

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ENTRE O ESTUDO E O LAZER: UMA REFLEXÃO SOBRE O USO DO TEMPO
LIVRE DOS UNIVERSITÁRIOS**

GIOVANNA MINGARELI NOGUEIRA

**JOÃO PESSOA/PB
2010**

GIOVANNA MINGARELI NOGUEIRA

**ENTRE O ESTUDO E O LAZER: UMA REFLEXÃO SOBRE O USO DO TEMPO
LIVRE DOS UNIVERSITÁRIOS**

**Monografia apresentada ao curso de
Licenciatura em Educação Física do
Centro de Ciências da Saúde da
Universidade Federal da Paraíba –
UFPB, como exigência parcial para
obtenção do grau de Licenciado em
Educação Física**

NOME DO ORIENTADOR: Prof^ª: Dr^ª. Maria Dilma Simões Brasileiro

JOÃO PESSOA
2010

GIOVANNA MINGARELI NOGUEIRA

**ENTRE O ESTUDO E O LAZER: UMA REFLEXÃO SOBRE O USO DO TEMPO
LIVRE DOS UNIVERSITÁRIOS**

**Monografia apresentada ao curso de
Licenciatura em Educação Física do
Centro de Ciências da Saúde da
Universidade Federal da Paraíba – UFPB,
como exigência parcial para obtenção do
grau de Licenciado em Educação Física**

Data de defesa : ___ de _____ de _____

Resultado: _____

Banca Examinadora

Nome do orientador
UFPB/CCS/DEF

Prof. Dr^a Maria Dilma Simões Brasileiro

Nome Membro da banca
UFPB/CCS/DEF

Prof. _____

Nome Membro da banca
UFPB/CCS/DEF

Prof. _____

Dedicatória

Dedico este trabalho a minha avó paterna Norma Rossi, pelo exemplo maravilhoso que foi na minha vida. Por todos os ensinamentos que ela me proporcionou. Por ser a avó que sempre sonhei em ter e que continua à rezar por mim onde estiver, iluminando meus caminhos.(in memória)

AGRADECIMENTOS

Manuta Mingareli e Luiz Nogueira, meus pais, por todo carinho e apoio no decorrer de minha vida, tornando possível minha formação universitária. Por me ensinar a ser a pessoa que sou hoje, possibilitando a liberdade de escolher meus caminhos;

Aos meus irmãos, Luiz e Christina, por estarem sempre presentes em minha vida;

A Isabelle e Menara minhas afilhadas, Aos sobrinhos Miguel e Beatriz, representações de amor e beleza em minha vida;

Aos Amigos do curso, pelas lembranças que levarei das nossas vivências acadêmicas; Ana Raquel, Maíra, Bebel, Barbara, Pauly, Marci, Biel e Luã por todo apoio nas horas difíceis, pelas alegrias compartilhadas, por nossa amizade que perdura para sempre;

Aos companheiros do LAECOS, por todos as lembranças que levarei dos nossos momentos PIBIC;

Aos meus parentes, família Mingareli e Nogueira, por todo incentivo na minha formação pessoal e profissional;

Aos meus professores, pela referência acadêmica, pelos exemplos éticos a serem seguidos;

Ao meu namorado, Luciano, por todo amor dedicado neste período, por estar sempre disposto a ouvir as experiências vividas neste estudo por toda alegria que me proporciona;

A M^a Dilma Simões Brasileiro, destaco um espaço especial por toda a dedicação, competência e experiências compartilhadas, sempre acreditando no meu trabalho, tornando estes momentos, lembranças maravilhosas por toda a vida;

As minhas amigas, as xixas do coração, Ana, Emy, Carol, Débora e Isis, pela importância da amizade verdadeira;

Aos meus amigos do Surf, por fazerem parte da minha vida, por nossas viagens, por nossos momentos repletos de alegria;

A Janaina, agregada da família, irmã de coração.

A todos que direta e indiretamente contribuíram para a realização deste trabalho

RESUMO

Este estudo teve como objetivo conhecer os hábitos de lazer e físico-esportivos dos alunos ingressantes e concluintes dos cursos do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Caracteriza-se como sendo um estudo do tipo descritivo-exploratório com abordagem qualitativa. A técnica metodológica utilizada para a coleta de dados foi de dois Grupos Focais: um com nove alunos ingressantes e o outro com oito alunos concluintes dos cursos do CCS. Os dados apontaram que o acúmulo de atividades acadêmicas faz com que os universitários não tenham tempo para se dedicar ao lazer. A universidade é considerada pelos pesquisados como forte influenciadora na diminuição do lazer, devido sua estrutura curricular extensa. Apesar dos pesquisados serem estudantes da área de saúde, os mesmos não demonstraram que a prática físico-esportiva esteja consolidada entre seus hábitos do cotidiano. Em relação à cidade de João Pessoa, esta se encontra em fase de transição em termos de melhorias de políticas públicas voltadas ao lazer. Porém, a perspectiva dos entrevistados há de ser melhorado, visando beneficiar o lazer dos jovens, oferecendo mais segurança nos espaços públicos e maior divulgação e elaboração de projetos culturais. Como resultado deste trabalho de pesquisa temos que os hábitos de lazer e de atividades físico-esportivas dos universitários pesquisados têm sido prejudicados em vários aspectos, tornando-se necessário uma reconfiguração do modelo de ensino atual, o qual está voltado exclusivamente para formação profissional.

Palavras-chave: lazer universitário; hábitos de lazer; atividade física; esporte na natureza.

ABSTRACT

This study had as an objective to know the leisure habits and sports physical of the entering and graduating pupils of the courses of the Center of Health Sciences (CCS) of the Federal University of Paraíba (UFPB). It is characterized as being a study of the type exploratory-descriptive with a qualitative perspective. The technique used for the collection of data was of two Focal Groups: one with nine entering students and another with eight graduating students of the courses of the CCS. The data had pointed out that the accumulation of academic activities makes the college students unable to dedicate themselves to leisure because of the lack of time. The university is considered by the searched ones as strong influence in the reduction of the leisure, because of its extensive curricular structure. Although the searched ones are students of the health field, the same ones had not demonstrated that the practice of sports and physical activities are consolidated into their habits of the daily living. In relation to the city of João Pessoa, it finds itself in a phase of transition in terms of improvements of directed public policies to the leisure. However, since the perspective of the interviewed ones, it has to be improved, aiming at improving the leisure of the young, offering more security in the public spaces and bigger spreading and elaboration of cultural projects. Therefore, we consider in this study that the habits of leisure, sports and physical activities of the searched college students have been wronged in some aspects, becoming necessary a reconfiguration of the model of current education, which is focused exclusively toward professional formation.

Key-Words: university leisure; leisure habits; physical activity; sports in nature.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1-Corrída de orientação.....	29
Figura 2- Trekking.....	29
Figura 3 -Bungee Jump.....	29
Figura 4-Rapel.....	29
Figura 5- Escalada.....	29
Figura 6- Mountain Biking.....	29
Figura 7- Canoagem.....	30
Figura 8- Rafiting.....	30
Figura 9- Mergulho.....	30
Figura 10- Vôo Livre.....	30

LISTA DE TABELAS

Tabela 01 – Sujeitos da Pesquisa.....	32
---------------------------------------	----

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO.....	12
2.FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	15
2.1 Lazer: Remontando a história.....	15
2.2 Atividade Física: um caminho para uma vida saudável.....	20
2.3 Da selva de pedras ao natural: a busca por um estilo de vida saudável.....	24
3.METODOLOGIA.....	32
4. INTERFACES ENTRE O TEMPO LIVRE E LAZER: REFLEXÕES A PARTIR DOS RELATOS DE ACADÊMICOS DOS CURSOS DE SAÚDE DA UFPB.....	35
4.1 Lazer e tempo livre para os universitários: uma aproximação conceitual	36
4.2 Tempo livre e lazer: um sonho quase impossível.....	42
4.3 Espaços públicos de lazer: a praia em foco.....	44
4.4 A universidade como promotora de práticas de lazer.....	49
4.5 Esporte na natureza: curiosidade e interesse neste mundo desconhecido	53
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	56
6. REFERÊNCIAS.....	59
ANEXO	66
APÊNDICE.....	68

1 INTRODUÇÃO

Com o advento da tecnologia e do capitalismo na era moderna, a sociedade tem modificado seu estilo de vida, inclusive seus hábitos de lazer e físico-esportivos. No Brasil, a realidade não é diferente, a juventude brasileira, em especial os jovens universitários, acompanha essa tendência de transformações bruscas no estilo de vida, no intuito de atender, dentre outros motivos, às exigências do futuro mercado de trabalho.

Esta mudança no estilo de vida e a má utilização do tempo livre atrelada a falta de lazer podem causar conseqüências desastrosas, tanto no ponto de vista social, quanto no individual. Corroborando com esta idéia, Nathan (2000) afirma que a falta de exercícios físicos regulares, associada à exposição a altos níveis de estresse, além da adoção de dietas inadequadas e de posturas corporais estáticas na maior parte do tempo, muitas vezes com posturas incorretas, leva o corpo dos estudantes a se tornarem uma fonte de tensões. Como conseqüência, os músculos mais enrijecidos ficam vulneráveis às lesões, assim como as demais estruturas, criando dessa forma uma reação em cadeia indesejada, ou seja, um transtorno de saúde.

Outro fator que temos que considerar é que o lazer pode apresentar-se na vida do universitário de forma positiva ou negativa. Em se tratando dos universitários, as atividades físico-esportivas como forma de lazer tem um papel muito importante, pelo fato de uma grande parte dos universitários terem a prática do lazer associada ao consumo de drogas lícitas e ilícitas. Estudos realizados por Costa (2002) afirmam que a prática regular de exercícios físicos pode colaborar para o abandono do hábito do tabagismo. Como também, no estudo de Escobedo et al. (1993), o qual comprova que, adolescentes fumantes praticantes de esportes, fumam menos que fumantes sedentários. Assim sendo, podemos apontar que, no tempo destinado ao lazer, o ser humano pode distanciar-se dos vícios, buscando nestes momentos, a melhoria da saúde, do prazer e conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida.

Entre as várias formas de vivenciar o lazer na atualidade, um novo campo de estudos vem detendo a atenção de diversos pesquisadores, entre eles, Betrán (2003) e Bruhns e Marinho (2006). Eles têm dedicado suas pesquisas sobre a participação das pessoas no uso do seu tempo livre nos espaços naturais com o propósito de vivenciar diferentes práticas de aventura. Também, estudos como os de Munhoz (2004); Leite e Gonçalves Júnior (2003) revelam que estas buscas por um contato com a natureza e sensações de risco trazem um novo estilo de vida saudável para estes universitários.

Entender os hábitos de lazer e das práticas físico-esportivas como um vetor de promoção da saúde, assim como uma experiência pessoal e uma prática sócio-cultural, além da tradicional concepção biológica, é possuir uma visão global e equilibrada das relações entre o uso do tempo livre, das vivências do lazer, das práticas físico-esportivas e da saúde; é ultrapassar o limite de uma visão terapêutica e preventiva e penetrar em uma perspectiva que valorize a qualidade de vida pessoal e social. A partir desta perspectiva, este estudo aborda as questões do uso do tempo livre e de lazer, com enfoque nas práticas físico-esportivas, dentro de uma concepção de saúde, associada ao conceito de qualidade de vida em um contexto universitário.

Não existe, na maioria das universidades brasileiras, uma política de promoção do lazer, como também não existe uma política estruturada na maioria das universidades para o esporte universitário. Projetos de lazer para universitários, com o objetivo de contribuir para a elevação da qualidade de vida e para o processo de formação humana, pautado na construção da cidadania crítica e elevando o compromisso do acadêmico com seu bem estar bio-psico-social, estão sendo negligenciados pela política universitária.

Temos que começar a reconhecer o cotidiano dos cidadãos de forma macro, não se restringindo apenas ao trabalho. Temos que reconfigurar as ações universitárias, para enfrentarmos essa realidade complexa, que demanda outros valores, outras habilidades, outras atitudes. A Espanha e as universidades espanholas, por exemplo, já trabalham com estudos longitudinais sobre o lazer dos jovens e dos universitários (Rivadeneira, 2001, García Ferrando, 2001, Ruiz Olabuênga, 2001). Assim sendo, neste processo de abertura da universidade para

uma formação integral dos universitários, conhecermos os hábitos de lazer e físico-esportivo dos universitários é um ponto de partida para desencadear uma discussão quanto ao fomento do lazer contínuo e a difusão das práticas de lazer e do esporte, dentro das universidades.

Analisando, pois, as afirmações dos autores até aqui trabalhados, tanto na área do lazer como da atividade física e saúde, ou seja, a partir desta problemática dos pressupostos teóricos aqui apresentados, este estudo questiona o significado do lazer e do tempo livre para os universitários. A partir desta problemática, este estudo busca compreender o lazer e o tempo livre vivido pelos estudantes da área de saúde da UFPB. Abordando especificamente, o significado dos conceitos de lazer e tempo livre; a percepção e níveis de satisfação do uso do tempo livre/lazer vivido; a percepção dos programas e infra-estrutura do setor público existentes na cidade de João Pessoa para o tempo livre/lazer dos jovens; o papel da universidade e a percepção dos universitários quanto a quantidade e qualidade de infra-estrutura e equipamentos para a prática de lazer e esporte na UFPB. Ainda, buscamos identificar o conhecimento e as práticas de lazer e esporte na natureza.

Este estudo justifica sua relevância, tanto em termos acadêmico na busca de suprir as lacunas da temática do lazer, como também refletir sobre o papel da universidade na formação integral dos universitários e na reconfiguração das ações universitárias. Enquanto que, em diversos países as pesquisas sistemáticas nessa área vêm se realizando com excelente qualidade, no Brasil, e mais especificamente na Paraíba, estudos sobre hábitos de lazer e físico-desportivos dos universitários são praticamente inexistentes, o que demonstra a importância deste estudo.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Lazer: Remontando a história



Fonte: www.google.com/imagens.

Estudos sobre o lazer no Brasil foram evidenciados a partir da segunda metade do século XIX, no qual o lazer era entendido como o tempo disponível depois de suas ocupações, sendo, por muito tempo, considerado como algo supérfluo, sinônimo de luxúria (para as classes abastardas) e vagabundagem (para as classes trabalhadoras). Devido às conquistas trabalhistas e a uma nova concepção de homem e de sociedade, o lazer, com o passar dos anos, ganha uma nova definição, ao qual, neste sentido, é atribuída a vontade do indivíduo, a livre e espontânea realização da atividade de distração durante o tempo não ocupado pelo trabalho (DUMAZEDIER,1980).

Ainda segundo este autor, para melhor compreender o que vinha a ser este lazer, ele classificou o mesmo em cinco categorias de atuações, chamadas, pelo próprio autor, de “conteúdos culturais”, o qual era definido como:

- 1º lazer artísticos: o desenvolvimento das habilidades manuais;
- 2º lazer físico-esportivos: exercícios para o corpo;
- 3º lazer manuais: incremento da imaginação;
- 4º lazer sociais: o relacionamento social e o
- 5º lazer intelectual: desenvolvimento do raciocínio.

Com a intensificação em estudos nesta área, Camargo (1989) complementou estas divisões feitas por Dumazedier acrescentando uma sexta classificação, o lazer turístico: novos conhecimentos.

Dumazedier (2000) define o lazer como sendo:

Um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para diverti-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais (p.34).

Porém, a sociedade capitalista transformou o lazer num puro conto de fadas, inacessível, como se fosse uma "coisa de luxo". O trabalhador vive alienado pelo

seu trabalho. O tempo é encarado como uma moeda corrente que pode ser gasta, desperdiçada ou ganha.

O lazer é então revelado pela aquisição de aparelhos eletrônicos ou diversões compradas, aumentando, assim, o consumo e alimentando o sistema capitalista. Desta forma, o trabalho passa a ser toda a fonte de riqueza e realização dos seres humanos, uma vez que a vida moderna, cada vez mais, vem exigindo dos indivíduos muitas qualificações, especializações e, com isso, o tempo disponível para as práticas de lazer vem se tornando ainda mais escassos. Essa falta de tempo para o lazer, atrelado à rotina estressante das cidades, vêm agravando sérios problemas de saúde para a população.

Os espaços urbanos destinados ao lazer existentes nos dias de hoje passam por uma total incoerência com as reais necessidades e condições monetárias da maior parte da sociedade. As práticas de lazer estão diretamente ligadas ao consumo, os espaços públicos para estas práticas muitas vezes em péssimo estado e sem segurança, fazem com que cada vez mais as pessoas procurem lazer privado e com isso, quem detêm um maior poder aquisitivo tem a sua prática de lazer mais consolidada.

Vivemos em uma organização social na qual o trabalho é a principal referência de tempo usada pelo indivíduo na orientação de sua vida. Tudo gira em torno do trabalho e dos intervalos de tempo existentes entre ele. Nesse contexto, o lazer continuamente criticado e confundido como sendo o ócio, é visto muitas vezes como algo improdutivo, fundado na brincadeira e no descanso, algo que não é “sério”, portanto, desprovido da necessidade de ser focado por meio de uma análise crítica.

Diferentemente do que é entendido e do que acontece na prática, o lazer é no território brasileiro um direito com amparo legal. Encontramos algumas manifestações formais de garantia e legitimidade do lazer, na Magna Carta e na CLT (Consolidação das Leis do Trabalho). Consta expressamente e como garantia fundamental, na Constituição Federal, em seu art. 6º que:

São direitos sociais a educação, a saúde, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a

previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta constituição (BRASIL, 2003).

Mas, para que esse direito se efetive, se faz necessário que a sociedade entenda que lazer não é sinônimo de ociosidade, e sim, uma realização pessoal, um dos itens para se obter um estilo de vida saudável, uma vivência prazerosa para a promoção da qualidade de vida e para o bem-estar, cabendo ao poder público dispor de mais espaços para a realização destas práticas.

Para Marcellino (1987) o lazer também poder atuar como alavanca de transformação social, pois é um fenômeno gerado historicamente, do qual podem emergir valores questionadores da sociedade. A admissão da importância do lazer na vida moderna significa, pois, considerá-lo como um espaço privilegiado para a vivência de valores, que possam contribuir para mudanças sociais e culturais, imprescindíveis à construção de outra realidade social, mais justa e humanizada.

São nesses momentos disponibilizados para as práticas de lazer que o ser humano desenvolve atividades de interação e de bem estar. A utilização dos momentos de tempo livre destinados a práticas saudáveis de lazer fazem mudanças na vida das pessoas, trazendo-lhes benefícios afetivos, cognitivos e sociais.

Com a evolução dos direitos trabalhistas proporcionando aos trabalhadores menos carga horária de trabalho, maiores benefícios salariais e aposentadorias mais justas, estudos têm demonstrado De Masi, (2000); Latiesa, (2000); que cada vez mais existe um tempo maior disponível para população em geral, seja pelo avanço tecnológico ou pela aposentadoria. Igualmente, aumenta a diversidade de novas opções de como utilizar o tempo livre. Esta realidade é um reflexo do progressivo desenvolvimento social e do aumento da qualidade de vida da população, onde o tempo livre e o lazer representam um âmbito sócio-cultural e educativo em crescimento e transformação.

A educação para o lazer ou o lazer como objeto de educação significa um melhor aproveitamento do tempo livre onde, segundo Marcellino (2002), só com a

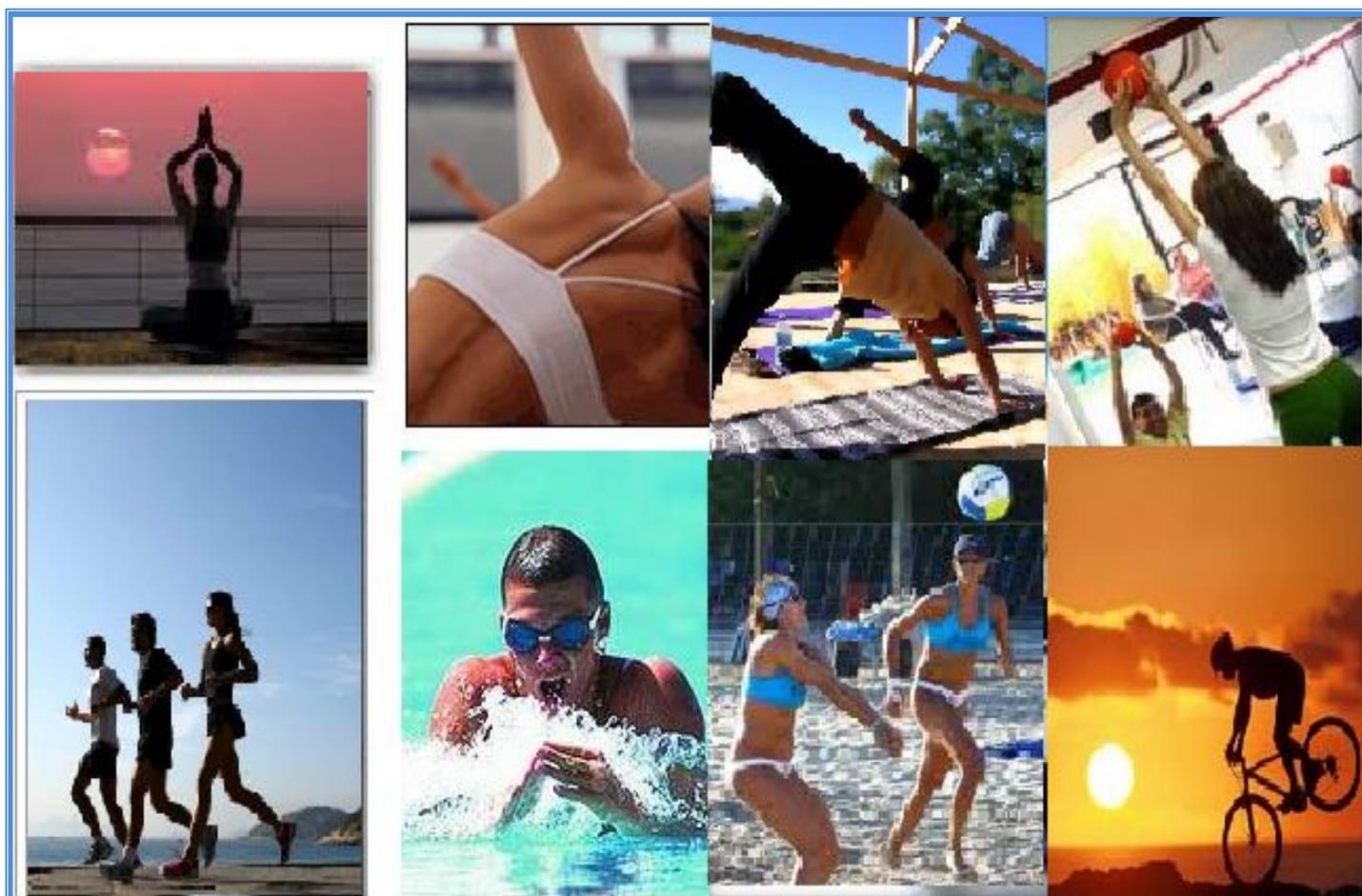
realização de uma educação para o lazer é que podemos esperar que a escolha de como utilizarmos o tempo livre seja mais autêntica, uma vez que o indivíduo terá maiores condições de optar entre alternativas mais variadas. Desta forma, pode-se evitar que este seja manipulado pelos meios de comunicação de massa e outros “modismos”.

Os grandes esforços para a formação para o trabalho, na maioria das vezes, têm negligenciado o “sentido humano” do ser humano e tem gerado todo tipo de resultados contraditórios. Para comprovar esta afirmação, basta pensarmos em uma das preocupações do momento dentro da nossa realidade social, qual seja, a aposentadoria com qualidade de vida de uma população formada quase que exclusivamente para o trabalho e a utilização do tempo livre por meio do uso de bebidas alcoólicas e drogas pelos jovens. Qualquer uma destas questões obriga a colocar a atenção no processo educativo dos cidadãos. E a universidade não se exime desta responsabilidade.

Vários estudos vêm sendo realizados no intuito de analisar quais são os hábitos de lazer e uso do tempo livre dos universitários no Brasil, como no estudo realizado por Viera (2004) no qual buscou identificar as atividades extracurriculares dos alunos do primeiro ao quarto da FMRP-USP, e o artigo de Silva (2006), que verificou o grau de associação entre o estilo de vida, a situação socioeconômica e o uso de álcool, tabaco, medicamentos e drogas ilícitas nos últimos doze meses entre os universitários de ciências biológicas da Universidade de São Paulo. Na análise desses dois estudos, ficou evidente que, a falta de tempo destinado a prática de lazer no tempo livre dos universitários compromete seu rendimento acadêmico e sua vida pessoal, prejudicado por apresentar níveis elevados de stress, uso de drogas e má qualidade de vida.

Desta forma se apresenta a importância das universidades deterem mais atenção a projetos de lazer para os universitários, visando, assim, um melhor desempenho acadêmico e pessoal desses estudantes tão massacrados por este sistema que visa apenas o desenvolvimento profissional de seus alunos.

2.2 Atividade Física: um caminho para uma vida saudável



Fonte: www.google.com/imagens.

Podemos afirmar que desde os nossos antepassados a atividade física já era realizada. Os indivíduos para sua sobrevivência caminhavam por várias horas em busca de alimentos, guerreavam por suas terras, e a força era elemento primordial para sua defesa e conquista de novos territórios. Na atualidade podemos citar várias formas de atuação que à prática de atividade física vem se apresentando: pela estética, pela saúde, melhor condicionamento físico, auto-rendimento, lazer, entre outras.

A prática de atividades físicas é algo de relevância a ser destacado, pois ela é um dos grandes componentes para se obter um estilo de vida saudável. Já bastante evidenciada na literatura, a atividade física é fator de proteção para uma série de doenças crônicas não transmissíveis (Bauman, 2009). No entanto, o nível de atividade física da população, devido a seu ritmo cotidiano de trabalho e estudo, vem diminuindo de maneira agravante. Nas sociedades contemporâneas caracterizada por países industrializados, a falta de atividade apresenta-se como fator determinante para morte prematura e a diminuição da qualidade de vida (NAHAS, 2001). De acordo com Guedes et al. (2006), a prática habitual de atividade física é caracterizada como componente importante do estilo de vida, coligada à promoção e manutenção da saúde.

O estilo de vida das pessoas já está sendo modificado desde as primeiras fases da vida. Crianças e adolescentes que tinham como forma de diversão as brincadeiras populares, realizadas na rua, hoje tal comportamento não é mais visto. Crianças e adolescentes estão substituindo estas atividades que envolviam esforço físico por atividades e jogos eletrônicos (GUEDES; GUEDES, 1993).

Estudo realizado com adolescentes verificou o grau de associação entre assistir TV e a prevalência de sobrepeso. Os resultados apresentados por este estudo verificou que maus hábitos desenvolvidos nesta fase da vida podem acarretar risco a saúde e qualidade de vida na fase adulta, enfatizando a importância de se adotar a prática regular de atividade física como prevenção de doenças crônicas cardiovasculares, alguns tipos de câncer, assim com a diabetes tipo II (SILVA E MALINA 2003).

Em relação ao estilo de vida dos adolescentes, o nível habitual de atividade física parece influenciar esta variável, uma vez que os adolescentes ativos, tanto meninos quanto meninas, apresentam melhor estilo de vida que os sedentários. O estilo de vida e o nível habitual de atividade física de adolescentes têm sido positivamente correlacionados na literatura (NAHAS, 2003).

Atualmente, o sedentarismo pode ser encarado como um problema mundial, afetando a saúde das pessoas. Nos Estados Unidos, o número de mortos que podem ser associados ao estilo de vida sedentário levado por essas pessoas chega aproximadamente a duzentas mil mortes por ano (DOMINGUES; ARAÚJO; GIGANTE, 2004). No Brasil, a situação do sedentarismo não é muito diferente; dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística IBGE (1999) em uma pesquisa sobre padrões de vida, revelaram que em relação à população de adolescente, a porcentagem de indivíduos sedentários varia entre 42% e 94%, já a população adulta foram categorizados 80,8% o número de sedentários.

Uma criança que tem o costume de praticar atividade física, possivelmente este hábito se perdurará em sua fase adulta, diminuindo assim o risco de doenças crônicas, má qualidade de vida, e o afastamento de vícios negativos na fase da adolescência.

A fase de transição da adolescência para a fase adulta é uma etapa de muitos conflitos internos para os adolescentes, pois a fase adulta representa uma maior independência que muitos ainda não têm, representando, assim, uma fase da vida de insegurança e rebeldia, na qual os hábitos de consumo de drogas ilícitas e lícitas são altíssimos. Um estudo realizado com 16 capitais brasileiras, cujo objetivo era avaliar o número de indivíduos com idade entre 15 e 24, que nos últimos 30 dias haviam ingerido pelo menos uma dose de bebida alcoólica revelou resultados bem elevados da ingestão de álcool entre a população estudada, variando entre as capitais de João Pessoa com 30,3% e Florianópolis com 61,0% (BRASIL, 2004).

A falta de atividade física é também percebida entre os universitários. Estes vêm sendo apontados como portadores de uma série de comportamentos de risco para a saúde, dentre eles, baixos níveis de atividade física. Entre este grupo, a

atividade física pode ser fator de proteção a comportamentos ligados a depressão e ao suicídio (TALIAFERRO, RIENZO, 2009).

Administrar as obrigações acadêmicas e as práticas de atividade física tem sido algo difícil para os universitários, pois a necessidade de dedicar mais o seu tempo para os estudos, devido a grande carga horária de aulas, tem tornado estes universitários cada vez mais sedentários, como demonstrado no estudo realizado por Sanz (2005) em universidades espanholas, onde o número de universitários sedentários demonstrou-se bem elevado.

Os universitários muitas vezes matriculados em cursos integrais passam o dia na universidade estudando, ou, quando não, precisam trabalhar nos turnos opostos as aulas para sua sobrevivência. A realização e divulgação de programas e projetos de práticas de hábitos saudáveis se fazem necessários na vida desses universitários, tão acostumados a este ensino formador, exclusivamente de profissionais para o trabalho, sem pensar na qualidade vida que estes estudantes estão levando. Nahas (2001) corrobora com este pensamento, quando diz que o estilo de vida é importante para a saúde e toda ação que proporcione as pessoas um reconhecimento da necessidade de mudança de comportamento, deve ser sugerida e incentivada.

Portanto, se faz necessário que as universidades disponham de ambientes agradáveis, com segurança e instalações adequadas para as práticas de atividade física, para que os dados relacionados à prática saudável de atividade física dos universitários sejam diferenciados.

2.3 Da selva de pedras ao natural: a busca por um estilo de vida saudável



Fonte: www.google.com/imagens.

A partir da segunda metade do nosso século, em busca de escapar do estresse e da aceleração causada pela modernidade, vem aumentando o número de adeptos às novas práticas alternativas e aos esportes individuais ligados a natureza. O desenvolvimento dessas atividades surge como uma medida de oposição às tensões ocasionadas pelo estresse decorrentes do desenvolvimento da sociedade (CANTORINE; OLIVEIRA, 2005).

Essas atividades, compreendidas como atividades físicas de tempo livre que se busca sentimentos, emoções e sensações fundamentalmente individuais em interação com um ambiente ecológico ou natural, são atividades que em harmonia com os novos valores sociais da pós-modernidade vem crescendo consideravelmente. Neste sentido, na sociedade atual tem se tornado freqüente a busca pelo desconhecido, pela aventura longe dos modelos urbanos de relações, em que percebemos também o aumento de vivências naturais, presentes nas atividades físicas em contato direto com o meio ambiente natural, no intuito de buscar condições favoráveis à qualidade de vida.

A este respeito, Bruhns (1997) acredita-se que hoje se vive uma fase complexa, com perdas de valores e estilos de vida que contribuem para um vazio existencial e incômodo permanentes. Este pode ser o motivo pelo qual se busca algo desconhecido e indefinido nas práticas de esporte na natureza, as quais estão centradas na aventura e no risco controlado. Este retorno à natureza é resultado do modo de vida imposta pelo modelo capitalista, que faz com que as pessoas busquem fugir da rotina estressante e do caos vivido nos centros urbanos.

A busca pelo prazer, pela emoção e pela aventura podem representar, na visão de Schwartz (2002), importantes elementos potenciais na perspectiva de alterações de atitudes e valores, características fundamentais ligadas ao hábito destas práticas, capazes de interferir na perspectiva de mudanças de estilos de vida cada vez mais almejados no mundo contemporâneo.

Uma das atividades naturais em que mais cresce o número de adeptos são as atividades físicas de aventura, já que estas proporcionam sensações, emoções e percepções bastante diversas daquelas do cotidiano, como transposições de riscos e desafio individual, integrando necessidade e prazer.

As atividades no meio natural proporcionam aos participantes a vontade de voar como as aves, de nadar como os peixes e deslizar como o vento. Não existe o

desejo de superação física para ser o melhor, há a busca pelo risco, pelos desafios e pela superação.

A prática de atividades ligadas à natureza vem se tornando uma nova possibilidade no âmbito do lazer, no sentido do preenchimento da preocupação humana em busca da melhoria da qualidade existencial, especialmente na área da Educação Física, em que o universo tem se expandido em direção a novos segmentos de prática, ao exemplo, das atividades físicas de aventura na natureza.

Estudos mostram Betrán (2003); Teruya (2000) que a procura por atividades ligadas à natureza vem a preencher o vazio deixado por práticas do esporte moderno (voleibol, futebol, musculação, entre outros). Práticas estas realizadas em locais fechados e com um grande número de participantes.

As atividades ligadas à natureza, onde o tempo/espaço de prática é mais livre e comum a todos, independentemente do seu nível de aptidão física, é um critério que orienta prioritariamente essas práticas atingindo mais facilmente um ambiente de convívio harmonioso, entre homens e mulheres, adultos, crianças e idosos, tornando-se, portanto, uma atividade inter-geracional e inter-gênero.

Schwartz (2002) enfatiza que os indivíduos, nos momentos disponíveis para as vivências de lazer, procuram envolver-se em atividades que possam distanciá-los da mesmice e que propiciem o rompimento com a rotina. Assim, as atividades físicas de aventura estimulam uma integração entre necessidade e prazer, oriundos dos diversos aspectos positivos provenientes das vivências em meio natural.

Frente a uma crescente conscientização da necessidade de vivências mais espontâneas e significativas, estas atividades vêm crescendo diariamente, devido a vários fatores como: fuga da rotina estressante e do caos urbano; a procura por momentos de liberdade, novas emoções, vivência de riscos, etc. (TAHARA; SCHWARTZ, 2002). Os esportes de aventura oferecem a possibilidade de vivenciar sentimentos de prazer em função de suas características que promovem, inclusive, a ampliação do senso de limite da liberdade e da própria vida.

Sant'Anna (2001,p.58) descreve que:

A utilidade pública dos antigos lazeres parece esmaecida diante do colorido internacionalizado das roupas esportivas atuais e das atividades que buscam aliar diversão a superação dos próprios limites, controle das emoções a liberação de adrenalina, tecnologia a ecologia, precisão de gestos a evasão dos sentidos.

Aliada a busca por belezas naturais e fugir das pressões do dia a dia, essas atividades buscam a aproximação do ser humano com o natural, trazendo o diferencial para esta sociedade competitiva.

A prática de atividade física e hábitos de lazer estão diretamente ligados a qualidade de vida das pessoas. Nesse sentido, sobre essa temática, estudos estão sendo realizados com diversos segmentos da sociedade, entre eles os universitários, tendo em vista a expansão dessas atividades de aventura dentro das universidades, as quais podem ser traduzidas pelo desejo de aproximação maior e mais intensa com o meio natural, movido por inúmeros ideais. Viera (2004), Silva (2006), Guedes et all (2006) e Ecave et all (2009) avaliaram em suas pesquisas os hábitos de lazer na natureza praticados por universitários de diferentes áreas. Estes estudos procuram levar em conta a importância de reflexões sobre esta interação humana com o meio ambiente, apontando o compromisso com mudanças de atitudes e valores, que possam interferir positivamente nessa relação (BRUHNS, 1997).

São muitas as nomenclaturas designadas a este tipo de atividades, os nomes mais comuns são: Esporte de Aventura; Esporte em Integração com a Natureza; Esportes Radicais; Atividade Física de Aventura na Natureza (AFAN's); Esportes Californianos; Esportes em Liberdade; Esportes Selvagens; Atividades Deslizantes de Aventura e Sensação na Natureza etc. Todas estas designações mostram alguma característica relacionada com as atividades ligadas a natureza.

Segundo (BRUHNS 2003), as atividades de aventura na natureza podem ser entendidas como práticas individualizadas, que aproveitam energias da natureza (gravidade, vento, ondas) e se fundamentam, geralmente, em condutas motoras de

deslizamento, equilíbrio e velocidade de deslocamento sob circunstâncias controladas de risco, bases para a aventura. O espírito aventureiro, hoje tão ou mais presente nas atividades esportivas de aventura e risco calculado, permite ao ser humano “jogar com o destino” e com as adversidades (COSTA, 2002).

As atividades físicas de aventura são dotadas de características consideradas atualmente como "radicais", entre as quais se configuram o risco, a vertigem e a superação de limites internos e externos, numa busca incessante pelo prazer, pela conquista do "estar livre", fazendo concretizar um ideal de liberdade de vida e pela satisfação da superação pessoal em vivências significativas, onde os seres humanos, atraídos pelo entretenimento, por emoções e pela oportunidade de aventura, buscam as práticas alternativas e criativas, tais como os esportes radicais, os quais requerem o meio natural como cenário principal para sua realização

As atividades físicas na natureza têm como característica levar as pessoas a vivenciarem atividades diferentes do seu habitual, como: escalar uma montanha, saltar, mergulhar, descer uma cachoeira, entre outras. Segundo Feixa (1995) e Teruya (2000), essas atividades apontam uma possibilidade de maior presença de estímulos e sensações de prazer tendo em vista as características apresentadas por tais vivências.

Betrán, (2003) classifica as atividades físicas na natureza levando em consideração características intrínsecas e extrínsecas em cinco divisões: 1º Ambiente físico: podendo este estar relacionado ao plano em que a atividade acontece, sendo ela horizontal ou vertical, ao local: Água, Ar ou terra entre outros fatores como temperatura, chuva, vento etc; 2º Ambiente pessoal: sentimentos, emoções e sensações proporcionadas com estas práticas; 3º Atividades: classificadas pelo autor 32 atividades; 4º Valorização ético-ambiental: atividades realizadas em meio natural podem trazer impactos ambientais para estes locais podendo estes ser classificados de acordo com a intensidade e número de participantes em três níveis de intensidade: Alto, médio ou baixo e a 5º divisão classificada por Ambiente social: que é caracterizada pela relação do indivíduo com os outros participantes.

Abaixo descrevemos algumas das atividades mais desenvolvidas em ambientes naturais:

- Corrida de orientação: é uma corrida a pé, onde o competidor usa apenas a bússola e um mapa topográfico para chegar de um ponto ao outro;



Figura01. Corrida de orientação
Fonte:www.google.com/imagens.

- Trekking: caminhar, andar, trilhar na mata;



Figura 02. Trekking
Fonte:www.google.com/imagens.

- Bungee Jump: saltar de um vão livre, conectado a um cabo de feixe de elástico;



Figura 03. Bungee Junp
Fonte:www.google.com/imagens

- Rapel: técnica vertical básica para a descida controlada em qualquer atividade de montanha;



Figura 04 Rapel
Fonte:www.google.com/imagens.

- Escalada: técnica de subir em rochas, usando ou não equipamentos especiais;



Figura 05 Escalada
Fonte:www.google.com/imagens.

- Mountain Biking: andar de bicicleta em montanhas trilhas no mato e descer por caminhos com pedras, raízes e outros obstáculos;



Figura 06 Muntain Biking
Fonte:www.google.com/imagens

- Canoagem: esporte praticado com canoas, onde utilizam remos para a locomoção. Pode ser praticado em rio ou mar;



Figura 7 Canoagem
Fonte:www.google.com/imagens.

- Rafting: esporte que utiliza botes infláveis para descer corredeiras em rios que correm com velocidade;



Figura 8 Rafting
Fonte:www.google.com/imagens

- Mergulho: descobrir, fazer parte do mar. O mergulho é um esporte individual, onde o homem se entrega ao mar para descobrir suas belezas;



Figura 09 Mergulho
Fonte:www.google.com/imag

- Vôo Livre: esporte praticado com Asa Delta ou Paraglider. No vôo livre, o praticante se desloca de uma montanha e tem o objetivo de subir com as correntes ascendentes de ar quente.



Figura 10. Vôo Livre
Fonte:www.google.com/imagens.

Estudos realizados atualmente por Pimentel et all (2010) revela que referente ao motivo da procura por estas práticas foram citadas a intensificação das emoções (30,83%), qualidade de vida (33,53%), sair da rotina (18,26%) e rejuvenescer (13,77). O objetivo destas práticas não esta em chegar primeiro, ser o melhor. O objetivo está em completar a prova independente do tempo, desfrutar da beleza que esta em volta, na espera do imprevisto dos obstáculos a serem superados.

Segundo Villaverde (2001 p.110):

Trata-se de um desempenho muito mais guiado pela habilidade e beleza dos gestos do que por sua funcionalidade, mais pelo prazer do que pela sua utilidade. Trata-se do triunfo do estilo sobre a força [...] passam a ser dirigidas, antes de mais nada, pela sensibilidade. Trata-se de sentir, experimentar, compor e negociar.

Nesse pressuposto, os sujeitos envolvidos nas vivências junto à natureza têm efetivas oportunidades de auto-desafio e de rompimento com a monotonia do dia-a-dia, pois o risco controlado pelo auxílio de dispositivos utilizados nas práticas de atividade física de aventura proporciona sensações, emoções e percepções bastante diversas daquelas do cotidiano, associadas aos sabores da aventura, do ineditismo, da novidade, que são características nessas práticas de lazer.

3 METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como sendo um estudo descritivo-exploratório, no qual tem por objetivo conhecer a cultura de hábitos de lazer e físico-esportivo dos universitários do Centro de Ciências da Saúde da UFPB.

Para este estudo descritivo-exploratório a abordagem utilizada foi à qualitativa que, na visão de Richardson (1989), se justifica por ser uma forma adequada para compreender a natureza de um fenômeno social, possibilitando em maior profundidade o entendimento das particularidades do comportamento e escolhas dos indivíduos.

Os sujeitos desta pesquisa foram os alunos do primeiro e último período dos cursos de Educação Física, Enfermagem, Nutrição, Farmácia, Fisioterapia e Odontologia do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba, no período de 2010.1.

A pesquisa foi realizada com dois grupos focais, que segundo Vaughn et al. (1996), é uma técnica qualitativa que pode ser usada sozinha ou com outras técnicas qualitativas ou quantitativas, para aprofundar o conhecimento das necessidades dos sujeitos, assim como identificar percepções, sentimentos, atitudes e idéias dos participantes a respeito de um determinado assunto.

O primeiro grupo focal foi realizado com dois universitários escolhidos aleatoriamente de cada curso acima citados, matriculados no último período, perfazendo um total de 12 alunos. Já o segundo grupo focal realizado com a mesma proporção de alunos por curso, porém matriculados no primeiro período.

Tabela 01
Sujeitos da Pesquisa

Educação Física	Odontologia	Enfermagem	Fisioterapia	Farmácia	Nutrição
1º= 2 alunos	1º= 2 alunos	1º=2 alunos	1º=2 alunos	1º= 2 alunos	1º=2 alunos
8º= 2 alunos	10º= 2 alunos	9º= 2 alunos	10º= 2 alunos	10º=2 alunos	8º= 2 alunos

Como o estudo envolve seres humanos, o projeto de pesquisa foi enviado ao Comitê Ética do Hospital Universitário Lauro Wanderley, o qual foi aprovado pelo protocolo CEP/HULW nº 303/10 (ANEXO C). No início da realização dos grupos focais foi entregue aos universitários o Termo Livre e Esclarecido, no qual solicita o consentimento dos mesmos para a participação no estudo.

A primeira fase da pesquisa de campo consistiu no teste piloto para o grupo focal, onde foram realizadas conversas informais do próprio pesquisador com universitários de características similares aos pertencentes ao estudo, para testar as categorias de análise formuladas para este estudo. Analisando as informações coletadas no teste piloto, as categorias de análise foram reformuladas para a realização do grupo focal com os sujeitos da pesquisa.

Utilizamos como base para o grupo focal um roteiro pré-estabelecido (Anexo A), que serviu como guia para o andamento das discussões. Esse tipo de procedimento caracteriza-se pela sua flexibilidade, o que permite aos entrevistados discorrer sobre os aspectos que estão sendo abordados da forma mais espontânea possível, possibilitando assim, o aflorar de suas evocações e opiniões, buscando compreender as perspectivas, percepções e anseios dos universitários em relação aos hábitos de lazer e físico-esportivo dentro de um contexto sócio-econômico e cultural.

No intuito de melhor captar as falas foi feito uso de um gravador, pois assim, ao escutar e transcrever as entrevistas foi possível atentar para os detalhes das expressões dos sujeitos, como os suspiros, as pausas, as “fugas” do tema tratado, as mudanças de entonação da voz, entre outros. Todos estes aspectos significam elementos de análise importantes, para reconstituir as mensagens, sem perder muito na passagem do oral para o escrito, mantendo o máximo de fidedignidade. Foi desta forma e com o cuidado de respeitar, ao máximo, as falas dos sujeitos que os grupos focais foram realizados.

Os grupos focais aconteceram nas instalações do LAECOS (Laboratório de estudo em lazer, esporte, corpo e sociedade) no Departamento de Educação Física, no dias 20 e 28/05/2010. Com esta técnica, buscamos compreender as perspectivas, percepções e anseios dos universitários em relação aos hábitos de

lazer e físico-esportivos. Os grupos focais foram analisados por meio da técnica “Análise de Conteúdo”.

Reconhecendo que a Análise de Conteúdo corresponde a um instrumento de interpretação, podemos encontrar respostas para questões formuladas, como também confirmar ou refutar as informações estabelecidas antes do trabalho de investigação, possibilitando também a descobrir o que esta por trás dos conteúdos manifestos. Tais funções, na prática, podem se complementar e serem aplicadas a partir de princípios da pesquisa quantitativa ou da qualitativa (MINAYO, 1994).

Assim sendo, neste estudo trabalhamos com as seguintes categorias analíticas: 1º Significado dos conceitos de lazer e tempo livre para os universitários; 2º Percepção e nível de satisfação do uso do tempo livre/lazer; 3º Percepção dos programas e infra-estrutura do setor público existentes na cidade para o tempo livre/lazer; 4º Papel da universidade e percepção da quantidade e qualidade de infra-estrutura e equipamentos para a prática de lazer e esporte na UFPB; 5º Conhecimento quanto ao lazer e esporte na natureza.

4 INTERFACES ENTRE O TEMPO LIVRE E LAZER: REFLEXÕES A PARTIR DOS RELATOS DE ACADÊMICOS DOS CURSOS DE SAÚDE DA UFPB

Neste capítulo será analisado os dados obtidos na realização dos grupos focais onde, segundo Iervolino e Pelicioni (2001), os dados colhidos com a utilização da metodologia de grupo focal são de natureza qualitativa. Este tipo de metodologia implica-se na necessidade de analisar os dados também de forma qualitativa, ou seja, não há tratamento estatístico envolvido, mas um conjunto de procedimentos que visam organizar os dados de modo que eles revelem, com a máxima objetividade e isenção possível, como os grupos em questão percebem e se relacionam com os hábitos de lazer e físico-desportivo.

4.1 Do início a conclusão: analisando o perfil dos universitários ingressantes e concluintes do CCS.

Os sujeitos do estudo foram os alunos regularmente matriculados no primeiro e último semestre dos cursos de Educação Física, Nutrição, Farmácia, Fisioterapia, Odontologia e Enfermagem, da Universidade Federal da Paraíba. No primeiro semestre, as idades dos alunos que participaram do grupo focal eram entre 17 e 20 anos. Já a faixa etária dos alunos do último semestre era de 21 a 25 anos. Quanto ao sexo dos alunos participantes dos grupos focais, tivemos 04 do sexo feminino e 05 do sexo masculino no grupo focal dos alunos ingressantes e 04 do sexo feminino e 04 do sexo masculino no grupo focal dos alunos concluintes.

Os alunos serão denominados neste estudo pelo curso em que se encontram. Assim sendo, os alunos serão identificados de 1 a 9 ingressantes e curso que freqüentam; como também de 1 a 8 concluintes e curso que freqüentam.

4.1- Lazer e tempo livre para os universitários: uma aproximação conceitual

Muito se houve falar desse lazer tão desejado por todos, desses momentos disponíveis para realizar atividades que faça bem as pessoas. No entanto, esses momentos estão sendo cada vez mais raros para os universitários, uma vez que o tempo livre dos estudos, em sua maioria, é destinado ao descanso, para depois voltar às atividades acadêmicas.

Dentro de um contexto acadêmico, onde o trabalho e o estudo são as principais referências, e os momentos de lazer são vistos com um olhar preconceituoso e estigmatizante, um estudo realizado por Martoni; Schwartz (2006), corroborando com este pensamento, revelou que estudantes universitários analisam o lazer como sendo um tempo destinado ao descanso, depois das suas obrigações.

Quando questionados sobre o conceito de lazer, os alunos ingressantes fazem associação ao lazer como um momento de preparação para mais um dia de obrigações, assim como algo que lhe distraia ao lado de pessoas que se gosta, como evidenciado nas falas a seguir:

Momento seu, que você tem pra se distrair com as pessoas que estão em volta de você, momento de desopilar, o que eu acho é isso, você faz o que você gosta que não é obrigado a fazer a nada. (entrevistada 8- Farmácia, ingressante)

É um momento de fugir das obrigações, que a gente pode descansar, se divertir e assim se preparar pra mais um dia de trabalho e estudo (entrevistado 3 –Odontologia, ingressante)

Em comparação com os alunos ingressantes, as falas dos concluintes não se fizeram diferentes em relação ao que seria lazer. Nelas fica evidente o caráter não obrigatório, onde se faz algo pelo simples desejo de fazer, longe das obrigações, tanto acadêmicas como profissionais:

Eu acho que lazer é uma atividade que eu não seja obrigado a fazer, você faz só porque quer fazer, não é obrigado. Só por fazer mesmo. (entrevistado 1- Educação Física, concluintes)

Pra mim lazer atualmente é sai um pouco da minha rotina, qualquer atividade que eu faça longe dos meus compromissos, que me faça bem, que me distraia... é lazer. (entrevistada 4 – Enfermagem-concluintes)

Por meio dessas falas fica evidente a denominação do lazer como sendo um momento que você possa fazer algo que gosta, que lhe dá prazer, longe de obrigações. Assim como para estes estudantes, o lazer é para muitos, como um momento de se fazer atividades que lhes proporcione bem-estar e melhoria na qualidade de vida diária, pois, são nesses momentos em que as pessoas buscam um momento consigo mesmo, contatos com os outros e/ou com a natureza. Segundo Baldanza (2004), o lazer é um conjunto de atividades escolhidas por livre vontade no tempo livre disponível - sem que haja a necessidade de ser uma atividade produtiva ou que tenha qualquer relação com o tempo de trabalho.

Como podemos perceber, tanto para os universitários ingressantes quanto para os concluintes, o lazer é entendido como uma preparação para mais uma jornada de trabalho e estudo, onde o indivíduo é livre para escolher algo que lhe dê prazer. No entanto, podemos observar que foi apresentado por ambos os grupos de universitários, a diferença entre o que seria um tempo livre e um tempo de lazer, estando em suas falas o tempo livre associação ao tempo de não fazer nada, ou seja, um tempo perdido, e o lazer como um momento que você esteja realizado alguma atividade prazerosa:

O lazer é aproveitar da melhor forma o tempo livre e um tempo fora das obrigações que você não tem nada pra fazer, vai dormir, assistir TV... o lazer já não, é você ir a uma praia, praticar um esporte, fazer o que gosta, sair com amigos, sair... (entrevistado 7- Nutrição, ingressante)

Tempo livre é igual há matar o tempo. É quando você não consegue fazer o lazer que queria, né? (entrevistado 3 Enfermagem , concluinte)

Neste contexto apresentado pela fala desses alunos, verificamos o caráter lúdico do lazer, associado ao fazer algo que faça bem, um momento em que você esta fazendo algo produtivo. Já o tempo livre fica caracterizado como o tempo de ociosidade, o tempo destinado a fazer nada. Nesse sentido, é que buscamos nos apropriar das discussões sobre tempo livre e lazer, pois, estes são componentes essenciais para a melhoria da qualidade de vida.

4.3- Tempo livre e lazer: um sonho quase impossível

Em relação ao uso do tempo livre e do lazer dos universitários, os estudos de Viera (2004) e Silva (2006), revelaram que o desempenho acadêmico tem sido prejudicado pela falta de tempo para o lazer, e que muitas vezes essas práticas tem relação ao uso de droga ilícitas e licitas. Quando questionados os estudantes pesquisados sobre a satisfação com o seu tempo livre e lazer, as respostas obtidas não foram diferentes dos estudos acima, onde o lazer tem sido prejudicado pelo falta de tempo livre para essas atividades:

É bem difícil ter tempo livre aqui na federal, aqui na área de saúde né? É bem difícil porque o curso é integral, então lazer tá bem difícil. (entrevistada 9 – Farmácia, ingressante)

Eu acho que é mais adaptação mesmo, a gente tá começando agora e tá tentando adaptar a rotina de antes com agora. Mas acho que com o tempo as coisas melhorarão. Mas por enquanto meu lazer tá ruim (entrevistado 7- Nutrição ingressante)

Pior é o choque, né? A gente não tem nenhum tempo pra se adaptar, você chega e recebe tudo de uma vez não tem tempo pra se adaptar (entrevistado 6-Nutrição, ingressante)

Constatamos com o discurso acima, que o fato do curso ser integral, ou seja, os alunos assistirem aula manhã e tarde, é fator pernicioso para os momentos de lazer, onde os mesmo passam o dia na universidade, envolvidos com seus afazeres acadêmicos, tendo poucos momentos de tempo livre e lazer. Outro fator mencionado pelos universitários é devido à adaptação a vida universitária, na qual há uma brusca mudança na vida estudantil, onde antes os estudantes tinham um sistema no qual tudo era dado a ele, e se vê rapidamente em um ambiente totalmente diferenciado, onde ser autônomo para tomar suas decisões, sem ser obrigado pelos professores a estudar, nem ter reuniões com pais, onde era avaliado seu desempenho escolar, traz uma independência que muitos não conseguem ter. Confirmando este pensamento Villas Boas (2003.p 5) afirma que:

Não se pode simplesmente desconsiderar todo o passado escolar do aluno e começar a trabalhar como se, a partir do momento em que ele inicia o curso superior, ele fosse outra pessoa. Afinal de contas, trata-se da mesma pessoa, só que com muitas expectativas que, em alguns casos, não são satisfeitas, devido ao tratamento pedagógico nem sempre adequado. Se nas escolas de educação básica os alunos costumam ser direcionados pelos professores, na universidade eles, às vezes, são entregues à própria sorte, sob a alegação de serem adultos e que sabem o que querem. Será que sabem? Não é bem assim.

Os alunos concluintes também mencionaram ter o seu lazer prejudicado, porém, o fato de alguns cursos terem a disciplina monografia no penúltimo período, ficando apenas o último para realização de estágios, seu lazer tenha melhorado em alguns aspectos:

Pra mim qualquer tempo fora da universidade já é o meu lazer, eu passo o dia todo aqui então.e (entrevistado 1-Educação Física, concluinte)

Em relação a mim, o meu lazer tá muito deficiente. (entrevistada 6 – Odontologia, concluinte)

Em comparação com o início do curso, agora tá bem melhor mesmo, porque eu já paguei monografia e tô só com estágio. O negócio é que a gente já acostumou com essa vida corrida e no meu caso né? Eu já acostumei com a vida corrida e hoje eu praticamente passo o dia em casa pensando o que eu vou fazer... ai complica. (entrevistado 5 – Odontologia, concluinte)

Como visto nas falas dos entrevistados, a carga horária elevada dos universitários leva ao declínio das práticas de lazer. Quem está ingressando, acha que com o tempo, as coisas vão melhorar e quem está concluindo já está acostumado com a rotina da universidade e não consegue mudar seus hábitos rotineiros. Um dos fatores para a diminuição do lazer na fase universitária é devido ao sistema de ensino, voltado exclusivamente para uma formação profissional, e não para um ser integral que vise outros benefícios além do profissional, que trabalhe o ser humano por completo. Afinal, se esses estudantes frequentadores dos cursos atrelados à saúde, ou seja, melhoria da qualidade de vida das pessoas, não conseguem fazer escolhas que visem buscar atividades que lhe proporcionem melhoria de vida, conciliando-as ao seu tempo disponível, como poderão orientar seus pacientes/clientes na tomada de decisão por uma qualidade de vida melhor, na formação de pessoas com hábitos diários mais saudáveis.

Esta problemática apresentada pelos universitários, só terá outra perspectiva quando tivermos um ensino não só voltado para a formação profissional, mas quando também valorizarmos o lazer, do mesmo modo que a educação e o trabalho, é não mais como um momento de ociosidade, fazendo da educação para o lazer o caminho para perpetrar as escolhas conscientes. Colaborando com este pensamento Marcelino (2002) define em seus estudos que a educação para o lazer é o caminho para se fazer escolhas de como melhor de utilizar seu tempo.

Em relação a essas escolhas, de como melhor utilizar esse tempo livre, destinado às práticas de lazer, um estudo realizado na Universidade Federal de Santa Maria (Paim, et all 2004), com universitários de diversas áreas, classificando

as atividades desenvolvidas de acordo com o curso freqüentado, revelou que as atividades mais práticas por eles são: Educação Física: caminhadas (48,3%) e musculação (45%); Agronomia: Jogar futebol (52,3%) e jogar voleibol (27,5%); Administração de Empresas: jogar futebol (45,2%) e caminhar (33,4%); Arquitetura e Urbanismo: caminhar (48,5%) e correr (24%). Neste estudo, quando perguntado aos universitários ingressantes quais atividades físicas são praticas por eles, as respostas apresentadas se fizeram semelhantes a do estudo acima citado:

Eu jogo vôlei. (entrevistado 6 – Nutrição, ingressante)

Futebol, musculação e corrida. (entrevistado 7 – Nutrição, ingressante)

Caminhada (entrevistada 9 – Farmácia, ingressante)

Karatê mais muito pouco p[.], você só que saber de estudar, com medo de perder uma disciplina e atrasa seu curso então ai Você só estuda. (entrevistada 8 – Farmácia, ingressante)

As respostas obtidas dos alunos concluintes, também foram similares as apresentadas por Paim et al (2004), em relação às atividades físicas práticas. Porém, um dado novo foi apresentado pelo entrevistado 1- Educação Física, concluinte . O citado aluno revela ter a sua prática de atividade física associada às obrigações acadêmicas, devido ao fato do curso apresentar-se em grande parte por disciplinas práticas, e o mesmo não considerar estes momentos como lazer, tornando estes no decorrer do curso cada vez mais raro:

Prático por obrigação, a carga horária de educação física a gente paga várias disciplinas mais ai a gente faz por obrigação e não considera isso lazer ai fica sem tempo de fazer por lazer. (entrevistado 1 – Educação Física, concluinte)

Assistir TV e academia. (entrevistado 8 – Nutrição, concluinte)

Musculação. (entrevistado 4 - Enfermagem, concluinte)

Os estudos de Bauman, (2009), Nahas (2001) e Silva e Malina (2003) comprovam a eficácia da atividade física para a melhoria da qualidade de vida das pessoas e suas potencialidades na diminuição de doenças crônicas com a sua prática consolidada. Comparando com o exposto pelos universitários ingressantes e concluintes fica a preocupação em relação à saúde desses estudantes tão preocupados em concluir o curso, deixando de praticar atividades que lhe proporcionem além do bem-estar, uma vida saudável.

Diante do exposto pelos universitários foi visto que os mesmos não têm como hábito praticar regularmente atividade física, no entanto as atividades escolhidas para serem realizadas podem estar relacionadas ao meio de comunicação mais utilizado pelos brasileiros, a televisão, tendo está forte influência na divulgação dessas atividades como o vôlei, o futebol e o atletismo, podendo este ser um dos motivos para estas práticas serem mais consolidadas no Brasil. Sobre essas possíveis influências da mídia no cotidiano dos jovens, grande parte dos sujeitos admite sofrer influências da mídia, principalmente da TV no seu modo de ser/fazer no lazer (HACK; PIRES, 2007).

Com relação aos fins de semana, o entrevistado ingressante mencionou ser o momento para ir a praia, realizar atividades prazerosos fora do ambiente da universidade:

Final de semana... às vezes ir a praia, sair com os amigos, de vez em quando... cinema, coisas que gosto fora do centro acadêmico, mas raramente isso acontece. (Entrevistada 4- odontologia, ingressante)

Em relação a este mesmo questionamento, os alunos concluintes atrelam o fim de semana como um descanso, para mais uma semana na universidade, momentos de diversão ao lado dos amigos, fora de casa:

Final de semana e muito difícil eu ficar em casa. Eu aproveito pra tocar violão, eu prefiro sair com meus amigos, descansar, respirar, pra quando chegar segunda-feira, eu começar tudo de novo. Durante

a semana eu gosto muito de assistir filme, tocar violão. (entrevistado 7– Fisioterapia ,concluinte)

O que eu faço, o tempo que eu tenho pra dormir, esse é o meu lazer. (entrevistada 4 – Enfermagem, concluinte)

Esses momentos de lazer para os universitários praticamente estão centrados em dormir pra descansar, sair e estar com amigos. Uma atividade mencionada pelos universitários e a utilização da internet como forma de lazer, esta atividade esta presente tanto para os ingressantes como para os concluintes, porém, os concluintes atrelam esses momentos para conversar com amigos do curso que devido a disciplina estágio não estão se vendo, enquanto os ingressantes vem esse momento mais para fazer trabalho:

No meu tempo livre eu aproveito pra entra na internet, msn, antes eu tinha mais contato com meus amigos, agora só pelo bate papo mesmo. (entrevistada 6– Odontologia,concluinte)

É mais pra você saber noticias marcar pra sair (entrevistado 7– Fisioterapia, concluinte)

Adoro o orkut (risos). (entrevistada 8– Farmácia, ingressante)

Sobre as notas (entrevistado 5–Fisioterapia, ingressante)

Fazer trabalho (entrevistado 3 – Odontologia, ingressante)

Segundo Paim et all, (2004), o uso da internet é a atividade intelectual mais praticada pelos acadêmicos hoje em dia, sendo de grande importância na sociedade globalizada em que estamos inseridos, visto que é fonte de pesquisa e informação imediata dos acadêmicos. Outro elemento para o uso da internet e a forma de bate papo virtual, onde amigos que não podem se vê pessoalmente, encontram este meio para se comunicar de forma mais barata. Sobre este bate papo virtual, os universitários ingressantes mencionaram este ser um meio auxiliar, já que o desejado, o contado presencial não está acontecendo, devido as ocupações da acadêmica:

Virtual é um quebra galho (entrevistada 2– Enfermagem, ingressante)

1º Virtualmente, quase não dá tempo de ver mais. (entrevistada 8– Farmácia, ingressante)

Aspectos positivos e negativos em relação ao bate papo virtual foram citados pelos concluintes apontando a conversa virtual como a opção menos desejada:

No virtual você não consegue ver qual a reação das pessoas, no virtual você não sabe se o que você tá falando a pessoa tá achando graça ou tá dando importância. (entrevistado 3– Enfermagem, concluinte)

A vantagem é você ter contato com quem esta longe de você. O principal é isso. Agora, o presencial não tem como comparar... é uma coisa a pessoa tá olhando uma pra outra, dá um abraço, sentir a emoção da pessoa... não tem computador que faça isso. (entrevistada 4– Enfermagem, concluinte)

Analisando as falas desses universitários fica evidente que a falta de um contato presencial entre amigos é mais sentida pelos concluintes. Este fator é associado a muitos cursos terem como disciplina obrigatória no último semestre, o estágio curricular, no qual os universitários estagiam em locais de acordo com a sua área de atuação profissional, não estando em contato mais com os seus colegas de sala.

4.4- Espaços públicos de lazer: a praia em foco

A partir do momento que o lazer passou a ser considerado como direito de todos, espaços públicos destinados ao lazer passaram a ser construídos para a população. Porém, para que programas nestes espaços se façam eficazes e

preciso que políticas públicas de lazer aconteçam. Segundo Guareschi et al (2004), as políticas públicas são um conjunto de ações coletivas voltadas para a garantia dos direitos sociais, configurando um compromisso público que visa dar conta de determinada demanda, em diversas áreas.

Problemas políticos dificultam esses planejamentos, pois, partidos opostos, não interagem para a melhoria dos espaços públicos, como evidenciado nas palavras de Bramante (2004). O autor considera que na maioria das vezes em que as políticas de lazer são formuladas, não são implementadas e quando o são, geralmente não resistem aos mínimos critérios de perenidade, particularmente quando da transição de governo, mesmo quando um mesmo partido se mantém no poder.

A efetivação de uma política Pública Nacional que busque mais subsídios para expansão de espaços públicos destinado ao lazer, no qual ofereça atividades apropriadas com a realidade local de cada estado, visando a melhoraria a qualidade de vida dos usuários, ao invés de propostas prontas, pensadas de forma globalizada.

No intuito de melhor compreender como se apresenta esses espaços destinados para o esporte e lazer, analisaremos nesta categoria a visão dos universitários em relação aos espaços públicos destinado ao lazer na cidade de João Pessoa. Em relação ao lazer dos jovens na cidade, os entrevistados demonstram insatisfação. Muitos fizeram referência ao lazer privado, já para o público poucas opções foram apresentadas, como evidenciadas nas vozes a seguir:

Eu acho precário. Não muita opção, cinema, praia, boliche e barzinho. (entrevistado 1–Educação Física,concluinte)

[...] Maioria das opções são privada né? Eu não tenho dinheiro... ai vou mais para os espaços públicos, a praia, já as praças eu não vou quase nunca,não tem segurança. (entrevistado 3– Enfermagem, concluinte)

Tem melhorado muito do que era antes, pra gente que vê e pra quem usa, mudou muito, mais ainda tem muito a melhorar. (entrevistado 1 – Educação Física, ingressante)

[..] As praças não tem segurança, é muito perigoso, você jogar uma bola, ai tem gente usando droga, ai você pensa acerta um desses, ai já viu. (entrevistado 6– Nutrição,ingressante)

Tem que vê o que gostam. As praças tem espaço pra bicicleta, esportes sabe? Eu sou do interior... eu sinto falta de pipa, pião essas coisa que não tem mais hoje. As atividades oferecidas acabam sendo limitadas só pra skate, essas coisas. Acho que é falta de promoção mesmo, por exemplo, eu gosto de teatro mais é caro, você tem namorada ai mal paga a sua, imagine também que pagar o da namorada (risos). (entrevistado 5– Odontologia, concluinte)

É constatado pelos discursos acima, que o lazer público se apresenta ineficiente para estes universitários, apresentando em suas falas que, a maior opção na cidade é o lazer privado, como barzinho, cinema, boliche. Por outro lado, em relação aos espaços públicos, a praia e a praça foram mencionadas como espaços limitados para algumas atividades, como bicicleta e skate, deixando a desejar em vários aspectos, como a falta promoção de atividades culturais.

Críticas foram destinadas em relação à segurança, no qual relatam que deixam de freqüentar os espaços públicos por estes não proporcionarem segurança aos seus usuários, pois, estes locais são em sua maioria freqüentados por usuários de drogas, tornando um momento de lazer, em algo desconfortável para os universitários.

Em relação às atividades culturais que sentem falta na cidade foi citada pela universitária de Educação Física concluinte a dança e o teatro, assim como mais campeonatos esportivos pelo estudante de Fisioterapia ingressante:

Eu não sei se é falta de informação minha, mas eu sinto falta de programas mais culturais. Teatro, dança, essas coisas... não sei se existe e eu não sei, mas eu sinto falta disso. (entrevistada 2– Educação Física, concluinte)

Mais campeonatos esportivo (entrevistado 5– Fisioterapia, ingressante)

Devido à rotina corrida desses universitários, a ida ao cinema foi apresentada por eles, como um momento de distração, difícil de acontecer, porém, quando a mídia apresenta um filme que todos estão indo, eles vão, pois a companhia é de maior importância do que o próprio filme:

É difícil, mas quando a mídia divulga muito um filme eu vou. (entrevistada 8– Farmácia, ingressante)

Quando o filme é bom vou. (entrevistada 4– Enfermagem, concluinte)

Quando a galera tá junta e fala vamos ao cinema, aí eu vou. (entrevistado 5– Odontologia, concluinte)

Pela companhia, vale mais. (entrevistada 9– Farmácia, ingressante)

É verdade a companhia tem valido mais. (entrevistada 8– Nutrição, concluinte)

Neste sentido, podemos observar que a ida ao cinema pelos universitários apresenta-se baixa, diferente ao ocorrido no estudo de Carvalho (2006), no qual, quando relacionado as atividades realizadas por universitários no uso do tempo livre, a ida ao cinema apresentou-se 22%, em relação a outras atividades como ir ao teatro 7%.

Ainda neste contexto de lazer cultural, perguntamos aos universitários quanto à ida deles ao teatro, em relação ao estudo realizado por Martins (2005) na Universidade de Aveiro/Portugal onde o interesse de universitários ao teatro, e espetáculos se apresentou baixa, os resultados aqui foram diferenciados, pois, o interesse por esse lazer existe, porém, a falta de dinheiro e de divulgação, principalmente a divulgação de atividades culturais locais, estão diretamente relacionada a diminuição dessa prática, tanto para os universitários ingressantes como para os concluintes:

Procuro ir sempre. Assim... Mas quando vem uma peça grande assim é caro, custa uns 30 reais estudante, uma peça?. Como é que nos estudantes vamos pagar isso? (entrevistado 3– Enfermagem, concluinte)

Mas eu vou com bastante frequência. Me considero bem informado. Entro em sites, fico sabendo onde vai ter teatro, dança encontro peças baratas de 3 a 5 reais. Nuns lugares bem legais (entrevistado 7 – Fisioterapia, concluinte)

Teatro, aqui é meio complicado, mas sempre que dá eu vou. (entrevistada 4– Odontologia ingressante)

Eu acho que é falta de divulgação, porque essas baratinhas eu não sabia, eu só vejo as que são caras que passam na televisão. Ai não tem condição de ir. (entrevistado 3– Odontologia, ingressante)

Cultura local não é divulgada, para você saber tem que ir atrás. (entrevistado 1– Educação Física, concluinte)

Nas falas do entrevistado – 7,concluinte e do entrevistado – 5,ingressante, fica evidente que a falta de divulgação não é o fator principal da não participação das pessoas nos espetáculos de teatro, pois, os mesmo acontecem. Talvez o que falta é o interesse das pessoas em procurar informações sobre a cultura local, como citado na fala do entrevistado 1-Educação Física, concluinte.

Atividade física é caracterizada como promotora para melhorias na saúde, como evidenciado no estudo de Guedes et all (2006), no qual classifica a atividade física como promotora de uma melhor qualidade de vida. Corroborando com este pensamento, à prática regular de atividade física é caracterizada por Bauman (2009), como meio de prevenção a doenças crônicas, tendo a sua prática diminuída como atenuante aos problemas de saúde. Buscamos identificar nos estudantes da área de saúde da UFPB, a sua visão sobre atividades físico-esportivas, tanto como prática, como para assistir:

Tanto pra jogar como pra assistir eu gosto bastante. E eu sempre joguei vôlei desde pequeno. Mas hoje em dia é mais pra passar o tempo, não tenho o pique pra treinar como antes. (entrevistado 7– Fisioterapia, concluinte)

E também a correria da faculdade ai... eu não jogo tanto com eu queria. Mas se tivesse um tempinho e uma bola batendo eu jogava. (entrevistado 3–Enfermagem, concluinte)

Queria mais tempo pra jogar uma bolinha, como antes, porque quando a gente tem tempo pra fazer este esporte, a gente pode se prejudicar nos estudos. (entrevistado 6 – Nutrição, ingressante)

Eu jogo vôlei e gosto muito de assistir também. (entrevistado 5– Fisioterapia, ingressante)

Tanto os estudantes do primeiro, como os estudantes do último período revelaram não ter tempo devido aos seus afazeres acadêmicos para as praticas físicas, reforçando assim, essa característica das universidades formadora de pessoas para o trabalho e não para a saúde, mesmo estando esses estudantes diretamente ligados com a melhoria da qualidade de vida.

4.5- A universidade como promotora de práticas de lazer

A universidade tem se apresentado como forte influenciadora para o sedentarismo dos universitários no decorrer dos anos letivos, como demonstrado por Guedes et all (2006), onde os autores exemplificaram que o aumento das atividades acadêmicas e o ingresso no mercado de trabalho foram as razões para a redução no envolvimento com atividades físicas no período de lazer. Com o relato acima citado pelo entrevistado – 3, analisamos que o mesmo vem ocorrendo com os universitários pesquisados. Neste estudo, tanto os ingressantes quanto os concluintes têm sua prática de atividade física diminuída, devido afazeres acadêmicos, hábitos estes que podem vir a ocasionar sérios problemas de saúde,

como evidenciado no estudo realizado por Taliaferro, Rienzo, (2009) no qual revelou a importância da prática de atividade física regular entre os universitários como fator de proteção para várias doenças.

Nesta categoria, analisamos a percepção dos universitários sobre a prática de lazer e esporte na UFPB. Nas falas dos entrevistados ficou evidente que a estrutura curricular da universidade tem influenciado diretamente no lazer dos mesmos, em relação à oferta de atividades de lazer como dança, teatro e leitura dentro do Campus Universitários. Foi revelada, pelos universitários ingressantes e concluintes, a falta de um lazer unificado para todos os centros de ensino da UFPB, ficando o lazer cultural mais divulgado nos Centro de Humanas e lazer físico-esportivo no Departamento de Educação Física:

Até porque se tivesse mais tempo livre o aproveitamento ia ser melhor nos estudos, nas provas... iam melhorar o rendimento. (entrevistado 6 – Nutrição, ingressante)

Eu acho que tem, mas é pouco divulgado. (entrevistada 8–Farmácia, ingressante)

Projeto de leitura e cinema, fica mais lá em baixo, não vem pro lado de cá, e como a gente só fica aqui pelo CCS, acaba não sabendo. (entrevistada 4 – Odontologia, ingressante)

Tem a copa fisio, mas fica só no nosso curso, deveria misturar mais os cursos. (entrevistado 7–Fisioterapia, concluinte)

Tem a colorada. (entrevistado 1 – Educação Física, concluinte)

Neste contexto, fica evidente a vontade destes universitários por um lazer unificado por todos os centros de ensino, o que lhes trariam maiores opções de lazer, assim como uma melhor socialização entre os universitários de diversos cursos. De acordo com o exposto, estas ocorrências são para Paiva (2004), uma visão arraigada em diversas obras nas bibliotecas especializadas, contribuindo para o estabelecimento equivocado de políticas tanto públicas como privadas,

muitas delas separando os trabalhos em campos ditos culturais (artes, exposições, literatura, teatro e cinema) de um lado, e de outro os trabalhos de lazer, que por sua vez também ficam restritos a *jogos e brincadeiras*.

A fala do universitário concluinte de Educação Física, faz referencia ao que foi apresentado agora:

[..] no CCS, o povo só vem divulgar o que vai interessar o publico daqui, vai ter uma peça, eles pensam.. vou colocar onde, em educação física? Odontologia? Não eles vão na parte de artes e deixa lá, do que aqui, sem nem questionar se alguém aqui gosta [..] (entrevistado 1 – Educação Física, concluinte)

Esta reflexão faz referência aos acontecimentos diários. Às divulgações de programações são feitas de acordo com áreas afins, excluindo diversos segmentos da sua participação, por estes não apresentarem características relacionadas ao que será realizado.

Ainda nesta categoria de análise, foi questionado sobre a infra-estrutura para as práticas físico-esportiva, sobre a oferta de atividades aqui no Campus, assim como o interesse dos mesmos quanto a promoção do lazer, dentro da universidade:

Não é que não exista tempo, acho que dá um desencontro... existe atividade física aqui, mas a carga horária da gente é manhã e tarde completo. Então você fica só com a noite. Mas ai a gente fica manhã e a tarde... aqui de noite a gente tá exausto... então quem quer fazer um esporte a noite se já tá cansado. (entrevistado 3 – Enfermagem, concluinte)

Pra aulas tá bem ruim a infra-estrutura, mas para o lazer, a estrutura dela deveria ser mais divulgada, porque tudo fica aqui em Educação Física e a gente não tem muito acesso. (entrevistada 6 – Odontologia, concluinte)

Eu sei que tem algumas optativas que a gente pode pagar. Porque eu peguei o cronograma. (entrevistado 7 – Nutrição, ingressante)

Eu pratico esporte aqui na universidade e a quadra é muito boa... já teve campeonato brasileiro aqui, eu não sei pra quem pratica outro esporte aqui [...].(entrevistado 5 – Fisioterapia, ingressante)

Conhecendo a importância de uma boa infra-estrutura para as práticas de lazer foi analisado pelas vozes dos universitários que a universidade possui uma boa infra-estrutura, porém a falta de divulgação e de tempo faz com que esses universitários não desfrutem desses espaços. A partir desse contexto foi perguntado a eles sobre o interesse, quanto a utilização desses espaços para projetos de lazer universitário:

Primeiro eu acho que tem que organizar o horário como ele falou... acabar essas brechas, um intervalo de uma hora, duas não dá pra gente fazer nada. Ai a gente fica vagando, passando o tempo, fazendo trabalho. Primeiro tem que organizar esses horários, pra depois vê os horários que tem livres pra fazer lazer. (entrevistado 5 – Odontologia, concluinte)

Eu acho que poderia ser no final de semana um sábado, gincana entre os curso ia ser bem legal. (entrevistado 3 – Odontologia, ingressante)

Constatamos pela fala dos universitários que existe o interesse dessas práticas acontecendo no campus universitário, porém, modificações devem acontecer na estrutura curricular do curso, dando a possibilidade de horários disponíveis, assim como mais projetos de lazer, visando a melhoria da qualidade de vida desses estudantes.

4.6- Esporte na natureza: curiosidade e interesse neste mundo desconhecido

A prática de atividade física no meio natural vem crescendo consideravelmente, como descrito nos estudos de Betrán (2003), Leite e Gonçalves Júnior (2003) Marinho e Bruhns (2006). Entre a grande demanda pela procura nessas práticas estão os universitários, talvez pelo fato da sensação de liberdade, adrenalina que essas atividades trazem. É justamente a alta carga de rotina, pressão e stress em suas vidas que levam as pessoas a terem necessidades de viverem um tipo específico de tensão, uma tensão/excitação prazerosa, que é verificada em atividades de risco e oferecida a sociedade na forma de atividades miméticas (CANTORANI; OLIVEIRA 2005). A partir das falas dos universitários, podemos constatar o interesse deles perante as atividades em ambientes naturais:

Eu acho que é do ser humano mesmo, gostar dessas atividades, esporte radical tem conquistado tantas pessoas... se tivesse a oportunidade, eu praticaria. Se eu conhecesse um grupo que fizesse, eu ia querer... o problema é que eles são tão poucos que é difícil de achá-los. (entrevistado 6 – Nutrição, ingressante)

Eu nunca pratiquei, mas tenho vontade. (entrevistada 2 – Enfermagem, ingressante)

É um grupo fechado esse aí... eu acho... eu já tentei praticar nas férias mesmo. Eu rodei pra saber informações sobre escalada, aí eu consegui com a pessoa... aí quando ele teve tempo, começou a aula, aí não dava mais. (entrevistada 4 – Enfermagem, concluinte)

No caso da escala por exemplo. Aqui em João Pessoa não tem [...], o povo vai mais pra Pedra da Boca, que é no interior, tem escalada, tem rapel, aí tem outras coisas também que é o custo, eu sou louco por esportes radicais. Eu só não pratico mais, por questão financeira mesmo. Eu sou louco pra pular de pára-quedas. (entrevistado 7 – Fisioterapia, concluinte)

Mas se tivesse aqui na universidade um dia pra essas práticas ia ser bem legal. Mas pra conseguir um ônibus pra ir pra um congresso aqui na universidade já é difícil, imagine pra fazer esporte. (entrevistado 5 – Odontologia, concluinte)

Falta informação, ser mais divulgado. (entrevistada 8 – Farmácia, ingressante)

Constatamos com as falas dos ingressantes e concluintes que a prática dessas atividades é algo de desejo de todos, sendo o fator financeiro e falta de contato com pessoas que trabalhem com essas atividades a não realização das mesmas. Porém, se a universidade oferecesse essas atividades com um custo inferior, fazendo adaptações para o aprendizado dentro da universidade, para posteriormente ser realizada em ambientes apropriados para realização dessas práticas, todos revelaram interesse nesse tipo de projeto, respondendo com unanimidade que “com certeza” praticariam, dando sugestões de quais atividades gostariam que fossem realizadas:

Pára-quedismo (entrevistado 7–Fisioterapia, concluinte)

Mergulho (entrevistada 9 – Farmácia, ingressante)

Trilha, rapel, surf (entrevistado 1 – Educação Física, ingressante)

Constatamos que não há muita diferença em relação aos estudantes do primeiro e último período em todas as categorias apresentadas, os desejos, as vontades, as reclamações se apresentaram de forma semelhante para ambos os grupos. Sobre o lazer, a falta de divulgação, recursos financeiros, e a falta de segurança foram as principais reclamações dos estudantes. Em relação à prática dessas atividades dentro do Campus da UFPB, o problema apresentado é a não realização de um lazer unificado, ou seja, as atividades acontecem e são divulgadas de acordo com suas áreas de afinidade, tornando cada curso em

centros isolados, com suas estruturas curriculares extensas, dificultando a disponibilidade de tempo para o lazer.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS: O FIM DE UM COMEÇO

O lazer cotidianamente confundido como algo improdutivo vem sendo justificado pela importância para a melhoria da qualidade de vida das pessoas. Algo relevante a ser considerado é a realização de atividade física nesses momentos de lazer, assim como benefícios contemplados com a sua prática regular, porém, estas vêm sendo consideravelmente diminuída devido a inúmeros fatores, como a rotina diária das pessoas formadas exclusivamente para o trabalho. Na busca por momentos diferentes do habitual um novo conceito de atividade física os esporte realizados na natureza tem se consolidado cada vez mais, no intuito de vivenciarem atividades que lhe proporcionem momentos de liberdade, adrenalina, prazer, e a aventura.

Ao longo de toda a investigação que resultou na elaboração desta monografia estivemos trabalhando com questionamentos referentes às praticas de lazer e físico-esportivo entre os universitários do CCS. Esta questão remete, sobretudo, alguns questionamentos como estes fatores vem sendo vivenciados pelos universitários da área de Saúde.

Para os universitários pesquisados, o significado do que é tempo livre e lazer apresentou-se de forma diferenciada, o tempo livre para ambos os grupos ficou evidenciado como um momento para matar o tempo, um momento no qual você não está realizando o lazer que gostaria, ou seja, um tempo de ociosidade, cabendo ao lazer um momento para realizar algo, que lhe faça bem, que lhe de prazer, longe de suas obrigações, significados estes apresentados pelos universitários ingressantes e concluintes.

No que se refere à percepção e nível de satisfação dos estudantes em relação ao uso do tempo livre/lazer, verificou-se que o lazer dos jovens universitários, devido a estruturara curricular adotada pela universidade, tem sido prejudicado, pois, os mesmo passam o dia na universidade envolvido com afazeres acadêmicos, não conciliando este tempo com momentos de lazer. Ingressantes queixam-se da mudança brusca de estilo de vida ao ingressarem na universidade,

tendo assim, seus momentos de lazer diminuído, assim como a prática regular de atividade física. Em relação ao uso do tempo livre para o lazer, os alunos concluintes revelaram o costume de não ter tempo na vida acadêmica como um dos elementos para a diminuição da atividade física e dos momentos de lazer, pois, mesmo com tempo para realização dessas atividades, não sabem fazer melhores escolhas para a utilização do mesmo. Uma prática de lazer evidenciada por ambos os grupos se faz referente a utilização do bate papo na internet como forma de lazer, sem tempo de ver amigos presencialmente, está é a forma que eles encontram para manter contato, mesmo esta não sendo tão valiosa como os encontros presenciais.

Quando questionados sobre programas e infra-estrutura de lazer do setor público na cidade, estes mostraram-se um tanto insatisfeitos em relação a este segmento. A cidade de João Pessoa apresentou-se pela fala dos universitários em fase de transição, pois, grandes melhorias já ocorreram para o lazer dos jovens, porém, muito a de ser feito ainda. A falta de segurança nos espaços públicos voltados ao lazer, por um lado, e a falta de recursos financeiros para os lazeres privados, são outros aspectos impeditivos da atividade voltada ao lazer assim como a realização de mais atividades culturais e a divulgação da mesma tem de ser melhorado.

Mais especificamente sobre os aspectos circundantes a práticas de lazer no âmbito da UFPB, quanto à qualidade de infra-estrutura e equipamentos de lazer, os universitários enfatizaram que para estes momentos pouco está sendo feito pelos órgãos competentes. As atividades ligadas a estes momentos são na maioria realizada pelos próprios alunos em seus centros acadêmicos. A realização de atividades de lazer unificadas para todos os centros acadêmicos é um desejo para os alunos ingressantes e concluintes, pois proporcionariam assim uma maior socialização entre os alunos. A infra-estrutura para as práticas de atividade física foi caracterizada por eles em bom estado, porém, o acesso a estes ambientes deveriam ser mais facilitados.

Evidenciado o aumento de práticas de atividade física em ambientes naturais por universitários, assim, como os benefícios trazidos pela mesma, foi questionado aos universitários pesquisado o interesse em relação a este tipo de atividade.

Ingressantes e concluintes demonstraram afinidade e desejo nestas práticas, sendo o fator financeiro e a falta de conhecimento de profissionais da área a não realização dessas atividades na vida destes universitários, evidenciando o interesse destas atividades acontecendo no campus universitário.

Por fim, concluímos que de acordo com os nossos pesquisados, os hábitos de lazer e físico-esportivo dos universitários do CCS se apresentam em grande parte prejudicados pela falta de tempo para a realização dessas atividades, este fato devido aos cursos terem disciplinas realizados pela manhã e tarde, bem como, pelo acúmulo de afazeres acadêmicos não conciliados as práticas de lazer. Embora muitas vezes os universitários do CCS não vivenciam uma pratica voltada ao lazer, em sua maioria estes demonstram interesse em que estas práticas sejam realizadas no campus universitário. Estas foram algumas considerações obtidas na realização deste estudo.

Durante o processo de construção científica diversas análises foram sendo construídas em relação as perguntas iniciais, como ao exemplo de outros estudos comparativos com estudantes de outras áreas do conhecimento, assim como o relevante indicativo deixado por estes universitários de que mesmo estes sendo da área de saúde pouco foi mencionado em suas falas, sobre a importância destas práticas como fator de prevenção de doenças e melhoria na qualidade de vida, assim como a preocupação com a sua saúde, pelo estilo de vida adquirido no decorrer do cursos. Estes são alguns dos questionamos a serem aprofundados em estudos posteriores.

6 .REFÊRENCIAS

BAUMAN, C. D.; Bauman, M. J.; Tolentino, P. G. **Anais do XVI Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e III Congresso Internacional de Ciências do Esporte Salvador – Bahia – Brasil 20 a 25 de setembro de 2009.**

Baldanza. M. D. **Lazer e homossexualidade e:** Uma Percepção Dos Líderes De Movimentos No Rio De Janeiro. V Seinário Lazer em Debate.13 a 15 de maio 2004.

BETRÁN, J.O. **Rumo a um novo conceito de ócio ativo e turismo na Espanha:** as atividades físicas de aventura na natureza. In: MARINHO, A; BRUHNS, H. Turismo lazer e natureza.Barueri: Manole,2003p.157-202.

BRAMANTE, A. C. **Qualidade de vida e lazer.** In GONÇALVES, A.; VILARTA, R. (Org.). *Qualidade de vida e atividade física.* Barueri: Manole, 2004.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil.** São Paulo: Saraiva, 2003.

BRASIL, CLT – **Consolidação das Leis do Trabalho.** São Paulo, 2003.

BRASIL. (2004) **Inquérito domiciliar sobre comportamentos de riscoemorbidade referida de doenças e agravos não -transmissíveis:** Brasil, 15 capitais e Distrito Federal, 2002-2003. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde - Instituto Nacional do Cancer;.

BRUHNS, H. T. Lazer e meio ambiente: corpos buscando o verde e a aventura. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v.18, n.2, p.86-91, 1997.

BRUHNS, H. T. **No ritmo da aventura:** explorando sensações e emoções. In: _____; MARINHO, A. (org.). Turismo, lazer e natureza. São Paulo: Manole, 2003.

BRUHNS, H. Turismo lazer e natureza. Barueri: Manole, 2003 p.157-202.

BRUHNS, H. T.; MARINHO, J.: **Viagens, Lazer e Esporte: o espaço da natureza.** Barueri: Manole, 2006.

CAMARGO, L. O. de L. **O que é lazer.** São Paulo: Brasiliense, 1989.

CANTORINI, J.; OLIVEIRA JR. C. **As atividades físicas de aventura na natureza: Um Estudo na Perspectiva do Processo Civilizador e da Tecnologia como Fator de Afastamento e Aproximação da Natureza.** Ponta Grossa, 2005.

CARVALHO, R. I. B. **Televisão e Cinema na Educação Superior. XXIX Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação – UnB – 6 a 9 de setembro de 2006**

COSTA, A. A.: **Tabagismo.** *Ars Cvrandi.* 2002; 35(8): 40-7.

COSTA, Vera. **Esporte de aventura e risco na montanha: um mergulho no imaginário.** São Paulo, SP: Manole, 2000. p. 217.

DE MAIS, D. O. **Ócio criativo.** 2ªed. Rio de Janeiro, Sextante, 2000.

DUMAZEDIER, J. **Valores e conteúdos culturais do lazer.** São Paulo: SESC, 1980.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e cultura popular.** 3. ed. São Paulo: Perspectiva, 2000.

DOMINGUES, M. R.; ARAUJO, C. L. P.; GIGANTE, D. P. **Conhecimento e percepção sobre exercício físico em uma população adulta urbana do sul do Brasil. Cadernos de Saude Publica,** Rio de Janeiro, v. 20, n.1, 2004.

ECAVE, C. et al.: **Nível de qualidade de vida de universitários. Revista do centro de pesquisa avançadas em qualidade de vida-CPAqv.** Nº.1, V.1, 2009.

ESCOBEDO, L. G.; Marcus, S. E.; HOLTZMAN. D.; GIOVINO. G. A.: **Sports participation, age at smoking initiation, and the risk of smoking among us**

high school students. JAMA. 1993; 269(11): 1391-5.
doi:10.1001/jama.269.11.1391.

FEIXA, C. **La aventura imaginaria.** Una visión antropológica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. Apunts: Educación Física y Deportes, Barcelona, p.6-8, 1995.

FRANCESCHI. N. M. de. **Lazer: opção pessoal.** Brasília, DF: Departamento de Educação Física, Esportes e Recreação, 1993.

GARCIA FERRANDO, M. **Los españoles y El deporte:** prácticas y comportamientos em La última década Del siglo XX (encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000). Ministério de Educación, Cultural y Deporte – CSD, Madri, 2001.

GUARESCHI, N. C.; LUCIELE, N.; NARDINI, M.; HOENISCH, J. C.: Problematizando as práticas psicológicas no modo de entender a violência. In: Violência, gênero e Políticas Públicas, Edipucrs, Porto Alegre, 2004.

GUEDES, D. P.; SANTOS, C. A.; LOPES, C. C.: Estágios de mudanças de comportamentos e prática habitual de atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Londrina, v. 8, no. 4, p. 5-15, 2006.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Educação física escolar: uma proposta de promoção da saúde. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v. 7 n. 14, p. 16-23, 1993.

HACK, C.; PIRES, G. de L. Lazer e mídia no cotidiano das culturas juvenis. **Revista Licere** de abril/2007.

IERVOLINO, S. A.; PELICIONI, M. C. F. A utilização do grupo focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 35, n.2, p.115-21, jun, 2001.

IBGE . Pesquisa sobre Padrões de Vida 1996-1997. 2. ed. Rio de Janeiro: IBGE, Dep. de População e Indicadores Sociais, 1999.

LATIESA, M: **Granada e El turismo:** Análisis sociológico, planificación y desarrollo Del Projeto Europeo Pass-Enger. Granada, Ed, Universitaria de Granada, 2000.

LEITE. L. D. F & GONÇALVES JÚNIOR, L.: **Percepção de impactos Ambientais e motivos de adesão de universitários ao projeto vevências em escalada.**2003.

MARCELLINO, N. C.: **Lazer e educação.** Campinas-SP: Papyrus, 1987.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e educação.** 9 ed. Campinas, SP: Papyrus, 2002.

MARTINS, A. M. Estudantes universitários, lazer e práticas socioculturais: estudo de caso. In: **IV Congresso Português de Sociologia.** disponível no endereço: www.asp.pt/ivcong-actas/Actas138.pdf.

MARTONI. F. R; SCHWARTZ, M. G. O lazer na vida do estudante universitário. **Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 97 - Junho de 2006.**

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento:** Pesquisa qualitativa em saúde. 6ª ed. São Paulo: Hucitec, Rio de Janeiro: Abrasco, 1999.

MUNHOZ, J. F. e GONÇALVES JÚNIOR, L.: Atividades Físicas de aventura na natureza: trajetória na região de São Carlos. In: **III CONGRESSO CIENTÍFICO LATINO AMERICANO UNIMEP/FIEP,** 2004, Piracicaba. Anais(CD-ROM)2004

NAHAS, M. V. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida:** conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 2. ed. Londrina: Midiograf, 2001.

NAHAS, M. V.: **Atividade Física e Qualidade de Vida:** Conceitos e sugestões para um Estilo de Vida Ativo. 2. ed. Londrina: Midrograf, 2003.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 3.ed. Londrina: Midiograf, 2003.

NATHAN, P.: **Congresso catarinense de fisioterapia ortopédica e traumatológica.** *Anais.* Joinville. (2000).

Paiva J. L. Possibilidades para a extensão universitária a partir de uma política de lazer, nas faculdades de educação física. **Revista. Brasileira Corpo e Movimento.** Brasília v. 12 n. 1 p. 85-90 jan./mar. 2004

PAIM, M. C. C; SILVA, C. N; ELVIO, J. S. J; GILNEI, T. Atividades de lazer praticadas por acadêmicos da UFSM no seu tempo livre. **Revista Digital - Buenos Aires-Año 10.N°69-Febrero de 2004.**

PIMENTEL, G. G. A. **Aventuras de lazer na natureza: o que buscar nelas?** In: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (Org.). Viagens, lazer e esporte. São Paulo: Manole, 2010.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social: métodos e técnicas.** São Paulo: Atlas, 1989.

RIVADENEYRA, M. L: **“Evolucion Del deporte como forma de ocio de los españoles”** IN: LATIESA, M. , MARTOS, P. y PANIZA, J. L: **Deporte y cambio social em El umbral Del siglo XXI.** Esteban Sanz S. L, Madri, 2001.

RUIZ OLABUËNGA, J. I.: **Metodología de la investigación cualitativa.** Bilbao, Universidad de Deusto, 1996.

SANT´ANNA, D. B. **Corpos de passagem-** ensaio sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo, Estação da Liberdade, 2001,p.58.

Sanz, E. **La práctica físico-deportiva de tiempo libre en universitarios: análisis y propuestas de mejora.** Logroño: Universidade de La Rioja, Servicio de Publicaciones.(2005).

SILVA, R. E. V.: Fatores associados ao consumo de álcool e drogas entre estudantes universitários. **Revista saúde pública.** 2006;40(2):280 -8.

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes do município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, 2000.

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Sobrepeso, atividade física e tempo de televisão entre adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v. 11, n. 4, p. 63-66, 2003.

SCHWARTZ, G. M.: **Emoção, aventura e risco** – a dinâmica metafórica dos novos estilos. In: BURGOS, M. S.; PINTO, L. M. S. M. (Org.) **Lazer e estilo de vida**. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, p. 139-168. 2002.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G. M.: **Atividades de aventura**: análise da produção acadêmica do ENAREL. *Licere*, v.5, n.1, p. 50-58, 2002.

TALIAFERRO, L. A.; RIENZO, B. A.: Associations Between Physical Activity and Reduced Rates of Hopelessness, Depression, and Suicidal Behavior Among College Students. **JOURNAL OF AMERICAN COLLEGE HEALTH**, v.57, n.4. 2009.

TERUYA, R. M.: **O lazer nas atividades em integração com a natureza**, 2000. 44f. (Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Educação Física) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.

VAUGHN, S.: **Focus group interviews in education and psychology**. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 1996.

VIERA, M. E. **O que eles fazem depois da aula?** As atividades extracurriculares dos alunos de ciências médicas da FMRP-USP. *Medicina*, Ribeirão Preto, 37: 84-90, jan./jun.2004.

VILLAS BOAS, B. M. F. Práticas avaliativas no contexto do trabalho pedagógico universitário: formação da cidadania crítica. **III Seminário de Qualidade Acadêmica sobre avaliação emancipatória na universidade: por quê?** Universidade Federal de Uberlândia, 28 e 29 de maio de 2003 p.5.

VILLAVERDE, S.: **Corpo, lazer e natureza**: elementos para uma discussão ética. IN BRUHNS, Heloísa T. & GUTIERREZ, Gustavo L. **Representações do lúdico**: II ciclo de debates lazer e motricidade. Campinas, SP: autores associados – comissão de pós-graduação de faculdade de educação da UNCAMP, 2001 p.110.

APÊNDICES

APÊNDICE A- ROTEIRO PARA OS GRUPOS FOCAIS

1. Significado dos conceitos de lazer e tempo livre.

2. Percepção e nível de satisfação do uso do tempo livre/lazer (o que realizam; o que poderiam realizar).

3. Papel da prefeitura e percepção dos programas e infra-estrutura existentes na cidade para o tempo livre/lazer: espaço físico; equipamentos; recursos humanos; programas.

4. Papel da universidade e percepção da quantidade e qualidade de infra-estrutura e equipamentos para a prática de lazer e esporte na UFPB: espaço físico; equipamentos; recursos humanos;

programas.

5. Lazer e esporte na natureza.

Apêndice B- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre Hábitos de Lazer e físico-esportivo dos universitários do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba, e está sendo desenvolvida por Giovanna Mingareli Nogueira, aluna do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação da Prof^a Dr. Maria Dilma Simões Brasileiro.

Os objetivos do estudo é conhecer os hábitos de lazer e físico-esportivo dos universitários da área de saúde da UFPB.

A finalidade deste trabalho é contribuir na busca de suprir as lacunas da temática do lazer, assim como refletir sobre o papel da universidade na

formação integral dos universitários e na re-configuração das ações universitárias.

Solicitamos a sua colaboração para realização das entrevistas e dos Grupos Focais, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que essa pesquisa não oferece riscos, previsíveis, para a sua saúde

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição.

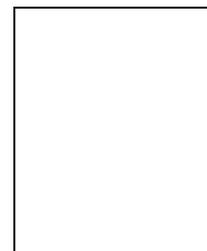
Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal

OBSERVAÇÃO: (em caso de analfabeto - acrescentar)

Espaço para impressão dactiloscópica



Assinatura da Testemunha

Contato com o Pesquisador (a) Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para

o (a) pesquisador (a): Maria Dilma Simões Brasileiro

Endereço: Departamento de Educação Física / LAECOS

Telefone: 3216-7030

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

**APÊNDICE C – CERTIDÃO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM
SERES HUMANOS - CEP**