

Artigos Originais

Perspectivas atribuídas às relações entre corpo, saúde e lazer por professores(as) universitários(as) de Educação Física ao longo da trajetória docente¹

Perspectives attributed to the relationships between body, health and leisure by university Physical Education teachers throughout their teaching careers

Perspectivas atribuidas a las relaciones entre cuerpo, salud y ocio por parte del profesorado universitario de Educación Física a lo largo de su carrera docente



Roberta de Souza Gomes

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil
robertaufjr92@gmail.com



Renato Cavalcanti Novaes

Marinha do Brasil, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil
rennovaes@hotmail.com



Silvio de Cassio Costa Telles

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil
telles.ntg@terra.com.br



Alan Camargo Silva

Colégio Brasil de Ciências do Esporte (CBCE), Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil
alancamargo10@gmail.com

Resumo: O objetivo do presente estudo foi analisar e compreender como os(as) professores(as) universitários(as) de Educação Física de uma instituição pública de ensino relacionam as noções de corpo, saúde e lazer, isto é, diante da trajetória profissional. A partir de uma abordagem qualitativa, foram realizadas onze entrevistas semiestruturadas com oito professores e três profes-

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

ras, na faixa etária entre 40 e 64 anos, graduados(as) entre 1970 e 1990. Identificou-se como o “se exercitar” e o comer ficam entremeados à sobrecarga laboral dos docentes e como tentam articular os comportamentos individuais ao contexto de trabalho na universidade.

Palavras-chave: Educação Física; Professores universitários; Corpo; Saúde; Trajetória docente.

Abstract: The objective of this study was to analyze and understand how university Physical Education teachers from a public educational institution relate the themes of body, health and leisure throughout their professional careers. Using a qualitative approach, 11 semi-structured interviews were conducted with eight male and three female teachers, aged between 40 and 64, who graduated between 1970 and 1990. Thus, we can state that working conditions influenced the “weight gain” of teachers and that, despite not having time, they try to adopt so-called healthy habits.

Keywords: Physical Education; University teachers; Body; Health; Teaching career.

Resumen: El objetivo de este estudio fue analizar y comprender cómo docentes universitarios de Educación Física de una institución educativa pública relacionan los temas de cuerpo, salud y ocio a lo largo de su carrera profesional. Mediante un enfoque cualitativo, se realizaron 11 entrevistas semiestructuradas a ocho maestros y tres maestras, con edades entre 40 y 64 años, graduados entre 1970 y 1990. De esta manera, podemos afirmar que las condiciones laborales influyeron en el “ganancia de peso” de los docentes. profesores y que, a pesar de no tener tiempo, intentan adoptar los llamados hábitos saludables.

Palabras clave: Educación Física; Profesores universitarios; Cuerpo; Salud; Trayectoria docente.

Submetido em: 14/10/2024

Aceito em: 11/11/2024

1. Introdução

A trajetória docente é marcada por singularidades tanto na vida pessoal, quanto na dimensão profissional (Huberman, 2007). Isso pode ser visto não somente na Educação Básica (Pereira; Silva; Lüdorf, 2022), como também no Ensino Superior. Ao estudar a profissão do magistério, em especial na carreira universitária, entende-se que é necessário atenção a determinados acontecimentos, como, por exemplo, a conquista de prêmios, titulações, o enfrentamento de algumas adversidades administrativas e da inerente demanda por produção de pesquisas científicas ou da elaboração de aulas para diferentes disciplinas. Entretanto, esses momentos da profissão não ocorrem ou impactam os(as) professores(as) da mesma forma, uma vez que cada docente concebe a construção da carreira de forma singular (Gomes, 2017).

Conforme Faria *et al.* (2018), o percurso docente na Educação Física é marcado por diversas etapas, destacando-se os seguintes ciclos: a) de entrada; b) de consolidação das competências profissionais; c) de afirmação e diversificação; d) de renovação da carreira; e e) maturidade. Na referida pesquisa, foram abrangidos professores(as) dos três últimos ciclos. O ciclo de afirmação e diversificação, que representa o período entre 17 a 19 anos de experiência, compreende o momento em que o(a) docente alcança o conhecimento tácito. O ciclo denominado renovação na carreira, compreendido entre 20 e 27 anos na profissão, representa o momento que o(a) professor(a) transforma seus comportamentos, crenças, perspectivas, vontades e desejo perante a sua atuação profissional, como também começam a refletir e planejar o momento da aposentadoria. Já o ciclo de maturidade (28 a 38 anos de experiência) apresenta características heterogêneas, pois é o momento no qual um grupo de professores(as) busca o desinvestimento e o distanciamento em alguns âmbitos laborais em que atuam, enquanto outro grupo também procura qualificações profissionais com intuito de melhorar a prática pedagógica (Faria *et al.*, 2018).

Por meio de um breve mapeamento acerca do que vem sendo produzido acerca do tema saúde, corpo e professores(as) de Educação Física em uma perspectiva sociocultural, detectou-se que os trabalhos acadêmicos adotam diferentes perspectivas teórico-empíricas sobre o tema. Há trabalhos que investigam como a saúde se apresenta nas relações entre o envelhecimento do(a) professor(a) e seu próprio corpo (Silva; Lüdorf, 2010; Silva; Lüdorf, 2013). Outras produções acadêmicas debruçam-se em compreender como o passar dos anos influencia na prática pedagógica de professores(as) (Gomes *et al.*, 2020; 2021; Pereira; Silva; Lüdorf, 2022). Entretanto, as pesquisas supracitadas focalizam a perspectiva sociocultural do envelhecer e tangenciam as articulações do corpo com outras dimensões da vida. Assim, a presente investigação com os(as) professores(as) universitários(as) apoia-se na noção de corpo de Le Breton (2007), no sentido de compreender como tais sujeitos transitam entre o entrelaçamento entre o social e o individual e a cultura e natureza.

Devido à função de agente formador que o(a) professor(a) universitário(a) de Educação Física possui no cenário educativo, consideramos fundamental a realização de pesquisas com a finalidade de compreender as especificidades dessa ocupação. Segundo Castro (2020), em estudo realizado com professores(as) universitários(as) de Educação Física que atuam ou atuaram no Ensino Superior em uma instituição pública de ensino, um aspecto presente nos relatos, referente à temática

ser professor(a) universitário(a)", aponta para a importância dos(as) docentes dominarem o conteúdo das disciplinas que ministram, como também a consciência "de olhar para o aluno como um ser em construção e que precisa ser estimulado a elaborar sua base de conhecimentos (Castro, 2020, p. 164).

Sendo assim, este estudo foi norteado pela seguinte questão: de que formas os professores(as) universitários(as) de Educação Física da universidade pública lidam com a sua vida pessoal e profissional? Dito de outra forma, como articulam os seus cuidados

com o magistério na universidade ao longo do tempo. Logo, o presente trabalho teve como objetivo analisar e compreender como os(as) professores(as) universitários(as) de Educação Física de ensino relacionam as temáticas corpo, saúde e lazer ao longo da trajetória da vida profissional.

2. Procedimentos Metodológicos

Este estudo é caracterizado como qualitativo, pois pesquisas dessa natureza “estão atreladas a estudos do comportamento humano e respaldam-se em referenciais teóricos advindos das ciências humanas e sociais” (Lüdorf, 2017, p. 26). Para pesquisas dessa natureza, existe a possibilidade de serem realizadas no mesmo local onde os fatos narrados pelos entrevistados ocorreram (Lüdorf, 2017), como é o nosso caso.

Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas com professores(as) universitários(as) de graduação em Educação Física de uma universidade pública, localizada no estado do Rio de Janeiro. Esse instrumento possibilita maior abertura e interação, permitindo conhecer, de forma mais específica, as perspectivas assumidas pelos professores entrevistados (Lüdorf, 2017). A instituição em questão oferece cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física, bem como de pós-graduação *stricto e lato sensu*. Ademais, a referida instituição congrega, em sua estrutura administrativa, diferentes departamentos.

Os critérios de seleção dos sujeitos foram: a) ser graduado(a) em Educação Física; b) ministrar disciplinas diferentes entre eles(as), pois se acredita que, a depender da disciplina que o(a) docente seja responsável, o seu relato possa modificar; desta forma, seria possível ampliar os resultados gerados a partir das entrevistas; c) ter no mínimo de 17 anos de atuação no âmbito acadêmico, pois, conforme Faria *et al.* (2018), nessa fase, o(a) professor(a) encontra-se no ciclo de afirmação e diversificação na carreira, permitindo a conquista do conhecimento tácito; d) possuir carga horária

de 40 horas semanais na mesma instituição de ensino superior. Na presente pesquisa, privilegiou-se a realidade de professores(as) que possuam carga horária de 40 horas semanais, portanto, foram excluídos professores(as) substitutos(as) ou com outros tipos de vínculos na instituição. A escolha por sujeitos graduados em Educação Física ocorreu pelo fato de alguns(as) docentes não necessariamente possuírem essa formação inicial, embora atuassem nos cursos de graduação em Educação Física.

Dessa forma, o grupo de docentes de Educação Física universitários(as) pesquisados(as) foi composto por 11 sujeitos, sendo oito homens e três mulheres, todos(as) pós-graduados(as), com idades aproximadas entre 40 e 64 anos. A pluralidade do perfil dos(as) interlocutores(as) foi ancorada na proposta de Bauer e Aarts (2010) que sugere maximizar o espectro de lugares sociais/sujeitos a fim de maximizar a variedade de representações. A letra “M” representa as professoras do sexo feminino e a “H” os professores do sexo masculino, recurso de identificação que será utilizado posteriormente ao longo da apresentação/discussão dos dados, como poderá ser observado no Quadro 1 a seguir:

Quadro 1 - Perfil dos professores

Identificação por sexo	Idade	Tempo de atuação em universidade (anos)	Instituição/graduação	Ano de formação	Experiências profissionais
H1	55	25	Universidade Castelo Branco	1989	Universidade e academia de ginástica
H2	64	30	Universidade de Brasília	1977	SESC (Serviço Social do Comércio)
H3	64	37	Universidade Federal do Rio de Janeiro	1977	Escola e academia de ginástica
H4	59	36	Universidade Federal do Rio de Janeiro	1980	Treinamento de Judô
H5	66	21	Universidade Federal do Rio de Janeiro	1973	Treinamento de Polo Aquático
H6	54	29	Universidade Federal do Rio de Janeiro	1985	Universidade e escola
H7	63	37	Universidade Federal do Rio de Janeiro	1978	Treinamento de Basquetebol

H8	44	18	Universidade Federal do Rio de Janeiro	1997	Universidade e escola
M1	56	32	Universidade Gama Filho	1981	Universidade e escola.
M2	45	25	Universidade Gama Filho	1991	Universidade e escola.
M3	Não informada	19	Universidade Gama Filho	1984	Treinamento de Ginástica

Fonte: elaborado pelos autores.

A análise de conteúdo foi realizada seguindo os critérios de repetição e relevância da perspectiva dos entrevistados, conforme orientado por Turato (2011). O critério de repetição é norteado segundo os relatos recorrentes do(a) entrevistado(a), a partir da avaliação de toda a sua narrativa. O critério de relevância valoriza pontos específicos, que, segundo o olhar do(a) entrevistador(a), poderá ser um dado importante para a pesquisa. Nessa perspectiva, por meio dos depoimentos dos professores(as) entrevistados(as), foi possível construir três categorias: a) “Ganho mais trabalho...e peso!”; b) “Eu não tenho tempo pra nada!”; c) “Eu me mexo e como ‘direito!’”. Importante destacar que, antes de cada entrevista, foi entregue aos(às) participantes do estudo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, obedecendo aos princípios éticos para pesquisas realizadas com seres humanos, em especial, com base nas Resoluções n. 466/2012 e n. 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

3. Apresentação e discussão dos resultados

3.1. “Ganho mais trabalho... e peso!”

Ao longo dos depoimentos, os(as) professores(as) buscaram justificar o “ganho de peso”, como se houvesse uma cobrança internalizada, tendo em vista que em nenhum momento o(a) pesquisador(a) responsável por conduzir a entrevista interrogou os(as) docentes sobre perda, manutenção ou aumento do peso corpo-

ral. Logo, os(as) professores(as) entrevistado(as) nesta pesquisa associaram o aumento das atividades profissionais ao ganho de peso e, por consequência, a outros problemas de saúde no sentido físico-orgânico:

Eu gastava muito tempo aqui, né? Com resoluções, preparando projetos. Só que além de ser um período muito estressado, eu fiquei muito sedentário. Eu ganhei muito peso, tive problema de fígado, pressão alta. [H1]

Olha, eu te diria que pela demanda que havia de carga horária, de responsabilidade, eu reduzi a atividade física e ganhei peso. Porque eu já tinha mais ou menos, uma regularidade. Fazendo exercício, praticar atividade. E, em função dessas demandas, eu reduzi a atividade, sensivelmente e ganhei peso. [H2]

Olha só, eu me sinto bem. Eu hoje, por exemplo, tô com o mesmo peso que eu tinha, apesar de já ter engordado, já ter emagrecido, etc e tal. Mas, é, então eu tô com o mesmo peso que eu tinha quando eu entrei aqui. Quando eu entrei aqui, eu entrei com 86 quilos, hoje eu tenho 86 quilos. É, agora as dores, as dores do envelhecimento, né? [H5]

Eu cuido do meu peso, e do meu colesterol. Eu faço check-up de seis meses. Eu faço atividade física regular, quando dá. Às vezes eu tenho que sair, viajar, dar um curso, alguma coisa assim, aí não dá. [M3]

Mas a gente sempre deixa pra depois. Eu tô com a barriga... tá um monstro. Não deveria estar. Tô pesado, vou jogar e sinto dor, estou pesado. Quero saltar pra pegar a bola, no rebote, aí um cara por cima de mim, pega com mais facilidade. Poxa, estou pesado. [H7]

Para os(as) professores(as) universitários(as) de Educação Física, as demandas laborais são as principais causas de modificações de peso. Este tipo de correlação “trabalho-gordura” os(as) fizeram compreender que o exercício profissional não somente o atrapalha na vida pessoal, como também interferiram nas condições de saúde. De acordo com Souza *et al.* (2017), as condições de trabalho no espaço universitário sofreram diversas modificações, influenciadas principalmente pela política neoliberal, que permitiu a flexibilização das atividades exercidas, com intuito de aumentar a produtividade acadêmica.

Nota-se também que esses(as) docentes se sentem obrigados a se “manterem ativos” ou “vigilantes” sobre o que deveriam fazer para/com/no corpo. Paradoxalmente, ao mesmo tempo em que atuaram em uma área considerada da Saúde, sentiram-se reféns do próprio processo culpabilizatório de ter que se automonitorar entre o quanto “gasta na profissão” e o quanto “ganha de danos ao corpo”. Uma possível solução para este sentimento comum a grande parte dos(as) docentes seria a criação de espaços na própria universidade onde esses(as) profissionais possam dialogar e refletir em grupo acerca das preocupações e ansiedades ligadas ao magistério (Souza *et al.*, 2017).

Segundo Le Breton (2007), na medida em que as interações sociais aumentam, o corpo torna-se um aspecto visível, assumindo o papel de descrever determinada pessoa que se apresenta em um grupo social. Atuar no âmbito universitário como professor(a) permite que esteja em constante contato com outros colegas da profissão e com os(as) alunos(as), e o fato de ministrarem aulas possibilita que a sua aparência seja notada pelos demais. Na perspectiva dos(as) docentes ao longo da carreira na universidade, o seu peso corporal foi um aspecto que esteve sempre sendo vigiado pelos demais, e o ganho de peso é algo que trouxe grande desconforto.

De acordo com estudo realizado por Sousa, Macedo e Melo (2020), os(as) professores(as) de Educação Física que atuam em academias de ginástica compreendem que a “aparência é a alma

do negócio”, ao afirmarem que para conseguirem e manterem os(as) seus(as) clientes/alunos(as) nesses espaços adotam cuidados com o corpo por meio da autogestão de si, com a aparência assumindo o protagonismo em detrimento da formação intelectual. Conforme os relatos dos(as) professores(as) entrevistados(a), o aumento do peso é um fato que interfere negativamente na conquista de novos(as) clientes/alunos(as), por não corresponder às expectativas construídas socialmente acerca do que “é ser professor(a) de Educação Física”.

No presente estudo, o ganho de peso nos depoimentos dos(as) docentes entrevistados(as) representou uma perda de prestígio na profissão, como também surgiu atrelado a diversas comorbidades. Estar com a “barriga saliente” foi um impeditivo para a execução de determinados movimentos durante as aulas, algo que indicou o início do processo de envelhecimento e a impossibilidade de continuar a exercer a profissão. Dessa forma, os(as) docentes compreenderam a manutenção ou a diminuição do peso como uma conquista, principalmente com o passar dos anos na profissão, possibilitando que a carreira na universidade fosse estendida.

Na perspectiva dos(as) docentes, foi necessário também permanecer vigilante e atento(a) aos cuidados médicos, considerando importante a realização de exames periódicos. A atividade física apareceu como uma prática de cuidado de si, com intuito de corrigir, prevenir ou curar males e doenças. Entretanto, as dores articulares e o ganho de peso já não permitem que os(as) professores(as) pratiquem os exercícios físicos com a mesma intensidade com que praticavam no início da carreira.

Em síntese, sugere-se que pertencer a uma profissão que faz parte do campo da Educação e da Saúde significa estar se monitorando “corporalmente”. Isso ocorre pelo fato dos(as) professores(as) serem observados(as) pelos(as) graduandos(as) durante as aulas, principalmente durante a execução de movimentos. Assim, notou-se que as associações entre ganhos de “trabalho” e “gor-

dura” são questões que atravessaram a trajetória desses(as) professores(as) universitários(as) de Educação Física e que de alguma forma interferiram na relação que eles(as) estabeleciam com o próprio corpo.

3.2. “Eu não tenho tempo pra nada!”

A temática do lazer não estava entre os objetivos iniciais da presente pesquisa, entretanto o tema emergiu de forma espontânea nos depoimentos dos(as) entrevistados(as), por vezes aparecendo atrelado à realização de atividades físicas.

Um dos aspectos relacionados ao lazer foi a possibilidade de realizar viagens para outros países ou frequentar teatros e museus. Isso se relaciona à estabilidade financeira proporcionada pela carreira na universidade, sendo compreendida também como uma espécie de “prêmio”, que em alguma medida traz a sensação de “bem-estar”:

Diria até que ultimamente tenho reduzido um pouco, mas sempre faço alguma atividade de lazer. Sempre, um cinema, um teatro, uma caminhada, uma visita ao museu. Até eu diria, normalmente, com bastante frequência. [H2]

Dentro das minhas possibilidades faço quase que diariamente, uma atividade física. As atividades de lazer são muito voltadas para o, gosto muito de tá na praia, gosto de velejar. [H4]

Eu comecei a viajar com a minha esposa, a ficar um período mais longo só com ela. Isso tem me feito muito bem, sabe? [...] Comecei a viajar, né? Fui conhecer o Cone Sul. [H1]

Nos depoimentos analisados, é possível notar a presença marcante da realização de viagens e a prática de atividades físicas. Apesar do conceito de lazer proposto por Almeida (2021) entender que este está atrelado à realização de atividades não relacionadas

aos aspectos profissionais, alguns(as) professores(as) relataram optar por programas como a caminhada ou velejar, ou seja, experiências corporais ligadas ao campo da Educação Física.

Conforme Gomes e Melo (2003), as reflexões acerca do lazer começam a ganhar destaque a partir do século XIX, sendo compreendido como o tempo disponível após as obrigações, sejam elas laborais, ou de outras espécies. Já nos anos de 1930, o lazer é entendido como distrações escolhidas de maneira espontânea que ocorreriam em momentos contrários ao tempo de trabalho.

De acordo com Marcellino (2021), o lazer deve ser compreendido observando-se também outros aspectos da vida social do sujeito, ou seja, a escolha por determinadas práticas de lazer não ocorre de forma desinteressada. Destarte, cabe interrogar se estes(as) docentes entrevistados(as) nos momentos de “não trabalho” buscaram desligar-se da sua identidade profissional ou tentaram, de alguma forma, escolher atividades relacionadas ao campo da Educação Física.

Entretanto, apesar de alguns(as) professores(as) relatarem com facilidade as diversas atividades que realizaram no tempo livre, uma professora demonstrou no seu depoimento o sentimento de culpa, ao pensar na possibilidade de usufruir do seu tempo livre com algo que não esteja atrelado às demandas acadêmicas e profissionais:

Os colegas de trabalho sabiam que eu não estava com a minha família lá. “Vamos pra praia!” Assim, praia? Sábado? Eu fico culpada. Eu fico com culpa. Por eu estar no meu horário vago que eu fui usufruir do meu lazer, por direito. Ai, eu fui ver o quanto eu era doente. [M2]

Souza *et al.* (2017) afirmam que, no âmbito universitário, é frequente a cobrança pelo aumento da produtividade acadêmica, e este sentimento de culpa, presente no depoimento, ilustra como a sobrecarga laboral pode afetar aspectos da vida pessoal do(a) professor(a) universitário(a). O sentimento de culpa também

pode estar atrelado ao movimento de antilazer, ligado a ideologia capitalista visando sempre manter a produtividade no trabalho (Marcellino, 2021).

Em pesquisa realizada por Silva e Pessoa (2023), que analisou quais os principais impeditivos para a prática de lazer dos(as) professores(as) universitários(as) de um curso de Educação Física, constatou-se que os(as) próprios(as) docentes optaram por não ter um momento de lazer. Ou seja, a falta de tempo não é um fator que dificulta os momentos de lazer, mas sim o fato de não compreenderem esta prática como um aspecto importante para a vida.

Na perspectiva da professora M2, por exemplo, a “doença” apareceu relacionada ao sentimento de culpa por realizar uma atividade não relacionada à profissão, como ir à praia. Portanto, percebe-se que a docente enunciou o binômio saúde-doença para além da perspectiva “biologicista”, chegando à conclusão de que o seu tempo livre poderia e deveria ser usufruído por programas que lhe tragam prazer, não sendo relacionados à profissão. Entende-se que tal perspectiva moral de culpabilização de si, representada nesse zelo com o próprio corpo em nome da saúde, se constrói historicamente em uma dimensão medicalizada (Ferreira; Castiel; Cardoso, 2012).

Ante a declarada “falta de tempo”, cabe indagar a necessidade de se criarem espaços de discussão nas universidades públicas que possibilitem a troca e reflexão de experiências em comum que perpassam a vida pessoal e profissional dos(as) professores(as) universitários(as) de Educação Física, como também discutir a possibilidade de ações que possam ressignificar alguns sentimentos dos(as) docentes.

3.3. “Eu me mexo e como ‘direito!’”

A prática de exercícios físicos foi incorporada à rotina com o intuito de auxiliar a prática docente, principalmente durante as aulas que exigiam a realização de movimentos:

Mas, faço atividade regular. Atividade, seja musculação, atividade aeróbia. Mesmo se eu estiver num lugar que não tenha uma bicicleta, uma esteira, faço caminhada e tal. Então, eu me sinto super bem, sem nenhum desgaste. Assim, fisicamente não sinto desgaste não. [H2]

Eu acho que por ter sido a vida inteira ativa, além de dar aula, né? É, que demanda disposição física, dava muita aula prática. Eu, embora, não seja mais atleta, há muitos anos atrás, eu me mantive ativamente, fisicamente. Eu tenho um hábito, de regular, de atividade física e, isso te dá um lastro para aguentar o cotidiano do trabalho. E, inseri outras práticas também. Inseri a yoga, além da minha corrida. Eu inseri a yoga e a meditação. [M1]

Na perspectiva dos(as) professores (as) entrevistados(as), o hábito de realizar exercícios físicos trouxe benefícios para a sua prática pedagógica, principalmente, com o passar dos anos na profissão. Um corpo fisicamente ativo seria capaz de suportar melhor as demandas referentes às aulas práticas do campo da Educação Física. Ou seja, pode-se afirmar que a realização de práticas corporais, como musculação, yoga, meditação, corrida, se realizadas com determinada frequência, foram consideradas uma forma de investimento na profissão de professor(a) universitário(a).

Entretanto, alguns professores(as) universitários(as) relataram que encontraram dificuldades para a prática de atividades físicas, pois perceberam mudanças no corpo, tanto com relação à forma física, como problemas de saúde:

Eu sou completamente sedentária. Sou matriculada na academia pra deixar o dono mais rico. Porque raramente eu piso lá. Então, eu hoje tenho muita dificuldade de inserir a prática de atividades físicas na minha rotina. O

meu corpo mudou radicalmente. Eu tinha um corpo assim, protótipo mesmo, da Educação Física. [...] Então, ao longo do tempo, eu fui realmente vendo o corpo se transformar completamente. [M2]

As artroses já não me permitem correr como corria antes, pedalo mais do que corro. As hérnias também não permitem, tenho dores na região cervical e lombar. Na região lombar eu tenho dor quase que o dia inteiro, direto. Mas, já convivo com isso a bastante tempo, não tem muito jeito. [H3]

Ao longo do estudo, foi possível notar um comparativo entre como era o seu corpo no início da profissão como professor(a) de Educação Física, e como o percebiam no momento das entrevistas. Dois fatores surgiram como obstáculos para não conseguirem manter uma rotina de exercícios físicos: a falta de tempo e as dores articulares provocadas pelo passar dos anos. O corpo, que no início da profissão assumiu a função de um eterno parceiro, ao longo dos anos se transforma, sendo também necessário suportar as dores físicas desse processo, como, por exemplo, dores na coluna.

Segundo Silva, Freitas e Lüdorf (2018), para os(as) professores(as) de Educação Física, o corpo é compreendido para esses(as) profissionais como um instrumento de trabalho, e com o passar dos anos essa ferramenta pode se degradar. Entretanto, esses(as) professores(as) podem adotar comportamentos que são capazes de diminuir esse declínio físico, como exercícios físicos, horas regulares de sono e cuidados com a alimentação.

Os(as) professores(as) também relataram alguns aspectos com relação à alimentação, principalmente sobre como procuraram organizá-la durante o período de aulas na universidade:

O alimento é fonte de vida, de prazer. Sabe? De contentamento. De você, é uma relação que precisa de alimentar. Mas, não é só alimentar o físico de você mastigar. É uma relação de prazer. E o quanto isso tá virando um tormento

na vida das pessoas. Então a relação que eu estabeleço com a comida é assim, eu evito. Assim, eu não sou assim, de me encher de fritura. Mas se eu for almoçar aqui na BioRio. Ah, eu abro mão do pastelzinho. Porque na minha casa eu não faço, entendeu? [M2]

A minha filosofia é descascar mais e desembalar menos. Quanto mais comida eu fizer, comer, almoçar. E ter vindo para uma Universidade Pública de 40 (quarenta) D.E. [dedicação exclusiva]. Foi um salto qualitativo enorme na minha vida, foi a coisa de ter horário para almoçar. Até entrar em uma Universidade Pública, eu não sabia o que era parar para almoçar. Eu vivia de sanduíche, eu vivia de lanchinhos rápidos, né? Só desembalar, né? [M1]

Segundo o relato dos(as) professores(as), ministrar aulas em uma universidade pública, tendo em vista o regime de 40 horas e dedicação exclusiva, possibilitou que tivesse mais tempo para planejar e preparar as refeições, aliado ao fato da própria instituição de ensino oferecer restaurantes, nos quais era possível optar por alimentos considerados saudáveis no momento do almoço. A relação com o alimento, devido ao tempo disponível para realizar as refeições, passou a ser prazerosa, pois oportunizou que em alguns momentos fossem consumidos outros tipos de alimentos como, por exemplo, o pastel, que parece assumir um valor afetivo no discurso de uma das professoras.

De acordo com estudo realizado por Silva e Lüdorf (2013) com professores(as) de Educação Física que trabalham em academias de ginástica e escolas, com o passar dos anos na profissão, a realização de exercícios físicos e os cuidados com a alimentação têm como objetivo a manutenção da saúde, ficando a beleza em segundo plano, ou muitas como uma preocupação que pode trazer prejuízos ao(a) professor(a) de Educação Física.

Logo, a partir dos depoimentos das professoras M1 e M2, verificou-se que estar em uma universidade pública permitiu que es-

ses(as) profissionais adotassem alguns cuidados com a saúde, especificamente, com a alimentação, compreendendo que essa última deveria ser experienciada como um momento prazeroso, e não como algo que trouxesse preocupações referentes ao corpo. Pode-se afirmar que os discursos dos(as) professores(as) que atuam em academias de ginástica e escolas (Silva; Lüdorf, 2013) dialogam com a perspectiva dos(as) docentes entrevistados(as) na presente pesquisa, no que se refere aos cuidados com a alimentação.

Assim, o fato de “se exercitarem” ou “comerem direito” seria um modo viável de experienciar a profissão no âmbito universitário. Percebeu-se, portanto, que tais professores(as) de Educação Física se remeteram majoritariamente aos próprios comportamentos – leia-se individuais – do que qualquer tipo de problematização sobre o contexto macroestrutural do trabalho acadêmico-profissional na instituição pública onde lecionavam.

4. Considerações finais

Em termos gerais, os(as) docentes universitários(as) de Educação Física da instituição em tela relacionaram as temáticas corpo, saúde e lazer no sentido de alegarem que as condições laborais foram determinantes no ganho de peso ao longo da trajetória profissional. Apontaram, ainda, que tentaram adotar hábitos ditos saudáveis diante de circunstâncias de trabalho que os(as) impediram de “ter mais tempo”. As entrevistas também indicam que as questões relacionadas ao lazer surgem nos discursos dos professores de forma mais natural, em comparação com as professoras, que por vezes demonstram o sentimento de culpa ao reservar um tempo para outras atividades não relacionadas ao trabalho.

Tais achados não somente revelam a sobrecarga de trabalho desses(as) docentes universitários(as), como também colocam em xeque o que as próprias universidades vêm realizando para mitigar esse cenário acadêmico-profissional que pode impactar nas esferas do ensino, pesquisa e extensão. Pesquisar como os sentidos à trama entre corpo, saúde e lazer são atribuídos pelos(as)

professores(as) universitários(as) significa desvelar o universo cotidiano daqueles(as) responsáveis em formar os(as) futuros(as) docentes de Educação Física, área esta que, ironicamente, atrela-se à educação e à saúde.

Por fim, embora este estudo reconheça os limites da generalização dos achados da micro realidade aqui estudada, estimula-se a continuidade de uma agenda de investigações que mapeiem o cotidiano de trabalho desses(as) docentes formadores(as) e, sobretudo, que haja uma preocupação de esmiuçar os elementos ético-legais que respaldam as condições de ensino na universidade no tempo presente. Defende-se, portanto, que o bem-estar desses(as) professores(as) implica diretamente na qualidade da formação oferecida nas graduações em Educação Física no país.

Referências

ALMEIDA, F. M. O conceito de lazer: uma análise crítica. **Revista Novos Rumos Sociológicos**, Pelotas, v. 9, n. 16, p. 206-229, ago./dez. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.15210/norus.v9i16.21887>. Acesso em: 10 set. 2024.

BAUER, M. W.; AARTS, B. A construção do corpus: um princípio para a coleta de dados qualitativos. *In*: BAUER, M. W.; GASKELL, G. (Orgs.) **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático**. 8. ed. Petrópolis: Vozes, 2010. p. 39-63.

CASTRO, P. H. Z. **A formação de professores de Educação Física na EEFD/UFRJ: do percurso formativo ao professor formador**. 2020. 246 f. Tese (Doutorado em Educação) – Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <https://ppge.educacao.ufrj.br/teses2020/tPedro%20Henrique%20Zubcich%20Caiado%20de%20Castro.pdf>. Acesso em: 19 nov. 2024.

FARIA, G. O.; BATISTA, P. M. F; GRAÇA, A.; NASCIMENTO, J. V. Ciclos da trajetória profissional na carreira docente em Educação

Física. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 24, n. 2, p. 441-454, abr./jun. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.75045>. Acesso em: 10 set. 2024.

FERREIRA, M. S.; CASTIEL, L. D.; CARDOSO, M. H. C. A. A patologização do sedentarismo. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 21, n. 4, p. 836-847, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/6Q55wRpd9mzzwXN9TqQFyXt/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 6 nov. 2024.

GOMES, C. L.; DE MELO, V. A. Lazer no Brasil: trajetórias de estudos, possibilidades de pesquisa. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 9, n. 1, p. 23-44, jan./abr. 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2661>. Acesso em: 11 set. 2024.

GOMES, M. C.; SILVA, A. C.; DE MELLO, A. M.; LÜDORF, S. M. A. O envelhecimento do professor de educação física escolar: repercussões na saúde, prática profissional e cotidiano laboral. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 23, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/rpp.v23.54710>. Acesso em: 11 set. 2024.

GOMES, R. S. **Corpo, docência e trajetórias de professores universitários de Educação Física**. 2017. 42 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Escola de Educação Física e Desportos, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: https://oasisbr.ibict.br/vufind/Record/BRCRIS_0d8d67ebe7de0269d62a05004d71d3f9. Acesso em: 18 mai. 2024.

GOMES, R. S.; LAMASSA JUNIOR, S.; SILVA, A. C.; LÜDORF, S. M. A. Professores universitários de Educação Física: atribuições profissionais sob investigação. **Revista Motrivivência**, Florianópolis, v. 33, n. 64, p. 1-19, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2021.e77239>. Acesso em: 11 set. 2024.

HUBERMAN, M. O ciclo de vida profissional dos professores. *In*: NÓVOA, A. (org.). **Vida de professores**. 2. ed. Porto: Porto Editora, 2007. p. 31-61.

LE BRETON, D. **Sociologia do Corpo**. Petrópolis: Vozes, 2007.

LÜDORF, S. M. A. **Metodologia da Pesquisa**: do projeto ao Trabalho de Conclusão de Curso. Curitiba: Appris, 2017.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer**: uma introdução. Campinas: Autores Associados, 2021.

PEREIRA, P. P. S. N.; SILVA, A. C.; LÜDORF, S. M. A. Corpo e prática pedagógica: diálogos entre dimensão pessoal e profissional no ensino de educação física. **Revista Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 48, p. 1-20, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202248237152>. Acesso em: 11 set. 2024.

SILVA, A. C.; LÜDORF, S. M. A. Prática profissional em Educação Física: rumo a novas experiências com o passar dos anos. **Estudos Interdisciplinares sobre Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 18, n. 2, p. 411-427, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/2316-2171.34352>. Acesso em: 18 mai. 2024.

SILVA, A. C.; LÜDORF, S. M. A. Envelhecendo como professor de Educação Física: um olhar sobre o corpo. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 21, n. 4, p. 645-654, 2010. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/download/9123/6769/>. Acesso em: 25 nov. 2024.

SILVA, A. C.; FREITAS, D. C.; LÜDORF, S. M. A. Profissionais de Educação Física de academias de ginástica do Rio de Janeiro e a pluralidade de concepções de corpo. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Brasília, v. 41, n. 1, p. 102-108, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.04.002>. Acesso em 11 set. 2024.

SILVA, B. N. L.; PESSOA, A. R. R. Barreiras à prática de lazer de professores de Educação Física atuantes no ensino superior. **Revista Licere**, Belo Horizonte, v. 26, n. 2, junho 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2023.47010>. Acesso em: 10 set. 2024.

SOUSA, S. R.; MACEDO, C. G.; MELO, R. S. Competências ostensivas: o cotidiano de professores de Educação Física atuantes em academias de musculação. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 26, p. 1-19, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.100297>. Acesso em: 10 set. 2024.

SOUZA, K. R.; MENDONÇA, A. L. O.; RODRIGUES, A. M. S.; FELIX, E. G.; TEIXEIRA, L. R.; SANTOS, M. B. M.; MOURA, M. A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos doentes. **Revista Ciências e Saúde Coletiva**, v. 2, n. 11, p. 3667-3676, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320172211.01192016>. Acesso em: 10 set. 2024.

TURATO, E. R. **Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa**: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas. 5. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

Publisher

Universidade Federal de Goiás. Faculdade de Educação Física e Dança. Publicação no Portal de Periódicos UFG. As ideias expressadas neste artigo são de responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião dos editores ou da universidade.