



PRÁTICAS CORPORAIS E SAÚDE NA ORLA RIBEIRINHA¹

RESUMO

Os saberes são conhecimentos e modos de fazer enraizados no cotidiano das comunidades, expressando-se em espaços onde se concentram e se reproduzem práticas culturais coletivas. O objetivo desse estudo foi cartografar as práticas corporais vivenciadas em duas orlas da Área Metropolitana de Belém, sendo o Distrito de Icoaraci e a Baía do Guajará, para identificar se essas atividades concorrem para a vida social dos sujeitos ribeirinhos, na perspectiva da saúde e qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde; Qualidade de Vida; Atividade Física.

1 INTRODUÇÃO

A Região Amazônica é caracterizada por uma acentuada diversidade de grupos humanos, experiências lucrativas e ambientais. Os sujeitos ribeirinhos, são quilombolas, indígenas, mestiços, camponeses, assentados que, em sua maioria, vivem em diferenciados ambientes em que habitam - litoral, várzeas, mangues, campos, florestas, restingas ou zonas urbanas - correspondem formas diferenciadas de interação com a natureza, de sobrevivência, costumes, crenças, imaginários, linguagens que configuram um corpus de saberes da experiência ou saberes culturais construídos nas práticas sociais e relações intersubjetivas.

A atividade livre, de natureza lúdica, propicia a socialização, o cuidar de si e do outro e a criatividade na ocupação da orla ribeirinha. Todas as práticas sociais trazem em si essa característica e variação na execução permitindo observar o conteúdo das aprendizagens provenientes dessas atividades. Permitindo, também, identificar os aspectos do desenvolvimento humano envolvidos, como a capacidade de lidar com regras e criar valores.

O ponto de partida desse artigo são orlas da Área Metropolitana de Belém, que são conhecidas por sua composição que são bastante usufruídas por ocupantes que realizam atividades físicas, regularmente ou não.

2 METODOLOGIA

Os procedimentos de coleta de dados privilegiados na pesquisa em questão se consolidam em: revisão da literatura usando a fonte da produção do Grupo Resignificar, a observação das orlas para análise das atividades ribeirinhas e a técnica de cartografia para coleta das práticas corporais. A pesquisa cartográfica é adotada como tipo de estudo em primeiro plano. Os sujeitos da amostra serão os ocupantes da orla da Grande Belém que usufruem desse espaço para o lazer e as práticas corporais.

Para a realização das observações, utilizou-se um roteiro pré-estabelecido pelos membros da organização do projeto, em busca da facilitação da coleta das informações que consolidassem o estudo. Nesse roteiro, havia tópicos que buscavam auxiliar no levantamento de dados para a pesquisa, dentre eles: público observado, tempo de observação, formas de

¹ Este estudo conta com apoio do PIBIC CNPq



participação na atividade, o local e seus acessos, se no local havia instrutores que auxiliavam nas atividades.

Ocorreu o reconhecimento dos locais, explorando as possibilidades de acesso e o que a área proporciona para quem usufrui do espaço. Foram verificados os tipos de atividades ali praticadas, a forma com que eram praticadas (individuais ou coletivas) e os sujeitos que as praticavam. Além de fazer a aproximação dos teóricos que discutem à temática analisada.

As observações foram realizadas em duas visitas às orlas da Baía do Guajará e duas na Orla de Icoaraci, tendo como principal objetivo cartografar, identificar e comentar as práticas corporais e situações relacionadas as atividades observadas no local. Foi estipulado um tempo de duas (2) horas de observação em cada local, sendo que todas as visitas foram realizadas no turno matutino.

Durante as observações foi possível analisar que grande parte dos sujeitos presentes nos locais eram em sua maioria jovens ou adultos, poucas crianças foram observadas na orla, provavelmente por ser um horário propício para que elas estivessem em aula.

Ao analisarmos a Orla de Icoaraci, foi possível verificar a presença de pessoas utilizando a orla como rota de passagem em suas bicicletas, realizando atividades sem ter uma real intenção de prática corporal. Apesar disso, em sua grande maioria, as pessoas que realizavam algum exercício físico no local pareciam ter a intenção para a prática, principalmente pela utilização de roupas, tênis ou equipamentos que evidenciavam tal feito. Dentre as práticas verificadas, pode-se citar a caminhada, ciclismo, corrida, atividades realizadas em uma academia ao ar livre (pelo que foi observado, não havia a presença de um profissional para orientar os praticantes), além disso, próximo às margens da Baía, um grupo de pessoas realizava atividade funcional com o auxílio de uma pessoa que, aparentemente, possuía conhecimentos para coordenar tal atividade.

Todas as atividades descritas anteriormente, são práticas que aparentam não ter um custo monetário para os seus participantes. Entretanto, em um dos dias observados, foi possível identificar a presença de um grupo de idosos realizando atividades físicas, como a caminhada e a utilização dos aparelhos pertencentes à academia ao ar livre que estavam acompanhados por dois sujeitos que utilizavam uma espécie de uniforme que possibilitava a identificação de um hospital particular presente próximo a localidade.

O Ver o Rio apesar de ser um local em que a grande maioria dos sujeitos ali presentes se encontra para o lazer, foi possível observar uma certa quantidade de pessoas realizando práticas corporais diversas. Dentre o público observado, assim como na Orla de Icoaraci, poucas crianças estavam presentes. A maioria do público presente era de adultos, que em sua maioria estavam acompanhados por outras pessoas.

Dentre as atividades observadas, foi possível verificar pessoas andando de bicicleta pela ciclovia, uma grande quantidade de sujeitos fazendo corridas ou caminhadas, além de realizações de atividades funcionais, exercícios sistematizados utilizando alguns elementos presentes na praça, como bancos ou corrimãos.

3 AS PRATICAS CORPORAIS E A SAUDO NO SENTIDO LATO



A história e a cultura dos grupos sociais podem ser compreendidas com a concepção da cultura corporal como campo de conhecimento, de acordo com Escobar e Taffarel (2009, p. 173-4) que:

O fenômeno das práticas cuja conexão geral ou primigênia – essência do objeto e o nexo interno das suas propriedades -, determinante do seu conteúdo e estrutura de totalidade, é dada pela materialização em forma de atividades sejam criativas ou imitativas, das relações múltiplas de experiências ideológicas, políticas, filosófica e outras, subordinadas a leis histórico-sociais. O geral dessas atividades, é que são valorizadas em si mesmas; seu produto não material é inseparável do ato da sua produção e recebe do homem um valor de uso particular por atender aos seus sentidos lúdicos estéticos, artísticos, agonísticos, competitivos, e outros relacionados à sua realidade e às suas motivações.

Essa perspectiva é identificada nas práticas espontâneas em que os sujeitos, em busca de uma vida ativa, procuram espaços livres e neles encontram prazer, amigos e bem-estar. Segundo Simões (2012, p. 1), a premissa de que um estilo de vida ativo é uma forma eficaz de melhorar a qualidade de vida dos indivíduos serve como um argumento quase inquestionável a prática de atividade física.

A escolha pelo local também é fundamental para ocorrer a execução da prática corporal. O simples fato de estar em contato com o meio ambiente acaba por ser um fator de escolha por esses locais. As orlas, em sua maioria, contemplam os indivíduos com suas paisagens, sensação de bem-estar, além de ser uma alternativa sem custo e agradável, correspondendo formas diferenciadas de interpretação com a natureza, de acordo com Presotto et al (2016, p. 1) que:

Os benefícios dos exercícios físicos podem atuar efetivamente na restauração da saúde física, redução de peso e consequentemente na prevenção e tratamento da obesidade. Durante a atividade física ocorre uma potencialização do gasto energético, o que mantém o metabolismo aumentado por um longo período após sua execução estando associado com a melhora na sensibilidade a insulina e função endotelial. Torna-se possível verificar como diferentes ambientes podem influenciar na qualidade de vida e na adoção do exercício físico como uma prática indispensável do cotidiano, assim como o ciclismo, que tem se manifestado como esporte de competição, atividade física, meio de transporte e lazer extremamente popular.

É relevante destacar que a atividade física é transformadora, não apenas da qualidade de vida do sujeito praticante, mas, principalmente, a interação social, ajudando a aumentar os círculos sociais e manter uma boa saúde mental. Arelado ao fato de essa atividade ser feita em áreas ribeirinhas, contribui para a relação de pertencimento ao meio ambiente.

Ao definir o lócus do estudo, optamos pela orla ribeirinha da cidade, com espaços amplos e ventilados. A Orla de Icoaraci fica localizada na Vila Sorriso, no Distrito de



Icoaraci, como um de seus principais pontos turísticos, que atrai muitos visitantes em função de sua tradicional água de coco no Pontão, pelas peixarias, além dos bares e restaurantes localizados ali. O que é também muito comum de se observar é a utilização do local para a prática de atividades físicas pelos moradores das redondezas.

O complexo turístico Ver o Rio, localizado no bairro do Umarizal, acomoda as margens da Baía do Guajará uma espécie de praça pública, com barracas de comidas típicas, shows musicais e culturais realizados em um palco circular, um restaurante a bordo de um navio próximo às margens da orla, o Memorial dos Povos que fica no centro da praça, além de ciclo faixas, quadras poliesportivas, quiosques de artesanatos e um lagozinho com pedalinhas. O local alia contemplação à natureza com a praticidade na utilização do espaço urbano além da possibilidade da prática de atividades físicas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo trata das diferentes práticas corporais vivenciadas no cotidiano lúdico dos sujeitos ribeirinhos. Os povos amazônicos têm a liberdade de criar e recriar técnicas que proporcionam um aspecto de saúde e qualidade de vida para si. Admite-se que não basta apenas a identificação das práticas corporais. Trata-se de ir além da simples identificação e atentar aos efeitos que essas práticas exercem na vida dos sujeitos.

É imprescindível o benefício que as práticas corporais geram para a qualidade de vida de quem a pratica, a escolha do local surge por ela ter um papel significativo para esses sujeitos, esses praticantes se sentem privilegiados por realizarem práticas em uma área onde podem melhorar a sua qualidade de vida sem deixar de lado a construção de suas subjetividades e suas identidades.

RIVERSIDE EDUCATION, CORPORAL PRACTICES AND HEALTH

ABSTRACT

Knowledge is knowledge and ways of doing rooted in the daily lives of communities, expressing themselves in spaces where collective cultural practices are concentrated and reproduced. The objective of this study was to map the corporal practices lived in two borders of the Belém Metropolitan Area, the District of Icoaraci and Baía do Guajará, in order to identify if these activities contribute to the social life of the riverside subjects, in the perspective of the health and quality of life.

KEYWORDS: Health; Quality of life; Physical activity.

EDUCACIÓN RIBEREÑA, PRÁCTICAS CORPORALES Y LA SALUD

RESUMEN

El conocimiento es el conocimiento y formas de hacer arraigada en la vida cotidiana de las comunidades, que se expresa en los espacios donde se concentran y se reproduce prácticas



culturales colectivas. El objetivo de este estudio fue mapear las prácticas corporales experimentadas en dos bordes de la Metropolitana de la zona de Belén, el Distrito Icoaraci y la Bahía de Guajará, para identificar si estas actividades contribuyen a la vida social de los sujetos costeros, en términos de salud y calidad la vida.

PALABRAS CLAVES: Salud; Calidad de vida; Actividad física.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

TEIXEIRA, I.P. et al. Fatores associados ao uso de bicicleta como meio de transporte em uma cidade de médio porte. São Paulo: **Rev. Bras. Ativ. Fis. e Saúde**, 2013

ESCOBAR, M. O; TAFFAREL, C. N. Z. A cultura corporal. In HERMIDA, Jorge Fernando (org.). **Educação Física: conhecimento e saber escolar**. João Pessoa: EDUEPB, 2009, p. 173.

PRESOTTO, A.T. et al. Benefícios do exercício físico e sua relação com o meio ambiente. **Revista Digital**. Buenos Aires, Año 20, Nº 213, Fev. 2016. Disponível em <
<http://www.efdeportes.com/efd213/exercicio-fisico-e-meio-ambiente.htm>> Acesso em: 12 Abril 2017.

SIMÕES, A, C. A relação entre a atividade física e a qualidade de vida. 2009. 189 f. Tese (Doutorado) - Escola de Educação Física e Esporte, USP, São Paulo, 2009.