

## ARTIGO ORIGINAL

# PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUANTO À CONTRIBUIÇÃO DO FUTEBOL NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE NA EDUCAÇÃO INFANTIL

## CONTRIBUTION OF SOCCER IN THE PREVENTION OF OBESITY IN CHILD EDUCATION

## CONTRIBUCIÓN DEL FÚTBOL EN LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

Grauciele Pereira de Deus  

Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes Uruçuia, MG, Brasil.  
E-mail: graucieleuelikawendel@gmail.com

Pedro Octavio Barbanera  

Docente do curso de Educação Física Licenciatura da Unimontes/EAD  
E-mail: pedrobarbanera@outlook.com

Data de Submissão: 13/07/2022 Data de Publicação: 04/03/2023

**Como citar:** DE DEUS, G. P.; BARBANERA, P. O. PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUANTO À CONTRIBUIÇÃO DO FUTEBOL NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE NA EDUCAÇÃO INFANTIL. Revista Eletrônica Nacional de Educação Física, v. 14, n. 21, jul. 2023. <https://doi.org/10.46551/rn2022131900066>

### RESUMO

A presente pesquisa teve por objetivo verificar a percepção de professores de Educação Física quanto à contribuição do futebol na prevenção da obesidade na Educação Infantil. Trata-se de um estudo descritivo, de cunho quantitativo e transversal. Foram avaliados vinte e cinco professores de Educação Física da rede pública municipal de ensino na cidade de Arinos – MG. Como instrumento foi utilizado um questionário composto por 06 questões fechadas. A partir dos dados coletados, foi realizada uma análise descritiva no programa *Excel* com valores percentuais. Os resultados apontaram que os casos de alunos com obesidade estão entre os 10 a 14 anos e que há uma prática favorável do futebol nas aulas de Educação Física. No entanto, percebe-se uma ausência da participação dos pais no controle e prevenção à obesidade, refletindo na qualidade de vida desses jovens. A percepção dos professores na prevenção da obesidade não está muito visível, embora a alimentação seja abordada regularmente com base na pirâmide alimentar, mas, a escola não tem nutricionistas para acompanhar e orientar a alimentação dos alunos e, além de tudo, o consumo de alimentos industrializados é bastante adotado neste ambiente pelos estudantes. A compreensão sobre a obesidade tem avançado bastante, o que tem facilitado discussões e debates que podem ser inseridos no ambiente escolar. Ao final foi possível depreender que o futebol pode interferir no peso das crianças e minimizar a puberdade precoce com problemas de saúde causados pelo sedentarismo e deficiências nutricionais.

**Palavras-chave:** Futebol. Obesidade. Educação Física Infantil.

### ABSTRACT

The present research aimed to verify the perception of Physical Education teachers regarding the contribution of soccer in the prevention of obesity in child education. This is a descriptive study, quantitative and cross-sectional nature. They were evaluated twenty-five Physical Education teachers from the municipal public school system in the city of Arinos - MG. As an instrument was used a questionnaire composed of 06 closed questions. From the collected data, a descriptive analysis was performed in the *Excel* program with percentage values. The results showed that the cases of students with

obesity are among 10 and 14 years old and that there is a favorable practice of soccer in physical education classes, however, there is a lack of parental participation in the control and prevention of obesity, reflecting on quality of life of them. The teachers' perception of obesity prevention is not very visible, although food is regularly addressed based on the food pyramid, but the school does not have nutritionists to monitor and guide the students' diet and, above all, the consumption of processed foods is the most consumed snack by students. However, the understanding of obesity has advanced a lot, which has facilitated discussions and debates that can be inserted in the school environment. In the end, it was possible to infer that soccer can interfere with children's weight and minimize precocious puberty with health problems caused by sedentary lifestyle and nutritional deficiencies.

**Keywords:** Soccer. Obesity. Children's Physical Education.

---

### RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo verificar la percepción de los profesores de Educación Física con respecto a la contribución del fútbol en la prevención de la obesidad en la educación infantil. Se trata de un estudio descriptivo, cuantitativo y transversal. Veinticinco profesores de Educación Física del sistema de escuelas públicas municipales de la ciudad de Arinos - MG fueron evaluados. Se utilizó un cuestionario compuesto por 06 preguntas cerradas. A partir de los datos recogidos, se realizó un análisis descriptivo en el programa Excel con valores porcentuales. Los resultados mostraron que los casos de estudiantes obesos tienen entre 10 y 14 años y que existe una práctica favorable de fútbol en las clases de educación física, sin embargo, existe una ausencia de participación de los padres en el control y prevención de la obesidad de los jóvenes, reflexionando sobre su calidad de vida. La percepción de los docentes en la prevención de la obesidad no es muy visible, aunque eso, la alimentación se aborda regularmente en base a la pirámide alimentaria, pero la escuela no cuenta con nutricionistas para monitorear y guiar la dieta de los estudiantes y además de todo los alimentos industrializados son la merienda más consumida por los estudiantes. Sin embargo, la comprensión de la obesidad ha avanzado mucho, lo que ha facilitado discusiones y debates que se pueden insertar en el entorno escolar. Al final, fue posible asegurar que el fútbol puede interferir con el peso de los niños y minimizar la pubertad precoz con problemas de salud causados por el sedentarismo y las deficiencias nutricionales.

**Palabras clave:** Fútbol. Obesidad. Educación Física Infantil.

---

### INTRODUÇÃO

O futebol é um dos esportes mais praticados no mundo, sendo considerado uma forma importante e eficaz de promover a saúde por meio da prática esportiva. Recentemente, foi realizada uma pesquisa sobre futebol recreativo, e foi enfatizado que ele pode efetivamente promover a saúde de crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade (CORDEIRO, 2022).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) caracteriza a obesidade infantil como uma epidemia que atinge todas as faixas etárias, por isso tornou-se um dos focos de atuação e intervenção dos profissionais da área da saúde pública, e continua sendo foco de atenção (ARNALDE, 2021).

De acordo com a Revista Iniciação Científica em Saúde (2020), o futebol apresenta força e velocidade para o desenvolvimento físico da criança e para a capacidade de se manter em forma como fator redutor da obesidade.

Para a Federação Internacional de Futebol (FIFA), jogar futebol para fins competitivos ou apenas para entretenimento é benéfico, porque ajuda a manter o corpo saudável e protege de várias doenças. É caracterizado por exercícios intermitentes que envolvem exercícios extenuantes. Exercício físico, treinamento e competição (RODRIGUES, 2020).

Silva *et al.* (2021), ressaltam que o exercício físico e a atividade física podem ajudar a combater a obesidade em crianças, mas muitas crianças e adolescentes não cumprem esses regulamentos e tornam-se sedentários. Relacionado a isso está o fato de que uma dieta rica em carboidratos, açúcares e gorduras pode levar ao ganho de peso nessa faixa etária.

Por meio da Educação Física nas escolas, a importância da prática regular de exercícios físicos pode ser repassada para crianças e adolescentes, auxiliando na melhoria de seus hábitos de vida e na redução da incidência de obesidade nessa faixa etária. Há relatos de melhoria nas habilidades motoras, resposta cardiovascular e frequência cardíaca após 3 exercícios de futebol por semana (GONÇALVES, 2021).

Santos (2021) lembra que a obesidade infantil afeta todo o corpo da criança, incluindo seus órgãos internos, fazendo com que desenvolvam alguns problemas desde muito cedo, como distúrbios do sono. A prevalência de obesidade em meninos é maior do que em meninas, e menor nas regiões Norte e Nordeste, assim como nas regiões Nordeste e Leste do país.

Um estudo mostra que crianças que vivem em famílias historicamente marginalizadas podem se tornar adolescentes com excesso de peso e adultos posteriores com maior incidência relacionada à obesidade. Por se tratar de alimentos com baixo teor de nutrientes, além de propensos à obesidade, também podem causar desnutrição (CORREIA, 2020).

Nesta perspectiva, o presente estudo teve como objetivo principal identificar a percepção de professores de Educação Física quanto à contribuição do futebol na prevenção da obesidade na Educação Infantil.

A pesquisa se justifica na possibilidade de avaliar a real visão da contribuição do professor de Educação Física para a prevenção da obesidade infantil, pois existe um paradigma relacionado ao uso do futebol no esporte escolar, que é considerado apenas como atividade recreativa, não como um desenvolvimento social do conhecimento.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes, sob o parecer nº 5.032.555/2021. Trata-se de um estudo de caráter descritivo, com abordagem quantitativa e corte transversal.

A amostra foi composta de 25 professores, ambos os sexos, na faixa etária de 20 a 40 anos, selecionados de forma intencional, professores do Ensino Médio e Ensino Fundamental da rede pública da cidade de Arinos/MG. Foram incluídos apenas professores de Educação Física que atuam na rede pública e excluídos aqueles que não concordaram em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Como instrumento foi utilizado um questionário contendo 06 questões, elaborado para responder à questão do estudo, transcrito posteriormente para o *Google* Formulário. O recrutamento dos avaliados foi realizado através da técnica do *Snowball* (Bola de Neve), na qual o participante inicial indica novas possíveis pessoas para avaliação, assim de forma sucessiva, e os dados foram analisados com a utilização do programa *Excel*.

## RESULTADOS

Os resultados encontrados estão demonstrados na tabela abaixo:

**Tabela** – Apresenta os resultados com valores em frequência absoluta obtidos pela aplicação do questionário

QUESTÕES	OPÇÕES	PERCENTUAL
Os pais ajudam os filhos com de suporte profissional para auxiliá-los quanto ao cuidado com crianças obesas, tais como orientação profissional, (nutricionista, psicóloga, entre outros)?	Sim	18%
	Não	54%
	Às vezes	28%
	Salgado	28%
Qual alimento que o aluno costuma levar para sala de aula?	Fruta	36%
	Nada	36%
Na sua escola tem nutricionista?	Sim	81%
	Não	19%
A prática do futebol é desenvolvida nas aulas de Educação Física Infantil?	Sim	50%
	Não	30%
	Às vezes	20%
Qual idade em que há mais casos de alunos com obesidade?	6 a 10	64%
	10 a 14	36%
A alimentação da escola é abordada com base na pirâmide alimentar	Sim	44%
	Não	26%
	Às vezes	10%

Fonte: Próprio autor

## DISCUSSÃO

O estudo objetivou identificar a percepção de professores de Educação Física quanto à contribuição do futebol na prevenção da obesidade na Educação Infantil.

Dos vinte e cinco professores avaliados, as repostas, apesar de variadas, observa-se que há pouca participação no envolvimento dos pais no controle da obesidade dos alunos.

Nossos resultados apresentaram que, na escala da alimentação, podemos destacar que a maioria dos alunos leva muitos alimentos industrializados para a escola, enquanto outros não levam nada e há um número razoável de alimentos

com base na pirâmide alimentar. Seguindo o estudo de Struchine, *et al.* (2022), a alimentação saudável é frequentemente associada ao funcionamento ideal do corpo.

No esporte, foram identificados exercícios de corrida, ginástica e jogos de vôlei e futebol, respectivamente. No entanto, os professores não têm preparo e motivação para desenvolver temas transversais, como saúde, porque, muitas vezes, são obrigados a dominar diferentes disciplinas.

Quanto à prática do futebol, os nossos resultados apresentaram um percentual satisfatório, a maioria dos professores aplicam essa atividade nas aulas de Educação Física. De acordo com a pesquisa de Ripado (2022), em um vídeo do *YouTube*, podemos ver como os membros da fundação selecionam as crianças com melhor desempenho das diferentes turmas selecionadas para a campanha. A campanha termina com "todas as crianças têm direito à educação, independentemente da cor, credo ou clube". Este é apenas um exemplo de como o futebol pode mostrar empatia e, por sua vez, trazer à tona questões sociais sobre as quais as pessoas nem sempre falam.

Em se tratando da obesidade, observa-se um percentual preocupante, visto que a obesidade infantil está muito frequente na escola dos entrevistados e os pais não são participativos para evitar essa situação. De acordo com Faria (2021), o ambiente social familiar é considerado um importante fator que afeta a obesidade infantil. O comportamento dos pais na vida diária da família permite que eles participem como educadores sociais e nutricionais. Maus hábitos alimentares, especialmente aqueles que levam à obesidade infantil e podem ter problemas de saúde imediatos e de longo prazo, estão diretamente ligados aos hábitos dos pais. Ao influenciar a relação entre o comportamento alimentar das crianças e as estratégias que usam ao comer, eles podem ensinar as crianças o que, como, quando e quanto comer.

Ainda de acordo com Faria (2021), o papel da família e até mesmo colegas, professores e todas as pessoas na vida, podem encorajar hábitos alimentares, desejo de praticar exercícios etc. A maioria das influências familiares será seguida pelos filhos até a idade adulta e, provavelmente, será passada para a próxima geração.

Borim *et al.* (2020), apontam que, no Brasil, a obesidade infantil tem sido considerada um problema de saúde pública, podendo afetar as crianças precocemente e se tornar um risco para sua saúde atual. O ambiente escolar é propício para a realização de aulas de Educação Física. É um dos melhores momentos para enfatizar a relação entre exercício físico e alimentação saudável.

Nesse interim, a obesidade deve ser considerada um fenômeno social, por isso, o Brasil tem desenvolvido políticas públicas de saúde para desenvolver intervenções que promovam estilos de vida mais saudáveis (MARQUES, 2020).

Conforme foi demonstrado no presente estudo, o futebol foi demonstrado uma atividade rotineiramente praticada nas aulas de Educação Física. Havendo uma constância nesta prática pode combater a obesidade infantil e, ao mesmo tempo, melhorar a aptidão física das crianças. Segundo Oliveira (2018), estas alterações podem ser explicadas a nível geral pelo fato do futebol ser principal exercício aeróbico, coloca uma elevada exigência nos músculos do core e da parte inferior do corpo.

Nesse sentido, o futebol entra em ação no controle da obesidade infantil. A intenção original do jogo de futebol é fazer com que essas crianças saibam como vivenciar o esporte, não só para quem quer ser atleta, mas para todos que querem ter uma vida íntegra e saudável, para que as mudanças de comportamento e corporal se reflitam naturalmente. Isso permitirá que a percepção dos professores não seja apenas para orientações mecânicas, mas também orientem sobre a importância de práticas saudáveis e a relevância da Educação Física na formação do ser humano nos aspectos psicológico, social e cultural (RODRIGUES, 2020).

Portanto, de acordo com o presente estudo, os professores de Educação Física se preocupam com o tipo de alimentação que é levada para escola e a maneira como o ambiente familiar enfrenta a obesidade infantil. Assim, as aulas de Educação Física escolar devem assumir esse papel de cuidar da saúde física e mental dos estudantes, pois podemos pensar na importância da disciplina para desenvolver habilidades e aptidões físicas, bem como a conscientização de hábitos alimentares saudáveis e a prática de exercícios físicos regulares ao longo da vida.

A presente pesquisa apresenta limitação com desenho transversal na impossibilidade da relação de causa e efeito.



## CONCLUSÃO

Através dos resultados foi possível depreender que os professores de Educação Física avaliados propõem o futebol como prática física aos seus alunos em suas aulas e que esta prática colabora no combate à obesidade infantil. Além disso, foi possível depreender que os alunos possuem maus hábitos alimentares, havendo alunos com sobrepeso na escola.

Nesse sentido, a Educação Física se mostrou um importante instrumento na promoção da saúde, devendo integrar recomendações e intervenções para prevenir a obesidade nos alunos da escola, pois o principal fator de risco existe no cotidiano desses alunos e é um problema para o futuro.

Sugere-se a produção de novas pesquisas para poderem embasar ou não os resultados aqui encontrados.

## REFERÊNCIAS

ANDRIATTI, R.A.M. **Planejamento Participativo em Educação Física Escolar nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental**: Possibilidades e desafios. Rio Claro/SP 2020. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/202241>. Acesso: 07 dez. 2021.

BERNIERI, C. O. Lúdico e a Educação Física Escolar: Conceituando o Lúdico, A Educação Física e o lúdico, Relação professor e aluno, Jogos, brinquedos e brincadeiras e a Educação Física. **REI - Revista de Educação do UNIDEAU**, v. 1, n. 1, p. 97-114, 13 jul. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ideau.com.br/rei/article/view/38/61>. Acesso: 08 dez. 2021.

BRASIL. **Base nacional comum curricular: educação é a base**. Brasília, DF: Secretaria de Educação Fundamental, Ministério da Educação, 2018.

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física. Ensino de primeira à quarta série**. Brasília, DF: Secretaria de Educação Fundamental, Ministério da Educação, 1997.

BRASIL. Senado Federal. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional 9.394**, de 1996.

DA SILVA, A. M. C. Conjecturas Sobre a Educação Física Escolar na Atualidade. **Revista Conexão Universitária da FDB**, v2, n. 2, p. 118, agosto 2020. Disponível em: <https://unibrbotucatu.com.br/wp-content/uploads/2020/08/v2-n2-2020-agosto-2020.pdf#page=119>. Acesso: 07 dez. 2021.



DE CARVALHO, V. F, *et al.* **Princípios teórico metodológicos da educação física nos anos iniciais da educação básica.** Educação física escolar, 49. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Rafael-Marques>

Garcia/publication/348607842\_EDUCACAO\_FISICA\_ESCOLAR\_NOCOES\_BASICAS\_PARA\_AS\_SERIES\_INICIAIS/links/600753a345851553a0582d98/EDUCACAO-FISICA-ESCOLAR-NOCOES-BASICAS-PARA-AS-SERIES-INICIAIS.pdf#page=50. Acesso: 05 dez. 2021

DELVALLE. E. C, *et al.* Desenvolvimento Motor na Educação Infantil Através da Ludicidade. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 6, p. 1265–1277, 2021. DOI: 10.51891/rease.v7i6.1507. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/1507>. Acesso em: 7 dez. 2021.

JUSTINO, M. V. dos S. **A Educação Física no Ensino Fundamental I.** 2020. 28f. Monografia (Graduação em Educação Física) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/14611>. Acesso: 07 dez. 2021

MAGALHÃES, S., *et al.* O Esporte como Ferramenta Didático Pedagógica no Contexto Escolar. **Interação-Revista de Ensino**, Pesquisa e Extensão, v. 22, n. 1, p. 108-117, 2020. Disponível em: <https://periodicos.unis.edu.br/index.php/interacao/article/view/287>. Acesso em: 20 nov. 2021.

MAIA, D. F, *et al.* De. jogos e brincadeiras nas aulas de educação física para o desenvolvimento da criança. **Cenas Educacionais**, v. 3, p. e8623, 17 maio 2020.

MINAS GERAIS. **Currículo Referência de Minas Gerais.** Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais-SEE/MG, 2018.

OLIVEIRA, S. K. F. de S. **Jogos Populares nas aulas de Educação Física:** um estudo sobre possibilidades pedagógicas. 2020. 113f. Dissertação (Mestrado em Educação Física Escolar) – UFMT/Faculdade de Educação Física, Cuiabá, 2020. Disponível em: <https://cms.ufmt.br/files/galleries/210/S2fe1b6f1440460acf93c71fb33de0de3af7da16e.pdf>. Acesso: 04 dez. 2021.

PESSOA E. F. Ferramentas para Educação Física Escolar em Sala de Aula no Enfrentamento a Obesidade Infantil. **Revista Artigos**. Com, v. 21, p. e4500, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/index>. Acesso: 05, dez. 2021.

PICANÇO. I. A, *et al.* **Jogos e brincadeiras tradicionais nas aulas de Educação Física.** Monografia. Parintins/AM 2021 Disponível em: [https://www.rii.ufam.edu.br/bitstream/prefix/5954/4/TCC%20\\_IngraPicanco.pdf](https://www.rii.ufam.edu.br/bitstream/prefix/5954/4/TCC%20_IngraPicanco.pdf). Acesso: 08 dez. 2021.

Rodrigues, L. F. D. **A construção da experiência teatral na educação básica pela exploração de dispositivos tecnológicos.** Porto Alegre, 2020 Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/212956>. Acesso: 22 maio 2022.

SCHMITT, P. M., *et al.* **O brincar de bebês-mães e sua relação com o desenvolvimento psíquico, linguístico e motor.** Santa Maria/RS, 2019. Disponível em: <http://repositorio.ufsm.br/handle/1/20482>. Acesso: 22 maio 2022

**UEBEL, M. P. O Cérebro na Infância: um guia para pais e educadores empenhados em formar crianças felizes e realizadas.** São Paulo: Editora Contexto, 2022.