudei até a quarta série, parei depois fiz EJA, parei mais 10 anos, depois fiz o CEJA. Parei de novo, [...] e eu chego faço a atividade com eles normal [...] Mais pela confiança mesmo.” (informação verbal).

Ryff e Keyes (1995) mencionam que o modelo de BEP considera algumas definições: autoaceitação, relacionamento positivo com outras

peças, autonomia, domínio do ambiente, propósito de vida e crescimento pessoal. Seguir o **propósito de vida** por meio da escolha profissional foi citado como fator promotor do bem-estar e da aprendizagem, porém, esses processos podem ser dificultados quando não há **apoio da família** dos acadêmicos:

Na aprendizagem prejudica muito né, porque aí você tá fazendo algo que tu gosta e ao mesmo tempo indo contra seus pais [...] Meu pai não aceitava que eu fizesse Educação Física, queria que eu seguisse a área dele, então ele queria que eu cursasse engenharia elétrica, então foi muito difícil, chorei muito [...] foi bem difícil até ele precisar de um educador físico, por causa do joelho, aí a ideia dele mudou. (informação verbal).

Percebe-se que o processo de aprendizagem passa a ser vivenciado por toda a família, a partir do ingresso de um filho no mundo acadêmico. A aprendizagem foi definida por Kolb (1984, p. 38) como um “processo em que o conhecimento é criado através da transformação da experiência.” O conhecimento passa a ser construído pelas experiências subjetivas e objetivas do indivíduo e está em constante mediação com o ambiente, transformando o conhecimento e as percepções acerca do cotidiano de diferentes possibilidades profissionais.

Neste grupo, **propósito de vida e crescimento pessoal** parecem ser fenômenos compartilhados e próximos. “Em torno do bem-estar, a gente não se sente bem fazendo uma coisa que a gente não gosta, então até isso influencia, como que você vai tá estudando uma coisa que não quer ser.”

Verificou-se que aspectos do bem-estar subjetivo e do bem-estar psicológico permeiam o processo de aprendizagem do grupo investigado. Entre os principais fatores pode-se apontar: o equilíbrio e a maturidade para conciliar diferentes esferas da vida, assumindo as escolhas e perdas inevitáveis que as acompanham; o processo de adaptação entre os acadêmicos e o meio social, principalmente com colegas e professores; a promoção do processo de autoaceitação pessoal e profissional; a clareza

acerca do propósito de vida e a promoção do crescimento pessoal por meio da vida e formação acadêmica.

## 5 CONCLUSÃO

Com este trabalho teve-se como objetivo geral analisar como o bem-estar permeia o processo de aprendizagem de acadêmicos do Curso de Educação Física da Unoesc de Chapecó. A partir deste trabalho pode-se compreender quais os fatores do bem-estar que influenciam o processo de aprendizagem na opinião dos alunos, para os quais se destacam: o equilíbrio e maturidade para conciliar diferentes esferas da vida, o processo de adaptação entre os acadêmicos e o meio social, a promoção do processo de autoaceitação pessoal e profissional, a clareza acerca do propósito de vida e a promoção do crescimento pessoal.

O grupo expôs a necessidade de que aconteçam mais momentos de interação com outros cursos, como o Curso de Psicologia, pois acreditam ser de grande importância no processo de aprendizagem e demonstraram interesse na construção de um projeto para que aconteça um processo contínuo de socialização com os demais acadêmicos da universidade. Sabe-se que para ocorrer a aprendizagem é necessário promover vários fatores que estão envolvidos nesse processo, entre eles o bem-estar psicológico e subjetivo. O processo de escuta oportunizado pelo grupo focal auxiliou na promoção do bem-estar segundo as verbalizações dos acadêmicos que passaram pela experiência de sujeitos desta pesquisa. Verificou-se, também, que este estudo abriu novas possibilidades de pesquisa, entre elas um estudo sobre valores com acadêmicos do Curso, uma vez que o bem-estar é guiado por fatores intrínsecos, como a motivação, que, por sua vez, é determinada pelos valores pessoais.

Os constructos resultantes deste estudo também podem ser transformados em um instrumento quantitativo de pesquisa para o Curso lócus da pesquisa no momento do ingresso dos estudantes para

determinar índices de bem-estar. Os resultados do grupo focal podem orientar políticas ou ações de gestão para o Curso com foco na promoção de atividades de inclusão social (com colegas e professores), bem como de adaptação à vida universitária cotidiana e de atividades de desenvolvimento pessoal e de carreira por meio das atividades curriculares complementares do Curso ou atividades de extensão.

Como limitações do estudo apontam-se aspectos típicos do procedimento do estudo de caso, uma vez que os pesquisadores não tiveram a pretensão de generalizar os achados, sendo eles condicionados ao contexto histórico dos fenômenos focalizados. Contudo, busca-se suscitar reflexões capazes de orientar estudos futuros relacionados ao bem-estar e à aprendizagem.

## REFERÊNCIAS

ANTONELLO, C. S.; GODOY, A. S. **Aprendizagem organizacional no Brasil**. Porto Alegre: Bookman, 2011.

BACKES, D. S. et al. Grupo focal como técnica de coleta e análise de dados em pesquisas qualitativas. **Revista o Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 4, p. 438-442, 2011. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/artigos/grupo\\_focal\\_como\\_tecnica\\_coleta\\_analise\\_dados\\_pesquisa\\_qualitativa.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/artigos/grupo_focal_como_tecnica_coleta_analise_dados_pesquisa_qualitativa.pdf)>. Acesso em: 12 abr. 2017.

DIENER, E.; LUCAS, R. F. Subjective emotional well being. In: LEWIS, M.; HAVILAND, J. M. (Org.). **Handbook of Emotions**. New York: Guilford, 2000.

ELKJAER, B. Em busca de uma teoria de Aprendizagem Social. In: EASTERBY-SMITH, M; ARAUJO, L.; BURGOYNE, J. (Org.). **Aprendizagem Organizacional e Organização de Aprendizagem**. São Paulo: Atlas, 2001.

GODOY, A. S. A pesquisa qualitativa e sua utilização em Administração de Empresas. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 4, p. 65-71, 1995.

HUEBNER, E. S.; DEW, T. The interrelationships of positive affect, negative affect, and life satisfaction in an adolescent sample. **Social Indicators Research**, v. 38, n. 2, p. 129-137, 1996. Disponível em: <<https://www.jstor.org/stable/27522922>>. Acesso em: 12 abr. 2017.

IERVOLINO, S. A.; PELICIONI, M. C. F. A utilização do grupo focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 35, n. 2, p. 115-121, 2001.

KOLB, D. **Experiential learning**. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1984.

LAND, K. C. Social indicators models: an overview. In: LAND, K. C.; SPILERMAN, S. (Org.). **Social indicator models**. New York: Russell Sage Foundation, 1975.

MOREIRA, M. A. **Teorias da Aprendizagem**. São Paulo: EPU, 2011.

RYAN, R. M.; DECI, E. L. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well being. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 141-166, 2001. Disponível em: <<https://pdfs.semanticscholar.org/afcb/f1160d553cbf129d78abec71dc78863f66df.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2017.

RYFE, C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well being. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 57, i. 6, p. 1069-1081, 1989. Disponível em: <<http://aging.wisc.edu/pdfs/379.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2017.

RYFE, C. D.; KEYES, C. L. M. The structure of psychological well being revisited. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 69, i. 4, p. 719-727, 1995. Disponível em: <<http://www.aging.wisc.edu/midus/findings/pdfs/830.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2017.

SELIGMAN, M. E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive psychology: An introduction. **American Psychologist**, v. 55, i. 1, p. 5-14, 2000. Disponível em: <<http://psycnet.apa.org/journals/amp/55/1/5/>>. Acesso em: 12 abr. 2017.

SIQUEIRA, M. M. M.; PADOVAM, V. A. R. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 201-209, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v24n2/09>>. Acesso em: 12 abr. 2017.

VIGOTSKY, L. S.; COLE, M. **A formação social da mente**: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

ZABALZA, M. **O ensino universitário**: seus cenários e seus protagonistas. Porto Alegre: Artmed, 2004.



# MOTIVOS QUE LEVAM OS ALUNOS À PRÁTICA DO FUTSAL NA ESCOLA

Maicon Roberto Mulineth<sup>1</sup>  
Sandra Rogéria de Oliveira<sup>2</sup>

## RESUMO

O Futsal é um dos conteúdos mais desenvolvidos nas aulas de Educação Física, como também é o esporte mais praticado no Brasil. No entanto, sabe-se que os motivos que levam crianças e jovens às práticas esportivas podem variar, e as aulas de Educação Física contribuem como um desses fatores. Assim, este estudo pretendeu identificar os motivos que levam os alunos atendidos pelo Programa Institucional de Iniciação à Docência (PIBID), na Escolinha de Futsal da Escola de Educação Básica Druziana Sartori do Município de Chapecó Santa Catarina a praticarem tal esporte, verificando e classificando-os a partir das categorias: saúde, lazer e competitividade. Para esta finalidade utilizou-se como instrumento o Inventário de Motivação para a Prática Desportiva (IMPD), criado por Gaya e Cardoso (1998). Pôde-se constatar por meio dos resultados que o maior motivo que levam os alunos à prática do Futsal é a competitividade (46%), saúde (31%) e lazer (23%). Assim conclui-se que para este grupo o aspecto que mais se destaca é a competitividade, fator que mostra a necessidade deste grupo de fomentar torneios e competições escolares que possam suprir esse desejo e levar os alunos à descoberta de outras possibilidades na escola que aumentem a motivação voltada à saúde, ao lazer e à cooperação.

Palavras-chave: Escola. Futsal. Motivação.

---

<sup>1</sup> Graduado em Educação Física Licenciatura pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Bolsista do Programa de Iniciação à Docência (PIBID) Subprojeto Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; de Chapecó; maiconrobertomulineth@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Mestre em Educação pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora do Curso de Educação Física na Universidade do Oeste de Santa Catarina; sandra.oliveira@unoesc.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

É visível a presença marcante do Futsal nas aulas de Educação Física, pode-se afirmar que atualmente é um dos conteúdos mais presentes neste contexto, em razão da sua grande proximidade com o Futebol que, por sua vez, é um fenômeno nacional e internacional.

A possibilidade de jogar este esporte em quadras poliesportivas facilita seu acesso, principalmente nas grandes cidades, que têm seus espaços de lazer cada vez mais reduzidos, o que facilita a aceitação e a prática deste esporte pela população em geral. Consequentemente, pode motivar crianças e adolescentes, seja na escola seja em outros espaços de convivência comunitária, como ginásios esportivos municipais e centros esportivos que oferecem esta modalidade por meio de programas sociais ou privados.

Os motivos que levam crianças e adolescentes à prática do esporte podem variar de acordo com seu contexto sociocultural e nível socioeconômico, os quais inviabilizam a vivência e o treinamento constante de muitas crianças nas escolinhas esportivas, dependendo única e exclusivamente da acessibilidade em projetos sociais.

Dessa forma, quando o Futsal é aplicado como conteúdo nas aulas de Educação Física, estes momentos devem ser bem estruturadas, pois podem proporcionar aspectos motivadores, principalmente quando é oportunizado a meninos e meninas de forma igualitária, possibilitando a aprendizagem de valores necessários à convivência na sociedade, como aprender a ser tolerante e a não discriminar, compreender as diferenças e não reproduzir relações sociais autoritárias.

O professor de Educação Física é uma grande referência para os alunos em razão da integração e prazer que as atividades físicas proporcionam em suas aulas, tornando-o, muitas vezes, um ídolo. Dessa forma, é relevante que o professor planeje e realize uma grande variedade de atividades e modalidades esportivas dentro da escola, tornando suas aulas atrativas para a motivação de seus alunos não somente em suas aulas, mas também em outros momentos fora da escola.

Em decorrência da necessidade de fomentar o Futsal com crianças e adolescentes para que busquem esta atividade física como vivência cotidiana, como também do aprofundamento e da contribuição para com os estudos científicos quanto às questões motivacionais no Futsal é que se justifica propormos como problema de pesquisa: quais os motivos que levam crianças e adolescentes em idade escolar à prática de Futsal? Com tal objetivo, esta pesquisa foi efetivada na atividade Escolinha de Futsal, realizada na Escola Estadual de Santa Catarina, do Município de Chapecó, ministrada pelos bolsistas do Programa Institucional de Iniciação à Docência (PIBID), verificando e classificando os motivos a partir das categorias saúde, lazer e competitividade. Para esta finalidade foi realizada uma investigação bibliográfica compreendendo a dinâmica do Futsal na sociedade e na escola, bem como a compreensão dos conceitos de motivação.

O método escolhido para o presente estudo foi a pesquisa de campo, descritiva e quantitativa. Assim foi aplicado como instrumento o Inventário de Motivação para a Prática Desportiva, (IMPD) criado por Gaya e Cardoso (1998), com um grupo participante de 11 a 17 anos atendidos pelo PIBID. Após a coleta, os dados foram analisados utilizando-se média e frequência relativa e absoluta.

Como resultado principal destaca-se a competitividade, com 46%, saúde, com 31%, e lazer, com 23%, como motivos predominantes que levam este grupo de alunos à prática do futsal. Assim, foi possível concluir que os três aspectos são muito importantes para a motivação no esporte, mas com muita predominância aparece a competitividade, bem equilibrada entre meninas e meninos, mas com um resultado surpreendente de 47% no sexo feminino.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 A IMPORTÂNCIA DO FUTSAL PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

O Futsal foi criado na Cidade de Montevidéu (Uruguai) pelo professor de Educação Física da Associação Cristã de Moços de Montevidéu, Juan Carlos Ceriani Gravier. É um esporte que foi adaptado do fute-

bol de campo para ser praticado em espaços menores, na década de 1930. No Brasil, o futebol de salão teve seus primeiros passos também por volta dos anos 1930, com Roger Grain, que em uma revista publicou as regras para a prática do futebol de salão. Já em julho de 1954 foi fundada a primeira entidade oficial denominada Federação Metropolitana de Futebol de Salão, no Rio de Janeiro, e no ano seguinte a Fundação da Federação Paulista. Atualmente é o esporte mais praticado no Brasil, principalmente pelas crianças em idade escolar (SILVA; GRECO, 2009).

O Futsal é um esporte que apresenta como características velocidade e disputas de bola com um grande contato físico. Assim, desenvolve diversas capacidades físicas em crianças e jovens, como a resistência aeróbica, velocidade, agilidade e coordenação motora (GONÇALVES et al., 2015).

A compreensão das regras, a possibilidade de jogá-lo em qualquer quadra esportiva e a facilidade de desenvolvê-lo torna-o de grande aceitação da população; conseqüentemente sua aplicação nas aulas de Educação Física é positiva, uma vez que são estimuladas capacidades físicas inerentes à modalidade, como as habilidades motoras e coordenativas e de consciência corporal (GONÇALVES et al., 2015).

A aceitação da modalidade na escola traz outras reflexões sobre a importância da utilização do futsal para crianças e adolescentes, como melhoria da aptidão física como forma de estímulo à redução da inatividade, aptidão física relacionada à saúde e diminuição dos riscos de doenças crônicas degenerativas, que vão além do esporte visto como rendimento (SILVA; GRECO, 2009).

Cada indivíduo tem sua individualidade biológica, e muitas vezes as crianças e adolescentes são “obrigadas” a praticar algum esporte que não gostam ou não se adaptam, fazendo com que desistam da modalidade praticada. Se todas as modalidades forem trabalhadas na escola, além de melhorar diversas capacidades, será possível abrir espaço para que cada aluno avalie com qual modalidade se identifica, para que sinta prazer com ela e consiga desenvolver e melhorar sua condição física (RESENDE; GOMES; VIEIRA, 2013).

A atividade física é de grande importância na vida do ser humano, por isso todos os que terminam a fase escolar deveriam ter acesso a lugares onde possam praticá-la. É necessário que a Educação Física, assim como outros componentes curriculares da escola, tenha a responsabilidade de tornar os alunos críticos e objetivos para que saibam utilizar o exercício ao longo de sua vida como algo importante, enquanto saúde e lazer.

Hoje o futsal nas escolas vem sendo a modalidade esportiva mais praticada, muitas vezes por professores desmotivados, visto que ela dá tranquilidade para se trabalhar, pois já vem com uma base cultural muito grande. O futsal é uma modalidade magnífica que se trabalha em equipe e com a qual os alunos se divertem e aprendem a política de atenção às regras, à disciplina e às habilidades, ajudando-os a viver em sociedade com suas famílias, amigos e colegas (GONÇALVES et al., 2015).

## 2.2 MOTIVOS QUE LEVAM CRIANÇAS E JOVENS À PRÁTICA DE ESPORTES

Percebe-se uma pessoa motivada pelo seu comportamento, que despende uma grande energia em direção ao objetivo ou à meta que deseja alcançar; essa energia é alimentada por processos psicológicos complexos que acontecem como resultado das relações que cada pessoa tem como o ambiente em que vive (BRAGHIROLI et al., 2001). Assim, a motivação se torna elementar na escola, no trabalho e na vida cotidiana das pessoas.

No caso do Futsal, a motivação é um fato muito importante para o ingresso no processo de aprendizagem de regras e fundamentos do esporte. Os motivos que levam os adolescentes a praticarem atividade física ou exercício físico podem variar, mas o professor deve sempre proporcionar subsídios a esses alunos envolvidos, estimulando-os com aulas voltadas mais ao seu interesse, facilitando a escolha das atividades e a maneira de motivar para uma prática alegre e prazerosa. Muito importante é nunca excluir os alunos para que não se sintam constrangidos e acabem abandonando definitivamente a modalidade praticada ou até

mesmo a atividade física, pois, visto que nem todos os alunos têm uma boa habilidade para certas modalidades, alguns preferem não fazer a aula do que “passar vergonha” diante dos demais colegas (GARCIA, 2010).

Os profissionais de Educação Física devem sempre inovar as atividades, buscando coisas novas e diferentes a cada aula para que esta não se torne maçante para os alunos, pois muitas vezes esta é a única aula em que há interação entre todos os colegas. Independentemente de raça, cor, sexo e idade, terá que buscar a interação de todos sem menosprezar ou excluir para que seja uma aula prazerosa a todos. A motivação é ponto de referência quando um indivíduo deseja realizar algo, por isso da importância de sempre ter um profissional que motive esse público a praticar tal modalidade (FONSECA; STELA, 2016).

Para a saúde, o futsal em especial é muito importante, pois é uma atividade fácil de praticar e sem grande investimento, ainda é usada como forma de manutenção e prevenção de doenças associadas ao sedentarismo e é uma atividade aeróbica. Já em relação à competitividade, as pessoas a utilizam como forma de manifestação de aspectos relacionados ao vencer, visto que comparar o desempenho consigo mesmo e com os outros pode levar pessoas a manter-se em atividade (GONÇALVES et al., 2015).

O prazer está relacionado ao bem-estar, a diversão e a satisfação que a prática de atividade física proporciona; o prazer é uma peça-chave para a compreensão da motivação no esporte, pois o indivíduo que pratica esporte com prazer já está à frente dos demais, e com essa vantagem fica bem mais fácil de trabalhar (GONÇALVES et al., 2015).

### 2.3 FUTSAL NA ESCOLA

Na escola devem ser trabalhadas todas as modalidades esportivas, e não se ater somente ao futsal, pois é nela que se deve aprender o máximo de modalidades possíveis para que os alunos tenham uma aprendizagem mais completa do que é o esporte em um todo.

Assim, trabalhando com várias modalidades pode-se descobrir um atleta ou, ainda, os alunos podem se identificar com uma ou mais

modalidades e praticá-las fora da escola, o que faz com que melhorem sua saúde fazendo algo que lhes traga prazer (CAVICHIOILLI, 2011).

As competições escolares são importantes neste contexto, no entanto elas devem ser incentivadas com uma proposta também de superação, participação e na intenção de despertar e oportunizar à criança e ao adolescente um espaço para a descoberta de talentos. Com uma visão escolar sem a cobrança de vencer, pode-se lapidar atletas de várias modalidades, mas um grande problema das escolas brasileiras é que elas dão prioridades somente a algumas competições, excluindo alunos que poderiam ser muito bons, mas não tiveram sequer a oportunidade de conhecer outras modalidades na escola (ASSAD, 2013).

O Futsal é predominante nas modalidades esportivas escolares e, conseqüentemente, nos eventos esportivos realizados pela escola. Para que essa mesma proporção de adeptos de crianças e adolescentes seja evidente nas outras modalidades, o professor que ministra as aulas de Educação Física e que tem as ferramentas motivadoras nas mãos, deve se esforçar para que haja mais atletas de finais de semanas também de outras modalidades, colaborando para o surgimento de profissionais do esporte que podem se tornarem atletas olímpicos.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

O presente estudo é uma pesquisa com características de campo, descritiva e quantitativa. Foram coletadas informações de um grupo composto por 21 alunos praticantes de Futsal, com faixa etária de 11 a 17 anos de idade, da Escola de Educação Básica Professora Luiza Santin, localizada no bairro Santa Maria do Município de Chapecó, SC.

Para iniciar a pesquisa foi entregue à direção da escola uma carta de apresentação para a autorização da coleta. Aos alunos foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para serem assinados pelos pais e ou responsáveis. Após a devolução do TCLE, 11 praticantes de Futsal do sexo masculino e 10 do sexo feminino participaram da coleta.

Como instrumento foi utilizado o Inventário de Motivação para a Prática Desportiva, (IMPD) criado por Gaya e Cardoso (1998), que foi aplicado na escola durante as atividades do PIBID, sendo este um local que oferece totais condições de segurança para os avaliados e ótimas condições de aplicação do instrumento.

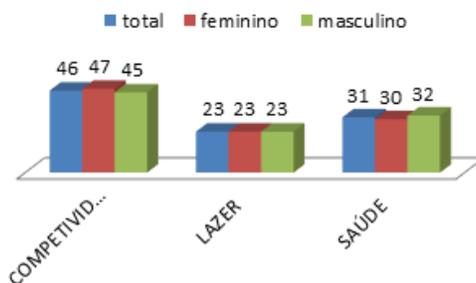
O questionário é composto por 19 questões objetivas, subdivididas em três dimensões ou fatores da motivação: competência desportiva – questões: 1, 4, 8, 9, 15, 16 e 17; saúde – questões: 2, 5, 10, 11, 14 e 18; e amizade/lazer – questões: 3, 6, 7, 12, 13 e 19. Nos motivos apresentam-se três níveis de resposta: nada importante (1), pouco importante (2) e muito importante (3). A coleta teve início no dia 01 de setembro e findou em 11 de outubro.

Na análise dos dados utilizou-se o programa Microsoft Excel para tabulação dos dados e obtenção dos resultados da média e, posteriormente, a porcentagem de cada um dos motivos dentro dos três grupos.

## 4 RESULTADOS

Nesta seção são apresentados os resultados obtidos no estudo que busca investigar os motivos que levam os adolescentes à prática do Futsal.

Gráfico 1 – Motivos que levam os alunos/as do PIBID à prática do Futsal



Fonte: os autores.

Observa-se no Gráfico 1 que o maior motivo que levam os alunos participantes à prática do Futsal é a competitividade, com média geral de 46%, o segundo maior é a saúde, com 31%, e, a seguir, o lazer, com 23%.

Ao analisar o constructo competitividade, pode-se verificar que 47% são do sexo feminino e 45% do sexo masculino. Neste foram agrupadas as seguintes questões: para vencer, para ser o melhor no esporte, para competir, para ser atleta, para desenvolver habilidades, para aprender novos esportes e para ser um jogador quando crescer.

Na análise do constructo Saúde, verifica-se que 30% são do sexo feminino e 32% do sexo masculino, correspondendo à soma dos constructos para exercitar-se, para desenvolver a musculatura, para ter um bom aspecto social, para manter o corpo em forma e para emagrecer.

O lazer não teve divergências, ambos tiveram 23% dos resultados com a soma dos constructos: para brincar, porque gosto, para encontrar amigos, para me divertir, para fazer novos amigos, e para não ficar em casa.

## 5 DISCUSSÃO

Destaca-se neste estudo a ênfase na categoria de competitividade como motivo principal à prática do Futsal, com 46% da média geral. As meninas responderam na mesma proporção quando comparadas aos meninos. Percebe-se que até pouco tempo estas não participavam ativamente dessa modalidade, porque é um esporte, que foi, no Brasil, culturalmente ensinado somente a homens e meninos. Aqui se vê a importância de cada vez mais se trabalharem modalidades esportivas na escola, uma vez que isso possibilita a quebra de paradigmas, como dar liberdade a meninas para jogarem Futsal, bem como a descoberta de talentos individuais ou até mesmo em grupos, motivando-os à prática desportiva.

Este estudo apresenta-se diferente dos resultados apresentados por Franco (2010), que aplicou o mesmo instrumento a 30 corredores de rua, 15 por equipe e 15 individuais, e encontrou um nível de competitividade de apenas 22%, sendo o de saúde de 83% e o de lazer de 72% em

uma escala de satisfação em que foi analisado somente o resultado em equipe, o que demonstra que os praticantes de Futsal podem ser mais competitivos que os de Corridas de Rua.

A pesquisa de Alves (2015) corrobora este estudo, quando na utilização do mesmo inventário com 140 escolares, o resultado na categoria competência desportiva relacionado à competitividade também predominou.

Ao analisar os três momentos nota-se que no Futsal a competitividade é muito alta, e acredita-se que o principal fator para que isso aconteça seja também a influência externa fomentada pela mídia ou pelas famílias dos alunos, que depositam nos filhos suas esperanças de melhoria de vida relacionando-a ao Futebol, uma vez que os melhores se tornam famosos a nível nacional e internacional e recebem altos salários.

Dentro de uma perspectiva educacional o fator competitividade como o maior índice revela o reflexo da sociedade e alerta a escola sobre a necessidade de fortalecer e criar objetivos educacionais pautados nos valores de cooperação, solidariedade e coletividade.

Mesmo que os sujeitos vivam em uma sociedade competitiva, ainda se precisa de pessoas que sejam cooperativas e que saibam antes de tudo trabalhar em equipe e viver harmoniosamente em comunidade de forma a respeitar o outro e suas diferenças.

Estes resultados levam à reflexão da necessidade de os professores de Educação Física desenvolverem conteúdos que busquem objetivos atitudinais em suas aulas, que também possam ser destacados como motivos para a prática do Futsal e também de outras modalidades esportivas.

Assim, os objetivos da Educação Física escolar não serão somente a prática pela prática, mas a busca por valores como a tolerância, a cooperação e a busca de qualidade de vida pelo ganho de melhoria na saúde e de hábitos saudáveis no lazer de forma divertida, de forma a criar novos conceitos e novos motivos para a prática esportiva. Esses fatores podem, então, contribuir para uma educação física transformadora, preocupada com aspectos não apenas competitivos.

## 6 CONCLUSÃO

Ao investigar os motivos que levam as crianças e adolescentes à prática de Futsal na escola é possível concluir que os três aspectos – competitividade, saúde e lazer – são muito importantes para a motivação para o esporte, mas neste grupo, com maior predominância aparece a competitividade, no geral com 46%, bem equilibrado entre meninas e meninos, o que mostra a necessidade de se fomentarem competições a partir de torneios esportivos escolares, por serem motivadores para a prática do Futsal.

A competitividade aparente no sexo feminino chama atenção considerando-se que historicamente as mulheres não eram praticantes desta modalidade. Assim, é nítido que os paradigmas sociais em relação à mulher jogar Futsal ou Futebol estão sendo quebrados, e este esporte deixa de ser privilégio exclusivos para homens.

A melhoria da qualidade de vida é visível nos constructos saúde e lazer, visto que a saúde aparece com 31% como fator motivacional dos praticantes, o que sinaliza a busca pelos benefícios da prática esportiva para o corpo e como exercício físico, e no lazer, aparece com 23%. Assim, outros estudos que possam comparar a motivação de meninos e meninas e que abordem maior número de participantes, diferentes idades e modalidades esportivas são necessários para ampliar a visão dos fatores motivadores do esporte.

## REFERÊNCIAS

ALVES, F. R. Fatores motivacionais para a prática de futsal em adolescentes entre 11 e 17 anos. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 7, n. 27, p. 579-585, 2015.

ASSAD, D. P. et al. O valor do futsal como um meio de desenvolvimento moral de adolescentes com dificuldade de relacionamento social, **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 5, n. 16, p. 146-154, maio/ago. 2013.

BRAGHIROLI, E. et al. **Psicologia geral**. 21. ed. Porto Alegre: Vozes, 2001.

CAVICHIOILLI, F. R. et al. O processo de formação do atleta de futsal e futebol: análise etnográfica. **Revista Brasileira de Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 4, p. 631-47, out./dez. 2011.

FONSECA, G. M. M.; STELA, E. S. A influência parental na participação dos filhos no futsal competitivo. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 8, n. 28, p. 3-12, jan./abr. 2016.

FRANCO, C. N. **Comparação de fatores motivacionais entre corredores de rua de equipes e individual**. 2010. 21 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física)–Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.

GARCIA, R. M. **Aspectos motivacionais que levam os adolescentes à prática do futsal**. 2010. 38 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física)–Universidade Estadual Paulista Júlio De Mesquita Filho, Rio Claro, 2010.

GAYA, A.; CARDOSO, M. Fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações, com o sexo, idade e níveis de desempenho esportivo, **Revista Perfil**, Porto Alegre, v. 2, n. 2, p. 40-52, 1998.

GOÇALVES, G. H. T. et al. Motivos à prática regular de futebol e futsal, **Revista Saúde e Desenvolvimento Humano**, UFRGS, n. 3, v. 2, p. 7-20, nov. 2015.

NASCIMENTO, I. A.; SANTOS, F. Alunos atletas de futsal das escolas públicas e particulares apresentam ou não rendimento escolar satisfatório? **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 2, n. 6, p. 179-184. set./dez. 2010.

REIS, J. R. de O.; SILVA V. Risco de especialização precoce pelo treinamento empregado na categoria sub7 de Futsal, **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 4, n. 11, p. 42-46, 2012.

RESENDE, R.; GOMES, R.; VIEIRA, O. Liderança no futsal de alta competição: importância dos resultados desportivos. **Motriz**, Rio Claro, v. 19, n. 2, p. 502-512, abr./jun. 2013.

ROCHA, A. F. Fatores motivacionais para a prática de futsal em adolescentes entre 11 e 17 anos. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, Edição Especial: Pedagogia do Esporte, São Paulo, v. 7, n. 27, p. 579-585, 2015.

RONDINI, O. M. fatores motivacionais que levam adolescentes do sexo masculino entre 15 e 17 anos a praticarem futsal. **Revista ENAF Science**, Poços de Caldas, v. 8, n. 4, out. 2013.

SILVA, M. V.; GRECO, P. J. A influência dos métodos de ensino-aprendizagem-treinamento no desenvolvimento da inteligência e criatividade tática em atletas de futsal. **Revista Brasileira de Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 23, n. 3, p. 297-307, jul. 2009.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

VOSER, R. da C.; MOREIRA, C. M.; GOMES, P. E. A motivação para prática do futsal: um estudo com atletas na faixa etária entre 13 a 18 anos, **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 8, n. 28, p. 39-45, jan./abr. 2016.



# APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA AO DESEMPENHO ESPORTIVO DE ESCOLARES PRATICANTES DE FUTSAL

Anderson Gean Alves Oliveira<sup>1</sup>

Rafael Cunha Laux<sup>2</sup>

Paulo Pagliari<sup>3</sup>

Daniela Zanini<sup>4</sup>

## RESUMO

O futebol de salão (futsal) é um esporte que vem sendo popularizado e sua prática desenvolve diversas capacidades físicas. Estas, quando treinadas constantemente, influenciam diretamente na aptidão física dos jogadores de futsal. No presente estudo teve-se como objetivo analisar a aptidão física relacionada ao desempenho esportivo de escolares praticantes de futsal. Os participantes do estudo foram 15 escolares do sexo masculino, com média de idade  $12 \pm 0,85$  anos, praticantes de futsal de Águas de Chapecó, SC. O instrumento utilizado para a avaliação da aptidão física relacionada ao desempenho esportivo dos participantes de futsal foi a bateria de testes e avaliações do Projeto Esporte Brasil (Proesp) (2016). Os resultados para o teste de força explosiva dos membros superiores apontaram 60% dos alunos com níveis fraco e razoável; para o teste de agilidade 73,33% dos alunos apresentaram nível muito bom e apenas 26,66% ficaram entre os níveis fraco e razoável; para o teste de velocidade 40% ficaram classificados entre fraco e razoável, 40% para bom e apenas 20% em muito bom; e para o teste de resistência 40% fi-

---

<sup>1</sup> Graduado em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; japa5c@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria; Especialista em Personal Training pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professor no Curso de Educação Física e da Universidade da Melhor Idade da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; rafael-laux@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Educação pelo Centro Pastoral Educacional e Assistência Dom Carlos; Coordenador do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; paulo.pagliari@unoesc.edu.br

<sup>4</sup> Mestre em Avaliação e Prescrição de Atividades Físicas e Desportivas (Utad); Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; daniela.zanini@unoesc.edu.br

caram entre fraco e razoável, 46,66% entre bom e muito bom e 13,33% apresentaram resultado excelente. Os resultados permitem analisar que a prática do futsal promove a aptidão física dos participantes. Conclui-se que os alunos analisados demonstraram resultados satisfatórios para a sua idade, visto que estão iniciando suas práticas esportivas escolares. Palavras-chave: Futsal. Aptidão física. Desempenho esportivo.

## 1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, observa-se um impulso considerável na modalidade do futebol de salão (futsal), o que resultou no aumento de praticantes, tanto no âmbito escolar quanto em clubes e escolinhas de futsal, tornando-se uma das favoritas em território nacional. Desde os primeiros anos de vida as crianças já são incentivadas a brincar de jogar futsal e nas escolas é a modalidade preferida pelos alunos. Conforme Costa et al. (2012), o futsal é uma modalidade esportiva de grande aceitação no Brasil e também no mundo.

Esse esporte tem evoluído nos últimos anos, passando por muitas mudanças relacionadas às suas regras e formas de treinamento para tornar a modalidade mais rápida e competitiva. Apesar da grande evolução do futsal, as pesquisas científicas com essa modalidade iniciaram recentemente, mas têm aumentado consideravelmente nos últimos anos (DUARTE, 2010).

As capacidades físicas desenvolvidas no futsal são a força, a velocidade, a agilidade, a resistência e a flexibilidade. Essas capacidades também são necessárias nos outros esportes coletivos. Cada uma dessas capacidades é de suma importância para um atleta de futsal, em razão do fato de o esporte ser praticado em um espaço reduzido e de haver contato direto com o adversário (RÉ et al., 2003).

Sabendo da importância dessas capacidades físicas para o desempenho esportivo surge o objetivo com este estudo, que foi analisar a aptidão física relacionada ao desempenho esportivo de escolares praticantes de futsal. Para isso, foram identificados os níveis de aptidão física

e comparadas às variáveis funcionais motoras dos alunos entre as diferentes faixas etárias.

Esta pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa de campo de abordagem descritiva por analisar o nível de aptidão física relacionado ao desempenho esportivo de escolares praticantes de futsal. O grupo de estudo foi composto por 15 alunos do sexo masculino com idades entre 11 e 13 anos, residentes no Município de Águas de Chapecó, SC e praticantes de futsal de uma escola estadual desse Município.

Como instrumento de pesquisa foram utilizados os testes de aptidão física relacionados ao desempenho esportivo dos escolares, segundo o Manual de Teste de Avaliação do Projeto Esporte Brasil (Proesp) (2016). A análise dos dados foi feita por meio de estatística descritiva e apresentada em forma de tabelas.

Quanto aos principais resultados, nos testes de força dos membros superiores e inferiores 60% dos alunos ficaram entre fraco e razoável. No teste de agilidade 73,33% dos alunos classificaram-se como muito bons. No teste de velocidade 40% classificaram-se como fraco e razoável, 40% como bom e 20% como muito bom. Por fim, no teste de resistência, 46,66% ficaram entre bom e muito bom, e 13,33% atingiram a marca excelente. Os principais resultados apontam que os alunos analisados demonstraram resultados satisfatórios para a sua idade, visto que estão iniciando suas práticas esportivas escolares.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 DESEMPENHO DESPORTIVO NO FUTSAL

O treino é um fator determinante para que os altos índices de desempenho sejam alcançados. Em esportes coletivos como o futsal o domínio motor e os processos cognitivos são muito importantes na *performance* pois elevam a imprevisibilidade, a aleatoriedade e a variabilidade de modalidades esportivas como o futsal (SAAD; NASCIMENTO; MILLSTEDT, 2013).

Toda e qualquer ação que o atleta de futsal pratica durante o jogo, seja ela com seus colegas de equipe, com o adversário, ou mesmo qualquer outra relação estabelecida durante a partida é o que se denomina de leitura de jogo. Por meio dessa leitura o jogador precisa desenvolver capacidade de tomar decisões rápidas. Sendo assim, é preciso que o treinador desenvolva em seus atletas elementos como atenção, percepção, antecipação e tomada de decisão juntamente à aprendizagem da técnica (SAAD; NASCIMENTO; MILISTEDT, 2013).

No treinamento de crianças e na participação delas em competições é importante que o treinador esteja atento às condições físicas e psicológicas, pois elas podem causar alguns prejuízos em suas formações, mesmo que no momento da competição ou treinamento elas apresentem bom desempenho (SANTOS; RÉ, 2014). Um prejuízo que pode ser causado na formação das crianças é o estresse, talvez este seja o mais marcante entre os aspectos psicológicos existentes em competições infantis (RÉ; CAPECE; DE ROSE JUNIOR, 2002 apud SANTOS; RÉ, 2014).

O jogador inteligente é aquele que compreende o jogo de modo geral, que consegue se adaptar às mais diversas situações. Sabe não somente passar a bola, mas também quando passar. Sabe não apenas chutar, mas também quando chutar. Sabe defender e atacar no momento certo. Possui versatilidade e criatividade. Tem noções de como criar linhas de passe, fazer quebras de direção, tabelas, dribles, sabe jogar com ou sem a bola, entre outras características (BARBOSA, 2014).

É por meio dos jogos, que exigem necessidades técnico-táticas, que o treinador consegue desenvolver em seus atletas essas características. E o treinamento deve ser composto por situações que despertem o interesse do atleta, de maneira diversificada e com objetivos possíveis de serem alcançados (BARBOSA, 2014).

Pode-se dizer que o jogador que souber unir os aspectos táticos aos aspectos técnicos é de fato um jogador completo, o qual será muito importante para a sua equipe, pois dispõe de vários recursos para enfrentar qualquer situação de jogo.

## 2.2 APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA AO DESEMPENHO NO FUTSAL

A aptidão física é a capacidade de os sistemas do organismo funcionarem de maneira eficiente para resistirem a doenças e serem capazes de participar de várias atividades sem muito cansaço (ROBERGS; ROBERTS, 2002). Um estado dinâmico de energia e vitalidade que permite a cada indivíduo a realização não apenas das tarefas do cotidiano, mas também como forma de evitar o aparecimento das funções hipocinéticas. Além disso, a aptidão física é a capacidade de realizar esforços sem cansaço excessivo, o que garante boas condições de vida às pessoas (ARAÚJO; ARAÚJO, 2000).

Os componentes da aptidão física podem ser relacionados à saúde ou ao desempenho esportivo. Os componentes relacionados à saúde são a composição corporal, a capacidade aeróbica, a mobilidade articular, a força e a resistência abdominal, enquanto os componentes relacionados ao desempenho esportivo são a medida de envergadura, a agilidade, a velocidade de deslocamento, a capacidade de força explosiva de membros inferiores e a capacidade de força explosiva de membros superiores (GAYA, 2007).

O desempenho nos componentes de aptidão física depende muito dos fatores maturacionais, ou seja, o desempenho vai ser diferente entre adolescentes em fase de puberdade e crianças, além de variar entre o gênero masculino e feminino (GODOI FILHO; FARIAS, 2015).

As crianças que possuam condições físicas mais avantajadas em relação às demais, ou mesmo aquela que se desenvolva fisicamente antes que as outras sempre terão vantagem na hora de praticar futsal, por exemplo. Pois, sendo mais forte, certamente possuirão um chute mais potente, terão maior chance de sair ganhando em uma disputa corpo a corpo, entre outras vantagens. Mas, além de tamanho e força, uma característica indispensável para um bom atleta de futsal é a agilidade (RÉ et al., 2003).

Um atleta de futsal precisa possuir algumas capacidades físicas que são indispensáveis. O futsal é uma atividade que combina esforços de

ações explosivas, como, por exemplo, arrancadas em velocidade com ou sem a bola, fintas, dribles, lançamentos, finalizações, saltos e mudanças de direção (GOMES; SOTERO; GIAVONI, 2011).

O futsal exige que seus atletas possuam uma ótima capacidade de velocidade e agilidade em seus movimentos, além de um bom domínio espaço-temporal, o que permitirá aceleração e mudança de direção mesmo em espaços reduzidos, como é uma quadra de futsal (SANTOS; RÉ, 2014).

As principais capacidades físicas e motoras e suas características nos atletas de futsal são a força, a velocidade, a agilidade, a resistência e a flexibilidade. A força é a capacidade de o sistema neuromuscular gerar tensão em determinada velocidade, com o intuito de superar algumas resistências que podem ser o corpo do atleta, a bola ou mesmo o adversário. A força pode ser relacionada à velocidade, que é a força explosiva, ou força explosiva elástica. A força explosiva permite ao atleta desenvolver algumas atividades consideradas de extrema importância no futsal, como, por exemplo, acelerações e desacelerações, disputas de bola, saltos, disputas corpo a corpo com o adversário, marcações, dribles, entre outros (SOARES, 2011).

A velocidade é uma das principais características dos atletas de futsal muito notável em contra-ataques, saltos para cabeceio, movimentações rápidas para marcação ou até mesmo para fugir dela. Os atletas realizam esforços muito intensos com alto nível de exigência, como em ações de corrida, saltos, movimentações táticas e técnicas de condução de bola, etc. A velocidade é uma característica primordial tanto no ataque quanto na defesa, visto que o atleta que se destaca em termos de velocidade sempre vai ser mais eficiente que os demais, tanto para passar pelos adversários e marcar o gol quanto para evitar o gol adversário (SOARES, 2011).

A agilidade é exigida, pois o fato de a quadra de futsal ser de um tamanho reduzido em relação ao campo de futebol, por exemplo, exige de seus atletas muita agilidade na hora de mudar de direção rapidamente. A agilidade é ainda mais eficiente quando está atrelada a outras características como a velocidade, a força e a resistência (SOARES, 2011). Segundo Arrais (2009 apud PEREIRA (2011), a agilidade é a habilidade

de mudar os movimentos rapidamente diante de situações imprevisíveis, tomando decisões rápidas e executando-as eficientemente.

A resistência é um fator importante não somente por permitir ao atleta um treinamento de alto nível, mas também por permitir que o atleta tenha uma rápida recuperação entre duas ou até mais ações intensas. Isso dará ao atleta um melhor rendimento durante uma partida. Um atleta com boa resistência possui maior eficiência de movimento e não se cansa com facilidade (SOARES, 2011). Ainda de acordo com Pereira (2011), a resistência é a capacidade geral de tolerância ao cansaço por qualquer atividade desenvolvida que possua longa duração, assim como sua capacidade de recuperação.

Já a flexibilidade está diretamente relacionada aos alongamentos antes e depois dos jogos, o que é muito importante para a prevenção de lesões (SOARES, 2011). Por meio dos alongamentos os atletas mantêm os níveis de flexibilidade adquiridos com os treinamentos (PEREIRA, 2011).

Além dessas capacidades físicas, é importante quantificar a composição corporal, pois é um dos fatores mais relevantes para o desempenho atlético de um atleta de futsal e contribui para o sucesso em determinada modalidade. Em razão do fato de a movimentação em um jogo de futsal ser bastante intensa, é importante que o atleta não possua massa gorda, assim seu desempenho será melhor e ele renderá mais durante o jogo, pois o fato de o atleta possuir massa gorda acima do que é considerado necessário resultará em mais gasto energético e consequentemente dificultará sua recuperação pós-jogo (SOARES, 2011).

Assim, é indiscutível a importância da prática de atividades físicas para uma vida saudável, pois os exercícios, além de permitirem uma melhor qualidade de vida, promovem a aptidão física, melhoram a composição corporal, a resistência muscular localizada e a aptidão cardiorrespiratória (LAUX et al., 2015).

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Esta pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa de campo de abordagem descritiva por analisar o nível de aptidão física relacionado ao

desempenho esportivo de escolares praticantes de futsal. Teve-se como objetivo analisar e registrar fenômenos sem influenciar ou interferir no que os alunos estarão realizando. A pesquisa descritiva possibilita analisar as características de determinadas populações ou fenômenos, ou então estabelecer relações entre as variáveis. Uma de suas principais características é o uso de questionários e a observação sistemática como técnica de coleta de dados (GIL, 2008).

O grupo de estudo foi composto por 15 alunos do sexo masculino entre 11 e 13 anos, residentes no Município de Águas de Chapecó, SC e praticantes de futsal de uma escola estadual de Águas de Chapecó.

Para a coleta de dados, primeiramente o pesquisador entrou em contato com a direção da escola para agendar um horário e fazer a divulgação da pesquisa. Os estudantes que aceitaram participar da pesquisa assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Como instrumento de pesquisa foram utilizados os testes de aptidão física relacionados ao desempenho esportivo dos escolares, segundo o Manual de Teste de Avaliação do Projeto Esporte Brasil (Proesp) (2016):

- a) teste de força explosiva de membros superiores: os alunos executaram o arremesso da *medicine ball*;
- b) teste de força explosiva de membros inferiores: os alunos colocaram-se atrás de uma linha e executaram o salto horizontal;
- c) teste de agilidade: os alunos correram aos quatro pontos de um quadrado;
- d) teste de velocidade: os alunos correram por 20 metros em velocidade;
- e) teste de resistência: os alunos correram por seis minutos em um espaço determinado.

A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva e apresentada em forma de tabelas. Utilizou-se o programa estatístico *software Excel®* para *Windows®* versão 2016 para a análise dos dados.

## 4 RESULTADOS

De acordo com os resultados encontrados a idade média dos sujeitos foi de  $12 \pm 0,85$  anos. Na Tabela 1 são apresentados os dados de média e desvio padrão obtidos nos cinco testes realizados.

Tabela 1 – Média e desvio padrão dos testes físicos dos praticantes de futsal (n=15)

	<b>Média</b>	<b>Desvio padrão</b>
Teste de força para membros superiores (metros)	3,04	0,58
Teste de força para membros inferiores (metros)	1,58	0,21
Teste de agilidade (segundos)	6,04	0,49
Teste de velocidade (segundos)	3,69	0,20
Teste de resistência (metros)	1.106,52	214,35

Fonte: os autores.

Os resultados da bateria de testes de aptidão física para o desempenho esportivo do Proesp (2016) são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2 – Frequência relativa e absoluta dos testes físicos dos praticantes de futsal (n=15)

	<b>Idade</b>	<b>Fraco</b>	<b>Razoável</b>	<b>Bom</b>	<b>Muito Bom</b>	<b>Excelente</b>
Força de membro superior	11 anos	0 (0%)	4 (80%)	0 (0%)	1 (20%)	0 (0%)
	12 anos	0 (0%)	2 (40%)	3 (60%)	0 (0%)	0 (0%)
	13 anos	1 (20%)	2 (40%)	1 (20%)	1 (20%)	0 (0%)
Força de membro inferior	11 anos	1 (20%)	3 (60%)	0 (0%)	1 (20%)	0 (0%)
	12 anos	2 (40%)	1 (20%)	1 (20%)	1 (20%)	0 (0%)
	13 anos	1 (20%)	1 (20%)	1 (20%)	2 (40%)	0 (0%)
Força de agilidade	11 anos	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	5 (100%)	0 (0%)
	12 anos	1 (20%)	1 (20%)	0 (0%)	3 (60%)	0 (0%)
	13 anos	1 (20%)	1 (20%)	0 (0%)	3 (60%)	0 (0%)
Força de velocidade	11 anos	0 (0%)	0 (0%)	2 (40%)	3 (60%)	0 (0%)
	12 anos	2 (40%)	1 (20%)	2 (40%)	0 (0%)	0 (0%)
	13 anos	1 (20%)	2 (40%)	2 (40%)	0 (0%)	0 (0%)
Força de resistência	11 anos	0 (0%)	1 (20%)	2 (40%)	1 (20%)	1 (20%)
	12 anos	3 (60%)	1 (20%)	0 (0%)	1 (20%)	0 (0%)
	13 anos	0 (0%)	1 (20%)	0 (0%)	3 (60%)	1 (20%)

Fonte: os autores.

Por meio do teste de força explosiva de membros superiores (*medicine ball*) os sujeitos apresentaram os seguintes resultados: com os alunos de 11 anos 4 para razoável (80%) e 1 para muito bom (20%); com os alunos de 12 anos 2 para razoável (40%) e 3 para bom (60%); e com os alunos de 13 anos 4 para fraco (20%), 2 para razoável (40%), 1 para bom (20%) e 1 para muito bom (20%).

Para o teste de força explosiva dos membros inferiores foram obtidos os seguintes resultados: com os alunos de 11 anos 1 para fraco (20%), 3 para razoável (60%) e 1 para muito bom (20%); com os alunos de 12 anos 2 para fraco (40%), 1 para razoável (20%), 1 para bom (20%) e um para

muito bom (20%); e com os alunos de 13 anos 1 para fraco (20%), 1 para razoável (20%), 1 para bom (20%) e 2 para muito bom (40%).

O teste de agilidade aplicado com os alunos de 11 anos revelou que 100% dos alunos se classificaram como muito bons; com os alunos de 12 anos 1 para fraco (20%), 1 para razoável (20%) e 3 para muito bom (60%); e com os alunos de 13 anos 1 para fraco (20%), 1 para razoável (20%) e 3 para muito bom (60%).

No teste de velocidade obtiveram-se os seguintes resultados: com os alunos de 11 anos 2 para bom (40%) e 3 para muito bom (60%); com os alunos de 12 anos 2 para fraco (40%), 1 para razoável (20%) e 2 para bom (40%); e com os alunos de 13 anos 1 para fraco (20%), 2 para razoável (40%) e 2 para bom (40%).

Por fim, no teste dos 6 minutos obtiveram-se os seguintes resultados: com os alunos de 11 anos 1 para razoável (20%), 2 para bom (40%), 1 para muito bom (20%) e 1 para excelente (20%); com os alunos de 12 anos 3 para fraco (60%), 1 para razoável (20%) e 1 para muito bom (20%); e com os alunos de 13 anos 1 para fraco (20%), 3 para muito bom (60%) e 1 para excelente (20%).

## 5 DISCUSSÃO

Ao analisar o potencial dos alunos na aplicação dos testes de força dos membros superiores e inferiores, identificou-se um baixo potencial, visto que 60% dos alunos ficaram dentro dos níveis fraco e razoável, em ambos os testes, ou seja, apenas 40% ficaram entre bom e muito bom. O estudo feito por Fuhrmann, Krug e Panda (2015), realizado com 56 alunos do quinto ano de uma escola estadual de Cruz Alta, RS, contrapõe o presente estudo no teste de força de membro superior, já que se verificou que 50% dos alunos estavam classificados como muito bom. Mas corrobora os achados do teste de força do membro inferior, já que 60% dos alunos se classificaram como fraco. Os resultados diferem do estudo de Cunha et al. (2010), no qual foram analisadas 44 crianças com idades de

9 a 10 anos, e apresentaram maiores índices de força no teste de *medicine ball* em comparação ao teste de força dos membros inferiores.

Ainda com base nos testes de força dos membros superiores e inferiores, o estudo de Fofonka (2016) analisou 16 crianças com idades entre 6 e 12 anos e também encontrou índices de força mais altos no teste de força de membros superiores em comparação ao teste de força dos membros inferiores.

No teste de agilidade os resultados foram melhores, 73,33% dos alunos apresentaram nível muito bom, e apenas 26,66% ficaram entre os níveis fraco e razoável. Comparando com o estudo de Pereira et al. (2011), em que foram estudadas 69 crianças com idades entre 7 e 11 anos, os índices de agilidade foram muito baixos, 50,7% das crianças ficaram no nível fraco. Já no teste realizado por Fofonka (2016), a maioria das crianças ficou dentro da classificação bom e muito bom. Em estudo realizado por Fuhrmann e Panda (2015) com 162 alunos de 10 a 12 anos, de três escolas de Cruz Alta, RS, 32,36% dos alunos classificaram-se como excelente, e 50% como muito bom, resultado surpreendente em comparação aos demais.

No teste de velocidade 40% ficaram classificados entre fraco e razoável, 40% para bom e apenas 20% em muito bom. No estudo de Fofonka (2016), 50% das crianças apresentaram resultado muito bom. Já no estudo de Verardi et al. (2007), em que foram analisadas 60 crianças entre 10 e 12 anos, os resultados foram muito baixos no teste de velocidade. No estudo de Fuhrmann, Krug e Panda (2015), 75% dos alunos obtiveram classificação entre bom e muito bom.

No teste de resistência, 40% ficaram entre fraco e razoável, 46,66% entre bom e muito bom e 13,33% apresentaram resultado excelente. No estudo de Fofonka (2016), as crianças apresentaram ótimo desempenho nesse teste. Já no estudo de Burgos et al. (2012), foram analisados 1.664 escolares com idades entre 7 e 17 anos, e os resultados ficaram entre fraco e razoável.

## 6 CONCLUSÃO

No presente estudo buscou-se apresentar o perfil da aptidão física relacionado ao desempenho esportivo dos praticantes de futsal de uma escola estadual de Águas de Chapecó e os resultados permitem analisar que a prática do futsal promove a aptidão física dos participantes.

Conclui-se que os alunos analisados demonstraram resultados satisfatórios nos testes de desempenho motor aplicados para a sua idade, visto que estão iniciando suas práticas esportivas escolares.

Considera-se interessante a realização de estudos dessa abordagem com os mesmos alunos daqui a alguns anos, visando realizar um comparativo do desempenho deles e se houve evolução.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, D. S. M. S.; ARAÚJO, C. G. S. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **Rev. Bras. Med. e Esporte**, v. 6, n. 5. set./out. 2000. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbme/v6n5/v6n5a05.pdf>>. Acesso em: 14 maio 2016.

BARBOSA, G. F. Aspectos tático-cognitivos: um estudo para a emergência do jogador inteligente no futsal. **Rev. Bras. de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 6, n. 19, p. 37-44, abr. 2014. Disponível em: <[file:///C:/Users/Pc Anderson/Downloads/239-1012-1-PB \(1\).pdf](file:///C:/Users/Pc Anderson/Downloads/239-1012-1-PB (1).pdf)>. Acesso em: 28 mai. 2016.

COSTA, V. T. da et al. **Efeito da idade relativa no futsal de base de Minas Gerais**. Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Florianópolis, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbce/v34n1/v34n1a04.pdf>>. Acesso em: 10 mar. 2016.

CUNHA, L. A. da et al. Perfil cineantropométrico em crianças do projeto Atleta do Futuro do SESI de Presidente Prudente - SP. **Colloquium Vitae**, Presidente Prudente, v. 2, n. 2, p. 6-10, jul./dez. 2010.

DUARTE, R. F. L. **Análise da utilização da posse de bola durante o processo ofensivo no futsal**. Barcelos, 2010. Disponível em: <<http://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/514/458>>. Acesso em: 10 mar. 2016.

FOFONKA, E. B. **Perfil da Aptidão física de atletas iniciantes praticantes de judô**. Porto Alegre, 2016. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/147983>>. Acesso em: 06 nov. 2016.

FUHRMANN, M.; KRUG, R. de R.; PANDA, M. D. J. **Aptidão física para o desempenho esportivo de escolares do PIBID/UNICRUZ/EDUCAÇÃO FÍSICA**. PROBIC/FAPERGS, 2015. Disponível em: <<http://unicruz.edu.br/mercosul/pagina/anais/2015/1%20-%20ARTIGOS/APTIDAO%20FISICA%20PARA%20O%20DESEMPENHO%20ESPORTIVO%20DE%20ESCOLARES%20DO%20PIBID%20UNICRUZ%20EDUCACAO%20FISICA.PDF>>. Acesso em: 09 nov. 2016.

FUHRMANN, M.; PANDA, M. D. J. Aptidão física para o desempenho esportivo de escolares do PIBID/UNICRUZ/EDUCAÇÃO FÍSICA. **Rev. Biomotriz**, v. 9, n. 1, 2015.

GAYA, A. (Coord). Indicadores de Saúde e de Desempenho Esportivo em Crianças e Jovens. **Projeto Esporte Brasil**, 2007. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/esef/proesp-br/proespbr.htm>>. Acesso em: 07 marc. 2016.

GAYA, A.; GAYA, A. Projeto esporte Brasil: Manual de Testes e Avaliação Versão 2016. **Projeto Esporte Brasil**, UFRGS, 2012. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2016.pdf>>. Acesso em: 12 set. 2016.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GODOI FILHO, J. R. de M.; FARIAS, E. dos S. Aptidão física de escolares do sudoeste da Amazônia Ocidental em diferentes estágios de maturação sexual. **Rev. Bras. Educ. Fís. e Esporte**, São Paulo, v. 29, n. 4. p. 631-639, out./dez. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v29n4/1807-5509-rbefe-29-4-0631.pdf>>. Acesso em: 01 mar. 2016.

GOMES, S. A.; SOTERO, R. da C.; GIAVONI, A. Avaliação da Composição Corporal e dos Níveis de Aptidão Física de Atletas de Futsal Classificados Segundo a Tipologia dos Esquemas de Gênero. **Rev. Bras. Med. Esport.**, v. 17. n. 3, maio/jun. 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86922011000300001](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922011000300001)>. Acesso em: 01 mar. 2016.

LAUX, R. C. et al. Aptidão física relacionada à saúde: um estudo comparativo com praticantes e não praticantes de tênis de mesa do município de Chapecó/SC. In: BEAL, D. (Org.). **Coletânea de Artigos Conhecimento em Pauta: Artigos Científicos Especialização 2015**. 1. ed. Chapecó: Ed. Unoesc, 2015. v. 3.

PEREIRA, A. D. **Efeitos do treinamento de velocidade sobre a agilidade em atletas de futebol da equipe universitária da UFRGS**. Porto Alegre, 2011. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/39161/000825704.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 14 maio 2016.

PEREIRA, C. H. et al. Aptidão física em escolares de uma unidade de ensino da rede pública de Brasília, DF. **Rev. Bras. de Ativ. Fís. e Saúde**. Brasília, DF, v. 16, n. 3, p. 223-227, 2011.

RÉ, A. H. N. et al. Interferência de características antropométricas e de aptidão física na identificação de talentos no futsal. **Rev. Bras. Cie. e Mov.**, Brasília, DF, v. 11, n. 4, p. 51-56, out./dez. 2003. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/526/550>>. Acesso em: 01 mar. 2016.

ROBERGS, A. R.; ROBERTS, S. O. **Princípios fundamentais de fisiologia do exercício**: Para aptidão, desempenho e saúde. São Paulo: Phorte, 2002.

SAAD, M. A.; NASCIMENTO, J. V. do; MILISTEDT, M. **Nível de desenvolvimento técnico-tático de jovens jogadores de futsal, considerando a experiência esportiva**. *Rev. Educ. Fís.*, v. 24, n. 4, p. 535-544, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/refuem/v24n4/02.pdf>>. Acessado em: 01 mar. 2016.

SANTOS, F. M. da C.; RÉ, A. H. N. Características do futsal e o processo de formação de jogadores. *Rev. Bras. de futsal e futebol*, São Paulo, v. 6, n. 19, p. 73-85, jan/abr. 2014.

SOARES, P. E. de P. **Composição corporal em atletas de futsal**. 2011. 55 p. Dissertação (Mestrado em Treino Desportivo para Crianças e Jovens)–Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal, 2011.

VERARDI, C. E. L. et al. Análise da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho motor em crianças e adolescentes da cidade de Carneirinho-MG. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, Barueri, v. 6, n. 3, p. 127-134, 2007. Disponível em: <[http://www.mackenzie.br/fileadmin/Editora/REMEF/Remef\\_6.3/Artigo\\_14.pdf](http://www.mackenzie.br/fileadmin/Editora/REMEF/Remef_6.3/Artigo_14.pdf)>. Acesso em: 13 nov. 2016.

# EQUILÍBRIO EM CRIANÇAS PRATICANTES DA MODALIDADE DE JUDÔ

Mariluce P. Vieira<sup>1</sup>  
Wellington P. Manucci<sup>2</sup>

## RESUMO

O objetivo com este estudo foi analisar o nível de desenvolvimento motor referente ao equilíbrio de crianças entre sete e 10 anos de idade praticantes de judô. Participaram do estudo 30 crianças, sendo 17 meninas e 13 meninos. Como instrumento foi utilizada a Escala de Desenvolvimento Motor/EDM (ROSA NETO, 2002). Os resultados apontam que crianças praticantes da modalidade de judô se encontram em níveis normais e superiores no que diz respeito ao equilíbrio. Concluiu-se que esses resultados são coerentes em razão de a prática do judô auxiliar no desenvolvimento do equilíbrio da criança, já que um dos objetivos dessa luta é desequilibrar o oponente, mas mantendo-se em equilíbrio para que se possa executar as técnicas da modalidade.

Palavras-chave: Judô. Equilíbrio. Desenvolvimento motor.

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente, os fáceis meios de comunicação e a interatividade tecnológica têm tomado conta da atenção de crianças e jovens, fazendo com que a comunicação e o lazer entre as pessoas também fiquem mais digitais e eletrônicos (WERTHEIN, 2000). Para Gallahue e Ozmun (2005), essas mudanças tecnológicas vêm alterando o desenvolvimento motor das pessoas, que deixam de participar de outras atividades que demandam maiores esforços físicos, como a prática de atividades físicas,

---

<sup>1</sup> Mestre em Ciência do Movimento Humano pela Universidade do Estado de Santa Catarina; Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; marilucekuty@hotmail.com

<sup>2</sup> Graduando em Educação Física Licenciatura pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; w.pupo@yahoo.com.br

esportes e brincadeiras, fazendo com que, no caso das crianças, o desenvolvimento da motricidade não siga o padrão adequado.

Referindo-se ao desenvolvimento motor, este é um processo sequencial relacionado à idade cronológica, trazido pela interação entre os requisitos das tarefas, a biologia do indivíduo e as condições ambientais, sendo inerente às mudanças sociais, intelectuais e emocionais (ROSA NETO, 2010). Para a criança apresentar um bom desenvolvimento motor, é necessário que ela desenvolva algumas habilidades motoras necessárias para se movimentar e se localizar no espaço e no tempo. Rosa Neto (2002) cita seis habilidades motoras fundamentais para o desenvolvimento da criança, sendo uma delas o equilíbrio.

O equilíbrio é definido como a sustentação de uma postura do corpo com um mínimo de oscilação (equilíbrio estático) ou a manutenção da postura durante o desempenho de uma habilidade motora que tenda a perturbar a orientação do corpo (equilíbrio dinâmico) (GALLAHUE; OZMUN, 2005). Além de ser considerado uma habilidade, o equilíbrio também é uma capacidade motora (GALLAHUE; OZMUN, 2005) muito utilizada no judô, uma luta cuja técnica utiliza basicamente a força e o equilíbrio do oponente contra ele mesmo. Pesquisas também afirmam a importância do equilíbrio em diversas atividades físicas e esportivas (SA; PEREIRA, 2003; VUILLERME; NOUGUIER, 2004).

De acordo com Franchini (2010), os praticantes de Judô necessitam controlar, de forma eficiente, seu equilíbrio, pois as técnicas dessa modalidade são baseadas nos constantes deslocamentos e perturbações externas inesperadas impostos por seus adversários com o objetivo de desequilibrá-los e derrubá-los durante um combate.

O judô é uma modalidade esportiva que leva a criança a desenvolver a disciplina, a atenção e a melhora comportamental, auxilia no desenvolvimento da musculatura e no aprimoramento da coordenação motora e do equilíbrio (KANO, 2008). Segundo Gallahue e Ozmun (2005), isso pode ser desenvolvido por meio de atividades motoras como puxar, empurrar, lançar, pular, trepar, rolar, girar, rastejar, equilibrar e exercícios de quadrupedar.

Corroborando Gallahue e Ozmun (2005), Miranda (2004) menciona que o Judô é um instrumento eficaz para auxiliar tanto no desenvolvimento motor quanto no mental, e é de grande importância no aspecto emocional para crianças de seis a 10 anos, desde que se utilizem atividades lúdicas recreativas e que se possa adaptar essa arte às capacidades de maturação dos praticantes.

Dentro desse contexto, percebe-se a importância do desenvolvimento da habilidade motora do equilíbrio na modalidade do judô, principalmente na fase de iniciação esportiva. Com isso, este estudo justifica-se pela busca de um conhecimento maior sobre essa habilidade e em que nível motor as crianças se encontram no equilíbrio, para, assim, dar subsídios ao planejamento dos profissionais que trabalham com essa modalidade. Para isso, serão aplicados os testes de equilíbrio desenvolvidos por Rosa Neto (2002) e espera-se que o nível de desenvolvimento motor nesta habilidade esteja normal, já que as crianças avaliadas praticam judô por um tempo mínimo de seis meses.

Diante dessas considerações, a principal questão deste estudo é identificar o nível motor que crianças praticantes de judô, com idade entre sete e 10 anos, apresentam na habilidade de equilíbrio.

## **2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este estudo caracterizou-se como uma pesquisa de campo não probabilística, pelo fato de que os pesquisadores coletaram os dados diretamente em grupos escolhidos por conveniência e, quanto ao procedimento técnico, enquadra-se como descritiva (THOMAS; NELSON, 2002).

A amostra foi composta por 30 crianças praticantes de judô, sendo 17 do sexo feminino e 13 do masculino, com média de idade de oito e nove anos, respectivamente, praticantes de judô há mais de seis meses.

Como instrumento para coleta de dados foram utilizados os testes de equilíbrio da Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) validada por Rosa Neto (2002), a qual objetiva avaliar o nível de desenvolvimento

motor por meio os êxitos e fracassos em face das normas estabelecidas pelo autor, as quais consideram a idade cronológica, traçando um perfil da idade e o quociente motor da criança avaliada.

A EDM foi desenvolvida para crianças de dois a 11 anos do ensino regular e da educação especial. Ela compreende um conjunto de provas diversificadas e de dificuldade graduada, explorando diferentes setores do desenvolvimento, como motricidade fina (óculo manual); motricidade global (coordenação); equilíbrio (postura estática); esquema corporal (imitação de postura, rapidez); organização espacial (percepção do espaço); e organização temporal (linguagem, estruturas temporais). Além destas, a bateria também avalia a lateralidade (mãos, olhos e pés). Porém, neste estudo somente foram aplicados os testes de equilíbrio.

Primeiramente foi realizado contato com os professores responsáveis pelas escolas de judô para expor o objetivo da pesquisa e solicitar uma autorização para coletar os dados. Após, foi enviado um termo de consentimento livre e esclarecido para os pais ou responsáveis pela criança assinarem autorizando-a a participar da pesquisa.

A coleta foi realizada pelo próprio autor deste estudo o qual desempenhou as mesmas funções durante todo o processo, nos meses de agosto a outubro de 2016. O tempo para cada aplicação do teste de equilíbrio foi de aproximadamente 10 minutos.

Esta avaliação foi realizada individualmente em um local calmo, tranquilo, onde a criança permaneceu com sua roupa normal, tirando apenas as vestimentas que pudessem dificultar seus movimentos. Durante os testes, a criança tirou os calçados para não deslizar e também para permitir uma correta observação. No ambiente foi permitida somente a presença do aluno e do avaliador.

A criança foi testada de acordo com sua idade cronológica. Caso ela obtivesse resultado positivo, realizava os testes superiores a sua idade, caso negativo, realizava os testes inferiores à sua idade cronológica. O exame motor, dentro dos testes de equilíbrio, foi interrompido somente quando a criança não obtinha êxito na execução do teste. O resultado dos testes foi anotado em fichas pré-determinadas.

A idade cronológica (IC) foi obtida por meio da data de nascimento da criança, que foi transformada em apenas meses. A divisão entre a idade motora do equilíbrio e a idade cronológica multiplicada por 100 resultou no quociente motor do equilíbrio, seguindo a fórmula abaixo:

$$QME = \frac{IME \cdot 100}{IC}$$

A classificação dos resultados na escala de desenvolvimento motor é dada de acordo com o quociente motor do equilíbrio (Quadro 1).

Quadro 1 – Classificação dos Resultados

<b>Quociente Motor Geral</b>	<b>Perfil Motor</b>
69 ou menos	Muito inferior
70 – 79	Inferior
80 – 89	Normal baixo
90 – 109	Normal médio
110 – 119	Normal alto
120 – 129	Superior
130 ou mais	Muito superior

Fonte: Rosa Neto (2002).

Em decorrência do baixo número de crianças avaliadas, para melhor caracterizar os níveis de desenvolvimento motor, os resultados foram agrupados em inferior (79 ou menos), normal (de 80 a 119) e superior (de 120 a 130 ou mais).

Primeiramente o cálculo da idade motora e do quociente motor foram analisados no programa Microsoft Office Excel 2007 e após esses resultados foram exportados para o *software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for Windows®* versão 20.0. Foi realizado o teste *Shapiro Wilk* para verificar a normalidade dos dados em razão de a amostra ser pequena; após a análise descritiva por meio de frequência absoluta relativa, média e desvio padrão, o Teste *U de Mann-Whitney* foi realizado para verificar possíveis diferenças entre meninos e meninas.

### 3 RESULTADOS

Os resultados obtidos mostram, por meio da Tabela 1, que a média da idade motora no equilíbrio nas meninas foi de 126,71 (dp=8,1) meses, e a dos meninos, de 127,85 (dp=3,7) meses, ficando bem acima da idade cronológica que foi de 106,59 (dp=14,19) e 108,77 (dp= 15,32) meses, respectivamente. Em relação ao quociente motor, observa-se que as meninas apresentaram média de 114,44 meses (dp=29,55), e os meninos, de 119,56 meses (dp=15,99).

Tabela 1 – Média e desvio padrão da idade motora e quociente motor do equilíbrio das crianças praticantes do judô

Variáveis	Feminino		Masculino		p
	X	dp	X	Dp	
Idade Motora Equilíbrio	126,71	8,1	127,85	3,7	,749
Quociente Motor Equilíbrio	114,44	29,55	119,56	15,99	,967

Fonte: os autores.

Nota: X= Média; dp = Desvio Padrão; Teste U de Mann Whitney – nível de significância  $p < 0,05$ .

Na Tabela 2 nota-se que 52,9% (n= 09) das meninas estão no nível normal de equilíbrio, e 47,1% (n= 08), no nível superior, enquanto 53,8% (n= 07) dos meninos estão no nível normal, e 46,2% (n=06), no nível superior.

Tabela 2 – Nível de desenvolvimento motor do equilíbrio das crianças praticantes de judô

Nível Desenvolvimento Motor (Equilíbrio)	Feminino		Masculino		p
	n	%	n	%	
Normal	09	52,9	07	53,8	,961
Superior	08	47,10	06	46,2	

Fonte: os autores.

Nota: n= Frequência absoluta; % = Frequência relativa; Teste quiquadrado – nível de significância  $p < 0,05$ .

De acordo com os resultados, percebe-se que as crianças se encontram em níveis normais ou superiores para suas respectivas idades e que não houve diferença significativa entre os sexos.

#### 4 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar o nível de desenvolvimento motor referente ao equilíbrio das crianças com faixa etária entre sete e 10 anos praticantes da modalidade de Judô. Os resultados mostram que tanto as meninas quanto os meninos praticantes de judô atingiram idade motora de 126,71 e 127,85 meses no equilíbrio ficando 20 meses adiantados em relação à idade cronológica (106,59 e 108,77 meses).

Soares et al. (2015) avaliaram escolares de seis a nove anos com uma média de idade cronológica de 94,01 meses utilizando este mesmo instrumento e encontraram na habilidade de equilíbrio uma média de idade motora de 113,10 meses, ficando 19 meses adiantados em relação à idade cronológica. Percebe-se que indiferente de as crianças avaliadas por Soares et al. (2015) serem mais novas, ambos os estudos apresentam similaridade no que diz respeito à diferença em meses entre a idade cronológica e a motora, em que as crianças ficaram adiantadas na habilidade do equilíbrio.

Konishi e Vieira (2015) avaliaram crianças praticantes iniciadas (< que 3 meses de prática) e iniciantes (> que 6 meses de prática) no judô com uma média de idade cronológica de 114 e 98 meses, respectivamente. Os autores encontraram uma média de idade motora no equilíbrio em praticantes iniciados no judô, de 121 meses e nos praticantes iniciantes, de 98 meses. Percebe-se que no estudo destes autores, os praticantes iniciados ficaram sete meses adiantados em relação à idade cronológica, e os praticantes iniciantes permaneceram com a mesma idade. Esses resultados, junto aos encontrados neste estudo e em Soares et al. (2015), mostram que na habilidade de equilíbrio as crianças não apresentam um déficit motor.

Por outro lado, Pazin, Frainer e Moreira (2006), em pesquisa com uma população de crianças obesas com a mesma faixa etária das crianças deste estudo, encontraram resultados negativos no equilíbrio. As crianças avaliadas apresentaram um déficit aproximado de 21 meses. Resultados esses que levam os autores do presente estudo a acreditar que a prática do judô e a atividade física interferem positivamente no desenvolvimento motor da criança.

Outra variável avaliada neste estudo foi o quociente motor, pois é por meio deste resultado que se classificam as crianças nos níveis de desenvolvimento motor. No que diz respeito às meninas praticantes de judô, apresentam um quociente motor de 114,44, e os meninos, de 119,56. Este resultado classifica ambos em um nível normal na habilidade de equilíbrio. Konishi e Vieira (2015) encontraram resultados próximo com os praticantes iniciados no judô, em que as crianças atingiram um quociente motor no equilíbrio de 118, enquanto os praticantes iniciantes atingiram um quociente de 97. No entanto, esses resultados também apresentam normalidade no nível motor da habilidade de equilíbrio em ambos os grupos.

Esses dados também corroboram o estudo de Rosa Neto et al. (2007), em que os autores avaliaram escolares com média de idade cronológica de 97,91 meses e encontraram uma média no quociente motor do equilíbrio de 99,95, apresentando uma normalidade na habilidade de equilíbrio.

Salienta-se que o equilíbrio postural está relacionado ao alinhamento dos segmentos articulares necessitados para o centro dentro dos limites máximos da estabilidade (MARRELLO; TEODORISKIT, 2004), isto é, o equilíbrio consiste na manutenção do centro de gravidade dentro da área da superfície de apoio (LEONARDI et al., 2009).

## **5 CONCLUSÃO**

Diante do objetivo proposto conclui-se que as crianças avaliadas apresentaram média de idade motora maior do que a idade cronológica,

atingindo um valor do quociente motor que as classifica no nível normal e superior dentro da habilidade de equilíbrio. Tais resultados eram esperados pelo fato de as crianças praticarem judô há mais de seis meses, no entanto existe a necessidade de se desenvolverem novos estudos com esta temática em crianças praticantes de judô para ser possível delinear um perfil motor destas na habilidade de equilíbrio e contribuir cientificamente auxiliando os profissionais da área.

## REFERÊNCIAS

FRANCHINI, E. **Judô: desempenho competitivo**. 2. ed. Barueri: Manole, 2010.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, Crianças, Adolescentes e Adultos**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.

KANO, J. **Judô Kodokan**. Publicado sob a supervisão do Kodokan Editorial Committee: Tradução Wagner Bull. São Paulo: Cultrix, 2008.

KONISHI, C. F.; VIEIRA, M. P. Perfil motor das crianças praticantes da modalidade de judô no município de Chapecó, SC. **Coletânea de Artigos Conhecimento em Pauta**, Joaçaba: Ed. Unoesc, v. 3, p. 365-378, 2015.

LEONARDI, M. M. et al. O impacto do desequilíbrio estático e dinâmico no risco de quedas em indivíduos com ataxia espinocerebelar. **Revista Neurociências**, v. 17, n. 2, p. 178-182, 2009.

MARRELLO, V.; TEODOROSKI, R. de C. C. **O equilíbrio do sistema tônico postural em atletas do time de futsal da Unisul**. 2004. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia)–Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2004.

MIRANDA, M. L. **A iniciação no Judô**: Relação com o Desenvolvimento Infantil. São Paulo. Universidade Paulista, 2004.

PAZIN, J.; FRAINER, D. E. S.; MOREIRA, D. Crianças obesas têm atraso no desenvolvimento motor. **Revista Digital**, Buenos Aires, a. 11. n. 101, 2006.

ROSA NETO, F. **Avaliação Motora**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ROSA NETO, F. et al. A Importância da avaliação motora em escolares: análise da confiabilidade da Escala de Desenvolvimento Motor. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum.**, v. 12, n. 6, p. 422-427, 2010.

ROSA NETO, F. R. et al. Desenvolvimento Motor de Crianças com Indicadores de Dificuldades na Aprendizagem Escolar. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 15, n. 1, p. 45-51, 2007.

SÁ, V. W.; PEREIRA, J. S. Influencia de um programa de treinamento físico específico no equilíbrio e coordenação motora em crianças iniciantes no judô. **Rev. Bras. Ciênc. e Mov.**, v. 1, p. 45-52, 2003.

SOARES, R. A.de O. da S. et al. Perfil motor de escolares da rede pública do município de Chapecó, SC. **Unoesc & Ciência - ACHS**, p. 79-86, out. 2015. Disponível em: <<http://editora.unoesc.edu.br/index.php/achs/article/view/8953/4901>>. Acesso em: 20 set. 2016.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3. ed. Porto Alegre: ARTMED, 2002.

VUILLERME, N.; NOUGUIER V. Attentional demand for regulating postural sway: the effect of expertise in gymnastics. **Brain Res Bull**, v. 63, n. 2, p. 161-165, 2004.

WERTHEIN, J. A sociedade da informação e seus desafios. **Ci. Inf.**, Brasília, v. 29, n. 2, p. 71-77, maio/ago. 2000.

# A INFLUÊNCIA DA DISTRIBUIÇÃO DA PRÁTICA SOBRE A APRENDIZAGEM DO *ZEMPO KAITEN UKEMI* EM JUDOCAS INICIANTES ESCOLARES

Aristóteles Okiama<sup>1</sup>

Susana Padoin<sup>2</sup>

Patrick Zawadzki<sup>3</sup>

## RESUMO

Para que o ensino do judô atenda a todos os seus pressupostos é necessário garantir eficácia e eficiência. Um conteúdo essencial durante a fase inicial de aprendizagem é o Ukemi, ou queda. O tema deste estudo trata sobre um tipo em especial, entre os mais utilizados, o *Zempo Kaiten Ukemi*. O objetivo com este estudo foi investigar a influência da distribuição da prática de 10 sessões de treinamento em 5 ou 10 semanas, para comparar o efeito sobre a aprendizagem em um grupo de escolares iniciantes em judô. Os resultados mostraram maior número de repetições, necessidade de mais tempo para execução e melhor qualidade na execução do movimento no grupo que praticou duas vezes por semana. Conclui-se que para uma boa qualidade na execução dos movimentos da queda no judô a prática deve ser distribuída duas vezes por semana quando comparada a uma vez por semana. Considerações sobre a relação entre tempo e repetições para garantir melhor aprendizagem são apontadas.

Palavras-chave: Judô. Quedas. Iniciantes. Aprendizagem. Distribuição da prática.

## 1 INTRODUÇÃO

Jigoro Kano criou o judô em 1882. Essa modalidade esportiva se caracteriza por uma luta agarrada com projeções, imobilizações e finali-

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; aristotelesokiama@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Graduanda e bolsista do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; susanapadoin@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Psicologia do Esporte, pela Universidade Autônoma de Barcelona; Doutorando em Educação Física, Atividade Física e Esporte, pelo Instituto Nacional de Educação Física da Catalunha e Universidade de Barcelona; Professor do Curso de Educação Física e Psicologia, da Unoesc, de Chapecó; patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

zações, e tem como um de seus fundamentos o conhecimento e o domínio sobre as técnicas de amortecimento no solo. É, na verdade, o primeiro fundamento técnico a ser ensinado e de extrema importância, também chamado de queda, ou *Ukemi*, na Língua Japonesa. Esta, quando bem executada, além de permitir uma projeção coerente do corpo ao solo, auxilia no desenvolvimento técnico e previne lesões e traumas subsequentes.

Durante a iniciação no judô, as atividades propostas pelo professor devem partir de movimentos simples controlados para complexos e encadeados com a luta. Para tanto, é essencial que o professor faça a elaboração do plano de treinamento considerando o nível de conhecimento dos alunos, com ênfase em atividades educativas corretivas para a melhora do movimento e organização espaço-temporal, de modo a produzir sempre a queda segura.

O judô, um dos desportos mais praticados no Brasil, deve estar no ensino escolar porque contribui para o desenvolvimento físico individual e para a saúde da sociedade, e também porque aborda princípios de cidadania, fortalece o corpo, mente e espírito, e ainda busca manter o indivíduo saudável para fazer o uso correto, inteligente e prático do seu crescimento intelectual e social.

Para garantir esse pressuposto, é necessário que os alunos aprendam com eficiência e excelência. Para tanto, saber como distribuir na linha do tempo os estímulos de forma concatenada permite aos professores elaborarem planos de ensino condizentes. Um dos aspectos importantes desses planos é o tempo necessário e suficiente para que a aprendizagem ocorra. Contudo, pouco há na literatura científica em Português que explique e aponte diferenças de métodos e técnicas de ensino do Judô. Sabe-se que o fundamento da queda ou *Ukemi* é importante e o primeiro a ser aprendido, não obstante a complexidade da tarefa e suas exigências condicionadas às capacidades físicas exigirem explicações específicas que atendam à demanda contínua de aprendizagem.

Essa razão motivou a definição do objetivo do estudo sobre a influência da distribuição da prática de 10 sessões de treinamento em 5 ou 10 semanas, para comparar o efeito sobre a aprendizagem em um

grupo de escolares iniciantes em judô. Os resultados mostraram maior número de repetições, necessidade de mais tempo e melhor qualidade na execução do movimento no grupo que praticou duas vezes por semana. Dessa forma, conclui-se que para uma boa qualidade na execução dos movimentos da queda no judô a prática deve ser distribuída duas vezes por semana quando comparada a uma vez por semana.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 CRIAÇÃO DO JUDÔ E PRÁTICA NO BRASIL

No ano 1882 Jigoro Kano fundou sua escola de lutas, chamada de Kodokan, criando, assim, o judô, cujo significado é estudo do caminho (KANO, 2008). Seu propósito era a formação e preparação integral do homem por meio de atividades físicas de luta corporal e aperfeiçoamento moral, sustentada pelos princípios filosóficos e exaltação do caráter, essência do espírito marcial dos samurais (FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ, 2016). Com o surgimento do judô um novo estilo foi adotado; como o método e os princípios se tornaram únicos e autênticos de acordo com sua ideologia, surgiram descrições específicas das técnicas de rolamentos para os amortecimentos de projeções dos golpes, e maior detalhamento da eficácia dos golpes aplicados, e, ainda, vestimentas apropriadas para a prática que propiciassem o melhor rendimento (SANTOS, 2014).

O objetivo de difusão do judô baseia-se na cultura e desenvolvimento do físico, da moral e da capacidade de competir vitoriosamente (SANTOS, 2014). A partir dessa combinação, Jigoro Kano relaciona a modalidade com a educação física, uma vez que trata de fortalecer o corpo, a mente e o espírito, mantendo-os sempre saudáveis, para que nos possam servir de forma racional, inteligente e utilitária, não apenas durante as lutas de judô, mas em todos os aspectos do nosso cotidiano (KANO, 2008).

Visando fortalecer o caráter filosófico da prática do judô e fazer com que os praticantes crescessem como seres humanos, o mestre Jigo-

ro Kano idealizou um código moral baseado em oito princípios básicos: cortesia, para ser educado com os outros; coragem, para enfrentar as dificuldades com bravura; honestidade, para ser verdadeiro em seus pensamentos e ações; honra, para fazer o que é certo e se manter de acordo com seus princípios; modéstia, para não agir e pensar de maneira egoísta; respeito, para conviver harmoniosamente com os outros; autocontrole, para estar no comando das suas emoções; e amizade, para ser um bom companheiro e amigo.

A vinda do judô para o Brasil deve-se à imigração japonesa e a lutadores profissionais representantes de diversas escolas de *jiu-jitsu* japonês. O início da modalidade ocorreu sem instituições organizadoras, visto que apenas nas décadas de 1920 e 1930 os imigrantes chegaram ao Brasil e conseguiram organizar as práticas do judô e kendô. Hoje, apresenta-se como um dos esportes mais praticados no País, de grande importância para as crianças e jovens (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JUDÔ, 2016).

O judô possui um local determinado para a sua prática denominado *Dojo*, no qual se realiza a busca pelo conhecimento e aprimoramento dos princípios e fundamentos técnicos por tempo estabelecido pelo *Sensei*. Durante as competições, cabe ao cronograma do evento a definição do tempo de início das pesagens, competição e de cada luta. Estas ocorrem no *Shiai Jo*, local em que se deve buscar com a máxima eficiência o *Ipon* (golpe perfeito) (SILVA; PELLEGRINI, 2007).

## 2.2 FUNDAMENTOS DO JUDÔ NA PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Com interesse de contribuir nas metodologias de estudo e aprendizagem na forma pedagógica escolar ao alto rendimento, as principais características desenvolvidas por meio da prática do judô, segundo Almeida (2009), são a consciência corporal e a organização do esquema corporal, domínio do equilíbrio, orientação espaço-temporal, exploração

das possibilidades corporais e eficiência nas coordenações globais e segmentadas.

O judô, sendo uma modalidade de conceitos filosóficos, princípios e fundamentados na base de uma arte marcial de luta japonesa, visa à formação de um ser humano melhor, com princípios pedagógicos e metodológicos como grande ferramenta do desenvolvimento educacional na Educação Física, de forma que possa interceder nos meios escolares e social, sendo esporte unificado por todo o mundo, de forma a manter seus costumes e pronúncias (KANO, 2008).

Presente desde a educação infantil, a Educação Física é um componente curricular obrigatório da educação básica (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) n. 9.394/96), conceituada como uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal, formando o cidadão que vai produzir, reproduzir e transformá-la, instrumentalizando-a para usufruir dos jogos, esportes, danças, lutas e ginásticas, em benefício do exercício crítico da cidadania e melhoria da qualidade de vida (DARIDO, 2003).

Logo, o Parâmetro Curricular Nacional (PCN) voltado para a Educação Física estimula fortemente a utilização de lutas nas aulas, pois a inclui como uma atividade que deve ser realizada da mesma maneira que os jogos, danças e ginástica. Em relação à luta, ele traz o seguinte conceito: as lutas são disputas em que os oponentes devem ser subjogados, com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa, como, por exemplo, brincadeiras de cabo de guerra e braço de ferro até as práticas mais complexas do judô (BRASIL, 1997).

Compreende-se que uma maior vivência e estímulos motores nas fases de aprendizado de uma criança ou adolescente favorecem a contribuição na formação de suas aptidões físicas, voltadas à saúde ou à *performance*. Nahas (2013) menciona que a prática de atividades físicas na infância e adolescência traz inúmeros benefícios para a aptidão física, melhorando a composição corporal, resistência muscular, flexibilidade, agilidade, equilíbrio, força, velocidade, resistência aeróbica e anaeróbica,

com o desenvolvimento das habilidades motoras. O judô, como ferramenta adicional no contexto escolar dos alunos, pode fazer com que a prática da atividade física e exercícios auxiliem no controle do sedentarismo, bem como na redução dos riscos à obesidade (LUZ et al., 2015).

Gallahue, Ozmun e Goodway (2013) afirmam que o desenvolvimento motor constitui uma das principais falhas em adultos e crianças da sociedade atual, afetando principalmente pessoas fisicamente inativas, que não foram estimuladas a realizar determinados movimentos quando crianças em razão da falta de conhecimento dos pais ou responsáveis. Destarte, o judô surge para contribuir na saúde e no desenvolvimento físico da sociedade, abordando princípios, crescimento físico, intelectual e social no processo de ensino-aprendizagem (KANO, 2008).

Posteriormente, especialistas abordaram a importância do desenvolvimento motor ao processo de mudança no movimento contínuo e sua relação à idade, interações das restrições ou fatores do indivíduo, ambiente e tarefa (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013). Como método de ensino-aprendizagem, relacionar suas fases no judô com atividades que partam de movimentos simples para o complexo são fundamentais para o desenvolvimento da coordenação motora que inicialmente se desenvolve por atividades coordenativas recreativas e fundamentos técnicos até a fase de lutas (FERRAZ, 2015).

Segundo a Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO), o judô é um esporte recomendado na formação inicial de crianças e jovens de 4 a 21 anos de idade, já que promove o desenvolvimento da Educação Física mediante o jogo e a diversão (BOLETIM OSOTOGARI, 2013) e auxilia na formação educacional nas fases infantil, pré-adolescência e adolescência, remetendo-se a bons reflexos na fase adulta (FERRAZ, 2015).

### 2.3 QUEDAS NO JUDÔ

Para Melo et al. (2009), as quedas, cujo nome advém do japonês *Ukemi*, são base das projeções e de todas as técnicas do judô, tendo como

finalidade proteger o organismo dos efeitos dos impactos. Em situações em que o atleta não dominar a técnica de cair também não dominará a técnica de projetar.

Pode-se definir e entender os diferentes tipos de quedas no judô e sua importância desde o início da prática até o alto rendimento. Assim, uma metodologia educacional e de treinamento contribuirá na formação de alunos e atletas para relacionarem o movimento e momento em que se deve executar a queda, decorrente do espaço e do tempo, já que elas emergem dos diferentes deslocamentos espaço-temporal, segmentos corporais em resposta às diferentes possibilidades de direção do fluxo e da força que causou o desequilíbrio (SILVA; PELLEGRINI, 2007).

Santos e Melo (2003) destacam que as quedas envolvem mudança na velocidade do corpo em um curto período de tempo, em que então acontece a projeção e o impacto do golpe aplicado. Ainda, estudos afirmam que fatores psicológicos influenciam, uma vez que se existe receio de cair e conseqüentemente de se projetar, considerando as conseqüências dolorosas e traumáticas que uma queda malrealizada pode causar, a prática do judô torna-se fundamental para garantir a segurança do indivíduo.

Do ponto de vista do desenvolvimento motor de jovens praticantes, na medida em que se tratam de habilidades motoras, relativamente complexas que exigem um nível de coordenação neuromuscular acentuado, exercícios designados educativos devem ser trabalhados corretamente no ensino-aprendizagem, caso contrário, os praticantes desistem da prática da modalidade (SANTOS; MELO, 2003).

As quedas possuem várias formas de serem amortecidas, que variam de acordo com os diferentes tipos de técnicas de projeção. Assim, são classificadas em razão da direção da queda e realizadas de acordo com o tipo de técnica projetada. Entre as mais usadas estão: *mae-ukemi*, *uchiro-ukemi*, *yoko-ukemi* e *zempô-kaiten-ukemi* (SANTOS; MELO, 2003). O *Zempô Kaiten Ukemi* é o objetivo deste estudo, e pode ser visto na Figura 1, consiste na queda de maior exigência coordenativa e é a técnica utilizada na maioria das projeções.

Desenho 1 – *Zempo Kaiten Ukemi*: queda com rolamento para frente, podendo ser pela direita ou pela esquerda



Fonte: adaptado de Confederação Nacional de Karatê Shotokan (2014).

### 3 MÉTODO

O desenho deste projeto de pesquisa consistiu em comparar dois grupos de praticantes de judô durante a fase inicial de aprendizagem da queda denominada *Zempo Kaiten Ukemi*. Por isso, sua característica principal é ser descritivo-relacional, em um formato pós-teste prospectivo. Possui cunho exploratório porque tentou diferenciar a influência da frequência ou distribuição de prática nos grupos a partir das características apresentadas nos resultados.

Foram participantes do estudo cinco escolares iniciantes do judô de duas escolas distintas de Chapecó, SC. A amostragem ocorreu de forma intencional por meio da liberação das escolas e da concordância dos pais na participação dos filhos. A pesquisa representou risco mínimo para os participantes, já que foi incluída no programa de aprendizagem normal estabelecido pelo *Sensei*. A amostra foi dividida em dois grupos: um que pratica judô uma vez por semana e outro grupo que pratica duas vezes por semana, ambos grupos realizaram as atividades propostas durante 10 sessões de treino, resultando em um tempo total de intervenção de 10 semanas para o grupo uma vez e de 5 semanas para o grupo duas vezes. A média de idade dos participantes foi de 9,40 anos ( $dp=1,67$ ).

Foram instrumentos da pesquisa dois *Dojos*, situados em duas escolas de Chapecó, SC, uma câmera filmadora com tripé, uma área dentro de cada *Dojo* de 10 m separados pela linha de início e pela linha de final das séries. Todos os participantes utilizaram vestimenta habitual de

prática de aula e treinamento. Para a análise dos dados, foi utilizado um computador de mesa, caneta, ficha de avaliação e material de escritório de apoio.

Em primeiro lugar foram postas em acordo todas as instituições participantes e assinados os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido. Depois disso, foram reunidos em horários fora da aula de Judô, de forma individual, todos os alunos que concordaram em participar do estudo para a coleta de imagem, que ocorreu de forma transversal em um espaço de duas semanas finais da intervenção.

Foram aplicadas 10 sessões de treinamento com a utilização de exercícios os quais imitam animais como método de intervenção para a aprendizagem do *Ukemi* em questão. A intervenção foi inserida dentro do plano de aula habitual do treinador. Os alunos tinham que imaginar o movimento do animal que o professor propunha e imitar o movimento no espaço estabelecido. No final da intervenção, quando foram realizadas as gravações dos participantes, duas sequências de *Ukemis* foram solicitadas, uma para o lado direito e outra para o lado esquerdo, em pé e de joelhos. A instrução repassada aos alunos consistiu em executar o máximo possível de quedas em linha reta até chegar à linha final, no menor tempo possível dentro do espaço de 10 m.

Depois disso, o *Sensei* assistia às gravações e preenchia uma ficha de avaliação para cada aluno. A ficha consistia de duas partes: a primeira indicando a estrutura para a avaliação qualitativa, em que dividiu o *Zempo Kaiten Ukemi* em duas análises (sobre o controle do movimento (bom, regular ou ruim)) e (sobre se executa corretamente (bem, regular ou mal)). Para a avaliação dos *Ukemis* foram adicionadas mais duas análises: a primeira se o participante era capaz de identificar o lado do *Ukemi* (sim ou não) e se este realizava o fundamento técnico (bom, regular ou ruim). Além disso, foram tomados dados quantitativos de todas as atividades propostas, contadas as repetições realizadas no espaço delimitado e o tempo que cada participante utilizou para completar a atividade. Os dados coletados foram transformados em variáveis e tabulados para o tratamento estatístico.

Foi aplicada estatística descritiva confrontando com os objetivos propostos. Utilizaram-se a média, o desvio padrão e a frequência absoluta para demonstrar os resultados, e também os testes de associação Qui-Quadrado e Exato de Fischer, dependendo do número de categorias por variável. A amostra foi dividida em dois grupos: aqueles que praticam duas vezes por semana e aqueles que praticam uma vez por semana. As variáveis contínuas de tempo e repetições foram categorizadas por tercís. O nível de significação adotado foi de 0,05.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados coletados dos participantes durante as 10 sessões de aprendizagem mostraram que 40% da amostra praticaram judô uma vez por semana e 60% duas vezes por semana. Os valores para cada exercício de tempo (em segundos) necessários para executar e o número de repetições (frequência absoluta) realizados foram os seguintes para cada exercício:

- a) cambalhota para frente-tempo  $m=14,4(2,09)$  e repetições  $m=16,1(2,03)$ ;
- b) sapo para frente-tempo  $m=13(2,81)$  e repetições  $m=11,4(1,32)$ ;
- c) aranha para frente-tempo  $m=19,2(1,96)$  e repetições  $m=17,2(1,15)$ ;
- d) aranha de costas-tempo  $m=19(2,66)$  e repetições  $m=17(2,30)$ ;
- e) gorila-tempo  $m=15,8(3,48)$  e repetições  $m=10,2(1,02)$ ;
- f) escorpião esquerda-tempo  $m=16,8(2,26)$  e repetições  $m=12(0,94)$ ;
- g) escorpião direita-tempo  $m=17,6(4,04)$  e repetições  $m=11,2(1,2)$ .

É possível notar que os exercícios que levaram mais tempo para serem realizados foram Aranha de frente e de costas, seguidos pelos de Escorpião. Possivelmente isso ocorra porque são exercícios com intensidade maior sobre os membros superiores, e ainda cada ação resulta em um ganho de espaço pequeno quando comparado aos exercícios em pé. A respeito das repetições, aranha de frente e de costas também apresentaram maior média. O exercício que mostrou menos repetições, em média, foi o de gorila.

O movimento esportivo deve ser ensinado de forma cuidadosa, já que uma aprendizagem defeituosa pode resultar em lesões e problemas na variação e no domínio da técnica. Ainda, ao aprender um novo movimento, o professor deve fazer a correção imediata (GRECO; BENDA; CHAGAS, 1997). No estudo de Barsottini, Guimarães e Morais (2006), durante a prática do judô, 23% das lesões ocorreram no joelho, 22% nos dedos das mãos e pés, e 16% no ombro, havendo uma relação com os treinos realizados em 71% dos casos, o que requer uma atenção ainda maior por parte do profissional, de modo a objetivar o trabalho de fortalecimento dos membros.

Os resultados para o *Zempo Kaiten Ukemi* em média e desvio padrão foram: a) em pé direita-tempo  $m=10,2(1,02)$  e repetições  $m=4,40(0,40)$ ; b) em pé esquerda-tempo  $m=23,80(4,85)$  e repetições  $m=5,00(0,63)$ ; c) de joelhos direita-tempo  $m=27,00(4,80)$  e repetições  $m=5,2(0,49)$ ; d) de joelhos esquerda-tempo  $m=26,2(5,57)$  e repetições  $m=5,00(0,45)$ . Nitidamente, os *Ukemis* realizados de joelho levam mais tempo para serem realizados, enquanto os em pé menos.

Um somatório total do tempo e da frequência obtida pelos grupos também foi feito para comparar os grupos. O tempo total despendido no grupo duas vezes por semana foi de 233s, enquanto que no grupo uma vez foi de 196,50s. E a frequência de repetições no grupo duas vezes foi de 108,67 repetições, ao passo que no grupo uma vez foi de 98,50 repetições. Fica evidente que realizar as 10 sessões de treinamento duas vezes por semana faz com que os alunos usem mais tempo para realizar as séries propostas, e também um número muito maior de repetições.

Os resultados da Tabela 1 mostram a frequência dos participantes, por distribuição da prática, para a classificação obtida da avaliação qualitativa realizada pelo professor de judô quanto ao controle do movimento, à qualidade de execução e à qualidade do fundamento técnico, e ainda, três categorias formadas pelos tercis dos resultados para o tempo necessário para a realização do exercício e para a quantidade de repetições executadas. As variáveis qualitativas possuem três categorias: boa ou bem, regular e ruim. Na Tabela 2 é possível notar que não houve frequência para a categoria ruim em nenhuma dessas variáveis. O resultado principal mostra associação entre a qualidade da execução e a distribuição da prática ( $p < 0,000$ ). Há uma ocorrência de 77,8% de participantes com boa execução nas aulas duas vezes por semana, e além disso, 73,7% com classificação regular nos participantes que receberam aulas uma vez por semana.

Tabela 1 – Associação entre as categorias das variáveis sobre a aprendizagem produzida com a distribuição de prática uma ou duas vezes por semana

	Distribuição da prática		p-valor
	Uma vez n(%)	Duas vezes n(%)	
Controle dos movimentos			
Bom	16(36,4)	28(63,6)	
Regular	6(54,5)	5(45,5)	0,223*
Qualidade da execução			
Boa	8(22,2)	28(77,8%)	
Regular	14(73,7%)	5(26,3%)	0,000*
Realiza o fundamento técnico			
Bem	4(33,3)	8(66,7)	
Regular	4(50)	4(50)	0,388*
Tempo necessário para a realização			
15 segundos ou menos	9(47,4)	10(52,6)	
Entre 16 e 21 segundos	8(42,1)	11(57,9)	
22 segundos ou mais	5(29,4)	12(70,6)	0,544**
Quantidade de repetições			
6 repetições ou menos	10(41,7)	14(58,3)	
Entre 7 e 11 repetições	4(30,8)	9(69,2)	
12 ou mais repetições	8(44,4)	10(55,6)	0,727**

Fonte: os autores.

Nota: \*Exato de Fischer. \*\*Qui-Quadrado.

Mesmo que ambos grupos tenham recebido o total de 10 aulas de judô, parece que ao praticar duas vezes por semana os alunos desenvolvem melhor qualidade na execução. Todas as outras variáveis não mostraram associação significativa.

No período da infância, quanto maior forem os estímulos às crianças, maior é a possibilidade de sucesso e desenvolvimento de algumas habilidades. O indivíduo se movimenta a partir da relação com o meio, ou seja, dos estímulos que recebe do ambiente em que se encontra inserido. Para que a estimulação ocorra, faz-se necessário que a criança seja exposta à determinada situação por algumas vezes, até o momento em que for capaz de assimilar o conhecimento (ZANATA, 2014).

A aprendizagem de uma determinada habilidade requer um tempo de prática. A prática distribuída que consiste no tempo de prática menor que o de pausa tem sido recomendada para sujeitos iniciantes, pois assim poderão processar as informações repassadas pelo professor de forma adequada e com qualidade. Ao mesmo tempo, no início da prática o ensino deve ser constante para que possa padronizar o movimento e aprender a estrutura deste (UGRINOWITSCH; BENDA, 2011). Em indivíduos iniciantes, o professor deve explicar de forma mais simples e, se possível, demonstrar, para que assimilem melhor o movimento e evitem qualquer lesão (SOUZA; SPESSATO; VALENTINI, 2014).

A Tabela 2 mostra a ocorrência de participantes maior na categoria boa qualidade de execução nos exercícios propostos no grupo duas vezes por semana. Apesar da amostra ser pequena, nota-se a tendência desse grupo em realizar com maior qualidade os exercícios: cambalhota para frente, aranha de frente, o *zempo kaiten ukemi* em pé com a perna direita e esquerda à frente e de joelhos. E com menor qualidade o exercício escorpião com a perna esquerda à frente.

Tabela 2 – Associação entre a frequência de participantes avaliados pela qualidade de execução e os exercícios pela distribuição da prática

	Qualidade da execução		
	Boa n	Regular n	Total n
Uma vez por semana			
Cambalhota para a frente	1	1	2
Sapo para a frente	2	0	2
Aranha de frente	1	1	2
Aranha de costas	1	1	2
Gorila	2	0	2
Escorpião esquerda	2	0	2
Escorpião direita	0	2	2
Zempo em pé direita	0	2	2
Zempo em pé esquerda	0	2	2
Zempo de joelhos direita	0	2	2
Zempo de joelhos esquerda	0	2	2
Duas vezes por semana			
Cambalhota para a frente	3	0	3
Sapo para a frente	3	0	3
Aranha de frente	3	0	3
Aranha de costas	2	1	3
Gorila	3	0	3
Escorpião esquerda	1	2	3
Escorpião direita	1	2	3
Zempo em pé direita	3	0	3
Zempo em pé esquerda	3	0	3
Zempo de joelhos direita	3	0	3
Zempo de joelhos esquerda	3	0	3

Fonte: os autores.

No mesmo sentido, a Tabela 3 mostra a comparação entre as categorias boa e regular comparando os tercís obtidos no tempo e na frequência dos grupos. Os resultados da categoria 22 segundos ou mais em ambos os grupos apresentam bastante diferença, enquanto no grupo duas vezes por semana há 10 resultados para boa, e para o grupo uma

vez por semana não há resultado. Em relação à frequência de repetições, a categoria 6 repetições ou menos chama a atenção por ter maior n em boa qualidade, o que pode indicar excelência no movimento se forem realizadas menos repetições.

Tabela 3 – Associação entre a frequência de participantes avaliados pelo tempo de execução e os exercícios pela distribuição da prática

	<b>Qualidade da execução</b>		
	<b>Boa n</b>	<b>Regular n</b>	<b>Total n</b>
Uma vez por semana			
Tempo necessário para a realização			
15 segundos ou menos	5	4	9
Entre 16 e 21 segundos	3	5	8
22 segundos ou mais	0	5	5
Quantidade de repetições			
6 repetições ou menos	1	9	10
Entre 7 e 11 repetições	3	1	4
12 ou mais repetições	4	4	8
Duas vezes por semana			
Tempo necessário para a realização			
15 segundos ou menos	10	0	10
Entre 16 e 21 segundos	8	3	11
22 segundos ou mais	10	2	12
Quantidade de repetições			
6 repetições ou menos	14	0	14
Entre 7 e 11 repetições	7	2	9
12 ou mais repetições	7	3	10

Fonte: os autores.

Pesa o fato de que não foi possível realizar o teste de associação no grupo por haver casas com valor zero; é possível avaliar a tendência de melhor classificação na qualidade de execução, tanto no tempo quanto na quantidade de repetições no grupo que praticou duas vezes por semana.

Duas limitações marcaram este estudo. A primeira, a amostra pequena, estudos com uma amostra maior podem lançar luz no entendimento sobre quanta prática é necessária para que uma criança aprenda as quedas do

judô. Esse tipo de conhecimento serve para orientar melhor os treinadores na hora de elaborar seus planos de ensino e também representa economia de tempo na formação das crianças, permitindo que novos conceitos sejam introduzidos e assimilados em um tempo menor. A segunda, o desenho do estudo, apesar da proposta ter sido em formato prospectivo, somente uma avaliação foi realizada, o que limitou a discussão sobre os resultados. Sugere-se que em futuras pesquisas seja utilizado o desenho de estudo clínico randomizado para produzir uma melhor qualidade de evidência.

## 5 CONCLUSÃO

A partir dos resultados apresentados, conclui-se que o judô realizado na proporção de duas vezes por semana durante o período de 10 sessões, em sujeitos iniciantes, apresenta uma melhor qualidade no padrão de movimento ao ser comparado a uma vez por semana, e ainda, essa qualidade parece ter associação com um número menor de repetições, fato que levanta como conclusão outra pergunta: o que é melhor para produzir melhor aprendizagem em longo prazo, executar mais rápido com menos qualidade ou executar mais devagar com mais qualidade? Outra conclusão diz respeito à formação do professor de judô: entre todas as exigências, deve ter conhecimento do conteúdo a ser repassado aos alunos, adequar a linguagem de acordo com o nível de aprendizagem, além de efetuar as correções dos movimentos incorretos, evitando, assim, possíveis lesões.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. O.; SILVA, R. de F. da. Atividade motora adaptada e desenvolvimento motor: possibilidades através das artes marciais para deficientes visuais. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, v. 10, n. 14, jan./jun. 2009.

BARSOTTINI, D.; GUIMARÃES, A. E.; MORAIS, P. R. de. Relação entre técnicas e lesões em praticantes de judô. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 12, n. 1, jan./fev. 2006.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais**: Educação física. Brasília, DF: Ministério da Educação: Secretaria de Educação Fundamental, 1997.

CONFEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATÊ SHOTOKAN. **Programa de Exame de Faixa – KYU e DAN “Estilo Shotokan”**. 2014. Disponível em: <<http://docslide.com.br/documents/apostila-de-exame-de-karate-shotokan-2014.html>>. Acesso em: 20 fev. 2017.

DARIDO, S. C. **Diferentes concepções sobre o papel da educação física na escola**. Rio Claro: UNESP, 2003.

FERRAZ, M. A. **Aspectos Psicomotores e a prática do Judô em escolares**. Brasília, DF: Centro Universitário de Brasília, 2015.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C.; GOODWAY, J. D. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor**: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 7. ed. Tradução Denise Regina de Sales. Porto Alegre: AMGH, 2013. 481 p.

KANO, J. **Judô Kodokan**. São Paulo: Cultrix, 2008. 271 p.

LUZ, L. G. de O. et al. Associação entre IMC e teste de coordenação corporal para crianças (ktk): uma meta-análise. **Revista Brasileira de Medicina de Esporte**, v. 21, n. 3, maio/jun. 2015.

MELO, S. I. L. et al. Ukemi: quantidade, ritmo e distribuição nas sessões de treinamento de judô. **Fitness & Performance Journal**, v. 8, n. 4, p. 291-301. jul./ago. 2009.

NAHAS, V. M. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões. 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013. 335 p.

SANTOS, S. G. dos. **Judô**: buscando o caminho suave. Florianópolis: Duplic, 2014. 139 p.

SANTOS, S. G. dos; MELO, S. I. L. Os “Ukemis” e o judoca: significado, importância, gosto e desconforto. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, p. 33-43, jun./out. 2003.

SILVA, L. H. da; PELLEGRINI, A. M. A contribuição do judô para a qualidade de vida: as quedas. **Revista Fafibe On Line**, Bebedouro, n. 3, ago. 2007.

SOUZA, M. S. de; SPESSATO, B. C.; VALENTINI, N. C. Estratégias de aprendizagem e o ensino de judô para iniciantes: demonstração, dicas verbais e feedback. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 4, n. 5, p. 32-46, out./dez. 2014.

UGRINOWITSCH, H.; BENDA, R. N. Contribuições da Aprendizagem Motora: a prática na intervenção em Educação Física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, p. 25-35, dez. 2011.

ZANATA, M. H. A contribuição da estimulação para a aprendizagem. **Revista de Educação do IDEAU**, v. 9, n. 20, jul./dez. 2014.

# O JUDÔ MELHORA O EQUILÍBRIO CORPORAL DE ESCOLARES? ESTUDO COMPARATIVO ENTRE ATIVIDADES EXTRACURRICULARES

Leandro Carlos Lima<sup>1</sup>

Susana Padoin<sup>2</sup>

Patrick Zawadzki<sup>3</sup>

## RESUMO

A idade escolar se caracteriza como uma das fases do desenvolvimento mais sensíveis à estimulação motora. O Judô, como ferramenta educativa, caracteriza-se como importante conteúdo escolar ao desenvolver habilidades e comportamentos distintos de várias outras atividades. O objetivo do estudo consistiu em analisar se a prática do Judô influencia na melhora do equilíbrio corporal de escolares quando comparadas a outras atividades extracurriculares ou a não realização da atividade. Para tanto, foi aplicada uma adaptação da bateria de testes de equilíbrio da Escala de Desenvolvimento Motor, proposta por Rosa Neto (2002), de modo que indiferentemente se o aluno não fosse capaz de executar qualquer nível intermediário da bateria, todas as fases da escala de avaliação deveriam ser realizadas. Posteriormente, foram comparados escolares praticantes e não praticantes de Judô. Observou-se que os alunos praticantes de Judô apresentaram níveis de equilíbrio melhores que os não praticantes de qualquer modalidade orientada, enquanto o *Ballet* obteve a maior pontuação, assim como o sexo feminino se sobressai ao ser comparado ao masculino. Conclui-se que praticar uma atividade extracurricular melhora o equilíbrio de escolares, sendo benéfico para seu acervo motor, e em que pese o fato da escala tratar de equilíbrio estático, o seu uso no formato

---

<sup>1</sup> Graduando de Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; leandrojudokka@hotmail.com

<sup>2</sup> Graduando de Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; susanapadoin@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Psicologia do Esporte, pela Universidade Autônoma de Barcelona; Doutorando em Educação Física, Atividade Física e Esporte, pelo Instituto Nacional de Educação Física da Catalunha e Universidade de Barcelona; Professor do Curso de Educação Física e Psicologia, da Unoesc, de Chapecó; patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

proposto apresenta maior sensibilidade para a prescrição de atividades destinadas ao desenvolvimento do equilíbrio.

Palavras-chave: Judô. Equilíbrio. Escolares. Comportamento motor. Avaliação física.

## 1 INTRODUÇÃO

Indícios científicos demonstram que melhorar a coordenação motora e explorar o domínio corporal a partir da prática de diversas modalidades produz influência positiva no aprendizado escolar, além de permitir que estas, por si próprias, explorem suas habilidades corporais, melhorando a autoestima e a autoconfiança dos praticantes.

A modalidade do Judô, que surgiu em 1873, tendo como fundador Jigoro Kano, apresenta-se como importante ferramenta para o desenvolvimento da criança. Apesar de ser uma modalidade individual, a filosofia do Judô traz benefícios no que diz respeito aos aspectos cognitivos e motores, trabalho em equipe, companheirismo, amizade e outros fatores que podem auxiliar de forma global no desenvolvimento. Além disso, a escola pode ser um local estratégico para sua realização, já que os pais não precisam levar seus filhos a um clube ou associação, criando acessibilidade para a participação e eliminando as barreiras de locomoção.

Por meio da prática do Judô, seus praticantes desenvolvem algumas habilidades, como o equilíbrio, tema central da pesquisa. Sabendo que ele auxilia nas atividades da vida diária de qualquer pessoa em qualquer idade, faz-se necessário verificar se as dinâmicas das aulas de Judô interferem no ganho do equilíbrio e diminuição na diferença da lateralidade do equilíbrio em escolares, o que justifica a pesquisa.

Por isso, estabeleceu-se como objetivo de estudo analisar se a prática do Judô influencia na melhora do equilíbrio corporal de escolares. Para tanto, desenhou-se um método de avaliação do equilíbrio a partir da Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) (ROSA NETO, 2002), adaptando os testes da bateria e utilizando todas as fases da escala como exercícios de avaliação, indiferentemente se o aluno não fosse capaz de

executar algum nível intermediário da bateria e, posteriormente, foram comparados escolares praticantes de atividades extracurriculares, incluindo o Judô, e não praticantes.

Com base nos resultados, observou-se que os alunos não praticantes de qualquer modalidade orientada obtiveram menores escores, enquanto os praticantes de Judô apresentaram bons resultados, ficando abaixo apenas do *Ballet*. Quanto ao sexo, os sujeitos do sexo feminino apresentaram maior equilíbrio, e a alteração dos resultados diante da alteração do protocolo de EDM ofereceu uma melhor comparação da idade cronológica com o desenvolvimento motor da criança. Salienta-se a importância da participação extracurricular em atividade física.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 HISTÓRIA DO JUDÔ

Em 1873, Jigoro Kano percebeu que o *ju-jutsu* (*ju* = suave; *jutsu* = técnica) não acompanhava as novas tendências culturais e caíria em desuso, já que os homens almejavam um esporte que lhes proporcionasse uma filosofia de vida, conferisse melhor harmonia entre corpo e espírito e que, por meio da sua prática, pudessem ampliar amizades e integrar os povos em torno de um objetivo maior. Dessa forma, criou o Judô, com golpes mais eficazes e racionais, eliminando as práticas perigosas, aperfeiçoando a maneira de cair, inventando o princípio do amortecimento de quedas e criando uma vestimenta especial de treino (*judogui*) (SANTOS, 2014).

A modalidade chegou ao Brasil por volta de 1908, por meio da migração japonesa e da divulgação das técnicas ao exército brasileiro (SÁ; PEREIRA, 2003). Contudo, Nunes e Rubio (2012) relatam que os primeiros japoneses que chegaram ao Brasil foram Maeda e Satake, em 1914. Nos dias atuais o Judô é uma das modalidades mais praticadas no Brasil, considerado um esporte olímpico e facilmente encontrado em agremia-

ções, academias, escolas e federações espalhadas por todo o território nacional.

## 2.2 JUDÔ E EQUILÍBRIO

O equilíbrio define-se como o processo de manutenção do centro de gravidade dentro das bases de suporte do corpo (BARRETO, 2000). Segundo Gallahue e Ozmun (2005), ele pode ser dividido em equilíbrio estático e dinâmico. As atividades do primeiro podem ser classificadas quando o centro de gravidade permanece em posição estável, como plantar bananeira ou manter-se sustentado em um pé só, enquanto o equilíbrio dinâmico se verifica quando o centro de gravidade estiver em constante deslocamento, como rolar cambalhota, pular corda ou caminhar.

No esporte, o treinamento e a experiência tornam mais eficientes a ação motora e, por consequência, as respostas posturais. Aprender e treinar por um período longo de tempo melhora a eficiência das respostas posturais envolvidas no controle do equilíbrio, principalmente nas modalidades que demandam de alguma forma esse controle, como as artes marciais, dança ou esportes acrobáticos (BARRETO, 2000).

A modalidade do Judô desenvolve em seus praticantes algumas características comuns, como equilíbrio, agilidade, força estática de membros superiores e explosão de membros inferiores. Acredita-se que os judocas apresentam melhor equilíbrio postural em relação a indivíduos não praticantes de Judô (CARAZZATO, 1992). Além disso, o atleta depende do controle eficiente, por estar constantemente sujeito a movimentos inesperados impostos por seus adversários (YOSHITOMI et al., 2006). Nesse sentido, Virgílio (1994) indica que os equilíbrios posturais estático e dinâmico são fundamentais para um bom ataque e defesa de um golpe.

## 2.3 JUDÔ, DESENVOLVIMENTO MOTOR E EDUCAÇÃO FÍSICA

Sá e Pereira (2003) relatam a importância do equilíbrio para a realização das múltiplas tarefas do dia a dia e manutenção da postura, de

modo que o indivíduo deve aprender a se equilibrar no espaço e tempo, o que se torna possível por meio da maturação do sistema nervoso simultaneamente com estímulos externos em forma de estímulo-resposta.

Para cada idade existe uma fase de amadurecimento, seguindo uma sequência e progressão que pode ser dividida em estágios. Uma criança física e cognitivamente normal evolui de forma sequenciada de um estágio para outro, por meio da maturação e experiência. Oportunidades para a prática, condições ambientais, encorajamento e instrução são fundamentais para o ganho e a melhora das habilidades motoras, trazendo, assim, resultados benéficos para sua maturação, principalmente quando trabalhada de forma específica e orientada por um profissional da área, resultando em uma maior aprendizagem quando comparadas a programas de brincadeiras livres (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Para Rosa Neto et al. (2010), o desenvolvimento motor está relacionado com o que a criança é capaz de realizar, enquanto o desenvolvimento cognitivo condiz com a capacidade de aprender. No início do processo de escolarização, há um maior ganho das habilidades motoras, fazendo com que a criança tenha um maior domínio do seu corpo em diferentes atividades, como, por exemplo: correr, saltar, rastejar, equilibrar-se e escrever. Esse desenvolvimento é um processo sequencial relacionado à idade cronológica, que vêm por intermédio da interação entre os requisitos das tarefas, biologia do indivíduo e condições ambientais diretamente ligadas às mudanças sociais, intelectuais e emocionais.

Evidências mostram a relação entre a prática do Judô e o desenvolvimento moral de crianças, pelo qual elas se beneficiam do esporte ao desenvolverem aspectos físicos e cognitivos por meio de vivências pensadas na estimulação para o desenvolvimento integral (TRUSZ; DELL'AGLIO, 2010).

O desempenho das habilidades motoras complexas, quando aplicadas ao Judô, requer um grande domínio sobre a postura e o equilíbrio. O praticante de Judô carece de um eficiente controle sobre o equilíbrio, pois a prática da modalidade é baseada em constantes perturbações externas e deslocamentos inesperados induzidos pelo oponente com o

intuito de tirar o seu ponto de apoio, provocando um desequilíbrio para a execução de uma técnica a fim de projetá-lo ao solo (FRANCHINI, 2001).

O ambiente pelo qual o Judô se desenvolve possui características específicas, assim como a maioria dos esportes. Um dos aspectos importantes trata dos professores da modalidade no Brasil, que se distancia da formação comum relacionada às ciências do esporte, continuando atrelada mais ao saber fazer do que à ciência do Judô (DRIGO et al., 2011).

### 3 MÉTODO

O presente estudo possui característica de pesquisa de campo quanto à abordagem do problema e tratamento dos objetivos, e é quantitativo com um desenho de descrição transversal comparando praticantes e não praticantes escolares de Judô e *Ballet*. A pesquisa foi aprovada pelo comitê diretivo da instituição coparticipante.

A amostra foi composta por escolares com idades entre cinco e oito anos, alunos matriculados e frequentando as aulas na escola Centro Educacional Vinícius de Moraes, no Município de Chapecó, SC. O grupo de intervenção foi composto por 14 alunos, sendo 10 praticantes das modalidades esportivas, quatro praticantes de *Ballet* e seis não praticantes de modalidades orientadas extracurriculares. Foram critérios de inclusão não participar de nenhuma outra atividade ofertada pela escola. A amostragem do grupo controle ocorreu pelo processo aleatório na mesma turma dos praticantes de Judô a partir do sorteio dos alunos de números ímpares da chamada da sala de aula.

Foi utilizada a sala de aula onde ocorrem as aulas de Judô, com tatame e um *kit* EDM (ROSA NETO, 2002). Os alunos realizaram os testes descalços, de calção e camiseta. Foram utilizados uma câmera e tripé para a filmagem dos testes, um cronômetro de mão, lápis, caneta e papel para as anotações.

A bateria de teste consiste em 10 atividades que progridem em complexidade, aumentando a dificuldade de acordo com a idade das crianças, e estão apresentados na seguinte sequência:

- a) *2 anos – equilíbrio estático sobre um banco*: sobre um banco de 15 cm de altura, deve a criança manter-se imóvel, pés juntos, braços relaxados ao longo do corpo. Erros: deslocar os pés, mover os braços. Duração: máximo 30 segundos.
- b) *3 anos – equilíbrio sobre um joelho*: braços ao longo do corpo, pés juntos, apoiar um joelho no chão sem mover os braços ou o outro pé. Manter esta posição com o tronco ereto (sem sentar-se sobre o calcanhar). Após 20 segundos de descanso, o mesmo exercício com a outra perna. Erros: tempo inferior a 10 segundos, deslizamentos dos braços, do pé ou joelho e sentar-se sobre o calcanhar. Tentativas: duas para cada perna. Duração: máximo 30 segundos.
- c) *4 anos – equilíbrio com o tronco flexionado*: com os olhos abertos, pés juntos, mãos apoiadas nas costas: flexionar o tronco em ângulo reto e manter esta posição. Erros: mover os pés, flexionar as pernas e tempo inferior a 10 segundos. Tentativas: duas. Duração: máximo 30 segundos.
- d) *5 anos – equilíbrio nas pontas dos pés*: manter-se sobre a ponta dos pés, olhos abertos, braços ao longo do corpo, pés e pernas juntos. Tentativas: três. Duração: máximo 30 segundos.
- e) *6 anos – pé manco estático*: com os olhos abertos, manter-se sobre a perna direita, a outra permanecerá flexionada em ângulo reto, coxa paralela à direita e ligeiramente em abdução, braços ao longo do corpo. Fazer um descanso de 30 segundos e realizar o mesmo exercício com a outra perna. Erros: baixar mais de três vezes a perna levantada, tocar com o outro pé no chão, saltar, elevar-se sobre a ponta do pé e balanceios. Tentativas: três. Duração: máximo 30 segundos.
- f) *7 anos – equilíbrio de cócoras*: de cócoras, braços estendidos lateralmente, olhos fechados, calcanhares e pés juntos. Erros: cair,

sentar-se sobre os calcanhares, tocar no chão com as mãos, deslizar-se e baixar os braços três vezes. Tentativas: três. Duração: máximo 30 segundos.

- g) *8 anos – equilíbrio com o tronco flexionado*: com os olhos abertos, mãos nas costas, elevar-se sobre as pontas dos pés e flexionar o tronco em ângulo reto (pernas retas). Erros: flexionar as pernas mais de duas vezes, mover-se do lugar e tocar o chão com os calcanhares. Tentativas: duas. Duração: máximo 30 segundos.
- h) *9 anos – fazer um quatro*: manter-se sobre o pé esquerdo, a planta do pé direito apoiada na face interna do joelho esquerdo, mãos fixadas nas coxas, olhos abertos. Após um descanso de 30 segundos, executar o mesmo movimento com a outra perna. Erros: deixar cair uma perna, perder o equilíbrio e elevar-se sobre a ponta dos pés. Tentativas: duas para cada perna. Duração: máximo 30 segundos.
- i) *10 anos – equilíbrio na ponta dos pés – olhos fechados*: manter-se sobre a ponta dos pés, olhos fechados, braços ao longo do corpo, pés e pernas juntas. Erros: mover-se do lugar, tocar o chão com os calcanhares e balançar o corpo (permite-se ligeira oscilação). Tentativas: três. Duração: máximo 30 segundos.
- j) *11 anos – pé manco estático – olhos fechados*: com os olhos fechados, manter-se sobre a perna direita, o joelho esquerdo flexionado em ângulo reto, coxa esquerda paralela à direita e em ligeira abdução, braços ao longo do corpo. Após 30 segundos de descanso, repetir o mesmo exercício com a outra perna. Erros: baixar mais de três vezes a perna, tocar o chão com a perna levantada, mover-se do lugar e saltar. Tentativas: duas para cada perna. Duração: máximo 30 segundos.

Uma vez postos em acordo escola, pais, alunos e universidade, foi dado início à coleta de dados. Cada aluno realizou individualmente as atividades de equilíbrio diante da câmera filmadora disposta na sala de Judô. O tempo total para a realização de toda a bateria variou entre 15 e 20 minutos. Uma vez coletadas todas as imagens dos participantes, iniciou-se a análise e computação dos dados temporais. Para cada atividade seguiu-se o padrão de avaliação estipulado pela EDM (ROSA NETO, 2002). Ao contrário do que a escala propõe, a adaptação realizada aqui consistiu em executar todos os testes da bateria, independentemente se o aluno não fosse capaz de executar algum nível intermediário da bateria. Apesar de os movimentos serem similares para o grupo praticante de Judô, todos os participantes não possuíam experiência na execução da escala.

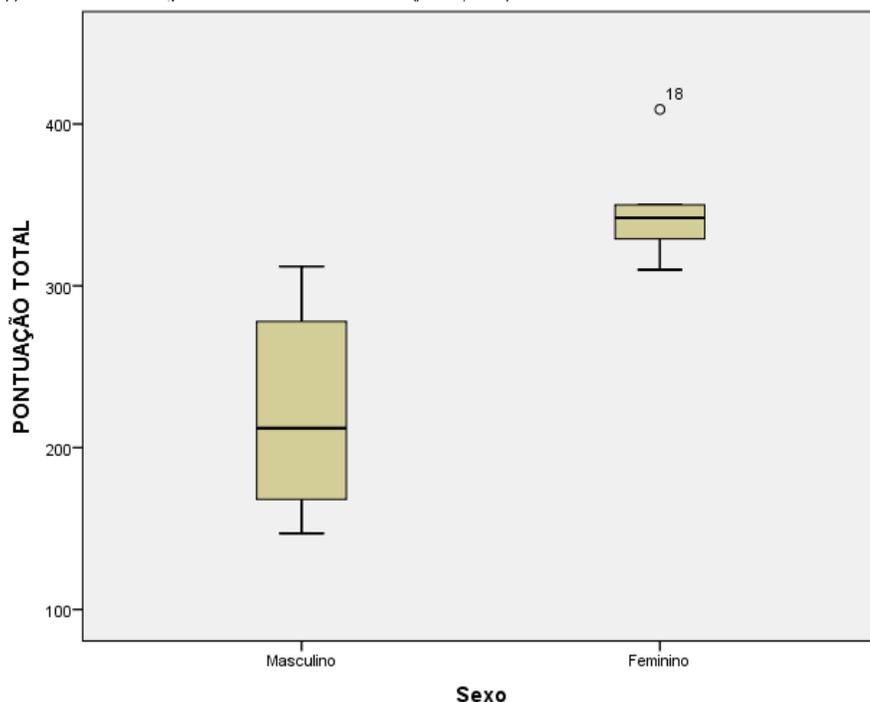
A avaliação da execução das 10 atividades ocorrerá em três níveis, um primeiro qualitativo, dizendo se cada aluno foi capaz ou não de executar o exercício proposto, um segundo computando o tempo total em que o aluno foi capaz de manter a posição, e um terceiro avaliando a qualidade do movimento, apontando a qualidade técnica do gesto de forma objetiva para levantar dificuldades da amostra estudada. Foi aplicada a prova *t* de Student (*t-test*) para averiguar a diferença entre os grupos, nas variáveis escalares, adotando como nível de significância 0,05. Os resultados estão expressos em média (*m*) e desvio padrão ( $\pm$ ).

#### 4 ANÁLISE DE RESULTADOS

A Figura 1 mostra que os participantes do sexo feminino apresentaram resultados melhores que os do masculino e uma menor variável entre elas, ficando entre 340 e 360s, com média de 350s. Já no masculino houve uma variável maior, de 180 a 280s, e uma média de 210s. Foi evidente a melhor pontuação do sexo feminino, possivelmente pelo fato de que três delas eram praticantes de *Ballet*. Entretanto, outra explicação pode ser dada de acordo com o estudo de Alves et al. (2013), o qual apon-

ta que as meninas possuem melhor equilíbrio que os meninos, em decorrência das características morfológicas e nas diferenças de maturação.

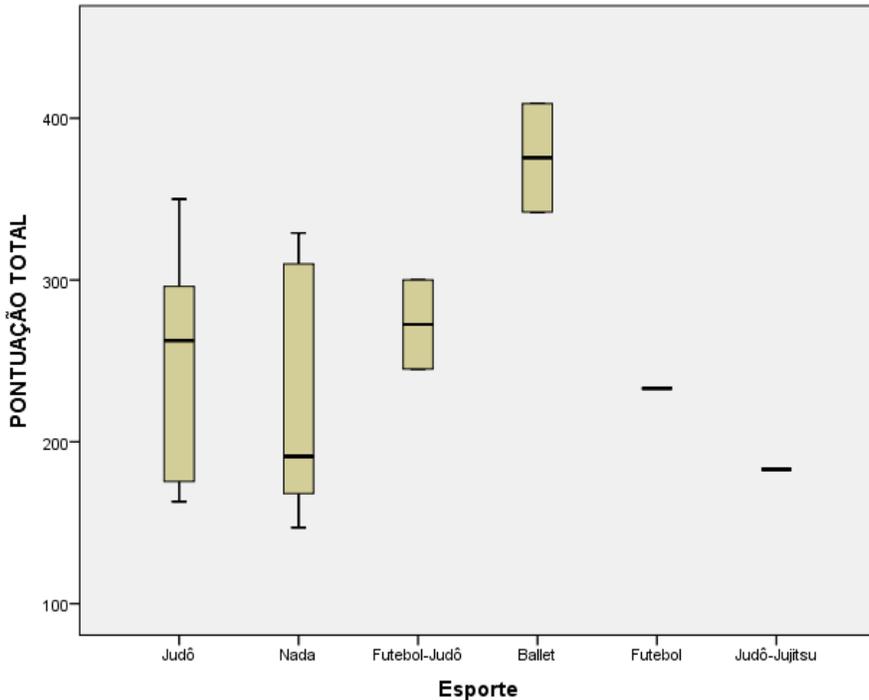
Figura 1 – Pontuação total entre os sexos ( $p < 0,001$ )



Fonte: os autores.

Na Figura 2 vê-se a importância da prática de uma modalidade orientada, uma vez que o *Ballet* possui resultado maior, seguida do Judô e Judô-Futebol, que obtêm resultados similares. Logo, os alunos que não praticam nenhuma modalidade orientada obtiveram piores resultados, seguidos dos praticantes de Judô-Jiu-jitsu, mas, neste caso, tem-se somente um participante de Judô-Jiu-jitsu, tornando difícil fazer uma comparação sólida entre os grupos. Esta figura mostra a importância da prática de uma modalidade extracurricular para o desenvolvimento do equilíbrio nas crianças.

Figura 2 – Pontuação por esportes praticado



Fonte: os autores.

Costa, Ferreira e Felício (2013), ao compararem o equilíbrio de bailarinos com corredores, judocas, jogadores de futebol e acrobatas, constataram que o *Ballet* desenvolve mais o equilíbrio, justificando-se pelo treinamento e exigência a cada treino sobre o equilíbrio estático postural específico desses atletas.

A Tabela 1 mostra os resultados para os testes em todos os grupos. Os resultados até quatro anos não aparecem porque todos os participantes gabaritaram no teste. Os testes de seis, nove e 11 anos foram realizados em ambas pernas, e é possível apontar a influência da lateralidade na execução dos testes. Na idade de nove anos o grupo de futebol e judô apresenta uma importante diferença entre os lados direito e esquerdo, o que pode ser indício de futuros desvios posturais (BANDEIRA et al., 2010).

Tabela 1 – Resultados da média em segundos (s) e desvio padrão ( $\pm$ ) por teste e modalidade

Teste	Judô (n=8)	Nada (n=5)	Futebol- Judô (n=2)	Ballet (n=2)	Futebol (n=1)	Judô-Jujitsu (n=1)
5 anos: equilíbrio nas pontas dos pés	23,75s $\pm 2,76$	19,99s $\pm 4,75$	29,00s $\pm 1,00$	30,00s	25,00s	16,00s
6 anos: pé manco estático	Esq. 17,13s $\pm 3,51$	15,80s $\pm 5,85$	27,00s $\pm 3,00$	30,00s	18,00s	9,00s
	Dir. 20,88s $\pm 3,29$	16,80s $\pm 7,01$	25,00s $\pm 5,00$	30,00s	19,00s	3,00s
7 anos: equilíbrio de cócoras	11,38s $\pm 3,51$	7,80s $\pm 4,35$	17,50s $\pm 12,50$	30,00s	22,00s	5,00s
8 anos: equilíbrio com o tronco flexionado	9,63s $\pm 2,56$	5,60s $\pm 1,03$	14,50s $\pm 5,50$	30,00s	3,00s	7,00s
9 anos: fazer um quatro	Esq. 14,13s $\pm 4,36$	13,20s $\pm 4,87$	22,00s $\pm 3,00$	30,00s	5,00s	7,00s
	Dir. 12,00s $\pm 3,58$	14,60s $\pm 6,32$	6,50s $\pm 3,50$	27,50s $\pm 2,50$	11,00s	3,00s
10 anos: equilíbrio na ponta dos pés - olhos fechados	11,63s $\pm 3,40$	8,20s $\pm 3,36$	3,50s $\pm 0,50$	28,50s $\pm 1,50$	3,00s	5,00s
11 anos: pé manco estático, olhos fechados	Esq. 5,63s $\pm 1,06$	3,40s $\pm 1,43$	4,50s $\pm 1,50$	16,50s $\pm 13,50$	3,00s	5,00s
	Dir. 4,88s $\pm 1,07$	4,60s $\pm 2,15$	3,00s	16,50s $\pm 13,50$	4,00s	3,00s

Fonte: os autores.

Nota: \*Os valores sem *dp* representam constantes no grupo.

A prática do Judô envolve o trabalho de nervos, músculos e intelecto, estimulando o equilíbrio entre o físico e o psíquico, propiciando o ganho de flexibilidade, força (SILVA et al., 2012), fortalecimento muscular e ósseo, atenção, respeito, humildade, equilíbrio, bilateralidade, resgate da autoestima, controle da ansiedade e impulsividade, desenvolvimento da atitude proativa e melhora das relações socioafetivas (JUNQUEIRA FILHO, 2013). Ademais, os praticantes apresentaram maior rendimento escolar (BATISTA; DELGADO, 2013; COSTA; SILVA, 2016), autoconceito, aceitação social (BATISTA; DELGADO, 2013), disciplina, segurança pessoal, amizade e condição ética quando comparados a não praticantes de atividade física (COSTA; SILVA, 2016).

Sá e Pereira (2003) avaliaram a coordenação motora e o equilíbrio de 57 meninos entre oito e 12 anos praticantes de Judô (GJ) e não praticantes de Judô (GC), por meio do teste Bruininks-Oseretsky. Os resultados mostraram diferença significativa entre os grupos e maiores níveis de equilíbrio por parte do GJ. Já Nobre et al. (2008) aplicaram a bateria do teste psicomotor de Picq e Vayer em 32 crianças entre seis e 11 anos, de ambos os sexos, e constataram que nos três testes o GJ apresentou maiores resultados que o GC, e o equilíbrio obteve 1,17 anos a mais do que o GC, que apresentou déficit de um ano, com dificuldades de manutenção da postura e locomoção.

Foi encontrado um estudo que também utilizou o Protocolo de Testes de Escala de Desenvolvimento Motor (EDM), de Francisco Rosa Neto (2002), porém com crianças de nove e 10 anos. Os resultados mostraram que no GJ 67% das crianças com nove anos apresentaram estar acima da idade cronológica, enquanto que no GC 60%, além de 20% destes estarem abaixo da idade cronológica. Nos sujeitos com 10 anos, 56% dos participantes do GJ estão acima da idade cronológica e no GC 40% estão acima, 40% abaixo e 20% estão com 10,5 anos. Caso as crianças não concluíssem com êxito a etapa do teste, este se encerrava (FERRAZ, 2015), o que pode ter restringido os resultados, uma vez que de alguma forma os participantes eram capazes de executar parcialmente o teste, e

isso pode influenciar na comparação da idade cronológica com o desenvolvimento motor da criança.

Outra questão a ser levantada é que no presente estudo não foi observado o membro dominante dos participantes, o que dificulta a análise. Alonso et al. (2008) compararam a diferença entre os membros na estabilidade geral, médio/lateral ou ântero/posterior em judocas adultos e sedentários, verificando que não houve diferenças entre os membros nos judocas, enquanto que nos sedentários, a estabilidade médio-lateral do lado não dominante foi maior que o lado dominante.

De modo geral, o Judô tem mostrado melhorar de forma unânime a qualidade de vida das crianças (COSTA; SILVA, 2016). No entanto, durante seus estágios de desenvolvimento, o professor deve respeitá-los, podendo, assim, trabalhar sem precisar se prender à idade cronológica (SÁ; PEREIRA, 2003).

Observa-se como limitações do estudo o número de participantes e a não identificação do membro dominante dos indivíduos. Dessa forma, sugerem-se novos estudos comparando-os com a idade, o sexo e o protocolo de EDM de Rosa Neto (2002) com a adaptação efetuada no protocolo deste estudo.

## 5 CONCLUSÕES

O Judô melhora o equilíbrio corporal de escolares? Sim, principalmente quando comparado às crianças que não realizam outra atividade. Entretanto, salienta-se que o fato de as bailarinas possuírem os melhores resultados ocorre pela especificidade do teste, por isso testes de equilíbrio dinâmico específico do Judô devem ser desenvolvidos para aplicação em escolares. Apesar de a amostra do estudo ser limitada, ficou evidente que qualquer atividade extracurricular que represente horas a mais de atividade física para as crianças é benéfica para o seu desenvolvimento.

## REFERÊNCIAS

ALONSO, A. C. et al. Estudo comparativo do equilíbrio postural entre atletas de judô e indivíduos sedentários. **Revista Brasileira de Biomecânica**, v. 9, n. 17, p. 130-137, 2008.

ALVES, R. F. et al. Influência do gênero no equilíbrio postural de crianças com idade escolar. **Revista CEFAC**, v. 15, n. 3, p. 528-537, maio/jun. 2013.

BANDEIRA, F. M. et al. Comparação entre a cifose torácica de idosos sedentários e praticantes de atividade física pelo método flexicurva. **Revista brasileira de cineantropometria e desempenho humano**, v. 12, n. 5, p. 381-386, 2010.

BARRETO, S. de J. **Psicomotricidade**: educando e reeducando. Blumenau: Livraria acadêmica, 2000.

BATISTA, M.; DELGADO, S. C. A prática de judô em relação com o autoconceito, a autoestima e o rendimento escolar de alunos do primeiro ciclo do ensino básico. **Revista de Ciências del Deporte**, v. 9, n. 3, p. 193-210, 2013.

CARAZZATO, S. G. Incidências de Lesões Traumáticas em Atletas Competitivos de Dez Modalidades Esportivas. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 27, n. 10, p. 745-59, 1992.

COSTA, M. S. da S.; FERREIRA, A. de S.; FELÍCIO, L. R. Equilíbrio estático e dinâmico em bailarinos: revisão da literatura. **Revista Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 20, n. 3, p. 299-305, jul./set. 2013.

COSTA, R. B. F.; SILVA, L. M. F. A influência do judô na qualidade de vida de judocas da turma de iniciação. **Encontros Universitários da UFC**, Fortaleza, v. 1, 2016.

DRIGO, A. J. et al. Artes marciais, formação profissional e escolas de ofício: Análise documental do judô brasileiro. **Motricidade**, v. 7, n. 4, p. 49-62. 2011.

FERRAZ, M. A. **Aspectos psicomotores e a prática do judô em escolares**. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física)–Centro Universitário de Brasília, Brasília, DF, 2015.

FRANCHINI, E. **Judô: desempenho competitivo**. 1. ed. São Paulo: Manole, 2001.

JUNQUEIRA FILHO, M. M. Os benefícios do judô para o ensino fundamental. Brasília, 2013. **Trabalho de Conclusão de Curso** (Licenciatura em Educação Física)–Centro Universitário de Brasília, Brasília, DF, 2013.

NOBRE, C. J. N. et al. Estudo comparativo do desenvolvimento psicomotor em crianças praticantes de judô. In: ENCONTRO DE INICIAÇÃO À PESQUISA, 14., 2008. **Anais...** Fortaleza: Universidade de Fortaleza, 2008.

NUNES, A. V.; RUBIO, K. As origens do judô brasileiro: a árvore genealógica dos medalhistas olímpicos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 4, p. 667-678, out./dez. 2012.

ROSA NETO, F. **Manual de avaliação motora**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ROSA NETO, F. et al. A importância da avaliação motora em escolares: análise da confiabilidade da escala de desenvolvimento motor. **Revista brasileira de cineantropometria e desempenho humano**, Florianópolis, v. 12, n. 6, p. 422-427, abr. 2010.

SÁ, V. W. e; PEREIRA, J. S. Influência de um programa de treinamento físico específico no equilíbrio e coordenação motora em crianças iniciantes no Judô. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v. 11, n. 1, p. 45-52, jan. 2003.

SANTOS, S. G. dos. **Judô**: buscando o caminho suave. Florianópolis: Duplic, 2014.

SILVA, I. O. et al. Efeito do treinamento do judô sobre a aptidão física relacionada à saúde em crianças e adolescentes. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 11, n. 2, 2012.

TRUSZ, R. A.; DELL'AGLIO, D. D. A prática do judô e o desenvolvimento moral de crianças. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 3, n. 2, jul./dez. 2010.

VIRGÍLIO, S. **A arte do judô**. 3. ed. Rio Grande do Sul: Rigel, 1994.

YOSHITOMI, S. K. et al. Respostas posturais à perturbação inesperada em judocas de diferentes níveis de habilidade. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 12, n. 3, maio/jun. 2006.

### **Agradecimentos**

Não fosse o importante apoio e entendimento da necessidade em ampliar o conhecimento do tema da pesquisa da diretora da Escola, Evanir Lemes Sandrin, esta pesquisa não poderia ter sido levada a cabo. Agradecemos aos pais dos alunos participantes da pesquisa também por notarem a relevância do tema e sua aplicabilidade.



# A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES ASMÁTICOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Gilson José Almeida<sup>1</sup>  
Rafael Cunha Laux<sup>2</sup>  
Aline de Oliveira Martins<sup>3</sup>  
Thuane Lopes Macedo<sup>4</sup>

## RESUMO

A asma tem apresentado alto índice de morbidade e mortalidade em países em desenvolvimento, quando não tratada. Normalmente, as crianças quando são expostas às atividades físicas de alta intensidade entram em crise e os pais, ao perceberem a dificuldade na respiração, proibem-nas de participarem delas. Os medicamentos associados com a prática de exercício físico adequado podem minimizar as crises asmáticas em crianças e adolescentes, em decorrência do aumento da imunidade e capacidade respiratória. Nesse sentido, neste estudo teve-se como objetivo verificar as produções científicas sobre os efeitos do exercício físico em asmáticos. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica integrativa. Buscaram-se artigos científicos que relacionassem asma com exercício físico em crianças e adolescentes. Os resultados indicaram poucos estudos relacionados à asma e à atividade física. Esses artigos ressaltam a importância da prática regular de exercício físico somado com o acompanhamento e o tratamento adequado dos asmáticos para a diminuição das crises asmáticas. Portanto, conclui-se a importância de incentivar a prática regular do exercício em crianças e adolescentes asmáticos, principalmente a natação, para a melhoria de sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Asma. Exercício físico. Crianças. Adolescentes.

---

<sup>1</sup> Graduado em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; gillson.unoesc@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria; Especialista em Personal Training pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professor no Curso de Educação Física e na Universidade da Melhor Idade da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; rafael-laux@hotmail.com

<sup>3</sup> Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria; martinsaline@live.com

<sup>4</sup> Mestranda em Gerontologia pela Universidade Federal de Santa Maria; thuanelopesmacedo@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

A asma trata-se de uma doença que limita o desenvolvimento torácico do indivíduo, podendo causar deformidades, acarretando alto índice de morbidade e mortalidade em países em desenvolvimento, principalmente em crianças e adolescentes. Os desencadeadores das crises asmáticas provocam cansaço precoce, tosse, chiado no peito e sensação de aperto na região torácica (GUALDI; TUMELERO, 2004).

Nas redes públicas de saúde, o atendimento a pessoas com asma é feito em três tipos de atenção: primária, secundária e terciária. Atenção primária para a saúde é diagnosticar, fazer o tratamento, controlar e acompanhar a maioria dos pacientes com crises asmáticas, proporcionando um melhor acesso ao atendimento e conhecendo as condições ambientais em que vivem tais indivíduos (ARAUJO; ROCHA; ALVIM, 2014).

Professores e pais devem buscar soluções juntos para que os alunos conquistem uma vida saudável e ativa, por meio da presença das crianças e adolescentes nas práticas esportivas e no meio social. Os professores têm como principal objetivo buscar alternativas que possam incluir os alunos com asma em suas aulas práticas, evitando a exclusão por parte dos colegas e até mesmo da sociedade, pois a criança cresce retraída com medo de interagir com outras pessoas, fazendo que automaticamente seja excluída das aulas de Educação Física (ARAGÃO et al., 2012).

Nesse sentido, o objetivo com este estudo foi verificar as produções científicas sobre efeitos do exercício físico em asmáticos. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica integrativa em que se buscaram artigos para contemplar o objetivo do manuscrito, em dois *sites* de pesquisa de trabalhos científicos brasileiros: Scielo Brasil e Portal de Periódicos CAPES até agosto de 2016.

Foram selecionados 11 artigos relacionados ao tema de pesquisa, que identificam a natação como uma prática física mais adequada para os asmáticos.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 ASMA E SEUS DESENCADEADORES

A asma trata-se de uma doença que limita o desenvolvimento torácico do indivíduo, podendo causar deformidades, acarretando alto índice de morbidade e mortalidade em países em desenvolvimento, principalmente em crianças e adolescentes. Os principais fatores que desencadeiam essa doença são: ambientais, emocionais, alérgenos inalados e também pela prática de exercício físico. Em um indivíduo susceptível, essa inflamação causa episódios recorrentes de sibilos, falta de ar, aperto no peito e tosse, particularmente à noite ou de manhã cedo. Esses episódios são associados, normalmente, à obstrução difusa, porém variável ao fluxo aéreo, que frequentemente é reversível, espontaneamente ou com tratamento. A inflamação também causa aumento associado da resposta brônquica a uma variedade de estímulos (GUALDI; TUMELERO, 2004).

A criança asmática, quando não é tratada, tende a carregar para a adolescência e a vida adulta diversos problemas respiratórios, como: diminuição da sua capacidade torácica e postural. Para minimizar as hospitalizações provocadas pelas crises asmáticas, os pais devem ter mais atenção ao seu problema respiratório, procurando especialistas para detectarem os fatores que desencadeiam tais crises. Além dos agravantes físicos, a criança também apresenta dificuldade no processo de socialização com os pares (ARAGÃO et al., 2012).

Normalmente, ao perceberem que seus filhos entram em crise após uma atividade que exija esforço físico, proibem as crianças de participarem de brincadeiras que incluam correr e saltar, exercícios que requerem movimento constante (COSTA et al., 2008). Entretanto, os profissionais da saúde já recomendam a prática da atividade física como forma de tratamento para asmáticos (CORAZZA et al., 2016). O uso de medicamentos corretos aliado à prática de atividades físicas regulares são estratégias importantes para manter a qualidade de vida dos indivíduos

acometidos com essa patologia, pois melhoram a capacidade respiratória e aumentam a imunidade.

## 2.2 ASMA INDUZIDA PELO EXERCÍCIO

Asma induzida pelo exercício (AIE) é a obstrução das vias aéreas limitando a passagem de ar logo após a execução de uma atividade física, podendo ser observada e analisada em crianças e adolescentes de diferentes fases e condicionamento físico, em que as crises aparecem logo no início das atividades. De acordo com Laitano e Meyer (2007), a causa do início da crise asmática é primeiro a desidratação das vias aéreas, pela perda excessiva de água, fazendo que a musculatura lisa brônquica tenha uma contração reduzindo o espaço de circulação do ar pelas vias respiratórias.

A observação de crianças com AIE inicia a partir dos sintomas de tosse, chiado no peito e dificuldade de respirar, precisando de suporte de adultos para enfrentar essa crise; por parte delas escondem por sentirem vergonha da reação de outras crianças. Pais com filhos asmáticos devem estar presentes no tratamento, pois asma não causa somente danos físicos, mas também psicológicos. A vítima de ocorrências seguidas de broncoespasmo pode não vivenciar todas as experiências físico-motoras e afetivo-sociais necessárias para que se obtenha um nível saudável no padrão de vida (SILVA et al., 2013).

Avaliação espirométrica é uma estratégia fundamental para o tratamento de AIE, em repouso se volume expiratório forçado VEF mostrar valores inferiores a 90. Se forem apresentados valores normais, a realização de aquecimento com alta intensidade 80% FC máxima pode ser suficiente para reduzir a crise ao exercício. As drogas betas adrenérgicas de ação instantânea são um tratamento mais efetivo para AIE porque seu tratamento é via inalação com medicamentos como salbutamol e cromoglicato dissódico, por sua ação bronco dilatadora (WICHER et al., 2010).

Crianças com AIE que praticarem exercícios respiratórios podem estar controlando sua respiração no momento final das atividades

executadas. Melhorar seu comportamento postural também diz respeito aos exercícios respiratórios, podendo ser corrigido durante sua infância e adolescência (LAITANO; MEYER, 2007).

## 2.3 CRIANÇAS ASMÁTICAS E A NATAÇÃO

Entre as diversas atividades físicas, os pais têm preferido a natação, com a finalidade de proporcionar saúde e bem-estar para a criança asmática. Um estudo de Corazza et al. (2016) demonstrou que a natação, quando comparada à corrida em esteira rolante e livre e ao ciclismo, tem sido considerada uma atividade menos asmagênica que induz menor broncoconstrição, diminuindo, assim, a agressão no aparelho respiratório, diferente de outras modalidades de atividade física.

A umidade do ambiente reduz a perda de água pela respiração diminuindo a osmolaridade do muco das vias aéreas. A posição horizontal do corpo durante a prática da natação também exerce um papel importante porque altera a rota respiratória, assim, deve produzir menos resistência das vias aéreas do que outras modalidades. A natação, dessa forma, é recomendada aos asmáticos como uma opção segura e agradável de se manter ativo, aumentando sua capacidade aeróbica para melhorar sua qualidade de vida (PEREIRA et al., 2009).

Durante as aulas de natação, pausas para recuperação do ritmo respiratório e reposição do *déficit* de oxigênio são fundamentais. Os diferentes estilos da natação (nado *crawl*, costas, peito ou borboleta) exigirão modificação na forma de respirar, ou seja, o aluno deverá inspirar pela boca e expirar pelo nariz e pela boca, visto que essa expiração deverá ser forçada, exigindo um trabalho maior da musculatura encarregada da forma e da função do aparelho respiratório, tornando-se, assim, a natação um meio de estimulação da função respiratória de correção das deformações que atingem a caixa torácica (PEREIRA et al., 2009).

Crianças e adolescentes que aprendem a lidar com seus problemas de asma têm uma vida mais tranquila, pois sua saúde está vigiada por seus pais e também pelo seu médico, indicando o nível de esforço que

a criança pode ter durante suas atividades físicas. Deve haver o cuidado com lugares frios e secos onde a crise asmática sempre agrava, deixando o aluno mais cansado do que o habitual. A atividade física orientada melhora a tolerância ao esforço e torna o estilo de vida mais ativo. Embora essas variáveis não tenham sido estudadas nesta pesquisa, acredita-se que esses indivíduos obtiveram benefícios semelhantes (ARAÚJO; ROCHA; ALVIM, 2014).

Segundo Borba et al. (2009), pesquisadores que trabalham com programas de atividades físicas, mais especificamente o trabalho aeróbio, chegaram à conclusão de que asmáticos, depois de um treinamento adequado adquirem melhor rendimento motor e tolerância ao esforço. Crianças asmáticas têm capacidade como qualquer outra criança para praticar exercícios físicos, o cuidado deve estar nos momentos de aplicar as medicações, pois sem o tratamento de inaladores e outros medicamentos a asma pode agravar e as crises acabar trazendo riscos para a saúde dos alunos.

Professores e pais devem buscar soluções juntos para que os alunos conquistem uma vida saudável e ativa, para que a criança se sinta incluída no meio social como qualquer outra que não tenha o problema de asma, sem preocupações com crises que não possam ser controladas, sendo necessário que o professor de Educação Física promova adaptações nas suas atividades para que os alunos com asma possam participar das aulas, fazendo com que haja uma integração com outras crianças, deixando de lado a exclusão e visando à importância da diversidade (PEREIRA et al., 2009).

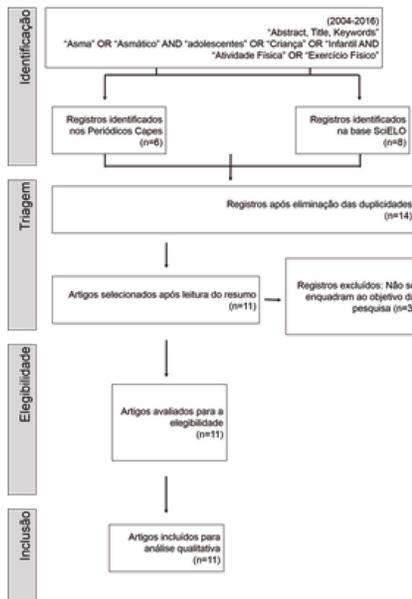
### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

O estudo se trata de uma pesquisa bibliográfica integrativa. De acordo com Souza, Silva e Carvalho (2010), trata-se de uma ampla abordagem metodológica referente às revisões, permitindo a inclusão de estudos experimentais e não experimentais para uma compreensão completa do fenômeno analisado.

Buscaram-se artigos com as seguintes palavras-chave: (“asma” OR “asmático”) AND (“adolescentes” OR “criança” OR “infantil”) AND (“atividade física” OR “exercício físico”), considerando a presença da palavra no *título e/ou abstract*, em dois sites de pesquisa de trabalhos científicos brasileiros: Scielo Brasil e Portal de Periódicos CAPES até agosto de 2016.

Os artigos selecionados foram lidos para que houvesse a exclusão dos artigos repetidos ou de alguns que não se adequassem ao objetivo da pesquisa. Foram incluídos os artigos que abordassem a respeito da asma e do exercício físico, conforme o Organograma 1. Os dados foram organizados em forma de matriz, com as principais informações de cada artigo: ano de publicação, título do artigo, autores, periódico, país, base em que foi localizada, categoria de pesquisa, natureza/abordagem da pesquisa, objetivos do estudo, referencial teórico (principais autores utilizados), metodologia, resultados, observações pertinentes, inclusão ou exclusão do estudo.

Organograma 1 – Seleção dos artigos



Fonte: os autores.

## 4 RESULTADOS

A partir das combinações das palavras “asma” e “asmático”, “adolescentes”, “criança” ou “infantil e “atividade física” ou “exercício físico”, foram encontrados 14 artigos relacionados com o objetivo da pesquisa. Em seguida, com a exclusão de artigos que não se enquadraram na proposta do tema, pela leitura do título, resumo e também dos duplicados, selecionaram-se 11 artigos para a amostra analisada. Os artigos selecionados na pesquisa são apresentados a seguir no Quadro 1, com os dados de referência, revista, tipo de estudo, número de participantes, sexo e amostra, população investigada, instrumentos utilizados e título.

Referência	Revista	Tipo de estudo	N. de participantes	Sexo/Amostra	População investigada	Instrumentos utilizados	Título	Conclusão
Aragão et al. (2012)	Revista Paulista de Pediatria	Quantitativo.	126	Crianças e adolescentes asmáticos.	Crianças, adolescentes e seus pais.	Questionário PAQLQ.	Qualidade de vida na asma brônquica – a concordância das percepções das crianças, adolescentes e seus pais.	O PALQ-A não foi bem compreendido pela população estudada e não houve concordância na percepção sobre qualidade de vida das crianças e dos adolescentes asmáticos e seus pais.
Araujo, Rocha, e Alvim (2014)	Revista Paulista de Pediatria	Qualitativo.	7	Adolescentes.	Adolescentes asmáticos.	Entrevista semiestruturada.	Adolescência e manejo da asma: a perspectiva dos assistidos na atenção primária à saúde.	Os resultados mostraram que o grupo de pares, a família e a escola devem ser mais valorizados pelos profissionais e pelos serviços de saúde, pois essas instâncias se relacionam intimamente com adolescentes e têm papéis importantes no tratamento da asma.

Referência	Revista	Tipo de estudo	N. de participantes	Sexo/Amostra	População investigada	Instrumentos utilizados	Título	Conclusão
Corazza et al. (2016)	Revista Pensar a Prática	Qualitativo.	0	Crianças.	Crianças.	Informações práticas para intervenção da doença.	Asma infantil – esclarecimentos e uma proposta de intervenção motora, física e funcional.	Para o trato diário de crianças asmáticas se torna fundamental que a família e seus professores tenham esclarecimentos básicos sobre a doença, seus níveis de severidades, suas causas e formas alternativas de tratamentos da doença, pois o mais comum na sociedade brasileira é o uso de fármacos.
Costa et al. (2008)	Jornal Brasileiro de Pneumologia	Qualitativo.	37	Meninas e meninos asmáticos.	Crianças de 8 a 10 anos.	Técnica do uso do inalador, exercícios respiratórios e questionário.	Acampamento para crianças asmáticas.	O programa de acampamento educacional pode aumentar o conhecimento sobre questões específicas, encorajar a participação em atividades físicas e melhorar a habilidade das crianças no manejo da asma.

Referência	Revista	Tipo de estudo	N. de participantes	Sexo/ Amostra	População investigada	Instrumentos utilizados	Título	Conclusão
Gualdi e Tumelero (2004)	Revista Digital	Quantitativo.	4	Meninos e Meninas.	Crianças de 5 a 9 anos.	Aplicação de questionário.	Asma e os benefícios para a atividade física.	Um programa de atividades físicas adaptadas ao asmático deve conter: exercícios respiratórios diafragmáticos intercalados nas atividades; caminhadas com respiração diafragmática; corridas curtas e sem provocar perda do controle/rítmo respiratório; exercícios posturais; exercícios de quadrupedismo em extensão e alongamento, que são preventivos para alterações posturais/torácicas e promovem mobilidade torácica.

Referência	Revista	Tipo de estudo	N. de participantes	Sexo/ Amostra	População investigada	Instrumentos utilizados	Título	Conclusão
Laitano e Meyer (2007)	Revista Brasileira de Medicina do Esporte	Qualitativo.	164	Crianças.	11 anos.	Observação.	Asma induzida pelo exercício: aspectos atuais e recomendações.	Deve-se incentivar a prática de exercícios devidamente prescritos e minimizar as restrições aos sujeitos com AIE.
Mendonça, Neto e Vargas (2010)	Revista Saúde e Pesquisa	Qualitativo.	3	Meninas.	11 anos	Pesquisa de campo.	Ginástica respiratória associada à natação para a melhoria da função pulmonar em crianças com asma brônquica.	A ginástica respiratória associada à natação propicia uma melhora significativa da função pulmonar em crianças portadoras de asma brônquica, contribuindo para uma melhor qualidade de vida, o que é um parâmetro passível de melhora pelos programas de exercícios, inclusive refletindo a diminuição da asma bem como do uso de medicação.

Referência	Revista	Tipo de estudo	N. de participantes	Sexo/ Amostra	População investigada	Instrumentos utilizados	Título	Conclusão
Moraes et al. (2012)	Jornal Brasileiro de Pneumologia	Qualitativo.	69	Crianças e adolescentes.	33 com asma intermitente e 36 saudáveis.	Avaliações clínicas.	Capacidade aeróbica em crianças e adolescentes com asma intermitente e persistente leve no período intercrises.	O diagnóstico de asma intermitente ou persistente leve não influenciou a capacidade aeróbica em crianças e adolescentes no período intercrises.
Pereira et al. (2009)	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	Qualitativo.	42	Adolescentes.	20 meninos e 22 meninas.	Entrevista.	Fatores motivacionais de crianças e adolescentes asmáticos para a prática de natação.	Conclui-se que um ambiente de prática da natação que propicie vivências motoras para a promoção da saúde e não à competição e ao desempenho esportivo é apontado como ideal para crianças e adolescentes asmáticos.
Silva et al. (2013)	Motriz Revista de Educação Física	Qualitativo.	24	Crianças e adolescentes.	12 com asma e 12 sem asma.	Questionário.	Equilíbrio corporal em crianças e adolescentes asmáticos e não asmáticos.	Por fim, por meio desses resultados, afirma-se que a asma com suas limitações e consequências parece influenciar negativamente o equilíbrio corporal quando se compara a crianças sem diagnóstico da patologia.

Referência	Revista	Tipo de estudo	N. de participantes	Sexo/ Amostra	População investigada	Instrumentos utilizados	Título	Conclusão
Wicher et al. (2010)	Jornal de Pediatria	Qualitativo.	71	Crianças e adolescentes.	6 a 18 anos.	Testes espirométricos.	Avaliação espirométrica e da hiper-responsividade brônquica de crianças e adolescentes com asma atópica resistente moderada submetidos à natação.	Crianças e adolescentes com AAPM que se submeteram a um programa de natação apresentaram diminuição estatisticamente significativa da hiper-responsividade brônquica, com aumento dos valores da PC20 de metacolina, quando comparados aos com AAPM que não realizaram natação. O GN também apresentou melhora no componente da força elástica do tórax.

Fonte: os autores.

## 5 DISCUSSÃO

O objetivo com este estudo foi verificar as produções científicas sobre efeitos do exercício físico em crianças e adolescentes asmáticos. Diante disso, foram encontrados estudos voltados a pesquisas e questionários com indivíduos asmáticos para analisar a gravidade da asma presente em suas vidas. De acordo com Mendonça, Neto e Vargas (2010), as crianças asmáticas adquirem um estilo de vida sedentário e menores índices de condicionamento físico aeróbio quando comparadas a crianças não asmáticas.

As crianças que têm asma e não buscam ajuda médica podem retardar seu desenvolvimento agravando sua saúde nas fases seguintes da sua vida. Em alguns casos, a asma é reversível, espontaneamente ou por intermédio de tratamento, e pode ser desencadeada por uma série de estímulos, como alérgicos, irritantes, climáticos e pela prática inadequada de exercício físico (ARAGÃO et al., 2012).

Os estudos investigados indicam a natação como principal exercício físico para crianças e adolescentes asmáticos (CORAZZA et al., 2016; WICHER et al., 2010; MENDONÇA; NETO; VARGAS, 2010; PEREIRA et al., 2009). A umidade do ambiente da natação diminui o ressecamento das vias aéreas durante a prática do exercício físico. A posição horizontal do corpo exigida pela prática também altera a rota respiratória, produzindo menor resistência das vias aéreas do que outras modalidades (PEREIRA et al., 2009).

Os benefícios do exercício físico e do tratamento para as crianças e adolescentes asmáticos é a melhora da imunidade que ocorre com os treinamentos, diminuindo as crises de asma, melhorando sua condição física, que lhe permite suportar com mais tranquilidade os agravos da saúde, pois aumenta sua resistência, fornecendo-lhe reservas para enfrentar as crises obstrutivas. Aumento de apetite, melhora do sono, diminuição do uso de drogas e sensação de bem-estar também são fatores associados à melhora da condição física (GUALDI; TUMELERO, 2004). Somado a isso, o exercício físico pode melhorar a condição de equilíbrio corporal,

os sistemas sensoriais, o sistema motor e, ainda, reduzir as instabilidades posturais em diferentes populações (SILVA et al., 2013).

Os malefícios encontrados em crianças e adolescente não praticantes de atividade física são alterações torácicas e posturais causadas pela asma, podendo modificar essa mecânica fisiológica do pulmão. Dessa forma, as alterações torácicas podem ser causadas pelas alterações nessa mecânica, em que, dependendo da gravidade, podem significar uma diminuição na capacidade respiratória. A repetição das crises com o aumento de volume residual vai dando ao tórax a característica do padrão respiratório assumido. As deformidades são provocadas em razão da ausência de ar causada por obstrução das vias aéreas, o que resulta na retração das costelas. A repetitividade das crises como o aumento de volume residual vai dando ao tórax a característica do padrão respiratório assumido (GUALDI; TUMELERO, 2004).

## **6 CONCLUSÃO**

Ao levantar produções científicas que avaliaram os efeitos do exercício físico em asmáticos indicou que a asma é um assunto que deve ser tratado com bastante atenção pelos asmáticos e sua família. Os estudos validados para esta pesquisa são na grande maioria de coleta de dados do comportamento e do grau de crises de asma dos indivíduos por meio de questionário e entrevistas, sendo a natação indicada para crianças e adolescentes asmáticos.

Apesar dos apontamentos realizados neste trabalho, sugere-se a importância de estudo experimental para verificar os efeitos do exercício físico de natação para os asmáticos em várias dimensões, como qualidade de vida, sono, crises asmáticas e condicionamento físico geral.

## REFERÊNCIAS

ARAGÃO, L. J. et al. Qualidade de vida na asma brônquica – a concordância das percepções das crianças, adolescentes e seus pais. **Revista Paulista de Pediatria**, Recife, v. 30, n. 1, p. 13-20, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v30n1/03.pdf>>. Acesso em: 05 abr. 2016.

ARAUJO, A.; ROCHA, R.; ALVIM, C. Adolescência e manejo da asma: a perspectiva dos assistidos na atenção primária à saúde. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 32, n. 3, set. 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-05822014000300171](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-05822014000300171)>. Acesso em: 05 abr. 2016.

BORBA, R. I. H. de et al. O mundo da criança portadora de asma grave na escola. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 22, p. 921-927, 2009. Edição Especial. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-21002009000700015&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002009000700015&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 02 maio 2016.

CORAZZA, S. T. et al. Asma infantil – esclarecimentos e uma proposta de intervenção motora, física e funcional. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 19, n. 1, jan./mar. 2016. Disponível em: <<https://revistas.ufg.emnuvens.com.br/fef/article/view/38577/pdf>>. Acesso em: 18 maio 2016.

COSTA, M. do R. da et al. Ana. Acampamento para crianças asmáticas. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, São Paulo, v. 34, n. 4, abr. 2008. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-37132008000400002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-37132008000400002)>. Acesso em: 10 abr. 2016.

GUALDI, F. R.; TUMELERO, S. Asma e os benefícios para atividade física. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 10, n. 72, maio. 2004. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd72/asma.htm>>. Acesso em: 10 abr. 2016.

LAITANO, O.; MEYER, F. Asma induzida pelo exercício: aspectos atuais e recomendações. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 13, n. 1, jan./fev. 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86922007000100015](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922007000100015)>. Acesso em: 15 abr. 2016.

MENDONÇA, S.; NETO, N.; VARGAS, S. Ginástica respiratória associada à natação para melhoria da função pulmonar em crianças com asma brônquica. **Revista Saúde e Pesquisa**, São Camilo, v. 3, n. 3, p. 291-296, set./dez. 2010. Disponível em: <<http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/1529/1146>>. Acesso em: 04 Maio 2016.

MORAES, E. et al. Capacidade aeróbica em crianças e adolescentes com asma intermitente e persistente leve no período intercrises. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, Santa Maria, v. 38, n. 4, p. 438-444, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-37132012000400005](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-37132012000400005)>. Acesso em: 12 maio 2016.

PEREIRA, É. et al. Fatores motivacionais de crianças e adolescentes asmáticos para a prática de natação. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 17, n. 3, p. 9-17, 2009. Disponível em: <<http://portal-revistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/1037/1399>>. Acesso em: 20 abr. 2016.

SILVA, M. C. R. da et al. Equilíbrio corporal em crianças e adolescentes asmáticos e não asmáticos. **Motriz Revista de Educação Física**, Rio Claro, v. 19, n. 2, abr./jun. 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/motriz/v19n2/25.pdf>>. Acesso em: 03 maio 2016.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nr m=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nr m=iso)>. Acessado em: 02 maio 2016.

WICHER, I. B. et al. Avaliação espirométrica e da hiper-responsividade brônquica de crianças e adolescentes com asma atópica resistente moderada submetidos a natação. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 86, n. 5, p. 384-390, 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0021-75572010000500006](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572010000500006)>. Acesso em: 13 maio 2016.



# COORDENAÇÃO MOTORA FINA E LATERALIDADE DE CRIANÇAS ENTRE SETE E 10 ANOS DE UMA ESCOLA ESTADUAL DO MUNICÍPIO DE CHAPECÓ

Mariluce P. Vieira<sup>1</sup>  
Dalila Guerezi<sup>2</sup>

## RESUMO

O objetivo com esta pesquisa foi verificar se há uma associação da coordenação motora fina com a lateralidade em crianças entre sete e dez anos, de ambos os sexos, estudantes de uma escola estadual do Município de Chapecó, SC. Esta é uma pesquisa caracterizada como descritiva qualitativa, transversal, não probabilística. A amostra foi composta por 67 crianças, sendo 39 meninos e 28 meninas que frequentam o 2º, o 3º, o 4º e o 5º anos do Ensino Fundamental I. O instrumento utilizado foi a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM). Para analisar os dados, primeiramente foi calculada a idade cronológica das crianças, a idade motora e o quociente motor referente à coordenação motora fina e identificada a lateralidade manual, ocular e pedal, bem como a lateralidade geral. Os resultados apontam que tanto os meninos quanto as meninas apresentaram um déficit na motricidade fina, embora os meninos tenham se classificado em um nível motor normal, o que não aconteceu com as meninas. Em relação à lateralidade, a maioria dos meninos e meninas é destra. Diante desses resultados, o estudo não apresentou correlação entre a motricidade fina e a lateralidade, o que é contestado por alguns autores. Palavras-chave: Lateralidade. Motricidade. Escolares. Educação Física.

## 1 INTRODUÇÃO

O desenvolvimento motor é importante desde o nascimento, pois o ser humano apresenta a capacidade de interagir com o ambiente

---

<sup>1</sup> Mestre em Ciência do Movimento Humano pela Universidade do Estado de Santa Catarina; Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; marilucekuty@hotmail.com

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; dali-lag@hotmail.com

e para isso usa seus movimentos, os quais sofrem alterações ao longo do tempo. Percebem-se essas alterações na fase escolar, em que a relação indivíduo, ambiente e tarefa é bem evidente, pois a escola proporciona experiências necessárias no tempo certo para desenvolver as habilidades motoras até que as crianças possam ter controle sobre seus movimentos fundamentais. Por isso, a variedade de movimentos deve ser o maior possível para assim ampliar o conhecimento e o controle corporal das crianças (MAGILL, 2000).

Até os sete anos, as crianças já vivenciaram alguns movimentos rudimentares e fundamentais básicos para o desenvolvimento de atividades mais complexas. A partir dessa idade, elas refinam e acoplam os movimentos fundamentais resultando no surgimento de novos padrões motores, que estão inseridos nos movimentos especializados, os quais passam por três estágios: transição, aplicação e o permanente (GALLAHUE; OZMUN, 2005). Na fase do estágio transitório o desenvolvimento físico da criança é mais lento, porém, é uma fase em que a criança desenvolve rapidamente os aspectos cognitivo e motor.

Uma habilidade que está relacionada à parte cognitiva e motora da criança é a motricidade fina, que se refere à capacidade de controlar um conjunto de movimentos de certos segmentos do corpo, com emprego de força mínima, a fim de atingir uma resposta precisa à tarefa, como, por exemplo, a escrita (ROSA NETO, 2002)

Além da motricidade fina, outro fator que interfere nos aspectos cognitivo e motor da criança é a lateralidade, a qual se define como a capacidade de usar um lado do corpo com maior precisão, podendo ser destro, canhoto, cruzada ou indefinida (ALVES, 2007). A lateralidade é uma bagagem inata, vinda de dados neurológicos, mas que pode ser uma dominância adquirida de acordo com as experiências vividas ou hábitos. A dominância lateral entre um dos lados do corpo, no qual a criança desenvolve durante as atividades físicas na infância, amadurece e se define aos sete anos; depois desse período há uma preferência automaticamente da dominância manual, pedal, ocular e auditiva do mesmo lado do corpo ou não (NEGRINE, 1986).

Diante desses conceitos, percebe-se que ambas são de suma importância no processo de ensino-aprendizagem da criança e que os profissionais de educação devem estar atentos ao desenvolvimento delas. Nesse sentido, o principal objetivo com este estudo foi verificar se há uma associação entre a motricidade fina e a lateralidade das crianças entre 7 e 10 anos, de ambos os sexos, estudantes de uma escola estadual do Município de Chapecó, SC.

## **2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este estudo é caracterizado como descritivo qualitativo (GIL, 2002); a amostra foi composta por 67 crianças, sendo 58,2% (n=39) meninos e 41,8% (n=28) meninas que frequentam o 2º, o 3º, o 4º e o 5º anos do Ensino Fundamental I de uma escola estadual do Município de Chapecó, SC.

O instrumento utilizado para avaliar as crianças foi a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) proposta por Rosa Neto (2002). Essa Escala objetiva avaliar o nível de desenvolvimento motor por meio dos êxitos e fracassos em face das normas estabelecidas pelo autor, as quais consideram a idade cronológica, traçando um perfil da idade e do quociente motores da criança avaliada. Ela compreende um conjunto de provas muito diversificadas e de dificuldade graduada, em diferentes setores do desenvolvimento como: motricidade fina, motricidade global, equilíbrio, esquema corporal, organização espacial, organização temporal e lateralidade. Porém, para este estudo, utilizaram-se somente os testes de coordenação motora fina e lateralidade.

A bateria de testes de motricidade fina compreende 10 testes, que vão do nível 2 ao 11, e inicia-se a partir da idade cronológica da criança. Caso ela atinja o teste referente à sua idade cronológica, avança para os demais testes. Caso contrário, ela retrocede para os testes anteriores à sua idade. Esse procedimento é feito até o momento em que a criança zera, não conseguir executar o teste.

Já para a lateralidade foram aplicados alguns testes para ver qual a propensão em termos de força e precisão da mão, pés e olhos, sendo alguns deles: pegar algum objeto, lançar, abrir uma porta, escrever, recortar, chutar uma bola, olhar em um cartão furado e em um telescópio.

A partir do recebimento dos termos de consentimento, a coleta foi realizada pela própria pesquisadora, a qual desempenhou as mesmas funções durante todo o processo, realizado nos meses de julho, agosto e setembro de 2016. O tempo para a aplicação dos testes foi de aproximadamente 15 minutos, iniciando-se pelos testes de motricidade fina e depois de lateralidade. Os testes foram realizados individualmente em um ambiente adequado, em que o aluno pudesse se sentir à vontade no ambiente escolar. Os resultados dos testes foram anotados em fichas pre-determinadas.

Para a análise dos resultados, primeiramente foi calculada a idade cronológica (IC) da criança em meses e após a idade motora referente à motricidade fina (IMF), de acordo com o nível que a criança atingiu no teste. No segundo momento, foi calculado o quociente motor referente à motricidade fina (QMF) por meio da seguinte fórmula:

$$QMF = \frac{IMF \cdot 100}{IC} \quad (1)$$

A partir do quociente motor, foi definido em qual nível de desenvolvimento motor fino a criança se encontra de acordo com a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) proposta por Rosa Neto (2002).

Quadro 1 – Escala de Desenvolvimento Motor

<b>Quociente motor geral</b>	<b>Escala de Desenvolvimento Motor</b>
69 ou menos	Muito inferior
70 -79	Inferior
80 - 89	Normal baixo
90 - 109	Normal médio
110 - 119	Normal alto
120 - 129	Superior
130 ou mais	Muito superior

Fonte: Rosa Neto (2002).

Para melhor caracterizar os níveis de desenvolvimento motor, os resultados foram agrupados em inferior (79 ou menos), normal (de 80 a 119) e superior (de 120 a 130 ou mais).

A partir da classificação do nível motor da motricidade fina e da lateralidade, os dados foram exportados para o *Software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for Windows®* versão 20.0. Primeiramente, foi realizado o teste Kolmogorov-Smirnov para verificar a normalidade dos dados em razão de a amostra ser maior que 50 participantes e após uma análise descritiva por meio de frequência absoluta relativa, média e desvio padrão. Por fim, utilizou-se o teste U de Mann-Whitney em decorrência de os dados não apresentarem normalidade, para verificar se há diferença entre os sexos e o teste qui-quadrado, verificando-se a associação entre a motricidade fina e a lateralidade.

### 3 RESULTADOS

O principal objetivo com este estudo foi verificar se há uma associação entre a lateralidade e o nível de coordenação motora fina de crianças entre 7 e 10 anos, de ambos os sexos, estudantes de uma escola estadual do Município de Chapecó, SC.

Os resultados apontam que a média da idade cronológica em meses dos meninos é 109,44 (+/-14,71) e das meninas 113,70 (+/-14,60). Já a média da idade motora em meses dos meninos é 91,23 (+/-23,20) e das meninas 92,14 (+/-19,67). O quociente motor dos meninos apresentou uma média de 82,46 (+/-24,28) e das meninas 81,03 (+/-16,26), não havendo diferença significativa entre os sexos em nenhuma das variáveis. Porém, percebe-se que a idade motora tanto dos meninos quanto das meninas ficou abaixo da idade cronológica. Os meninos ficaram 18 meses abaixo e as meninas 21 meses aproximadamente, o que significa um déficit na motricidade fina.

Tabela 1 – Características dos participantes

Variáveis	Meninos		Meninas		P
	X	Dp	X	dp	
Idade cronológica (meses)	109,44	14,71	113,79	14,60	,294
Idade motora (meses)	91,23	23,20	92,14	19,67	,706
Quociente motor	82,46	24,28	81,03	16,26	,554

Fonte: os autores.

Nota: X = Média. Dp = Desvio padrão. Teste U de Mann Whitney – valor significância  $p < 0,05$ .

Observa-se na Tabela 2 que 59% (n=23) dos meninos obtiveram um nível normal e 53,6% (n=15) das meninas um nível inferior na habilidade motora fina. Em relação à lateralidade dos olhos, nota-se que 82,1% (n=32) dos meninos e 75% (n=21) das meninas apresentaram uma lateralidade destra, assim como 97,4% (n=38) dos meninos e 96,4% (n=27) das meninas são destros na lateralidade manual. Na lateralidade dos pés também é notável a predominância destra entre meninos e meninas, bem como na lateralidade geral. Porém, não houve diferença significativa entre os sexos. Destaca-se apenas uma menina com lateralidade canhota, 3,6% (n=1).

Tabela 2 – Nível de desenvolvimento motor da motricidade fina (MF) e lateralidade dos participantes

Variáveis	Meninos		Meninas		P
	n	%	n	%	
Nível motor (MF)	02	5,1	01	3,6	,201
Superior	23	59,0	12	42,9	
Normal	14	35,9	15	53,6	
Inferior					
Lateralidade dos olhos					
Destra	32	82,1	21	75,0	,626
Canhota	06	15,4	07	25,0	
Cruzada	01	2,6	-	-	
Lateralidade das mãos					
Destra	38	97,4	27	96,4	1,00
Canhota	01	2,6	01	3,6	
Lateralidade dos pés					
Destra	37	94,9	26	92,9	1,00
Canhota	02	5,1	02	7,1	
Lateralidade geral					
Destra	32	82,1	20	71,4	,438
Canhota	-	-	01	3,6	
Cruzada	07	17,9	07	25,0	

Fonte: os autores.

Nota: n = frequência absoluta. % = frequência relativa. Teste qui-quadrado. Valor significância  $p < 0,05$ .

Além desses dados, o estudo aponta que não houve uma associação entre a motricidade fina e a lateralidade com a amostra estudada, o que requer novos estudos com essa temática com crianças de outras escolas.

## 4 DISCUSSÃO

O desenvolvimento motor se refere ao movimento e controle das partes do corpo, isto é, à contínua alteração no comportamento motor ao longo do ciclo da vida, proporcionada pela interação entre as necessidades da tarefa, a biologia do indivíduo e as condições do ambiente (GALLAHUE; OZMUN, 2005). Ele está diretamente ligado ao conheci-

mento corporal de cada indivíduo e às suas percepções de tempo e espaço (FORD; LERNER, 1992).

Nesse estudo verificou-se que os meninos apresentam uma melhor coordenação motora fina em relação às meninas, o que pode ser explicado, pois os meninos se envolvem mais em brincadeiras de lutas, de puxar, empurrar, arremessar do que as meninas, as quais preferem brincadeiras mais tranquilas (BENENSON, 1993; CARVALHO; LINHARES; MARTINEZ, 2001). Porém, esses resultados diferem dos de Pereira e Tudella (2008), em que encontraram que 48% dos meninos apresentaram dificuldades na práxia fina. Mas, por outro lado, corroboram o estudo de Brauner e Valentini (2009), em que encontraram uma superioridade nos meninos em relação às meninas nas habilidades de controle de objetos, o que está relacionado à motricidade fina.

O êxito em atividades que envolvem motricidade fina, a qual necessita de uma coordenação que envolve objeto/olho/mão, varia na criança conforme o nível de aprendizado e a evolução do seu desenvolvimento motor (ROSA NETO, 2002). Ferreira, Martinez e Ciasca (2010) consideram que a coordenação visomotora com a coordenação motora fina, no processo motor da escrita, proporcionam uma escrita mais rápida e precisa.

No que se refere à lateralidade, estudos mostram que na população mundial 92% em média são sujeitos destros, ficando apenas 8% para os canhotos e ambidestros (SERAFIN; PERES; CORSEVIL, 2000), dados que corroboram este estudo, em que 82,1% dos meninos e 71,4% das meninas apresentaram uma lateralidade destra. Os estudos de Costa e Silva (2009) e de Rosa Neto et al. (2004) também mostram uma maior prevalência para destro completo.

Em se tratando de lateralidade manual, pedal e ocular, os resultados encontrados neste estudo também corroboram o estudo de Serafin, Peres e Corsevil (2000), quando encontraram que as crianças entre 8 e 10 anos avaliadas, de ambos os sexos, apresentaram uma predominância destra. Porém, esses autores encontraram em crianças de sete anos uma predominância lateral ocular canhota.

Segundo Holle (1979), durante o crescimento, naturalmente se define uma dominância lateral na criança que seria mais forte, mais ágil do lado direito ou do lado esquerdo, podendo ser uma dominância espacial adquirida, de acordo com as experiências vividas ou por influência de certos hábitos, o que implica a importância de não forçar a criança a adotar essa ou aquela postura. Para isso, ela deve adquirir certo grau de consciência corporal antes que possa desenvolver a dominância manual e a lateralidade.

Teixeira, Feitosa, Gobbi (2009) salientam que crianças com idades de 8 a 9 anos tendem a apresentar problemas de coordenação entre associação mão-olho, implicando em uma lateralidade cruzada. Já Oliveira (1992) ressalta que a criança, quando não possui uma lateralidade definida, terá um comprometimento em sua aprendizagem escolar (escrita/leitura). Essa dificuldade resultará em “dificuldade de discriminação visual em que a criança pode apresentar confusão nas letras de direções diferentes como d, b, p, q.” Assim, deve-se considerar que a não dominância de sua lateralidade poderá implicar em uma dificuldade de realizar o aprendizado tanto ao ler quanto ao escrever (OLIVEIRA, 1992). Papalia e Feldman (2013) também ressaltam que a lateralidade influi na ideia que a criança tem de si, na formação do esquema corporal e contribui para a estruturação espacial, dominâncias fundamentais para o desenvolvimento da leitura e da escrita. Contudo, esses resultados não corroboram os encontrados neste estudo, pois não se encontrou nenhuma associação entre a motricidade fina e a lateralidade.

Segundo Fonseca (1988), a lateralidade constitui um processo essencial às relações entre a motricidade e a organização psíquica inter-sensorial e representa a conscientização integrada e simbolicamente interiorizada dos dois lados do corpo, esquerdo e direito, pressupondo, assim, a noção da linha média do corpo. Esse mesmo autor ainda ressalta que desse radar vão decorrer, então, as relações de orientação face aos objetos, às imagens e aos símbolos, razão pela qual a lateralização vai interferir nas aprendizagens escolares.

## 5 CONCLUSÃO

Diante dos resultados, percebe-se que tanto os meninos quanto as meninas apresentaram um déficit na motricidade fina, embora os meninos tenham se classificado em um nível motor normal, o que não aconteceu com as meninas. Por outro lado, este estudo corrobora a literatura apresentada quanto à lateralidade, em que a maioria das crianças tem uma predominância lateral direita. Porém, diverge dela no que diz respeito à associação entre a motricidade fina e a lateralidade, em que os resultados apontam que nesta amostra não há associação entre essas variáveis.

Considerando as especificidades, percebe-se, por meio das leituras realizadas, que a coordenação motora fina e a lateralidade são fundamentais no processo de ensino-aprendizagem, demonstrando, assim, a importância do estímulo motor realizado no processo de ensino-aprendizagem. Por isso, é de extrema importância ir acompanhando a criança por meio de estudos que objetivam ver a associação da motricidade fina com a lateralidade para, assim, auxiliar da melhor maneira possível esse processo.

## REFERÊNCIAS

ALVES, D. V. Psicopedagogia: Avaliação e Diagnóstico. 1. ed. Vila Velha: Escola Superior Aberta do Brasil, 2007.

BENENSON, J. E. Greater preference among females than males for dyadic interaction among females than males for dyadic interaction in early childhood. **Child Development**, i. 64, p. 544-555, 1993.

BRAUNER, L. M.; VALENTINI, N. C. Análise do desempenho motor de crianças participantes de um programa de atividades físicas. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 20, i. 2, p. 205-216, 2009.

CARVALHO, A. E. V.; LINHARES, M. B. M.; MARTINEZ, F. E. História de desenvolvimento e comportamento de crianças nascidas pré-termo e baixo peso (<1.5000g). **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 14, n. 1. p. 1-33, 2001.

- COSTA, R. M.; SILVA, E. A. Escala de desenvolvimento motor de Rosa Neto: estudo longitudinal em uma escola da rede particular de ensino de Cuiabá- MT. **Connect Online**, n. 4, p. 51-63, 2009.
- FERREIRA, T. de L.; MARTINEZ, A. B.; CIASCA, S. M. Avaliação Psicomotora de escolares do 1º ano do ensino fundamental. **Revista Psicopedagogia**, São Carlos: Unicamp, p. 223-235, 2010.
- FONSECA, V. da. **Psicomotricidade**. São Paulo: Martins Fontes, 1988.
- FORD, D. H.; LERNER R. M. **Developmental systems theory**. Newbury Park, CA: Sage Publications, 1992.
- GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor**: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- HOLLE, B. **Desenvolvimento Motor na Criança Normal e Retardada**. São Paulo: Manoelle, 1979.
- MAGILL, R. A. **Aprendizagem motora**: conceitos e aplicações. São Paulo: Edgard Blücher, 2000.
- NEGRINE, A. **Educação psicomotora**: a lateralidade e a orientação espacial. Porto Alegre: Palloti, 1986.
- OLIVEIRA, G. C. **Psicomotricidade: um estudo em escolares com dificuldades em leitura e escrita**. 1992. 364 p Tese (Doutorado em Educação)–Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1992.
- PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PEREIRA, K.; TUDELLA, E. Perfil Psicomotor de Escolares: quanto ao gênero, à idade gestacional e ao aspecto físico. **Mov**, v. 21. i. 1. p. 47-55, 2008.

ROSA NETO, F. **Avaliação motora**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ROSA NETO, F. et al. Perfil motor em crianças avaliadas em um programa de psicomotricidade. **Temas sobre desenvolvimento**, v. 13, i. 74, p. 19-24, 2004.

SERAFIN, G.; PERES, L. S.; CORSEVIL, H. X. Lateralidade: conhecimentos básicos e fatores de dominância em escolares de 7 a 10 anos. **Caderno de Educação Física**, v. 2, i. 1, p. 11-30, 2000.

TEIXEIRA, A. C.; FEITOSA, E. A.; GOBBI, L. T. B. Comportamento locomotor de crianças de dois a seis anos em ambiente complexo. **Rev. Bras. Crescimento Desenvolv. Hum.**, v. 1, i. 19, p. 78-88, 2009.

# EFEITOS DA DANÇA DO VENTRE SOBRE O SISTEMA IMUNITÁRIO DE INICIANTES FUNCIONÁRIAS DE ESCOLA

Márcia Maria Gonçalves Dalcorso<sup>1</sup>

Rosane Backes<sup>2</sup>

Susana Padoin<sup>3</sup>

Mônica Raquel Sbeghen<sup>4</sup>

Patrick Zawadzki<sup>5</sup>

## RESUMO

A dança do ventre possui característica feminina, é praticada de pés descalços, envolvendo movimentos suaves, complexos e sensuais do tronco, alternados com movimentos de batidas de quadris e tremidos. Entre seus inúmeros benefícios, ela delinea a cintura, define a forma feminina, corrige a postura e tonifica e fortalece a musculatura corporal. O presente estudo teve como objetivo analisar se a prática da dança do ventre influencia o sistema imunitário de funcionárias de uma escola de Chapecó, SC. Para tanto, um estudo prospectivo descritivo foi realizado com cinco mulheres, na faixa etária dos 40 anos de idade, que participaram de cinco aulas de dança do ventre, aplicadas uma vez por semana, com duração de uma hora. Foi coletado o sangue venoso antes e após cada aula para analisar a contagem de leucócitos totais e a frequência cardíaca das participan-

---

<sup>1</sup> Mestre em Biotecnologia e Biotecnologia pela Universidade Estadual do Norte Fluminense; Graduada em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; mgdalcorso@gmail.com

<sup>2</sup> Graduanda em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; backes.rosane@hotmail.com

<sup>3</sup> Graduanda em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; susanapadoin@hotmail.com

<sup>4</sup> Doutora em Patologia Experimental pela Universidade Estadual de Londrina; mestranda em Biotecnologia Aplicadas à Farmácia; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; monica.sbeghen@unoesc.edu.br

<sup>5</sup> Mestre em Ciências do Movimento Humano pela Universidade do Estado de Santa Catarina; doutorando em Educação Física, Atividade Física e Esporte pelo Instituto Nacional de Educação Física da Catalunha e Universidade de Barcelona; Professor do Curso de Educação Física na Universidade do Oeste de Santa Catarina; patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

tes no início, meio e fim das aulas. Verificou-se que a prática da dança do ventre, quando realizada com intensidade de leve à moderada, promoveu o aumento do número de leucócitos ( $p=0,04$ ), o que indica um possível melhor funcionamento do sistema imunitário. Com base nos resultados, conclui-se que cinco aulas de dança do ventre elevam o número de leucócitos, demonstrando efeitos sobre o sistema imunitário de mulheres, que, por sua vez, associa-se a melhores níveis de saúde.

Palavras-chave: Sistema imunitário. Dança do ventre. Leucócitos. Mulheres.

## 1 INTRODUÇÃO

Desde o século XVIII, a dança se fortalece como prática alternativa com benefícios físicos e mentais. A dança do ventre por si só atua na transformação emocional da mulher, despertando sua feminilidade, leveza, suavidade e beleza e, simultaneamente, trabalha a confiança e a segurança, atuando no desbloqueio de sentimentos. No plano mental, estimula memória, criatividade e raciocínio, melhora concentração, atenção, agilidade, reduz a timidez e as tensões pré-menstruais, auxilia no controle da ansiedade e outros transtornos psíquicos, além de deixar suas praticantes menos expostas a doenças infecciosas e não infecciosas.

Estudos mostram que o exercício físico de intensidade moderada, quando praticado regularmente, melhora a capacidade de resposta do sistema imunitário inato e adaptativo, apresentando menor incidência de infecções bacterianas e virais, enquanto a prática de atividades de alta intensidade gera situações de estresse, suprimindo o sistema imunológico. No entanto, os efeitos bioquímicos e fisiológicos oriundos da dança do ventre são desconhecidos, não há uma vasta bibliografia disponível.

Diante disso, o objetivo neste estudo foi analisar se a prática da dança do ventre influencia no sistema imunológico de mulheres praticantes dessa dança em uma escola de Chapecó, SC. Para tanto, o estudo contou com cinco mulheres, na faixa etária dos 40 anos de idade, que participaram de cinco aulas de dança do ventre, aplicadas uma vez por semana, com duração de uma hora. Foi coletado o sangue venoso antes e

após cada aula para analisar a contagem de leucócitos totais e a frequência cardíaca (FC) das participantes no início, meio e fim das aulas.

Verificou-se que cinco aulas de dança do ventre realizadas uma vez na semana durante uma hora com intensidade leve a moderada provocaram alterações significativas ( $p=0,04$ ) no sistema imunológico de mulheres de uma escola de Chapecó, elevando a contagem de leucócitos totais, o que indica um possível melhor funcionamento do sistema imunitário.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 A ORIGEM DA DANÇA DO VENTRE

A dança do ventre é reportada desde os primórdios da humanidade. Diferentes conjuntos de sons produzidos por artefatos naturais despertavam inúmeros sentimentos, e os corpos conduziam-se pelos ritmos externos e coletivos, celebrando a vida (BENCARDINI, 2002). A maioria das danças existentes originou-se a partir dos rituais de adoração aos deuses da natureza, pois havia necessidade humana de reverenciar o divino.

Percebe-se que a dança possuía uma intensa ligação entre cultos antigos da Grande Mãe. Na época, os úteros femininos eram reverenciados como sagrados, e as mulheres grávidas estavam impregnadas por uma essência divina. Em diferentes regiões e períodos, acreditava-se que a dança do ventre proporcionaria maior fertilidade e poder sexual às bailarinas. No Egito antigo, assim como em outras civilizações, a dança detinha cunho sagrado (BENCARDINI, 2002).

No mundo Ocidental, a dança do ventre está ligada à sedução e sexualidade. Em determinados lugares do Oriente Médio, famílias abastadas contratavam mulheres que detinham o conhecimento da técnica da dança do ventre para prepararem suas adolescentes ao casamento, gravidez e parto. Através dos séculos, em razão das guerras e invasões, a cultura dos povos foi mesclada e a dança passou a ser popular, visando ao entretenimento (PENNA, 1992).

## 2.2 CONTRIBUIÇÕES DA DANÇA DO VENTRE PARA A SAÚDE DA MULHER

A dança do ventre é praticada de pés descalços, envolvendo movimentos suaves, complexos e sensuais do tronco, alternados com movimentos de batidas de quadris e tremidos, fato que a torna tipicamente feminina. Também se utiliza de gestos que imitam animais como o camelo e a serpente, com movimentos ondulatórios e batidas acentuadas (KUSSUNOKI; AGUIAR, 2009).

Sua prática caracteriza-se por delinear a cintura, definir a forma feminina, corrigir a postura, tonificar e fortalecer a musculatura corporal, estimular as funções ovarianas, melhorar o ato sexual, além de desenvolver a criatividade, a intuição, a autoconfiança, a autoestima (CAMARGO, 2007), o condicionamento físico e a técnica e expressão corporal (KUSSUNOKI; AGUIAR, 2009).

Abrão e Pedrão (2005) ressaltam que, em nível de terapia, a dança do ventre promove a regulação do metabolismo e melhora a circulação sanguínea. Com sua prática, a mulher sente-se revitalizada, acentua-se a consciência da autovalorização, desenvolve-se o senso de dignidade, além de queimar cerca de 200 calorias durante uma aula em nível adiantado.

## 2.3 SISTEMA IMUNITÁRIO

O sistema imunitário, que é constituído por células isoladas ou estruturadas distribuídas por todo organismo, consiste na defesa contra qualquer corpo estranho, seja microrganismos, como vírus, bactérias, fungos, células cancerosas ou protozoários, seja como moléculas ou toxinas produzidas por microrganismos invasores (JUNQUEIRA; CARNEIRO, 2004).

De acordo com Abbas (2012), imunidade refere-se à proteção contra doenças infecciosas. As células e as moléculas responsáveis pela imunidade fazem parte do sistema imunitário, e sua resposta é coletiva, coordenada com organismos infecciosos ou substâncias estranhas não

infeciosas, como proteínas, polissacarídeos e pequenas substâncias químicas, ambas conhecidas como imunógenos.

As respostas imunitárias ocorrem pela reação de células capazes de determinar uma resposta imunológica, conhecida como imunidade celular ou inata, ou também pela imunidade humoral ou adquirida, que depende de glicoproteínas circulantes no sangue e em outros líquidos, os anticorpos. Estes, que são produzidos pelos plasmócitos, originam-se a partir dos linfócitos B e possuem a capacidade de neutralizar moléculas estranhas e participar da destruição celular (JUNQUEIRA; CARNEIRO, 2004).

A imunidade inata oferece uma defesa inicial contra infecções e, em seguida, desenvolve a resposta imunitária adaptativa, a qual envolve a ativação dos linfócitos. Ambas respostas variam segundo o tipo de infecção e fazem parte de um sistema integrado de defesa do hospedeiro, no qual várias células e moléculas atuam em cooperação (ABBAS, 2012).

## 2.4 SISTEMA IMUNITÁRIO E EXERCÍCIO FÍSICO

Em decorrência do crescente interesse na promoção da saúde e dos benefícios dos exercícios à população, observou-se que a prática regular do exercício moderado tende a reduzir a suscetibilidade a doenças, especialmente as infecções do trato respiratório superior, quando comparado ao estilo de vida sedentário (TEIXEIRA; RAMA, 2012).

É o caso do câncer, pois o exercício físico, ou atividade física, com intensidade regular moderada parece reduzir o risco de surgimento dessa doença. Há vários motivos para acreditar nesse fator protetor, entretanto as evidências ainda não permitem uma conclusão definitiva, já que em certos tipos de câncer, e dependendo da intensidade do exercício físico, ele pode ser desencadeado com maior intensidade o surgimento de metástases (ORTEGA et al., 1998).

Estudos mostram que exercícios moderados possuem uma resposta imunitária melhor, reduzindo a vulnerabilidade a infecções, enquanto treinos longos e exaustivos resultam em imunossupressão (GLEESON; PINE, 2000; PEDERSEN; ULLM, 1994), durante três a 72 horas.

Nesse período, bactérias e vírus aproveitariam para penetrar o organismo, elevando o risco de infecção (PEDERSEN; ULLM, 1994). Smith, Telford e Weidemann (1998) propõem uma explicação fisiológica para a ligação entre a prática de exercício físico intenso e a incidência de infecções do trato respiratório superior, baseada na resposta neuroendócrina.

Conforme Leandro et al. (2002), os sistemas nervoso, endócrino e imunitário estão interligados, indicando uma possível influência sobre os sistemas citados. Observa-se que durante a atividade física, inicialmente ocorre a ativação do sistema nervoso simpático, estimulando a produção e liberação de catecolaminas, hormônios e neurotransmissores relacionados ao *stress*. Ao mesmo tempo, há a ativação do eixo hipotálamo-pituitária-adrenal, que parece possuir uma relação intrínseca com os componentes do sistema imunitário, tanto pela presença de receptores hormonais em leucócitos, quanto pela relação anatômica observada entre os sistemas.

Ademais, o exercício moderado promove a liberação de hormônios imunoestimuladores do sistema imunológico, como o hormônio de crescimento, a prolactina, endorfinas/encefalinas e citocinas estimuladoras do sistema imunitário. Em situações em que a intensidade do exercício ultrapassa um valor crítico, o ramo imunossupressor do eixo hipotalâmico-pituitário é ativado com a liberação de hormônios imunossupressores, como as catecolaminas, o cortisol e o hormônio adrenocorticotrófico (MACKINNON, 1997).

As catecolaminas atuam como mediadoras dos efeitos provocados nas funções dos linfócitos T. Existem outros fatores que também podem contribuir para a relação entre o exercício e o risco de infecção dos atletas, como o estado psicológico, a temperatura ambiente, a poluição e a exposição aos patógenos (PEDERSEN; TOFT, 2000).

A influência do exercício sobre o sistema imunológico varia em razão da duração do estímulo aplicado, podendo gerar dificuldades de adaptação e resultar em uma maior vulnerabilidade a infecções do trato respiratório superior quando o sistema imunológico não apresentar níveis de respostas adequados (GLEESON; PINE, 2000).

### 3 MÉTODO

A pesquisa caracteriza-se como um estudo prospectivo, cujo objetivo foi analisar se a prática da dança do ventre influencia no sistema imunológico de praticantes dessa dança em uma escola de Chapecó, SC. Para tanto, foram envolvidas cinco mulheres na faixa etária dos 40 anos de idade e funcionárias de uma escola. No primeiro momento as participantes preencheram a anamnese, contendo dados pessoais e aspectos da saúde e, em seguida, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unoesc para a realização dos procedimentos (Unoesc/HUST, CAAE 42824514.1.0000.5367, parecer n. 1.020.653, 25 de março de 2015).

A prática da dança do ventre foi oferecida uma vez por semana, durante cinco semanas, com duração de uma hora. A aula consistia em uma parte inicial, com duração de aproximadamente 10 min, composta por alongamento dos membros superiores e inferiores e aquecimento com movimentos mais vigorosos. Em seguida, a técnica era aplicada por 40 min, finalizando a aula com 10 min de alongamento e relaxamento. Durante as aulas, as alunas trajavam um vestuário confortável, próprios para ginástica e um lenço de quadril apropriado para a dança do ventre.

Em cada aula, uma pesquisadora, bioquímica habilitada, coletou duas amostras de sangue por meio de punção intravenosa, sendo uma antes do início da aula e a outra logo após seu término. O sangue coletado foi condicionado em tubos apropriados para análise dos leucócitos totais. As análises foram conduzidas pela mesma pesquisadora, utilizando as dependências do laboratório de fisiologia do exercício da Unoesc Chapecó e o laboratório do Hospital Regional de Chapecó. Também, para controlar a intensidade do exercício, verificou-se a frequência cardíaca (FC) no início, meio e final das aulas por meio da palpação da artéria radial e jugular.

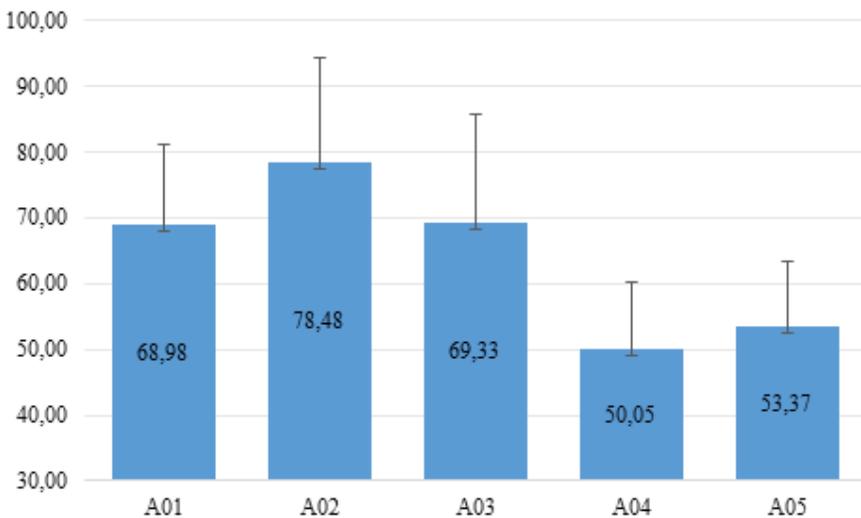
Para a análise de dados observou-se a diferença entre a primeira coleta pré-teste e a coleta pós-teste da última aula e utilizou-se o Teste *T-student* pareado para analisar a diferença entre as médias. O nível de significância adotado foi  $p < 0,05$ , e os resultados foram apresentados por

meio da média, desvio-padrão e frequência relativa. No decorrer das aulas, duas praticantes não estiveram presentes em duas aulas. Com isso, foram considerados os dados das três semanas em que todas estavam presentes para todo o grupo, e para três delas nas cinco semanas de aulas.

#### 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

O Gráfico 1 apresenta os dados encontrados do percentual da FCmáx durante as cinco aulas da dança do ventre. Pode-se observar que a FCmáx permaneceu entre 50,05% e 78,48%, de modo que nas três primeiras aulas seus índices foram maiores, reduzindo notadamente nas duas últimas.

Gráfico 1 – Percentual da média da frequência cardíaca máxima das participantes durante a intervenção



Fonte: os autores.

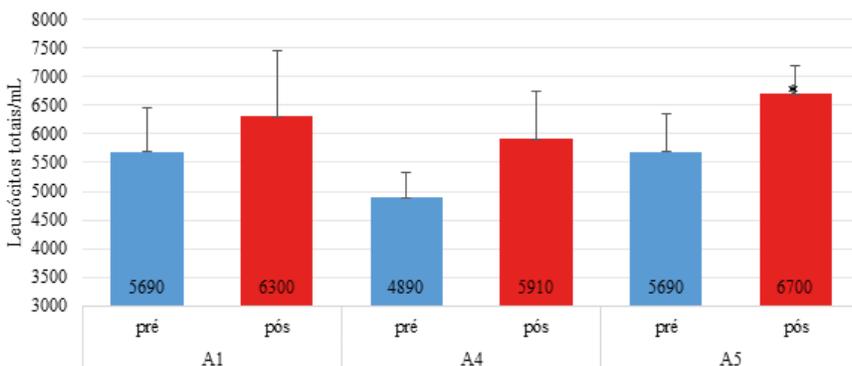
A partir do cálculo para a determinação do grau de intensidade das aulas de dança do ventre referendada pela American College of Sports Medicine (1998), determinaram-se as frequências mínima e máxi-

ma, considerando-se a idade das participantes. As aulas classificaram-se em leves (35-59% FCmax) e moderadas (60-79% FCmax).

Segundo Koch (2010), o exercício aeróbico de alta intensidade provoca uma alteração na contagem de leucócitos circulantes, de modo que após um exercício de alto rendimento o total de leucócitos circulantes aumenta entre 50 e 100% dos valores normais. Já no exercício de intensidade moderada, ou seja, menor que 60% do  $VO_2$ máx, presenciou-se a leucocitose pós-exercício, perdurando este aumento durante uma hora.

Quanto aos dados da contagem total de leucócitos das três aulas em que todas as participantes estavam presentes (Gráfico 2), constatou-se diferença significativa entre o primeiro e o quinto dia de intervenção ( $p=0,04$ ). Quando analisados os dados entre a coleta antes e depois de cada aula, a aula 4 obteve maior elevação de leucócitos ( $1020\text{mm}^3$ ) e foi a aula em que a  $FC$ máx esteve menor, seguida da aula 5 ( $1010\text{mm}^3$ ) e da aula 1 ( $610\text{mm}^3$ ), o que indica que com o passar das aulas o número de leucócitos totais aumenta gradativamente.

Gráfico 2 – Leucócitos totais antes do primeiro dia e após a atividade no último dia das participantes que completaram as cinco semanas



Fonte: os autores.

Nota: \*  $p < 0,05$ .

A prática de exercícios físicos regulares leva a uma variação das taxas de leucócitos, assim como a distribuição de linfócitos e da função

imunológica (MARTÍNEZ; ALVAREZ-MON, 1999; KOCH, 2010). O exercício agudo gera uma elevação na concentração de leucócitos circulantes, denominada leucocitose, observada durante e após o exercício e decorrente, principalmente, do aumento da concentração de neutrófilos. Esse aumento parece resultar da migração de células do tecido endotelial para o sangue ou como parte da resposta inflamatória às lesões no tecido muscular (LEANDRO et al., 2002).

As alterações transitórias nos parâmetros do sistema imunitário são induzidas durante e após o exercício físico em decorrência da intensidade, da carga, da duração e do tipo do exercício. Vários estudos têm demonstrado que o exercício físico moderado (50 a 65% do  $VO_2$ máx) parece se relacionar ao aumento da resposta do sistema imunitário, tanto celular quanto humoral, enquanto aqueles de alta intensidade e prolongados (acima de 65% do  $VO_2$ máx) parecem enfraquecê-lo (LEANDRO et al., 2002).

McCarthy e Dale (1988) ressaltam que na maioria das vezes o exercício físico agudo atua no organismo humano elevando os níveis de leucócitos na circulação sanguínea, o que converge com os resultados encontrados no estudo. Dias et al. (2007) verificaram que ratos que praticavam atividade física com duração de cinco a 15 minutos e intensidade leve a moderada apresentaram leucocitose.

## 5 CONCLUSÃO

Com base nos resultados obtidos do estudo, considera-se o objetivo atingido. Verificou-se que cinco aulas de dança do ventre, realizadas com intensidade leve à moderada, promove o aumento significativo do número de leucócitos, o que indica um possível melhor funcionamento do sistema imunitário.

Sugere-se que futuras pesquisas contendo um número maior de participantes, tempo de intervenção, assim como uma frequência semanal maior sejam realizadas, para que seja possível comparar com o estudo atual e verificar se alterações imunitárias benéficas são promovidas à saúde dos participantes.

## REFERÊNCIAS

- ABBAS, A. K. **Imunologia celular e molecular**. 7. ed. São Paulo: Elsevier, 2012.
- ABRÃO, A. C. P.; PEDRÃO, L. J. A contribuição da dança do ventre para a educação corporal, saúde física e mental de mulheres que frequentam uma academia de ginástica e dança. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, v. 13, n. 2, p. 243-248, mar./abr. 2005.
- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. A quantidade e o tipo recomendados de exercícios para o desenvolvimento e a manutenção da aptidão cardiorrespiratória e muscular em adultos saudáveis. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 4, n. 3, p. 96-106, mai./jun. 1998.
- BENCARDINI, P. **Dança do Ventre, Ciência e Arte**. São Paulo: Texto Novo, 2002.
- CAMARGO, J. F. **Dança do ventre: (Re) significações do feminino**. 2007. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2003.
- DIAS, R. et al. Efeito do exercício agudo de curta duração em leucócitos circulantes e linfócitos teciduais de ratos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 229-43, 2007.
- GLEESON, M.; PYNE, D. B. Special feature overview: exercise immunology. Exercise effects on mucosal immunity. **Immunology and Cell Biology**, v. 78, n. 1, p. 502-509, 2000.
- JUNQUEIRA, L. C.; CARNEIRO, J. **Histologia Básica**. 10. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.

KOCH, A. J. Immune response to exercise. **Brazilian Journal of Biomotricity**, v. 4, i. 2, p 92-103, 2010.

KUSSUNOKI, S. A. Q.; AGUIAR, C. M. Aspectos históricos da dança do ventre e sua prática no Brasil. **Motriz**, Rio Claro, v. 15, n. 3, p. 708-712, jul./set. 2009.

LEANDRO, C. et al. Exercício físico e sistema imunológico: mecanismos e integrações. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 2, n. 5, p. 80-90, 2002.

MACKNINNON, L. T. Immunity in athletes. **International Journal of Sports Medicine**, v. 18, suppl. 1, p. S62-S68. 1997.

MARTÍNEZ, A. C.; ALVAREZ-MON, M. O sistema imunológico I: Conceitos gerais, adaptação ao exercício físico e implicações clínicas. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 5, n. 3, maio/jun. 1999.

McCARTHY, D. A.; DALE, M. M. The leucocytosis of exercise. **Sports Medicine**, v. 6, i. 6, p. 333-363, 1988.

ORTEGA, E. et al. A atividade física reduz o risco de câncer? **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 4, n. 3, maio/ jun. 1998.

PEDERSEN, B. K.; ULLUM, H. Cell response to physical activity: possible mechanisms of action. **Medicine and Science for Sports Exercise**, v. 26, i. 2, p. 140-146, 1994.

PEDERSEN, B. K.; TOFT, A. D. Effects of exercise on lymphocytes and cytokines. **British Journal of Sports Medicine**, v. 34, n. 4, 2000.

PENNA, L. **Dance e recreie o mundo**: a força criativa do ventre. 4. ed. São Paulo: Summus, 1992.

SMITH, J.; TELFORD, R.; WEIDEMANN, R. J. Aging and immunitary response to exercise. **Canadian Journal Physiology and Pharmacology**, v. 76, i. 5, p. 562-572, 1998.

TEIXEIRA, A. M.; RAMA, L. Exercício e imunidade, uma breve revisão. **Brazilian Journal of Biomotricity**, v. 6, n. 4, p. 222-235, 2012.



# OS PROCESSOS METODOLÓGICOS PARA O ENSINO DA DANÇA GAUCHESCA NO CENTRO DE TRADIÇÃO GAÚCHA SEARA E PAMPA

Lindines Gadini<sup>1</sup>  
Sandra Rogéria de Oliveira<sup>2</sup>

## RESUMO

A dança tradicional gaúcha é bastante apreciada e praticada por indivíduos de diferentes faixas etárias, por essa razão, este estudo apresenta como objetivo investigar os processos metodológicos para o ensino da dança gauchesca no Centro de Tradição Gaúcha Seara e Pampa do Município de Seara, SC. Caracteriza-se como uma pesquisa de campo, descritiva e de observação participante. A população observada compreende 52 indivíduos, sendo 26 mulheres e 26 homens, de diferentes faixas etárias, sendo a mínima 12 anos e a máxima 60. Para a coleta dos dados foi desenvolvida a observação das aulas de dança e foram realizadas entrevistas semiestruturadas com os professores e alguns alunos que se disponibilizaram. A descrição dos resultados foi realizada por meio da análise de conteúdo. Os resultados mostram que os processos metodológicos para o ensino da dança gauchesca no Centro de Tradições Gaúchas (CTG) Seara e Pampa abrangem aspectos dos momentos que antecedem a aula, durante o seu desenvolvimento e, também, após seu término. Os conteúdos abordados abrangem o ensino da dança tradicional gaúcha em diferentes ritmos, sendo que o método utilizado foi exclusivamente o global. Quanto à relação entre professores e alunos e entre os próprios alunos, todos mantinham respeito entre eles, tornando a aula mais agradável. Palavras-chave: Dança tradicional gaúcha. Processo metodológico. Centro de Tradição Gaúcha.

---

<sup>1</sup> Graduada em Educação Física Licenciatura e Bacharelado pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; lindi.gadini@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Educação pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Especialista em Dança Cênica pela Universidade Estadual de Santa Catarina; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; sandra.oliveira@unoesc.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

A dança é uma atividade física que vem sendo praticada desde a antiguidade e inclui praticantes de diferentes faixas etárias, que variam desde a infância até a terceira idade. De acordo com Capri e Finck (2007), o Brasil é considerado um país dançante, onde a expressão corporal é notória na maioria da população, nas diversas festas e em seus diferentes estilos. É uma manifestação construída historicamente, socialmente e culturalmente, sendo caracterizada como uma expressão de linguagem corporal e artística (RODRIGUES; CORREIA, 2013).

Por estar associada à arte e ao movimento, a dança é considerada uma atividade física em que o conhecimento das características próprias de cada indivíduo ocorre de maneira mais eficaz. Por meio da dança, o praticante situa-se com o meio e se destina à exibição artístico-social de todas as etapas da cultura.

Trazendo este conteúdo para a Educação Física, salienta-se que esta favorece a aproximação das pessoas. A dança como atividade física proporciona um completo bem-estar, físico, psicológico ou social a seus praticantes, dessa forma, inúmeros benefícios voltados à saúde e à qualidade de vida podem ser percebidos. Diniz e Darido (2012) apontam que a dança constitui o acervo das práticas corporais que hoje são percebidos como os conteúdos da Educação Física, por isso, é considerada parte integrante da construção cultural da humanidade.

Considera-se, também, que a Educação Física é uma excelente aliada à promoção e à prática de atividades expressivas na vida da criança, a qual é inserida em um mundo de cultura e de resgate das suas tradições locais. Com a prática dessas atividades desde cedo, a criança desperta o gosto por elas e tem maior probabilidade em se tornar um adulto dançante.

A dança é criada por meio da técnica e da liberdade, proporcionando o desenvolvimento da criatividade, e pode ser considerada uma fantasia, em que o corpo dançante se envolve com a música e com a dança por inteiro, fazendo com que sua atração artístico-corporal se transforme em um estado fantástico (ALVES, 2009).

Muitos são os estilos praticados e incluem ritmos, vestimentas, coreografias e características diferentes umas das outras. Cada região possui suas próprias características culturais e, conseqüentemente, seu próprio estilo de dança, assim, os costumes são passados de geração em geração e a tradição é mantida. Salienta-se que diversos ritmos e estilos são praticados e aprendidos em locais apropriados e são orientados por profissionais capacitados.

Nesses locais, cada profissional adota seu próprio sistema e seus próprios métodos de ensino, com os quais, ao longo do tempo, adquirem maior experiência e os resultados passam a ser cada vez mais gratificantes. Os métodos abrangem desde a colocação e o posicionamento da turma e do próprio profissional, até o ensino da dança propriamente dita.

De acordo com Magill (2000), a aprendizagem requer alguma forma de prática, sendo que a motora, por exemplo, divide-se em: prática de simulador, prática de maciça, prática distribuída, prática parcial (fracionalização, segmentação, simplificação) e prática mental. O autor destaca cada uma delas da seguinte forma: na prática de simulador ocorre a transferência de aprendizagem do simulador para a performance na habilidade-alvo, ou seja, para a tarefa que o indivíduo deseja ser capaz de realizar; a prática de maciça é mais intensa, o tempo de repouso entre as tentativas ou sessões de prática é mais curto do que a quantidade de tempo gasto praticando; na prática distribuidora o tempo de repouso entre as tentativas ou sessões de prática é relativamente mais longo do que a quantidade de tempo gasto com a prática; a prática parcial busca compreender uma habilidade mais complexa de forma mais simplificada, por meio da fracionalização, fragmentação ou simplificação. Na fracionalização duas ou mais partes da habilidade complexa são praticadas separadamente. Na segmentação uma parte da habilidade-alvo é praticada até que seja aprendida, então a segunda é adicionada, são praticadas juntas, e assim por diante. Na simplificação reduz-se a dificuldade em algum aspecto, praticando em câmera lenta, por exemplo; e na prática mental os executantes pensam sobre os aspectos cognitivos, simbólicos ou processuais da habilidade motora na ausência de movimento observável.

Na Educação Física utiliza-se também os métodos parcial, global e misto. O método parcial, também conhecido como analítico, é aplicado no ensino de uma habilidade motora, no qual a sequência de movimento é dividida em partes, são praticadas separadamente e agrupadas no final (GARLET; CORAZZA, 2006). Logo, as autoras definem que no método global, uma habilidade motora é assimilada quando praticada como um todo, desde o início até o final do processo de aprendizagem. O método misto é definido por Xavier (1986 apud TENROLLER; MERINO, 2006) como a sincronia dos métodos global-parcial-global, em que acontece primeiramente a execução do gesto como um todo, em seguida, o gesto é parcializado com o objetivo de proceder a “correções” do movimento ou dos movimentos e, por fim, volta-se à prática completa dos movimentos.

Considerando as danças gaúchas nos seus diversos estilos, estas são aprendidas comumente nos espaços dos CTGs (Centros de Tradições Gaúchas) por meio de cursos oferecidos por eles. Nesses espaços, a cultura gaúcha prevalece e a população busca o aprendizado e o aperfeiçoamento dos ritmos gauchescos. Entre os cursos oferecidos, muitos visam ao ensino dos passos básicos, e outros dirigem-se para o aprofundamento em cada ritmo a partir dos conhecimentos já adquiridos por seus praticantes.

Os hábitos, bem como a história, as danças, as poesias e as falas dos antigos povos gaúchos são estudados nesses espaços, objetivando, com isso, mostrar as características de uma cultura gaúcha original (LUVIZOTTO; POKER, 2009). Os autores destacam que a cultura gaúcha está fundamentada em tradições e conhecimentos obtidos por meio da convivência coletiva, incluindo, assim, os elementos históricos e sociológicos que fazem com que a tradição seja repassada de uma geração para outra, porém, estando sujeita a modificações próprias de cada época.

De acordo com Konflanz (2013), os CTGs são associações ou clubes locais, na maioria das vezes urbanos, que são criados por iniciativa de seus associados para execução das atividades. O autor relata em seu estudo voltado ao tradicionalismo gaúcho que o número de CTGs em funcionamento, no Estado do Rio Grande do Sul é de aproximadamente 1.700 entidades e que além destas, existem, ainda, diversas unidades

espalhadas pelos outros estados brasileiros, totalizando 2.800 entidades filiadas à Confederação Brasileira da Tradição Gaúcha (CBTG).

Em Santa Catarina, o número de unidades filiadas é inferior ao Estado do Rio Grande do Sul; Luvizotto (2010), baseada no site da CBTG atualizado em novembro de 2009, aponta que a entidade é constituída por aproximadamente 586 CTGs. Entre os CTGs de Santa Catarina, encontra-se o CTG Seara e Pampa, situado na Cidade de Seara e está em funcionamento há 30 anos.

Percebe-se que a dança gauchesca é bastante apreciada e praticada pelos indivíduos, porém ainda se encontram poucos registros no mundo científico referente ela e também em relação à sua metodologia de ensino, no entanto estudos e pesquisas voltados à tradição e à cultura são mais visíveis.

Por esses fatores é que se buscou investigar os processos metodológicos para o ensino da dança gauchesca no Centro de Tradição Gaúcha Seara e Pampa. Dessa forma, o estudo se caracteriza como de campo, qualitativo e de observação participante, utilizando como instrumento entrevistas semiestruturadas e diário de campo de 52 indivíduos do CTG Seara e Pampa do Município de Seara, SC.

Destaca-se como principal resultado a utilização de vários ritmos gaúchos no ensino da dança, mas enquanto método de ensino-aprendizagem o Global é o único adotado, relação interpessoal entre os participantes é bastante harmoniosa, o que possibilita a permanência e a frequência nas aulas.

## 2 MÉTODO

Esta pesquisa caracteriza-se como de campo e de observação participante. Fachin (2006) coloca que o estudo de campo se detém na observação dos fatos sociais colhidos do contexto natural, onde primeiramente são examinados e, em seguida, explicados por meio de métodos e técnicas específicas. Assim, a autora destaca que no estudo de campo, os fatos sociais são apresentados da forma em que ocorrem em uma de-

terminada sociedade, sem qualquer inferência ou modificação imposta pelo pesquisador.

O método observacional está fundamentado em processos da natureza sensorial, nos quais os fenômenos empíricos são tomados pelo pesquisador (FACHIN, 2006). A autora coloca que este método exige do pesquisador um bom preparo intelectual e um elevado grau de humildade, pois os fatos observados devem buscar a certeza de uma atitude autocorretiva e de atitudes éticas, para, em seguida, serem registrados em forma de dados.

Quanto aos procedimentos técnicos, a pesquisa se enquadra como descritiva. De acordo com Cervo (2007), o método observacional não é suficiente para que o conhecimento científico atinja tudo o que se faz necessário, assim, traz a técnica da descrição e por meio dela torna-se possível descrever metodologicamente todos os passos provenientes da realização da pesquisa e da aplicação das técnicas. O autor destaca que a pesquisa descritiva observa, registra, analisa e correlaciona os fatos sem modificá-los e, assim, proporciona ao leitor a capacidade de perceber e entender quais foram os resultados encontrados e observados pelo pesquisador.

A população observada neste estudo compreende 52 indivíduos, sendo 26 mulheres e 26 homens, de diferentes faixas etárias, sendo a mínima 12 anos e a máxima 60, que aceitaram participar deste estudo. Assim foi possível a observação participante do curso de danças gaúchas oferecido pelo Centro de Tradições Gaúchas Seara e Pampa e seus professores mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Primeiramente o projeto foi encaminhado ao Comitê de Ética para aprovação e, em seguida, os responsáveis pelo estabelecimento e os professores do curso foram comunicados e explicados quanto aos objetivos e finalidades da pesquisa. Após aceitação e início do curso de dança, foram realizadas visitas para a coleta dos dados, nas quais se observaram as aulas de dança desenvolvidas em um período de dois meses, constituindo oito aulas com duração de duas horas cada.

A coleta dos dados foi realizada em oito aulas, quando foi desenvolvida a observação do processo de ensino e aprendizagem das aulas de

dança do Centro de Tradições Gaúchas Seara e Pampa durante o ano 2015 no período de 11 de julho a 05 de setembro. Assim, nestes momentos foi construído um diário de campo a partir dos acontecimentos observados por meio de um roteiro de observação.

Ao final das aulas, após a observação, foram realizadas entrevistas semiestruturadas com os professores e alguns alunos que se disponibilizaram, uma vez que caracterizada pelo depoimento em métodos qualitativos, a pesquisa semiestruturada aborda o tema pesquisado por meio de entrevistas que seguem um roteiro previamente elaborado e garante aos sujeitos pesquisados uma livre manifestação de opinião e pensamento (MEKSENAS, 2002).

Após o período de coleta de dados, foi realizada a análise dos resultados à luz da análise de conteúdo que, segundo Bardin (apud TRIVIÑOS, 1990), é um conjunto de técnicas de análise das comunicações, visando, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo, obter indicadores que permitam a interferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) das mensagens.

Baseando-se no estudo de Oliveira (2003), a análise de conteúdo aconteceu em três momentos: no primeiro foi organizado todo o material coletado para identificar e especificar o campo, quando se focou na questão-problema e nos objetivos da pesquisa; no segundo, o material foi submetido a uma análise mais aprofundada, orientada pelo referencial teórico realizado anteriormente; a terceira etapa foi dedicada à interpretação do referencial, em que foram estabelecidas relações dos dados empíricos com os bibliográficos de forma mais intensa, o que permitiu até mesmo desvelar o que está muitas vezes implícito nos dados coletados, descobrindo tendências e características do fenômeno investigado. Esses procedimentos não somente facilitaram a leitura dos dados obtidos, mas também permitiram efetivar a conclusão deste trabalho de pesquisa.

### 3 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Participaram do curso 25 casais, compostos por crianças, jovens e adultos, de 12 a 60 anos de idade. O curso foi realizado no CTG Seara e Pampa, localizado na Rodovia SC-283, no Município de Seara, SC. O local para a prática das aulas é o interior do CTG, o qual compreende um espaço bem tradicionalista. Nesses espaços caracterizam-se as danças de salão, e Souza e Ueda (2010) destacam que diversos ritmos são abordados e que estes atendem às necessidades desde o público jovem até a terceira idade. Garlet e Corazza (2006) afirmam que os fatores independentes que interferem no processo de aquisição e desempenho podem influenciar no aprendizado da dança, destacando que este pode ocorrer mais facilmente se houver variação na maneira de se executar e assimilar determinado movimento, pois esta pode ser adaptada às condições físicas dos indivíduos e às condições do ambiente.

Foi possível observar que diversas características como a vestimenta utilizada, pelos participantes, o espaço físico, o preparo do ambiente onde são realizadas as aulas e a maneira pela qual determinado movimento é ensinado interferem na compreensão e aprendizagem do movimento da dança, visto que estas atitudes são motivadoras no processo de ensino e aprendizagem das danças tradicionais gaúchas.

Os professores são um casal adulto que atua nesta área há cinco anos, porém não possui formação específica. Este casal é natural do Estado do Paraná e quando migrou para Santa Catarina um de seus amigos estava participando de um curso de dança gaúcha em CTG e os convidou a participar também, logo, começaram a frequentar esses espaços e se interessaram pela área. Posteriormente, iniciaram auxiliando um amigo a ministrar um curso de dança gaúcha (segundo o professor, ainda estavam um pouco inseguros), e com o passar do tempo, buscaram maiores conhecimentos, começaram a sentir prazer pelo trabalho desenvolvido e se encontram atuando nesta área até hoje, mostrando-se satisfeitos com ele.

Os professores utilizam como referências de suas aulas os estudos de Cortês e Lessa (1955), os quais seguem a tradição gaúcha e relatam

que a dança gaúcha abrange vários ritmos: o chamamé, a marchinha, a rancheira puladinha, a rancheira valseada, o xote, a vaneira, a vaneirinha, o vaneirão, a valsa, o bugio e a milonga. O ensino segue esta sequência, iniciando pelo chamamé, que segundo o professor é um estilo mais fácil de aprender. O professor ressaltou que alguns ritmos destas danças são parecidos, sendo uns em velocidade mais lenta e outros mais rápidos, como no caso do chamamé com a marchinha e da vaneira com a vaneirinha e o vaneirão.

Para o ensino da dança tradicional gaúcha, o professor parte da explicação desta e da demonstração, com a professora, e, em seguida, os casais juntos (peão de frente para a dama com os braços sobrepostos) realizam o movimento sem a música e os professores se deslocam entre eles fazendo as correções necessárias. Passado esse momento, enlaçam-se os casais e realizam o movimento conforme o ritmo da música; ao final as prendas giram embaixo do braço do peão para finalizar.

Percebe-se nessa descrição que foi utilizado exclusivamente o método global, com o qual, segundo Garlet e Corazza (2006), as habilidades motoras são aprendidas como um todo do início ao fim, destacando que inicialmente os movimentos são realizados com rigidez e imprecisão, em velocidade muito rápida ou muito lenta, ou seja, com mais dificuldade, porém é um método que motiva o aluno do início até o final da aula.

Ao serem os alunos questionados a respeito da metodologia utilizada pelos professores durante as aulas, eles relataram estar gostando, pois o método é bem direto e baseado em normas, ressaltando, ainda, que a parte mais apreciada foi o momento prático, ou seja, aquele que se buscava colocar em prática o novo passo aprendido.

Em todas as aulas o professor destacava a importância de se analisar a técnica durante a dança, mantendo a postura, o ritmo, o balanço e a passada, ressaltando, também, o movimento do casal e o pulso ao iniciar a dança. A regra da dança se resume no peão conduzindo e a dama deixando-se conduzir; o peão desloca-se somente para frente, e a dama, conseqüentemente, para trás, no sentido anti-horário da pista. Nesse momento, citam-se como exemplo os bailes, nos quais os casais

não devem se esbarrar durante a dança. Em seu estudo, Fonseca, Vecchi e Gama (2012) afirmam que o homem é quem tem a iniciativa, é ele quem faz a condução da dança e assim espera que a mulher retribua da mesma forma, ou seja, que ela responda ao estímulo oferecido e deixe-se conduzir. Destacam, também, que essa aproximação do homem e da mulher é um tanto benéfica, quando se percebe a quebra da timidez por parte do homem e a superação da ansiedade por parte da mulher.

Por meio dos resultados obtidos, percebeu-se que o processo metodológico para o ensino da dança tradicional gaúcha parte de uma breve explanação sobre cada ritmo que foi ensinado, seguido de uma demonstração por parte dos professores. Em outros momentos, quando os alunos executavam os movimentos, enlaçados com seus próprios pares, os professores buscavam observar os movimentos da dança, e muitas vezes, ao final de cada música, demonstravam o passo novamente da forma correta, corrigindo os erros mais comuns.

Tornou-se frequente o fato de alguns casais pararem durante a aula para buscar o aprendizado do movimento pelo lado de fora da pista, quando realizavam a contagem dos passos buscando uma melhor compreensão e melhoria do ritmo. Outro ponto de destaque foi que os professores também dançavam com os casais que apresentavam alguma dificuldade. Logo, em outros momentos, o professor dançava com a professora ou realizava a marcação do passo sozinho e os casais buscavam acompanhar o ritmo. Em contrapartida, alguns erros visíveis não foram corrigidos pelos professores. De acordo com Garlet e Corazza (2006), os níveis de dificuldades durante o aprendizado servem como um modelo para verificar se os métodos de ensino estão sendo adequados.

Em todas as aulas os professores faziam uma breve revisão dos ritmos já ensinados, ou seja, passavam o ritmo novo e revisavam os que haviam sido ensinados nas aulas anteriores. A memória é outro fator importante para o aprendizado, pois estimula a capacidade do indivíduo em reter e utilizar as informações de várias formas e em longos períodos de tempo, fazendo com que o que foi aprendido em determinado momento

seja lembrado da melhor forma possível após a aprendizagem (GARLET; CORAZZA, 2006).

Quanto à formação inicial da aula e ao final de cada sequência musical, todos os casais se posicionavam em um grande semicírculo à espera da próxima etapa da aula, e em todas elas havia um tempo entre 15 e 20 minutos de intervalo. Também, na maioria das aulas, quem falava e repassava as informações era somente o professor, e a professora auxiliava na demonstração dos passos. Ressalta-se que faz três anos que o curso é oferecido por esses mesmos professores neste CTG, durante o qual eles sempre se apresentaram antes do horário, arrumavam o som e deixavam rodar uma música gaúcha até o início da aula.

Por ser um local voltado à tradição gaúcha, o professor optou por ministrar as aulas pilchado, usando bombacha, camisa, guaiaca, lenço e botas, e a professora apresentava-se nas aulas com roupas normais, porém, fazendo uso do sapato de prenda. Já os alunos, na maioria das vezes, compareceram com roupas normais, e em algumas aulas uma parte deles se destacava por estar utilizando alguma peça da vestimenta gaúcha.

Basicamente, a indumentária da mulher gaúcha é composta por vestido de chita floreado e lenço de seda no pescoço, e a do homem inclui as botas de cano mole, esporas, guaiaca, bombacha, camisa de apenas uma cor, chapéu e barbicacho (CORTÊS; LESSA, 1955). Na metodologia adotada pelos professores, constavam orientações sobre o uso correto da pilcha tanto para o peão quanto para a prenda; em uma das aulas, passaram as informações corretas sobre o que pode ser usado dentro do espaço dos CTGs, orientando também, sobre a vestimenta no momento da dança.

Quanto à relação entre professores e alunos e entre os próprios alunos, mantinham respeito entre eles, tornando a aula mais agradável. Em razão do anseio pela socialização, pelo contato com novas pessoas, por aprender a dançar ou simplesmente por um ato de lazer dos participantes, a prática da dança de salão nos dias atuais abrange uma ampla diversidade e envolve praticantes de todas as idades (SOUZA; UEDA, 2010). As entrevistadas realizadas no decorrer do curso mostraram que

a motivação em participar dele foi a vontade de aprender a dançar, achar bonita a dança gaúcha, começar a seguir a tradição e os bailes gaúchos e, até mesmo, por ser uma atividade física. Entre esse público, a maioria não possuía nenhum contato com este estilo de dança e todos relataram estar gostando das aulas.

Percebeu-se que os casais conversavam bastante com os professores, esclareciam dúvidas e permaneciam concentrados na explicação dada por eles. As dúvidas mais frequentes eram referentes aos detalhes da formatura que seria realizada no final do curso, e as conversas ocorriam no início da aula, no intervalo e no final, dessa forma, os casais se faziam presentes no local antes do início da aula. Ainda nestes momentos, os professores conversavam com os patrões do CTG, trocando algumas ideias. Nas primeiras aulas, o patrão passava por todos os alunos e cumprimentava-os com um gesto cordial.

No decorrer das aulas, os próprios alunos preferiam dançar nas laterais da pista e os casais com mais facilidade auxiliavam os que apresentavam alguma dificuldade na assimilação dos passos. Ao final da maioria das aulas, o professor se despedia dos alunos e era retribuído com aplausos.

Assim, destaca-se que a relação entre professor e aluno e entre os próprios alunos é um fator de suma importância para o processo de aprendizagem da dança, pois quando se mantém o respeito, o companheirismo, a ajuda ao próximo e a socialização, melhores resultados são alcançados e, conseqüentemente, a aula torna-se mais produtiva.

#### **4 CONCLUSÃO**

Pode-se concluir por meio dos resultados obtidos que os processos metodológicos para o ensino da dança gauchesca no CTG Seara e Pampa abrangem aspectos dos momentos que antecedem a aula, durante o desenvolvimento desta e, também, após seu término. Quanto ao perfil da turma, pode-se destacar que era composta por um público com idades bastante variadas, e a relação entre eles ou com seus professores demonstrava atitudes de respeito, socialização e companheirismo em todas as aulas.

Quanto aos conteúdos abordados, conclui-se que eram baseados em normas e seguem uma sequência de ensino, iniciando sempre pelo mais fácil. Os estilos de dança gaúcha ensinados durante o curso abrangiam o chamamé, a marchinha, a rancheira puladinha, a rancheira valseada, o xote, a vaneira, a vaneirinha, o vaneirão, a valsa, o bugio e a milonga, seguindo esta sequência de ensino. Ressalta-se, ainda, que os professores deram bastante ênfase ao correto uso da pilcha, tanto para o homem quanto para a mulher.

Para a realização das aulas, o método global foi destaque, pois o ensino da dança foi dado como um todo do início ao fim. Durante as aulas, os professores faziam as correções necessárias, auxiliando a turma, principalmente os casais com mais dificuldade. Quanto aos alunos, demonstraram estar gostando da metodologia adotada pelos professores, mostrando-se satisfeitos com as aulas.

Alguns fatores dificultaram o desenvolvimento da pesquisa, como a carência de estudos na área da dança gaúcha, prejudicando a relação da intervenção com bibliografias. É importante ressaltar que os dados apresentados neste estudo não podem ser generalizados, por se tratar de um grupo específico que deve ser considerado por suas características locais.

Destaca-se a necessidade de outras pesquisas que sejam realizadas na área da dança tradicional gaúcha, com o intuito de verificar a existência de diferentes processos metodológicos para o seu ensino.

## REFERÊNCIAS

ALVES, F. S. A dança <<en-cena>> o outro: prerrogativas para uma educação estética através do processo criativo. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 3, p. 333-354, jul./set. 2009.

CAPRI, F. S.; FINCK, S. C. M. **A dança no contexto da educação física**: Uma análise da prática de ensino de professores e de acadêmicos no processo de formação docente. 2007. Disponível em: <[http://www.pucpr.edu.br/eventos/educere/educere2008/anais/pdf/566\\_360](http://www.pucpr.edu.br/eventos/educere/educere2008/anais/pdf/566_360)> Acesso em: 20 mar. 2015.

CERVO, A. L. **Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

CORTÊS, J. C. P.; LESSA, L. C. B. **Manual de danças gaúchas**. 8. ed. Rio de Janeiro: Irmãos Vitale, 1955. Disponível em: <[https://books.google.com.br/books?id=TYb39ILcgTwC&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.br/books?id=TYb39ILcgTwC&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs_ge_summary_r#v=onepage&q&f=false)>. Acesso em: 11 jun. 2015.

DINIZ, I. K. dos S.; DARIDO, S. C. Livro didático: uma ferramenta possível de trabalho com a dança na Educação Física Escolar. **Laboratório de Estudos e Trabalhos Pedagógicos em Educação Física**, Rio Claro, v. 18, n. 1, p. 176-185, jan./mar. 2012.

FACHIN, O. **Fundamentos de Metodologia**. 5. ed. São Paulo: Saraiva, 2006.

FONSECA, C. C.; VECCHI, R. L.; GAMA, E. F. A influência da dança de salão na percepção corporal. **Revista Motriz**, Rio Claro, v. 18, n. 1, p. 200-207, jan./mar. 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1980-65742012000100020](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-65742012000100020)> Acesso em: 16 abr. 2015.

GARLET, M. L.; CORAZZA, S. T. Aprendizagem de danças populares: Implicações dos métodos global e parcial progressivo na aquisição e retenção de uma coreografia. **Revista brasileira Ciência e Movimento**, 2006. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/712/717>> Acesso em: 21 nov. 2015.

KONFLANZ, C. **A moderna tradição gaúcha: Um estudo socio-lógico sobre o Tradicionalismo Gaúcho**. 2013. 180 p. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais)–Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <<http://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/1928/1/000448318-Texto%2BCompleto-0.pdf>> Acesso em: 08 abr. 2015.

LUVIZOTTO, C. K. **As tradições gaúchas e sua racionalização na modernidade tardia**. São Paulo: Cultura Acadêmica. 2010.

LUVIZOTTO, C. K.; POKER, J. G. A. B. **As tradições no contexto da modernidade: reflexividade e ludicidade – o caso das tradições gaúchas**. 2009. Disponível em: <[http://www.fflch.usp.br/ds/pos-graduacao/simposio/m\\_5\\_Caroline.pdf](http://www.fflch.usp.br/ds/pos-graduacao/simposio/m_5_Caroline.pdf)> Acesso em: 31 mar. 2015.

MAGILL, R. **Aprendizagem motora: Conceitos e aplicações**. Tradução da 5ª edição americana. São Paulo: Edgard Blücher, 2000.

MEKSENAS, Paulo. **Pesquisa social e ação pedagógica – conceitos, métodos e práticas**. São Paulo: Edições Loyola, 2002.

OLIVEIRA, S. R. de. A dança indígena kaingáng e seu significado. **Projeto de Pesquisa de Mestrado**. Joaçaba, 2003.

RODRIGUES, B. M.; CORREIA, W. R. Produção acadêmica sobre dança nos periódicos nacionais de Educação Física. **Revista Brasileira Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 91-99, jan./mar. 2013. Disponível em <[http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v27n1/rbefe\\_aop0413.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v27n1/rbefe_aop0413.pdf)>. Acesso em: 18 mar. 2015.

SOUZA, P. de M.; UEDA, J. M. A Otimização do Uso no Desenvolvimento do Vestuário para Dança de Salão. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE PESQUISA E DESENVOLVIMENTO EM DESIGN, 9., 2010. **Anais...** 2010. Disponível em: <<http://blogs.anhembis.edu.br/congresso-design/anais/a-otimizacao-do-uso-no-desenvolvimento-do-vestuario-para-danca-de-salao/>>. Acesso em: 05 maio 2015.

TENROLLER, C. A.; MERINO, E. **Métodos e planos para o ensino dos esportes**. Porto Alegre: Editora da Ulbra, 2006.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa e ciências sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1990.

# EFEITOS DE EXERCÍCIOS DE DESCOMPRESSÃO INTERVERTEBRAL SOBRE A PERCEPÇÃO DE DOR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

Mário Souza Nunes<sup>1</sup>  
Jucielly Carla Téo<sup>2</sup>  
Susana Padoin<sup>3</sup>  
Patrick Zawadzki<sup>4</sup>

## RESUMO

A lombalgia que consiste em quadros de dores na região lombar afeta principalmente as pessoas na fase produtiva, entre os 30 e 50 anos, com maior incidência na terceira idade. Como forma de prevenção e tratamento, a prática regular e bem orientada de musculação fortalece a musculatura do core e reduz a dor. Em vista disso, o objetivo do estudo foi aplicar dois exercícios de descompressão intervertebral para diminuir a percepção de dor durante uma sessão de musculação. Para isso, participaram do estudo oito praticantes de uma academia de Chapecó com queixa de dor na região lombar. A intervenção consistiu na realização dos exercícios prancha em seis apoios e abdominal canivete aplicados em uma única repetição com tempo máximo de execução, testes de flexibilidade, Lasègue e o nível de dor por meio da Escala Visual Analógica de percepção de dor antes e depois do treino. Constatou-se que as pessoas acima de 30 anos apresentam maior percepção de dor ao chegar na aca-

---

<sup>1</sup> Graduado em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; mario11\_volei@hotmail.com

<sup>2</sup> Especialista em Osteopatia pelo Instituto Brasileiro de Osteopatia; Especialista em Especialização em Acupuntura pela Colégio Brasileiro de Estudos Sistêmicos; Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; jucielly.teo@unoesc.edu.br

<sup>3</sup> Graduada em Educação Física – Bacharelado pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; graduanda em andamento em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; susanapadoin@hotmail.com

<sup>4</sup> Mestrando em Ciências do Movimento Humano pela Universidade do Estado de Santa Catarina; doutorando em Educació Física, Activitat Física i Esport pela Universitat de Barcelona; Professor no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

demia quando comparadas a menores de 30 anos e, ainda, uma tendência maior a diminuí-la após a intervenção. Houve também uma correlação entre o tempo no canivete e a menor sensação de dor após o exercício, o que pressupõe que este exercício associado à prática de musculação atua de forma preventiva na lombalgia.

Palavras-chave: Musculação. Percepção de dor. Descompressão intervertebral. Lombalgia. Idade.

## 1 INTRODUÇÃO

A lombalgia, também conhecida como dor lombar baixa, geralmente se manifesta de forma aguda, podendo ser associada ou não à lombociatalgia, com dores irradiadas para o glúteo, coxa, perna e ou pé. Os sintomas e sinais de seu aparecimento consistem desde ligeiros desconfortos, dores, queimações, crises, incapacidade de ficar com o corpo ereto para caminhar ou até mesmo manter-se em pé.

Presume-se que a dor lombar pode atingir até 65% das pessoas anualmente, apresentando uma prevalência pontual de aproximadamente 11,9% da população mundial, o que causa grande demanda aos serviços de saúde. Entre os fatores associados à presença da dor, destacam-se a idade, a classe social, o peso corporal e a prática de atividade física.

Os índices elevados de incidência e prevalência de lombalgia na população brasileira e mundial fizeram com que aumentasse a procura por academias para tratá-la, inclusive na Cidade de Chapecó, considerando-se que a patologia afeta principalmente as pessoas na fase produtiva, ou seja, entre os 30 e 50 anos, apresentando maior incidência na terceira idade. A prática regular e bem orientada de musculação vem apresentando efeitos benéficos para o fortalecimento muscular, redução da dor, melhora da funcionalidade e reeducação postural, o que justifica a pesquisa.

Portanto, o estudo teve como objetivo verificar a percepção de dor lombar pré e pós aquecimento de descompressão da coluna lombar e musculação em praticantes de musculação de uma academia de Chapecó, com queixas de dor na região lombar. A intervenção consistiu na realização dos exercícios prancha em seis apoios, abdominal canivete, testes

de flexibilidade e Lasègue, além do nível de dor por meio da Escala Visual Analógica de percepção de dor (EVN).

Os principais resultados encontrados nesta pesquisa demonstraram que as pessoas acima de 30 anos apresentam maior percepção de dor ao chegarem na academia quando comparadas a menores de 30 anos e uma tendência a diminuí-la após a intervenção. Ainda, foi encontrado uma correlação entre o tempo no canivete e a menor sensação de dor após o exercício. Diante dos resultados, acredita-se que esses exercícios, associados à prática da musculação, atuam de forma preventiva na lombalgia.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo a Organização Mundial da Saúde, a população mundial apresentará dor lombar em algum momento da vida. Somente no Brasil, anualmente, 50 milhões de pessoas apontam essa queixa. A lombalgia, também conhecida como dor lombar baixa, consiste em quadros de dores na região lombar, com sintomas e sinais que decorrem desde ligeiros desconfortos, dores, queimações, bloqueios de movimento, incapacidade de permanecer com o corpo ereto para caminhar ou até mesmo manter-se em pé (PIMENTA, 2016).

A maioria das lombalgias é considerada aguda. A frequência dessas ocasiões tende a aumentar com o envelhecimento, tornando as crises mais intensas e crônica. Entre as possíveis etiologias, pode-se citar as causas inflamatórias, nervosas, reumáticas, mecânicas (como excesso de peso e movimentos bruscos) e inespecíficas (PIMENTA, 2016).

Na terceira idade, os discos intervertebrais que funcionam como amortecedores de impactos e permitem uma mobilidade fisiológica e normal entre as vértebras dão início à perda da desidratação, flexibilidade e elasticidade, além de sinais inflamatórios ao seu redor. À medida que ocorre a progressiva desidratação do disco, ele torna-se mais rígido e perde sua altura normal. Com isso, o movimento passa a ser limitado e eventualmente causar dor local pelo processo inflamatório associado (PELLEGRINO, 2016).

A dor lombar também pode estar associada à lombociatalgia, ou seja, às dores ciáticas, que percorrem o nervo ciático. Ela se forma pelas raízes nervosas dos segmentos L4, L5, S1, S2 e S3 da coluna-sacra, geralmente resultado do comprometimento da raiz nervosa na coluna e pela compressão ou inflamação do próprio nervo. A situação em que o indivíduo apresentar a dor lombar além da dor no trajeto do nervo, designa-se lombociatalgia (AMATO, 2015).

Por isso, o fortalecimento dos músculos do core acaba por absorver e transpassar força, empregando menos estresse nas extremidades, o que melhora as adaptações neurais (RODRIGUES; TRICHÊS, 2012), o equilíbrio e a estabilização corporal durante a prática de exercícios físicos, reduz a incidência de dores lombares e lesões e aumenta a qualidade de vida em geral (EVANGELISTA, 2001).

Já o exercício físico está intimamente relacionado à qualidade de vida da população. A musculação vem crescendo em todas as faixas etárias como um meio de prevenção de diversas doenças, contudo pouco se relata sobre a instalação de quadros de agravo à saúde ou manifestação de sintomas em virtude de sua prática, como, por exemplo, a lombalgia (OLIVEIRA; SALGUEIRO; ALFIERI, 2014).

### **3 MÉTODO**

Este estudo se caracteriza como experimental com desenho pré e pós teste (DUTRA; REIS, 2016). Participaram da pesquisa oito praticantes de musculação, com no mínimo três semanas de treinamento em uma academia de Chapecó, SC, e frequência de prática de duas a cinco vezes por semana. O critério de inclusão utilizado foi a presença de queixa de dor lombar antes do início da atividade. Usou-se como critérios de exclusão: não possuir liberação médica e não estar regularizado com a academia. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Como instrumentos de pesquisa foi utilizado o espaço da sala de musculação dentro de uma academia de Chapecó, SC. Para a realiza-

ção dos testes aplicou-se a Escala Visual Numérica (CUSTÓDIA; MAIA; SILVA, 2015) para avaliar a dor dos participantes antes e após a intervenção apresentando-a ao participante e solicitando sua resposta. O banco de Wells foi utilizado para medir as alterações na flexibilidade da cadeia muscular posterior (POLLOCK; WILMORE; FOX, 1986), e o teste de Lasègue (FERNANDEZ et al., 2012) foi aplicado para identificar comprometimento do músculo piriforme, associado ao do nervo ciático. Esta manobra consiste no estiramento do músculo com rotação medial e flexão do quadril com o paciente em decúbito dorsal. Na presença da dor localizada sobre o músculo com ou sem irradiação para o membro inferior, confirmou-se a necessidade da realização da descompressão dos discos intervertebrais.

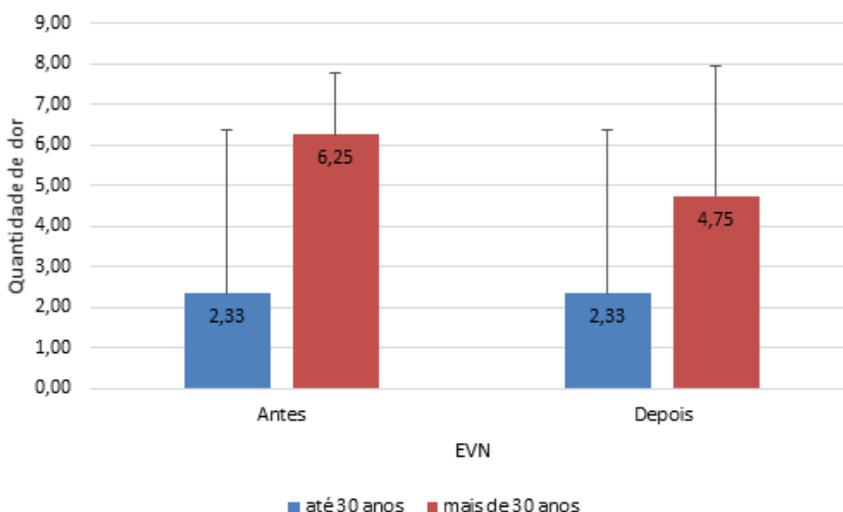
Os exercícios escolhidos para a intervenção foram a prancha e o canivete (BOYLE, 2014), aplicados em uma única repetição com tempo máximo de execução e intervalo de dois a três minutos. Como protocolo para o exercício prancha, a pessoa permanecia de bruços, apoiada pelos cotovelos e antebraços no chão, alinhados aos ombros, com as pontas dos pés apoiadas no chão, mantendo uma linha com os cotovelos e o corpo em posição ereta e abdômen contraído. Para o canivete, os sujeitos ficavam deitados sobre o colchonete em decúbito dorsal, ombros e cotovelos estendidos sobre a cabeça, mantendo uma posição alinhada com o tronco. Durante o movimento, realizavam a flexão do quadril, apoiados somente pelos glúteos, erguendo e sustentando o movimento e formando 45° entre eles, sem flexionar as pernas. A impressão devia ser a de que o abdômen estava sendo esmagado.

Todas as variáveis do estudo foram tratadas por meio de estatística descritiva, com média e desvio padrão, dividindo os grupos, a posteriori, por idade, abaixo e acima de 30 anos. A normalidade, verificada por meio do teste de Shapiro-Wilk, não foi encontrada. Não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos por meio dos testes não paramétricos. Relações entre as variáveis foram averiguadas por meio do teste *r* de Pearson. O nível de significância foi adotado em 0,05.

## 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

O objetivo do estudo foi verificar se a realização de dois exercícios de aquecimento, prescritos para a descompressão das vértebras lombares, ajudam praticantes de musculação a iniciar e realizar a sua prática de forma mais confortável, sentindo menos dor. Parte dos resultados é apresentada no Gráfico 1 em relação à escala da percepção de dor, na qual os indivíduos acima de 30 anos tiveram maior percepção de dor se comparados aos indivíduos com menos de 30 anos antes e depois do treinamento. Entretanto, os participantes acima de 30 anos mostraram diminuição maior nos níveis de dor após a realização do treinamento, o que sugere efetividade deste.

Gráfico 1 – Resultados da escala de dor para os grupos do estudo



Fonte: os autores.

Estima-se que a prevalência anual de dor lombar no mundo é de aproximadamente 11,9%, sendo a segunda condição de saúde mais prevalente no Brasil (13,5%) quando ligada a dores presentes na cervical, torácica e pelve (NASCIMENTO; COSTA, 2015). Para Ferreira et al. (2011), 70 a 85% da população apresentarão, no decorrer de sua vida, al-

gum quadro álgico na região lombar; tal fato é atribuído às modificações corporais que o indivíduo passa ao longo dos anos e ao desgaste natural dos componentes de sustentação da coluna que altera a anatomia e a fisiologia.

Na terceira idade a incidência de quadro de lombalgia torna-se maior, visto que os discos intervertebrais propendem a desidratar, reduzindo o espaço intervertebral (OLIVEIRA; CASA JÚNIOR, 2014). Scopel (2013) observou que a lombalgia afeta principalmente as pessoas na fase produtiva, entre os 30 e 50 anos; a prática regular e bem orientada de musculação tem contribuído para a redução de mais de um terço da dor porque melhora a postura corporal e fortalece os músculos envolvidos.

De forma análoga, em 20 sessões de um programa de treinamento de força que contemplava exercícios de estabilização central, realizados três vezes por semana, a dor lombar foi reduzida significativamente e, inclusive, em alguns casos, foi extinta; além disso, a força de estabilização lombo-pélvico aumentou (REINEHR; CARPES; MOTA, 2008). Em casos de lombalgia, a prática de exercícios apresenta bons resultados ao reduzir a intensidade da dor e melhorar a funcionalidade (OLIVEIRA; SALGUEIRO; ALFIERI, 2014).

Nesse sentido, Benvenuto e Pereira Júnior (2016) apontam benefícios em mulheres entre 50 e 60 anos que realizam a prática da musculação três vezes por semana. Quando comparadas a mulheres sedentárias, observou-se menor restrição para a realização de atividades do cotidiano, como sentar, caminhar, viajar e vestir-se, nos cuidados pessoais, na vida sexual e na socialização. O aumento da força sinérgica dos músculos do core está associado à saúde da coluna porque diminui a compressão intervertebral e, conseqüentemente, a uma melhor qualidade de vida.

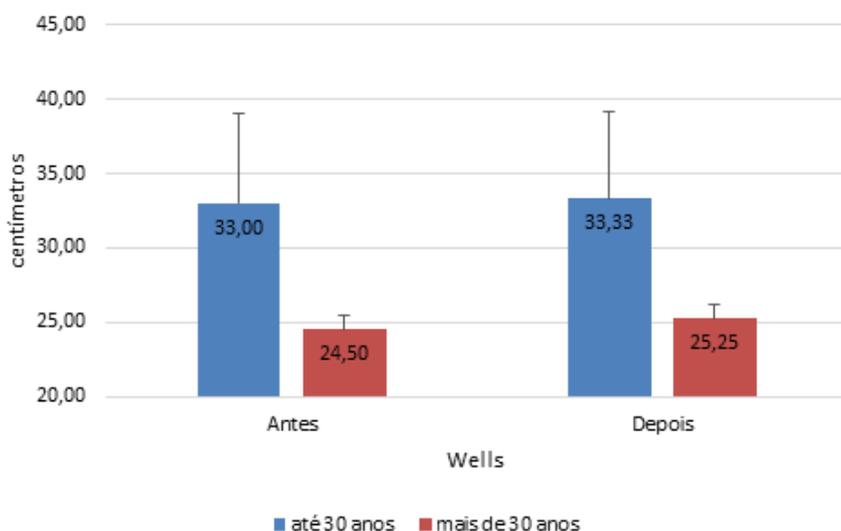
Pensar que a saúde da coluna está ligada à capacidade de diminuir a compressão intervertebral por meio do aumento da força sinérgica dos músculos do core parece estar relacionado diretamente à qualidade de vida.

Por outro lado, repetir movimentos em determinadas posições, executar incorretamente os exercícios e possuir uma sobrecarga de trei-

namento pode prejudicar a postura, com alto nível de desequilíbrio muscular (OLIVEIRA; CASA JÚNIOR, 2014).

De acordo com os resultados do teste de flexibilidade (Gráfico 2), foi possível verificar níveis entre bom (19-21 cm) e excelente (acima de 22 cm) nos participantes, em partes acredita-se que um dos motivos é o fato de todos frequentarem regularmente a academia. Também se notou que o treinamento não influenciou no rendimento do teste de flexibilidade da cadeia muscular posterior, já que o rendimento não se mostrou alterado nos testes.

Gráfico 2 – Resultados da flexibilidade antes e depois da intervenção



Fonte: os autores.

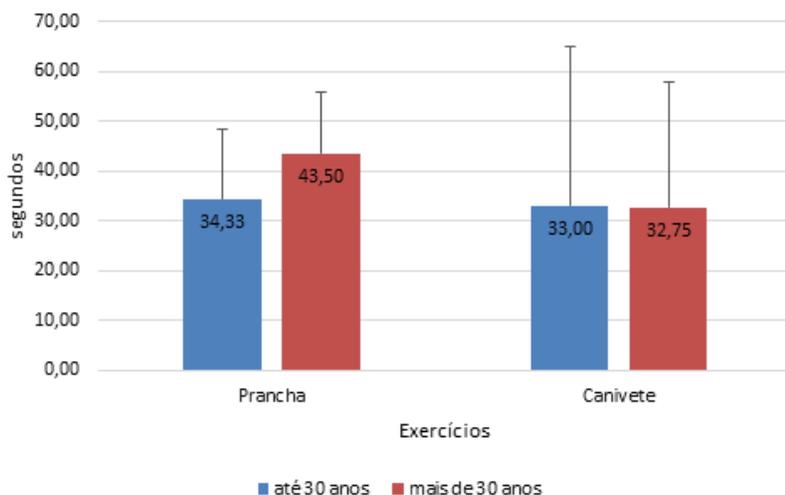
A ausência da flexibilidade, principalmente na região do tronco e quadril, está associada ao maior risco para surgimento de lombalgia, em que 80% das dores lombares são causados pelo nível de flexibilidade articular reduzida. Atividades físicas como o alongamento reduzem a atrofia muscular, aumentam a flexibilidade, além de melhorarem a postura estática e dinâmica (VICTORINO, 2010).

A prática de exercícios que favoreçam a melhora da função abdominal, costas, extensores e membros superiores e inferiores tem produzido efeitos benéficos sobre o músculo, flexibilidade e força na região

lombar (KUUKKANEN et al., 2007). A diminuição da flexibilidade eleva o risco de lesões e quedas, dificulta a realização de atividades diárias, diminui a força muscular (PETTER et al., 2012; CYRINO et al., 2004), a velocidade e a coordenação motora e, ainda, provoca dor (PETTER et al., 2012).

Ponderando o Gráfico 3, compreende-se que o exercício canivete não mostrou diferença entre os grupos de idades no tempo em execução, já o exercício prancha sim, porque a média do grupo maior de 30 anos foi maior. Esses exercícios têm sua prescrição associada ao objetivo de melhora de força da musculatura do core, com vistas à diminuição da percepção de dor lombar. A modo de validação social, uma participante declarou que sentiu uma diminuição na dor para depois executar seu trabalho na musculação.

Gráfico 3 – Resultados expressos em tempo para os exercícios de Prancha e Canivete



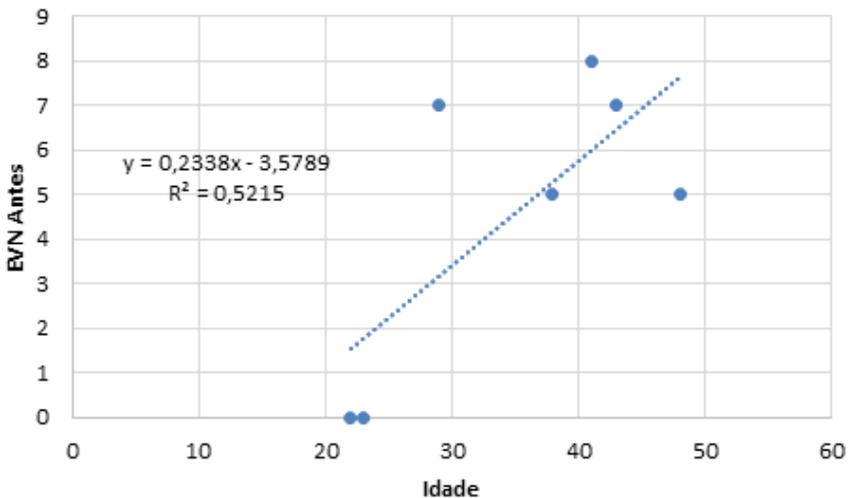
Fonte: os autores.

Os exercícios de estabilização segmentar que promovem a contração dos músculos multífido e transversos do abdômen auxiliam na redução da dor e na incapacidade da dor lombar crônica, além de aumentar o número de retornos às atividades diárias e trabalho (PEREIRA; FERREIRA; PEREIRA, 2010).

Os exercícios de prancha e canivete são classificados funcionalmente como fortalecedores da musculatura do core e, ao mesmo tempo, como parte do tratamento corretivo e preventivo de distúrbios que acometem a coluna lombar (OLIVEIRA; BRAZ, 2012). Gouveia e Gouveia (2008) salientam que a estabilidade da cintura pélvica e da coluna lombar é importante para o equilíbrio corporal. A coluna lombar é a principal região do corpo encarregada da sustentação das cargas, e a cintura pélvica transmite a força do peso da cabeça, do tronco, das extremidades superiores e a força predominante dos membros inferiores. Em sujeitos sadios o músculo transversal do abdômen contrai antes dos movimentos para proteger a coluna, enquanto na musculatura lombar ocorre uma falha de contração, apontando que há uma estabilização muscular ineficaz da coluna.

O Gráfico 4 mostra a relação entre a dor antes da intervenção e a idade. Este resultado demonstra em 52% dos participantes a relação entre a dor quando chegam para a prática de musculação e a idade, ou seja, os mais velhos chegam com mais dor para a prática de musculação, o que confirma os resultados da Gráfico 1.

Gráfico 4 – Correlações entre as variáveis de idade e dor antes da intervenção

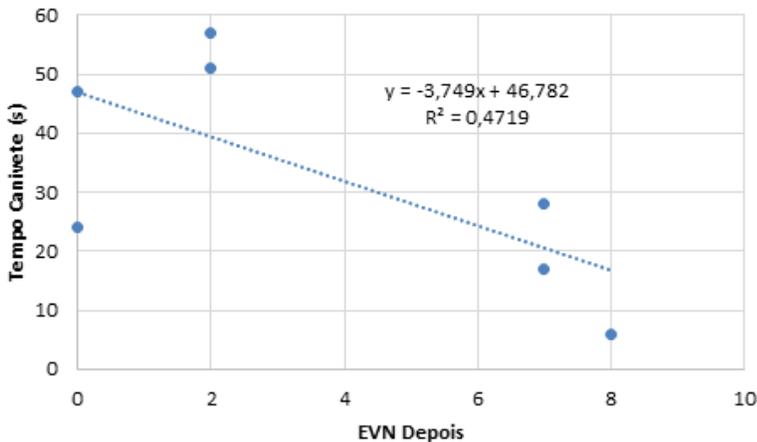


Fonte: os autores.

De modo dissemelhante, Souza e Pereira Júnior (2010) constataram em seu estudo com 40 participantes uma ocorrência de 37,5% de indivíduos que sentem dor lombar antes de iniciar a musculação, 27,5% durante a prática e 42,5% ao término da sessão de musculação. Por outro lado, Pires e Dumas (2008) constataram que exercícios de alongamento, bicicleta ergométrica, caminhada, natação e aeróbica de baixo impacto, realizados de forma orientada, reduzem a dor lombar subaguda e crônica, além de melhorar a disfunção psicológica e física e prevenir seu reaparecimento. É possível aceitar a premissa do envelhecimento da coluna lombar como explicação para o resultado da dor lombar antes da prática e a idade, entretanto fatores como o estilo de vida adotado nessa faixa etária podem ser determinantes na manutenção da saúde da coluna.

O Gráfico 5 mostra a correlação encontrada entre o tempo obtido no exercício de abdominal canivete e a quantidade de dor depois da intervenção. Os resultados apontam que 47% dos participantes tiveram diminuição da dor associada a um desempenho com maior tempo de execução desse exercício, ou seja, essa parte dos participantes mostrou que quanto maior tempo no canivete, menor dor lombar depois. Essa constatação indica o exercício canivete como um fator de proteção no tratamento da dor lombar.

Gráfico 5 – Correlações entre as variáveis de idade e dor antes da intervenção



Fonte: os autores.

Rossi (2011) observou em seu estudo de revisão que o exercício tem como objetivo reduzir a dor lombar por meio de um processo neurológico no tecido em que ela é produzida, aplicando força e estresse repetido. Também constatou que um programa de treinamento com duração de 10 semanas contendo exercícios de extensão lombar aumentou a força isométrica e reduziu a dor dos investigados.

Sugere-se que futuras pesquisas envolvendo dor lombar e atividade física sejam realizadas em formato de estudos de caso, não focando somente no caso clínico do participante, mas também na ação terapêutica de cada exercício proposto dentro do programa de treinamento.

## 5 CONCLUSÃO

Com base nos resultados, conclui-se que as pessoas acima de 30 anos apresentam maior percepção de dor ao chegarem na academia quando comparadas às menores de 30 anos e também uma tendência a diminuí-la após a intervenção. Houve, ainda, uma correlação entre o tempo no canivete e a menor sensação de dor após o exercício, o que pressupõe que a prática de musculação é uma importante ferramenta preventiva para a lombalgia, e o canivete é um exercício eficaz para a descompressão lombar.

## REFERÊNCIAS

AMATO, M. **Instituto de Medicina Avançada**. São Paulo, 2015. Disponível em: <<https://www.neurocirurgia.com/content/ci%C3%A1tico-ci%C3%A1tica-ciatalgia-lombociatalgia%E2%80%A6>>. Acesso em: 29 ago. 2016.

BENVENUTTI, A.; PEREIRA JÚNIOR, A. A. Dor lombar em mulheres sedentárias e praticantes de musculação. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 18, n. 1, p. 54-58, jan./mar. 2016.

BOYLE, M. **Avanços no treinamento funcional**. Porto Alegre: Art-med, 2014.

CUSTÓDIA, A. C. E.; MAIA, F. O. M.; SILVA, R. C. G. Pain evaluation scales for elderly patients with dementia. **Revista Dor**, São Paulo, v. 16, n. 4, out./dez. 2015.

CYRINO, E. S. et al. Comportamento da flexibilidade após 10 semanas de treinamento com pesos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 10, n. 4, p. 233-237, jul./ago. 2004.

DUTRA, H. S.; REIS, V. N. Desenhos de estudos experimentais e quase-experimentais: definições e desafios na pesquisa em enfermagem. **Revista de Enfermagem UFPE**, Recife, v. 10, n. 6, p. 2230-2241, 2016.

EVANGELISTA, A. **Exercício de Estabilização para o músculo do core**. 2001. Disponível em: <<http://www.alexandrelevangelista.com.br/2010/06/01/exercicios-de-estabilizacao-para-o-trabalho-do-musculos-do-core/>>. Acesso em: 28 ago. 2016.

FERNANDEZ, J. S. et al. Correlação do sinal de Lasègue e manobra da elevação da perna, retificada com os achados cirúrgicos em pacientes com ciatalgia portadores de hérnia discal lombar. **Coluna**, v. 11, n. 1, 2012.

FERREIRA, G. et al. Prevalência de dor nas costas e fatores associados em adultos do sul do Brasil: estudo de base populacional. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 15, n. 1, p. 31-36, jan./fev. 2011.

GOUVEIA, K. M. C.; GOUVEIA, E. C. O músculo transverso abdominal e sua função de estabilização da coluna lombar. **Fisioterapia em Movimento**, v. 21, n. 3, p. 45-50, jul./set. 2008.

KUUKKANEN, T. et al. Effectiveness of a home exercise programme in low back pain: a randomized five-year follow-up study. **Physiotherapy Research International**, v. 12, n. 4, p. 213-224, dez. 2007.

NASCIMENTO, P. R. C.; COSTA, L. O. P. Prevalência da dor lombar no Brasil: uma revisão sistemática. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 6, p. 1141-1155, 2015.

OLIVEIRA, G. D. de; CASA JUNIOR, A. J. Prevalência de lombalgia e avaliação da capacidade funcional lombar em praticantes de musculação. **Estudos**, Goiania, v. 41, n. 2, p. 247-258, abr./jun. 2014.

OLIVEIRA, J. G. de; SALGUEIRO, M. M. H. de A. de O.; ALFIERI, F. M. Lombalgia e Estilo de Vida. **UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 16, n. 4, p. 341-344, 2014.

OLIVEIRA, M. P.; BRAZ, A. G. **A importância do fortalecimento da musculatura estabilizadora da coluna vertebral na prevenção e no tratamento das lombalgias**. 2012. Disponível em: <[http://portal-biocursos.com.br/ohs/data/docs/32/145\\_\\_A\\_importYncia\\_do\\_fort.\\_da\\_musc.\\_estabilizadora\\_da\\_coluna\\_vertebral\\_na\\_prevenYYo\\_e\\_no\\_tratamento\\_das\\_lombalgias.pdf](http://portal-biocursos.com.br/ohs/data/docs/32/145__A_importYncia_do_fort._da_musc._estabilizadora_da_coluna_vertebral_na_prevenYYo_e_no_tratamento_das_lombalgias.pdf)>. Acesso em: 27 ago. 2016.

PELLEGRINO, L. **Ortopedia Cirurgia da Coluna**. São Paulo, 2016. Disponível em: <<http://www.drlucianopellegrino.com.br/site/index.php/component/easytagcloud/116-module/23-degeneracao-do-disco>>. Acesso em: 29 ago. 2016.

PEREIRA, N. T.; FERREIRA, L. A. B.; PEREIRA, W. M. Efetividade de exercícios de estabilização segmentar sobre a dor lombar crônica mecânico-postural. **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba, v. 23, n. 4, p. 605-614, out./dez. 2010.

PETTER, G. et al. **Fatores Relacionados ao Encurtamento dos Isquiotibiais**: um Estudo Bibliográfico. Santa Maria, 2012. Disponível em: <<http://www.unifra.br/eventos/forumfisio/Trabalhos/5079.pdf>>. Acesso em: 8 dez. 2016.

PIMENTA, L. **Instituto de Patologia da Coluna**. São Paulo, 2016. Disponível em: <<http://patologiadacoluna.com.br/lombalgia/>>. Acesso em: 29 ago. 2016.

PIRES, R. A. M.; DUMAS, F. L. V. Lombalgia: revisão de conceitos e métodos de tratamentos. **Ciências da Saúde**, Brasília, DF, v. 6, n. 2, p. 159-168, jul./dez. 2008.

POLLOCK, M. L.; WILMORE, J. H.; FOX, S. M. **Exercícios na saúde e na doença**. Rio de Janeiro: Medsi, 1986.

REINEHR, F. B.; CARPES, F. P.; MOTA, C. B. Influência do treinamento de estabilização central sobre a dor e estabilidade lombar. **Fisioterapia em Movimento**, v. 21, n. 1, p. 123-129, jan./mar. 2008.

RODRIGUES, F. R.; TRICHÊS, P. B. M. Treinamento do Core. **EFDeportes Revista Digital**, Buenos Aires, v. 17, n. 173, 2012.

ROSSI, T. N. Efeitos do exercício físico sobre a lombalgia. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 5, n. 26, p. 163-169, mar./abr. 2011.

SCOPEL, J. **Prevalência e fatores associados à dor lombar em praticantes de musculação**. Florianópolis, 2013. Monografia (Bacharel em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

SOUZA, R. F. C. de; PEREIRA JÚNIOR, A. A. Prevalência de dor lombar em praticantes de musculação. **Revista da UNIFEBE**, Brusque, v. 1, n. 8, jan./jul. 2010.

VICTORINO, R. **Efeito do exercício físico na prevenção e no tratamento de lombalgias decorrentes de atividades profissional**. São Paulo, 2010. Disponível em: <<http://www.luzimarteixeira.com.br/wp-content/uploads/2010/10/exercicio-na-prevencao-e-no-tratamento-de-lombalgias-decore280a6.pdf>>. Acesso em: 02 nov. 2016.



# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, HÁBITOS ALIMENTARES E IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE XAXIM, SC

Camila Maiara Baggio<sup>1</sup>

Danielle Ledur Antes<sup>2</sup>

## RESUMO

Neste trabalho objetivou-se verificar o nível de atividade física, os hábitos alimentares e a imagem corporal de estudantes do ensino médio de uma escola do Município de Xaxim, SC. Trata-se de um estudo quantitativo, no qual se aplicou uma entrevista em 76 estudantes do ensino médio, incluindo o 1º, o 2º e o 3º anos, dos períodos matutino, vespertino e noturno, sendo 45 adolescentes masculinos e 31 adolescentes femininos. Um questionário semiestruturado foi aplicado para a coleta dos dados, contendo 22 questões. Entre os adolescentes investigados, 49,3% são fisicamente ativos há mais de seis meses, 29 estudantes pretendem diminuir sua imagem corporal e apenas 20 estão satisfeitos com sua imagem. Entre os hábitos alimentares inadequados, destacaram-se o fato de 44,7% não consumirem vegetais, 50% consumirem refrigerante de uma a três vezes por semana e 36,8% não beberem suco natural. Portanto, de acordo com os dados observados, concluiu-se que os estudantes que se dizem satisfeitos com sua imagem corporal apresentaram tempo semanal de atividade física superior aos adolescentes que mencionaram querer reduzir ou aumentar a silhueta. Palavras-chave: Atividade física. Hábitos alimentares. Imagem corporal.

## 1 INTRODUÇÃO

A obesidade é definida como o acúmulo de gordura corporal, podendo comprometer a saúde; normalmente isso ocorre com o consu-

---

<sup>1</sup> Graduada em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Xanxerê; mila-baggio@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Federal de Santa Catarina; Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Catarina; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; danielleantes@gmail.com

mo energético maior que o gasto de energia. Existem períodos para o desenvolvimento de acúmulo de gordura corporal, que oferecem grandes riscos para o aparecimento da obesidade: gestação, os primeiros anos de vida, idade pré-escolar (entre cinco e sete anos de idade) e também adolescência.

Tanto os hábitos alimentares inadequados quanto a inatividade física estão diretamente associados ao desencadeamento de diversas doenças crônico-degenerativas. A prática regular de atividade física é um hábito saudável no controle e no tratamento da obesidade em crianças e adolescentes.

Os adolescentes têm maus hábitos alimentares, a alimentação é baseada no insuficiente consumo de frutas, hortaliças e leite, além do aumento do consumo de guloseimas (bolachas recheadas, salgadinhos e doces) e refrigerantes, o que contribui para hábitos alimentares negativos e, conseqüentemente, para o surgimento de diversas dessas doenças.

A insatisfação com a imagem corporal talvez seja um dos motivos principais que levam as pessoas a iniciarem um programa de atividade física. Está diretamente relacionada à exposição de corpos bonitos pela mídia, e nas últimas décadas, tem ocorrido uma compulsão para buscar a anatomia ideal. Os indivíduos que iniciam um programa de atividade física, na maioria dos casos, buscam, de alguma maneira, modificar as formas e proporções de seu corpo.

Considerando que essa fase do ciclo da vida é crucial para a adoção de hábitos, atitudes e comportamentos os quais condicionam estilos de vida que podem repercutir na idade adulta, este estudo foi conduzido com o objetivo principal de verificar os hábitos alimentares, o nível de atividade física e a imagem corporal de adolescentes de uma escola pública do Município de Xaxim, SC. Para tal foram analisados separadamente o nível de atividade física de escolares, os hábitos alimentares e a percepção da imagem corporal.

Trata-se de um estudo quantitativo, no qual foram entrevistados 76 estudantes do ensino médio, incluindo o 1º, o 2º e o 3º anos, dos

períodos matutino, vespertino e noturno. Entre os investigados, 45 adolescentes do sexo masculino e 31 do feminino.

Um questionário semiestruturado foi aplicado para a coleta dos dados contendo 22 questões. Entre os adolescentes investigados, 49,3% são fisicamente ativos há mais de seis meses, 29 estudantes mencionaram a vontade de reduzir a silhueta na imagem corporal e apenas 20 estão satisfeitos com sua imagem.

Entre os hábitos alimentares inadequados, destacaram-se o fato de 44,7% não consumirem vegetais, 50% consumirem refrigerante de uma a três vezes por semana e 36,8% não beberem suco natural. Além disso, de acordo com os dados observados, concluiu-se que os estudantes que se dizem satisfeitos com sua imagem corporal apresentaram tempo semanal de atividade física superior aos adolescentes que mencionaram querer reduzir ou aumentar a silhueta.

## **2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

### **2.1 PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA**

O nível de atividade física e a prevalência de sedentarismo são estudados em vários grupos de crianças, adolescentes, adultos, idosos e portadores de problemas crônico-degenerativos. Já entre crianças e adolescentes têm obtido uma atenção especial, pois é nessa fase da vida que os hábitos e os comportamentos são formados e refletem na idade adulta (SILVA et al., 2008). Estudos demonstram que existe alta prevalência de comportamentos de risco à saúde em crianças e adolescentes, entre esses comportamentos, destacam-se os níveis insuficientes de atividade física, os hábitos alimentares inadequados, o consumo de drogas lícitas e ilícitas e o comportamento sexual inseguro (SILVA et al., 2008).

A indução à prática de atividades físicas é uma preocupação geral de saúde pública, de todos os lugares. O conhecimento sobre a prevalência de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis pode

alertar estudantes, educadores e gestores de educação para a importância da elaboração de programas de prevenção (CHEIK; MAYER, 2008).

A prática constante de atividade física é um fator relevante quando intervém na qualidade de vida do seu praticante, principalmente para aqueles indivíduos que residem em regiões onde o espaço para o lazer é limitado e em locais com pouca segurança (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006). A sua falta é um componente negativo a saúde porque eleva a incidência de cardiopatias, diabetes, hipertensão, obesidade, osteoporose e alguns tipos de câncer (PINHO, 1999).

Com o processo de industrialização, tem ocorrido ascensão do número de pessoas sedentárias em todas as idades, apesar dos benefícios da atividade física sobre a saúde estarem bem estabelecidos (BAUMAN, 2004).

Em estudo realizado em 15 capitais brasileiras e no Distrito Federal, percebeu-se que 38,1% dos indivíduos entre 15 e 70 anos foram identificados como insuficientemente ativos (sedentários e irregularmente ágeis) pelo inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças não transmissíveis. As cidades de João Pessoa, Paraíba e Belém do Pará apresentaram as maiores prevalências de inatividade física, 55% e 28%, respectivamente (MINISTÉRIO DA SAÚDE; SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE; SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE NACIONAL DE CÂNCER, 2004). Já entre os adolescentes, a prevalência de sedentarismo varia de 39% a 58% (OEHLSCHLAEGGER et al., 2004; HALLAL et al., 2006).

A literatura tem revelado que sujeitos ativos durante a adolescência apresentam ascendentes chances de permanecerem ativos na idade adulta (AZEVEDO et al., 2007; ALFANO et al., 2002; TAMMELIN et al., 2003; TELAMA; YANG, 2000).

Tassitano et al. (2007) realizaram uma revisão sistemática sobre a atividade física e comportamentos sedentários em adolescentes brasileiros e identificaram que a prevalência de adolescentes expostos aos baixos níveis de atividade física oscila em cerca de 39% (OEHLSCHLAEGGER et al., 2004) a 93,5% (SILVA; MALINA, 2000).

## 2.2 HÁBITOS ALIMENTARES

As práticas alimentares desenvolvidas na adolescência influenciam os hábitos alimentares e podem causar impacto na saúde em longo prazo, dado o desenvolvimento da identidade e maior autonomia e independência durante esse período (CROLL; NEUMARK-SZTAINER; STORY, 2001).

De acordo com os princípios de uma boa alimentação saudável, todos os grupos de alimentos devem compor a dieta diariamente. Nenhum alimento isoladamente é suficiente para fornecer todos os nutrientes necessários a uma boa nutrição e manutenção para a saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006).

Uma alimentação saudável e equilibrada tem como objetivo manter nosso organismo em perfeito funcionamento, fortalecer os ossos, construir e reconstruir tecidos musculares, manter e desenvolver a saúde mental, entre outros benefícios. Todos os alimentos são compostos por nutrientes que ajudam nesse processo. O sedentarismo e os maus hábitos alimentares têm contribuído para o aumento de excesso de peso em crianças e adolescentes, nas formas de sobrepeso e obesidade, gerando preocupação para os órgãos de saúde pública no Brasil (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002).

Segundo Fisberg et al. (2000), o comportamento alimentar dos adolescentes vincula-se fortemente aos padrões manifestados pelo grupo etário ao qual pertencem, pela omissão de refeições, pelo consumo de alimentos de elevado conteúdo energético e pobre em nutrientes, pela ingestão precoce de bebidas alcoólicas e pelas tendências a restrições dietéticas. Para os autores, esses comportamentos fazem parte do estilo de vida dos adolescentes e podem contribuir para alterações no estado nutricional.

É necessário conhecer a prática alimentar dos adolescentes e as barreiras em adotar uma alimentação saudável pelo simples fato de existir uma relação positiva entre a alimentação e o risco de morbimortalidade. Saber a opinião dos adolescentes e se acreditam e buscam uma alimentação saudável é importante (ARAKI et al., 2011). Essas informações auxiliam no planejamento e no desenvolvimento de métodos para

a intervenção nutricional, podendo melhorar a qualidade de vida deles (ARAKI et al., 2011).

Recomenda-se que a família faça refeições com os adolescentes, pois os pais têm a oportunidade de influenciar no que está sendo servido para a alimentação dos filhos. Famílias que escolhem fazer as refeições juntas podem ter uma chance maior de preparar refeições equilibradas e nutritivas, comparadas aos adolescentes que fazem as refeições sozinhos (FELDMAN et al., 2007).

### 2.3 IMAGEM CORPORAL

Segundo Adami (2005), a imagem corporal é um complexo fenômeno humano que envolve aspectos cognitivos, afetivos, sociais/culturais e motores. Está intrinsecamente associado com o conceito de si próprio, é influenciável pelas dinâmicas interações entre o ser e o meio em que vive. O seu processo de construção/desenvolvimento está associado às concepções determinantes da cultura e da sociedade.

Schilder (1999) apresenta a imagem corporal sendo a figuração do próprio corpo formada pela mente, ou seja, o modo como aquele se apresenta. A influência que a autoimagem corporal exerce sobre os hábitos de saúde das adolescentes tem sido bastante discutida na literatura. Durante a adolescência a preocupação com o porte físico e a aparência corporal é um dos problemas mais importantes. Atualmente, a forte tendência social e cultural de considerar a magreza como uma situação ideal de aceitação e êxito está influenciando cada vez mais os adolescentes (CASAGRANDE; VIVIANI; GALLO, 2007).

Em pesquisa realizada com adolescentes de Porto Alegre, RS foi encontrada insatisfação corporal em 81% dos investigados; 55% das garotas desejavam ser mais magras e 28% dos garotos ter um corpo maior (PINHEIRO; GIUGLIANI, 2006). Em Santo André, SP a observação feita foi que as meninas com excesso de peso se apresentaram mais insatisfeitas com regiões do corpo do que os meninos (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005). Também em estudos internacionais foi encon-

trado aumento da insatisfação corporal na Noruega entre os períodos 1992 e 2002 (STORVOL; STRANDBUS; WICHSTROM, 2005). Estudo realizado na Virgínia, Estados Unidos com adolescentes da zona rural revelou que garotas adolescentes desejavam silhuetas menores, e estas também relataram insatisfação corporal maior do que os garotos (JONES; FRIES; DINAMARQUÊS, 2007).

Portanto, investigar a relação da imagem corporal com as características de prática de atividade física e hábitos alimentares em escolares é um assunto importante que ainda necessita de mais esclarecimentos.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este estudo se caracteriza com uma pesquisa quantitativa, descritiva do tipo transversal seguindo uma abordagem quantitativa de dados (THOMAS; NELSON, 2007) descritiva, pois apresenta como um dos objetivos a descrição de características de uma determinada população, e transversal pois as observações foram realizadas em um único momento no tempo (MEDRONHO et al., 2009).

O grupo de estudo foi constituído por estudantes do 1º ao 3º anos do ensino médio de uma escola do Município de Xaxim, SC.

Todos os alunos receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o qual foi assinado pelos pais, e após o consentimento destes, aqueles foram considerados aptos a participarem da investigação.

Para o desenvolvimento deste trabalho foram verificados, por meio de anamnese, sexo, idade, cor da pele, região geográfica (urbana ou rural) e nível econômico por meio do questionário da ABEP.

O nível de atividade física foi investigado por meio de questionário com dez questões de atividade física para crianças (PAQ-C) (CROCKER et al., 1997). Os adolescentes deveriam marcar as atividades praticadas na semana anterior, bem como a frequência e a duração. O questionário utilizado foi o da intervenção “Fortaleça a sua Saúde”, já validado para adolescentes (SILVA et al., 2013) contendo uma lista de atividades físicas.

Para verificar os comportamentos de saúde ligados aos hábitos alimentares utilizou-se a parte sobre alimentação do *Youth Risk Behavior Survey Questionnaire (YRBS)* versão 2007, adaptado e validado para o Brasil (LOPES, 2008), o qual destina oito questões ao acompanhamento da alimentação referente aos últimos sete dias precedentes à aplicação do questionário. Entre as oito questões, seis dizem respeito ao consumo de frutas e vegetais, uma ao consumo de refrigerantes e a oitava ao consumo de leite.

A percepção da imagem corporal foi obtida por autoavaliação, utilizando-se a escala de silhuetas de Childress et al. (1993), a qual é composta de uma escala de nove silhuetas corporais. O conjunto de silhuetas foi mostrado aos acadêmicos, e foram realizadas as seguintes questões: qual a silhueta que melhor representa a sua aparência física atual?; Qual a silhueta que você gostaria de ter (ideal)? Para verificar a satisfação com a imagem corporal, a silhueta real foi subtraída da silhueta atual. Quando a diferença entre as silhuetas fosse igual a zero, o indivíduo seria classificado como satisfeito, e quando diferente de zero, insatisfeito. Quando o resultado foi negativo, considerou-se a insatisfação pela magreza e quando positivo, a insatisfação pelo excesso de peso.

A coleta de dados foi realizada pela própria pesquisadora, com duas visitas na escola escolhida, no período de agosto a setembro de 2016. No primeiro momento houve a explanação dos objetivos da investigação com a entrega do Termo de Consentimento, e no segundo momento a devolução pelos alunos do Termo de Consentimento assinado pelos responsáveis e a aplicação dos questionários aos adolescentes.

Para a análise estatística utilizou-se o pacote estatístico do programa Stata SE – versão 13.0 (Stata Corporation, College Station, Estados Unidos). Foi empregada a estatística descritiva para os cálculos de prevalência, médias, desvios padrão (DP), testes para dados não paramétricos, Kruskal-Wallis (mais de duas categorias); U de Mann-Whitney (até duas categorias) considerou-se o nível de significância estatística de 5%.

## 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

Foram investigados 76 estudantes, com idade média de 16,32 anos (dp 1,05). Entre estes, 76,7% praticavam 150 minutos ou mais de atividade física por semana. A maior parte dos estudantes era do sexo masculino, sendo 47,4% estudantes da 1ª série do ensino médio. Entre eles, 69,7% são de cor branca, 77,6% residem em zona urbana e 47,4% dos estudantes em suas atividades de preferência praticam atividades físicas. Dizem ser fisicamente ativos há mais de seis meses 49,3% dos estudantes; 80% ficam  $\geq 3$  horas por semana em frente à TV; 36,8% não consomem suco de frutas; 54% consomem frutas mais de quatro vezes por semana; 60,5% consomem salada de quatro a mais vezes por semana; não consomem vegetais 44,7% dos estudantes; de uma a três vezes por semana 50% dos estudantes consomem refrigerante; de quatro ou mais vezes por semana 39,5% dos estudantes consomem leite; e 39,2% dos estudantes pretendem diminuir sua imagem corporal (Tabela 1).

Tabela 1 – Frequência absoluta (n) e relativa (%) do nível de atividade física no lazer, características sociodemográficas, comportamentais e hábitos alimentares dos estudantes de uma escola pública do Município de Xaxim, SC (continua)

Variáveis	N	%
Sexo (n=76)		
Masculino	45	59,2
Feminino	31	40,8
Grupo etário (n=76)		
15 a 16 anos	46	60,5
17 anos ou mais	30	39,5
Série (n=76)		
1ª	36	47,4
2ª	10	13,2
3ª	30	39,5
Nível econômico (n=75)		
B	17	22,7
C	55	73,3
D	3	4

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Cor da pele/raça(n=76)		
Branca	53	69,7
Não branca	23	30,3
Local de moradia (n=94)		
Zona urbana	59	77,6
Zona rural	17	22,4
Atividade de lazer de preferência (n=76)		
Atividades físicas	36	47,4
Computador	8	10,5
Conversar com amigos	13	17,1
Outras	19	25
Hábito de atividade física (n=75)		
Fisicamente ativo há mais de seis meses	37	49,3
Fisicamente ativo há menos de seis meses	12	16,0
Pretende tornar-se ativo	23	30,7
Não pretende tornar-se ativo	3	4,0
Tempo de tela por semana (n=75)		
< 3 horas por semana	15	20
> 3 horas por semana	60	80
Nível de atividade física (n=76)		
>150 minutos por semana	56	73,7
< 150 minutos por semana	20	26,3
Suco de frutas natural (n=76)		
Não consome	28	36,8
Uma a três vezes por semana	22	28,9
Quatro ou mais vezes por semana	26	34,2
Consumo de frutas (n=76)		
Não consome	8	10,5
Uma a três vezes por semana	27	35,5
Quatro ou mais vezes por semana	41	54
Consumo de saladas (n=76)		
Não consome	17	22,4
Uma a três vezes por semana	13	17,1
Quatro ou mais vezes por semana	46	60,5
Consumo de vegetais (n=76)		

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Não consome	34	44,7
Uma a três vezes por semana	28	36,8
Quatro ou mais vezes por semana	14	18,4
Consumo de refrigerante (n=76)		
Não consome	12	15,8
Uma a três vezes por semana	38	50
Quatro ou mais vezes por semana	26	34,2
Consumo de leite (n=76)		
Não consome	28	36,8
Uma a três vezes por semana	18	23,7
Quatro ou mais vezes por semana	30	39,5
Imagem corporal (n=74)		
Satisfeito	20	27
Quer aumentar	25	33,8
Quer diminuir	29	39,2

Fonte: os autores.

Na Tabela 2 é possível observar o tempo médio gasto por semana com atividades físicas de acordo com as demais variáveis analisadas nesta investigação. Percebeu-se que existe diferença estatisticamente significativa entre o tempo médio gasto com atividade física e adolescentes que se declararam fisicamente ativos há mais de seis meses, quando comparados com aqueles que pretendem se tornar ativos e também com aqueles que não pretendem.

A média de tempo gasto em atividade física também apresentou diferença entre aqueles que consomem vegetais de uma a três vezes por semana quando comparados aos que não consomem; entre aqueles que consomem vegetais de uma a três vezes por semana o tempo médio gasto em atividade física é de aproximadamente três vezes maior quando comparado ao dos que não consomem (Tabela 2).

Os estudantes que se dizem satisfeitos com sua imagem corporal também apresentaram tempo semanal médio de atividade física superior ao dos adolescentes que mencionaram querer reduzir ou aumentar

a silhueta. Os adolescentes satisfeitos com sua imagem corporal gastam mais que o dobro do tempo em atividade física do que aqueles que mencionaram querer reduzir suas medidas (Tabela 2).

Tabela 2 – Tempo médio em minutos gasto em atividade física por semana de acordo com as características demográficas, socioeconômicas e comportamentais dos estudantes de uma escola pública do Município de Xaxim, SC (continua)

Variáveis	N	Atividade física (min)	IC95%	Valor de p
Sexo (n=76)				0,355*
Masculino	45	528,6	367,7-689,4	
Feminino	31	383,7	258,3-509,2	
Grupo etário (n=76)				0,422*
15 a 16 anos	46	463,8	349,6-578,1	
17 anos ou mais	30	478,2	260,7-695,7	
Série (n=76)				0,154K
1	36	483,6	352,5-614,7	
2	10	809,5	199,9- 1419,1	
3	30	339,2	218,3-460,0	
Nível econômico (n=75)				0,276K
B	17	690,3	319,0- 1061,6	
C	55	391,8	296,1-487,6	
D	3	491,6	240,4-743,0	
Cor da pele/raça(n=76)				0,973*
Branca	53	474,2	337,6-610,9	
Não branca	23	458,5	280,7-636,3	
Local de moradia (n=94)				0,432*
Zona urbana	59	443,9	324,7-563,1	
Zona rural	17	558,2	294,9-821,5	
Atividade de lazer de preferência (n=76)				0,461K
Atividades físicas	36	527,9	380,1-674,9	
Computador	8	313,8	125,5-501,9	
Conversar com amigos	13	423,1	204,1-642,1	

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>	<b>Atividade física (min)</b>	<b>IC95%</b>	<b>Valor de p</b>
Outras	19	456,1	142,5-769,6	
Hábito de atividade física (n=75)				<0,001K
Fisicamente ativo há mais de seis meses	37	618,5	472,2-764,8	
Fisicamente ativo há menos de seis meses	12	457,5	254,3-660,7	
Pretende tornar-se ativo	23	303,5	70,6-536,4	
Não pretende tornar-se ativo	3	78,3	-58,5-215,1	
Tempo de tela por semana (n=75)				0,648*
< 3 horas por semana	15	622,0	220,6- 1023,4	
> 3 horas por semana	60	435,3	336,1-534,2	
Suco de frutas natural (n=76)				0,614K
Não consome	28	424,5	256,0-593,0	
Uma a três vezes por semana	22	463,2	326,6- 600,00	
Quatro ou mais vezes por semana	26	523,2	277,2-769,3	
Consumo de frutas (n=76)				0,838K
Não consome	8	611,9	-113,6- 1337,3	
Uma a três vezes por semana	27	428,5	266,7-590,3	
Quatro ou mais vezes por semana	41	468,7	339,7-597,6	Conti- nua...
Consumo de saladas (n=76)				0,443K
Não consome	17	339,7	196,6-482,8	
Uma a três vezes por semana	13	625,8	286,4-965,1	
Quatro ou mais vezes por semana	46	473,2	327,2-619,2	
Consumo de vegetais (n=76)				<0,001K
Não consome	34	264,0	159,8-368,1	

Variáveis	N	Atividade física (min)	IC95%	Valor de p
Uma a três vezes por semana	28	756,8	544,2-969,3	
Quatro ou mais vezes por semana	14	393,9	190,0-597,8	
Consumo de refrigerante (n=76)				0,563K
Não consome	12	540,4	278,0-802,9	
Uma a três vezes por semana	38	494,7	311,7-677,7	
Quatro ou mais vezes por semana	26	400,0	261,1-538,5	
Consumo de leite (n=76)				0,988K
Não consome	28	537,5	293,6-781,4	
Uma a três vezes por semana	18	424,4	262,2-586,7	
Quatro ou mais vezes por semana	30	433,0	297,7-568,3	
Imagem corporal (n=74)				0,043K
Satisfeito	20	722,0	425,4- 1018,6	
Quer aumentar	25	424,6	243,5-605,7	
Quer diminuir	29	348,8	240,2-457,4	

Fonte: os autores.

Nota: n: amostra; %: prevalência; DP: desvio padrão; IC95%: intervalo de confiança de 95%. kTesteKruskal-Wallis (mais de duas categorias); \*U de Mann-Whitney (até duas categorias); \*Diferença estatisticamente significativa ( $p \leq 0,005$ ).

## 5 DISCUSSÃO

Assim como na presente investigação, em que a maior parte dos estudantes mencionou praticar atividades físicas e ter se declarado fisicamente ativo há mais de seis meses, também foi observada recentemente por Tassitano et al. (2007), em uma revisão sistemática sobre a atividade física e comportamentos sedentários em adolescentes brasileiros, que a prevalência de adolescentes fisicamente ativos oscila em cerca de 39% a 93,5%.

A alta prevalência de estudantes que ficam três horas ou mais por semana em frente à TV observada neste estudo colabora com outra investigação que encontrou resultados similares ao analisar 123 estudantes de ambos os sexos, em que os adolescentes que permaneciam mais tempo assistindo à televisão apresentaram maior prevalência de sedentarismo (HALLAL et al., 2006). Da mesma forma, em estudo realizado com adolescentes canadenses, foi encontrado que assistir à televisão esteve associado com a inatividade física em adolescentes, independente do estado de sobrepeso (FRIEDENREICH; ORENSTEIN, 2002).

Segundo Guedes et al., (2001), é consenso que o nível de atividade física de crianças e adolescentes é baixo no mundo inteiro; na Europa a atividade física diminuiu cerca de 50% no período dos 12 aos 18 anos de idade.

Mais da metade mencionou consumir frutas e saladas mais de quatro vezes por semana. Em pesquisa realizada por Oliveira et al. (2004) verificou-se também verificado um padrão de consumo similar ao encontrado para essa faixa etária, de que apenas 13,9% dos adolescentes consomem frutas durante a semana.

O fato de a maior parte dos estudantes também mencionar não consumir vegetais e consumir refrigerante até três vezes por semana também foi observado por Pires et al. (2001) em 386 adolescentes pesquisados; destes, 36,9% consumiam refrigerantes, 41,2% doces e frituras: pastel, batata frita e salgadinhos 29,1%. Entretanto, o consumo de laticínios foi de 64,3%, frutas 62,8% e verduras 51,7%. O consumo de refrigerantes está associado a uma forte contribuição para a obesidade entre crianças. Recomenda-se que sejam adotadas as indicações do *American College of Sport Medicine*, para a ingestão diária de alimentos que contenham mais carboidratos (>55%) e menos gordura (<30%) (ANÇÃO et al., 2002).

Quanto à imagem corporal, a maior parte dos estudantes pretende diminuir a silhueta. Silva, Balaban e Motta (2005) investigaram a percepção corporal em 594 estudantes pernambucanos (idade média 17,5 anos) e possíveis associações do estado nutricional e observaram que 13,5% dos rapazes gostariam de aumentar o peso, mesmo apresentando excesso de peso, e 18,8% das moças relataram querer reduzir o peso

mesmo apresentando baixo peso. As meninas parecem valorizar mais a dimensão da aparência física e se sentem mais insatisfeitas com o corpo; o corpo feminino sofre mais mudanças que são mais visíveis (FARIAS JUNIOR; LOPES, 2005).

Um dos resultados mais expressivos foi em relação aos estudantes que se dizem satisfeitos com sua imagem corporal também apresentarem tempo semanal médio de atividade física superior ao dos adolescentes que mencionaram querer reduzir ou aumentar a silhueta. Os adolescentes satisfeitos com sua imagem corporal gastam mais que o dobro do tempo em atividade física do que aqueles que mencionaram querer reduzir suas medidas.

Sichieri e Souza (2008) investigaram a percepção do peso e a atividade física entre 824 adolescentes chineses (12 a 14 anos) e verificaram que aqueles que se percebem com excesso de peso relataram realizar atividade física não mais do que três vezes por semana. A exposição à inatividade física, quando iniciada na infância ou adolescência, torna-se mais estável na vida adulta e, portanto, mais difícil de modificar nessa fase (TASSITANO et al., 2007).

## **6 CONCLUSÃO**

Diante dos resultados deste estudo, concluiu-se que a maior parte dos adolescentes investigados é considerada fisicamente ativa há mais de seis meses; comparando os adolescentes que consomem vegetais de uma a três vezes por semana, eles têm tempo médio gasto em atividade físicas aproximadamente três vezes maior do que os que não consomem vegetais em nenhum dia. Os estudantes que se dizem satisfeitos com sua imagem corporal apresentaram tempo semanal de atividade física superior ao dos adolescentes que mencionaram querer reduzir ou aumentar a silhueta. Aqueles satisfeitos com sua imagem corporal gastam mais que o dobro do tempo em atividade física do que aqueles que mencionaram querer reduzir suas medidas.

Portanto, de acordo com os dados observados, estimular a prática de atividade física entre os adolescentes parece ser uma das formas de melhorar a percepção da silhueta entre essa população. Cabe, nesse sentido, aos professores de Educação Física incentivarem a participação nas aulas dessa disciplina, buscando sempre evidenciar a importância dos hábitos saudáveis na construção de um estilo de vida adequado.

## REFERÊNCIAS

ADAMI, F. Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na educação física. **Lecturas**: EFY Deportes Revista Digital, v. 10, n. 83, 2005.

ALFANO, C. M. et al. História de participação desportiva em relação à obesidade e comportamentos de saúde relacionados em Mulheres. **Medicina Preventiva**, v. 34, n. 1, p. 82-89, 2002.

ANÇÃO, M. S. et al. **Programa de apoio à nutrição NutWin**: versão 1.5. São Paulo: Departamento de Informática em Saúde: SPDM: NIFESP/EPM, 2002. 1 CD-ROM.

ARAKI, E. L. et al. Padrão de refeições realizadas por adolescentes que frequentam escolas técnicas de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, n. 2, p. 164-170, 2011.

AZEVEDO, M. R. et al. Rastreamento de física atividade da adolescência para a idade adulta: um estudo de base populacional. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. 1, p. 69-75, 2007.

BAUMAN, A. E. Atualizando a evidência de que a atividade física é bom para a saúde: uma avaliação epidemiológica 2000-2003. **Diário da medicina Ciência e Desporto**, v.7. p.6-19, 2004.

CASAGRANDE, G.; VIVIANI, F.; GALLO, P. G. A abordagem metodológica para a avaliação da “Figura de corpo ideal” em gordura, obesos e não obeso. **Revista mal-estar e saúde**, p. 130, 2007.

CHEIK, N. C.; MAYER, A. F. Nível de atividade física e tabagismo em universitários. **Revista de Saúde Pública**, v. 42, n. 4, p. 672-678, 2008.

CHILDRESS, A. C. et al. The Kids’ Eating Disorders Survey (KEDS): a study of middle school students. **Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry**, v. 32, p. 843-850, 1993.

CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 4, 2005.

CROCKER, P. R. et al. Measuring general levels of physical activity: Preliminary evidence for the Physical Activity Questionnaire for Older Children. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 29, p. 1344-1349, 1997.

CROLL, J. K.; NEUMARK-SZTAINER, D.; STORY, M. Healthy Eating: What Does It Mean to Adolescents? **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 33, n. 4, p. 193-198, 2001.

FARIAS JUNIOR, J. C.; LOPES, A. S. Comportamento de risco relacionados à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 12, n. 1, p. 7-12, 2005.

FELDMAN, S. et al. Associação entre assistir à TV durante as refeições e ingestão alimentar entre adolescentes e a família. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, v. 39, p. 257-263, 2007.

FISBERG, M. et al. Hábitos Alimentares na adolescência. **Pediatr Mod.**, v. 36, n. 11, p. 724-734, 2000.

FRIEDENREICH, C. M.; ORENSTEIN, M. R. Physical activity and cancer prevention: Etiologic evidence and biological mechanisms. **Journal Nutrition**, v. 132, p. 3456-3464, 2002.

GUEDES, D. P. et al. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 7, n. 6, p. 187-99, 2001.

GUEDES, D. P.; SANTOS, C. A.; LOPES, C. C. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. **Revista Brasileira Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 8, n. 4, p. 5-15, 2006.

HALLAL, P. C. et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, n. 6, p. 1277-87, 2006.

JONES, L. R.; FRIES, E.; DINAMARQUÊS, S. J. Gênero e diferenças étnicas na imagem corporal e preferências figura sexo oposto dos adolescentes rurais. **Imagem Corporal**, v. 4, p. 103-108, 2007.

LOPES, C. C. **Tradução, adaptação transcultural e propriedades psicométricas do Youth Risk Behavior Survey Questionnaire – Versão 2007**. 2008. 228 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física)– Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2008.

MEDRONHO, R. A. et al. **Epidemiologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2009.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Programa Nacional de Promoção da Atividade Física “Agita Brasil”: atividade física e sua contribuição para a qualidade de vida. **Revista de Saúde Pública**, v. 36, n. 2, p. 254-256, 2002.

MINISTÉRIO DA SAÚDE; SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE; COORDENAÇÃO GERAL DA POLÍTICA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO. **Guia alimentar para a população brasileira**: Promovendo a Alimentação Saudável. Brasília, DF, 2006.

MINISTÉRIO DA SAÚDE; SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE; SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE NACIONAL DE CÂNCER. **Coordenação de Prevenção e Vigilância. Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não transmissíveis**: Brasil, 15 capitais e Distrito Federal, 2002-2003. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: <<http://www.inca.gov.br/inquerito/>>. Acesso em: 01 maio 2017.

OEHLSCHLAEGER, M. H. et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados entre adolescentes urbanos. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, n. 2, p. 157-163, 2004.

OLIVEIRA, C. L. et al. Obesidade e síndrome metabólica na infância e adolescência. **Revista de Nutrição**, v. 17, n. 2, p. 237-245, 2004.

PINHEIRO, A. P.; GIUGLIANI, E. R. J. Insatisfação corporal em escolares brasileiros: prevalência e fatores associados. **Revista de Saúde Pública**, v. 40, n. 3, p. 489-496, 2006.

PINHO, R. A. **Nível Habitual de Atividade Física e Hábitos Alimentares de Adolescentes Durante Período de Férias Escolares**. 1999. 110 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 1999.

PIRES, E. A. G. et al. Reproducibility and validity of the 3 DPAR Physical Activity Questionnaire in a sample of Brazilian adolescents. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 33, i. 5, p. S144, 2001.

SCHILDER, P. **A imagem do corpo**: as energias construtivas da psique. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SICHERI R.; SOUZA R. A. Strategies for obesity prevention in children and adolescents. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, i. 2, p. S209-23, 2008.

SILVA, G. A. P.; BALABAN, G.; MOTTA, M. E. F. A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes de diferentes condições socioeconômicas. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 5, n. 1, p. 53-59, 2005.

SILVA, K. S. et al. Associações entre atividade física, índice de massa corporal e comportamentos sedentários em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 11, n. 1, p. 159-168, 2008.

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, 2000.

STORVOL, E. E.; STRANDBUS, A.; WICHSTROM, L. Um estudo transversal de mudanças na imagem corporal dos adolescentes norueguesas entre 1992 e 2002. **Imagem Corporal**, v. 2, n. 1, p. 5-18, 2005.

TAMMELIN, T. et al. Adolescent participation in sports and adult physical activity. **American journal of preventive medicine**, v. 24, i. 1, p. 22-28, 2003.

TASSITANO, R. M. et al. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 9, n. 1, p. 55-60, 2007.

TELAMA, R.; YANG, X. Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. **Medicine and science in sports and exercise**, v. 32, i. 9, p. 1617-1622, 2000.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Porto Alegre: Artmed, 2007.



# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, INCAPACIDADE FUNCIONAL E QUEDAS EM IDOSOS DO LAR DO IDOSO NO MUNICÍPIO DE XANXERÊ, SC

Patrícia Pereira Dalposso<sup>1</sup>  
Danielle Ledur Antes<sup>2</sup>

## RESUMO

O objetivo com este estudo foi verificar o nível de atividade física, a incapacidade funcional e as quedas em idosos do Lar do Idoso no Município de Xanxerê, SC. A população foi composta por idosos residentes de uma instituição de longa permanência (ILPI). Os instrumentos utilizados foram o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ) e um questionário para incapacidade funcional composto por sete atividades instrumentais da vida diária (AIVD) e oito atividades básicas da vida diária (ABVD). Os resultados demonstraram que 90% dos idosos apresentam incapacidade em sete ou mais atividades da vida diária (AVD); possuem baixo nível de atividade física e, em relação às AIVD e ABVD, a proporção de total dependência é bastante elevada. Pode-se concluir que os idosos da ILPI de Xanxerê, SC, necessitam de ações e profissionais habilitados que tragam a atividade física e intervenções que possam melhorar a qualidade de vida desses idosos, propiciando condições de independência a eles. Palavras-chave: Idosos. Atividade física. Instituição de longa permanência. Incapacidade funcional.

## 1 INTRODUÇÃO

No século XX, principalmente após a década de 1950, ocorreu uma mudança na pirâmide etária mundial. O processo de envelhecimento que antes era restrito aos países desenvolvidos está ocorrendo nos pa-

---

<sup>1</sup> Bacharel em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; paty.dalposso@gmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Federal de Santa Catarina; Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Catarina; Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina; danielleantes@gmail.com

íses em desenvolvimento e de modo mais rápido. A população mundial, sobretudo nos países desenvolvidos, tem apresentado um aumento na expectativa de vida. No Brasil, o ritmo de crescimento da população com 60 anos ou mais está significativamente mais veloz do que ocorreu no século passado nas sociedades mais ricas.

No Brasil, o aumento da expectativa de vida em todas as idades demonstra o aumento da longevidade da população. A população idosa no País em 2010 era de 19,6 milhões, mas deve alcançar 73,5 milhões, em 2060. O País envelhece progressivamente e de forma acelerada, e a cada ano 700 mil novos idosos são incorporados a esse segmento da pirâmide etária.

As consequências desse processo influenciam tanto em aspectos socioeconômicos quanto nos comportamentais, tornando o idoso um importante foco de atenção e suscitando ações de agentes sociais e governamentais, além de profissionais da área da saúde. Com o crescimento da população idosa e da expectativa de vida, houve a necessidade de se criarem espaços onde se possa deixar os familiares idosos vivendo com dignidade.

O envelhecimento acarreta uma série de alterações fisiológicas que, progressivamente, diminuem a capacidade funcional dos indivíduos. As limitações funcionais fazem com que muitos idosos se tornem dependentes de terceiros para realizar suas atividades diárias, assim, muitas vezes, seus familiares procuram locais especializados para deixá-los, como as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI).

Dos mais de dois milhões de idosos que vivem na região Sul do País, 15.422 (0,6%) moram em ILPI, e desse total, 2.521 estão em Santa Catarina, ou seja, 0,5% da população total de idosos do Estado. É de grande interesse da comunidade científica a realização de estudos inerentes ao processo de envelhecimento.

Com o significativo aumento na perspectiva de vida e a necessidade de se buscar algo que possa auxiliar as pessoas de idade mais avançada, este trabalho objetivou verificar o nível de atividade física, incapacidade funcional e quedas em idosos do Lar do Idoso no Município de Xanxerê, SC.

O grupo de estudos foi composto por idosos residentes de uma ILPI do Município de Xanxerê, Oeste de Santa Catarina. Para verificar o nível de atividade física desses idosos utilizou-se o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ).

A incapacidade funcional foi verificada por meio de um questionário composto por sete atividades instrumentais da vida diária (AIVD) e oito atividades básicas da vida diária (ABVD). A ocorrência de quedas foi mensurada por meio da pergunta “O(a) senhor(a) sofreu alguma queda no último ano?”

## 2 REVISÃO TEÓRICA

### 2.1 ENVELHECIMENTO POPULACIONAL NO BRASIL

O processo de envelhecimento populacional brasileiro começou a partir da década de 1960, nas regiões mais desenvolvidas, com o declínio da fecundidade, estendendo-se para as demais regiões e para todas as classes sociais do País (CHAIMOWICZ, 1997). Essa transição epidemiológica e demográfica é decorrente da queda brusca e rápida das taxas de mortalidade e natalidade, com a introdução de antibióticos, vacinação, saneamento básico, quimioterápicos, exames complementares, intensificação do uso de anticoncepcionais, etc. (SILVESTRE et al., 1996).

Os dados demográficos demonstram um recente e acelerado processo de envelhecimento da população brasileira e apontam que, entre 1960 e 2025, o Brasil passará da 16ª para a 6ª posição mundial em termos de número absoluto de indivíduos com 60 anos ou mais (CHAIMOWICZ, 1997).

O declínio das taxas de mortalidade e o aumento da expectativa de vida constituem as principais causas do envelhecimento populacional mundial. A problemática do idoso no Brasil apresenta-se como um desafio para a Saúde Pública, que exige uma ação de imediato no sentido de diminuir as desigualdades, tanto sociais quanto de saúde, nos diferentes estratos dessa população (IBGE, 2015).

A mudança nos padrões demográficos, com a queda da mortalidade e da fecundidade, e o processo de migração das populações mais jovens em direção aos grandes centros tenderam a enfraquecer o papel da família como provedora de suporte aos idosos (PASCHOAL, 1996).

Como refere Chaimowicz (1997), o contexto de desigualdade e a velocidade com que ocorrem essas transformações no Brasil apontam para a complexidade crescente nas alternativas de atenção às necessidades dessa nova estrutura etária emergente.

O envelhecimento populacional acarreta diversas mudanças, especialmente na área da saúde, como o aumento dos gastos com serviços de saúde, assistência médica especializada e suporte social (VERAS, 2011). Assim, ações focadas nas necessidades dessa população são necessárias e determinantes para a promoção do envelhecimento saudável, manutenção da qualidade de vida e demais aspectos relacionados ao avanço da idade, como, por exemplo, a ocorrência de agravos crônicos e o declínio de habilidades funcionais e psicológicas (FERRUCCI et al., 2008).

Dentre as principais causas de óbitos da população idosa brasileira observam-se as doenças do sistema circulatório (doença cerebrovascular e doença isquêmica do coração) e as neoplasias malignas de brônquios e pulmões entre homens, e de mama entre as mulheres. O diabetes também vem se destacando como importante causa, correspondendo a 80% da mortalidade por doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas (BRASIL, 2012).

## 2.2 INSTITUCIONALIZAÇÃO DE IDOSOS

A longevidade é uma realidade dos tempos atuais, porém traz consigo a necessidade de adaptação pelas perdas que vão ocorrendo ao longo da vida. Viver mais significa ver seus entes queridos serem tirados do convívio pela morte, pela mudança para lugares longínquos ou pelo distanciamento que a vida moderna provoca, com o seu individualismo (BESSA et al., 2008).

No decorrer dos anos, tornou-se necessária a criação de locais para permanência prolongada dos idosos fora do ambiente domiciliar da família, muitas dessas instituições se tornaram ambientes de isolamento para esses os idosos, mesmo possuindo atividades de atenção a eles. Nesses locais, aspectos relacionados à organização, à disponibilidade de recursos materiais e financeiros e à distribuição do espaço podem contribuir para a inatividade física, fato esse que pode acelerar o processo natural de envelhecimento (BRITO et al., 2005).

Assim, o idoso se vê compelido a reconstituir seus vínculos, a buscar formas de viver seu cotidiano, sem contar mais com as redes de apoio familiar. O idoso pode ser forçado a aprender a conviver com aqueles totalmente desconhecidos, após longa trajetória de vida convivendo com aqueles com quem mantinha laços de amizade e consanguinidade, deixando para trás seu estilo de vida pessoal e seu cotidiano (BESTETTI; CHIARELLI, 2012).

Nessa perspectiva surgem as ILPIs, que são “instituições governamentais ou não governamentais, de caráter residencial, destinada a domicílio coletivo de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, com ou sem suporte familiar, em condição de liberdade e dignidade e cidadania.” (BRASIL, 2005).

O objetivo das ILPIs é levar o idoso recentemente institucionalizado a um reestabelecimento da vida na sua integralidade. Culturalmente, uma ILPI é rejeitada socialmente pelo simbolismo que carrega, porém está cada vez mais sendo a alternativa de quem ficou sem condições de tocar a vida autonomamente, pois, na maioria das vezes, esses idosos são pessoas com baixa renda e sem apoio familiar (BRASIL, 2005).

É nesse contexto que o residente de ILPIs reconstitui o seu cotidiano, no qual faz funcionar “todos os seus sentidos, todas as suas capacidades intelectuais, suas habilidades manipulativas, seus sentimentos, paixões, ideais, ideologias.” (BESSA et al., 2008).

## 2.3 NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS

De acordo com Corazza (2005), idosos institucionalizados apresentam níveis de atividade física médio ou muito baixo; nesse sentido, é provável que a institucionalização do idoso seja altamente relacionada ao declínio cognitivo e a baixos níveis de atividade física (MOLASCHI et al., 1998).

A dependência, a incapacidade funcional e o sedentarismo são importantes fatores associados à saúde que, aliado ao envelhecimento, torna-se um possível declínio cognitivo (GOBBI et al., 2008), esses fatores contribuem para a perda de autonomia e grande risco de institucionalização (BRITTO et al., 2005).

Segundo Gobbi et al. (2008), a atividade física tem se tornado uma estratégia simples, econômica e eficaz, tanto para diminuir os custos relacionados à saúde quanto para melhorar a qualidade de vida.

O nível de atividade física (NAF) pode ser influenciado por fatores como idade, sexo, nível socioeconômico, contextos ambientais e sociais e acesso a espaços físicos atrativos. O NAF também contribui para a redução das capacidades físicas e cognitivas nos idosos institucionalizados (CHODZKO-ZAJKO et al., 2009; GOBBI et al., 2008).

A condição funcional de um indivíduo refere-se à capacidade que ele tem para desempenhar atividades habituais de sua vida diária. A avaliação funcional possibilita verificar em que nível as doenças ou agravos que o idoso apresenta o impedem da realização dessas atividades, levando-o à incapacidade de cuidar de si mesmo (OLIVEIRA, 2012).

## 2.4 INCAPACIDADE FUNCIONAL

A incapacidade funcional pode ser definida como a dificuldade experimentada em realizar atividades em qualquer domínio da vida em razão de um problema físico ou de saúde, com impactos sobre a habilidade da pessoa para exercer papéis e atividades na sociedade (PEREIRA et al., 2012). Tais atividades são agrupadas em atividades de vida diária

(AVD) – que caracterizam a habilidade para realizar tarefas de autocuidado (banhar-se, vestir-se, ir ao banheiro, ser continente e alimentar-se) e de mobilidade –, e as atividades instrumentais de vida diária (AIVD) – que incluem as tarefas que permitem a vida em comunidade (compreendendo a limpeza da casa, as compras, o preparo da comida, o uso do telefone e a administração de finanças) (PEREIRA et al., 2012).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) 2004), em sua Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), redefiniu incapacidade como um “termo ‘guarda-chuva’ para compromimentos, limitações de atividade ou restrições na participação de uma pessoa, representando a interação dinâmica entre as condições de saúde (doenças, lesões, traumas etc.) e os fatores contextuais, incluindo atributos pessoais e ambientais.”

A CIF não restringe a incapacidade a um nível prévio de funcionamento nem estabelece que ela deva ter uma causa específica. Isso evita a falácia de que a incapacidade seja um problema apenas médico ou de que seja exclusivamente um produto social (GIACOMIN et al., 2008; OMS, 2004).

A perda de independência ao longo da vida faz com que cresça a necessidade de assistência em longo prazo, seja por esforços de familiares, amigos, ou vizinhos, conhecidos como por cuidadores informais, seja pela dedicação de profissionais e serviços de saúde capacitados, como as instituições de longa permanência para idosos. Embora as políticas públicas em vigor reforcem a importância da presença da família como referência no cuidado ao idoso bem como a sua permanência na comunidade, mas em muitos casos isso não acontece (BERZINS; SILVA, 2010). Fatores como baixas condições financeiras da família, práticas reduzidas de atividades no lazer por parte do idoso e níveis de saúde precários são alguns dos principais motivos que levam à institucionalização desses indivíduos (BORN; BOECHAT, 2006).

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo se caracterizou como uma pesquisa descritiva, do tipo transversal, seguindo uma abordagem quantitativa de dados (THOMAS; NELSON, 2007). Descritiva, pois apresenta como um dos objetivos a descrição de características de uma determinada população, e transversal, pois as observações serão realizadas em um único momento (MEDRONHO, 2009). Além disso, essa investigação é de caráter quantitativo porque possibilitará a tradução em números das informações coletadas, envolvendo um controle rígido das variáveis e análises estatísticas (THOMAS; NELSON, 2007).

A pesquisa foi composta por idosos que residem na Instituição de Longa Permanência Lar do Idoso no Município de Xanxerê, SC.

Para atingir o objetivo deste estudo foi utilizada uma anamnese a partir da qual foram coletadas informações como nome, idade, sexo e cor da pele.

Para a avaliação do nível de atividade física, foi utilizado o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ), versão longa, traduzido para o português, que teve a sua confiabilidade e validade investigadas em 12 países e seis continentes (BOTH et al., 2003). O nível de atividade física no lazer foi categorizado em prática *< 150 minutos/semana* ou *> 150 minutos/semana* (CHODZKO-ZAZKO et al., 2009).

A incapacidade funcional foi obtida a partir da aplicação da escala de atividades da vida diária (AVD) (FILLENBAUM, 1984), composta por oito atividades básicas da vida diária e sete atividades instrumentais da vida diária, totalizando 15 atividades. As primeiras incluíram: deitar/levantar da cama, alimentar-se sozinho, cuidar da aparência, andar no plano, banhar-se, vestir-se, ir ao banheiro em tempo e subir um lance de escadas. E as segundas incluíram: tomar remédios na hora, andar perto de casa, fazer compras, preparar refeições, cortar as unhas dos pés, sair de ônibus ou táxi e fazer limpeza da casa. Para cada uma dessas atividades o idoso foi indagado a respeito de conseguir realizar a tarefa sem nenhuma dificuldade (0), com pouca dificuldade (1), com muita dificuldade (2) ou

não realizar (3), originando uma escala com valores entre zero (nenhuma dificuldade nas 15 AVDs) e 45 (não consegue realizar nenhuma das 15 AVDs). Essa variável foi categorizada em incapacidade/dificuldade para realizar de zero a três atividades, incapacidade/dificuldade em realizar entre quatro e seis AVD e incapacidade/dificuldade para realizar de sete a 15 atividades (RAMOS, 2003).

Para verificar a ocorrência de quedas nos últimos 12 meses foi utilizada a questão: “O senhor sofreu alguma queda ou tombo nos últimos 12 meses?”

As doenças autorreferidas foram coletadas com base na questão “Algum profissional da saúde já disse que o(a) senhor(a) tem ou teve [...]” Para esta investigação utilizou-se o somatório de doenças autorreferidas, categorizando-se em: até dois agravos, e três ou mais. As doenças verificadas foram: doença na coluna/costas, artrite/reumatismo, diabetes, hipertensão arterial, depressão, derrame/AVC e câncer.

A coleta de dados foi realizada pela própria pesquisadora, na própria ILPI, em dia, horário e turno pré-estabelecidos com os administradores da Instituição, com o intuito de não prejudicar as atividades diárias do lar. O período da coleta foi de agosto a setembro de 2016, mediante previa explanação sobre os procedimentos e objetivos da pesquisa, com o fornecimento de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para todos os idosos.

Para a análise estatística utilizou-se o pacote estatístico do programa *Stata SE* – versão 13.0 (*Stata Corporation, College Station, Estados Unidos*). Foi empregada a estatística descritiva para os cálculos de prevalência, médias e desvios-padrão (dp).

#### **4 ANÁLISE DOS RESULTADOS**

Foram investigados 24 idosos com idade média de 77,05 anos (dp 13,08, mínima de 61 e máxima de 106 anos), todos moradores do Lar do Idoso do Município de Xanxerê, SC. A maior parte dos idosos é do

sexo feminino, de cor da pele branca, idade de 80 anos ou mais, e analfabetos (Tabela 1).

Em relação ao tempo total gasto em caminhada por semana, a maior parte dos idosos gasta menos de 10 minutos. Quanto ao relato de quedas nos últimos 12 meses, a maioria respondeu que não sofreu nenhuma. A maior parte informou não ter nenhuma das doenças investigadas (Tabela 1).

Tabela 1 – Frequência absoluta (n) e relativa (%), características sociodemográficas, comportamentais e hábitos alimentares e caminhada dos idosos do Lar do Idoso do Município de Xanxerê, SC (continua)

<b>Variáveis (n=24)</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Sexo		
Masculino	10	42,7
Feminino	14	58,3
Grupo etário		
60 a 69 anos	7	29,2
70 a 79 anos	7	29,2
80 anos ou mais	10	41,7
Cor da pele/raça		
Branca	22	91,7
Não branca	2	8,3
Sabe ler e escrever		
Sim	6	25,0
Não	18	75,0
Anos de estudo		
De 1 a 4 anos	6	25,0
Nenhum	18	75,0
Queda no último ano		
Não	18	75,0
Sim	6	25,0
Doença de coluna ou costas		
Não	16	66,7
Sim	8	33,3
Artrite/reumatismo		
Não	22	91,7

<b>Variáveis (n=24)</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Sim	2	8,3
Câncer		
Não	22	91,7
Sim	2	8,3
Diabetes		
Não	22	91,7
Sim	2	8,3
Asma		
Não	20	83,3
Sim	4	16,7
Hipertensão Arterial		
Não	17	70,8
Sim	7	29,2
Doença coronariana		
Não	21	87,5
Sim	3	12,5
Depressão		
Não	15	62,5
Sim	9	37,5
Acidente vascular cerebral		
Não	22	91,7
Sim	2	8,3
Incapacidade Funcional		
Em até 3AVD	0	0,0
4 a 6 AVD	3	12,5
7 a 15 AVD	21	87,5
Tempo gasto em caminhada por semana		
> 10 min./semana	10	41,7
< 10 min./semana	14	58,3

Fontes: os autores.

A Tabela 2 apresenta a descrição de incapacidade funcional de forma geral além de cada uma das atividades básicas instrumentais da vida diária conforme o grau de dependência dos idosos entrevistados. Quase 90% dos idosos apresentam incapacidade em sete ou mais AVDs.

Já ao se analisarem as atividades separadamente, foi possível observar, em relação às atividades básicas da vida diária (ABVD), que a

maioria dos idosos mencionou não ter nenhuma dependência nas atividades de deitar e levantar da cama, comer e andar no plano. Enquanto que para as atividades de cuidar da aparência, tomar banho e vestir-se a maioria mencionou não conseguir realizar. A única atividade em que a prevalência foi similar entre quem realiza e quem não realiza foi a de ir ao banheiro (Tabela 2).

Nas atividades instrumentais da vida diária (AIVD) observou-se que a única atividade que a maioria dos idosos não apresenta nenhuma dependência é a de subir um lance de escadas, e em todas as demais atividades a maioria dos idosos mencionou não conseguir realizar. Destacaram-se as atividades de tomar remédios na hora certa e cozinhar, as quais todos idosos mencionaram não conseguir realizar (Tabela 2).

Tabela 2 – Descrição do grau de dependência para as atividades básicas e instrumentais da vida diária em idosos do Lar do Idoso no Município de Xanxerê, SC

Variáveis	N	%		
Incapacidade Funcional Total (n=24)				
Em até 3 AVD	0	0,0		
4 a 6 AVD	3	12,5		
7 a 15 AVD	21	87,5		
Atividades básicas da vida diária	Nenhuma dependência n (%)	Pouca dependência n (%)	Muita dependência n (%)	Não realiza n (%)
Deita/levantar da cama (n=24)	13 (54,2)	3 (12,5)	2 (8,3)	6 (25,0)
Comer (n=24)	18 (75,0)	1 (4,2)	3 (12,5)	2 (8,3)
Cuidar da aparência (n=24)	4 (16,7)	1 (4,2)	1 (4,2)	18 (75,0)
Andar no plano (n=24)	14 (58,3)	1 (4,2)	0 (0,0)	9 (37,5)
Tomar banho (n=24)	3 (12,5)	0 (0,0)	0 (0,0)	21 (87,5)
Vestir-se (n=24)	3 (12,5)	0 (0,0)	0 (0,0)	21 (87,5)
Ir ao banheiro (n=24)	12 (50,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	12 (50,0)
Atividades instrumentais da vida diária				
Subir um lance de escadas (n=24)	13 (54,2)	1 (4,2)	1 (4,2)	9 (37,5)

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>		<b>%</b>	
Tomar remédios na hora (n=24)	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	24 (100,0)
Andar perto de casa (n=24)	11 (45,8)	1 (4,2)	0 (0,0)	12 (50,0)
Fazer compras (n=24)	1 (4,2)	1 (4,2)	0 (0,0)	22 (91,7)
Preparar refeições (n=24)	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	24 (100,0)
Cortar as unhas dos pés (n=24)	0 (0,0)	1(4,2)	0 (0,0)	23 (95,8)
Sair de ônibus ou taxi (n=24)	0 (0,0)	1(4,2)	0 (0,0)	23 (95,8)
Fazer limpeza da casa (n=24)	0 (0,0)	1(4,2)	0 (0,0)	23 (95,8)

Fonte: os autores.

O fato de a maior parte dos idosos investigados gastar menos de 10 minutos em caminhadas por semana parece ser um achado comum entre investigações que avaliaram o nível de atividade física entre idosos institucionalizados, pois resultados similares foram encontrados por Vitória et al. (2012), os quais investigaram 16 idosos de uma instituição no Município de Jequié, BA.

De acordo com Corazza (2005), idosos institucionalizados apresentam nível de atividade física médio ou muito baixo; nesse sentido, é provável que a institucionalização do idoso seja altamente relacionada ao declínio cognitivo e aos baixos níveis de atividade física (MOLASCHI et al., 1998).

Quanto à maioria não ter relatado quedas nos últimos 12 meses, pode-se explicar tendo como base o baixo nível de atividade física observado entre os investigados, deixando-os menos expostos a atividades que possam levar à ocorrência do evento.

A maior parte informou não ter nenhuma das doenças, fato que parece ir contra a maioria das investigações com idosos institucionalizados, as quais normalmente relatam vários agravos nessa população (CHEHUEN NETO et al., 2011; DEL DUCCA et al., 2009; VITÓRIO et al., 2012).

Assim como no estudo de Del Ducca et al. (2009), foi possível observar que a maioria dos idosos entrevistados eram mulheres, 80% de cor de pele branca e com idade superior a 60 anos. Os autores também verificaram, em relação às atividades básicas da vida diária (ABVD) e às

atividades instrumentais da vida diária (AIVD), que a maioria dos idosos apresentaram incapacidade para as ABVD, principalmente para as atividades de ir ao banheiro, cortar as unhas dos pés, tomar banho e vestir-se, além da incapacidade para as AIVD de fazer compras, subir e descer escadas e medicar-se na hora. Estes corroboram os resultados encontrados no presente estudo.

No estudo de Guedes e Silveira (2004) sobre uma ILPI de Passo Fundo, RS, a atividade com maior prevalência de dependência entre os idosos foi na atividade *banhar-se*, com elevado percentual, fato também observado nesta investigação.

Algumas limitações devem ser consideradas na interpretação dos resultados deste estudo, entre elas o fato da dificuldade da coleta de dados em razão da idade avançada e do declínio cognitivo dos participantes. No entanto, a responsável pelo Lar auxiliou os idosos nas repostas e, portanto, acredita-se que elas fazem um levantamento verídico das informações, permitindo que o objetivo do estudo fosse alcançado com sucesso.

Sugere-se, ainda, quem mais investigações sejam realizadas com essa população, considerando, principalmente, esclarecer alguns pontos, entre os quais o autorrelato de doenças; possivelmente investigações que possibilitem exames clínicos poderiam aferir melhor o real diagnóstico desses agravos.

## 5 CONCLUSÃO

Os resultados demonstraram que 90% dos idosos apresentam incapacidade em sete ou mais Atividades da Vida Diária (AVD), e em relação às AIVD e ABVD, a proporção de total dependência é bastante elevada. Entre as AIVD, a única atividade que a maioria dos idosos não apresenta nenhuma dependência é a de subir um lance de escadas, já para as ABVD a maioria mencionou não conseguir realizar as atividades de cuidar da aparência, tomar banho e vestir-se. Além disso, a maior parte dos idosos possui baixo nível de atividade física.

Portanto, é de extrema importância oferecer aos idosos serviços/ações com profissionais habilitados para a prática de atividade física

e intervenções que possam melhorar a qualidade de vida desses idosos, propiciando melhores condições na busca de independência ou retardo das dependências nas AVD.

Os resultados sugerem possíveis fatores de risco para o desenvolvimento de declínio funcional em idosos institucionalizados, considerando-se que as informações encontradas, em sua maioria, foram consistentes com as reportadas por outros estudos. Os indicadores da relação entre a incapacidade funcional e as ABVD e AIVD juntamente com o aumento da idade é fator de grande importância para que o serviço de saúde e seus profissionais criem ações que garantam independência e propicie, assim, melhor qualidade de vida para esses idosos.

Tendo em vista o baixo nível de atividade física detectado, caberia também à Instituição a contratação de um profissional para estimular a prática de atividade física no grupo, o que sabidamente traria imensos benefícios tanto no aspecto biológico quanto no social dessa população.

## REFERÊNCIAS

BERZINS, M. A. V. S.; SILVA, N. A. M. E. Atenção ao idoso em Instituição de Longa Permanência: o enfoque do serviço social. In: DOMINGUES, M. A. et al. **Gerontologia**: os desafios nos diversos cenários da atenção. Barueri: Manole, 2010. p. 40-49.

BESSA, M. E. P.; SILVA, M. J. da. Motivações para o ingresso dos idosos em instituições de longa permanência e processos adaptativos: um estudo de caso. **Texto contexto - enfermagem**, v. 17, n. 2, p. 258-265, 2008.

BESTETTI, M. L. T.; CHIARELLI, T. M. Planejamento criativo em Instituições de Longa Permanência para Idosos: estudo de caso em foz do Iguaçu-Pr. **Perspectivas em Gestão & Conhecimento**, v. 2, n. 1, p. 36-51, 2012.

BOOTH, M. L. et al. International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 195, i. 9131/03, 2003.

BORN, T.; BOECHAT, N. S. A qualidade dos cuidados ao idoso institucionalizado. In: FREITAS, E. V. et al. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 1131-1141.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 283, de 26 de setembro de 2005. Aprova o Regulamento Técnico que define normas de funcionamento para as Instituições de Longa Permanência para Idosos. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 27 set. 2005. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/58109e00474597429fb1df3fbc4c6735/RDC+N%C2%BA+283-2005.pdf?MOD=AJPERES>>. Acesso em: 05 jun. 2016.

BRASIL. **Saúde Brasil 2011**: uma análise da situação de saúde e a vigilância da saúde da mulher. Brasília, DF: Editora do Ministério da Saúde, 2012.

BRITTO, R. R. et al. Efeitos de um programa de treinamento físico sobre a capacidade funcional de idosos institucionalizados. **Textos sobre Envelhecimento**, v. 8, n. 1, p. 9-20, 2005.

CHEHUEN, J. A. N. et al. Perfil epidemiológico dos idosos institucionalizados em Juiz de Fora. **HU Revista, Juiz de Fora**, v. 37, n. 2, p. 207-216, abr./jun. 2011.

CHAIMOWICZ, F. A saúde dos idosos brasileiros às vésperas do século XXI: problemas, projeções e alternativas. **Revista de Saúde Pública**, v. 31, n. 2, p. 184-200, 1997.

CHODZKO-ZAJKO, W. J. et al. American College of Sports Medicine posição estande. Exercício e atividade física para adultos mais velhos. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 41, n. 7, p. 1510-1530, 2009.

CORAZZA, D. I. **Influência da prática regular de atividade física sobre sintomas depressivos em idosos institucionalizados**. 2005.

DEL DUCCA, G. F.; COZZENSA, M. da S.; HALLAL, P. C. Incapacidade Funcional para atividades básicas e instrumentais da vida diária em idosos. **Revista Saúde Pública**, 2009.

FERRUCCI, L.; GIALLAURIA, F.; GURALNIK, J. M. Epidemiology of Aging. **Radiologic Clinics of North America**, v. 46, p. 643-652, 2008.

FILLENBAUM, G. G. **The wellbeing of the elderly**: World Health Organization, 1984.

GIACOMIN, K. C. et al. Estudo de base populacional dos fatores associados à incapacidade funcional entre idosos na Região Metropolitana de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, n. 6, p. 1260-1270, 2008.

GUEDES, J. M.; SILVEIRA, R. C. R. Análise da capacidade funcional da população geriátrica institucionalizada na cidade de Passo Fundo, RS. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 1, n. 2, p. 10-21, 2004.

GOBBI, S. et al. Comportamento e barreiras. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 24, n. 4, p. 451-458, 2008.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Mudança demográfica no Brasil no início do século XXI, 2015**. Disponível em: <<http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv93322.pdf>>. Acesso em: 30 abr. 2016.

MEDRONHO, R. A. et al. **Epidemiologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2009.

MOLASCHI, M. et al. Evaluation of cognitive and behavioral status of institutionalized elderly. Follow-up two and seven years. **Archives of Gerontology and Geriatrics**, v. 26, p. 335-342, 1998.

OLIVEIRA, P. H. de; MATTOS, I. E. Prevalência e fatores associados à incapacidade funcional em idosos institucionalizados no Município de Cuiabá, Estado de Mato Grosso, Brasil, 2009-2010. **Epidemiologia e Serviços da Saúde**, v. 21, n. 3, p. 395-406, 2012.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Direção Geral da Saúde. **Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde**. Lisboa, 2004.

PASCHOAL, S. M. P. Autonomia e Independência. In: PAPALÉO-NETTO M. (Ed.). **Gerontologia**. São Paulo: Atheneu, 1996. p. 313-323.

PEREIRA, G. N. et al. Indicadores demográficos e socioeconômicos associados à incapacidade funcional em idosos. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 11, p. 2035-2042, 2012.

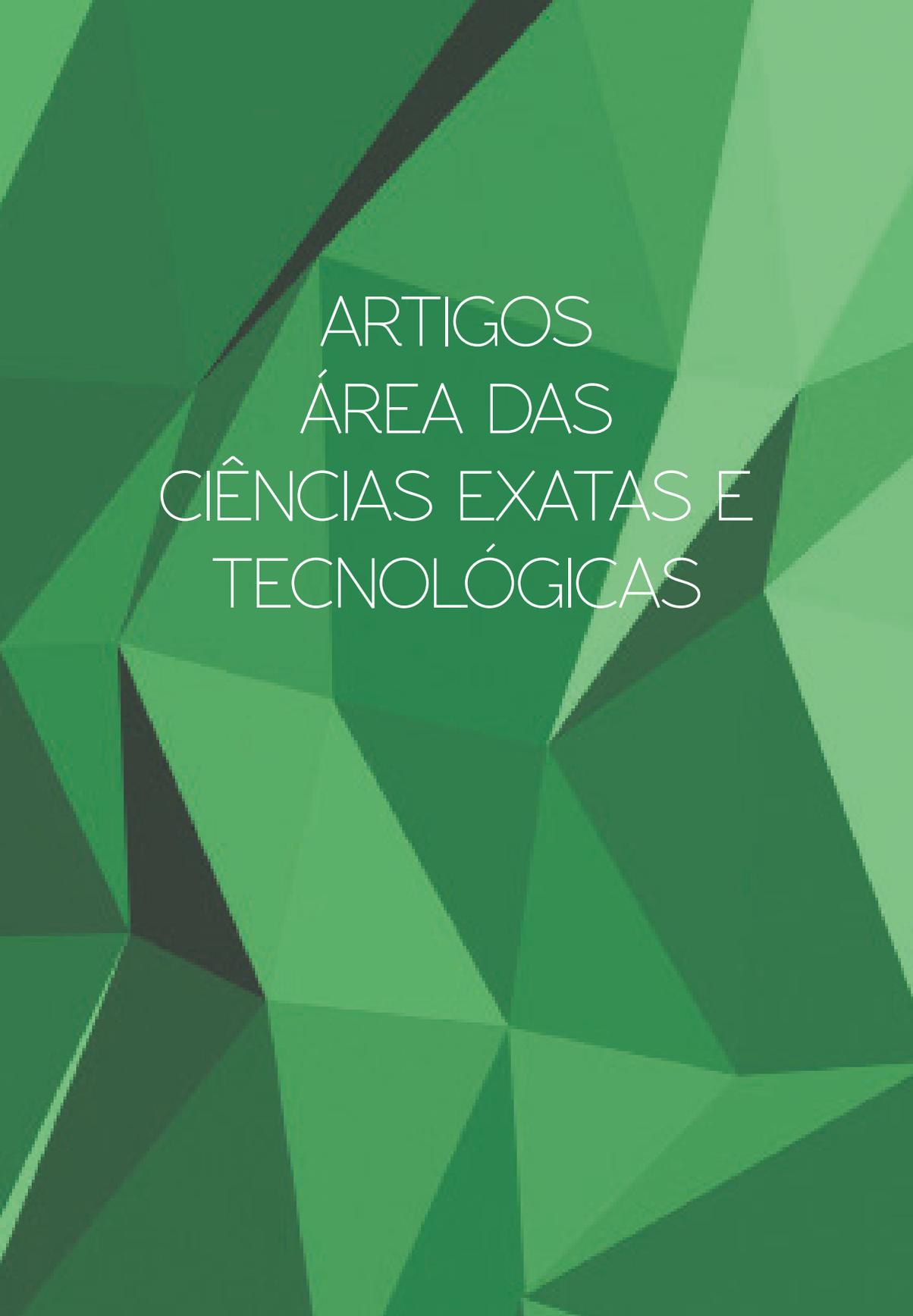
RAMOS, L. R. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, **Cadernos de Saúde Pública**. v. 19, n. 3, p. 793-798, 2003.

SILVESTRE, J. A. et al. O envelhecimento populacional brasileiro e o setor saúde. **Arquivos de geriatria e gerontologia**, v. 1, p. 81-89, 1996.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

VERAS, R. P. Estratégias para o enfrentamento das doenças crônicas: um modelo em que todos ganham. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 4, p. 779-786, 2011.

VITÓRIO, V. M. et al. **Estudo Interdisciplinar do envelhecimento humano**. Porto Alegre, v. 17, n. 1, p. 75-89, 2012.



ARTIGOS  
ÁREA DAS  
CIÊNCIAS EXATAS E  
TECNOLOGICAS



# 10 EVOLVE: PROTÓTIPO DE JOGO EDUCATIVO

Iskailer Inaian Rodrigues<sup>1</sup>  
Jean Carlos Hennrichs<sup>2</sup>

## RESUMO

Apresentar alternativas que possam auxiliar a construção do conhecimento dos alunos utilizando recursos mais interativos, dinamizando o processo e facilitando o engajamento do acadêmico é uma busca constante de professores e Instituições de Ensino. O objetivo neste trabalho consistiu no estudo e desenvolvimento de um protótipo de um jogo eletrônico em 2D, com a proposta de que ele possa ser utilizado em sala de aula como ferramenta no auxílio do processo de ensino e aprendizagem dos conhecimentos de história da computação e conceitos básicos de programação. Estudando a educação, os jogos eletrônicos e a relação existente entre eles, foram definidos os pontos de maior relevância na construção de um jogo educativo, considerando o conteúdo abordado, a ênfase na educação de adultos, o fator educacional que deve estar presente no protótipo e as ferramentas e modelos utilizados para o desenvolvimento de jogos. A partir de uma pesquisa aplicada, exploratória e qualitativa, foi desenvolvido o protótipo do jogo, que posteriormente foi avaliado. Nesta avaliação e pesquisa foi possível analisar de forma qualitativa a aplicabilidade de *softwares* interativos em forma de jogos lúdicos em sala de aula, também foi possível observar com certa clareza a dificuldade de se relacionarem dois assuntos tidos como diferentes, porém que quando bem desenvolvidos se complementam de forma a facilitar o processo de ensino e aprendizagem.

Palavras-chaves: Jogos. Educação. Programação. História da computação.

---

<sup>1</sup> Bacharel em Sistemas de Informação pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; iskailer.iszy@gmail.com

<sup>2</sup> Especialista em Ciência da Computação pela Universidade Federal de Santa Catarina; MBA em Gerenciamento de Projetos pela Fundação Getúlio Vargas; Professor na Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; jean.hennrichs@unoesc.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

Em uma sociedade cada vez mais informatizada, com tecnologias mais implícitas e intrincadas no dia a dia, as instituições de ensino precisam acompanhar o avanço da sociedade renovando suas metodologias de ensino sem perder o foco de construir o conhecimento dos indivíduos. Uma ferramenta que pode ser utilizada com esse fim de renovação são os jogos eletrônicos aplicados com base em conceitos pedagógicos.

Nos cursos de tecnologias, percebe-se o seguinte problema: nos primeiros semestres alguns acadêmicos apresentam dificuldades em assimilar conhecimentos básicos em relação à lógica de programação. Essa dificuldade de assimilação de conteúdo também é um motivador de desistências, transferências e trancamentos de matrículas nesses períodos iniciais.

Uma tendência que pode ser percebida de forma mundial é a renovação dos métodos de ensino, procurando utilizar novas técnicas e ferramentas mais interativas. Nesse contexto a utilização de jogos torna-se um atrativo. Utilizar um jogo de computador como ferramenta de ensino tem como objetivo facilitar a abstração e absorção do conhecimento além de manter a atenção e foco dos estudantes. O processo de aprendizagem é facilitado quando o objeto principal de contato com o conhecimento é um jogo, principalmente para as gerações de alunos nativamente digitais e que não apresentam dificuldades em entender esse formato de entretenimento ludopedagógico.

Assim, o objetivo neste artigo foi desenvolver um protótipo de jogo eletrônico utilizando-se do motor de jogo chamado *Unity Engine*, com a proposta de que este possa ser utilizado como ferramenta auxiliar na construção do conhecimento dos assuntos de história da computação e conceitos básicos de lógica de programação, propiciando uma interatividade e buscando manter o foco e interesse do acadêmico.

A pesquisa caracteriza-se como de natureza aplicada, em razão do desenvolvimento da solução proposta, e como qualitativa e exploratória, pois faz uso de procedimentos técnicos científicos de levantamento, estudo de caso, além de ser pesquisa bibliográfica.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Segundo as ideias básicas de Gagné (1974), aprendizagem é um processo que permite a organismos vivos modificarem o seu comportamento de maneira bastante rápida e de modo mais ou menos permanente, de forma que a mesma modificação não tenha que se repetir a cada nova situação. A prova de que a aprendizagem ocorreu consiste na verificação de uma mudança comportamental relativamente persistente. Infere-se dessa observação que o organismo procedeu a uma mudança interna e, portanto, que aprendeu. Essa situação de aprendizagem supõe quatro elementos: um aprendiz; uma situação em que a aprendizagem possa ocorrer; alguma forma de comportamento explícito por parte do aprendiz; e uma mudança interna.

Piaget (1970) descreve que a motivação é fruto de estímulos originários do ambiente físico e social. A reação do organismo ocorre no nível intelectual e valorativo, procurando um equilíbrio entre as demandas do ambiente e sua estrutura interna.

A educadora Hamze (2015) aborda o tema andragogia, mencionando que o termo vem do grego: *andros* – adulto e *gogos* – educar; é um caminho educacional que busca compreender o adulto que, como aluno, busca desafios e soluções de problemas que farão diferença em suas vidas profissional e pessoal e tem um melhor aproveitamento quando o assunto abordado é de valor imediato.

### 2.1 JOGOS EDUCACIONAIS

Segundo Senge (1998), “vivemos em uma era de enormes mudanças institucionais, talvez sem precedentes desde o início da Era Industrial. É difícil encontrar instituições – governamentais, educacionais ou empresariais –, que estejam correspondendo às expectativas da sociedade.”

As profundas mudanças que vêm ocorrendo na emergência de uma sociedade fundada sobre a informação e o saber, provocando transformações na estrutura do trabalho e do emprego, exigem que as institui-

ções de ensino estejam atentas para promover as alterações necessárias em seus modelos de ensino.

Diante do atual contexto escolar brasileiro, os educadores necessitam de alternativas pedagógicas que auxiliem o processo de ensino/aprendizagem de forma mais eficiente (ALMEIDA, 2001). De acordo com Valente (2002), a informática pode ser um recurso auxiliar para a melhoria do processo de ensino e aprendizagem, no qual o foco da educação passa a ser o aluno, construtor de novos conhecimentos, em um ambiente construcionista, contextualizado e significativo, definido por Schlünzen (2000) como um ambiente favorável que desperta o interesse do aluno e o motiva a explorar, a pesquisar, a descrever, a refletir, a depurar as suas ideias. Tal ambiente propicia a resolução de problemas que nascem em sala de aula, e os alunos, juntamente com o professor, decidem desenvolver, com auxílio do computador, um projeto que faça parte de sua vivência e contexto (SCHLÜNZEN, 2000).

## 2.2 JOGOS ELETRÔNICOS

Segundo Reis Junior, Nassu e Jonack (2002, p. 2), “um jogo eletrônico, ou *game*, é uma aplicação interativa voltada ao entretenimento. É um produto de software, e como tal passa por certo número de fases durante o seu desenvolvimento.” O processo de criação de um jogo eletrônico pode ser segmentado de forma semelhante à que é aplicada aos outros *softwares*, tendo fases de engenharia de *software*, análise, projeto, implementação e teste (REIS JUNIOR; NASSU; JONACK, 2002).

Os jogos eletrônicos podem ser agrupados em diversos gêneros, cada um com uma característica que o diferencia na experiência do jogador. Para se construir um jogo, a definição de um ou mais gêneros trará para o projeto diversas premissas a serem seguidas. De acordo com Toschi (2012), os jogos eletrônicos podem ser classificados levando em conta o estilo de jogabilidade e a popularidade nos gêneros de: ação/aventura, RPG, esportes, corrida, plataforma, luta, musical/rítmico, estratégia, tiro, *shoot'em up* e *puzzle*.

Dentre esses gêneros definidos por Toschi (2012) destaca-se o de estratégia, que se define por jogos em que é necessário o uso de estratégias, das mais diversas, por parte dos jogadores. São divididos, em sua maioria, em duas categorias: *Real-Time Strategy* (RTS – estratégia em tempo real), em que os rivais batalham ao mesmo tempo e *Turn-Based Strategy* (TBS – Estratégia Baseada em Turnos), em que a batalha ocorre organizada em turnos, como jogos de xadrez.

### 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A área de estudo deste projeto foi o desenvolvimento de jogos, especificamente na área da criação de jogos como ferramenta educacional, visando permitir que professores transmitam uma gama de conhecimentos de forma mais intuitiva e divertida, mantendo o foco e o engajamento dos alunos e tornando o ensino algo quase transparente.

O presente estudo buscou aplicar conhecimentos adquiridos e abordar uma questão social, a educação, de forma prática. Dessa forma, esse é um projeto de natureza aplicada que terá os resultados qualificados, os quais serão explanados de forma descritiva e abstrata, visto que não é possível traduzir em números as experiências dos usuários.

Para que os objetivos propostos fossem atingidos foram realizadas pesquisas exploratórias buscando entender o ambiente e as variáveis do assunto que foi abordado. Para tal, os procedimentos técnicos adotados foram: pesquisa bibliográfica, pesquisa documental e levantamento e estudo de caso.

O foco de atuação do jogo proposto são as instituições de ensino que ofereçam em sua grade curricular o ensino da história da computação e programação básica e que necessitem ou desejem utilizar uma ferramenta de facilitação na transmissão do conhecimento. Nesse sentido foi utilizada como estudo de caso a instituição Unoesc de Chapecó, que possui dois cursos superiores na área de computação, ambos oferecendo em suas grades curriculares as disciplinas Introdução à Informática/ Computação e Programação Básica de Computadores. A Instituição foi

usada como ambiente de testes para observar a aplicação do projeto desenvolvido pelo acadêmico, por meio de uma pesquisa qualitativa com acadêmicos.

Para o desenvolvimento e a implementação de jogos há diversas metodologias e tecnologias diferentes a serem seguidas.

Uma metodologia é um padrão a se seguir que dá maior controle sobre os recursos utilizados em um projeto. Controlando melhor o processo a equipe será mais eficiente, pois entregará o projeto com maior grau de acerto quanto a prazos e custos. O bom uso de uma metodologia é importante porque permite evitar práticas que levam ao insucesso e, com isso, reproduzir o sucesso (BARBI, 2015). Para este estudo optou-se pela metodologia *Game Design Documento* (GDD).

### 3.1 GAME DESIGN DOCUMENT (GDD)

De acordo com o livro *Desenvolvimento de Jogos Eletrônicos*, de Perucia et al. (2007), o *Game Design Document*, ou apenas *Design Document*, pode ser descrito como um *script* de um filme, que informa todos os detalhes do jogo e é útil para repensar decisões já tomadas, validar conceitos e suprimir e adicionar regras.

Para a construção de um GDD podem ser abordados e detalhados diversos tópicos referentes ao jogo, como, por exemplo: conceito, especificações técnicas, especificações do jogo, dispositivos de entrada, *design* gráfico e arte, sonorização e desenvolvimento (PERUCIA et al., 2007).

Outro detalhe que deve ficar evidente e ser muito bem avaliado é quanto à escolha do motor do jogo, conhecido como *engine*. Motor de jogo é um programa de computador e/ou conjunto de bibliotecas para simplificar e abstrair o desenvolvimento de jogos. A funcionalidade tipicamente fornecida por um motor de jogo inclui: um motor gráfico para renderizar gráficos 2D e/ou 3D, um motor de física para simular a física, uma linguagem de *script*, suporte à animação, sons, inteligência artificial e outros (ZAMBIASI, 2011).

Antes de os motores de jogo se popularizarem não era possível aproveitar o trabalho feito na criação de um jogo de uma plataforma ao transportá-lo para outra. Geralmente, grande parte do código tinha que ser reprogramado, e um jogo feito para um videogame precisaria ser basicamente refeito para existir em uma versão de computador (PIX STUDIOS, 2014).

Segundo a Pix Studios (2014), essa realidade começou a mudar na década de 1980, com o lançamento da *Freescape*, criada pela *Incentive Software*, considerado o primeiro motor de jogo da história.

O motor de jogo adotado para o desenvolvimento do protótipo em questão foi o *Unity 3D*. O motor *Unity 3D* surgiu com o intuito de facilitar o desenvolvimento de jogos, sendo um motor de jogo genérico, além de uma ferramenta extremamente poderosa para a criação de *games* de todos os tipos, para várias plataformas diferentes. Essa ferramenta permite a utilização das linguagens C# e Javascript, para adicionar lógica ao jogo com a codificação de todo tipo de *scripts*. Em termos de elementos visuais, o *Unity* permite a utilização de elementos criados nas principais aplicações do gênero, como Maya e Blender (GASPAROTTO, 2014).

Para o desenvolvimento desse projeto, foi utilizada a versão gratuita da *Unity Engine*, a qual permite a implementação de um *game* com controle de física, gráficos e áudio, podendo ser escolhidas várias plataformas diferentes para o desenvolvimento, além de ter uma grande comunidade atuante em fóruns.

Definida a metodologia de desenvolvimento e o motor do jogo, deparou-se com a questão de quais os comandos lógicos e quais os tópicos históricos que o *game* deveria abordar. Para tal, foram enviados questionários a professores titulares das disciplinas Introdução à Informática/Computação e Lógica de Programação de várias instituições de ensino. Contudo, houve apenas duas respostas, uma para cada conteúdo que se buscou analisar.

O único questionário de professor de Introdução à Informática/Computação recebido foi do professor HJC, que leciona em cursos superiores na Cidade de Chapecó. Como o jogo terá uma ambientação his-

tórica, solicitou-se ao professor que apresentasse quais fatos e períodos históricos são relevantes e deveriam ser abordados quando se ministra a disciplina Introdução à Informática/Computação, conforme o Quadro 1.

Quadro 1 – Pergunta e resposta do professor de Introdução à Informática/Computação

Pergunta	Autor	Resposta
Sendo a temática do jogo a história da evolução da informática e dentro dos princípios apresentados no TCC1, qual seriam as fases mais interessantes a se abordar dentro do tema geral de evolução dos processadores? (4 fases no mínimo)	HJC	Primeira Geração (Valvulados); Segunda Geração (Transistorizados); Terceira Geração (Circuitos Integrados); Quarta Geração (Microprocessadores).

Fonte: os autores.

Na busca de definir quais instruções e rotinas de lógica de programação seriam usadas como elementos de jogabilidade do protótipo, recebeu-se de retorno apenas uma resposta ao questionário enviado a professores de Programação e Lógica de Programação. A resposta apresentada no Quadro 2, é do professor e coordenador de cursos de tecnologia, chamado aqui de ZT.

Quadro 2 – Pergunta e resposta do professor de programação e lógica de programação

Pergunta	Autor	Resposta
Sendo a temática do jogo a história da evolução da informática e dentro dos princípios apresentados no TCC1, qual seriam os principais comandos de programação básica a se abordar como funções de interação do jogador com o jogo? (Exemplo: laço de repetição, atribuição, variáveis, condição)	TZ	O primeiro conteúdo necessário para ingressar na programação é entender Entrada – Processamento – Saída. Para entender isso, serão agregadas variáveis e comandos básicos, sejam eles de condição ou repetição. A vida de um programador se baseia basicamente em formas de entrada que podem ser através de intercessão humana ou máquina. Após o entendimento da entrada o programador utiliza basicamente dos comandos condicionais se é de repetição enquanto, para e repita.

Fonte: os autores.

Para avaliar o protótipo do jogo criado, formulou-se um questionário (Quadro 3), que foi aplicado a voluntários, alunos dos cursos de Sistemas de Informação e Engenharia da Computação da Unoesc Chapecó. As métricas de avaliação foram elaboradas pelos autores, e o método de resposta adotado foi o de escala de Likert, sendo a escala mais baixa definida como Atrapalha muito e a escala de mais alta, como Ajuda muito.

Quadro 3 – Questionário de avaliação do protótipo do jogo

<p>Questão 1: Quanto à facilitação do ensino, como você avalia a utilização de atividades lúdicas em sala de aula?</p> <p><input type="checkbox"/> Atrapalha muito <input type="checkbox"/> Atrapalha pouco <input type="checkbox"/> Não influencia <input type="checkbox"/> Ajuda pouco <input type="checkbox"/> Ajuda muito</p> <p>Questão 2: Como você avalia a utilização de jogos eletrônicos em auxílio ao aprendizado de matérias básicas?</p> <p><input type="checkbox"/> Atrapalha muito <input type="checkbox"/> Atrapalha pouco <input type="checkbox"/> Não influencia <input type="checkbox"/> Ajuda pouco <input type="checkbox"/> Ajuda muito</p> <p>Questão 3: Você acredita que o jogo lhe auxiliaria a aprender os conceitos básicos de programação, quanto?</p> <p><input type="checkbox"/> Atrapalha muito <input type="checkbox"/> Atrapalha pouco <input type="checkbox"/> Não influencia <input type="checkbox"/> Ajuda pouco <input type="checkbox"/> Ajuda muito</p> <p>Questão 4: Você acredita que o jogo lhe auxiliaria a aprender os períodos da história da computação, quanto?</p> <p><input type="checkbox"/> Atrapalha muito <input type="checkbox"/> Atrapalha pouco <input type="checkbox"/> Não influencia <input type="checkbox"/> Ajuda pouco <input type="checkbox"/> Ajuda muito</p> <p>Questão 5: Como você avalia a aplicação do protótipo em questão na sala de aula?</p> <p><input type="checkbox"/> Atrapalha muito <input type="checkbox"/> Atrapalha pouco <input type="checkbox"/> Não influencia <input type="checkbox"/> Ajuda pouco <input type="checkbox"/> Ajuda muito</p>
---

Fonte: os autores.

## 4 ANÁLISE DOS DADOS

A primeira etapa, após definidos os métodos e a coleta de requisitos, foi modelar o jogo, batizado de 10 Evolve. O 10 deve ser lido como *two*, dois em inglês, pois 10 é a representação binária do número 2.

O *GDD* criado é subdividido em quatro partes: conceito, história e narrativa, *gameplay*, arte e documentação técnica. Contudo, neste artigo está apresentado apenas o conceito do jogo e parte da história e narrativa.

## 4.1 CONCEITO

10 Evolve é um jogo cujo objetivo é passar pelas fases no comando de um exército digital utilizando os conhecimentos sobre história da computação e conceitos básicos de lógica de programação, buscando, com isso, derrotar os inimigos o mais rápido possível sem sofrer danos.

### 4.1.1 Gênero

Pode-se classificar o *game* 10 Evolve como um jogo de estratégia da categoria *Turn-Based Strategy* (*TBS* – estratégia baseada em turnos), em que a batalha ocorre organizada em turnos, utilizando-se elementos de tabuleiro e cartas.

### 4.1.2 Classificação Etária

O público-alvo principal a ser atingido são os universitários da área de computação, contudo o jogo possui classificação etária livre, pois a violência apresentada é fantasiosa, não possuindo cenas e/ou imagens de nudez ou sexo, e não é apresentado consumo ou apologia às drogas.

### 4.1.3 Trama Principal

O jogador ganha o direito de controlar um exército digital, e sua missão é levar este exército à evolução através da história, buscando ficar cada vez mais forte e eficiente. Utilizando-se as tecnologias disponíveis e as que conquistar durante a batalha, o exército deve derrotar o inimigo que, a cada fase, fica também mais forte. O exército inimigo compartilha

do mesmo objetivo do jogador e para isto irão se enfrentar usando todos os seus recursos e estratégias.

#### 4.1.4 Identidade visual

O jogo terá um estilo visual que busca lembrar os videogames da geração de 8 e 16 *bits*, lembrando os jogos da década de 1980, em que os personagens e objetos principais do jogo são criados ou editados tendo como elemento básico os *pixels* visíveis para formar suas imagens.

### 4.2 HISTÓRIA E NARRATIVA

O jogo tem uma ambientação histórica contemplando as principais fases da evolução dos computadores, que são:

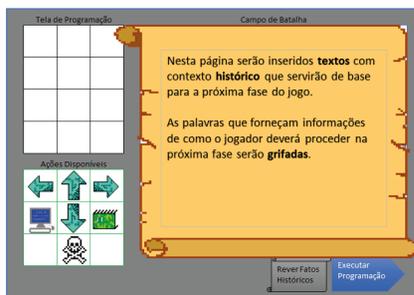
- a) Primeira Geração (Valvulados);
- b) Segunda Geração (Transistorizados);
- c) Terceira Geração (Circuitos Integrados);
- d) Quarta Geração (Microprocessadores).

Assim que o jogo é iniciado, a interface (A) na Figura 1 é apresentada ao jogador. A interface (B) da Figura 1 é exibida assim que o jogador pressiona uma tecla, apresentando nesta as ações disponíveis para o jogador comandar seu exército, a tela de programação que receberá as ações e um pergaminho onde são exibidas as orientações da geração histórica em que o jogador adentrará no *game*. A programação de movimento do exército do jogador é exibida na imagem (C), e a execução do comando, na imagem (D).

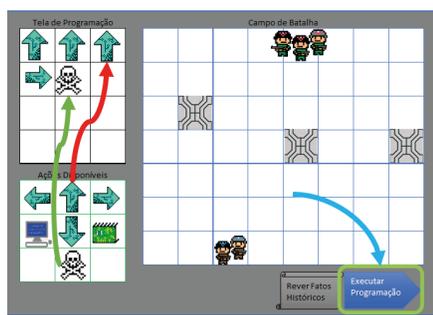
Figura 1 – Interfaces do Jogo



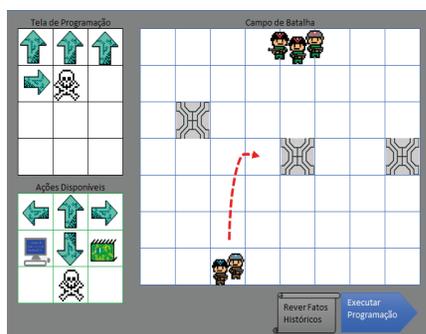
A



B



C

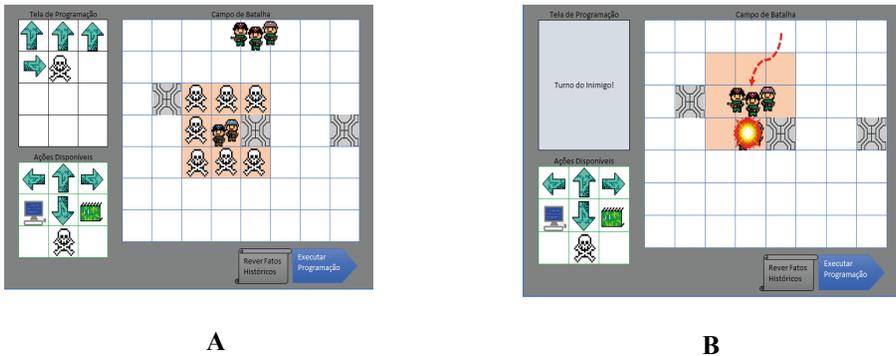


D

Fonte: os autores.

Após o movimento ter sido realizado e chegado ao ponto final, é realizado o ataque. Este ocorre em um raio de alcance ao redor do ponto original do ataque (Figura 2A). Caso o exército inimigo esteja neste raio de ação do ataque, ele sofrerá danos, diminuindo ou zerando a sua vida. Ao finalizar a jogada, o computador efetua o seu movimento no jogo (Figura 2B).

Figura 2 – Interfaces dos ataques de ambos os lados



Fonte: os autores.

Após finalizar um turno de jogada, passa-se para uma nova fase e recomeça-se novamente.

#### 4.3 AVALIAÇÃO DO JOGO

A avaliação do jogo foi feita com seis voluntários, alunos do Curso de Sistemas de Informação e Engenharia da Computação da Unoesc de Chapecó, utilizando o questionário apresentado na metodologia da pesquisa.

A avaliação consistiu basicamente em levar o voluntário até o laboratório onde o jogo estava instalado, instruí-lo quanto à jogabilidade, deixá-lo jogar e após solicitar que respondesse o questionário.

O Quadro 4 apresenta os resultados dessa avaliação, e nele já está compilado o total de cada alternativa em cada uma das questões.

Quadro 4 – Resultado da avaliação do jogo

Questão	Atrapalha muito	Atrapalha pouco	Não influencia	Ajuda pouco	Ajuda muito
1	-	-	1	2	3
2	-	1	1	2	2
3	-	1	1	2	2
4	-	1	2	2	1
5	-	1	2	3	-

Fonte: os autores.

Pela avaliação feita, a aceitação da proposta de se utilizar um *game* para auxiliar no processo de ensino aprendizagem é positiva. Porém, há respostas apontadas em Atrapalha pouco e Não influencia, expressando que ainda há certa insegurança quanto ao uso de jogos para educação. Talvez isso se deva pelo estereótipo de que um jogo é apenas para recreação, ou então pelo fato de o respondente nunca ter vivenciado tal possibilidade em alguma disciplina.

## 5 CONCLUSÕES

Com o desenvolvimento deste trabalho pôde-se concluir que, apesar da complexidade e das particularidades que a construção de um jogo eletrônico apresenta, existem, hoje, motores de jogos que permitem aos desenvolvedores se concentrarem principalmente na apresentação de novas propostas e novas utilizações e interações para os jogos.

Utilizando-se de metodologias como o *Game Design Document* (*GDD*), é possível realizar as definições do escopo de um jogo, permitindo uma melhor organização do projeto, que, por suas particularidades, deve ter suas informações, e até mesmo requisitos, constantemente atualizados.

Durante o desenvolvimento do trabalho a questão de pesquisa que visou definir como fatos históricos da computação podem ser transportados de maneira lúdica para um jogo eletrônico pôde ser entendida como dependente do conteúdo educacional a ser abordado no jogo. Sendo, neste caso, o conteúdo principal as principais características entre diferentes gerações de computadores, escolheu-se inserir os fatos históricos em textos claros e que estão também ligados a toda a ambientação do jogo, assim, cada fase é iniciada com um texto contendo dicas e a descrição de características da próxima fase. Já quanto à questão que permeia o método que pode ser utilizado para apresentar conceitos básicos de programação durante o jogo, foi observado que a escolha do gênero de estratégia permite ao jogador efetuar de forma mais natural o procedimento de construção de procedimentos procedurais que, ao mesmo tempo em que registram os próximos passos estratégicos a serem executados, per-

mitem a clara visualização de como ocorre a construção de um algoritmo computacional.

A partir da avaliação realizada com os acadêmicos voluntários, foi observada grande aceitação da utilização de jogos eletrônicos, ligados a conteúdos específicos em matérias básicas, como forma de engajamento e estimulação destes alunos nos assuntos abordados. Contudo, o número de voluntários pesquisados é pequeno, o que demanda uma aplicação mais ampla para solidificar essas respostas.

Com esta pesquisa, apesar de suas limitações, conclui-se que há viabilidade na utilização de jogos eletrônicos no processo de ensino-aprendizagem de assuntos como história e lógica de programação básica, desde que o processo seja constantemente revisado, buscando atender à proposta acadêmica e também às características de entretenimento do jogo.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. E. **Educação, Projetos, tecnologia e conhecimento**.

1. ed. São Paulo: PROEM, 2001.

BARBI, F. C. **Os 7 passos do gerenciamento de projetos**. 2015. Disponível em: <<https://www.microsoft.com/brasil/msdn/Tecnologias/Carreira/GerencProjetos.aspx>>. Acesso em: 05 nov. 2015.

GAGNÉ, R. M. **Essentials of learning for instruction**. Hinsdale, III: Dryden Press, 1974.

GASPAROTTO, H. Machado. **Unity 3D: Introdução ao desenvolvimento de games**. 2014. Disponível em: <<http://www.devmedia.com.br/unity-3d-introducao-ao-desenvolvimento-de-games/30653>>. Acesso em: 28 nov. 2015.

HAMZE, A. **Andragogia e a arte de ensinar aos adultos**. 2015. Disponível em: <<http://educador.brasilecola.com/trabalho-docente/andragogia.htm>>. Acesso em: 23 nov. 2015.

PERUCIA, A. S. et al. **Desenvolvimento de Jogos Eletrônicos**: Teoria e Prática. 2. ed. Porto Alegre: Novatec, 2007.

PIAGET, J. **The science of education and the psychology of the child**. Nova Iorque: Orion, 1970.

PIX STUDIOS. **O que são as Game Engines ou Motores de Jogos?** 2014. Disponível em: <<http://www.pixstudios.com.br/blog/novidades-de-computacao-grafica-e-games/o-que-sao-engine-de-games-ou-motor-de-jogo>>. Acesso em: 25 nov. 2015.

REIS JUNIOR, A. de S.; NASSU, B. T.; JONACK, M. A. **Um Estudo Sobre os Processos de Desenvolvimento de Jogos Eletrônicos (Games)**. 2002. 29 p. TCC (Graduação em Informática)–Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2002. Disponível em: <<http://www.ademar.org/texts/processo-desenv-games.pdf>>. Acesso em: 20 jun. 2015.

SCHLÜNZEN, E. T. M. **Mudanças nas Práticas Pedagógicas do Professor**: Criando um Ambiente Construcionista, Contextualizado e Significativo para Crianças com Necessidades Especiais Físicas. 2000. 240 p. Tese (Doutorado em Educação: Currículo)–Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, 2000.

TOSCHI, G. **Ação, RPG, Plataforma? Saiba mais sobre os gêneros de jogos e quais games se classificam nos mais conhecidos - Parte 1**. Revisão Vitor Tibério. 2012. Disponível em: <<http://www.nintendoblast.com.br/2012/04/gamedev-conheca-os-tipos-de-jogos.html>>. Acesso em: 27 out. 2015.

VALENTE, J. A. **A Tecnologia no Ensino**: Implicações para aprendizagem. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

ZAMBIASI, S. P. **Motores de Jogos (Game Engine)**. 2011. Disponível em: <<http://www.gsigma.ufsc.br/~popov/aulas/multimidia/engine.html>>. Acesso em: 20 jun. 2015.

# UM SISTEMA PARA COMERCIALIZAÇÃO DE CRÉDITOS DE LANCHE

Augusto José Ody<sup>1</sup>  
Jean Carlos Hennrichs<sup>2</sup>

## RESUMO

Com o aumento de alunos na Unoesc Chapecó, aumenta automaticamente o fluxo de pessoas nas suas dependências. Na cantina da Instituição isso não é diferente. O bom convívio entre as partes, aluno e Instituição, é de extrema importância para ambos. Contudo, um fator recorrente na cantina está trazendo um problema para esta relação: a demora no momento do pagamento do lanche, principalmente quando este é feito na forma de papel moeda, pois o funcionário deixa de atender para efetuar o recebimento do pagamento, o que se torna ainda pior quando há a necessidade da geração de troco. Tal problemática aumenta drasticamente o tempo de espera na fila de pagamento, gerando insatisfação dos usuários do local. Na busca de resolver este problema foi objetivo deste artigo o desenvolvimento de um sistema para gestão de pagamentos e comercialização de créditos de lanche utilizando *QR Code*. Este modelo de pagamento apresenta-se como uma inovação dos procedimentos tradicionais existentes. A pesquisa ocorreu por meio de estudo bibliográfico e observação do ambiente, para posteriormente desenvolver o sistema e colocá-lo em teste. Foi utilizado, também, o procedimento técnico de laboratório e pesquisa observação. Com os dados já analisados realizaram-se testes em laboratório com o sistema proposto e constatou-se que a utilização do *software* proposto traria para a cantina uma diminuição de 30% do tempo de espera em fila dos clientes.

Palavras-chaves: Cantina. *QR Code*. Créditos de lanche.

---

<sup>1</sup> Bacharel em Sistemas de Informação pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; odyaugusto@gmail.com

<sup>2</sup> Especialista em Ciência da Computação pela Universidade Federal de Santa Catarina; MBA em Gerenciamento de Projetos pela Fundação Getúlio Vargas; Professor na Universidade do Oeste de Santa Catarina de Chapecó; jean.hennrichs@unoesc.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

A relação do aluno com a instituição de ensino em que atua é de extrema relevância para o bom convívio das partes. Quando o aluno se sente prejudicado com algum serviço essa relação começa a sofrer turbulências. O crescimento da instituição é inerente, aumentando, dessa forma, o uso de suas dependências e serviços. A cantina da Unoesc Chapecó não é exceção desse fato e alguns problemas no processo de atendimento acabam dificultando a utilização desse ambiente pelos usuários, principalmente para os ingressantes na Universidade, que não conhecem o processo de funcionamento do local.

O principal problema identificado atualmente na cantina da Unoesc Chapecó é a fila de pagamento, onde as pessoas vão se acumulando e o tempo de espera pelo atendimento aumenta exponencialmente, gerando um grande atraso para quem deseja utilizar o serviço e insatisfação por parte dos clientes da cantina. Constatou-se que tal atraso ocorre pelo simples fato de que o método de pagamento é de modo convencional, ou seja, por meio de papel moeda e/ou moedas metálicas, o que causa, muitas vezes, a geração de troco para o usuário.

Nesse sentido, foi objetivo deste artigo a implementação de um sistema computacional para gestão de pagamentos e comercialização de créditos de lanche usando *QR Code* (*Quick Respost Code* – Códigos de Resposta Imediata), apresentando, dessa maneira, uma inovadora perspectiva de pagamento dos produtos comercializados na cantina da Unoesc Chapecó.

Esse método inovador consiste na compra antecipada de recarga de créditos para serem utilizados na cantina, e o débito desses créditos é realizado com a leitura de um *QR Code* na tela do *smartphone* do usuário. Dessa forma, o sistema identificará o usuário e, caso haja créditos, efetuará o pagamento dos produtos, sem a necessidade da manipulação de papel moeda ou metal ou cartão de crédito/débito.

O uso de um sistema computacional mostrou-se como alternativa para amenizar o problema encontrado, pois em testes realizados

houve a diminuição de até 30% do tempo de espera na fila de pagamento, o que gerou satisfação maior dos usuários do local.

A pesquisa caracteriza-se como de natureza aplicada, em razão do desenvolvimento da solução proposta e caracteriza-se como qualitativa e exploratória, fazendo uso de procedimentos técnicos científicos de observação, estudo de caso, além de pesquisa bibliográfica.

## **2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Para que se possa abordar o tema de atendimento ao cliente propriamente dito, antes se faz necessário apresentar como funcionam os serviços, e quais as suas diferenciações. Dantas (2009) menciona que os serviços podem ser distinguidos dos produtos físicos pela sua intangibilidade que se caracteriza por não possuir a possibilidade de serem tocados ou pegos em mãos; a inseparabilidade, pois os serviços não podem ser separados, ou seja, vendidos em partes, como é feito com produtos; a perecibilidade, pelo fato de serem perecíveis, sem a possibilidade de serem estocados, sendo, assim, consumidos no momento da prestação; e a heterogeneidade, visto que um mesmo serviço pode ser executado de modos diferentes dependendo de cada indivíduo.

A utilização do serviço se torna um passo intermediário, pois anteriormente o cliente conhecerá o serviço e, assim, formará suas expectativas, que possuem uma parcela considerável das suas necessidades. Desse modo, a avaliação do cliente é mais concebida pela sua expectativa. Por isso, é necessário, em alguns casos, regular as expectativas do cliente a um ponto mais adequado, assim, o risco de sofrer uma má avaliação do produto, mesmo este sendo bom, é minimizada (GIANESI; CORRÊA, 2011).

Sobre os fatores que influenciam a experiência que o cliente tem ao utilizar um serviço, Dantas (2009) comenta que um dos fatores mais importantes na prestação de um serviço é a capacitação da equipe que prestará o serviço.

De acordo com Gabriel et al. (2010), o estabelecimento definido em uma instituição como Cantina é o ambiente que tem por objetivo

fornecer maior liberdade em relação a alimentos para alunos, professores e outros funcionários do local, de modo que se deve pagar por tais alimentos.

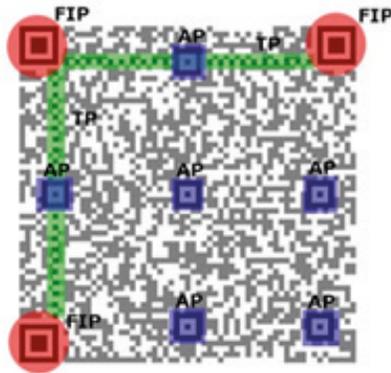
## 2.1 QR CODE

Segundo Okada e Souza (2011), o *QR Code* foi criado pela companhia Denso-Wave em 1994, e este padrão vem se disseminando muito. Tratando-se do campo não comercial, esse padrão está sendo utilizado como um apontador, em que o *QR Code* possui um endereço para uma página na internet, um *e-mail*, número de telefone, entre outros.

Sua popularização também vale por sua robustez de decodificação, sua alta capacidade de armazenamento e sua imensa especificação de padrão de código (BELUSSI, 2012). O *QR Code* se difere do código de barras padrão por não haver uma leitura do espaçamento e da largura das barras, mas, sim, pelos seus pontos, que ficam divididos em áreas com funções definidas. A área de segurança funciona como um ponto de restauração em que, caso haja alguma rasura ou defeito em alguma parte do código, ela poderá ser acessada e, assim, caso possível, resgatar a informação perdida, tendo uma taxa que varia de 7% a 30% de restauração (PANKIEWICZ, 2009).

Para Lopes Júnior, Façanha e Freitas (2012), o *QR Code* faz uso do tipo DataMatrix que, em comparação com os outros códigos de identificação gráfico, possui uma capacidade de armazenamento de dados muito maior, podendo suportar 7.089 números, ou 4.296 caracteres alfanuméricos, ou 2.953 caracteres binários, ou, ainda, 1.817 caracteres da língua japonesa Kanji.

Figura 1 – Estrutura do QR Code



Fonte: Belussi (2012).

Belussi (2012) explica os elementos que compõem o *QR Code*, representado na Figura 1. A linha verde representa a margem silenciosa, que delimita a posição dos padrões de posição (FIP). Os FIP são posições fixas na matriz do código e possibilitam ao interpretador do símbolo sincronizar e mapear as coordenadas através desses elementos. Entre os padrões de posição encontram-se os padrões de sincronização (TP), que possuem a função de identificar a coordenada central dos módulos de dados. Na área total do código estão distribuídos os padrões de alinhamento (AP), responsáveis por ajudar na localização da coordenada central da matriz.

### 2.1.1 Correção de Erros

A correção de erros do *QR Code*, de acordo com Denso Wave Incorporated (2011), é dividida em níveis (Quadro 1), dependendo da necessidade e efeitos em que o código estejam expostos. Quanto maior o nível de correção, menos quantidade de dados é possível armazenar no *QR Code*.

Códigos que são expostos a ambientes de maior risco de dano ou sujeira são normalmente implementados nos Níveis Q ou H. Outro caso utilizado em outra situação é o Nível L, no qual o código se encontra em um ambiente bem limpo e com menor risco de danos, oferecendo,

assim, um maior espaço para dados. O Nível mais utilizado é o Nível M (DENSO WAVE INCORPORATED, 2011).

Quadro 1 – Níveis de correção do QR Code

<b>QR Code Error Correction Capability</b>	
Level L	Approx 7%
Level M	Approx 15%
Level Q	Approx 25%
Level H	Approx 30%

Fonte: adaptado de Denso Wave Incorporated (2011).

Para a correção de erros é utilizado o Código de *Reed-Solomon* (RS), em que foi originalmente criado para a correção de orbitas de satélites e também é utilizado em CDs para correção de erros. O código é aplicado em parte dos dados determinados nos níveis apresentados, como em um QR Code que possui 100 *codewords* (unidade utilizada para construir a área de dados do código – cada *codeword* equivale a 8 bits). Em um Nível Q (25%) de correção, serão 25 *codewords* para serem corrigidos, que equivalem a 50 *codewords* do Código RS. Sempre que se faz o cálculo da quantidade de dados que serão corrigidos considera-se que o Código RS necessita do dobro de dados para a correção (DENSO WAVE INCORPORATED, 2011).

### 2.1.2 Módulos e versões

Cada QR Code possui uma versão, que pode ser classificada da Versão 1 até a Versão 40. Dentro de cada versão existe um número de módulos identificados por um símbolo branco ou preto, com diferentes configurações. A configuração dos módulos está relacionada ao número de símbolos que cada um contém, iniciando na Versão 1, com 21 x 21 módulos, até a versão 40, com 177 x 177 módulos; a cada versão são somados quatro módulos por lado (DENSO WAVE INCORPORATED, 2011).

### 2.1.3 Criação de pontos

Para Orstuff (2011), o entendimento primordial para sua criação se inicia com a área onde este código será impresso e a quantidade de dados que será colocada nele. Quanto mais dados forem colocados no código, mais linhas e colunas devem ser acrescentadas.

Para Denso Wave Incorporated (2015), uma restrição que pode ser notada são os módulos apresentarem tamanho muito pequeno, fazendo com que a leitura se torne mais difícil ou sejam necessários equipamentos muito mais especializados para realizarem a operação. Outro problema notado é a distância em que a câmera ou o leitor se encontra do código. Quando a distância é muito grande, a visualização do código acaba ficando menor, e, conseqüentemente, os modelos ficam ainda menores, também dificultando a sua leitura (QRSTUFF, 2011).

## 3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Em relação à natureza da pesquisa deste estudo, ela se caracteriza como aplicada, pois implementou-se um *software* na prática em busca da solução do problema encontrado. Foi utilizada uma abordagem qualitativa para se alcançar um melhor atendimento aos clientes da cantina da Unoesc Chapecó, amenizando seu tempo de espera para pagamento. Quanto aos objetivos, estes foram buscados de forma exploratória, com a análise dos dados históricos da cantina, coletando dados de como é o funcionamento do local e como as pessoas que a utilizam observam o problema exposto neste estudo.

Para que se pudesse fundamentar esta pesquisa foram utilizados os seguintes procedimentos técnicos: pesquisa bibliográfica, para o melhor entendimento das teorias que o projeto abordaria; pesquisa documental, com consulta a documentos não oficiais; observação, para compreender o funcionamento da cantina e evidenciar o problema; e estudo de caso, pois o problema a ser abordado é especificamente o da cantina da Unoesc Chapecó.

Esta pesquisa iniciou-se em fevereiro de 2015 e perdurou por 1,5 anos, até a conclusão do *software* proposto e a realização dos testes, e para tal fez-se uso de algumas tecnologias *web* que são descritas brevemente a seguir.

### 3.1 NODE.JS

Com a possibilidade de empregar o Chrome V8 em qualquer plataforma, Ryan Dahl apresentou, em 2009, uma proposta para se criarem aplicações de rede escaláveis com JavaScript com uma aplicação *web* que seja toda construída a partir de apenas uma linguagem (IMASTERS, 2015). Nasceu assim o Node.js, um interpretador de código Javascript que não roda no *front-end*, mas no *back-end*, ou seja, ao lado do servidor.

### 3.2 EXPRESS

De acordo com Hahn (2015), o Express é um pequeno *framework* que, com o Node.js, auxilia no *web server* com novas funcionalidades, facilitando a organização do código e adicionando *routes* (rotas) e *middlewares* para que se torne mais fácil a criação de uma aplicação.

Se uma aplicação *web* em Node.js for escrita sem o Express, todas as requisições passarão por uma única função manipuladora, que é designada a manipular a requisição que chegou a ela e executar alguma ação, invocar alguma classe ou até fazer o *upload* de um arquivo. Outra responsabilidade dessa função é lidar com as respostas que a aplicação realizará para a requisição solicitada (STRONGLOOP INC, 2015).

### 3.3 MONGODB

O MongoDB é um banco de dados de código livre que segue o conceito de NoSQL. Escrito em C++, utiliza documentos para o armazenamento de seus dados, utilizando uma versão binária de JSON,

o BSON. Cada valor armazenado no documento possui sua respectiva chave para identificação (LENNON, 2011).

No MongoDB cada registro é considerado um documento em que se encontram chaves e valores. Como não possui um *schema*, todos os documentos de uma coleção não necessariamente devem ter as mesmas chaves ou o mesmo tipo de valor, o que faz com que, em uma chave de mesmo nome, em um documento haja um *array* de vários valores e em outro, um único valor. Isso corresponde a vários tipos de valores em várias linguagens (MONGODB INC, 2015).

O armazenamento dos dados é tratado de forma diferente do que em bancos relacionais, onde os dados são divididos em tabelas e são necessários *Joins* para que se possa agrupá-los. Como não existe *Joins* no MongoDB, certos dados são salvos dentro de um mesmo documento, fazendo com que, no momento da busca, apenas uma consulta possa retornar ao usuário todos os dados de uma só vez (SEGUIN, 2015).

### 3.2 ANGULARJS

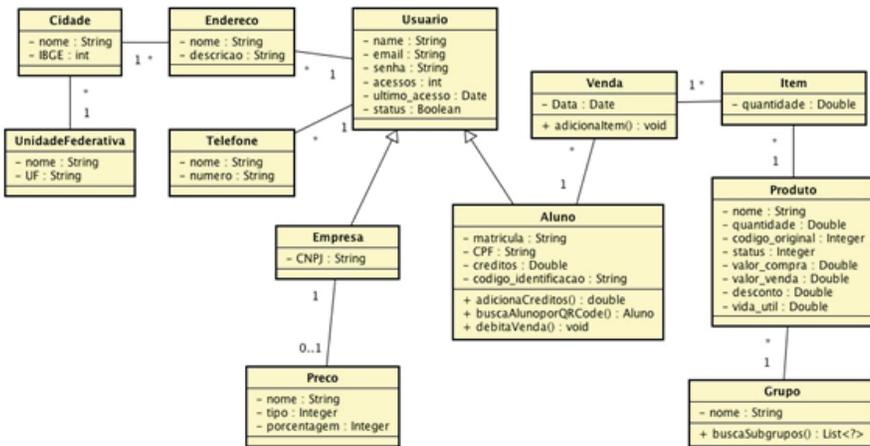
AngularJS é um *framework* escrito em JavaScript para aplicações que sejam executadas no navegador do usuário. A linguagem de marcação de hipertexto (HTML) é entendida com o *framework*, fazendo com que aplicações *web* se tornem mais fáceis de serem feitas. Muitas funções dele fazem com que o programador não tenha de escrever tanto código, tendo, assim, um resultado mais rápido. Uma abordagem diferente de outros *frameworks* do mesmo gênero. Faz uso de *data binding* para que os dados que são trazidos do servidor sejam facilmente passados para a página HTML, e possui *dependency injection* para que partes de código já pronto sejam colocados em vários locais, sem que seja necessário copiar e colar, facilitando a manutenção (ANGULARJS, 2015).

Para fazer uso eficaz do *QR Code*, pensou-se, ainda, em fazer uma autenticação do usuário por meio deste próprio código, ou seja, o *QR Code* será o *token* de identidade do usuário junto à aplicação proposta e a forma de autenticar o usuário na cantina.

De acordo com Amoroso (2009), autenticação é “o ato de confirmar que algo ou alguém é autêntico.” O uso de senhas ainda é bem comum nesse contexto. Brito (2009) aborda que os *tokens* vêm sendo utilizados em ambientes onde é necessário um grau de segurança mais alto, sendo aplicado normalmente como um segundo meio de autenticação junto a alguma senha ou PIN. O “*token* ou chave de segurança possibilita que ações e documentos possam ser assinados e trafegar na internet com garantia de autoria e integridade de informações.” (LIMA, 2012).

A modelagem do *software* ocorreu por meio da UML (Linguagem de Modelagem Unificada), por intermédio dos diagramas de caso de uso e de classe. A Figura 2 apresenta o diagrama de Classes construído, nele representa-se como serão tratados os dados do sistema.

Figura 2 – Diagrama de Classes



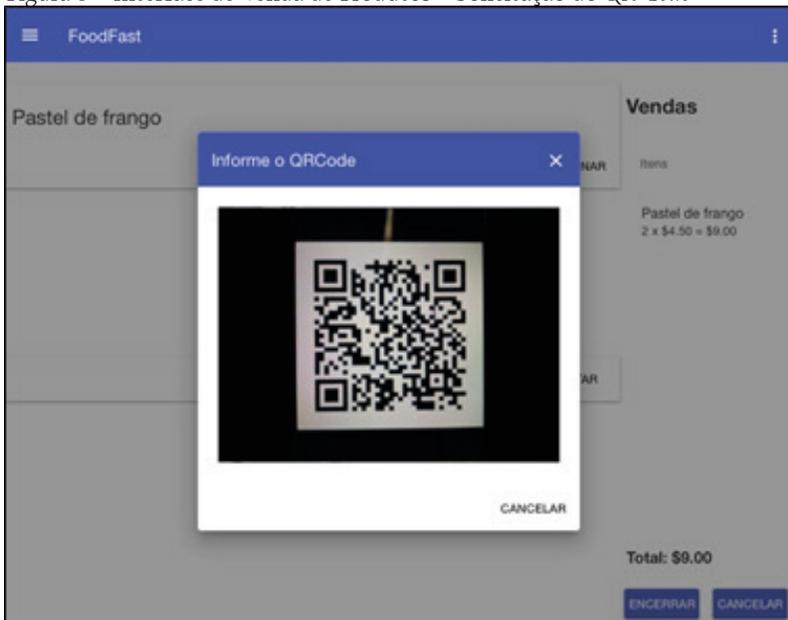
Fonte: os autores.

Com a modelagem pronta realizou-se a implementação do sistema por meio das tecnologias abordadas anteriormente. O sistema criado apresenta um fluxo para que se possa operacionalizá-lo, fazendo com que a venda de produtos e créditos seja possível para os usuários. Ao ter acesso ao sistema, a cantina deverá realizar o cadastro de seus dados. Assim, fica apta a manter os cadastros de: usuários, produtos, grupos e

tabelas de preços. Poderá, ainda, realizar o processo de venda de produtos e venda de créditos de lanche.

O ambiente para venda de produtos apresenta inicialmente os grupos de produtos cadastrados. No momento em que um grupo é selecionado, são exibidos os produtos disponíveis daquele agrupamento. Ao selecionar um produto, é solicitada a quantidade, e este é adicionado na lista de produtos da compra atual. Assim que o atendente finaliza a compra, é acionada a *webcam* para fazer a captura do *QR Code* do usuário. O usuário então apresenta o *QR Code* na tela de seu *smartphone*, e a aplicação faz a leitura deste (Figura 3). Caso o usuário possua créditos suficientes, estes são descontados da compra. Se não possuir o total de créditos, o usuário recebe essa informação e é levado à interface de seleção de produtos, que possibilita a remoção de itens ou o cancelamento da compra.

Figura 3 – Interface de Venda de Produtos – Solicitação do *QR Code*



Fonte: os autores.

Outra funcionalidade do sistema é a venda de créditos para os usuários da cantina. A partir do nome ou do *QR Code* do usuário este é identificado pelo sistema, é apresentado o total de créditos de lanche que possui e um campo para informar quantos créditos deseja adicionar.

#### **4 ANÁLISE DOS DADOS**

A análise dos dados para se chegar às conclusões deste estudo foi feita mediante duas avaliações. Primeiramente realizou-se uma análise de como a cantina da Unoesc Chapecó funciona, sendo focado o processo de pagamento de lanches pelos usuários. Para esta análise foi necessário estar presente na cantina em horários de pico, que corresponderam aos seguintes momentos: dia 17 de junho de 2016, das 20h20min às 20h40min, e dia 20 de junho de 2016, das 20h30min às 20h45min. Nesses momentos buscou-se calcular o tempo de espera dos alunos que estavam na fila e o tempo que cada aluno despendia desde o momento em que retirava o seu dinheiro ou cartão, efetuava o pagamento, e até ser liberado. Os dados coletados estão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1 – Análise do processo de atendimento da cantina

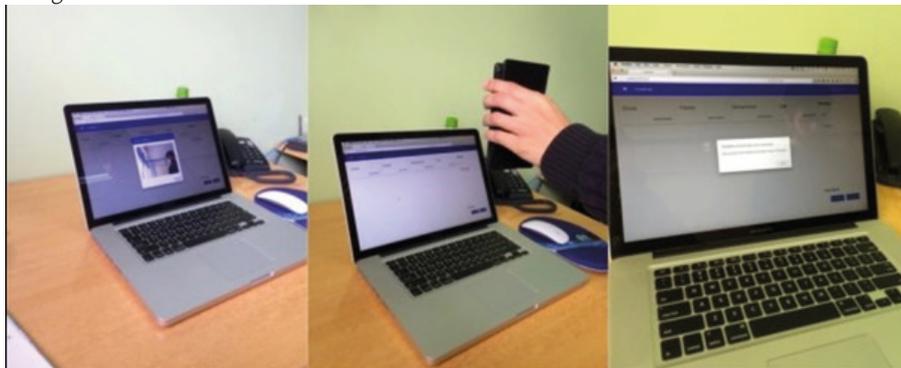
<b>Data</b>	<b>Número de pessoas na Fila</b>	<b>Tempo de espera do último da fila (segundos)</b>	<b>Tempo médio de espera na fila por pessoa (segundos)</b>	<b>Tempo médio de pagamento por pessoa (segundos)</b>
17 junho 2017	1	0	0	18
	3	45	22.5	15
	2	30	30	20
	1	0	0	20
	1	0	0	25
	2	19	19	19
	2	36	36	18
20 junho 2017	1	0	0	25
	1	0	0	20
	3	37	18	15
	2	15	15	13
	4	45	15	15
	3	35	17	17

Fonte: os autores.

O segundo momento dos testes foi realizado em laboratório, simulando o atendimento da cantina. Participaram do teste quatro voluntários. O tempo anotado foi desde a seleção dos produtos pelo atendente até a identificação do *QR Code* e débito dos créditos.

A Fotografia 1 registra os três momentos da simulação realizada: a leitura do *QR Code*, a leitura realizada com sucesso do *QR Code* e a compra aprovada.

Fotografia 1 – Teste em laboratório



Fonte: os autores.

No sistema foram realizados testes com cinco diferentes tamanhos de fila (Tabela 2) sendo calculados o tempo total da última pessoa na fila, o tempo médio de espera por cada pessoa e o tempo da seleção de produtos e identificação do usuário. Nos casos com apenas um participante, não há um tempo de espera na fila, pois o processo é realizado no momento de sua chegada. Para os outros casos, o tempo médio de pagamento é utilizado no cálculo do tempo médio de espera na fila e o tempo de espera do último da fila.

Tabela 2 – Análise do processo de atendimento pelo sistema criado

<b>Data</b>	<b>Número de pessoas na Fila</b>	<b>Tempo de espera do último da fila (segundos)</b>	<b>Tempo médio de espera na fila por pessoa (segundos)</b>	<b>Tempo médio de pagamento por pessoa (segundos)</b>
24 junho 2017	1	0	0	6
	3	20	10	10
	2	12	12	12
	4	16	5	8
	1	0	0	10

Fonte: os autores.

A partir dos testes realizados e da análise das Tabelas 1 e 2, constatou-se que houve uma redução de aproximadamente 30% no tempo de

espera dos usuários, decorrente da diminuição do tempo médio de pagamento por cliente. É uma pequena, mas notável melhora neste quesito; o sistema proposto não extingiria as filas de espera por completo, mas faria com que elas fossem reduzidas mais rapidamente e a interação do atendente da cantina com o cliente seria mais rápido, tornando o pagamento isento da necessidade de devolver dinheiro. A estrutura atual da cantina deveria sofrer alguns ajustes para acomodar o novo fluxo do processo.

Os ajustes necessários para o uso do sistema proposto na cantina seriam os seguintes: a instalação de ao menos um computador com *webcam* na área de pagamento da cantina, uma nova área para cadastramento dos usuários e outra para inserção dos créditos dos clientes e, na área de vendas, a instalação de outro equipamento com *webcam* para o cliente se identificar e proceder com o seu pedido.

Com o tempo de atendimento reduzido, para o registro de produtos e leitura do *QR Code*, os voluntários participantes do teste em laboratório sentiram-se mais satisfeito. A implantação real possibilitaria que os usuários da cantina da Unoesc viessem a realizar seu lanche mais tranquilamente, aproveitando melhor seu tempo de intervalo entre aulas.

## 5 CONCLUSÕES

Com o término deste artigo pode-se concluir que os métodos de pagamento utilizados na Cantina da Unoesc Chapecó, apesar de usuais, podem estar desfavorecendo os clientes, fazendo com que estes esperem um tempo desnecessário para o pagamento de produtos.

Outro aspecto a ser considerado é que com a utilização do sistema proposto, mesmo com testes realizados em laboratório com voluntários, houve uma diminuição no tempo de espera em 30%. A implantação do modelo proposto pode trazer uma melhor satisfação para com os clientes do local, porém deverá haver também uma reestruturação do processo de atendimento e do ambiente para a inserção do novo modelo de créditos de lanche.

Apesar do resultado satisfatório para esta pesquisa ter sido alcançado, vale mencionar que este é um estudo de caso aplicado especificamente à cantina da Unoesc Chapecó. Trocando-se de ambiente de estudo toda uma análise e observação deverá ser realizada novamente a fim de mensurar o tempo de espera e qual a melhora que poderá ser alcançada.

## REFERÊNCIAS

AMOROSO, D. **O que é autenticação?** 2009. Disponível em: <<http://www.tecmundo.com.br/seguranca/1971-o-que-e-autenticacao-.htm>>. Acesso em: 24 nov. 2015.

ANGULARJS. **What Is Angular?** Disponível em: <<https://docs.angularjs.org/guide/introduction>>. Acesso em: 20 jun. 2015.

BELUSSI, L. F. F. **Deteção de códigos QR em imagens com enquadramento arbitrário.** 2012. 71 p. Dissertação (Mestrado em Ciência da Computação)–Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/45/45134/tde-28112012-180744/pt-br.php>>. Acesso em: 10 jul. 2015.

BRITO, A. **Entendendo a Autenticação com Tokens.** 2009. Disponível em: <<http://www.administradores.com.br/noticias/negocios/entendendo-a-autenticacao-com-tokens/28571/>>. Acesso em: 12 jun. 2015.

DANTAS, E. B. **Atendimento ao Público nas organizações: Quando o marketing de serviços mostra a cara.** 2. ed. Brasília: Editora Senac DF, 2009.

DENSO WAVE INCORPORATED (Org.). **What is a QR Code?** Disponível em: <<http://www.qrcode.com/en/>>. Acesso em: 08 nov. 2015.

GABRIEL, C. G. et al. Cantinas escolares de Florianópolis: existência e produtos comercializados após a instituição da Lei de Regulamentação. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 23, n. 2, p. 1-2, abr. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-2732010000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-2732010000200002&script=sci_arttext)>. Acesso em: 08 jun. 2015.

GIANESI, I. G. N.; CORRÊA, H. L. **Administração Estratégica de Serviços**: Operações para a Satisfação do Cliente. São Paulo: Atlas, 2011.  
HAHN, E. **Express in Action**: Node applications with Express and its companion tools. 10. ed. [s. L.]: Manning Publications, 2015. Disponível em: <[https://manning-content.s3.amazonaws.com/download/d/4319349-6f23-418d-8c675c5f57eda927/Express\\_MEAP\\_CH01.pdf](https://manning-content.s3.amazonaws.com/download/d/4319349-6f23-418d-8c675c5f57eda927/Express_MEAP_CH01.pdf)>. Acesso em: 11 nov. 2015.

IMASTERS. **O que exatamente é o Node.js?** Disponível em: <<http://imasters.com.br/artigo/22016/javascript/o-que-exatamente-e-o-nodejs/>>. Acesso em: 19 out. 2015.

LENNON, J. **Explore o MongoDB**: Saiba por que esse sistema de gerenciamento de bancos de dados é tão popular. 2011. Disponível em: <<https://www.ibm.com/developerworks/br/library/os-mongodb4/>>. Acesso em: 15 nov. 2015.

LIMA, F. **Token**. 2012. Disponível em: <<http://www.dicionarioinformal.com.br/significado/token/5623/>>. Acesso em: 16 nov. 2015.

LOPES JÚNIOR, S. L. M.; FAÇANHA, A. R.; FREITAS, L. P. T. de. **QR Code como ferramenta de inclusão**: uso do QR Code em etiqueta de vestuário acessível para deficientes visuais. 2012. Disponível em: <<https://sandrolaerthjr.wordpress.com/2012/04/12/qr-code-como-ferramenta-de-inclusao/>>. Acesso em: 11 jun. 2015.

MONGODB INC. **Introduction to MongoDB**. 2015. Disponível em: <<https://docs.mongodb.org/manual/core/introduction/>>. Acesso em: 16 nov. 2015.

OKADA, S.; SOUZA, E. Estratégias de Marketing Digital na Era da Busca. **Revista Brasileira de Marketing**, 10 sep. 2011. Disponível em: <<http://www.revistabrasileirmarketing.org/ojs-2.2.4/index.php/remark/article/view/2199>>. Acesso em: 10 jun. 2015.

PANKIEWICZ, I. **O que** são os **QR Codes**? 2009. Disponível em: <<http://www.tecmundo.com.br/imagem/1995-o-que-sao-os-qr-codes-.htm>>. Acesso em: 11 jul. 2015.

QRSTUFF. **QR Code Minimum Size**. 2011. Disponível em: <<http://www.qrstuff.com/blog/2011/11/23/qr-code-minimum-size>>. Acesso em: 10 nov. 2015.

SEGUIN, K. **The Little MongoDB Book**. 2015. Disponível em: <[https://github.com/danielmelogpi/the-little-mongodb-book/blob/master/pt\\_BR/mongodb.markdown](https://github.com/danielmelogpi/the-little-mongodb-book/blob/master/pt_BR/mongodb.markdown)>. Acesso em: 15 nov. 2015.

STRONGLOOP INC. **Resources**. Disponível em: <<http://expressjs.com/>>. Acesso em: 13 nov. 2015.





**UNOESC**  
*Chapecó*

Avenida Nereu Ramos, 3777 D - Bairro Seminário  
CEP 89813-000 - Chapecó/SC  
[www.unoesc.edu.br](http://www.unoesc.edu.br)

ISBN 978858422133-2



9 788584 221332