

Promoção da atividade física no Brasil: chegou a hora da escola

Pedro C Hallal

¹ Universidade Federal de Pelotas -
**Editor-chefe da Revista Brasileira de
Atividade Física e Saúde**

A promoção da atividade física no Brasil é modelo para o resto do mundo. Embora a América Latina seja responsável por apenas 2% da produção científica na área de atividade física e saúde¹, o Brasil assumiu a liderança no cenário mundial quanto à existência de intervenções para a promoção da atividade física². Hoje em dia, mais de 1000 municípios são financiados pelo Ministério da Saúde para desenvolverem programas de promoção da atividade física². Temos sistemas de monitoramento dos níveis de atividade física de jovens e adultos^{3,4}, de forma que avaliar as tendências temporais de atividade física no Brasil e, consequentemente a efetividade de intervenções existentes, já é uma possibilidade.

O Programa Agita São Paulo acaba de mostrar o aumento no nível de atividade física na população do estado de 2002 a 2008⁵, sendo possível argumentar que pelo menos parte desse resultado possa ser atribuída ao programa. Os Programas Academia da Cidade de Recife⁶ e Aracaju⁷ recentemente mostraram que quanto maior a exposição populacional a suas atividades, maiores os níveis de atividade física no lazer. O Programa Lazer Ativo, coordenado pelo Serviço Social da Indústria, mostrou aumento nos níveis de atividade física dos trabalhadores após o início da intervenção⁸. A promoção da atividade física na atenção primária à saúde é uma realidade em várias cidades do país^{9,10}.

Todas essas iniciativas, porém, não são suficientes. Chegou a hora dos pesquisadores e instituições comprometidas com a promoção da atividade física no Brasil “colocarem seus pés” de forma definitiva na escola. Sabe-se que os estilos de vida adquiridos na infância e adolescência tendem a perdurar durante a idade adulta¹¹. A escola brasileira, por onde felizmente hoje em dia quase todos os jovens passam em algum momento de suas vidas, representa uma excelente oportunidade de intervenção. Durante anos a Educação Física dividiu-se em duas áreas (denominadas erroneamente de área biológica e área pedagógica). Nesse tempo, a promoção da atividade física na escola tornou-se uma área de intenso debate e pouca ação. Chegou a hora de mudar esse cenário.

O Projeto Saúde na Boa, cujos métodos¹² e resultados principais¹³ foram recentemente publicados, é um exemplo de que a promoção da atividade física na escola deve ser priorizada. Em revisão sistemática da literatura latino-americana, Hoehner e colaboradores mostraram que intervenções no ambiente escolar são altamente recomendadas para promoção de atividade física¹⁴. Ribeiro e colegas¹⁵ detalharam as intervenções existentes tanto em relação aos aspectos metodológicos quanto em relação aos resultados.

Aqueles que desejarem continuar apenas discursando sobre o tema, deixando de apresentar evidências científicas para suas “crenças”, serão atropelados por aqueles que querem agir. E nesse caso, agir significa partir de propostas concretas, a serem debatidas de forma acadêmica e não passional, utilizando argumentos científicos de qualidade. Enquanto editor-chefe da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde e pesquisador da área, informo que a largada já foi dada. Espero que você junte-se a nós.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Hallal PC, Parra DP, Azevedo MR, Pratt M, Brownson R. Research on Physical Activity and Health: Where Is Latin America? *J Phys Act Health* 2010;7:S129-30.
- Knuth AG, Malta DC, Cruz DA, et al. Description of the Countrywide Physical Activity Network Coordinated by the Brazilian Ministry of Health: 2005–2008. *J Phys Act Health* 2010;7:S253.
- Florindo AA, Hallal PC, de Moura EC, Malta DC. Practice of physical activities and associated factors in adults, Brazil, 2006. *Rev Saude Publica* 2009;43:S65-73.
- Ministério da Saúde, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2009.
- Matsudo VK, Matsudo SM, Araújo TL, et al. Time trends in physical activity in the state of São Paulo, Brazil: 2002-2008. *Med Sci Sports Exerc* 2010 (in press).
- Simoes EJ, Hallal P, Pratt M, et al. Effects of a community-based, professionally supervised intervention on physical activity levels among residents of Recife, Brazil. *Am J Publ Health* 2009;99:68-75.
- Mendonça BC, Oliveira AC, Toscano JJ, et al. Exposure to a community-wide physical activity promotion program and leisure-time physical activity in Araçaju, Brazil. *J Phys Act Health* 2010;7:S223-8.
- Fonseca SA. Inatividade física no lazer e outros fatores de risco à saúde em industriários catarinenses, 1999 e 2004. Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina. Dissertação de mestrado, 2005.
- Kokubun E, Luciano E, Sibuya CY, et al. Programa de atividade física em Unidades Básicas de Saúde: Relato de experiência no município de Rio Claro-SP. *Rev Bras Ativ Fis Saude* 2007;12:45-53.
- Gomes MA, Duarte MFS. Efetividade de uma intervenção de atividade física em adultos atendidos pela estratégia saúde da família: Programa Ação e Saúde de Floripa- BRASIL. *Rev Bras Ativ Fis Saude* 2008;13:44-56.
- Azevedo MR, Araújo CL, Silva MC, Hallal PC. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. *Rev Saude Publ* 2007;41:69-75.
- de Barros MV, Nahas MV, Hallal PC, et al. Effectiveness of a school-based intervention on physical activity for high school students in Brazil: the Saude na Boa project. *J Phys Act Health* 2009;6:163-9.
- Nahas MV, de Barros MV, de Assis MA, et al. Methods and participant characteristics of a randomized intervention to promote physical activity and healthy eating among Brazilian high school students: the Saude na Boa project. *J Phys Act Health* 2009;6:153-62.
- Hoehner C, Soares J, Perez DP, et al. Physical activity interventions in Latin America: a systematic review. *Am J Prev Med* 2008;34:224-33.
- Ribeiro IC, Parra DC, Hoehner CM, et al. School-based education programs: evidence-based physical activity interventions for youth in Latin America. *Global Health Promotion* (in press).