

---

## Prescrição de exercícios na reabilitação cardíaca: interesse pela atuação e nível de conhecimento de alunos egressos do curso de bacharel em educação física da cidade de São Gonçalo/RJ

**Francielle Marins da Costa\***

[franciellemarinsc@gmail.com](mailto:franciellemarinsc@gmail.com)

**Raphael Almeida Silva Soares\***

[raphael.soares@sg.universo.edu.br](mailto:raphael.soares@sg.universo.edu.br)

**Rubem Machado Filho\***

[rubem.filho@sg.universo.edu.br](mailto:rubem.filho@sg.universo.edu.br)

\*Universidade Salgado de Oliveira, São Gonçalo-RJ, Brasil

---

**Resumo:** Atualmente as doenças cardiovasculares têm sido observadas cada vez mais em públicos mais jovens. Entretanto, um acompanhamento do nível habitual de atividade física associada a uma alimentação saudável são fatores que auxiliam na prevenção, no controle e no tratamento dessas patologias. Em alguns casos pode ser observada a insuficiência cardíaca, o que leva a tratamentos de reabilitação das funções do coração. Com base nessas informações, torna-se necessário o interesse e a qualificação específica na formação de profissionais que atuarão com a reabilitação cardíaca. A incidência de casos e taxa de mortalidade não para de crescer no Brasil. Tal fato torna-se fator condicionante e agravante do atual quadro de saúde pública. Com base nessas informações, torna-se evidente a necessidade de maior número de profissionais que possam atuar na prevenção, controle e tratamento dessas disfunções. O presente estudo teve como objetivo avaliar, por meio de questionários do *google forms*, o nível de conhecimento e o interesse pela área de reabilitação cardíaca em estudantes do 8º período de bacharel em educação física. Após a liberação do link para acesso ao questionário, 55 resultados que atenderam aos critérios de elegibilidade e participaram voluntariamente da pesquisa foram incluídos para análise dos fatos. Entre elas, n=26 homens com idade 29,8±5,3 anos e n=29 mulheres com 32,2±8,8 anos. Parece-nos que poucos são os alunos interessados em atuar com a reabilitação cardíaca, indicando ainda um alto percentual de respostas que sugerem 'pouco capacitado(a)' para tal área de atuação. Para além do objetivo central do presente estudo, foi possível observar uma modificação no padrão do aluno de bacharel para atuação em ambientes escolares, inclusive como primeira opção de atuação em ordem de importância. Os achados sugerem que novas pesquisas sejam realizadas para investigar os motivos que os levaram a tal escolha, uma vez que mesmo as respostas não sendo direcionadas para reabilitação estivessem voltadas para área de atuação do licenciado.

**Palavra-Chave:** Exercícios físicos, Cardiopatias, Educação Física, Reabilitação

\*\*\*

*Prescription of Exercises in Cardiac Rehabilitation: interest in the performance and level of knowledge of students graduating from the Bachelor of Physical Education course at the City of São Gonçalo / RJ*

**Abstract:** *Currently, cardiovascular diseases have been observed more and more in younger audiences. However, monitoring the usual level of physical activity associated with a healthy diet helps in the prevention, control, and treatment of these pathologies. In some cases, heart failure can be seen, which leads to treatments for the rehabilitation of heart functions. Based on this information, it is necessary to have an interest and specific qualification in the training of professionals who will work with cardiac rehabilitation. The incidence of cases and the mortality rate continues to increase in Brazil. This fact becomes a conditioning and aggravating factor in the current public health situation. Based on this information, the need for a higher number of professionals who can act in the prevention, control, and treatment of these disorders becomes evident. The present study aimed to evaluate, through questionnaires from the google forms, the level of knowledge and interest in the area of cardiac rehabilitation in students of the 8th period of bachelor's in physical education. After releasing the link to access the questionnaire, 55 results that met the eligibility criteria and participated voluntarily in the survey included for analysis of the facts. Among them,  $n = 26$  men aged  $29.8 \pm 5.3$  years and  $n = 29$  women aged  $32.2 \pm 8.8$  years. It seems to us that few students are interested in working with cardiac rehabilitation, also indicating a high percentage of responses that suggest 'little trained' for such an area of expertise. In addition to the central objective of this study, it was possible to observe a change in the bachelor's student's pattern to work in school environments, including as the first option of performance in order of importance. The findings suggest that further research should be carried out to investigate the reasons that led them to such a choice since even though the responses not being directed to rehabilitation were aimed at the licensee's area of activity.*

**Keywords:** *Physical exercises, Heart diseases, Physical education, Rehabilitation*

\*\*\*

*Prescripción de ejercicios de rehabilitación cardíaca: interés en el desempeño y el nivel de conocimiento de los estudiantes que se gradúan del curso de Licenciatura en Educación Física en la Ciudad de São Gonçalo / RJ*

**Resumen:** *Actualmente, las enfermedades cardiovasculares se han observado cada vez más en audiencias más jóvenes. Sin embargo, el monitoreo del nivel habitual de actividad física asociado con una dieta saludable son factores que ayudan en la prevención, el control y el tratamiento de estas patologías. En algunos casos, se puede observar insuficiencia cardíaca, lo que conduce a tratamientos para la rehabilitación de las funciones cardíacas. Con base en esta información, es necesario tener un interés y una calificación específica en la capacitación de profesionales que trabajarán con rehabilitación cardíaca. La incidencia de casos y la tasa de mortalidad continúa aumentando en Brasil. Este hecho se convierte en un factor condicionante y agravante en la situación actual de salud pública. Con base en esta información, se hace evidente la necesidad de un mayor número de profesionales que puedan actuar en la prevención, el control y el tratamiento de estos trastornos. El presente estudio tuvo como objetivo evaluar, a través de cuestionarios de las formas goodle, el nivel de conocimiento e interés en el área de rehabilitación cardíaca en estudiantes del octavo período de licenciatura en educación física. Después de liberar el enlace para acceder al cuestionario, se incluyeron 55 resultados que cumplieron con los criterios de elegibilidad y participaron voluntariamente en la encuesta para el análisis de los hechos. Entre ellos,  $n = 26$  hombres de  $29.8 \pm 5.3$  años y  $n = 29$  mujeres de  $32.2 \pm 8.8$  años. Nos parece que pocos estudiantes están interesados en trabajar con rehabilitación cardíaca, lo que también indica un alto porcentaje de respuestas que sugieren "poco capacitado" para tal área de especialización. Además del objetivo central de este estudio, fue posible observar un cambio en el patrón del estudiante de licenciatura para trabajar en entornos escolares, incluso como la primera opción de actuar en orden de importancia. Los hallazgos*

*sugieren que se deben realizar más investigaciones para investigar las razones que los llevaron a esa elección, ya que a pesar de que las respuestas no dirigidas a la rehabilitación estaban dirigidas al área de actividad del titular de la licencia.*

**Palabras clave:** *Ejercicios físicos, Enfermedades del corazón, Educación física, Rehabilitación*

---

## 1. INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares são doenças que acometem alterações no coração e nos vasos sanguíneos. Dados estatísticos foram publicados recentemente por Oliveira et al., (2020) citando as doenças cardiovasculares como responsáveis por 29,4% dos óbitos identificados no Brasil no último ano. Mesmo na contemporaneidade havendo taxas elevadas de óbitos, as mortes por doenças cardiovasculares caíram a partir de meados do século XX nos países mais evoluídos, porém, no Brasil, essa redução foi observada a partir da década de 1970. Em 2015, cerca de 17,7 milhões de pessoas morreram por doenças cardiovasculares (DCVs) representando o índice de 31% de todas as mortes no mundo. Os autores ainda alertam para dados que indicaram a população infantil como aquela de maior vulnerabilidade em quase todos os estados.

Corroborando as informações já apresentadas, outro estudo recente proposto por Martins et al., (2020) discute dados epidemiológicos com base em informações adquiridas por meio da DATASUS a respeito da taxa de mortalidade entre os anos 2000 e 2015 por DCVs no Brasil. Através disso e dentre outros estudos já realizados nas capitais brasileiras mencionados no atual artigo, mesmo havendo uma queda na taxa de mortalidade, com base nos fatos evidenciados até o momento, nos parece que as DCVs tem índices elevados no Brasil onde suas complicações fortalecem a outras patologias tornando-se mais grave o problema inicial desse paciente. Assim sendo, aqueles pacientes que sobrevivem aos acometimentos gerados pelas DCVs, necessitam de profissionais capacitados para lidar e atender essa demanda que vem acometendo públicos cada vez mais precoces.

A respeito de públicos mais jovens serem acometidos ou apresentarem fatores de risco para DCVs, Brito et al., (2016) investigaram um grupo de adolescentes estudantes de escolas privadas, em um total de 151. Ao analisarem os resultados, observou-se que: 72,84% dos adolescentes tinham idade entre 10 e 14 anos; representaram o sexo feminino 53,6%; o índice de massa corporal (IMC), resultou uma superioridade de sobrepeso e obesidade de 37,1% e 27,2%, respectivamente no sexo masculino e 33,3% e 17,5% de sobrepeso e obesidade, respectivamente, no sexo feminino. Além disso, modificações na pressão arterial dos indivíduos foram encontradas para ambos os sexos, de maneira que 15,7% dos meninos e 14,8% das meninas apresentaram elevação da PA. Os autores chamam a atenção para o fato de que hipertensão arterial é vista como uma importante doença crônica da população adulta e geriátrica. Porém, nos últimos 30 anos, a predominância aumenta na faixa etária infanto-juvenil em todo o mundo. O ocorrido pode apontar para um maior risco de DCVs na fase adulta, o que eleva as chances de uma criança chegar a faixas etárias posteriores com hipertensão aumentada em 2,4 vezes maiores em relação às outras (BRITO et al., 2016).

Em meio ao quadro alarmante que vivenciamos, parece consensual o fato de que hábitos saudáveis no que se refere a boa alimentação e a prática regular de exercício físico

deve ser utilizada na prevenção de DCVs, uma vez que o aumento do nível habitual de atividade física (AF) contribui para o dispêndio energético que por sua vez, auxilia no controle do peso corporal, nos níveis de colesterol e glicose, dentre outros fatores de risco para DCVs. Martins-Santos et al. (2020) sugerem que o exercício físico tem sido de grande valia no tratamento de doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e obesidade, sendo capaz de modificar alterações cardiometabólicas importantes, inclusive após um evento danoso ao sistema cardiovascular.

De acordo com Oliveira (2020) a prescrição de exercícios para a reabilitação vem sendo importante após o final da década de 80. O mesmo autor citou um estudo (COATS et al., 1990) onde o exercício físico seria benéfico a pacientes cardiopatas, surgindo assim uma grande dúvida entre a intensidade, que ainda se encontra em questionamento, pois a recomendação do *American Heart Association (AHA)* e do *European Society of Cardiology (ESC)* é que a intensidade do esforço deva ser moderada para pacientes cardiopatas. O mesmo atenta para o fato que recentemente, estudos preocuparam-se demonstraram que o exercício de alta intensidade realizado de forma intervalada foi benéfico a pacientes com doença pulmonar obstrutiva, citando ainda, estudos que prescreveram exercícios de alta intensidade em pacientes com insuficiência cardíaca (IC), mas que possuíam público amostral muito específico, dificultando assim a reprodução do protocolo. Porém, para pacientes com insuficiência cardíaca (IC) ainda é sugerido que seja aplicado exercícios de intensidade moderada devido ao grande número de achados em programas de reabilitação onde os efeitos são parecidos com as atividades de alta intensidade (Oliveira, 2020).

O papel do exercício físico na reabilitação cardíaca é fazer com que os pacientes tenham uma melhor qualidade de vida. Tendo em questão a importância do profissional de educação física para auxiliar, acompanhar e estabelecer exercícios aptos a cada paciente. De acordo com Valadão (2020) a reabilitação cardiovascular consiste em ser realizada por profissionais capazes de prescrever exercícios físicos aeróbicos e de força, orientando sobre rotinas alimentares saudáveis e estimulando a prática diária de exercício e atividade física. Entretanto, cabe a nós uma pergunta: quais seriam as áreas de interesse em atuação profissional e o nível de conhecimento de alunos egressos do curso de Bacharel em Educação Física sobre o exercício físico na reabilitação cardíaca?

Um experimento muito interessante foi proposto por Rocha (2020) que teve como objetivo identificar a percepção dos graduandos de educação física às áreas de atuação. Foi utilizado um questionário com alunos do primeiro ao último período nas universidades públicas e particulares no Distrito Federal (DF) de agosto a novembro de 2019. A pesquisa foi feita com 30 alunos do 1º período (13,3%), 35 do 2º período (15,6%), 16 do 3º período (7,1%), 18 do 4º período (8%), 19 do 5º período (8,4%), 23 do 6º período (10,2%), 31 do 7º período (13,8%), 53 do 8º período (23,6%) chegando-se a conclusão de que ainda existem incertezas quanto às áreas de execução. Houve uma percepção de que os alunos veteranos apresentavam mais conhecimento da área que desejavam atuar quando comparados aos alunos calouros que ainda não sabiam com clareza as possíveis intervenções nas mais diversas áreas de atuação. O referido estudo tratou como fator de ponderação os alunos que tiveram vivência em estágios curriculares obrigatórios, o que poderia auxiliar na decisão para aqueles que experimentaram essa etapa, a saber, em que área atuar.

### **1.1. Relevância e justificativa da pesquisa**

É de extrema importância que o assunto reabilitação cardíaca seja citado aos alunos de educação física, pois uma vez que exista esse conhecimento, o profissional poderá intervir a um indivíduo que necessite desse acompanhamento. O fortalecimento do órgão fará com que o paciente retorne as suas atividades de maneira segura e eficaz.

De acordo com Valadão (2020) o exercício físico para pacientes com insuficiência cardíaca é baseado em programas de reabilitação cardiovascular individualizado, sendo executado por profissionais aptos para a prescrição de exercícios físicos. Por isso a importância de pesquisarmos o nível de conhecimento, bem como, o interesse de alunos de Educação Física sobre reabilitação cardíaca, uma vez que o aluno egresso é o futuro profissional da área que irá dedicar-se ou não a essas demandas.

### **1.2. Objetivo geral**

Avaliar por meio de questionários contendo perguntas fechadas (sim ou não) e/ou baseadas em escala de Likert, o nível de conhecimento e o interesse pela área de reabilitação cardíaca em estudantes do 8º (oitavo) período de bacharel em educação física, de uma Universidade na cidade de São Gonçalo/RJ.

### **1.3. Objetivos específicos**

- a) Coletar dados de egressos da Educação Física por meio de questionário.
- b) Identificar interesses e dificuldades dos egressos de Educação Física na reabilitação cardíaca.
- c) Categorizar as respostas obtidas e analisar os resultados.
- d) Apresentar as áreas de atuação e os níveis de conhecimento dos egressos de EF sobre reabilitação cardíaca.

## **2. MATERIAIS E MÉTODOS**

### **2.1. Características do público amostral**

Constitui a amostragem do presente estudo um grupo de n=55 pessoas, entre elas, n=26 homens com média de idade  $29,8 \pm 5,3$  e n=29 mulheres com média de idade  $32,2 \pm 8,8$  que participaram voluntariamente do estudo. Todos os voluntários são estudantes de educação física e cursavam o 8º período do bacharel em uma faculdade do município de São Gonçalo/RJ.

### **2.2. Questões éticas**

A presente pesquisa levou em consideração todos os tramites legais para realização de pesquisa com seres humanos. Junto ao questionário, enviamos anexo o seguinte termo explicando o objetivo da pesquisa: Essa é uma pesquisa acadêmica de caráter descritivo. Seu nome será preservado e jamais divulgado. Temos como objetivo, pesquisar o nível de

conhecimento e interesse de estudantes do 8º período de bacharel em educação física na área de reabilitação cardíaca. Os dados coletados serão armazenados e tratados de acordo com a resolução CNS nº, 466 de 12 de dezembro de 2012. Sua participação é muito importante para nós. Podemos contar com você? Em seguida, havia um campo para o voluntário assinar com o seu nome e escolher entre dois botões que nos autorizariam, ou não a utilizar os dados da pesquisa. Todos os questionaram retornaram com autorização dos voluntários participantes.

### 2.3. Características da pesquisa

Trata-se de um estudo acadêmica de caráter descritivo com utilização de questionário contendo perguntas abertas e fechadas com grupo focal. De acordo com Thomas; Nelson & Silvermam (2012), uma pesquisa pode ser considerada acadêmica por possuir fins científicos e de caráter descritivo, quando existe o levantamento de dados com intenção de descrever de forma quantitativa uma população ou o comportamento específico dentro de um determinado contexto social e/ou problema de pesquisa.

### 2.4. Procedimentos

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário devidamente preenchido utilizando a ferramenta do “Formulário Google”. Link para acesso: [https://docs.google.com/forms/d/1mgHyq9LkpZBQttNo0Kx28C1tV\\_C0iqOfNNyIYv5eWk/edit?ts=5ecd967f](https://docs.google.com/forms/d/1mgHyq9LkpZBQttNo0Kx28C1tV_C0iqOfNNyIYv5eWk/edit?ts=5ecd967f). O número total de alunos no grupo foi igual a n=141. Entretanto, alguns alunos eram de outros períodos e puxavam disciplinas em comum. Além disso, a participação foi voluntária, o que retornou um total de 56 respostas. Entre essas, uma duplicata. Assim sendo, n=55 voluntários foram elegíveis e os resultados serão apresentados na próxima sessão em gráficos e tabelas.

## 3. RESULTADOS

Antes de iniciarmos as perguntas em escala de *Likert*, os voluntários foram perguntados sobre: 1 - Você acredita que o profissional de educação física possa trabalhar na prescrição de exercícios voltados para reabilitação de sistemas corporais? De um total de 55, 52 responderam que sim e 3, responderam que talvez sim. Nenhum voluntário optou pela opção ‘não’. Logo, podemos observar que 94,5% dos voluntários possuem certeza quanto à atuação do profissional de educação física na reabilitação de sistemas corporais. Por outro lado, isso não significa dizer que os mesmos se sentem preparados, ou, que possuem interesse de se especializar e posteriormente atuar na área.

Por esse motivo, antes mesmo da obtenção das respostas, a presente pesquisa também teve como objetivo investigar a seguinte questão: 2 – Você pretende trabalhar com prescrição de exercícios na área da reabilitação cardíaca? Ainda que 94,5% dos voluntários tivessem certeza quanto a atuação do profissional na referida área, as respostas foram: n=17 responderam não; n=18 responderam sim e n=20 responderam talvez. Parece-nos que as dúvidas aumentaram ao se tratar da vontade em atuar na área. As representações de frequência indicam que 33% desejam atuar nessa área; 31% não desejam atuar e 36%

consideram duvidosas a sua atuação visto que optaram pela opção de resposta ‘talvez sim’.

Na próxima sessão as respostas foram obtidas por meio de questões que utilizaram a autodeclaração com cinco opções de respostas. Essas questões possuem uma variação de acordo com a escala de *Likert*. O texto descritivo apresentará a frequência relativa dos dados, posteriormente gráficos serão utilizados para ilustrar visualmente o percentual da frequência relativa.

Ao serem perguntados sobre: Na pergunta 3 - O quanto você é interessado para atuar na prescrição de exercícios na reabilitação cardíaca? As respostas foram: n=4, nada interessado(a); n=11, pouco interessado(a); n=16, razoavelmente interessado(a); n=12 responderam bem interessados e também com um n=12, muito interessado(a) (Ver figura 1). Na pergunta 4 - O quanto você acredita estar qualificado para prescrever exercícios na área de reabilitação cardíaca? As respostas foram: n=3 nada qualificado(a); n=19 pouco qualificado(a); n=22 razoavelmente qualificado(a); n=9, bem qualificado(a) e n=2, com a opção de resposta, muito bem qualificado(a) (Ver figura 2).

A discussão dos achados parece indicar que quanto mais específica for à informação coletada, torna-se menor o nível de interesse e segurança sobre o nível de qualificação dos alunos egressos. Ao analisarmos os dados percentuais é possível observar a mediocridade quando aproximadamente 30% considera-se razoavelmente interessado(a) e 40% razoavelmente qualificado(a). Embora 21% esteja muito interessado(a), apenas 3,6% se auto declarou muito bem qualificado(a) para esse tipo de intervenção profissional (ver figuras 1 e 2).

**Figura 1** – nível de interesse em reabilitação cardíaca.

3 – O quanto você é interessado para atuar na prescrição de exercícios na reabilitação cardíaca ?  
55 respostas



Partindo da premissa que a formação a nível superior compreende a trilogia ensino, pesquisa e extensão. A próxima sessão debruçou-se a categorizar (quando as respostas fossem sim) as áreas de cursos e atividades extras curriculares em reabilitação. Dessa maneira, buscamos discutir com mais eficácia a relação entre as possíveis formações complementares e as respostas anteriores já elucidadas.

**Figura 2** – nível de qualificação para atuação em reabilitação cardíaca.

4 – O quanto você acredita estar qualificado para prescrever exercícios na área de reabilitação cardíaca ?

55 respostas



**Legenda:** Muito bem qualificado igual a 3,6 % e nada qualificado igual a 5,5%.

Ao lançarmos a pergunta: Você já fez, faz, ou pretende fazer algum curso de capacitação para trabalhar com prescrição de exercícios na reabilitação cardíaca? Se sim, indique a área e se não, explique o porquê. Um total de n=34 voluntários responderam 'não'. Os principais motivos foram: falta de recursos, falta de tempo e interesse na área especificamente. Um total de n=9 não definiu que sim ou não. Foram respostas confusas que tentavam justificar a escolha, contudo, três faziam menções a reabilitação cardíaca.

Assim sendo, n=12 voluntários restantes responderam que 'sim'. Dentre os doze, n=5 não especificaram a área; n=2 informaram ter feito formação em Método Pilates; também com n=2, relataram hipertensão e um estágio em academias com grupos especiais. Por fim, n=3 indicaram formação específica em reabilitação cardíaca. Entre eles, um não especificou a origem, outro teve participação em grupos iniciação científica específica na área e o último, indicou ter feito curso de capacitação específico de um renomado hospital de referência na temática.

A última pergunta do questionário trata-se de opções de atuação de acordo com a preferência do voluntário. A pergunta foi feita da seguinte forma: 6 - Indique por ordem de importância 5 (cinco) áreas de sua preferência para possível atuação profissional, mesmo que não seja na reabilitação.

Os dados serão apresentados numa tabela de análise e posteriormente discutidos na próxima e última sessão do presente estudo. A tabela organizou as respostas dos alunos, onde os dados foram coletados, avaliados e distribuídos por categorias de análise por áreas de atuação. Ao lado de cada categoria encontra-se um número que indica quantas vezes aquela opção foi citada como preferência dos voluntários.

Observando-se que após obtenção dos dados tabelados, onde os alunos egressos do oitavo período do curso de bacharel em educação física especificaram por ordem de importância as áreas de atuação (ver figura 3), algumas situações foram muito interessantes e estarão destacadas, tais como: pouco interesse e razoável conhecimento sobre o presente

assunto, e logo depois de responderem as perguntas sequenciais do questionário, as respostas indicaram que em relação a outras áreas, a “reabilitação cardíaca” aparece como uma área sem praticamente nenhum nível de importância, uma vez que apenas dois alunos responderam que trabalhariam com ela como primeira opção e uma terceira pessoa que respondeu que trabalharia com a reabilitação cardíaca mas somente como quarta opção de atuação.

**Figura 3 – respostas dos alunos por ordem de importância**

<b>1ª OPÇÃO</b>
Educação Física Escolar (12) Coletivas (10) Prescrição de exercícios de força e <i>personal</i> (8) Reabilitação, Saúde e População Especial (6); Esportes e rendimento (6) Aquáticas (3) <b>Reabilitação Cardíaca (2)</b> Gestão Administração e Projetos (1); Docência em Ensino Superior (1); Pilates (1) Lutas (1)
<b>2ª OPÇÃO</b>
Prescrição de exercícios de força e <i>personal</i> (11) Aulas Coletivas (8) Reabilitação, Saúde e População Especial (7); Esportes e rendimento (7) Educação Física Escolar (6) Treinamento para crianças e adolescentes (2); Gestão Administração e Projetos (2); Pilates (2) Aquáticas (1)
<b>3ª OPÇÃO</b>
Reabilitação, Saúde e População Especial (15) Prescrição de exercícios de força e <i>personal</i> (9) Coletivas (8) Esportes e rendimento (7) Educação Física Escolar (3) Concurso Público (1); Gestão Administração e Projetos (1); Serviço Militar (1); Pilates (1); Lutas (1)
<b>4ª OPÇÃO</b>
Reabilitação, Saúde e População Especial (11) Prescrição de exercícios de força e <i>personal</i> (5); Esportes e rendimento (5); Coletivas (5) Empreendedorismo (4) Educação Física Escolar (3); Aquáticas (3) Pilates (1)
<b>5ª OPÇÃO</b>
Reabilitação, Saúde e População Especial (9) Prescrição de exercícios de força e <i>personal</i> (8) Coletivas (4) Esportes e Rendimento (2); Educação Física Escolar (2); Docência em Ensino Superior (2) Gestão Administração e Projetos (3) Aquáticas (1); Yoga (1); <b>Reabilitação Cardíaca (1)</b> ; Lutas (1)

**Fonte:** própria

#### 4. DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo descrever o nível de conhecimento e o grau de importância da reabilitação cardíaca para estudantes do 8º (oitavo) período de bacharel em educação física no semestre 1º de 2020. Embora tenhamos a perspectiva de descrever os fatos, os achados parecem sugerir que a reabilitação cardíaca sendo de extrema importância por existirem altos índices estatísticos de doenças cardiometabólicas e cardiorrespiratórias, acometendo cada vez mais públicos jovens, não teria com a presente amostra um alto nível de interesse e capacitação para atuar em quadro de insuficiência cardíaca e demais situações de reabilitação desse sistema.

A necessidade de profissionais aptos e dispostos a trabalhar na prevenção, controle e tratamento dessas disfunções, deveria corresponder às necessidades de saúde pública. Certa parcela dos alunos possui interesse, mas não se sente qualificada para trabalhar com reabilitação cardíaca e suas áreas de preferência são as mais diversas possíveis. Contudo, ao analisarmos os dados obtidos, conseguimos observar que mínimos são os voluntários interessados por essa área de atuação, onde apenas dois alunos responderam que trabalhariam com a reabilitação cardíaca como primeira opção e uma terceira pessoa como quinta opção. Conseguimos observar também que apenas 34,5% dos alunos se consideram pouco qualificado(a) ou com nível de conhecimento inferior ao que o possibilite trabalhar nessa área com segurança. Entretanto, algumas questões chamaram mais a atenção nos resultados e discussões e merecem ser mais bem discutidas.

Ao se tratar do elevado número de voluntários que consideraram como primeira opção as atividades escolares na área de licenciatura, parece nos indicar novas perspectivas de pesquisa, uma vez que o bacharel deveria por natureza da formação priorizar as atividades de supervisão, prescrição e orientação de exercícios e atividades físicas motoras em clubes de treinamentos, academias de condicionamento, reabilitação e demais funções que não compreendem ao âmbito escolar. De todo modo, os dados não levaram em consideração a possível formação anterior em licenciatura em educação física. Tal fato pode ainda indicar certa relação com o atual momento em que estamos vivendo por conta da pandemia do novo corona vírus. O jornal Folha de São Paulo publicou recentemente em seu *site* matéria dedicada ao atual quadro do fechamento das academias de musculação e ginástica (FOLHA SP, 2020). O referido jornal citou ainda a fala do ex nadador e atual presidente da Associação Brasileira de Academias, Gustavo Borges de que 80% das academias do Brasil dependem de funcionamento pleno para manter suas atividades. Muito provavelmente, nessa fala, o presidente deveria pensar nos profissionais envolvidos e buscando estratégias para manter as empresas em funcionamento.

Mesmo que existam estudos que discutam as diferentes formas de atuação e os benefícios da prática regular de exercícios físico nesse período de distanciamento social (RAIOL, 2020), esse não foi o objetivo central do presente estudo. Por outro lado, tais achados sugerem um novo norte para futuras pesquisas na área de atuação

profissional e os fatores internos e externos que interferiram positiva ou negativamente nas escolhas desses futuros profissionais.

Outra tendência observada nas respostas foi o elevado número de opções voltadas para as categorias de reabilitação, saúde e populações especiais (que excluía a reabilitação cardíaca). Estes competiam com atividades de condicionamento físico, treinamento de força e de treinamento personalizado. Por fim, nos parece que apenas na quarta opção de respostas aparecem alternativas que indicam diretamente o empreendedorismo na educação física. Esses dados precisam ser melhor discutidos em pesquisas futuras, pois pode indicar uma certa tendência a escolha por trabalhos na condição de CLT ao invés da criação de MEIs e PJs.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluimos com a presente pesquisa que os níveis de interesse e de capacitação na área de reabilitação cardíaca são baixos. Os achados apontam para uma possível tendência na área de educação escolar e baixo interesse em empreendedorismo no ramo das práticas corporais. Uma parcela significativa indica interesse por atividades de condicionamento físico, treinamento de força e treinamento personalizado concorrendo junto a outros tipos de reabilitação e treinamento para grupos especiais. Sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas com diferentes grupos e que levem em consideração o atual quadro pandêmico e eventuais situações que possam interferir na atuação de profissionais de educação física na área de bacharelado.

## REFERÊNCIAS

De Brito, B. B., Leal, J. D. V., Formiga, L. M. F., Frota, K. D. M. G., da Silva, A. R. V., & de Oliveira Lima, L. H. (2016). Doenças cardiovasculares: fatores de risco em adolescentes. *Cogitare Enfermagem*, 21(2).

Martins-Santos, C. F., Gomes, D. V., Pinto, V. S., & Barcellos, L. C. (2020). O exercício físico como tratamento e prevenção de doenças cardiovasculares. *JIM-Jornal de Investigação Médica*, 1(1), 26-33.

Coats, A. J. S., Adamopoulos, S., Meyer, T. E., Conway, J., & Sleight, P. (1990). Effects of physical training in chronic heart failure. *The Lancet*, 335(8681), 63-66.

de Oliveira, S. G., Gotto, J. R. F., Spaziani, A. O., Frota, R. S., de Souza, M. A. G., de Freitas, C. J., ... & Spaziani, L. C. (2020). Doenças do aparelho circulatório no Brasil de acordo com dados do Datasus: um estudo no período de 2013 a 2018/Diseases of the circulatory device in Brazil according to Datasus: a study from 2013 to 2018. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(1), 832-846.

Folha de São Paulo, São Paulo, 21 de março de 2020 às 12h00, versão digital. Parado, setor de academias debate saídas para apoiar pequenos; Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/mpme/2020/03/parado-setor-de-academias-debate-saidas-para-apoiar-pequenos.shtml>> acesso em: 18 de junho de 2020.

Martins-Santos, C. F., Gomes, D. V., Pinto, V. S., & Barcellos, L. C. (2020). O exercício físico como tratamento e prevenção de doenças cardiovasculares. JIM-Jornal de Investigação Médica, 1(1), 26-33.

Martins, W. D. A., Rosa, M. L. G., Matos, R. C. D., Silva, W. D. D. S., Souza Filho, E. M. D., Jorge, A. J. L., ... & Silva, E. N. (2020). Tendência das taxas de mortalidade por doença cardiovascular e cancer entre 2000 e 2015 nas capitais mais populosas das cinco regiões do Brasil. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, 114(2), 199-206.

Oliveira, M. F. Reabilitação cardiovascular em pacientes com insuficiência cardíaca: qual a melhor intensidade para o treinamento?. ASSOBRAFIR Ciência, 9(3), 7-12.

Raiol, R. A. (2020). Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da COVID-19/Physical exercise is essential for physical and mental health during the COVID-19 Pandemic. Brazilian Journal of Health Review, 3(2), 2804-2813.

Rocha, K. V., & Dias, L. F. O. B. (2020). Percepção do graduando de educação física em relação as áreas de atuação.

Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2012). Métodos de pesquisa em atividade física. Artmed Editora.

Valadão, T. F. C. (2020). Efeitos de um programa de exercício físico combinado sobre a função cardíaca, capacidade funcional e qualidade de vida de pacientes com insuficiência cardíaca.

Recebido em: 27/04/2020

Aceito em: 10/05/2020

Endereço para correspondência:

Francielle Marins Costa

[franciellemarinsc@gmail.com](mailto:franciellemarinsc@gmail.com)



Esta obra está licenciada sob uma Licença Creative Commons