

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA**

THIAGO FERNANDES DA SILVA

**A CAPOEIRA COMO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO PARA
MODIFICAR O COMPORTAMENTO SOCIAL DE JOVENS DA
COMUNIDADE MATINHA DO MUNICÍPIO DE TEÓFILO OTONI-MINAS
GERAIS**

**BELO HORIZONTE- MINAS GERAIS
2017**

THIAGO FERNANDES DA SILVA

**A CAPOEIRA COMO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO PARA
MODIFICAR O COMPORTAMENTO SOCIAL DE JOVENS DA
COMUNIDADE MATINHA DO MUNICÍPIO DE TEÓFILO OTONI-MINAS
GERAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização Estratégia Saúde da Família, Universidade Federal de Minas Gerais, para obtenção do Certificado de Especialista.

Orientador: Prof. Dr. Christian Emmanuel Torres Cabido

**BELO HORIZONTE - MINAS GERAIS
2017**

THIAGO FERNANDES DA SILVA

**A CAPOEIRA COMO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO PARA
MODIFICAR O COMPORTAMENTO SOCIAL DE JOVENS DA
COMUNIDADE MATINHA DO MUNICÍPIO DE TEÓFILO OTONI-MINAS
GERAIS**

Banca examinadora

Prof. Dr. Christian Emmanuel Torres Cabido - orientador

Profa. Dra. Maria Rizoneide Negreiros de Araújo - UFMG

Aprovada em Belo Horizonte, em ____/____/____

RESUMO

A adolescência configura-se enquanto uma etapa do desenvolvimento marcada por grandes transformações biopsicossociais na vida do indivíduo que podem ocasionar comportamentos inadequados tais como: indisciplina, hábitos sedentários, uso e abuso de substâncias lícitas e ilícitas, entre outros, que acarretam grandes impactos e podem prejudicar seu pleno desenvolvimento durante essa fase. O objetivo do presente estudo é elaborar um Plano de Ação utilizando a capoeira e as manifestações afro-brasileiras como ferramentas para reduzir os índices de obesidade, drogas e alcoolismo entre crianças e adolescentes da comunidade do PSF do Bairro Matinha do Município de Teófilo Otoni-MG. Para embasar a elaboração do plano de ação foi feita uma revisão de literatura em livros e publicações periódicas científicas e de indexação nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e portais de Universidades. O plano de ação foi elaborado utilizando o método de planejamento estratégico situacional, após identificação do problema e diagnóstico situacional da área de abrangência. Embasado nos nós críticos encontrados foram apresentadas quatro propostas de intervenção através dos projetos: “Capoeira e Manifestações Afro-brasileiras”, “Medida Certa para Crianças e Adolescentes”, “Galera Consciente” e “Vida Sim, Droga Não”, visando melhorar os hábitos alimentares, auxiliar os pais sobre possíveis formas de educar os filhos e falar sobre o perigo do uso de drogas, respectivamente. Considera-se que as ações educativas e preventivas conjuntamente com as atividades de Capoeira e suas manifestações culturais resulta não só na melhora nos aspectos físicos, mas também sociais e emocionais desses adolescentes.

Palavras-chave: Juventude. Atividade Física. Capoeira.

ABSTRACT

Adolescence is a stage of development marked by major biopsychosocial transformations in the individual's life that may lead to inappropriate behaviors such as: indiscipline, sedentary habits, use and abuse of legal and illegal substances, among others, that have great impacts and can development during this phase. The objective of the present study is to elaborate an Action Plan using capoeira and Afro-Brazilian manifestations as tools to reduce the rates of obesity, drugs and alcoholism among children and adolescents of the FHP community of the Matinha Ward of the Municipality of Teófilo Otoni-MG. To support the elaboration of the action plan, a literature review was carried out in books and scientific periodicals and indexing in the databases Scientific Electronic Library Online (SciELO) and portals of Universities. The action plan was developed using the strategic situation planning method, after identification of the problem and situational diagnosis of the area of coverage. Based on the critical nodes found, four intervention proposals were presented through the projects: "Capoeira and Afro-Brazilian Manifestations", "Measure for Children and Adolescents", "Galera Consciente" and "Life Yes, No Drugs", aiming at improving habits help parents about possible ways to raise their children and talk about the danger of drug use, respectively. It is considered that the educational and preventive actions together with the activities of Capoeira and its cultural manifestations results not only in the improvement in the physical, but also social and emotional aspects of these adolescents.

Keywords: Youth. Physical activity. Capoeira

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. JUSTIFICATIVA.....	9
3. OBJETIVOS.....	10
3.1 OBJETIVO GERAL	10
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
4. MÉTODO.....	11
5. REVISÃO DE LITERATURA	12
5.1 A CAPOEIRA NO CONTEXTO SOCIOCULTURAL.....	16
5.2 A CAPOEIRA COMO ATIVIDADE FÍSICA CONTRA O SEDENTARISMO DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES	17
6. PLANO DE AÇÃO	19
6.1 PRIMEIRO PASSO: DEFINIÇÃO DOS PROBLEMAS	19
6.2 SEGUNDO PASSO: PRIORIZAÇÃO DOS PROBLEMAS	19
6.3 TERCEIRO PASSO: DESCRIÇÃO DO PROBLEMA SELECIONADO	19
6.4 QUARTO PASSO: EXPLICAÇÃO DO PROBLEMA	20
6.5 QUINTO PASSO: SELEÇÃO DOS “NÓS CRÍTICOS”	21
6.6 SEXTO PASSO: DESENHO DAS OPERAÇÕES	21
6.7 SÉTIMO PASSO: IDENTIFICAÇÃO DOS RECURSOS CRÍTICOS	23
6.8 OITAVO PASSO: ANÁLISE DE VIABILIDADE DO PLANO.....	24
6.9 NONO PASSO: ELABORAÇÃO DO PLANO OPERATIVO	25
6.10 DECIMO PASSO: GESTÃO DO PROJETO	26
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	28
REFERÊNCIAS.....	29

1. INTRODUÇÃO

De acordo com Aberastury (2008) a história da Capoeira está intimamente ligada à história dos negros no Brasil, os europeus quando aqui chegaram, necessitaram encontrar mão-de-obra barata para a exploração das terras. Os indígenas, de imediato eram capturados, reagiram à escravidão e não suportaram os maus-tratos a que foram submetidos. Os colonizadores precisaram, então, buscar nova mão-de-obra escrava, e para isso trouxeram negros da África.

Para Steffler (2010), a Capoeira tem o poder de reverter situações como a obesidade, drogas, o alcoolismo e a falta de disciplina, em mudar vidas e trazer uma esperança aos jovens que provavelmente não teriam um futuro promissor como exemplo: concluir o ensino médio e concluir um curso superior, devido à sua classe social ou mesmo quando vivem em uma situação econômica precária, se entregam ao sedentarismo dedicando todo o seu tempo livre aos jogos ou até mesmo às drogas.

Segundo o Currículo Básico Comum (CBC, 2006) a Capoeira apresenta-se como um elemento importantíssimo para a formação integral do aluno, desenvolvendo o físico, o caráter, a personalidade, influenciando nas mudanças de comportamento, proporcionando ainda uma análise crítica das potencialidades e limites. Na educação especial, a capoeira encontra campo frutífero junto aos deficientes e excepcionais.

O presente trabalho foi realizado no Município de Teófilo Otoni que fica inserido na Mesorregião do Vale do Mucuri do Estado de Minas Gerais. Teófilo Otoni está distante aproximadamente 450 km da capital mineira, faz fronteira com os municípios: a Norte Novo Oriente de Minas, a Nordeste Pavão, a Noroeste Catuji e Itaipé, a Leste Carlos Chagas, a Sul Ouro Verde e Frei Gaspar, Sudeste Ataléia, a Sudoeste Itambacuri e a Oeste Ladainha e Poté.

De acordo com o Censo de 2010, Teófilo Otoni-MG possuía uma população residente rural de 24.669 pessoas e a população residente urbana de 110.076 (IBGE, 2010). Esses dados caracterizam uma população com o maior número concentrado na zona urbana.

Entre 2000 e 2010, o Índice de Desenvolvimento Humano Mundial (IDHM) passou de 0,589 em 2000 para 0,701 em 2010 - uma taxa de crescimento de

19,02%. O hiato de desenvolvimento humano, ou seja, a distância entre o IDHM do município e o limite máximo do índice, que é 1, foi reduzido em 72,75% entre 2000 e 2010. Nesse período, a dimensão cujo índice mais cresceu em termos absolutos foi Educação (com crescimento de 0,167), seguida por Longevidade e por Renda. (ATLAS DO DESENVOLVIMENTO HUMANO NO BRASIL, 2013).

A Implantação do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) de Teófilo Otoni ocorreu no dia 06 de agosto de 2008 com o Modelo de Implantação NASF 1, uma equipe atendendo 16 Programas Saúde da Família (PSF). No dia 10 de março de 2014 foram abertos mais três NASF distribuídos entre os 32 PSF do município ficando no total de quatro NASF distribuídos em quatro equipes.

O PSF Matinha está localizado no bairro Matinha na Rua Joaquim Martins da Silva, nº 35, seu horário de Funcionamento é de 7h00 as 17h00 e está composto pelos seguintes profissionais: uma Auxiliar de Serviços Gerais, nove Agentes Comunitários de Saúde, uma Auxiliar Administrativa, uma Técnica de Enfermagem, uma Enfermeira e uma Médica todos eles fazem uma carga horária de 40 horas semanais; os Profissionais do NASF que dão suporte a Unidade de Saúde, mas não fazem parte do quadro de funcionários oficiais são: um Profissional de Educação Física, uma Psicóloga, uma Nutricionista, uma Farmacêutica. Os mesmos trabalham com carga horária de 40 horas semanais, com exceção de duas fisioterapeutas e uma fonoaudióloga que fazem 20 horas semanais.

Para a criação desse trabalho foi realizado um Diagnóstico Situacional da comunidade do PSF Matinha, nele foi possível identificar diferentes problemas: sociais, históricos, culturais e físicos. Dentre os quais a equipe priorizou a ociosidade, uso de drogas, álcool, pouca coordenação motora, falta de disciplina e falta de socialização.

2. JUSTIFICATIVA

Para Silva (2010), a capoeira é uma expressão cultural que mistura esporte, luta, dança e cultura popular e brincadeira, desenvolvida por descendentes de escravos africanos trazidos ao Brasil, além de representar a resistência dos negros à escravidão.

Percebe-se que a capoeira é uma ótima ferramenta para minimizar os problemas e históricos, socioculturais e melhorar a parte física e motora dos jovens.

Segundo Tani (2004), a capoeira traz o desenvolvimento da coordenação motora do aluno (praticante) e também o torna mais motivado e ativo dentro da sala de aula, a roda de capoeira trabalha muito com a concentração, com estímulos visuais e auditivos, com isso os alunos ficam mais comportados.

Sendo assim, é possível perceber o valor cultural da capoeira como arte genuinamente brasileira. Ela é uma das possíveis maneiras para envolver os jovens da Comunidade do PSF Matinha, para se prevenirem do sedentarismo devido ao seu caráter de arte popular e folclórica e de alto gasto calórico.

Diante dos altos índices de crianças e adolescentes ociosos, observamos que a capoeira seria uma alternativa para se prevenir o uso de drogas, álcool, pouca coordenação motora, falta de disciplina e falta de socialização dos jovens da comunidade do PSF do Bairro Matinha.

Acredita-se que este projeto possa minimizar esses problemas que acarretam várias doenças crônicas como: a diabetes, a hipertensão, a obesidade, e problemas sociais e etc.

3 OBJETIVOS

3.1 Geral

Elaborar um Plano de Ação utilizando a capoeira e as manifestações afro-brasileiras como ferramentas para reduzir os índices de obesidade, drogas, o alcoolismo das crianças e adolescentes da comunidade do PSF do Bairro Matinha do Município de Teófilo Otoni-MG.

3.2 Específicos

Ensinar a Capoeira e outras Manifestações Afro-brasileiras como o: Maculelê, Samba de Roda e Dança Afro-brasileira;

Informar a comunidade sobre o Valor Histórico Cultural da Capoeira;

Analisar a atividade física como mecanismo de combate a comportamentos socialmente inadequados.

4. MÉTODO

A pesquisa foi realizada através de um levantamento bibliográfico tendo como foco a perspectiva da constituição do pensamento em educação no Brasil. Para tanto foram utilizados livros e publicações periódicas científicas e de indexação nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Artigos científicos, Monografias de Universidades Federais/Estaduais e Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Os descritores utilizados nesta busca foram: Juventude; Atividade Física; Capoeira; Plano de Ação.

A adoção deste procedimento possibilitou a identificação da evolução histórica da concepção da temática proposta, bem como das representações destas concepções no cenário sociopolítico brasileiro, favorecendo a explicitação do problema a ser pesquisado a partir de aportes teóricos científicos, e pela verificação da consistência dessas informações em relação ao que é apresentado pelos principais teóricos sobre o tema, bem como a delimitação das contribuições culturais e científicas da mesma.

Quanto à produção acadêmico-científica, foram utilizados artigos e livros que discutem questões relativas às temáticas propostas para o presente estudo no contexto nacional. Fazendo uso dos seguintes critérios para a inclusão de obras e produções acadêmico-científicas: livros de leitura corrente e artigos de publicações acadêmico-científicas que versam sobre a temática deste estudo publicado no período de 1996 a 2017.

5. REVISÃO DE LITERATURA

Antes de adentrar na problemática central do presente estudo, a importância da prática de atividades físicas, e em específico da prática da capoeira enquanto ferramenta para a promoção de comportamentos socialmente aceitáveis, faz-se necessária a realização de uma breve contextualização dos fenômenos observados no trato com adolescentes no PSF Matinha no município de Teófilo Otoni-MG.

Serão abordadas, a priori, questões referentes à adolescência e sua correlação a questões tais como, obesidade e sobrepeso, ociosidade, comportamento indisciplinar, envolvimento com álcool e outras drogas, para somente depois evidenciar o papel da atividade física no combate a ocorrência destes fenômenos.

A Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990 (BRASIL, 1990), que dispõe acerca do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), estabelece em seu Art. 2º que “considera-se criança, para os efeitos desta Lei, a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade”. De modo, a vir por estabelecer a partir de sua promulgação os marcos regulatórios sobre a faixa etária pela qual o indivíduo é compreendido enquanto adolescente em todo o território nacional.

Calligaris (2011) descreve a adolescência enquanto sendo uma espécie de moratória imposta ao indivíduo, ou seja, para o autor, na adolescência ao mesmo tempo em que lhe são retirados os privilégios que outrora detinha na infância não é concedido ao indivíduo as benesses da vida adulta, fazendo que este nessa fase da vida seja imposto ao adolescente que este assuma a responsabilidade por seus atos, sem que lhe seja outorgado a tomada de decisões e controle de seus anseios. Mediante essa imposição, o indivíduo deve agora vir por ressignificar sua forma de ver e se colocar no mundo, uma vez que este não goza mais dos privilégios infantis e nem atingiu condições necessárias para ser aceito na vida adulta. Assim, é nesta etapa do desenvolvimento que o indivíduo começa a apresentar seus anseios acerca do que almeja em suas vidas. Aberastury (2008), descreve a adolescência enquanto sendo um momento de extrema importância para o indivíduo, devendo ser marcada pela segurança de normas para ajudarem o adolescente a se adaptar às transformações vivenciadas nessa etapa de sua vida, e para preservá-lo de entrar

em conflitos graves consigo mesmo, com o ambiente em que esteja inserido e com a sociedade como um todo.

Segundo Bezerra (1999), é na fase da adolescência que o indivíduo começa a experienciar novas formas de se relacionar e compreender o mundo, a vivenciar transformações biopsicossociais que irão ditar a forma como interage consigo mesmo e com os demais que o rodeiam. E é nesse contexto de intensas transformações que o indivíduo pode acabar por se ver envolto em diversas situações que lhe imputem riscos a seu desenvolvimento, tais como: o contato com drogas lícitas e ilícitas, mudanças físicas oriundas de hábitos alimentares e ou de atividades físicas inadequadas.

Ao se propor discutir acerca de indisciplina no contexto da adolescência torna-se relevante tecer as diferenças entre os conceitos de disciplina e indisciplina. Para Silva (2014), a indisciplina pode ser compreendida enquanto sendo as formas pelas quais o indivíduo ou grupo utilizam para romper com a ordem estabelecida, comportamento inadequado, rebeldia, intransigência, e a ausência de respeito às autoridades. Já a disciplina, para este mesmo autor, é concebida como um regime de ordem que pode ser livre ou imposto, é o ato de se sujeitar ou submeter à uma disciplina, ato de sujeitar-se ou submeter-se a uma disciplina pré-estabelecida. Ainda, a indisciplina pode ser oriunda de diversos fatores, "tais como o reflexo da pobreza e violência; problemas no ambiente social; carência afetiva do aluno, que passa a ser indisciplinado para chamar a atenção; rigidez excessiva [...]; pais desinteressados" (OLIVEIRA, 2016, p. 9-10). Por conseguinte, deve-se compreender que o fenômeno indisciplina deve ser ocorrido a partir de uma perspectiva multidisciplinar, objetivando envolver toda a comunidade e a família em seu cerne, cabendo não só a família, mas a toda a comunidade buscar traçar ações que vislumbrem transformação do comportamento indisciplinar do indivíduo (OLIVEIRA, 2016).

Neste ensejo, Zagury (2008), pontua que a questão de impor limites ao adolescente é antes de tudo ensiná-lo a tolerar frustrações, uma vez que, ao impor limites os pais ou instituições estarão preparando o adolescente para as dificuldades da vida adulta e para que estas não se tornem barreiras intransponíveis na vida dele.

Para a autora limitar seria

Ensinar que todos temos direitos sim, mas deveres também. Limitar é mostrar que o outro também deve ser considerado quando decidimos a agir, que nunca devemos pensar apenas em nós mesmo, mas sim compreender que vivemos em grupo – ou seja, convivemos. É, antes de tudo, preparar nossos filhos para o exercício da cidadania (ZAGURY, 2008, p. 49).

Retornando ao conceito de moratória, pode-se evidenciar que os atos indisciplinados dos adolescentes podem ser vislumbrados enquanto uma alternativa por eles encontrada para questionar o interstício a eles imposto pela sociedade. Contudo, cabe salientar, que mesmo conforme destacado por Calligaris (2011, p. 17), que “a modernidade também promove ativamente um ideal que ela situa acima de qualquer outro valor: o ideal de independência. Instigar os jovens a se tornarem indivíduos independentes é uma peça-chave da educação moderna”, o que pode vir por configurar-se enquanto um importante fator de risco para o pleno desenvolvimento do indivíduo, uma vez ao mesmo tempo em que lhe é imposto a moratória lhe é concomitantemente exigido que o jovem venha por demonstrar ser detentor de adentrar ao convívio da sociedade adulta.

No que concerne a questões relacionadas à obesidade e sobrepeso na adolescência, Cabrera *et al.* (2014), destacam que a obesidade e o sobrepeso tem sua causa fundamentada no desequilíbrio entre as calorias consumidas e as calorias gastas pelo indivíduo, aspectos estes que segundo os autores são potencializados através de práticas alimentares inadequadas, inatividade física, sedentarismo, alertando ainda que a ocorrência de obesidade e ou sobrepeso estão associados a índices de mortalidade e morbidade, bem como a redução da expectativa de vida do indivíduo. Nesse contexto, Brevidelli *et al.* (2015, p. 380), pondera que “vários fatores contribuem para sua prevalência, dentre eles, o atual estilo de vida da população urbana, que se traduz em hábitos alimentares não saudáveis e baixo nível de atividade física”.

Pode-se constatar entre 10 e 19 anos, o crescimento casos de obesidade e sobrepeso foram mais intensos, de 3,7% para 21,7% nos meninos, e de 7,5% para 19,4% nas meninas entre os períodos de 1974-1975 e 2008-2009 (CABRERA *et al.*,

2014, p. 02), de modo que, Brevidelli *et al.* (2015), afirmam que cerca de um quinto da população jovem do país entre 10 a 19 anos apresentam excesso de peso.

Em estudo realizado com 402 indivíduos Cabrera *et al.* (2014), constataram que 123 apresentavam excesso de peso e que 251 indivíduos não realizavam nenhum tipo de atividade física. Já Brevidelli *et al.* (2015), constataram em estudo com 107 estudantes de uma escola de rede pública no estado de São Paulo, que 25% dos pesquisados apresentavam problemas com excesso de peso, sendo que no tocante a atividade física 60% das mulheres as vezes praticavam algum tipo de atividade no contexto escolar e que 64,8% nunca praticavam atividades físicas fora do ambiente escolar, já para os homens, 42,9% praticavam pelo menos 2 vezes por semana atividades físicas no âmbito escolar e que cerca de 66,6% praticavam entre 1 a 3 vezes atividades físicas fora do ambiente escolar.

Cabrera *et al.* (2014, p. 4), corroboram estes dados ao afirmarem que em seus estudos a “atividade física foi observado que mais da metade da amostra, 251 estudantes (62,44%) foram inativos ou inadequadamente ativos e que a maioria desses indivíduos eram do sexo feminino em ambos os grupos”.

O que se evidencia a partir destes dados é a crescente e preocupante construção de uma população jovem e com a apresentação de distúrbios alimentares em específico os casos de obesidade e sobrepeso associados a uma constante inatividade física por parte desta parcela da população, dados estes que necessitam serem observados e concomitantemente proposto modelos de intervenção a fim de se reduzir estes índices entre a população jovem do país.

Por conseguinte, outro fator de risco para o indivíduo durante a adolescência diz respeito ao contato com drogas lícitas ou ilícitas, nesse contexto Pechansky *et al.* (2017), ponderam que a adolescência se configura enquanto sendo uma etapa de grande risco para que o indivíduo venha por se envolver com as drogas, muito em decorrência de características inerentes a própria adolescência, assim, cabe salientar aspectos relacionados a ao uso dessas substâncias e seu risco para o pleno desenvolvimento do indivíduo, ou seja, o uso de drogas na adolescência pode resultar em comprometimento do desenvolvimento biopsicossocial do indivíduo, bem como o início do uso de drogas na adolescência pode vir por potencializar um quadro de dependência na vida adulta.

Canaves; Alves; Canaves (2010), ponderam que entre os fatores de risco para que o adolescente adentre ao consumo de drogas estão aspectos tais como, ambiente em que o uso das substâncias seja aceito e ou estimulado, a grande exposição midiática, falta de relações afetivas, pressões sociais e a violência doméstica. Os autores destacam ainda que, questões vinculadas as características genéticas do indivíduo possa se tornar eventos predisponentes para a dependência do adolescente.

Corroborando a esta premissa Zagury (2008), menciona como alguns fatores de risco para o uso de drogas na adolescência, entre os fatores individuais destacam-se questões relativas a idade, a ausência de projetos de vida, a baixa autoestima, consumo precoce de tabaco e ou álcool, depressão e a incidência de comportamentos inadequados por parte do adolescente. Já fatores familiares incluem, relações familiares incipientes, ausência de comunicação entre pais e filhos e comportamento indiferente dos pais com relação as drogas.

5.1 A Capoeira no Contexto Sociocultural

Lopes (2010) destaca que através da capoeira o indivíduo tem a oportunidade de desenvolver noções de direitos e deveres, de aprender a conviver melhor com o outro respeitando seus limites e ainda de aumentar sua própria autoestima, o autor pondera ainda que através da capoeira o indivíduo adquire condições de viver melhor e valorizar o meio em que está inserido socialmente, vindo por fim a desenvolver um sentimento de pertencimento a sua comunidade como um todo.

No que concerne ao papel da capoeira na construção e transformação do contexto social em que o indivíduo esteja inserido Lussac (2010), pondera que a capoeira vem por promover um redirecionamento do indivíduo em busca de novas alternativas para a construção de sua realidade, uma vez que suas atividades transformam a realidade social do indivíduo, direcionar-se para a uma reconsideração dos sentidos ou significados que seu público alvo imprime para sua realidade social e tangenciar os fatores que venham por determinar a sua compreensão e assimilação de sua realidade como um todo.

Nesse sentido, Aguiar; Souza; Gavião (2009) consideram que na capoeira, a música, a criatividade, a expressão corporal, o ritmo musical, o ritmo das palmas e o ritmo vocal, ajudam as pessoas a se afastarem de obstáculos de ordem fisiológica e

psicológica. Além disso, trabalha harmoniosamente de maneira total todas as várias qualidades físicas de base e comportamentais psicomotoras como: a acuidade visual e auditiva, o uso indiscriminado das lateralidades esquerda e direita, o gestualismo, o simbolismo, as intenções, as configurações e as operações que estão cristalizadas na capoeira.

Já Santos (2009), destaca que a capoeira veio por configurar-se como sendo uma forma de identidade e expressão dos escravos no período colonial brasileira, assim a capoeira era utilizada como um recurso para a realização da afirmação pessoal do negro e enquanto uma medida de sua luta pela vida, configurando-se como um instrumento de importância para a população oprimida. Assim, através da capoeira o corpo do negro demonstrava sua sujeição perante os desmandos dos senhores.

5.2 A Capoeira como Atividade Física contra o sedentarismo das Crianças e Adolescentes

Para Campos (2001, p. 29), pondera que em um contexto amplo “a Capoeira é uma atividade física, que envolve de uma forma magistral, todos os músculos do corpo, as articulações e as grandes funções, destacando-se o aparelho cardiovascular e o cardiopulmonar”. Campanha (2014) pondera que semelhante aos adultos cada vez mais crianças e adolescentes vem apresentando uma rotina diária ausente de atividades físicas, o que pode ser verificado ao se constatar que cada vez mais é perceptível a existência de problemas de saúde derivativa ou relacionada a uma vida sedentária e toda a gama de comorbidades oriundas de uma vida sem a existência de uma rotina de atividades físicas. Este mesmo autor, ainda destaca que para além dos problemas ocasionados pelo sedentarismo, é possível de se verificar que essas crianças e adolescentes pode apresentar um desinteresse no que tange à busca por conhecer suas raízes culturais, bem como, os impactos desta na construção da sociedade em que está inserida.

Portanto, é possível constatar que, através da prática da capoeira por crianças e adolescentes pode tangenciar o trabalho com essa faixa etária para a promoção de uma melhora nas condições de saúde, bem como para a promoção de um resgate e valorização das expressões culturais inseridas no contexto da prática e ensino da capoeira, ou seja, através da inserção da prática da capoeira na rotina de

crianças e adolescentes, torna-se possível a construção de uma identidade histórico-cultural, bem como, do desenvolvimento dos mesmos do conhecimento do próprio corpo e da aquisição de hábitos saudáveis para sua vida como um todo (CAMPANHA, 2014).

6. PLANO DE AÇÃO

6.1. Primeiro passo: definição dos problemas

Após o diagnóstico situacional na comunidade do Bairro Matinha foi possível identificar diferentes problemas:

- 1) Ociosidade;
- 2) Obesidade e Sobrepeso;
- 3) Falta de Disciplina;
- 4) Uso de Drogas Lícitas e Ilícitas.

6.2. Segundo passo: priorização dos problemas

Os dados concernentes à priorização dos problemas estão apresentados no quadro1.

Quadro 1 - Priorização dos problemas.

Principais Problemas	Importância	Urgência	Capacidade de enfrentamento	Seleção
Ociosidade	Alta	10	Dentro	1
Obesidade e Sobrepeso	Alta	10	Dentro	2
Falta de Disciplina	Alta	9	Dentro	3
Uso de Drogas Lícitas e Ilícitas	Alta	7	Dentro	4

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor.

6.3. Terceiro Passo: descrição do problema selecionado

As descrições dos problemas selecionados para a execução do projeto estão apresentadas no quadro 2.

Quadro 2 - Descrição do problema selecionado.

DESCRITORES	VALORES	FONTES
Ociosidade	200	Secretária Municipal de Saúde/ PSF Matinha
Obesidade e Sobrepeso	100	Secretária Municipal de Saúde/ PSF Matinha
Falta de Disciplina	90	Secretária Municipal de Saúde/ PSF Matinha
Uso de Drogas Lícitas e Ilícitas	70	Secretária Municipal de Saúde/ PSF Matinha

Observação: Estes dados são somente dos Jovens que participam dos grupos operativos e consultas do PSF Matinha.

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor.

6.4. Quarto passo: explicação do problema

- Observa-se que a ociosidade que ocorrem com as crianças e adolescentes da comunidade do bairro Matinha é devido à falta de lazer que se encontra nesse lugar e a utilização exagerada de jogos eletrônicos;
- Percebe-se que a obesidade e o sobrepeso acontecem devido à pouca atividade física e falta de uma educação alimentar vinda dos pais;
- Entende-se que a falta de disciplina acontece pelo motivo dos pais trabalharem muito, não terem tempo e saberem educar os filhos, e os deixarem aos cuidados de terceiros como exemplo: parentes, vizinhos e pessoas de fora do convívio familiar;
- Percebe-se que o uso de drogas lícitas e ilícitas acontece devido às influências de pessoas que utilizam e às influenciam a utilizar para que as mesmas possam ser posteriores distribuidores de drogas na comunidade.

6.5. Quinto passo: seleção dos “nós críticos”

- Sedentarismo;
- Falta de Educação Alimentar;
- Crianças e Adolescentes sem limites;

6.6. Sexto passo: desenho das operações.

As operações/projetos, os resultados e produtos necessários, bem como os recursos necessários estão apresentadas no quadro 3.

Quadro 3 - Nós críticos, com seus respectivos projetos/operações, resultados e produtos esperados e recursos necessários.

Nó Crítico	Operação/Projeto	Resultados esperados	Produtos esperados	Recursos necessários
Sedentarismo	<p>“Capoeira e Manifestações Afro-brasileiras”</p> <p>Aumentar o número de crianças e adolescentes fisicamente ativos.</p>	Diminuição do Número de Crianças e Adolescentes sedentários.	<p>Grupos Capoeira Regional</p> <p>Grupo Capoeira Angola</p> <p>Dança Afro;</p> <p>Maculelê.</p>	<p>Político > Utilizar o Espaço a varanda do PSF Matinha.</p> <p>Financeiro > Folder, divulgação na Rádio e CD's de e Capoeira, Maculelê e Dança Afro e Instrumentos da Mesma.</p> <p>Organizacional > Aulas de Capoeira Angola e Regional, Dança Afro e Maculelê.</p>
Falta de Orientação	<p>“Medida Certa para Crianças e</p>	Aumentar o Número de Crianças e	Grupos de Educação Alimentar.	Político > Utilizar uma sala do PSF Matinha.

Alimentar	Adolescentes” Aumentar o número de crianças e Adolescentes com dietas saudáveis.	Adolescentes que aprendem a comer de uma forma Saudável.		Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show. Organizacional > Palestras Voltadas para os Jovens sobre boa alimentação.
Crianças e Adolescentes sem limites	“Galera Consciente” Auxiliar os pais sobre as possíveis formas de como se educar os filhos e explica-los como funciona o Sistema de Hierarquia da Capoeira.	Aumentar o Número de Crianças e Adolescentes que escutem os pais.	Palestras voltadas a dicas de como Disciplinar e Instruir os filhos.	Político > utilizar uma sala do PSF Matinha. Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show. Organizacional > Palestras voltadas sobre Instrução familiar.
Fatores sociais	“Vida Sim, Droga Não” Explicar para os Jovens sobre os Riscos da utilização de Drogas Lícitas e Ilícitas.	Diminuir o Número de Crianças e Adolescentes que utilizam Drogas.	Grupo “Galera Consciente”.	Político > Utilizar o Espaço a varanda do PSF Matinha. Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show. Organizacional > Palestras e Dinâmicas de Grupos voltadas para os Riscos da utilização de Drogas Lícitas e Ilícitas.

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor.

6.7. Sétimo passo: identificação dos recursos críticos

A identificação dos recursos necessários para a execução de cada operação/projeto está apresentada no quadro 4.

Quadro 4 - Identificação dos recursos críticos.

Operação/Projeto	Recursos Críticos
<p>“Capoeira e Manifestações Afro-brasileiras” Aumentar o número de crianças e adolescentes fisicamente ativos.</p>	<p>Político > Utilizar o Espaço a varanda do PSF Matinha. Financeiro > Folder, divulgação na Rádio e CD's de e Capoeira, Maculelê e Dança Afro e Instrumentos da Mesma. Organizacional > Aulas de Capoeira Angola e Regional, Dança Afro e Maculelê.</p>
<p>“Galera Consciente” Auxiliar os pais sobre as possíveis formas de como se educar os filhos e explica-los como funciona o Sistema de Hierarquia da Capoeira.</p>	<p>Político > Utilizar uma sala do PSF Matinha. Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show. Organizacional > Palestras voltadas sobre Instrução familiar.</p>
<p>“Vida Sim, Droga Não” Explicar para os Jovens sobre os Riscos da utilização de Drogas Lícitas e Ilícitas.</p>	<p>Político > Utilizar o Espaço a varanda do PSF Matinha. Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show. Organizacional > Palestras e Dinâmicas de Grupos voltadas para os Riscos da utilização de Drogas Lícitas e Ilícitas.</p>

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor.

6.8. Oitavo passo: análise de viabilidade do plano

As análises da viabilidade das proposições realizadas estão apresentadas no quadro 5.

Quadro 5 - Análise de viabilidade do plano.

Operação/Projetos	Recursos Críticos	Controle dos Recursos Críticos		Ações Estratégicas
		Ator que Controla	Motivação	
“Capoeira e Manifestações Afro-brasileiras”	<p>Político > Utilizar o Espaço a varanda do PSF Matinha.</p> <p>Financeiro > Folder, divulgação na Rádio e CD's de e Capoeira, Maculelê e Dança Afro e Instrumentos da Mesma.</p> <p>Organizacional > Aulas de Capoeira Angola e Regional, Dança Afro e Maculelê.</p>	Prof. de Educação Física	Favorável	Divulgação, Apoio e Colaboração dos pais e Responsáveis pelos Jovens da Comunidade.
“Galera Consciente”	<p>Político > Utilizar uma sala do PSF Matinha.</p> <p>Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show.</p> <p>Organizacional > Palestras voltadas sobre Instrução familiar.</p>	Psicóloga NASF & Prof. de Educação Física	Favorável	
“Vida Sim, Droga Não”	<p>Político > Utilizar o Espaço a varanda do PSF Matinha.</p> <p>Financeiro > Folder, divulgação na Rádio, Slides e Data Show.</p> <p>Organizacional > Palestras e Dinâmicas de Grupos voltadas para os Riscos da utilização de Drogas Lícitas e Ilícitas.</p>	Psicóloga NASF, Prof. de Educação Física NASF Farmacêutica NASF	Favorável	

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor.

6.9 - Nono Passo: elaboração do plano operativo

Os mecanismos para a elaboração do plano operativo estão apresentados no quadro 6.

Quadro 6 - Elaboração do plano operativo.

Operações	Resultados	Produtos	Ações Estratégicas	Responsável	Prazo
“Capoeira e Manifestações Afro-brasileiras”	Diminuição do Número de Crianças e Adolescentes sedentários	Grupos Capoeira Regional; Grupo Capoeira Angola; Dança Afro; Maculelê.	Divulgação, Apoio e Colaboração dos pais e Responsáveis pelos Jovens da Comunidade.	Prof. de Educação Física	Sem Tempo Determinado
“Galera Consciente”	Aumentar o Número de Crianças e Adolescentes que escutem os pais.	Palestras voltadas a dicas de como Disciplinar e Instruir os filhos.		Prof. de Educação Física & Psicóloga	
“Vida Sim, Droga Não”	Diminuir o Número de Crianças e Adolescentes que utilizam Drogas.	Grupo Galera Consciente		Prof. de Educação Física & Psicóloga	

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor

6.10 Decimo Passo: Gestão do Projeto

Os critérios para a gestão do projeto estão apresentados no quadro 7.

Quadro 7 - Critérios para a gestão do projeto. Planilha para Acompanhamento de Projetos.

Operação:	Capoeira e Manifestações Afro-brasileiras				
Coordenação:	Prof. de Ed. Física NASF				
Produto (s)	Responsável	Prazo	Situação Atual	Justificativa	Novo Prazo
1 Grupos Capoeira Regional	Prof. de Ed. Física NASF	Indeterminado	Programa Implantado em todas Microáreas do PSF Matinha	Melhorar o Condicionamento Física das Crianças e Adolescentes.	Estendido sem prazo Determinado
2 Grupo Capoeira Angola					
3 Dança Afro					
4 Maculelê					
Operação:	Galera Consciente				
Coordenação:	Prof. de Ed. Física NASF				
Produto (s)	Responsável	Prazo	Situação Atual	Justificativa	Novo Prazo
1 Palestras voltadas a dicas de como Disciplinar e Instruir os filhos.	Prof. de Ed. Física NASF & Psicóloga NASF	Indeterminado	Programa Implantado em todas Microáreas do PSF Matinha	Conscientizar os pais sobre a importância da disciplina dos filhos.	Estendido sem prazo Determinado
Operação:	Vida Sim, Droga Não				
Coordenação:	Prof. de Educação Física				
Produto (s)	Responsável	Prazo	Situação Atual	Justificativa	Novo Prazo
1 Grupo Galera Consciente	Prof. de Ed. Física NASF, Psicóloga NASF e Farmacêutica NASF	Indeterminado	Programa Implantado em todas Microáreas do PSF Matinha	Explicar sobre os efeitos e Malefícios do uso das Drogas Lícitas e Ilícitas para os Jovens.	Estendido sem prazo Determinado

Fonte: Elaborado pelo próprio Autor.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao propor a utilização da capoeira e das manifestações afro-brasileira como principais ferramentas para se prevenir problemas sócias, históricos, culturais e físicos das crianças e adolescentes da Comunidade do Bairro Matinha do Município de Teófilo Otoni-MG, foi possível perceber que as mesmas têm grandes possibilidades de resolvê-los de maneira efetiva.

Ao realizar o Diagnostico Situacional com o auxílio dos Agentes Comunitários de Saúde da Comunidade do Bairro Matinha do Município de Teófilo Otoni-MG com os resultados obtidos, houve a necessidade de se fazer reuniões com as equipes do NASF e do PSF e com os líderes da Comunidade com os pais dos jovens para análise da visibilidade de criação um projeto com a capoeira e as manifestações afro-brasileiras. Dessa maneira, a partir da autorização dos responsáveis das Crianças e Adolescentes foi possível se Criar um Plano de Ação para minimizar os problemas que ocorrem com eles nesse local.

O Plano de Ação que foi realizado nesse trabalho são projetos que englobam a Capoeira e as manifestações afro-brasileiras como atividades para combater os presentes problemas citados no mesmo. Ele é realizado com a Equipe do NASF I e o apoio do PSF Matinha do Município de Teófilo Otoni-MG, os principais profissionais que atuam nesses projetos são: o profissional de educação física a psicóloga e a farmacêutica.

Percebe-se que a Capoeira possui um contexto, social, histórico, cultural e físico nos praticantes, pois é um esporte de baixo custo que pode ser realizado em quase todos os lugares. Ao perceber esses valores que a capoeira traz, é possível destacá-la como uma arte marcial brasileira que envolve outras manifestações afro-brasileiras que possibilita o desenvolvimento do jovem de maneira completa e trazendo um estado de bem estar, disciplina e ainda gera um gasto calórico, melhoria da coordenação motora, força e flexibilidade. Assim, foi possível ressaltar de maneira positiva a aceitação do presente Plano de Ação utilizado na comunidade do PSF do Bairro Matinha.

REFERÊNCIAS

ABERASTURY, A. O adolescente e a liberdade. In: KNOBEL, M. e ABERASTURY, A. **Adolescência normal**: um enfoque psicanalítico. São Paulo: Artmed, 2008.

ATLAS DO DESENVOLVIMENTO HUMANO NO BRASIL. Perfil Municipal – Teófilo Otoni-MG, 2013. Disponível em: <http://www.atlasbrasil.org.br/2013/pt/perfil_m/teofilo-otoni_mg. Acesso em 11/06/16. Acesso em 11/06/16>.

AGUIAR, F. B.; SOUSA, J. M.; GAVIÃO, E. **Capoeira Brasil: promovendo inclusão e cidadania**. Universidade Federal Rural de Pernambuco. Recife-PE, 2009.

BRASIL, BEZERRA, V.C.; LINHARES, A.C.B. **A família, o adolescente e o uso de drogas**. In: SCHOR, N. et al. Cadernos Juventude, Saúde e Desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde, 1999.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Subsecretaria de Assuntos Jurídicos. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília: **DOU**, 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8069Compilado.htm> Acesso em: 01 de maio de 2017.

BREVIDELLI, M. M. *et al.* Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e obesidade entre adolescentes de uma escola pública. **Rev Bras Promoç Saúde**, Fortaleza. V. 28, n.3, p.379-386, jul./set., 2015. Disponível em: <<http://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/3454>> Acesso em 28 de abril de 2017.

CABRERA, T. F. C. *et al.* Análise da prevalência de sobrepeso e obesidade e do nível de atividade física em crianças e adolescentes de uma cidade do sudoeste de São Paulo. **Journal of Human Growth and Development**. v. 24, n.1, p. 67-66, 2014. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/jhgd/article/view/73455/79860>> Acesso em 28 de abril de 2017.

CALLIGARIS, C. **A Adolescência**. 2. Ed. São Paulo: Publifolha, 2011.

CAMPANHA, E. A. **Capoeira, cultura e saúde no contexto escolar**. Secretaria de Estado da Educação. Superintendência da Educação Programa de Desenvolvimento Educacional PDE. Paranaíba-PR, 2014.

CAMPOS, H. **Capoeira na Escola**. Editora da Universidade Federal da Bahia. Universidade Federal da Bahia. Salvador - BA, 2001.

CANAVES, M. F.; ALVES, A. R.; CANAVES, L. S. Fatores predisponentes para o uso de drogas por adolescentes. **Cadernos UNIFOA**, n. 14, dez 2010. Disponível em: <<http://web.unifoa.edu.br/revistas/index.php/cadernos/article/view/1021/905>> Acesso em: 20 de abril de 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Sinopse do Censo Demográfico 2010.** Minas Gerais. 2010. Disponível em: <http://www.cidades.ibge.gov.br/xtras/temas.php?lang=&codmun=316860&idtema=1&search=minas-gerais%7Cteofilo-otoni%7Ccenso-demografico-2010:-sinopse->. Acesso em 11/06/16.

LOPES, A. R. S. **A história da capoeira no Brasil: da marginalização a condição de patrimônio cultural.** Bacharel em Direito, Brasília-DF, 2010.

LUSSAC, R. M. P. **A capoeira como esporte social.** Revista Digital Revista Digital - Buenos Aires - Ano 15 - Nº 144 - Maio de 2010.

OLIVEIRA, A. C. D. **A indisciplina como elemento de desafio ao processo ensino aprendizagem.** Artigo Científico (Licenciatura em Pedagogia) Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Currais Novos-RN, 2016. Disponível em: <http://monografias.ufrn.br:8080/jspui/bitstream/123456789/2817/3/AIndisciplinaComoElementoDesafio_Artigo_2016.pdf> Acesso em: 20 de abril de 2017.

PECHANSCKY, F. *et al.* Fatores de risco e proteção em diferentes grupos de usuários: adolescentes, idosos, mulheres e indígenas. IN: DUARTE, P. C. A. V.; FORMIGONI, M. L. O. S. (org.) **SUPERA: Sistema para detecção do Uso abusivo e dependência de substâncias psicoativas: Encaminhamento, intervenção breve, Reinserção social e Acompanhamento. O uso de substâncias psicoativas no Brasil: módulo 1.** – 11. ed. – Brasília: Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2017.

SANTOS, G. O. Alguns Sentidos e Significados da Capoeira, da Linguagem Corporal da Educação Física. **Revista Brasileira de Ciências e Esportes**, Campinas, v. 30, n. 2, p. 123-136, jan. 2009.

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DE MINAS GERAIS. **CBC- Educação Física Ensino Fundamental e Médio.** Ed. SENAC, Minas Gerais, 2006.

SILVA, K. C. M. **A Indisciplina no cotidiano escolar: uma análise na perspectiva do processo ensino aprendizagem.** Monografia (Especialista em Educação) Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira-PR, 2014. Disponível em: <http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/5522/1/MD_EDUMTE_VII_2014_71.pdf> Acesso em: 20 de abril de 2017.

SILVA, T. F. A Capoeira no Contexto da Educação Física Escolar. Monografia (Título de Licenciatura Plena em Educação Física) Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, Teófilo Otoni-MG, 2010.

STEFFLER, N. T. **Capoeira e sua aplicabilidade no contexto escolar. V. I.** Secretaria de Educação do Paraná, 2010.

TANI, G. **Comportamento motor, aprendizagem motora.** 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.

ZAGURY, T. **Encurtando a adolescência**. Rio de Janeiro: Record, 11^a ed., 2008.