



## Educação física e saúde: nível de conhecimento de estudantes do primeiro período do curso de educação física

Physical education and health: level of knowledge of students from the first period of the physical education course

Educación física y salud: nivel de conocimiento de los estudiantes del primer período del curso de educación física

Jairo Antônio da Paixão<sup>1</sup>

Bruna Melo Silva<sup>1</sup>

Amanda Clara Barbosa de Souza Assis<sup>1</sup>

### Resumo

O estudo objetivou analisar e identificar o nível de conhecimento sobre temas relacionados à saúde, em interface com a área da Educação Física, de estudantes matriculados no 1º período do curso. A partir dos dados coletados, por meio de um questionário aplicado a 63 estudantes, foi possível afirmar que os participantes, em sua maioria, apresentaram conhecimento nos itens considerados nesta investigação. Evidencia-se que o ambiente educacional possibilitado nas escolas possui os requisitos necessários para ser o momento de partida na busca pelo conhecimento em saúde, entre outras maneiras, através de ações de educação e promoção da saúde com relação aos bons hábitos saudáveis como a prática de atividade física.

**Palavras-chave:** Educação Física. Saúde. Educação básica.

### Abstract

The study aimed to analyze and identify the level of knowledge on topics related to health, in interface with the area of Physical Education, of students enrolled in the 1st period of the course. From the data collected, through a questionnaire applied to 63 students, it was possible to affirm that the participants, in their majority, presented knowledge on the items considered in this investigation. It is evident that the educational environment made possible in schools has the necessary requirements to be the starting point in the search for knowledge in health, among other ways, through actions of education and health promotion in relation to good healthy habits such as the practice of physical activity.

**Keywords:** Physical Education. Health. Basic education.

### Resumen

El estudio tuvo como objetivo analizar e identificar el nivel de conocimientos sobre temas relacionados a la salud, en interfaz con el área de Educación Física, de los estudiantes matriculados en el 1er período del curso. A partir de los datos recolectados, a través de un cuestionario administrado a 63 estudiantes, se pudo afirmar que la mayoría de los participantes mostraron conocimiento de los ítems considerados en esta investigación. Es evidente que el ambiente educativo posibilitado en las escuelas reúne los requisitos necesarios para ser el punto de partida en la búsqueda del conocimiento en salud, entre otras vías, a través de acciones de educación y promoción de la salud en relación a buenos hábitos saludables como la práctica de actividad física.

**Palabras clave:** Educación Física. Salud. Educación básica.

## INTRODUÇÃO

Partindo-se do entendimento que a qualidade de vida e bem-estar resultam da harmonização de um conjunto de fatores que as pessoas precisam adotar como hábito ao longo da vida, um aspecto que se faz importante para a naturalização desses bons hábitos pode estar no aumento da capacidade de compreensão por parte da população dos fenômenos relacionados à saúde, bem como os fatores de risco mais comuns para determinadas doenças<sup>1</sup>. Dentre esses fenômenos, a prática regular de atividade física contribui, sobremaneira, para um estilo de vida saudável e na promoção da saúde, atuando principalmente na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis<sup>2</sup>.

Embora as pesquisas científicas comprovem cada vez mais os inúmeros benefícios da prática de atividade física para a saúde e qualidade de vida nas diferentes fases da vida<sup>3,4</sup>, tem-se ainda a prevalência de uma considerável parcela da população mundial muito distante da adoção da prática de atividades física em níveis suficientes no seu dia a dia. Uma investigação desenvolvida com adolescentes de 13-15 anos de idade de 105 países mostrou que 80,3% praticam menos de 60 minutos de atividade física de intensidade moderada a vigorosa por dia<sup>3</sup>. Estes índices são maiores em adolescentes do sexo feminino, em relação ao masculino, em países com nível socioeconômico elevado e tendem a aumentar com o avanço

da idade. Essa situação se faz presente no Brasil, com índices preocupantes quando se analisa a inatividade física entre os adolescentes<sup>4</sup>.

Numa perspectiva que sinaliza estratégias educativas com vistas a minimizar os efeitos negativos provenientes de estilos de vida que aviltam a saúde e a qualidade de vida da população jovem, dentre os espaços e instituições sociais, a escola configura-se como *lócus* privilegiado para abordar essa problemática<sup>5</sup>.

Mais especificamente, a Educação Física, área do conhecimento que apresenta o movimento humano como eixo norteador das diversas práticas corporais, possui o potencial no trabalho de conscientização dos alunos sobre a importância da adoção de um estilo de vida ativo. Trata-se de uma valiosa ação educativa na qual se abre espaço para abordar inúmeros fatores que podem se apresentar como contraponto na aquisição e manutenção da saúde e qualidade de vida<sup>6</sup>.

As propostas voltadas a desenvolver a educação em saúde e qualidade de vida na escola dependem imensamente do papel do envolvimento do professor para que possam ser implementadas. O professor exerce papel preponderante no desenvolvimento do pensamento crítico dos estudantes que se encontram nos níveis que compõem a educação básica com vistas à adoção pelos estudantes de comportamentos favoráveis à saúde<sup>7</sup>. No entanto, nem sempre essa visão

se faz presente nas práticas pedagógicas desenvolvidas nas escolas.

Diante desse cenário, o presente estudo teve como objetivo identificar e analisar o nível de conhecimento sobre temas relacionados a saúde, em interface com a área da Educação Física de estudantes que se encontram no início do primeiro período letivo dos cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física de universidades públicas federais, localizadas na Zona da Mata Mineira, MG.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho caracterizou-se como um estudo descritivo-exploratório<sup>8</sup>. O grupo amostral foi constituído de 63 acadêmicos dos cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física de ambos os sexos (46 homens e 17 mulheres). No intuito de assegurar uma amostra representativa, o número de participantes foi arbitrado pelo prazo de 08 semanas, definido para a realização da fase de coleta de dados da presente investigação.

O grupo amostral derivou-se das seguintes instituições de ensino superior localizadas no estado de Minas Gerais: Universidade Federal de Viçosa, Universidade Federal de Juiz de Fora e Universidade Federal de Ouro Preto. A escolha das referidas instituições se deu por conveniência. O critério de inclusão foi o tempo em que os acadêmicos se encontravam matriculados no curso, sendo

selecionados aqueles que se encontravam no primeiro período letivo. A opção por este critério diz respeito à incipiente vivência e relações estabelecidas pelos acadêmicos com os saberes pedagógicos, científicos e experienciais que alicerçam a formação do professor<sup>9</sup> em Educação Física. O que, em outras palavras, leva a considerar que esses participantes possuíam em maior abrangência a formação obtida na educação básica até aquele momento. Assim, a coleta de dados foi iniciada nos primeiros meses que constituíam o primeiro período letivo dos cursos.

Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário elaborado pelo pesquisador a partir da literatura que trata de temas relacionados à saúde e à Educação Física constituído de 23 itens fechados, sendo cada item estruturado com quatro alternativas de respostas. O questionário foi estruturado em três partes sendo que a primeira se volta para os conceitos e aspectos relacionados à saúde; a segunda aborda o exercício físico e suas implicações para a saúde e a terceira, os aspectos relacionados à aptidão física, conforme Apêndice 1 ao final do presente artigo.

O referido instrumento foi inserido em formulário no *Google Drive* (<https://drive.google.com/>), estruturado a partir de uma mensagem inicial com informações básicas sobre a pesquisa, *links* de acesso aos instrumentos de coleta de dados e ao Termo de Consentimento Livre

e Esclarecido (TCLE) na íntegra, bem como o endereço eletrônico do pesquisador reponsável, caso se fizesse necessário o estabelecimento de contato por parte dos participantes. Os contatos dos sujeitos foram cedidos pelos coordenadores dos cursos de Educação Física das instituições de ensino superior que se propuseram a participar. A coleta de dados se deu no período de setembro a novembro de 2020. Foram encaminhados e-mails para um total de 168 estudantes. Dentro do tempo estimado para essa fase do estudo, obteve-se o retorno por um total de 63 participantes, que foram considerados na constituição do grupo amostral dessa investigação.

Vale ressaltar que, no decorrer do processo de condução da presente pesquisa, foram respeitadas as diretrizes regulamentadas pela Resolução nº 466/12 da CONEP, e o projeto aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Viçosa, Parecer CEP Nº. 4.281.37, de 16 de setembro de 2020.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontram-se organizados em três categorias de análise estabelecidas e apresentados em três tabelas, que buscam demonstrar conhecimento dos estudantes sobre temas relacionados à saúde em interface com a área da Educação Física. São elas: conceitos e aspectos relacionados à saúde; exercício físico e suas implicações

para a saúde e, por fim, os aspectos relacionados a aptidão física.

**Tabela 1.** Conceitos e aspectos relacionados à saúde

Variáveis consideradas	Acertos (%)	Erros (%)
IMC é o índice de:	86	14
Qualidade de vida é:	27	73
O sedentarismo corresponde a:	98	2
Balço energético é a quantidade de:	76	24
Gasto calórico diário é a quantidade de:	84	16
A Organização Mundial da Saúde (OMS)	97	3
Em relação ao consumo alimentar diário o correto é:	65	35
A diabetes caracteriza-se como uma doença relaciona à disfunção do:	76	24
Logo após uma queda que gere trauma nas articulações, é recomendável:	68	32
Para quem quer perder peso (emagrecer), o balanço energético deve ser:	89	19

**Fonte:** Elaborado pelos autores da pesquisa.

## Conceitos e aspectos relacionados à saúde

Os resultados apresentados na Tabela 1 indicam que a maioria dos indivíduos possui conhecimento genérico acerca de aspectos relacionados à saúde considerados na presente investigação, no entanto, a respeito do conceito de *qualidade de vida*, nota-se uma grande discrepância com os demais tópicos, uma vez que 73% dos participantes demonstraram dificuldade em identificá-lo dentre as alternativas apresentadas para esse item no questionário. Ainda que o propósito desta pesquisa tenha se limitado à dimensão conceitual de qualidade de vida, esse dado demanda atenção pelos dirigentes dos cursos de

formação inicial em Educação Física, por revelar o conhecimento prévio de acadêmicos ingressantes que, futuramente balizarão sua atuação profissional na promoção da saúde e qualidade de vida das pessoas. Isso se deve pela premissa de que a prática de exercícios físicos pode estar relacionada a alguns domínios da qualidade de vida uma vez que proporciona inúmeros benefícios relacionados tanto à promoção da saúde física<sup>10</sup>, incluindo o menor risco de morbidade e mortalidade, como a sua influência positiva em dimensões psicológicas, reduzindo índices de depressão, ansiedade e estresse<sup>11-12</sup>.

Por outro lado, com relação aos itens *consumo alimentar diário e procedimentos básicos necessários em caso de traumas nas articulações durante uma prática física*, mesmo tendo apresentado, dentre os demais itens organizados na referida tabela, uma porcentagem de acertos acima da média, eles ficaram entre o segundo (35%) e terceiro (32%) lugares com maiores incidências de respostas incorretas.

O item relacionado ao consumo alimentar diário não almejou especificar conhecimentos de nutrição, os quais não fazem parte da matriz curricular da formação inicial em Educação Física, e sim, identificar o conhecimento básico sobre a recomendação de pesquisas na área de nutrição sobre o tema. Isso se deve ao fato de o professor de Educação Física atuar na ambiência da escola diretamente com

parcelas da população que se encontram nas fases da infância e adolescência nos diversos níveis da educação básica. Nessa direção, é importante assinalar que o número de fatores ambientais que intervêm no processo de crescimento e desenvolvimento é muito variado e não há dúvidas de que um dos mais importantes é a nutrição<sup>13</sup>. Aliado a isso, conhecimentos básicos da importância dos hábitos relacionados à alimentação e à prática de atividade física regular também são imprescindíveis para o trabalho do professor de Educação Física na promoção e manutenção da saúde e qualidade de vida das pessoas.

Apesar dos acidentes fatais nas aulas de Educação Física escolar serem muito raros, de uma maneira geral, as atividades físicas e desportivas são a maior causa de lesões e acidentes nos adolescentes e jovens com idades entre 11 e 18 anos<sup>14</sup>. Estudos mostram que um quarto destes acidentes resulta em situações graves, como fraturas ou deslocamentos ósseos, ruptura de ligamentos, lesões da coluna ou cerebrais, enquanto os demais acidentes provocam danos menores, como entorses, distensões, contusões, escoriações e lacerações<sup>15-16</sup>. Trata-se de situações com que o professor de Educação Física irá deparar cabendo a ele, nas maiorias das vezes, realizar os procedimentos de primeiros socorros no ambiente das aulas práticas.

**Tabela 2.** Exercício físico e suas implicações para a saúde

Variáveis consideradas	Acertos (%)	Erros (%)
Conceito de exercício físico	60	40
São considerados exercícios anaeróbicos:	67	33
São considerados exercícios aeróbicos:	68	32
O exercício físico é um aliado para amenizar sintomas de doenças como:	100	0
Quando se realiza o apoio, trabalha-se o(s) grupo(s) muscular (es):	75	25
Quando se realiza a barra fixa, trabalha-se o(s) grupo(s) muscular (es):	75	25
Quando se realiza o agachamento, trabalha-se o(s) grupo(s) muscular (es):	94	6
Na orientação a pessoas que desejam perder peso predomina os exercícios:	65	35

**Fonte:** Elaborado pelos autores da pesquisa.

### Exercício físico e suas implicações para a saúde

Com base nos resultados expostos na Tabela 2, é possível identificar entre os acadêmicos do primeiro período dos cursos de Educação Física considerável conhecimento conceitual relacionado ao exercício físico e suas implicações na aquisição e manutenção da saúde. Essa situação pode ser comprovada, pois, nas questões pertencentes a essa categoria de análise, a porcentagem mínima de acertos foi 60%. Somado a isso, chama a atenção para a totalidade de acertos na questão referente *aos tipos de doenças as quais o exercício físico poderia se fazer um aliado para amenizar seus sintomas*. Ainda que se trate de um conhecimento básico concernente à área de conhecimento em questão, obtido no decurso da educação básica por esses

estudantes, representa muitas vezes um conhecimento inicial e superficial que integraliza o rol de conhecimento prévio do estudante e que, por sua vez, será melhor aprofundado com fundamentação na bibliografia especializada e pesquisas no decorrer da formação inicial em Educação Física. Tem-se aí a base para uma intervenção formativa sistematizada dos estudantes no decorrer do curso de formação inicial, a qual se relaciona diretamente à aquisição e manutenção da saúde em que, dito de outra forma, uma vez que a prática de exercícios físicos ganha regularidade na vida cotidiana das pessoas, torna-se uma importante ferramenta na prevenção de diversas doenças<sup>17</sup>.

Por outro lado, no tocante às variáveis relativas ao conhecimento sobre a classificação de exercícios quanto à intensidade e duração, o percentual de acertos para aqueles que se enquadravam como aeróbicos foi de 68% e anaeróbicos 67%. Tendo em vista tratar-se do pilar do treinamento físico, que irá nortear o treinamento aeróbico e o anaeróbico, cada qual com finalidades definidas, esses dados merecem atenção acerca da dimensão conceitual que vem sendo trabalhada nas aulas de Educação Física ao longo da educação básica. Com relação aos tipos de *exercícios devem ser orientados a pessoas que querem perder peso*, nota-se um percentual de 35% de desconhecimento entre os estudantes. Tem-se aqui uma

sequencialidade relacionada ao entendimento conceitual e finalidades dos exercícios aeróbicos e anaeróbicos ressaltados anteriormente.

Sobre esse assunto, Nahas et al.<sup>18</sup> chamam a atenção de que o currículo de Educação Física corresponde à parte do programa educacional formal destinado a levar aos estudantes da educação básica a atingirem objetivos específicos da disciplina e, por extensão, atingirem objetivos educacionais e de saúde mais gerais, devendo ser progressivos e sequenciais, levando em consideração as características, necessidades e interesses dos alunos em cada fase escolar.

Já as variáveis que circunscrevem os tipos de exercícios quanto à solicitação de diferentes grupamentos musculares durante sua realização, os dados revelaram considerável conhecimento pelos estudantes pesquisados. Por se tratar de um conhecimento prévio demonstrado por estudantes do primeiro período do curso de formação inicial em Educação Física, é preciso levar em consideração tratar-se de um conhecimento que se relaciona diretamente à anatomia humana e que se configura imprescindível para a construção do aprendizado e formação em Educação Física<sup>19</sup>.

Ao analisar a inexistência de unanimidade do acesso aos estudantes, principalmente os egressos das escolas públicas, a formação superior, essa base de

conhecimento adquirida no decorrer da educação básica, muitas vezes, será a única que uma parcela considerável da população teve a oportunidade de adquirir. Como bem asseverou o professor Jorge Olímpio Bento da Universidade do Porto, de que a saúde é uma questão pedagógica, antes de ser uma questão médica<sup>18</sup>.

**Tabela 3.** Aspectos relacionados a aptidão física

Variáveis consideradas	Acertos (%)	Erros (%)
Conceito de VO <sub>2</sub> max:	73	27
Entendimento sobre hidratação:	92	8
Conceito de aptidão física:	73	27
A hipertrofia corresponde ao:	94	6
A hipertrofia é obtida com:	42	51
Sobre a utilização de anabolizantes:	44	56
Discernimento entre flexibilidade e alongamento:	98	2
Manobra de Valsava ou apneia caracteriza-se pelo(a):	78	22
Aquecimento antes da prática de um exercício ou atividade física:	92	8
A prática de exercícios físicos deverá ser orientada por um profissional de Educação Física e é recomendada para:	87	13

**Fonte:** Elaborado pelos autores da pesquisa

### Aspectos relacionados a aptidão física

Os resultados apresentados na Tabela 3 demonstram que, no tocante à maioria dos itens considerados na investigação, os participantes demonstraram conhecê-los destacando-se altos índices de acertos. Por outro lado, com relação aos itens relacionados ao *processo para desenvolver hipertrofia* (51% de erros) e as implicações da *utilização de anabolizantes*

pelos praticantes de atividades físicas (56% de erros). Na ambiência da Educação Física, *hipertrofia muscular* e *anabolizantes* se apresentam equivocadamente de forma imbricada na percepção de atletas e frequentadores de academias de ginástica, que buscam resultados mais rápidos para o ganho de força e aumento da massa muscular. A questão que se coloca são os malefícios para a saúde em decorrência da utilização indiscriminada, despreocupada e desprovida de informações por parte de uma parcela da população, em sua maioria jovens, acerca dos efeitos colaterais no organismo promovidos por essas substâncias<sup>20</sup>. Somado a isso, encontram-se os suplementos ergogênicos na busca frenética por resultados rápidos.

Ainda que a educação para a saúde esteja presente em documentos oficiais como os Parâmetros Curriculares Nacionais e, mais recentemente na Base Nacional Comum Curricular, com orientação de trabalho que envolve uma abordagem que contemple todas as suas dimensões para desenvolver as competências e habilidades de forma integral, incluindo aí os aspectos sociais, econômicos, culturais e afetivos do educando no decorrer da educação básica, de uma maneira geral, ensino de saúde na escola segue uma trajetória tradicional e fragmentada em que inexistente uma relação dos assuntos de saúde com o contexto social e cultural dos alunos.

Embora as evidências disponíveis apontem para o efeito positivo de intervenção de promoção da atividade física e saúde entre escolares de diferentes partes do mundo, no Brasil, estudos com essa temática ainda se mostram escassos<sup>21</sup>. Outro fator que deve ser considerado para a não efetividade do trato da saúde e temas análogos nas aulas de Educação Física se faz presente nos cursos de formação inicial de licenciados na referida área do conhecimento. Nessa direção, conforme destacam Machado e Fraga<sup>22</sup>, o aprendizado sobre os anabolizantes ainda é um tabu nas disciplinas da graduação em Educação Física. Esse silêncio dentro dos cursos, associado à atmosfera de clandestinidade, pode favorecer a circulação de mais desinformação e ainda mais riscos. Portanto, é mister que os futuros professores licenciados em Educação Física possuam uma visão crítica a respeito do uso de anabolizantes para que compartilhem informações fundamentadas em pesquisas científicas vigentes que abordem os riscos do consumo dessas substâncias para a saúde<sup>23</sup>.

Já o item que aborda a recomendação de exercícios físicos e tem como questão *A prática de exercícios físicos deverá ser orientada por um profissional de Educação Física é recomendada para:* apresenta uma porcentagem de erros de 13% dos participantes.

No entanto, tendo em vista ser um conhecimento básico e ao mesmo tempo

muito expressivo, a considerar a população que integra o grupo amostral da presente pesquisa, trata-se de uma questão que levanta aspectos acerca da própria legitimidade do professor de Educação Física e do seu campo de atuação profissional.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os resultados obtidos neste estudo evidenciaram importantes aspectos relativos ao nível de conhecimento sobre temas relacionados a saúde em interface com a área da Educação Física demonstrado por estudantes que se encontravam no primeiro período dos cursos de Educação Física (bacharelado e licenciatura) e forneceram elementos que despertam para uma reflexão sistemática sobre a temática.

É importante ressaltar que, de uma maneira geral, os participantes apresentaram um bom resultado quanto ao nível de conhecimento apresentado na forma de itens considerados nesta investigação. No entanto, em alguns itens considerados básicos, para os quais se esperava alto índice ou mesmo a totalidade de acertos, foram detectados percentuais de erros que chamaram a atenção, tendo em vista o público integrante do grupo amostral investigado.

Essa situação mostra que o ambiente educacional possibilitado nas escolas de educação básica possui os requisitos necessários para ser o momento de partida na busca pelo conhecimento em saúde,

entre outras maneiras, através de ações de educação e promoção da saúde com relação aos bons hábitos saudáveis incluindo a alimentação e a prática regular de atividade física. Desse modo, a escola, apoiada pela família e pelas políticas públicas, deve configurar-se o primeiro contato dos estudantes com a compreensão de saúde, tendo em vista que possui a Educação Física enquanto componente curricular obrigatório em todo o ensino básico.

Cumprido destacar que a presente pesquisa possui algumas limitações. A primeira está relacionada à representatividade da amostra, composta por acadêmicos do primeiro período dos cursos de Educação Física (bacharelado e licenciatura) ingressantes em três instituições de ensino superior de uma mesma região brasileira. Essa característica inviabiliza a extrapolação dos resultados à população de acadêmicos de outras instituições ou brasileira como um todo. A segunda limitação está relacionada à utilização de um instrumento estruturado para identificar o conhecimento de aspectos relacionados à saúde em conexão com a Educação Física dos participantes numa dimensão conceitual. Ainda assim, indica-se que futuros estudos busquem averiguar conhecimentos que incluam outras dimensões do conhecimento, como a procedimental e atitudinal. Essas limitações, embora não diminuam a importância do

presente estudo, indicam cautela na interpretação dos resultados encontrados.

Por fim, esses resultados poderão contribuir como elementos de análise e discussão para as propostas relacionadas à formação inicial de professores de Educação Física (bacharelado e licenciatura), haja vista o nível de conhecimento com que eles iniciam os cursos, o que poderia ser um indicativo para possíveis reestruturações de determinadas disciplinas que se encontram presentes nos primeiros períodos em suas matrizes curriculares.

## REFERÊNCIAS

1. BORGES, T. T. et al. Conhecimento sobre fatores de risco para doenças crônicas: estudo de base populacional. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 7, p. 1511-1520, jul. 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102311X2009000700009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2009000700009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 2020.
2. BERTOLETTI, J.; GARCIA-SANTOS, S. C. Avaliação do estresse na obesidade infantil. **Psico**, Rio Grande do Sul, v. 43, n. 1, maio 2012.
3. HALLAL, P. C. et al. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The Lancet**, 380(9838), p. 247-257, jul. 2012.
4. JANSSEN, I.; LEBLANC, A. G. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, Canadá, v. 7, n. 40, p. 1-16, maio. 2010. Disponível em: <<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-7-40#Bib1>>. Acesso em: 2020.
5. PROCTER, K. L. et al. Measuring the school impact on child obesity. **Social Science & Medicine**, Oxford, v. 67, n. 2, p. 341-349. jul./abr. 2008.
6. GREENLEAF, C.; WEILLER, K. Perceptions of youth obesity among physical educators. **Social Psychology of Education**. New York, v. 8, n. 4, p. 407-423, 2005. Disponível em: <<https://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metad31087/>>. Acesso em: 2020.
7. FOCESI, E. Educação em saúde na escola. O papel do professor. **Revista Brasileira de Saúde Escolar**, Porto Alegre, v. 1, n. 2, p. 4-8, abr. 1990.
8. THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. ed. 6. Porto Alegre: Artmed, 2012.
9. TARDIF, M. **Saberes docentes e formação profissional**. ed. 14. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2011.
10. YU, F. et al. Affecting cognition and quality of life via aerobic exercise in Alzheimer's disease. **Western Journal of Nursing Research**, v. 35, n. 1, p. 24-38, 2013. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21911546/>>. Acesso em: 2020.
11. ARAUJO, S. R. C. de; MELLO, M. T. de; LEITE, J. R. Transtornos de ansiedade e exercício físico. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 29, n. 2, p. 164-171, jun. 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151644462007000200015&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151644462007000200015&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 2020.
12. MOREIRA, N. B. et al. Qualidade de vida: comparação entre sexos e índice de massa corporal em atletas do basquetebol master brasileiro. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S. l.], v. 33, n. 1, p. 107-114, mar. 2019. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/170278>>. Acesso em: 2020.
13. CARVALHO, A. P. de L. S. Importância da alimentação para melhorias na aprendizagem de crianças em unidades públicas de ensino: revisão integrativa. **Revista Somma**, Teresina, v. 2, n. 2, p. 74-83, jul./dez. 2016.
14. WANG, K. M.; LIN, Y. H.; HUANG, Y. C. The Knowledge and Attitude of Sports Injury Prevention and Management of Senior High School Athletes in Taiwan. **International Journal of Sport and Health Science**, v. 10, p. 12-22, 2012. Disponível em: <[https://www.jstage.jst.go.jp/article/ijshs/10/0/10\\_201122/\\_article](https://www.jstage.jst.go.jp/article/ijshs/10/0/10_201122/_article)>. Acesso em: 2020.
15. ABRALDES, J. A.; ORTÍN, A. Conocimiento en primeros auxilios de los profesores de Educación Física en ESO. **Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport**, Espanha, v. 10, n.38, p. 271-28, jun. 2010.

16. EMERY, C; TYREMAN, H. Sport participation, sport injury, risk factors and sport safety practices in Calgary and area junior high schools. **Paediatrics & Child Health**. v. 14, issue 7, p. 439-444. Available from: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20808471/>>. Acesso em: 2020.
17. GUALANO, B.; TINUCCI, T. Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. spe, p. 37-43, dez. 2011. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1807-55092011000500005](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092011000500005)>. Acesso em: 2020.
18. NAHAS, M. V. et al. Atividade física e hábitos alimentares em escolas públicas do ensino médio em diferentes regiões do Brasil: o projeto Saúde na Boa. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 270-277, jun. 2009. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415790X2009000200016](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415790X2009000200016)>. Acesso em: 2020.
19. PIAZZA, B. L. O ensino de anatomia humana nos cursos de Educação Física da região metropolitana de Porto Alegre. **Ciência em movimento**, v. 13, n. 26, p. 99-109, fev. 2011. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistas-ipa/index.php/EDH/article/view/107>>. Acesso em: 2020.
20. LIMA, A. P. de., CARDOSO, F. B. Alterações fisiológicas e efeitos colaterais decorrentes da utilização de esteroides anabolizantes androgênicos. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**. João Pessoa, v9 n 29, set. 2011. Disponível em: <[https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista\\_ciencias\\_saude/article/view/1252](https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/1252)>. Acesso em: 2020.
21. DOBBINS M., et al. School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6-18. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, Oxford, jan. 2009; v 1: p. 1-42.
22. MACHADO, E. P.; FRAGA, A. B. Anabolizantes na graduação em educação física: um dilema ético-sanitário entre estudantes que praticam fisiculturismo. **Jornal of Physical Education**., Maringá, v.31, e3166, nov. 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S244824>

<[552020000100260&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102311X2009000400008&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em: 25/01/2021.

23. IRIART, J. A. B.; CHAVES, J. C.; ORLEANS, R. G. Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, p. 773-782, abr. 2009. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102311X2009000400008&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102311X2009000400008&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em: 2020.

---

#### Informação deste artigo/Information of this article:

Recebido: 31/01/2023

Aprovado: 04/01/2024

Publicado: 18/09/2024

Received: 20/09/2023

Approved: 30/03/2024

Published: 18/09/2024

#### Autor para correspondência

Jairo Antônio da Paixão

<https://orcid.org/0000-0003-1413-9081>

#### Conflito de interesses/Conflicting Interests

The authors declare that they have no conflicting interests.

#### Agradecimentos

Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - Edital PIBIC 2020-2021.

#### Authors' contributions

Bruna Melo Silva participou da escrita do artigo, coleta dos dados e análise dos dados. Amanda Clara Barbosa de Souza Assis participou da escrita do artigo, coleta dos dados e análise dos dados. Jairo Antônio da Paixão participou de todas as fases da pesquisa.

#### Como citar esse artigo / How to cite this article:

Paixão JA, Silva BM, Assis ACBS. **Educação física e saúde: nível de conhecimento de estudantes do primeiro período do curso de Educação Física**. Arq. Bras. Ed. Fis., Tocantinópolis, v. 7, p. 46 - 56, 2024.