



APRESENTAÇÃO

A Educação Física é a ciência que estuda a cultura do movimento humano e seus aspectos biopsicossociais, que dialoga com diferentes áreas do conhecimento, como a educação e a saúde, participando, nesta última, como contribuinte importante na estratégia de prevenção de doenças e enfrentamento ao sedentarismo, bem como melhoria do bem-estar por meio de estilo de vida ativo.

Como um dos objetos de estudo, encontra-se o esporte, que contribui de forma significativa como ferramenta de inclusão social, sendo também possibilidade de lazer e manutenção da saúde.

Reunir conhecimentos dessa ciência em um dossiê, além de colaborar para formação e atuação do profissional de Educação Física, mostra-se importante para contribuição na produção de conhecimentos atualizados e fortalecer o reconhecimento da Educação Física como ciência.

Portanto, o objetivo deste dossiê foi organizar produtos científicos oriundos de trabalhos de conclusão de curso de Educação Física relacionados a atividade física, exercício físico e esporte em suas vertentes voltadas a saúde e qualidade de vida.

Abaixo serão descritos um *release* sobre os artigos por ordem de aprovação pelos avaliadores *ad hoc*.

O artigo intitulado, “**Gestação e exercício físico: recomendações, cuidados e prescrição**”, trás como objetivo, a reflexão sobre o conhecimento acerca do processo gestacional, suas principais adaptações fisiológicas e principais as diretrizes sobre o exercício para esta população, considerada grupo especial.

Um dos assuntos de extraordinária importância relacionado a saúde está ligado ao aspecto morfológico, o artigo sobre “**Exercício resistido e hipertrofia regional da musculatura esquelética: revisão de literatura**”, relata sobre a especificidades do desenvolvimento muscular bem como, o processo de síntese localizada de proteínas contráteis, tais informações podem ser aplicadas para a orientação de exercício resistidos para diversas populações.



É consenso científico que a prática regular de exercício físico, promove diversos benefícios à saúde, entretanto quando não praticado da forma correta pode ocasionar lesões, é neste sentido que o artigo: **“Perfil e prevalência de lesões osteomusculares de praticantes de exercício físico supervisionado em academias”**, traz as características dos participantes, prevalências e tipos de lesões de praticantes de exercício realizado em academias.

O dossiê teve a honra de receber o trabalho: **“A Educação física na educação de jovens e adultos: a concepção dos estudantes de um município do interior da Bahia”**, que analisou a concepção da Educação Física quanto disciplina em uma escola pública na Bahia, verificou-se que é necessário elucidar a importância para gestores e professores oportunizem melhores condições de aprendizagem para os alunos do EJA.

A cafeína é um dos estimulantes naturais mais consumidos por praticantes de exercícios, devido aos seus efeitos lipolíticos e excitação ao sistema nervoso para continuar ao esforço, neste sentido, o artigo **“Efeito ergogênico da cafeína sobre a fadiga e a dor durante o exercício: uma revisão sistemática”**, debate sobre o consumo desta substância e seus efeitos na redução da acidose metabólica e dor muscular, o que contribuiria muito para individuo aumentar o tempo de exercício para alcançar seus objetivos.

Utilizar a pesquisa como estratégia de intervenção pedagógica que potencializa o processo de aprendizagem e desenvolvimento humano é o objetivo do artigo: **“Psicomotricidade relacional: estratégia de intervenção pedagógica na educação”** tratou-se que a psicomotricidade relacional trabalha aspectos cognitivos importantes que podem auxiliar no processo de ensino aprendizagem de crianças e jovens.

Outro trabalho sobre a educação física como disciplina escolar foi; **“EJA: percepção de autonomia dos alunos nas aulas de educação física”** em um delineamento quali quantitativo analisou-se o desenvolvimento do trabalho pedagógico realizado no campo da educação física é percebido pelos alunos da EJA como uma ação que apoia o desenvolvimento de sua autonomia para o aprender.

A aparência corporal está se tornando cada vez mais importante para nossa sociedade e a forma como é utilizada pela mídia é preocupante, frente ao exposto o



artigo: **“Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física”**, verificou-se que os veículos de comunicação digital influenciam na imagem autorreferida de futuros profissionais da nossa área.

Para que haja orientação adequada, o indivíduo necessita de bases teóricas científicas, neste sentido, o artigo, **“Treinamento esportivo: um estudo introdutório sobre suas bases científicas”** evidentemente, revela a retórica de princípios do treinamento e sua aplicabilidade para área de prescrição do exercício físico.

O artigo, **“Conhecimento do professor de educação física sobre primeiros socorros no ambiente escolar”**, investigou o conhecimento do professor de educação física sobre primeiros socorros e sua percepção sobre procedimentos a serem utilizados no âmbito escolar, expondo a formação acerca da orientação que o graduando teve na sua formação inicial.

Outra base teórica importante para o profissional de Educação Física foi relatada no artigo: **“Treinamento resistido e sistema endócrino: revisão de literatura”**, que trouxe as adaptações do exercício físico no sistema hormonal, identificando os ajustes e adaptações, que auxiliam diretamente na manutenção tecidual magra e nos efeitos clínicos do exercício frente a disfunções hormonais.

A partir do Ano Internacional da Pessoa Deficiente (1981) pode-se observar diversas ações que possibilitaram a ampliação do atendimento às pessoas com deficiência, inclusive na área da Educação Física e esporte, o artigo: **“A educação física adaptada no currículo de formação em educação física”**, discute sobre a criação de uma disciplina nos cursos de graduação em Educação Física, através da reestruturação curricular dos anos de 1990.

O comportamento sedentário aumentou de forma exponencial, atualmente acomete em grande prevalência populações jovens, o artigo **“Obesidade e sedentarismo no ensino médio: uma proposta de intervenção nas aulas de educação física”** trás como proposta de intervenção como os temas obesidade e sedentarismo, de modo específico em alunos do ensino médio, utilizando metodologia pedagógica para o entendimento de conceitos inerentes ao tema e mudança de comportamento.



A importância de novas estratégias de abordagem ao deficiente intelectual autista, é referenciada no artigo: **“Equoterapia e educação física: estudo de caso com praticante autista”**, relatou melhora psicossocial e funcional com a utilização do equino como terapêutica, acompanhado por profissionais de Educação Física.

Sobretudo, a multivariada de temas demonstra a interdisciplinaridade da Educação Física como ciência e propõe o a permuta do conhecimento entre profissionais e pesquisadores.

Chaysther de Andrade Lopes, UFJ.
David Michel de Oliveira, UFJ.
Jataí, 17 de abril de 2020.