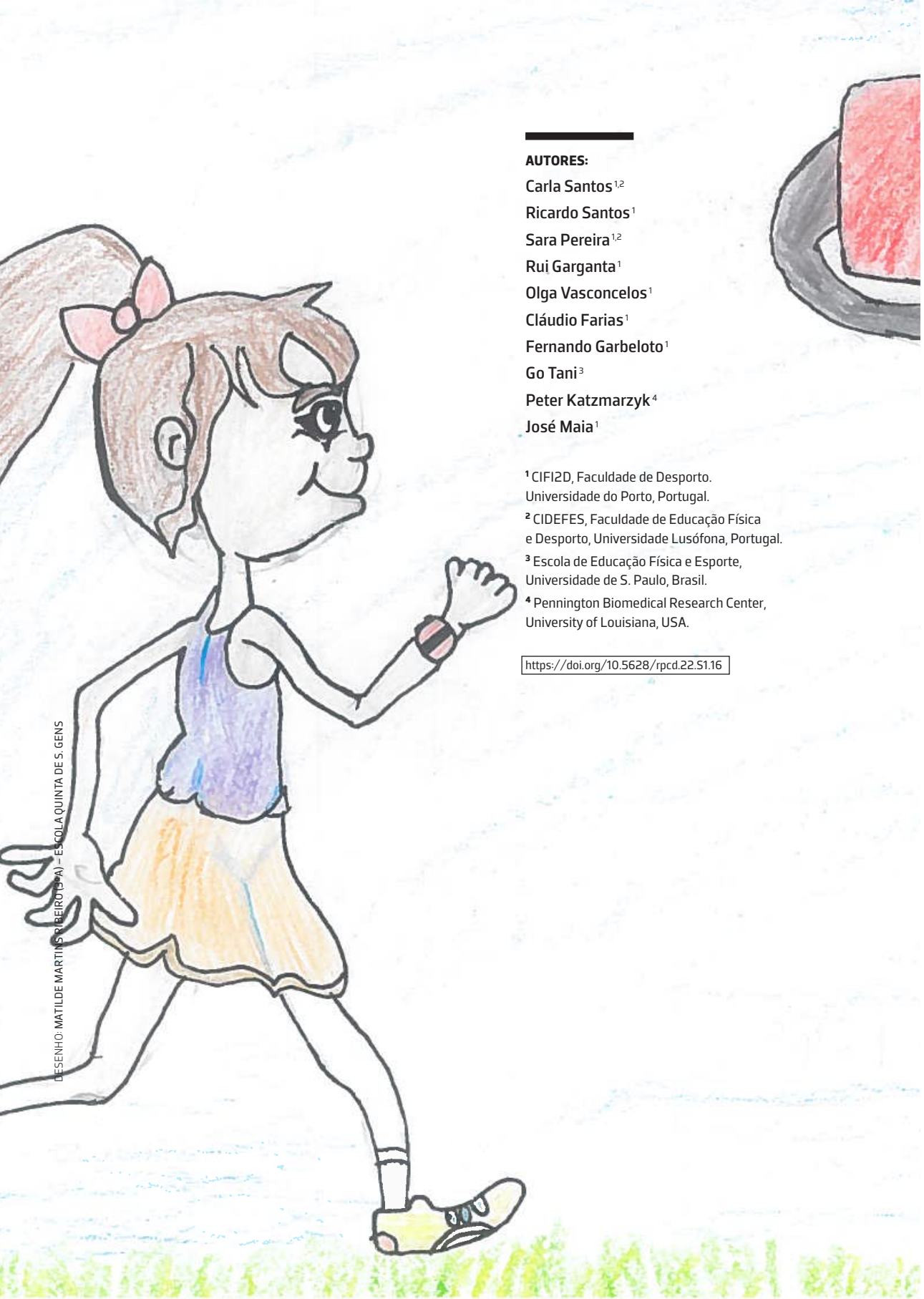

DESENHO: MATILDE MARTINS (REIROTA) – ESCOLA QUINTA DE S. GENS

AUTORES:

Carla Santos[1,2]
Ricardo Santos[1]
Sara Pereira[1,2]
Rui Garganta[1]
Olga Vasconcelos[1]
Cláudio Farias[1]
Fernando Garbeloto[1]
Go Tani[3]
Peter Katzmarzyk[4]
José Maia[1]

[1] CIFI2D, Faculdade de Desporto. Universidade do Porto, Portugal.
[2] CIDEFES, Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Lusófona, Portugal.
[3] Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de S. Paulo, Brasil.
[4] Pennington Biomedical Research Center, University of Louisiana, USA.

https://doi.org/10.5628/rpcd.22.S1.16

Introdução.

A pandemia COVID-19 precipitou novos desafios no crescimento e desenvolvimento das crianças em todo o mundo. A eficácia na (re)ação depende substancialmente do reconhecimento da importância do papel das instituições escolares e das aulas de Educação Física para o bem-estar e desenvolvimento harmonioso das crianças.

A crise pandémica, resultado da disseminação de um novo coronavírus – SARS-CoV-2 que determina a infeção COVID-19 – é um dos grandes desafios do século XXI. Este vírus infetou milhões de pessoas em todo o mundo, causando uma taxa elevadíssima de morbidade e mortalidade, sobrecarregando os sistemas de saúde, afetando os sistemas económicos, independentemente do nível de distribuição de riqueza de cada país. Com a crise sanitária que se instalou, associada ao desconhecimento epidemiológico e clínico, foram adotadas várias medidas de contenção e mitigação.

Portugal é um exemplo onde as rotinas diárias e os estilos de vida das pessoas foram fortemente impactados. No nosso país, os dois primeiros casos surgiram no dia 2 de março de 2020. A partir dessa data, ocorreu uma evolução exponencial no aumento de casos. Segundo os dados da Direção-Geral da Saúde, desde março de 2020 até agosto de 2022, morreram 18.874 pessoas e foram contabilizados 1.279.785 casos de infeção.

Esta crise pandémica levou a uma série de constrangimentos nos setores sociais e económicos, transversais a toda a população, exigindo um esforço de adaptação e reorganização nas suas vidas. Particularmente, os meses de março e abril de 2020 foram marcados pelo fecho total ou parcial das escolas, com suspensão de programas de atividades e dependência da aprendizagem virtual/on-line em casa ou televisão.

O conjunto abrangente de medidas implementadas levaram a meses de restrições, influenciando, sobretudo nas crianças, os seus comportamentos e hábitos de saúde. Isto traduziu-se em menos tempo para as suas atividades físicas e desportivas, o que dificultou o cumprimento das recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS), a que se juntaram alterações no tempo e na qualidade do sono, aumentos de sedentarismo (e.g. tempo de ecrã), alterações nos hábitos alimentares

e na sua saúde mental. Ao nível escolar, o encerramento das escolas originou alterações na rotina escolar diária, bem como a suspensão ou restrições das aulas de Educação Física. Simultaneamente, registou-se uma diminuição das deslocações ativas, da independência de mobilidade, do brincar ativo e da atividade física de lazer, reduzindo as oportunidades de prática das crianças, fatores que contribuem para manter um estilo de vida saudável e ativo ao longo da vida. Em consequência, foi exigido às crianças uma (re)adaptação, nunca imaginada, tornando-se necessário todo um processo de restruturação das suas rotinas diárias e familiares.

À medida que a pressão pandémica diminuiu, tornou-se urgente redefinir o "retorno à ação", pelo que hoje se esperam respostas rápidas e assertivas dos pais, escolas, educadores, políticos e governos para reduzir os seus impactos negativos no crescimento e desenvolvimento das crianças, sobretudo na era pós-Covid, durante a qual as crianças "padecem" das consequências físicas e psicológicas de mudanças tão dramáticas.

Lidar com esta situação requer uma abordagem ecológica ao problema, onde o crescimento e desenvolvimento saudáveis e sustentados das crianças sejam apoiados a nível individual, familiar e comunitário e considerados como sistemas dinâmicos e interrelacionados.

Sendo o crescimento e desenvolvimento saudáveis das crianças objetivos definidos pela Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, torna-se premente o estabelecimento de novas recomendações de intervenção para modificar a trajetória pandémica de crescimento e desenvolvimento das crianças, ajudando a prevenir consequências a longo prazo para a sua saúde. É urgente incentivar as crianças a cumprir as diretrizes da OMS em termos de atividade física diária para promover níveis adequados de coordenação motora, de desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais, bem como permitir que as crianças mantenham comportamentos ativos e saudáveis.

É amplamente reconhecido que os primeiros anos de vida são de grande importância e fundamentais para o desenvolvimento sustentado e harmonioso das crianças. A escola, particularmente através das aulas de Educação Física, está numa posição privilegiada não apenas para um desenvolvimento de qualidades e competências físicas, mas também para a criação de hábitos de vida ativa e saudável ao longo do tempo.

A educação construída no seio familiar, nos jardins de infância e escolas do 1º ciclo do ensino básico, no qual a Educação Física tem um papel fundamental, são pilares de valor incalculável na sustentação do desenvolvimento de cidadãos ativos e saudáveis.

A UNESCO reforçou este facto com orientações oficiais para os programas de Educação Física de qualidade dirigidos ao desenvolvimento de habilidades motoras, sociais e emocionais que promovam cidadãos autoconfiantes e socialmente responsáveis. Ainda assim, a falta de informação objetiva, confiável e atualizada sobre o estado de prontidão desportivo-motora das crianças pós-pandemia torna difícil uma avaliação rigorosa, por parte dos professores de Educação Física, sobre o alcance dos programas e apoios mais eficazes para sustentar o desenvolvimento motor adequado das crianças, de forma que possam atingir o seu potencial de desenvolvimento.

Assim, assume-se fundamental atualizar esta informação sobre o crescimento, desenvolvimento e comportamentos associados à saúde das crianças do 1º ciclo, especificamente na realidade do concelho de Matosinhos numa era pós-covid.

A aquisição, análise e interpretação desta informação permitir-nos-á desenvolver planos de ação mais esclarecidos, visando apoiar os pais, educadores e governantes a (re)criar uma sociedade ativa com ambientes saudáveis, adequados e sustentáveis.

Neste sentido, é tempo de (re)agir! E relembrar que a eficácia na (re)ação depende substancialmente do reconhecimento da importância do papel das instituições escolares e das aulas de Educação Física para o bem-estar e desenvolvimento das crianças.

Este número especial da RPCD está dividido em 9 artigos. Este é o primeiro. O segundo apresenta, em termos essenciais, o projeto REACT, o seu significado, alcance e estrutura, a conjugação dos seus delineamentos, as categorias de variáveis em estudo e a sua inter-relação, os modos de controlo da qualidade da informação, bem como toda a equipa REACT. O terceiro aborda o tema do crescimento físico das crianças e compara os resultados com outras regiões do país e com as referências da OMS. O quarto trata das frequências de casos de com sobrepeso e obesidade, compara-as entre freguesias e agrupamentos escolares, bem como com informação de outras regiões Portuguesas e do sul da Europa. O quinto concentra a sua atenção em aspetos fulcrais do desenvolvimento das habilidades motoras em termos comparativos — ao longo da idade, género, anos de escolaridade e com informação de outros países. O sexto aborda o tema da atividade física diária das crianças bem como aspetos da sua prática desportiva e tempo de sono. No sétimo serão tratadas as diferentes componentes da aptidão física enquanto marcadores indiretos do estado de saúde das crianças. O contexto diversificado, i.e., as infraestruturas e equipamentos disponibilizados nas escolas para as crianças estudarem e brincarem e terem aulas de Educação Física será apresentado no artigo 8. Por fim, no artigo 9 serão apresentadas as grandes conclusões do primeiro ano do REACT, bem como um conjunto variado de recomendações de natureza diversa dirigidos para as crianças, famílias, escolas e gestores públicos.

Este relatório foi escrito de um modo muito distinto do habitual. Assim, em cada artigo, à exceção deste, foram colocadas várias questões que estariam na mente de todas e todos quantos se interessam pelo crescimento e desenvolvimento das crianças a partir dos grandes propósitos do REACT.

Esperamos que o(a) leitor(a) possa encontrar nos artigos seguintes o mesmo entusiasmo de todo(a)s quanto(a)s estão ligados ao REACT — crianças, pais, professores, responsáveis camarários e investigadores. Boa leitura.

DESENHO: BEATRIZ PEREIRA (19A) – ESCOLA QUINTA DE S. GENS

REFERÊNCIAS

Nações Unidas (2020), Policy Brief: Education during COVID-19 and beyond.

Petretto, D. R., Masala, I., & Masala, C. (2020). School Closure and Children in the Outbreak of COVID-19. Clin Pract Epidemiol Ment Health, 16, 189-191. https://doi.org/10.2174/1745017902016010189

UNESCO. (2017). Posição da UNESCO sobre Educação Física de qualidade. https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/e-teams/quality-physical-education--qpe-policy-project/documents/l%C3%A9ducation--physique-de-qualit%C3%A9-epq-0

World Health Organization – WHO (2020). Coronavirus disease (COVID-19) Weekly Epidemiological Update and Weekly Operational Update. Disponível em: https://www.who.int/publications/m/item/weekly-epidemiological-update-on-covid-19---7-september-2022

Xiang, M., Zhang, Z., & Kuwahara, K. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected. Prog Cardiovasc Dis, 63(4), 531-532. https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.04.013