

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA
CAMPUS FLORESTAL
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

EDUARDO APARECIDO LUCAS

**A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PRÁTICA DE
ATIVIDADE FÍSICA ENTRE OS AGENTES DE SEGURANÇA
PENITENCIARIOS DE PÁRA DE MINAS- MINAS GERAIS**

**FLORESTAL - MINAS GERAIS - BRASIL
2013**

EDUARDO APARECIDO LUCAS

**A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PRÁTICA DE
ATIVIDADE FÍSICA ENTRE OS AGENTES DE SEGURANÇA
PENITENCIARIOS DE PÁRA DE MINAS- MINAS GERAIS**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Viçosa – *Campus Florestal*, como requisito para a obtenção do título de licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof. M.sc Romário Cardoso Costa.

FLORESTAL - MINAS GERAIS – BRASIL

2013

EDUARDO APARECIDO LUCAS

**A INFLUÊNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA PRÁTICA DE
ATIVIDADE FÍSICA ENTRE OS AGENTES DE SEGURANÇA
PENITENCIARIOS DE PÁRA DE MINAS- MINAS GERAIS**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Viçosa – *Campus* Florestal, como requisito para a obtenção do título de licenciatura em Educação Física.

APROVADA: __/__/ de 2013.

Professor Romário Cardoso Costa – orientador

Professor examinador 1

Professor examinador 2

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, a minha família, aos amigos e colaboradores, ao meu orientador e a todos que de alguma forma contribuíram para o êxito deste estudo.

A todos os meus mais sinceros agradecimentos.

RESUMO

O objetivo do estudo foi investigar de forma retroativa a relação do nível de atividade física de agentes penitenciários do município de Pará de Minas/MG com as aulas de educação física vivenciadas pelos mesmos durante a fase escolar. Participaram do estudo 30 (trinta) agentes penitenciários com média de idade de 35 (trinta e cinco) anos, homens e mulheres. Os instrumentos de coleta de dados utilizados foram: Questionário Internacional de Nível de Atividade Física – IPAQ versão curta, além de uma anamnese elaborada com questões referente à fatores relacionados as aulas de educação física na fase escolar e alguns fatores socioeconômicos dos agentes penitenciários. A pesquisa é do tipo exploratória e descritiva, sendo a metodologia utilizada a qualitativa, que com frequência é descrita como uma análise temática. Os resultados do estudo apontam que os agentes penitenciários são em sua maioria classificados como ativos de acordo com o IPAQ-versão curta, no entanto, a amostra não atribui sua adesão à prática de atividades físicas às aulas de educação física, nem ao estímulo dos professores, mas sim ao incentivo dos amigos.

Palavras-chave: Nível de Atividade Física, Educação Física Escolar, Agente Penitenciário.

ABSTRACT

The Objective of the study was to investigate the relationship between physical activity level correctional officers in the city Pará de Minas with physical education classes attended by even during the school. The study included 30 (thirty) correctional officers with a mean age of 35 (thirty-five) years, men and women. The instruments used were: International Physical Activity Questionnaire - IPAQ short version, also an interview prepared with questions regarding the factors related to physical education classes during school and some socioeconomic factors correctional officers. The results of the study indicate that correctional officers are mostly classified as assets in accordance with the IPAQ-short version, however correctional officers do not associate the physical activity of today with the physical education classes at school.

Keywords: Physical Activity Level; Physical Education Scholar; Correctional Officers.

Sumário

1 INTRODUÇÃO.....	2
2 OBJETIVOS.....	3
2.1. OBJETIVO GERAL.....	3
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	3
3 REVISÃO DA LITERATURA.....	4
4 CASUÍSTICA E MÉTODOS.....	7
4.1 Tipo de Pesquisa.....	7
4.2 Amostra.....	7
4.3 Materiais e Métodos.....	7
4.3.1 Cuidados Éticos.....	7
4.3.2 Instrumentos.....	8
4.3.3 Análise Estatística.....	8
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	8
6 CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS.....	20
ANEXOS.....	23

1INTRODUÇÃO

Definimos essa investigação como uma questão relevante do contexto e que nos intriga, não existindo informações suficientes que nos leve a crer ou afirmar que as aulas de educação física escolar do ensino fundamental e médio influenciaram na adesão à prática de atividades física na vida adulta dos agentes de segurança penitenciários (ASP) de Pará de Minas (PM) - Minas Gerais (MG).

As atividades vivenciadas na infância podem influenciar nos hábitos de vida na fase adulta, os estímulos recebidos na fase iniciais de vida são essenciais para um seguimento durante a vida podendo ser de fundamental influência nas decisões referentes ao condicionamento físico do indivíduo.

Existem diversos fatores que podem influenciar um indivíduo a adotar uma vida fisicamente ativa ou sedentária, o conhecimento deste indivíduo, a cultura, suas conscientizações, seus valores, crenças, atitudes e seu ambiente são alguns dos fatores que podemos citar. Desta forma podemos dizer que é mais fácil que um adulto tenha uma vida ativa fisicamente se durante sua infância e adolescência este indivíduo tenha sido uma pessoa ativa fisicamente (MATSUDO, *et al.* 2003, p.111)

Segundo Strong, 1992, p. 124 *apud* Matsudo, *et al.* 2003, p. 111, “é melhor ajudar as crianças a desenvolverem hábitos do que alterá-los quando forem adultas”.

Justifica a realização do presente estudo, a escassez de trabalhos científicos nesta área, e a importância dos estímulos da Educação Física Escolar na séries iniciais refletindo na fase adulta contribuindo para hábitos de vida saudáveis e considerando ainda: o número de agentes penitenciários em Pará de Minas/MG e em todo o estado, que segundo a Secretaria de Estado de Defesa Social (SEDS, 2012), atualmente são mais de 15.300 (quinze mil e trezentos) agentes em todo o estado de Minas Gerais que desempenham suas funções em escalas variadas, devido ao alto grau de estresse que essas atividades proporcionam.

Em Pará de Minas/MG são 145 (cento e quarenta e cinco) Agentes de Segurança Penitenciário e, aleatoriamente, 30 destes foram convidados a participarem, voluntariamente, do presente estudo, também pela importância de atividade física como forma preventiva de doenças crônicas e degenerativas; a

influência da Educação Física Escolar no ensino fundamental e médio na vida destes profissionais e a necessidade de ações que combatam o sedentarismo; a exposição constante destes profissionais a ambientes hostis e com alto índice de estresse; a necessidade de um bom condicionamento físico no desempenho das atividades diárias de trabalho.

A prática regular de Educação Física Escolar, no período de vida estudantil, ensino fundamental e médio dos agentes penitenciário influenciou na adesão à prática de atividades físicas regulares dos atuais agentes penitenciários de Pará de Minas/MG?

Com base nestas informações fizemos um estudo retrospectivo nos agentes de segurança penitenciários de Pará de Minas (MG) buscando investigar se houve Influência da Educação Física Escolar ministrada no ensino fundamental e médio, na prática de atividades físicas na vida de 30 (trinta) agentes penitenciários de Pará de Minas/MG que compõem nossa amostra.

2 OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GERAL

Investigar se as atividades vivenciadas na Educação Física Escolar no período do ensino fundamental e médio influenciou na prática de atividades físicas de 30 (trinta) agentes penitenciários de Pará de Minas/MG

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Verificar se a vivência na Educação Física Escolar influenciou prática de atividades físicas no modo de vida de 30 (trinta) agentes de segurança penitenciários.
- Conhecer as razões que levaram os agentes penitenciários a aderirem a um programa de atividades físicas no decorrer de suas vidas, após o desligamento da escola regular.
- Constatar se a Educação Física Escolar foi fator relevante nas escolhas de práticas esportivas dos agentes de segurança pesquisados.

3 REVISÃO DA LITERATURA

O tipo de vida adotado na fase adulta pode ser decorrente das atividades físicas praticadas na infância, contribuindo assim para termos adultos sedentários ou ativos? O gosto por práticas esportivas pode ser estimulado nas séries iniciais, através de práticas saudáveis e prazerosas, que facilitam o condicionamento físico nas fases de vida seguintes?

“A criança não é uma miniatura de adulto e sua mentalidade não é só quantitativa, mas também qualitativamente diferente da do adulto, de modo que a criança não é só menor, mas também bem diferente” (WEINECK, 1991, p.246).

A criança deve ser tratada de acordo com as suas condições físicas e psicológicas, buscando sempre atividades que auxiliem no desenvolvimento integral, oferecendo praticas prazerosas que incentivem e desenvolva o gosto por atividades físicas durante e após a infância.

“A Educação Física enquanto componente curricular da Educação básica deve assumir então uma outra tarefa: introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e dança, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade da vida. A integração que possibilitará o usufruto da cultura corporal de movimento há de ser plena – é afetiva, social, cognitiva e motora. Vale dizer, é a integração de sua personalidade” (BETTI e ZULIANI, 2002, p.75).

A Educação Física Escolar deve orientar a criança em relação a importância do movimento corporal contribuindo para formação de hábitos saudáveis valorizando a práticas esportivas, danças, ginásticas como meio de melhorar e manter a saúde na infância e nas fases de vida posteriores.

A idade escolar é o melhor período para o desenvolvimento da aptidão física e para adoção de um estilo de vida mais ativo, que pode ser mantido na vida futura, além de melhorar o desempenho acadêmico (BRACCO et al, 2003; COSTA et al, 2004).

A Educação Física escolar deve ter como objetivo primordial o desenvolvimento orgânico e funcional da criança, procurando, através de atividades

físicas, melhorar a qualidade de vida da criança de uma forma geral conscientizando a criança da necessidade de uma vida fisicamente ativa não só como meio estético mas como melhoria da saúde e prevenção de doenças degenerativas comuns em indivíduos sedentários.

Segundo, Barros e Barros (1972, p.16) " as atividades de correr, saltar, arremessar, trepar, pendurar-se, equilibrar-se, levantar e transportar, puxar, empurrar, saltitar, girar, pular corda, permitem a descarga da agressividade, estimulam a auto expressão, concorrem para a manutenção da saúde, favorecem o crescimento, previnem e corrigem os defeitos de atitudes e boa postura ".

A atividades física não podem ser vistas somente como um meio de lazer da criança pois ela vai muito além disso, ela faz parte do desenvolvimento geral da criança através das atividades que as crianças praticam naturalmente.

A educação Física Escolar deve explorar este meio de forma consciente usando do lúdico, fazendo com que as crianças se sintam atraídas por estas atividades e busquem sempre a prática de atividades físicas, até mesmo depois da conclusão do período escolar.

A participação da criança em atividades desportivas tem grande importância para promover crescimento e desenvolvimento saudáveis no processo de socialização, e como oportunidades de lazer e desenvolvimento de aptidões, além de melhorar a autoestima e confiança, enquanto que a inadequação dessa prática pode levar ao estresse e distúrbios alimentares e psicológicos (BRACCO et al, 2003; MARTIN; ZUGATTO; NACIF, 2007; COSTA et al, 2004; RAYA et al, 2007; JUZWIAK; PASCHOAL, 2001).

As atividades físicas desportivas podem atuar na inclusão social, aproximando os praticantes através de eventos e difundindo a pratica de esportes através dos meios de comunicação, além do vários benefícios já conhecidos como o combate a doenças psíquicas.

A diferença de hábitos de vida entre regiões não pode ser vista como barreira e discriminação na formação de cidadãos fisicamente ativos e cabe a Educação Física Escolar trabalhar estas diferenças, sendo assim é melhor ajudar as crianças a desenvolverem hábitos do que alterá-los quando forem adultas (STRONG, 1992. p.124).

Devido a miscigenação e a grande extensão territorial do nosso país o professor de Educação Física se vê obrigado a trabalhar com diversos hábitos culturais, que não podem ser vistos como limites para a efetivação de um trabalho que contribua para o bem estar social. A busca por soluções para esta questão deve levar em consideração os hábitos regionais mas sem esquecer da riqueza cultural que o país oferece que também devem ser trabalhadas mesmo que de forma superficial.

Uma infância com hábitos saudáveis contribui na formação de adultos saudáveis comportamentos estabelecidos durante a infância (LIPP *et al.* 2006, p. 517).

Um adulto fisicamente ativo é fruto de uma infância com bons estímulos que proporcionem uma consciência sobre a importância de se manter ativo, construindo gradativamente um ideal de vida baseado na importância de hábitos de vida saudáveis, estes estímulos devem partir dos pais e professores.

A Educação física Escolar deve despertar na criança o gosto pela praticas esportiva e aprimorar os conhecimentos acerca de esportes, danças e atividades que auxiliem na manutenção da saúde.

De acordo com a LDB 9.394/96 a educação física possui as seguintes finalidades específicas: consolidar e aprofundar os conhecimentos adquiridos no ensino fundamental; possibilitar o prosseguimento dos estudos; preparar para o trabalho e cidadania desenvolver habilidades como continuar a aprender, capacidade de se adaptar com flexibilidade a novas condições de ocupação e aperfeiçoamento; aprimorar o educando como ser humano, incluindo a formação ética e o desenvolvimento da autonomia intelectual e do pensamento crítico; e compreender os fundamentos científico-tecnológicos dos processos produtivos, relacionando teoria e prática.

Tomando por base esta lei constatamos que a educação física não pode ficar pressa somente na escola, ela tem que estar presente na vida do alunos após o termino do estudos de forma agradável e contribuindo não só na pratica de atividades físicas mas também na formação e desenvolvimento da personalidade desde cidadão colaborando de forma expressiva na construção de uma sociedade fisicamente ativa e saudável.

4 CASUÍSTICA E MÉTODOS

4.1 Tipo de Pesquisa

Silva e Menezes (2005, p.20), referindo-se à pesquisa qualitativa, sob o ponto de vista da forma de abordagem do problema, consideram que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, ou seja, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito que não pode ser traduzido em números, sendo esse ambiente natural a fonte direta de coleta de dados e o pesquisador o instrumento-chave.

Portanto, essa pesquisa é de natureza qualitativa, pois o primordial é “o espírito, a ideia, o pensamento, a consciência” (TRIVIÑOS, 1987, p.17-18).

4.2 Amostra

A amostra inicial foi composta por 31 agentes penitenciários da Penitenciária Dr. Pio Canedo - Pará de Minas/MG com média de idade de 35 anos, um indivíduo foi excluído da amostra seguindo o critério de exclusão de não ter assistido aulas de educação física na fase escolar. A amostra foi composta por 26 indivíduos do gênero masculino e 4 do gênero feminino totalizando 30 indivíduos.

4.3 Materiais e Métodos

4.3.1 Cuidados Éticos

Foi enviada à diretora da penitenciária uma carta solicitando a permissão da mesma para que pudéssemos realizar o estudo na penitenciária, explicando os métodos e motivos da pesquisa, (ANEXO I).

Foram esclarecidos os objetivos e métodos da pesquisa à todos os voluntários, que por sua vez, receberam e assinarão um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE, (ANEXO II), que é uma obrigatoriedade do Conselho Nacional de Saúde, resolução nº 196/96, sobre pesquisa envolvendo seres humanos, baseadas na declaração de Helsinque (1964 e resoluções posteriores).

4.3.2 Instrumentos

Bloco para anotação; caneta esferográfica na cor azul/preta; questionário IPAQ - versão curta, (ANEXO III); anamnese, (ANEXO IV).

4.3.3 Análise Estatística.

Por se tratar de uma análise de seres humanos e de uma pesquisa na área social, utilizamos a metodologia qualitativa, sendo com frequência descrita como uma análise temática e, às vezes, como uma análise de discurso e foi apresentada na análise e interpretação dos resultados com as citações integradas ao texto, ilustrando categorias em particular.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nos resultados do Questionário Internacional de Nível de Atividade Física – IPAQ – Versão Curta, de uma amostra de 30 indivíduos, 7 indivíduos foram classificados como Muito Ativos, representando 2,1 %; 18 indivíduos classificados como Ativos, representando 5,4%; 4 indivíduos classificados como Irregularmente Ativos, representando 1,2 %; e 1 indivíduo classificado como Inativo, representando 0,3%. Tais resultados mostram que a grande maioria dos entrevistados, 25 indivíduos, representando 83,33%, são bastante ativos.

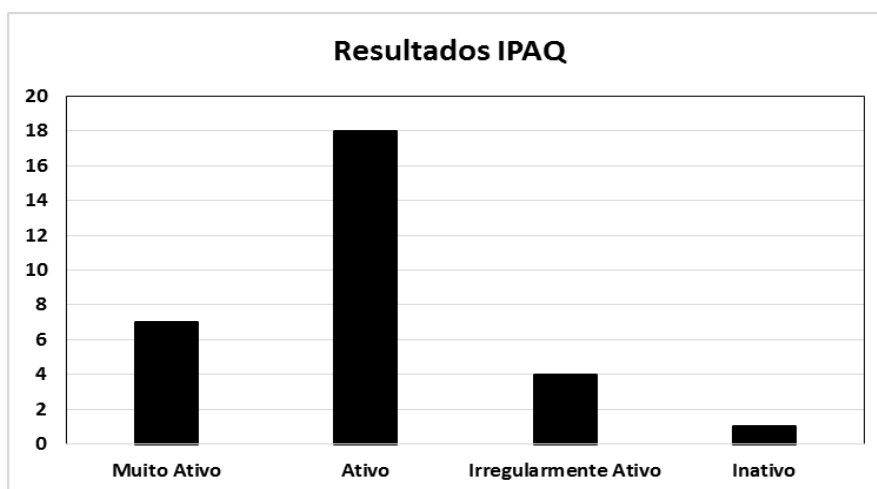


Gráfico 01 – Resultados do Questionário Internacional de Atividade Física

Resultados da Anamnese:

Questão 01 – Qual a renda mensal da sua família?

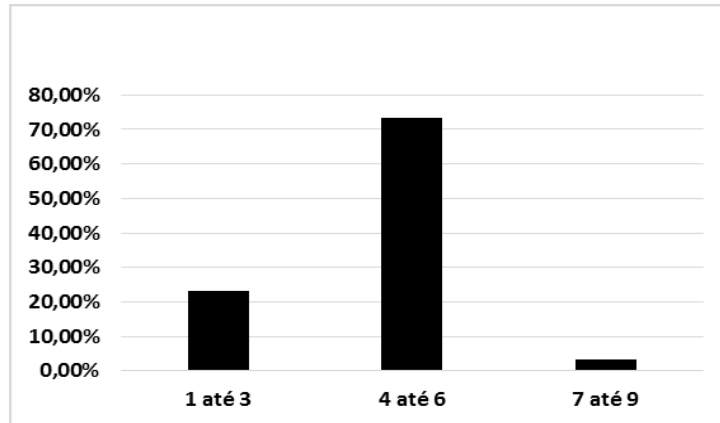


Gráfico 02 – Renda mensal da família.

Na questão sobre a renda familiar encontramos que 7 indivíduos que representam 23,333% da amostra tem uma renda familiar mensal que equivale de 1 até 3 salários mínimos; 22 indivíduos representando 73,333% com uma renda que equivale de 4 até 6 salários mínimos; e 1 indivíduo representando 3,333% com uma renda entre 7 e 9 salários mínimos. Portanto, 76,66% da amostra possuem uma razoável renda mensal, o que lhes permite acesso ao lazer. Confrontando com os resultados obtidos no IPAQ, pode-se inferir que quanto maior a renda maiores as oportunidades para a prática de atividades físicas.

Questão 02 – Qual o grau de ensino de sua mãe?

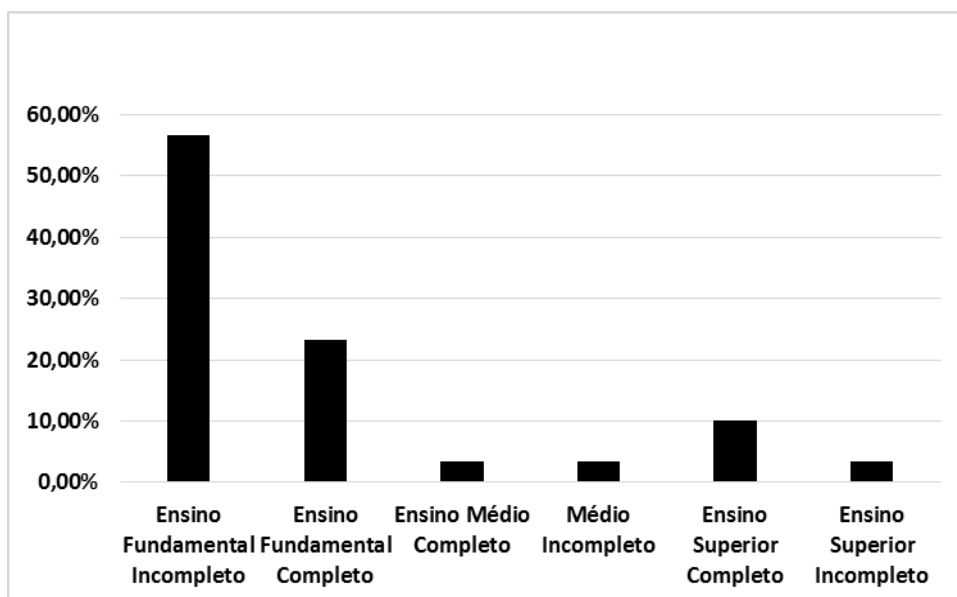


Gráfico 03 – Grau de Ensino da Mãe

Nesta questão sobre o grau de ensino das mães 17 indivíduos que representam 56,666% responderam que sua mãe tem ensino fundamental incompleto, 7 que representam 23,333% da amostra disseram ensino fundamental completo, 1 indivíduo que representa 3,333% da amostra respondeu ensino médio completo, 1 indivíduo que representa 3,333% da amostra disse ensino médio incompleto, 3 indivíduos que representam 10% da amostra responderam ensino superior e 1 indivíduo que representa 3,333% da amostra respondeu ensino superior incompleto.

Questão 03 – Qual o grau de ensino de seu pai?

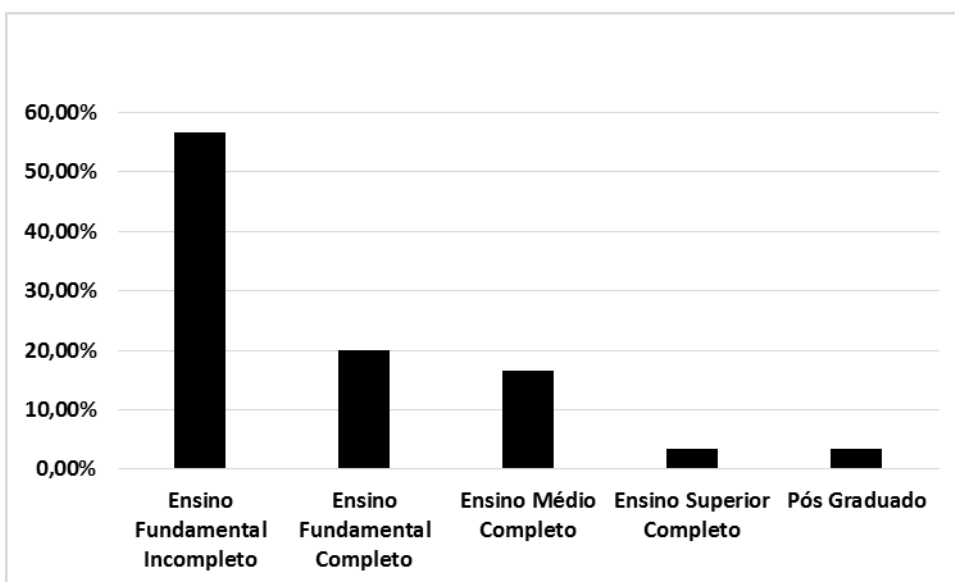


Gráfico 04 – Grau de Ensino dos pais.

Na questão sobre o grau de ensino dos pais 6 indivíduos que representam 20% da amostra responderam ensino fundamental completo, 17 indivíduos que representam 56,666% da amostra responderam ensino fundamental incompleto, 5 indivíduos que representam 16,666% da amostra responderam ensino médio completo, 1 indivíduo que representa 3,333% da amostra respondeu ensino superior e 1 indivíduo respondeu 3,333% da amostra respondeu pós graduado. O grau de ensino de pais e mães é muito semelhante, porém há uma diferença a favor dos pais

no ensino médio completo, enquanto no ensino superior completo há uma prevalência das mães.

Questão 04 – Qual o seu grau de ensino?

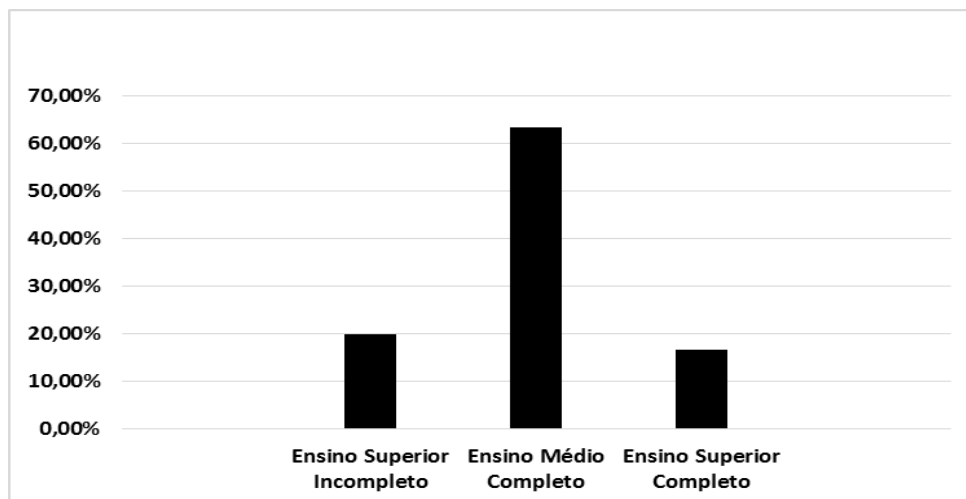


Gráfico 05 – Grau de ensino

Sobre o grau de ensino 19 dos indivíduos que representam 63,333% da amostra responderam ensino médio, 5 indivíduos que representam 16,666% da amostra responderam ensino superior completo e 6 indivíduos que representam 20% da amostra responderam ensino superior incompleto. Representam, portanto, um bom nível cultural com 36,66% formados e cursando ensino superior, enquanto o restante 63,333% estão aptos a prosseguir seus estudos.

Questão 05 – Você cursou o ensino fundamental na rede publica ou privada?

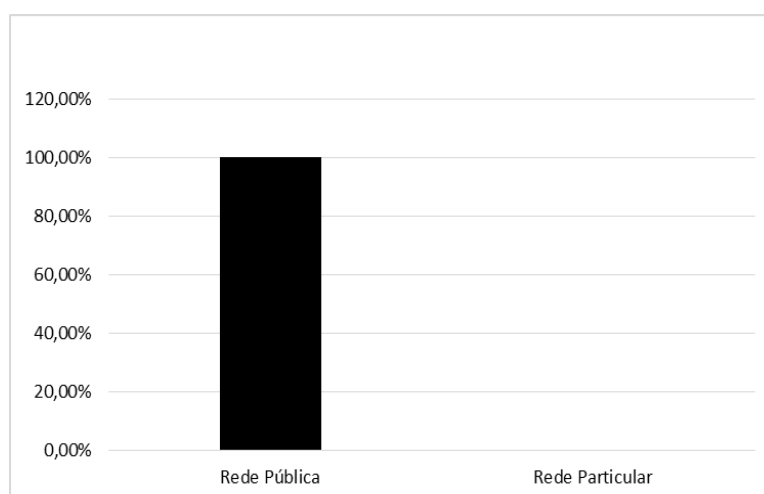


Gráfico 06 – Tipo de instituição que cursou o ensino fundamental

Nesta questão todos os 30 indivíduos correspondentes a 100% da amostra responderam na rede pública.

Questão 06 – Você cursou o ensino médio na rede pública ou privada?

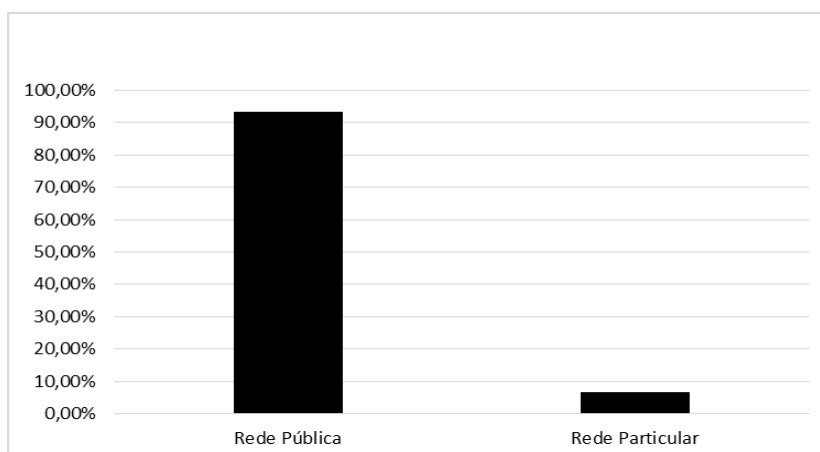


Gráfico 07 – Tipo de instituição que cursou o ensino fundamental

Nesta questão 28 indivíduos que representam 93,333% da amostra responderam na rede pública e 2 indivíduos que representam 6,666% da amostra responderam na rede particular. A maioria é egressa da rede pública, sendo aproximadamente 30% concluintes e em andamento com curso superior e o restante preparado para o acesso ao 3º grau.

Questão 07 – Quando cursou o ensino fundamental você frequentava as aulas de Educação Física?

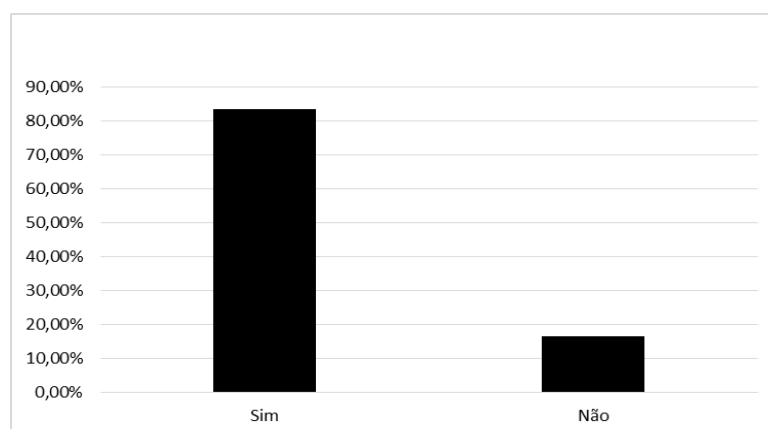


Gráfico 08 – No ensino fundamental frequentou as aulas de Educação Física

Nesta questão 25 indivíduos que representam 83,333% da amostra responderam que sim e 5 indivíduos que representam 16,666% da amostra responderam que não.

Questão 08 - Quando cursou o ensino médio você frequentava as aulas de Educação Física?

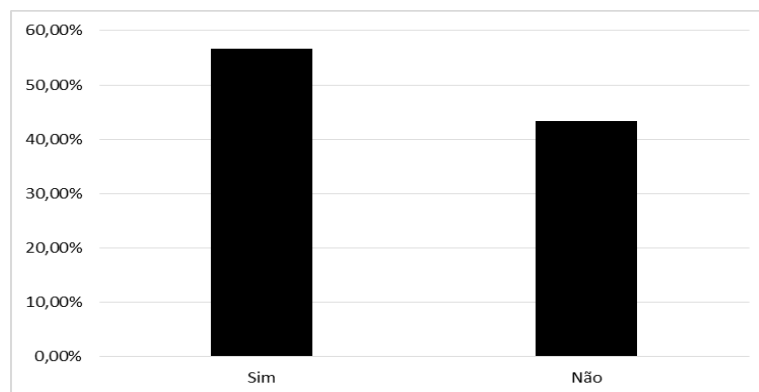


Gráfico 09 – No ensino médio frequentou as aulas de Educação Física

Nesta questão 17 indivíduos que representam 56,666% da amostra responderam que sim e 13 indivíduos que representam 43,333% disseram que não. 83,333% da amostra frequentaram as aulas de Educação Física no ensino fundamental e 56,666% no ensino médio, representando uma queda de 26,667% da amostra frequente. Os não frequentes dos dois níveis de ensino representam 59,999% o que mostra que mais da metade do total dos frequentes nos dois níveis de ensino abandonaram as aulas de Educação Física por alguma razão não explicada.

Questão 09 – Como você classifica suas aulas de educação física?

No ensino Fundamental:

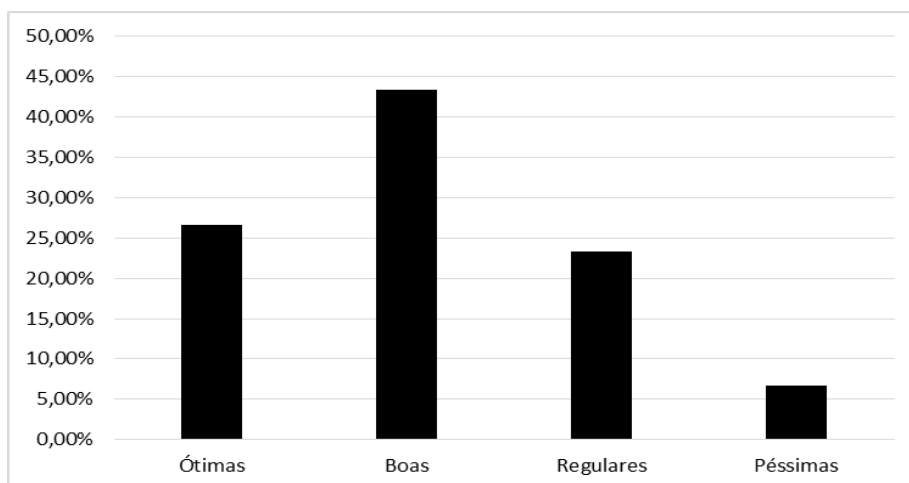


Gráfico 10 – Avaliação das Aulas de Educação Física no Ensino Fundamental

No ensino fundamental: 8 indivíduos que representam 26,666% da amostra disseram ótimas, 13 indivíduos que representam 43,333% da amostra disseram boas, 7 indivíduos que representam 23,333% da amostra responderam regulares e 2 indivíduos que representam 6,666% disseram péssimas. 69,999% consideram as aulas de Educação Física no ensino fundamental como aulas boas e ótimas, o que é confirmado pela boa frequência às aulas com 83,333% da amostra.

No Ensino Médio:

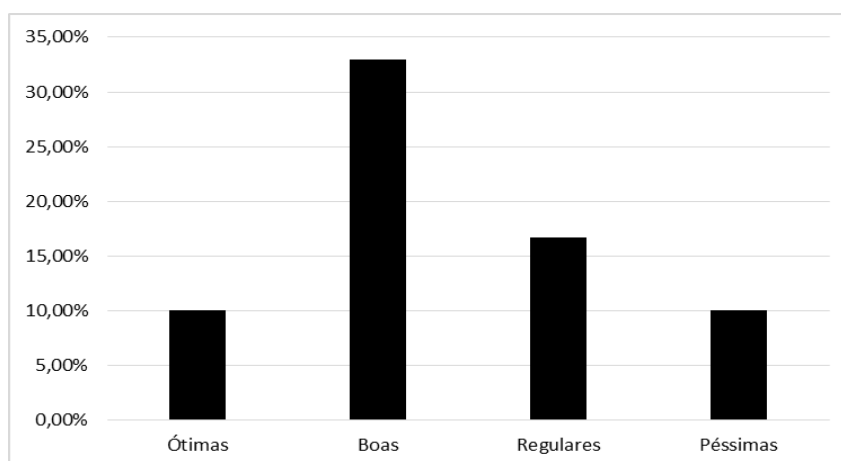


Gráfico 11 – Avaliação das aulas de educação física no ensino médio

No ensino médio: 3 indivíduos que representam 10% da amostra responderam ótimas, 10 indivíduos que representam 33,333% da amostra responderam boas, 5 indivíduos que representam 16,666% da amostra responderam regulares e 3 indivíduos que representam 10% da amostra responderam péssimas. 43,333% da amostra consideram as aulas de Educação Física no ensino médio como aulas boas e ótimas, o que aproxima da frequência às aulas, no mesmo nível, com 56% da amostra. Verifica-se uma queda representativa em relação ao ensino fundamental que tem uma boa frequência às aulas (83,333%) e 69,999% da amostra consideram as aulas boas e ótimas.

Questão 10 – O seu professor de Educação Física o estimulava a praticar atividades físicas fora das aulas do colégio?

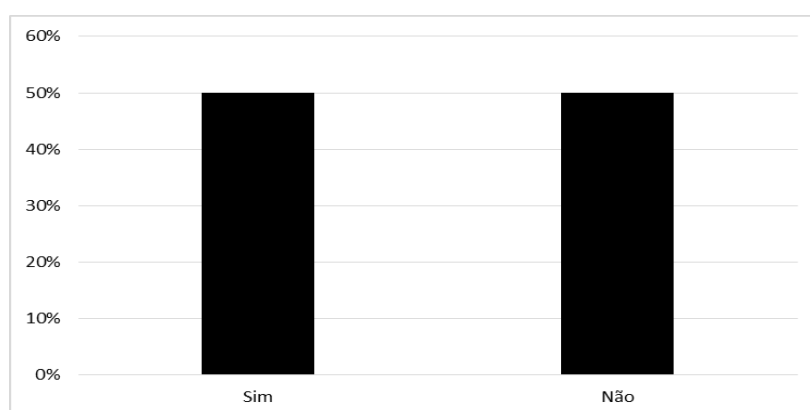


Gráfico 12 – Estímulo do professor de Educação Física à prática de atividade física

Nesta questão 15 indivíduos que representam 50% da amostra responderam não e 15 indivíduos que representam 50% da amostra responderam que sim.

Questão 11- Quando fazia as aulas de Educação Física via importância em participar efetivamente delas?

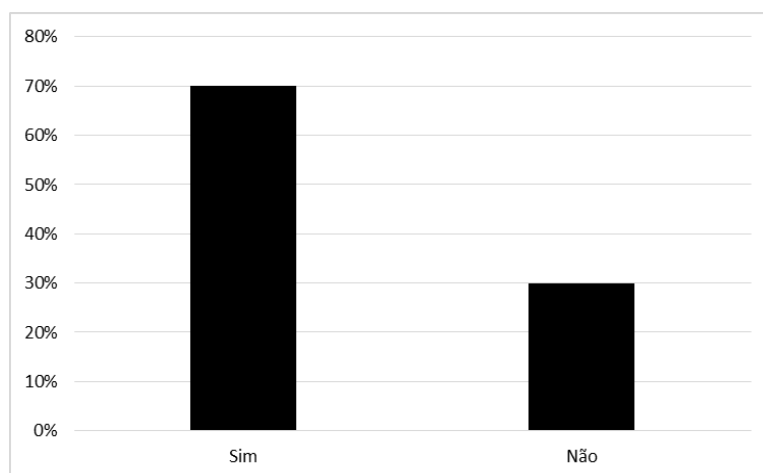


Gráfico 13 – Importância em participar nas aulas de educação física

Nesta questão 21 indivíduos que representam 70% da amostra responderam sim e 9 indivíduos que representam 30% da amostra responderam que não.

Questão 12 – Se hoje é um praticante de atividades físicas, a quem você credita essa escolha?

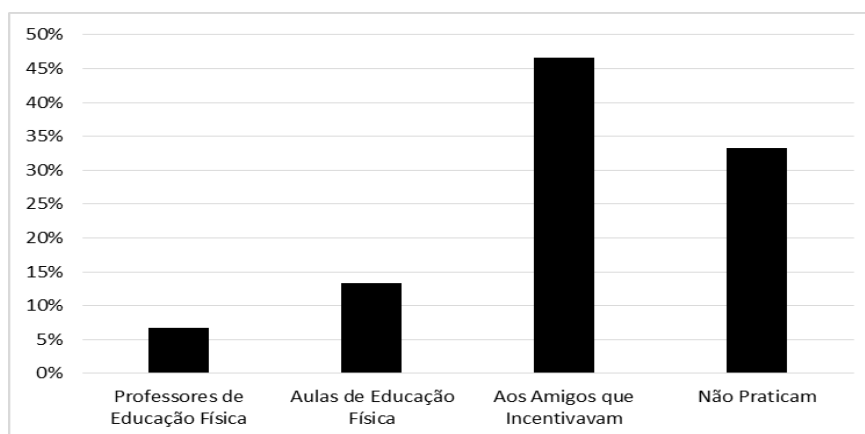


Gráfico 14– Fator que determinou ser um indivíduo fisicamente ativo

Nesta questão 2 entre os indivíduos que representam 6,666% da amostra disseram ao professor de Educação Física, 4 indivíduos que representam 13,333% da amostra responderam as aulas de Educação Física, 14 indivíduos que representam 46,666% da amostra responderam aos amigos, 10 indivíduos que representam 33,333% da amostra responderam que não praticam atividades físicas.

Apesar de 50% de a amostra afirmar que o professor de Educação Física os estimulava a praticar atividades físicas fora da escola e 70% da amostra declarar que via importância em fazer as aulas de Educação Física, apenas 6,666% creditam ao professor o estímulo a estarem hoje ainda praticando atividades físicas e 13,333% às aulas de Educação Física.

Ainda assim, 33,333% da amostra, responderam que não são adeptos à prática de atividades físicas, denunciando a renúncia a qualquer estímulo. Porém, 46% da amostra afirmam que praticam atividades físicas graças ao incentivo dos amigos, afastando, portanto, a influência das aulas e do professor na sua escolha no combate ao sedentarismo.

Os resultados sobre o nível de atividade física mostram que a amostra deste estudo encontra-se em sua maioria num nível de atividade física classificada como ativa. Outro estudo envolvendo um grupo de estudantes universitários desenvolvido por Silva *et al.* (2007, p.41), buscando identificar o nível de atividade física destes universitários através do IPAQ encontrou uma amostra classificada como ativa assim como este estudo, no entanto, com uma amostra com média de idade inferior.

Zanchetta *et al.* (2010, p.391) realizou um estudo que verificou que entre indivíduos de 18 a 59 anos existia uma relação entre o grau de escolaridade e o nível de atividade física, os resultados dos autores mostram que quanto maior o grau de ensino ou escolaridade, maior é o nível de atividade física desses indivíduos. Nossos resultados apontam que a amostra estudada tem em seu grau de escolaridade mínimo o ensino médio completo, existindo dentro da amostra até mesmo indivíduos com ensino superior completo, esse grau de escolaridade pode ter influenciado no nível de atividade física dos indivíduos.

Os achados mostram que na população de agentes penitenciários estudada, a maioria dos indivíduos está classificada como ativos ou muito ativos segundo o IPAQ, com uma média de idade de 35 anos. Isso contradiz o que Vargas *et al.* (2013, p.36) encontrou em seu estudo realizado com trabalhadores do setor metalomecânico no município de Ponta Grossa no estado do Paraná, onde seus dados apontam que indivíduos que tem acima de 30 anos tendem a ser inativos fisicamente, segundo a classificação do IPAQ.

Em um estudo que visava relacionar os fatores associados à prática de atividade física por inquérito telefônico realizado na cidade de Goiânia, Cunha *et al.* (2008, p.500) encontraram uma relação entre a idade e a prática de atividade física que indicava que os indivíduos mais novos tendem a ser mais ativos que indivíduos mais velhos, nossos achados mostram que indivíduos com idade média de 35 anos mantêm um nível de atividade física classificado como ativo ou até mesmo muito ativo em sua maioria.

Outro achado relevante no estudo de Cunha *et al.* (2008, p.500) foi o nível de escolaridade que mostrava ter uma relação com a prática de atividade física. Os resultados deste estudo se assemelham aos do estudo realizado por Cunha *et al.* (2008, p.500) uma vez que os indivíduos desta amostra têm um nível de escolaridade de ensino médio à superior. Entretanto, Sávio *et al.* (2008, p.460) encontrou em seu estudo que quanto maior a escolaridade do indivíduo maior é a chance deste indivíduo ser um sedentário, o que contradiz Cunha *et al.* (2008, p.500) e os achados deste estudo.

Em seus achados Salles-Costa *et al.* (2003, p.328) encontraram uma relação diretamente proporcional entre a renda familiar e a prática de atividade física, a maioria dos indivíduos da nossa amostra apresentou uma renda de salarial de 4 a 6 salários mínimos, o que pode ter influenciado no nível de atividade física encontrado segundo o IPAQ nesses indivíduos. No entanto Sávio *et al.* (2008, p.460) sugere que quanto maior a renda de um indivíduo, maior é a probabilidade deste indivíduo se tornar uma pessoa sedentária, o que também contradiz os achados de Salles-Costa *et al.* e deste estudo.

Um estudo realizado por Alves *et al.* (2005, p.293) relacionando a prática de atividade física na infância e adolescência com a prática de atividade física na vida adulta, mostrou que os indivíduos tendem a se tornarem mais sedentários de acordo com o aumento da idade. Também foi encontrado que indivíduos que costumavam ser ativos fisicamente na infância e adolescência tem maior probabilidade de se tornarem adultos ativos fisicamente.

Os dados deste estudo mostram que os agentes penitenciários estudados participavam das aulas de educação física nos ensino fundamental e médio. Desta forma eles praticavam atividade física na sua infância e adolescência, o que pode

estar associado aos resultados encontrados pelo IPAQ que os classifica como adultos fisicamente ativos. Porém, não foi encontrado na literatura estudos que avaliam o nível de atividade física em agentes penitenciários.

6 CONCLUSÃO

Conclui-se que baseados nos dados coletados e, que apesar da maioria dos Agentes Penitenciários serem classificados como ativos fisicamente, segundo o IPAQ, e todos que compõem a amostra terem participado de aulas de Educação Física Escolar, na sua maioria não atribuem sua atual condição física a essas aulas e nem tão pouco à influência do professor de Educação Física.

Diante deste achado confirma-se a seguinte Hipótese inicial H_0 - A educação física escolar não contribuiu para a prática de atividades físicas na vida adulta dos agentes penitenciários de Pará de Minas – MG.

Embora este estudo comprove que a Educação Física Escolar não influenciou na prática de atividade física dos Agentes Penitenciários que fizeram parte do presente estudo, é necessário novos estudos para fortalecer nossos achados.

REFERÊNCIAS

ALVES, J. G. B.; MONTENEGRO, F. M. U.; OLIVEIRA, F. A.; ALVES, R. V. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Rio de Janeiro, RJ, v.11, n. 5, p. 291-294, 2005.

BARROS, D.; BARROS, D. **Educação Física na escola primária**. 4ª ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 1972.

BETTI, M.; ZULIANI, L. R. Educação Física Escolar: Uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 1, n. 1, p.73-81, 2002.

BRACCO, M. M.; CARVALHO, K. M. B.; BOTTONI, A.; NIMER, M.; GAGLIANNONE, C. P.; TADDEI, J. A. A. C.; SIGULEM, D. M. Atividade Física na infância e adolescência: impacto na saúde pública. **Revista de Ciências Médicas**, Campinas, SP, v. 12, n. 1, p. 89-97, jan./mar.,2007.

BRASIL, DISTRITO FEDERAL, BRASÍLIA, Estabelece a as diretrizes e Bases da educação nacional, **Lei de Diretrizes de Bases**, nº 9.394/96, 20 de dezembro de 1996.

COSTA, A. G. V.; CABRINI, D.; MAGALHÃES, R. D.; JUNQUEIRA, T. S.; FRANCESCHINI, S. C. C.; PRIORE, S. E. Aplicação de jogo educativo para a promoção da educação nutricional de crianças e adolescentes. **Revista Nutrição Brasil**, São Paulo, v. 3, n. 4, p. 205 - 209, 2004.

SALLES-COSTA, R.; HEILBORN, M. L.; WERNECK, G. L.; FAESTEIN, E.; LOPES, C. S. Gênero e prática de atividade física de lazer. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, RJ, v. 19, n. 2, p. 325-333, 2003.

CUNHA, I. C.; PEIXOTO, M. R. G.; JARDIM, P. C. B. V.; ALEXANDRE, V. B. Fatores associados à prática de atividade física na população adulta de Goiânia: monitoramento por meio de entrevistas telefônicas. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, SP, v. 11, n. 3, p. 495-504, 2008.

JUZWIAK, C. R.; PASCHOAL, V. Nutrição para crianças fisicamente ativas. **Nutrição Saúde e Performance**. v.11, n.1, p. 32 – 37, jun./jul., 2001.

LIPP, M. E.; SARAIVA, J. F. K.; AFIUNE NETO, A.; RIVERA, I. R.; SILVA, M. A. M. Aspectos Psicológicos na prevenção da aterosclerose na infância e na adolescência. **Revista de Ciência Médicas**, Campinas, SP, v. 15, n. 6, p. 515-524, nov./dez., 2006.

MATSUDO, V. K. R.; ANDRADE, D. R.; MATSUDO, S. M. M.; ARAÚJO, T. L.; ANDRADE, E.; OLIVEIRA, L. C.; BRAGGION, G.; RIBEIRO, M.A. “Construindo” saúde por meio da atividade física em escolares. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v.11, n.4, p. 111-118, out./dez., 2003.

MARTIN, M.; ZUGATTO, G.; NACIF, M. Perfil Alimentar de crianças praticantes de atividade física de um clube em São Paulo (SP). **Revista Nutrição Profissional**, São Paulo, SP, v. 13, n. 1, p. 50-52, 2007.

PINTO, Alice Regina et al. **Manual de normalização de trabalhos acadêmicos**. Viçosa, MG, 2010. 88 p. Disponível em:<<http://www.bbt.ufv.br/>>. Acesso em: 22 de julho de 2013.

RAYA, M. A. C.; PRIETO, M. A.; VIEBIG, R. F.; NACIF, M. A. L. Recomendações nutricionais para crianças praticantes de atividade física. **Efdeportes**. Buenos Aires, Argentina, v. 12, n. 110, 2007. Disponível em:<<http://www.efdeportes.com/efd110/recomendacoes-nutricionais-para-criancas-praticantes-de-atividade-fisica.htm>>. Acesso em: 18 jul, 2013.

SÁVIO, K. E. O.; COSTA, T. H. M.; SCHMITZ, B. A. S.; SILVA, E. F. Sexo, renda e escolaridade associados ao nível de atividade física de trabalhadores. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, SP, v. 42, n. 3, p. 457-463, 2008.

SILVA, E. L. & MENEZES, E. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 3. ed. rev. atual. Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da UFSC, 121p. 2005.

SILVA, G.S.F.; BERGAMASCHINE, R.; ROSA, M.; MELO, M.; MIRANDA, R.; BARA FILHO, M. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Rio de Janeiro, RJ, v. 13, n. 1, p. 39-42, Jan/Fev, 2007.

STRONG, WB et al. Integrated cardiovascular health promotion in childhood. **Circulation**. v. 85, n. 4, p. 1638 – 1650, 1992. *Apud* MATSUDO, V. K. R.; ANDRADE, D. R.; MATSUDO, S. M. M.; ARAÚJO, T. L.; ANDRADE, E.; OLIVEIRA, L. C.; BRAGGION, G.; RIBEIRO, M.A. “Construindo” saúde por meio da atividade física em escolares. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v.11, n.4, p. 111-118, out./dez., 2003.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução a pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

VARGAS, L. M.; PILATTI, L. A.; GUTIERREZ, G. L. Inatividade física e fatores associados: um estudo com trabalhadores do setor metalomecânico do município de Ponta Grossa – PR. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, SC V.18, n.1, p. 31-42,

WEINECK, **Biologia do Esporte**. São Paulo. Manole. 1991.

ZANCHETTAI, L. M.; BARROS, M. B. A.; CÉSAR, C.L.G.; CARANDINA, L.; GOLDBAUM, M.; ALVES, M.C.G.P. Inatividade física e fatores associados em adultos, São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, SP, v.13, n.3, p. 387-399, jan., 2010.

ANEXOS

Anexo I: Carta de solicitação de pesquisa encaminhada à diretora geral do complexo penitenciário.

Pará de Minas (MG), 26 de setembro de 2013

Ilma. Sr.^a:

Sara Simões Pires

Diretora Geral do Complexo Penitenciário Dr. Pio Soares Canedo - Pará de Minas/MG.

Senhora Diretora.

Meu nome é Eduardo Aparecido Lucas, Agente de Segurança Penitenciário dessa unidade e estudante do sétimo período do Curso de Educação Física da Universidade Federal de Viçosa/*Campus* Florestal - MG. Para a conclusão do curso mencionado em dezembro do corrente ano, um dos requisitos parciais é a realização de um trabalho monográfico ou normalmente como é conhecido, um trabalho de Conclusão de Curso (TCC).

Um dos desafios da formação em Educação Física é desenvolver as competências técnicas para o planejamento, execução e avaliação das atividades na área de Educação Física, dirigidas a população em geral, como a Educação Infantil, o Ensino Médio, à educação de jovens e adultos, profissional e tecnológica, a educação especial e a todos órgãos públicos onde há necessidade da intervenção preventiva da atividade física para prevenção de doenças.

Na literatura especializada estresse e sedentarismo já são considerados uma epidemia nos dias atuais. Trata-se de um comportamento induzido por hábitos da vida moderna (escadas rolantes, computador, controle remoto, correria do dia a dia, falta de tempo e outros), com a tendência cada vez maior de substituição das atividades que demandam gasto energético por facilidades automatizadas: o ser

humano vem fazendo menor esforço e reduzindo o consumo energético de seu corpo.

Infelizmente, o Agente de Segurança Penitenciário não foge a este triste paradigma moderno e tem em sua maioria se tornado vítima do sedentarismo e dos efeitos do estresse ocupacional, devido a exposição constante a lugares hostis e insalubres. Assim, após várias discussões com meu orientador, aventamos a possibilidade de desenvolver um estudo retrospectivo com os Agentes de Segurança Penitenciários lotados no Complexo Penitenciário Dr. Pio Soares Canedo - Pará de Minas/MG.

Na formulação do estudo pensamos:

- A prática da Educação Física Escolar, no período de vida estudantil, influenciou na adesão da prática de atividade física regular dos atuais agentes penitenciários de Pará de Minas/MG?

Portanto, a importância deste estudo é investigar a possível influência da prática da Educação Física Escolar, na rotina de atividades físicas dos agentes penitenciários de Pará de Minas - MG.

Não há estudos em quantidade e qualidade sobre o assunto na literatura o que justifica e fomenta ainda mais a realização deste estudo. Estamos certos que ao fazermos este presente estudo, estaremos dando mais um passo na busca e produção de novos conhecimentos advindos da pesquisa científica, visando o aperfeiçoamento permanente da sociedade.

Para quaisquer esclarecimentos que se façam necessários em relação a este estudo, favor entrar em contato com meu orientador e Prof. Romário Cardoso Costa, telefone 31-3536-3343 setor de Educação Física/UFV- e-mail: romariocosta@gmail.com

No aguardo de um pronunciamento, renovo protestos de elevada estima e consideração.

Atenciosamente,

Eduardo Aparecido Lucas

Agente de Segurança Penitenciário

Aluno do 6º período do Curso de Educação Física
Universidade Federal De Viçosa/Campus Florestal

Anexo II: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado (a) para participar do estudo sobre a influência da Educação Física Escolar na prática de atividade física entre os agentes de segurança penitenciários de Pará de Minas- Minas Gerais, sua participação não é obrigatória. Você também poderá desistir de participar a qualquer momento e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição **Universidade Federal de Viçosa**.

Este estudo tem como objetivo investigar a influência ou não da prática da Educação Física Escolar, na rotina de atividades físicas da amostra de agentes penitenciários de Pará de Minas - MG. Sua participação neste estudo consistirá em responder um questionário auto aplicável IPAQ (Questionário Internacional De Atividade Física) com questões fechadas juntamente com um questionário com questões abertas. Não há nenhum risco relacionado à sua participação.

As informações obtidas através dessa pesquisa poderão ser divulgadas em encontros científicos como congressos, ou em revistas científicas, mas não possibilitarão a sua identificação. Desta forma garantimos o sigilo sobre sua participação não divulgando nome, endereços da instituição em que está lotado ou pessoal, ou qualquer outro meio que possa vir a identificá-lo(a). Você receberá uma cópia deste termo onde constam o telefone e o endereço do orientador do estudo, podendo tirar suas dúvidas sobre o estudo e sua participação, agora ou a qualquer momento. Orientador: Professor Romário Cardoso Costa - Tel.: 31-3536-3343 Setor de Educação Física/UFV – E-mail: romariocosta@gmail.com

Anexo III: Questionário de Nível de Atividade Física - IPAQ

QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA – VERSÃO CURTA

Nome: _____

Data: ____ / ____ / ____ Idade: ____ Sexo: F () M ()

As perguntas estão relacionadas ao tempo que você gasta fazendo atividade física na **ÚLTIMA** semana. As perguntas incluem as atividades que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. Suas respostas são **MUITO** importantes. Por favor, responda cada questão mesmo que considere que não seja ativo. Obrigado pela sua participação! Para responder as questões lembre-se que:

- Atividades físicas **VIGOROSAS** são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar **MUITO** mais forte que o normal
- Atividades físicas **MODERADAS** são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar **UM POUCO** mais forte que o normal

Para responder as perguntas pense somente nas atividades que você realiza **por pelo menos 10 minutos contínuos** de cada vez.

1ª) Em quantos dias da última semana você **CAMINHOU** por pelo menos 10 minutos contínuos em casa ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

Dias ____ por **SEMANA** () Nenhum

1b) Nos dias em que você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou caminhando **por dia**?

Horas: _____ Minutos: _____

2a- Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **MODERADAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo, pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que fez aumentar **moderadamente** sua respiração ou batimentos do coração **(POR FAVOR NÃO INCLUA CAMINHADA)**

Dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

2b)- Nos dias em que você fez essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia?**

Horas: _____ Minutos: _____

3a)- Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **VIGOROSAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou cavoucar no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que fez aumentar **MUITO** sua respiração ou batimentos do coração.

Dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

3b)- Nos dias em que você fez essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia?**

Horas: _____ Minutos: _____

Estas últimas questões são sobre o tempo que você permanece sentado todo dia, no trabalho, na escola ou faculdade, em casa e durante seu tempo livre. Isto inclui o tempo sentado estudando, sentado enquanto descansa, fazendo lição de casa visitando um amigo, lendo, sentado ou deitado assistindo TV. Não inclua o tempo gasto sentado durante o transporte em ônibus, trem, metrô ou carro.

4a)- Quanto tempo no total você gasta sentado durante um **dia de semana?**

_____horas ____minutos

4b. Quanto tempo no total você gasta sentado durante em um **dia de final de semana?**

_____horas ____minutos.

Anexo IV: Anamnese

Nome: _____ Idade: _____

Gênero: () Masculino () Feminino Data de
nascimento: __/__/____

1) Qual a renda mensal da sua família?

- () De 1 a 3 Salários mínimo.
- () De 4 a 6 salários mínimos.
- () De 7 a 9 salários mínimos.
- () De 10 a 12 salários mínimos.

2) Qual o grau de ensino de sua mãe?

- () Ensino fundamental Completo
- () Ensino fundamental incompleto
- () Ensino Médio completo
- () Ensino Médio incompleto
- () Ensino Superior
- () Ensino Superior incompleto.
- () Pós-graduado: _____

3) Qual o grau de ensino de seu Pai?

- () Ensino fundamental Completo
- () Ensino fundamental incompleto
- () Ensino Médio completo
- () Ensino Médio incompleto
- () Ensino Superior
- () Ensino Superior incompleto.
- () Pós-graduado: _____

4) Qual o seu grau de ensino?

- Ensino fundamental Completo
 Ensino fundamental incompleto
 Ensino Médio completo
 Ensino Médio incompleto
 Ensino Superior
 Ensino superior incompleto
 Pós-graduado: _____

5) Você cursou o ensino fundamental:

- Rede pública Rede particular

6) Você cursou o ensino médio:

- Rede pública Rede particular

7) Quando cursou o ensino fundamental você frequentava aulas de Educação Física?

- Sim Não

Porque?

8) Quando cursou o ensino médio você frequentava aulas de Educação Física?

- Sim Não

Porque?

9) Como você classifica as suas aulas de Educação Física?

Ensino fundamental: ótimas Boas Regulares Péssimas

Ensino médio: ótimas Boas Regulares Péssimas

10) O seu professor de Educação Física o estimulava a praticar atividades físicas fora das aulas do colégio?

- Sim Não

9) Quando fazia as aulas de Educação Física via importância em participar efetivamente delas?

() Sim () Não

Porque?

10) Se hoje é um praticante de atividades físicas, a quem você credita essa escolha?

() aos seus professores de Educação Física.

() às suas aulas de Educação Física.

() aos amigos que o incentivaram.

Porque?

11) Deixe abaixo registrado:

O que não lhe foi perguntado sobre suas aulas de Educação Física, mas que gostaria de deixar registrado!

O que não lhe foi perguntado sobre as razões que o levou a ser um praticante de atividades físicas após sua vida estudantil, mas gostaria de deixar registrado?

Anexo IV: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado (a) para participar do estudo sobre a influência da Educação Física Escolar na prática de atividade física entre os agentes de segurança penitenciários de Pará de Minas- Minas Gerais, sua participação não é obrigatória. Você também poderá desistir de participar a qualquer momento e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição **Universidade Federal de Viçosa**.

Este estudo tem como objetivo investigar a influência ou não da prática da Educação Física Escolar, na rotina de atividades físicas da amostra de agentes penitenciários de Pará de Minas - MG. Sua participação neste estudo consistirá em responder um questionário auto aplicável IPAQ (Questionário Internacional De Atividade Física) com questões fechadas juntamente com um questionário com questões abertas. Não há nenhum risco relacionado à sua participação.

As informações obtidas através dessa pesquisa poderão ser divulgadas em encontros científicos como congressos, ou em revistas científicas, mas não possibilitarão a sua identificação. Desta forma garantimos o sigilo sobre sua participação não divulgando nome, endereços da instituição em que está lotado ou pessoal, ou qualquer outro meio que possa vir a identificá-lo(a). Você receberá uma cópia deste termo onde constam o telefone e o endereço do orientador do estudo, podendo tirar suas dúvidas sobre o estudo e sua participação, agora ou a qualquer momento. Orientador: Professor Romário Cardoso Costa - Tel.: 31-3536-3343 Setor de Educação Física/UFV – E-mail: romariocosta@gmail.com