



Boletim do NuPAF

Ano 21, nº 56, Outubro de 2016

**Informativo do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física & Saúde
Centro de Desportos/UFSC**

EDITORIAL

Atividade Física e as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

O Editorial de setembro do periódico *Integrative Medicine Research*, do Instituto Coreano de Medicina Oriental, me chamou atenção. Kwak sugeriu que a Atividade Física é o conceito central da Medicina Integrativa, que combina a medicina convencional com a medicina tradicional (de tradições socioantropológicas). O número é dedicado aos efeitos crônicos da atividade física sobre o organismo, especialmente sobre a massa muscular e sistema cardiorrespiratório no processo de envelhecimento, por sua ação de proteção à saúde e combate às doenças crônicas da modernidade. Observando outros números do periódico, percebeu-se que a atividade física não faz parte dos temas usualmente apresentados. Desta forma, a intenção do editor foi a de prover conhecimento científico da nossa área para os interessados da área de Medicina Integrativa e das Práticas Integrativas e Complementares (PICs).

Obviamente, os artigos trazem questões que nos são caras sobre a atividade física regular e seus diferentes níveis, ainda que não tratem especificamente de práticas corporais relacionadas às PICs. A Organização Mundial de Saúde recomenda a utilização das PICs e no caso do Brasil, a Política Nacional regulamenta a prática no Sistema Único de Saúde (SUS). Se discutimos Atividade física e Saúde no contexto do SUS, não

seria necessário fazermos movimento semelhante ao proposto pelo Editor da *Integrative Medicine Research*, de apropriar-nos dos conhecimentos que fundamentam as PICs, a partir dos paradigmas que as embasam? Segundo os dados recentes do monitoramento das ações, as PICs mais utilizadas pelas 2037 equipes do Núcleo de Apoio à Saúde da Família em todo o Brasil são as da Medicina Tradicional Chinesa, práticas corporais, a saber: Tai Chi Chuan, Lian Gong, Chi Gong e Tui-Ná. A Yoga também tem sido oferecida pelas equipes, contudo em proporção muito menor (332 equipes). Estudos sobre o Tai-Chi tem mostrado que a prática é capaz de ajudar na prevenção de quedas e melhoria da aptidão cardiorrespiratória. Além da atividade física em si, as práticas corporais da Medicina Tradicional Chinesa incluem meditação. A meditação, sobretudo a *mindfulness*, vem sendo investigada pelos benefícios principalmente sobre o estresse e a ação neural.

E o que pode chamar a atenção dos participantes para estas práticas corporais? Acredito que o caráter não esportivo/competitivo dessas práticas, a demanda de habilidades psicomotoras mais simples e o ritmo mais suave de execução da maioria das atividades favoreçam a aderência, permitindo o desenvolvimento da autocompetência física. Esta última característica pode ampliar a confiança para experimentação de

atividades com padrões mais intensos e complexos.

Telesi Jr. relatou que a Medicina Tradicional Chinesa se baseia na harmonia entre o macro e microcosmos, ou seja, deve haver equilíbrio entre elementos cosmológicos (imateriais) e naturais (materiais) para a manifestação da saúde. Assim, as práticas neste paradigma contribuirão para a manutenção dessa harmonia. A consideração de elementos cosmológicos como intervenientes na saúde é problemática, uma vez que os conhecimentos milenares não são comprovados cientificamente, portanto não são aceitos pela medicina convencional. Por outro lado, tal fato tem levado pesquisadores à investigação, na tentativa de criar hipóteses confirmadas pela ciência.

Vejo como desafio na formação profissional, a discussão da Medicina Tradicional Chinesa como base de entendimento das práticas corporais associadas. Isso não significa mais uma disciplina obrigatória no currículo, porém deverá

possibilitar a visão ampliada da Educação Física nas PICs. Além disso, Azevedo e Pelicioni sugeriram que a formação de profissionais de saúde inclua também alguma(s) PIC(s), o que favoreceria a ampliação da oferta no SUS além de fomentar a pesquisa nessas áreas. No momento, deixo o convite para o Congresso Brasileiro de Naturologia que ocorrerá no Campus da UFSC em Florianópolis, em novembro próximo. A temática central será Políticas Públicas em Práticas Integrativas e Complementares. Poderá ser um início de apropriação. Por fim, agradeço à produção deste editorial, na pessoa da Dda. Priscila C. dos Santos, pelo convite.



Rosane Carla Rosendo da Silva
Professora Dra. Centro de Desportos, UFSC

CONVIDADOS NACIONAIS E INTERNACIONAIS

Durante o segundo e terceiro trimestre de 2016, foram oferecidas as disciplinas de Estudos Avançados em Atividade Física Relacionada à Saúde e Métodos Avançados de Pesquisa em Atividade Física Relacionada à Saúde para alunos de mestrado e doutorado do programa de pós-graduação em Educação Física. A primeira disciplina foi ministrada pelo professor Dr. Diego Augusto Santos Silva, juntamente com a professora Dra. Analiza Mónica Silva da *University of Lisbon, Faculty of Human Kinetics* de Lisboa, Portugal. A disciplina discutiu o campo da composição corporal e a inter-relação com a saúde, atividade física e exercício físico.

A segunda disciplina foi ministrada pela professora Dra. Kelly Samara da Silva em conjunto com o professor Dr. Leandro Martin Totaro Garcia, pesquisador em Pós-Doutoramento da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz). A disciplina abordou conceitos e métodos da abordagem sistêmica e a sua aplicação na área de atividade física relacionada à saúde. Os alunos elaboraram diagramas de laços causais e aprenderam sobre *softwares* e técnicas de modelagem de sistemas. Ressalta-se que as disciplinas ofertadas pelo programa de pós-graduação em Educação Física e ministradas por professores convidados, são importantes para a formação dos alunos e para o engrandecimento da área de atividade física relacionada à saúde.

CURSO EM MEDIDA OBJETIVA DO AMBIENTE-OBSERVAÇÃO DIRETA

No recesso de julho, durante os dias 25 e 26, foi ofertado aos alunos do Centro de Desportos (UFSC) o curso em observação direta do ambiente, ministrado pelo Dr. Adriano Akira Ferreira Hino, professor no curso de graduação em Educação Física na Pontifícia Universidade Católica do Paraná na escola de Ciências de Saúde e Biociências. Apesar dos diferentes instrumentos de observação direta, as aulas foram especificamente sobre o SOFIT (instrumento para observar aulas de Educação Física) e SOPLAY (instrumento para observar a utilização de ambientes). O curso teve a participação de alunos da graduação, pós-graduação e contribuiu para maior compreensão desses instrumentos.

PARTICIPAÇÃO EM EVENTOS

Nos dias 29 e 30 de agosto no Centro de Eventos da UFSC houve o III Congresso Catarinense de Saúde Coletiva e I Seminário de Bioética e Saúde Coletiva, na qual os integrantes do NUPAF Profa. **Marina Christofolletti dos Santos** e Prof. **Pablo Magno da Silveira** apresentaram os trabalhos intitulados, respectivamente *“Associação entre hipertensão arterial sistêmica e atividade física no lazer: uma análise geográfica de adultos residentes nas capitais do Brasil”* e *“Criação de uma escala de satisfação com a vida para indivíduos adultos por meio da Teoria da Resposta ao Item”*.

Membros do NUPAF também estiveram presentes no 39º Simpósio Internacional de Ciências do Esporte- CELAFISCS ocorrido no mês de outubro em São Paulo, que teve como tema a (in) atividade física de A a Z. Além da apresentação de trabalhos, o encontro com pesquisadores nacionais e internacionais favoreceu não somente ao conhecimento científico, como também a troca de experiências. As imagens abaixo registraram o encontro do grupo NUPAF com dois grandes pesquisadores internacionais, **Dr. James Sallis** (imagem à esquerda) e **Dr. Peter Katzmarzyk** (imagem à direita).



PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: DEFESA

Em 17 de agosto ocorreu no PPGEF a defesa de Tese da Profa. Ms. **Simone Teresinha Meurer** intitulada *“Avaliação da estratégia de promoção de atividade física e alimentação saudável - VAMOS - no Programa Academia da Saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais”* sob a orientação da Prof^ª. Dr^ª. Tânia R. Bertoldo Benedetti. Desejamos sucesso e felicidades em novas conquistas.

PRÊMIOS

O acadêmico **Marcus Vinicius Veber Lopes** foi premiado com o melhor trabalho de Iniciação Científica- PIBIC do Departamento de Educação Física/UFSC. A apresentação e premiação foram realizadas no **26º Seminário de Iniciação Científica-SEPEX** no dia 20 de outubro. O trabalho é intitulado *“Diferenças entre os tipos de comportamento sedentário baseado em tempo de tela entre adolescentes: avaliação dos dados de “baseline” de um programa de intervenção com escolares”*, tendo como orientação professora Dra. Kelly Samara da Silva e co-orientação da Profa. Alessandra da Silva Bandeira. Parabéns ao Marcus pela premiação e sucesso!

ACONTECE NO NUPAF: VENHA PARTICIPAR COM A GENTE!

Oficinas: Às quartas-feiras, às 14h, acontecem as oficinas para o desenvolvimento de investigações científicas em Educação Física. Este projeto tem como objetivo qualificar estudantes da graduação e pós-graduação vinculados ao núcleo, com atividades voltadas a produção de trabalhos e artigos científicos.

Atualização científica: Quartas-feiras, mensalmente, às 16h, acontecem as reuniões científicas do núcleo. Estas reuniões são mediadas pela Dra. Aline Gerage e oportunizam a apresentação e discussão de artigos recentes, com intuito de promover atualização dos discentes na temática atividade física e saúde.

Projetos de pesquisa e extensão: O NuPAF também está envolvido em diversos projetos de pesquisa e extensão. Os públicos dos projetos variam de crianças e adolescentes até idosos. Visite nosso site ou página no facebook para ter mais detalhes das atividades desenvolvidas pelo grupo.

PARA PARTICIPAR:

Os interessados em ingressar nas atividades desenvolvidas pelo núcleo podem buscar mais informações em nosso espaço físico – Centro de Desportos, sala 48, ou por e-mail: nupaf@contato.ufsc.br (Fone: 37218519).

Próximos Eventos

Data	EVENTOS NACIONAIS	Deadline
03 a 05/11/2016	Congresso Sul Brasileiro de Atividade Física e Saúde (Criciúma/SC)	Encerrado
03 a 04/11/2016	IX Congresso Brasileiro de Naturologia (Florianópolis, UFSC)	Encerrado
06 a 08/11/2016	II Simpósio de Atividade Física e Saúde da Região Centro-Oeste (Cuiabá/MT)	Encerrado
09 a 12/11/2016	VI Congresso Brasileiro de Metabolismo, Nutrição e Exercício	Encerrado
01 a 03/12/2016	Congresso Mineiro de Atividade Física & Saúde (CMAFS)	29/10/2016
08 a 10/12/2016	II Simpósio Internacional de Pesquisa em Estilo de Vida e Saúde (Porto de Galinhas/PE)	28/10/2016

Boletim do NuPAF

Publicação do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde
Coordenação: Kelly Samara da Silva
Produção: Priscila Cristina dos Santos e Sofia Wolker Manta
Contato: www.nupaf.ufsc.br / (048) 3721-8519 / Voip (048) 3721-6240