

**TUDO ESTÁ
INTERLIGADO.**

**O homem não
teceu a teia da
vida, ele é dela
apenas um fio, o
que fizer à teia
estará fazendo a si
mesmo.**

(Capra, 1994).

Christiano Büchele Ceccato

**DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EM
EDUCAÇÃO AMBIENTAL E PREVENÇÃO DA SAÚDE PARA
ACADEMIAS E ORGANIZAÇÕES NÃO-GOVERNAMENTAIS:
ENTENDENDO A RELAÇÃO HOMEM-NATUREZA.**

Florianópolis

2004

Christiano Büchele Ceccato

**DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EM
EDUCAÇÃO AMBIENTAL E PREVENÇÃO DA SAÚDE PARA
ACADEMIAS E ORGANIZAÇÕES NÃO-GOVERNAMENTAIS:
ENTENDENDO A RELAÇÃO HOMEM-NATUREZA.**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Engenharia de Produção.

Orientador: Prof^o. Dr. Alexandre de Avila Leripio

Florianópolis

2004

Christiano Büchele Ceccato

**DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EM
EDUCAÇÃO AMBIENTAL E PREVENÇÃO DA SAÚDE PARA
ACADEMIAS E ORGANIZAÇÕES NÃO-GOVERNAMENTAIS:
ENTENDENDO A RELAÇÃO HOMEM-NATUREZA.**

Esta dissertação foi julgada e aprovada para a obtenção do título de **Mestre em Engenharia de Produção** no Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção da Universidade Federal de Santa Catarina.

Florianópolis, 10 de março de 2004.

Prof^o. Edson Pacheco Paladini, Dr.
Coordenador do Programa

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof^a. Sandra Sulamita Nahas Bassch, Dra.
Universidade Federal de Santa Catarina
Examinadora

Prof^o. Alexandre de Ávila Leripio, Dr.
Universidade Federal de Santa Catarina
Orientador

Prof^a. Luciana M. Saraiva, Dra.
Universidade do Vale do Itajaí
Examinadora

Prof^a. Denize Longaray Leripio, MSc.
Universidade Federal de Santa Catarina
Co-Orientadora

Aos meus pais, José Antônio e Stella
Maris, por tudo.

AGRADECIMENTOS

Ao Prof^o. Dr. Alexandre Avila Leripio, meu Orientador, pela incansável e valorosa orientação no decorrer desta pesquisa.

À Prof^a MSc. Denize Longaray Leripio, minha co-Orientadora, pela revisão e incentivo constantes.

Às Prof^{as}. Dra. Sandra Sulamita Nahas Bassch e Dra. Luciana M. Saraiva, pela participação na Comissão Examinadora e pela valorização deste estudo.

Aos praticantes de atividades físicas em academias e aos ambientalistas filiados em organizações não-governamentais, pois sem os mesmos não seria possível esta pesquisa.

Às minhas irmãs Greicy e Shelley, e ao meu irmão Júnior.

À Clotilde, incentivadora do meu Mestrado.

A todos aqueles que, direta ou indiretamente, contribuíram para o término deste trabalho.

QUALIDADE DE VIDA é:

a condição humana que reflete um conjunto de parâmetros individuais, sócio-culturais e ambientais, que caracterizam as condições em que vive o ser humano;

é cada ponto do tempo entre o nascimento e a morte;

é o quanto vale a pena à vida de uma pessoa para a própria pessoa;

é o grau de satisfação ou insatisfação sentido pela pessoa, em vários aspectos de sua vida;

é a sensação de bem-estar de uma pessoa, sua felicidade ou infelicidade;

é a extensão em que prazer e satisfação caracterizam a existência humana;

são os aspectos da vida autoconhecidos e auto-avaliados;

é o débito (*output*) dos estímulos (*inputs*) físicos e espirituais;

é o grau em que a pessoa realiza o seu objetivo de vida;

é o quão bem o indivíduo vive sua própria vida;

é a resposta emocional do indivíduo à sua situação, de acordo com algum padrão ético sobre como viver a boa vida.

(NAHAS, 2001)

RESUMO

Este estudo faz uma reflexão da relação homem-natureza a partir da percepção dos indivíduos praticantes de atividades físicas nas academias e dos ambientalistas filiados nas organizações não-governamentais, na Lagoa da Conceição, em Florianópolis, Estado de Santa Catarina. As atitudes e competências frente à inter-relação corpo-mente e da relação homem-natureza para uma qualidade de vida é fundamental para a preservação da saúde humana e do meio ambiente. Para o alcance deste intento, a metodologia adotada teve seu percurso através de uma revisão da literatura sobre o tema em questão, por meio de uma pesquisa exploratória do tipo estudo de caso, numa abordagem qualitativa. Na análise dos resultados pôde-se constatar que as academias e as organizações não-governamentais não contribuem com o processo de conscientização dos indivíduos praticantes de atividades físicas e dos ambientalistas filiados, no que se refere à importância da preservação da saúde do corpo humano e da saúde do meio ambiente. Diante disso, desenvolveu-se um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção à Saúde a ser aplicado nas academias e nas organizações não-governamentais, sendo que as atividades físicas serão realizadas junto à natureza, com o intuito de que este processo possa ir além da sensibilização, ou seja, que contribua com o processo de conscientização acerca da relação homem-natureza.

Palavras-chave: Atividade física; Equilíbrio corpo-mente; Relação homem-natureza; Educação ambiental.

ABSTRACT

This study makes a reflection of the relation man-nature from the perception of the individuals practicing physical activities in academies and the not-governmental ambient organizations associates, in the Lagoa da Conceição, in Florianópolis, State of Santa Catarina. The attitudes and abilities front to the interrelation body-mind and the relation man-nature for a quality of life are basic for the preservation of the health human being and the environment. To reach this goal, the adopted methodology had its passage through a literature revision on the subject in question, by means of case study exploratory research type in a qualitative boarding. In the analysis of the results it could be evidenced that the not-governmental academies and organizations do not contribute with the process of awareness of the individuals practicing of physical activities and of the ambient associates, in relates to the importance of the preservation of the health of the human body and the health of the environment. Ahead of this, a Program of Intervention in Ambient Education and Prevention of the Health was developed to be applied in the academies and the not-governmental organizations, being that the physical activities will be carried through together to the nature, with the intention of this process can go beyond the sensitization, or either, that it contributes with the process of awareness concerning the relation man-nature.

Keywords: Physical activity; Balance body-mind; Relation man-nature; Ambient education.

Lista de siglas

CNUMAD	Conferência das Nações Unidas sobre o Meio Ambiente e Desenvolvimento
CONAMA	Conselho Nacional do Meio Ambiente
EA	Educação Ambiental
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação
MEC	Ministério da Educação
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONG's	Organização Não-Governamental
ONU	Organização das Nações Unidas
PCN's	Parâmetros Curriculares Nacionais
PNUMA	Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

Lista de ilustrações

Figura 1 - Inter-relação e interdependência homem-natureza	28
Figura 2 - Fatores intervenientes nas mudanças de comportamento	29
Figura 3 – Relação homem-natureza	40
Figura 4 - Processo da saúde humana	45
Figura 5 - Processo de interação homem-semelhante-natureza	49
Figura 6 - Desenvolvimento sustentável	64
Figura 7 - Educação ambiental e as ações para mudanças	67
Figura 8 - Diagrama de Cooper: interligação dos objetivos da educação ambiental	68
Figura 9 - Classificação das questões do instrumento de coleta de dados, de acordo com as variáveis consideradas	77
Foto 1 – Caminho do Córrego Grande ao Canto da Lagoa	113
Foto 2 – Caminho da Costa da Lagoa ao Canto dos Araçás	114
Foto 3 – Caminho da Costa da Lagoa a Ratonés	115
Foto 4 – Caminho do Engenho (da ponta do Morro)	116
Foto 5 – Caminho do Farol	117
Foto 6 – Caminho da Grota	118
Foto 7 – Caminho da Gurita	119
Foto 8 – Caminho da Igreja	120
Foto 9 – Caminho da Lomba do Ingá	121
Foto 10 – Caminho do Monte Verde à Costa da Lagoa	122
Foto 11 – Caminho da Partida (Glória)	123
Foto 12 – Caminho da Restinga	124
Foto 13 – Caminho do Saco Grande a Ratonés	125
Foto 14 – Caminho de Sto. Antônio de Lisboa a Ratonés	126
Foto 15 – Caminho do Saquinho (Peri)	127
Foto 16 – Caminho do Saquinho à Caieira da Barra do Sul	128

Foto 17 – Caminho do Sertão do Ribeirão à Lagoa do Peri	129
Foto 18 – Caminho do Sertão do Ribeirão à Tapera do Ribeirão	130
Foto 19 – Caminho do Travessão	131
Foto 20 – Trilha do Churão	132
Foto 21 – Trilha da Feiticeira	133
Foto 22 – Trilha da Galheta à Fortaleza da barra	134
Foto 23 – Trilha do Jacatirão	135
Foto 24 – rilha da Lagoa do Peri ao Alto Ribeirão	136
Foto 25 – Trilha da Lagoinha do Leste	137
Foto 26 – Trilha do Matadeiro à Lagoinha do Leste	138
Foto 27 – Trilha do Mel	139
Foto 28- Trilha do Morro das Aranhas	140
Foto 29 – Trilha dos Naufragados	141
Foto 30-A – Trilha dos Naufragados à Solidão	142
Foto 30-B – Trilha dos Naufragados à Solidão	143
Foto 31 – Trilha do Poção	144
Gráfico 1 - Faixa etária dos entrevistados	80
Gráfico 2 – Hábito de beber dos entrevistados	81
Gráfico 3 – Hábito de fumar dos entrevistados	81
Gráfico 4 - Profissão dos entrevistados	82
Gráfico 5 – Forma de movimentação no trabalho	83
Gráfico 6 - Prática de atividade física dos entrevistados	85
Gráfico 6-A –Preferência quanto ao exercício	85
Gráfico 7 - Tempo de prática de atividade física	86
Gráfico 8 - Motivo do começo da prática de atividade física dos entrevistados	87
Gráfico 9 – Número de dias de prática de atividade física dos entrevistados ...	90
Gráfico 10 – Tipos de alimentos consumidos com mais freqüência pelos entrevistados	91
Gráfico 11 – Ações praticadas pelos entrevistados para a saúde do corpo	92
Gráfico 12 - Influência do meio ambiente na qualidade de vida	93
Gráfico 12-A – Tipo de influência do meio ambiente na qualidade de via	94
Gráfico 13 - Discussão do tema “meio ambiente” no convívio social	95

Gráfico 13-A – Temas mais discutidos no convívio social	96
Gráfico 13-B – Justificativa da não discussão do tema “meio ambiente” no convívio social	97
Gráfico 14 - Contribuições para a preservação ambiental	98
Gráfico 14-A – Conhecimento prévio para a compreensão do tema “meio ambiente”	99
Gráfico 15 – Percepção da relação meio ambiente-corpo-mente	100
Gráfico 15-A – Tipo de relação meio ambiente-corpo-mente	101
Gráfico 16 - Ações educativas para sensibilizar o indivíduo quanto às questões ambientais para uma qualidade de vida	103

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
1.1 Apresentação do Tema e Definição do Problema	14
1.2 Objetivos da Pesquisa	16
1.2.1 Objetivo geral	16
1.2.2 Objetivos específicos	16
1.3 Justificativa e Relevância da Pesquisa	17
1.4 Delimitação do Estudo	18
1.5 Estrutura do Trabalho	18
2 A ATIVIDADE FÍSICA NA DINÂMICA CORPO-MENTE E QUALIDADE DE VIDA	20
2.1 Culto ao Corpo	20
2.2 O Surgimento das Academias	27
2.3 O Re-Encontro do Corpo com a Natureza	30
3 A EDUCAÇÃO AMBIENTAL NA SENSIBILIZAÇÃO E NO PROCESSO DE CONSCIENTIZAÇÃO DO INDIVÍDUO	51
3.1 Evolução Histórica e Conceitual	51
4 METODOLOGIA E ANÁLISE	74
4.1 Classificação da Pesquisa	74
4.2 Elaboração do Questionário	75
4.3 Identificação do Público-Alvo	76
4.4 Definição das Variáveis	76
4.5 Descrição e Análise das Questões	79
5 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS	80
5.1 Parte I – Caracterização do Público-Alvo	80
5.2 Parte II – Questões Específicas ao Problema de Pesquisa	85

5.3 Parte III – Questões Específicas Quanto às Sugestões dos Entrevistados para um Processo de Conscientização do Indivíduo	103
5.4 Conclusão do Capítulo	106
6 PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL E PREVENÇÃO DA SAÚDE PARA ACADEMIAS E ORGANIZAÇÕES NÃO-GOVERNAMENTAIS	107
6.1 Justificativa	107
6.2 Objetivo	109
6.2.1 Objetivo geral	109
6.2.2 Objetivos específicos	109
6.3 Conteúdo	110
6.4 Material utilizado	111
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS E RECOMENDAÇÕES	145
7.1 Conclusões	145
7.2 Recomendações para Pesquisas Futuras	148
7.3 Considerações Finais	148
REFERÊNCIAS	150
BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR	157
APÊNDICES	160
Apêndice A: Questionário aplicado aos praticantes de atividades físicas em academias e aos ambientalistas filiados nas organizações não-governamentais	160

1 INTRODUÇÃO

1.1 Apresentação do Tema e Definição do Problema

Desde os primórdios da civilização a espécie humana depende, diretamente, dos recursos naturais para a sua sobrevivência. Estes recursos são transformados e a sociedade cria o ambiente em que vive, acontecendo então, a relação homem-natureza.

Na visão de Ribeiro (2000, 65), “o homem é produto do meio, e este, por sua vez, é produto do homem, e nesta relação o ambiente sofre os efeitos dos estilos de vida sociais e individuais (comportamento e atitudes)”. Desta forma, cada sociedade é responsável pelos impactos que produz sobre o ambiente. O autor se refere, ainda, que:

Uma sociedade e um ambiente saudáveis têm maior possibilidade de abrigar indivíduos e comunidades saudáveis [...] Para se alcançar qualidade de vida, felicidade ou auto-realização são essenciais condições de saúde, educação, convívio social e padrões materiais, elementos influenciados pela qualidade do meio ambiente natural, social e cultural. (p.173).

Porém, para reconhecer a importância do ambiente na qualidade de vida do indivíduo no contexto atual - mesmo que muitas vezes os próprios indicadores de qualidade de vida institucionais deixem de lado os aspectos ambientais - faz-se necessário desenvolver novos valores e crenças em cada um, que gerem mudanças na sociedade onde vive.

Neste sentido, Ribeiro (2000, p.174-177) aponta, também, que há inúmeras alternativas que contribuem para que o indivíduo tenha qualidade de vida, e uma delas “é a percepção de cada ser humano tem do ambiente e de si próprio.” Mas o que é qualidade de vida?

É semelhante à liberdade: todos entendem o que é, mas ninguém sabe definir. Entretanto, apesar da dificuldade conceitual, não resta dúvida que falar sobre ela é falar sobre como as pessoas vivem. O que constitui o bem viver? Aqui se constata que os inevitáveis conflitos de valor fazem os nossos desafios não se reduzirem a escolhas técnicas, mas serem permeados de opções políticas e éticas. (HERCULANO, 1998, p.21).

Além disso, outro fator que também contribui para que o indivíduo tenha qualidade de vida é a prática de atividade física, e para que este possa compreender este tipo de prática “torna-se uma tarefa tão desafiadora quanto como qualquer outro aspecto do comportamento humano.” (REIS, 2001, p.2).

Na visão de Ribeiro (2001), há quatro fatores associados ao envolvimento com a atividade física: demográficos, individuais, interpessoais e ambientais. Porém, nem sempre o fator ambiental é levado em consideração, no que se refere à influência exercida com as ações do homem para o desequilíbrio do meio ambiente. Mas, este, que é considerado em seu componente físico-biológico-social, comporta fatores intrínsecos e/ou relacionais, que muitas vezes se tornam preponderantes na determinação de dados à saúde.

Entretanto, dentro de abordagem ecológica, para se investigar a relação entre homem-natureza é fundamental estudar a evolução do ambiente, com o intuito de entender sua relação com o desenvolvimento humano. Porém, é necessário ressaltar que esta relação quando não equilibrada pode resultar em danos à saúde do ser humano e ao próprio meio ambiente. (SOARES NETO, 2003).

Diante disso, e partindo da premissa de que o bem-estar do corpo-mente de cada indivíduo é imprescindível para um relacionamento equilibrado homem-natureza definiu-se o problema de pesquisa: **Um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Preservação da Saúde para Academias e Organizações Não-Governamentais sensibilizará os indivíduos praticantes de atividade física e os indivíduos ambientalistas filiados frente às atitudes e competências voltadas ao equilíbrio corpo-mente e à relação homem-natureza em busca de uma qualidade de vida?**

1.2 Objetivos da Pesquisa

1.2.1 Objetivo geral

Desenvolver um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Preservação da Saúde para academias e organizações não-governamentais, a partir da percepção dos indivíduos praticantes de atividades físicas e ambientalistas filiados, frente às atitudes e competências quanto à preservação da saúde e do meio ambiente.

1.2.2 Objetivos específicos

Em termos específicos, este estudo tem o intuito de alcançar os seguintes resultados:

- Verificar a percepção dos indivíduos praticantes de atividade física e dos indivíduos ambientalistas filiados, frente à representação mental da saúde do corpo-terra;
- Verificar se as academias contribuem com a disseminação de informações no que se refere à preservação do meio ambiente e à relação natureza-corpo-mente;
- Verificar se as organizações não-governamentais contribuem com a disseminação de informações no que se refere à importância da prática de atividade física e a relação corpo-mente-natureza;
- Propor ações alternativo-educativas para estimular a sensibilização dos praticantes de atividade física e dos ambientalistas filiados, para um processo de conscientização quanto à importância da preservação da saúde do meio ambiente e da saúde do corpo-mente.

1.3 Justificativa e Relevância da Pesquisa

Esta investigação iniciou-se desde que este pesquisador era aluno do Curso de Graduação em Educação Física e das atividades como Professor de Natação em academias. Já, naquela época eram muitos os questionamentos em rela o aos motivos que levavam os indivíduos a praticarem atividade física (culto ao corpo?), como também, o que motivava os indivíduos ambientalistas a se filiarem em uma organiza o não-governamental sem, no entanto, não perceberem a importância da saúde do corpo.

Durante a prática profissional em academias pôde-se verificar que os indivíduos que praticavam atividade física neste ambiente não se preocupavam, necessariamente, com sua saúde, mas sim, em atender os ditames da sociedade, no que diz respeito ao culto ao corpo, sem se dar conta da importância da rela o corpo-mente. A prática dentro de um ambiente fechado demonstrava, também, que estes questionamentos se estendiam até a constata o do grau de desinforma o e/ou desinteresse destes indivíduos quanto   importância do contato com a natureza para uma qualidade de vida. Isto  , estas atividades poderiam ser realizadas junto   natureza, mas não havia esta sensibiliza o dos proprietários e dos alunos.

Ao mesmo tempo, pôde-se constatar que os indivíduos ambientalistas filiados nas organiza es não-governamentais se preocupavam com a preserva o do meio ambiente sem, no entanto, perceberem que este meio necessita da intera o com o homem, bem como o homem precisa da natureza, numa rela o simbiótica. Neste sentido, Ribeiro (2000) aponta que o homem ao entender seu corpo em contato com a natureza poderá ter uma melhor rela o com o meio em que vive.

Diante disso, ocorreu o despertar para uma investiga o sobre a percep o destes frente às atitudes e competências quanto   preserva o da saúde e do equilíbrio do corpo-mente e da saúde do meio ambiente. Desta forma, este estudo embasa o desenvolvimento do Programa proposto no Capítulo 6, em conjunto com as coloca es dos teóricos sobre o tema, com o intuito de que estes

indivíduos possam ir além da sensibilização, mas também, para um processo de conscientização da relação homem-natureza, onde poderão resgatar ou desenvolver o equilíbrio do corpo-mente e do meio ambiente.

1.4 Delimitação do Estudo

Este estudo se concentra em verificar a percepção dos indivíduos frente às atitudes e competências voltadas à preservação da saúde do corpo-mente e à preservação do meio ambiente numa relação homem-natureza, para uma qualidade de vida.

Com a mensuração dos dados coletados propor um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Preservação da Saúde para academias e organizações não-governamentais. Desta forma, o objeto de estudo será os indivíduos que praticam atividades físicas e os ambientalistas filiados, da Lagoa da Conceição em Florianópolis (SC).

1.5 Estrutura do Trabalho

Para o desenvolvimento deste estudo, o trabalho foi dividido em sete capítulos.

No Capítulo 1 apresenta-se a Introdução com a apresentação do tema e definição do problema de pesquisa, os objetivos, a justificativa e relevância da pesquisa, a delimitação do estudo, e a estrutura do trabalho.

O Capítulo 2 aborda temas como “culto ao corpo (imagem corporal)” e “atividade física”, discorrendo sobre a importância do re-encontro do corpo com a natureza para uma qualidade de vida, como base para o desenvolvimento do Programa proposto, no que se refere à percepção dos indivíduos frente à saúde do corpo-mente e à saúde do meio ambiente.

No Capítulo 3 acrescenta-se o tema “educação ambiental”, como base para o desenvolvimento do Programa proposto, em contribuição ao processo de conscientização quanto à importância da preservação do meio ambiente para o equilíbrio homem-natureza.

No Capítulo 4 definiu-se a metodologia adotada para este estudo.

No Capítulo 5, a apresentação dos dados com uma análise dos resultados coletados nos dois segmentos investigados, onde inter-relacionou-se teoria e prática, em contribuição com o programa proposto.

O Capítulo 6 apresenta e descreve uma proposta de um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para Academia e Organizações Não-Governamentais, em contribuição ao processo de conscientização da dinâmica corpo-mente e qualidade de vida, partindo da percepção dos indivíduos frente às atitudes e competências no que se refere à saúde do corpo-mente e à preservação do meio ambiente.

Finalizando, o Capítulo 7, traz as conclusões do estudo, as recomendações para pesquisas futuras e as considerações finais.

2 A ATIVIDADE FÍSICA NA DINÂMICA SAÚDE DO CORPO-MENTE E QUALIDADE DE VIDA

Este capítulo tem como objetivo apresentar conceitos sistematizados por estudiosos dos temas “atividade física”, “culto ao corpo (imagem corporal)”, “equilíbrio corpo-mente (corporeidade)”, e “qualidade de vida”, que serão abordados sob enfoque de múltiplas áreas de conhecimento, em contribuição à sensibilização quanto à importância da dinâmica saúde do corpo-mente e qualidade de vida.

2.1 Culto ao Corpo

Historicamente, os homens mantêm uma relação com o trabalho, seus semelhantes, o meio ambiente e, mais recentemente, com o corpo-mente. Ao se demonstrar qual a importância da relação homem-natureza, os princípios propõem três ordens de mudanças: valores, atitudes e comportamentos, e a educação - inclusive a ambiental - pode ser transformadora para a manutenção da qualidade de vida.

Entretanto, Soares Neto (2003) refere que o corpo é apenas uma parte da totalidade existencial e, apenas aquele que experimentou a sensação de totalidade em seu desenvolvimento psicológico é capaz de apreciar e cuidar bem de seus próprios “pedaços”, isto é, o estado da unidade é uma conquista básica para a saúde no desenvolvimento emocional do ser humano. Saúde é um estado de experimentar continuidade e sentido na própria existência.

Os estudos sobre o ser humano vêm caminhando no sentido de comprovar que a separação do corpo-mente não contribui para uma qualidade de vida do mesmo, ou seja, a ciência cada vez mais aprende a valorizar a unidade/totalidade – a ênfase na integração das partes. Assim, é fundamental

favorecer que o indivíduo possa viver uma “corporalidade” mais satisfatória, integrada ao restante de sua vida, isto é, que cada um possa refletir sobre como anda a sua totalidade existencial e “o que é que o seu corpo tem a ver com isso”. (SOARES NETO, 2003).

O corpo, enquanto objeto de significação e de comunicação, constrói significados na forma como se mostra e é mostrado, em determinados contextos. O corpo é um grande gerador de linguagens. A imagem que o corpo oferece ao olhar externo constitui o primeiro e mais imediato contato com o mundo. É o corpo que nos personifica e nos torna presente no mundo. (CASTILHO, 2002, p.64).

A imagem do corpo se estruturaliza na mente de cada indivíduo, no contato consigo mesmo e com o mundo que o rodeia. Não é mera sensação ou imaginação; é a figuração do corpo na sua mente; é a visão global que delinea o seu corpo, em relação à situação do mundo externo. Na visão de Paillard (2001), a imagem corporal é:

A figuração do próprio corpo, formada e estruturada na mente do mesmo indivíduo, ou seja, a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio. É o conjunto de sensações sinestésicas construídas pelos sentidos (audição, visão, tato, paladar), oriundos de experiências vivenciadas pelo indivíduo, onde o referencial do seu corpo, para o seu corpo e para o outro, sobre o objeto elaborado.

Com esta visão, Montardo (2002) enfatiza que a imagem corporal se desenvolve no indivíduo desde o seu nascimento até sua morte, dentro de uma estrutura complexa e subjetiva, sofrendo modificações que implicam na construção contínua e na reconstrução incessante, resultante do processamento de estímulos.

A noção do corpo está no centro do sentimento de mais ou menos disponibilidade e adaptação que temos de nosso corpo e está no centro da relação entre o vivido e o universo. É nosso espelho afetivo-somático ante uma imagem de nós mesmos, do outro e dos objetos. (RAMOS, 2002).

Esta preocupação está associada ao conceito do “eu” (interno), que no início da vida de cada indivíduo se refere à aparência pessoal (externo), atendendo sempre aos ditames impostos pela sociedade. (MATARUNA, 2002).

Segundo Castilho (2002, p.65), o ser humano apresenta uma relação problemática com seu próprio corpo e imagem. Isto é, os indivíduos tendem a perceber suas dimensões corporais, em diferentes fases de suas vidas. Corroborando com esta visão, Kandell et al. (2000) colocam que a influência da imagem corporal na vida psíquica do indivíduo tem sido estudada sob várias perspectivas teóricas na área da Psicologia. A percepção contribui na formação da imagem corporal, resultando da ação de diversas atividades cognitivas. Porém, “quando a percepção corporal não corresponde a indicadores objetivos está ocorrendo um desvio da imagem corporal.” (HART, 2003).

Suplicy et al. (1995) apontam para a questão da influência de padrões de beleza ditados pela mídia e de estereótipos de perfeição física que o indivíduo busca para si, o que acaba por gerar angústia e insegurança, quando o assunto é o corpo. Sendo assim, em nome da aparência peca-se pelo excesso, embora haja uma consciência coletiva da importância da saúde. Entretanto, na realidade, o que se verifica:

É que muitos extrapolam seus próprios limites, comprometendo o desejo de ter uma vida que se considera “saudável”, por uma overdose de práticas estéticas que ultrapassam os limites do que é realmente ideal. (CASTILHO, 2002, p.49).

Assim, de um lado há sempre uma incessante busca pelo bem-estar e de outro lado, uma construção do próprio corpo. Segundo Lima (2002, p.56), a fascinação pela aparência existe e “permeia o nosso real e o imaginário, trazendo a necessidade de cada um buscar seu próprio caminho em sua relação consigo e com os outros, embasado na sua realidade social.”

Mas, na sociedade em que se vive o corpo é construído a partir do artificial, das inserções no corpo, a serviço da moda e da aparência. (BORINI, 2003, p.47). “Hoje, constrói-se e desconstrói-se o corpo, afetando a própria percepção do corpo natural.” (LIMA, 2002, p.49). É justamente a possibilidade de redesenhar o próprio corpo, em razão da eterna insatisfação humana com a própria aparência, “um dos moventes que permitem a transformação do homem biológico em homem cultural.” (CASTILHO, 2002, p.68).

Contudo, as mudanças no padrão da sociedade (fases do culto ao corpo) afetam de forma significativa a imagem corporal do indivíduo, e isso vem confirmar uma defasagem entre a mudança corporal ocorrida e a imagem que o indivíduo constrói em sua mente sobre o corpo, e atesta a necessidade de alguns cuidados para que esse processo ocorra de forma adequada. O fato é, que não importando como se é visto, tem que se deixar o corpo ser o que ele realmente é, respeitando sua estrutura, suas particularidades e a carga genética. Corpos não são perfeitos, rostos não são simétricos, e o corpo humano e a natureza tem seu ciclo. É algo inevitável. Mas, aceitar o próprio corpo, não quer dizer que não se pode usar dos artifícios disponíveis para melhorar a aparência, mas o mais importante é estar em equilíbrio, corpo-mente, e através de um autoconhecimento e aceitação, buscar sempre, saúde e qualidade de vida. (CASTILHO, 2002, p.51).

Entretanto, Soares Neto (2003) aponta que há uma diferença entre “culto” e “cultivo” do corpo, com o intuito de valorizar a variação que existe nas motivações humanas e encarar a individualidade por trás da aparente massificação da padronização corporal. Isto é, o culto ao corpo nem sempre corresponde a cuidar do mesmo, mas sim, se adequar às regras impostas pelo social-moda e, por outro lado, o cultivo ao corpo sempre implica em cuidar de si mesmo, favorecer e afirmar seus próprios valores e escolhas.

O culto ao corpo é entendido como um traço característico das sociedades e, desde o Brasil Colônia, as atividades físicas já vinham sendo desenvolvidas com os índios, os quais eram habilidosos com a força física, para a manutenção de sua própria existência. Em 1928, no Brasil Império, foi editado o primeiro livro sobre Educação Física e, em 1845, Manoel Pereira da Silva Ubatuba defendeu a tese sobre “A importância dos exercícios de educação física para a saúde”. (SOARES NETO, 2003).

A construção da história humana sempre esteve diretamente relacionada ao movimento. Em épocas pré-históricas, qualquer aspecto social estava fortemente vinculado às atividades físicas e a sua importância permanece por questões de sobrevivência e relacionada à saúde, pois o hábito regular da prática de atividades físicas adequadas pode auxiliar, de alguma forma, toda e qualquer estrutura do corpo sendo, portanto, influência positiva sobre a qualidade de vida. (CARVALHO, 1998).

Nos meios de comunicação a atividade física sempre é referencial para a saúde, porém, não está dissociada de indivíduos que praticam e têm problemas de saúde. Existe uma questão social e cultural por trás deste discurso, isto é, a indústria da beleza e do culto ao corpo direciona a atenção dos indivíduos para uma imagem do corpo ideal, mas por mais que se faça atividade física, esse padrão é inalcançável. (CARVALHO, 1998).

A mídia ao construir a imagem do corpo perfeito faz com que o indivíduo desprenda energia e muito esforço para manter a cultura da aparência. Segundo Featherstone (1995, p.178), o culto ao corpo “exige sacrifícios financeiros e éticos, que leva a um novo sentido de responsabilidade no que diz respeito estar de acordo com os cânones do momento”. O autor acrescenta, ainda, que a imagem é fabricada na publicidade (cinema e televisão), modificando os estilos de vida. “A lógica secreta da cultura de consumo depende do cultivo de um insaciável apetite para o consumo de imagens”. (p.178)

Esta percepção dos corpos (construção) pelos indivíduos vai sendo incorporada quase que imediatamente. Nenhuma outra sociedade na história “produziu e disseminou tal volume de imagens do corpo humano através dos jornais, revistas, anúncios e das imagens em movimento na televisão e nos filmes [...]” (FEATHERSTONE, 1995, p.67). O autor comenta, também, que a corporeidade tem grande influência sobre a vida social do indivíduo, fazendo com que o mesmo queira chegar o mais próximo possível de um padrão de beleza pré-estabelecido.

Nosso planeta é a Terra, onde não existe forma possível de expressão que não seja motora. Pela corporeidade existimos; pela motricidade nos humanizamos, a motricidade não é movimento qualquer, é expressão humana. (FREIRE, P., 1991, p.20).

O enfoque nas ciências humanas pode ajudar a ampliar a visão da atividade física e a discutir a sociologia do corpo, em conjunto com a história da Educação Física. Sob um olhar antropológico, “hoje os jovens devem ser mais críticos em relação à mídia, assumindo posturas em relação a corpolatria (culto ao corpo)”, conforme coloca o Prof. Jocimar Daolio.

Neste sentido, a década de 20 foi crucial na formulação de um novo ideal físico, pois a imagem interferiu, significativamente, nessa construção.

Dos anos 50 até a década de 80 também teve importância a imagem construída, devido a dois elementos: houve uma expansão do tempo de lazer e a explosão publicitária no pós-guerra, sendo que esta foi responsável pela difusão de hábitos relativos aos cuidados com o corpo e às práticas de higiene, beleza e esportiva, preconizadas por médicos e moralistas burgueses desde o início do século. (GRACIANI, 1997, p.159).

Já, os anos 60 foram palco da contribuição para a colocação da corporeidade como importante dimensão no contexto de contestação que marca a década. “Exprime a totalidade do ser humano, enquanto é ser vivo, parte da criação e da natureza. A corporeidade precisa falar do corpo, porque o corpo fala e se expressa”. (BOFF, 1995, p.194).

Na academias, até o início dos anos 70, a frequência era dos homens. Para o despertar da atenção das mulheres estas ofereciam a atividade de musculação, fortalecendo, assim, a permanência do “padrão” de beleza. (GRACIANI, 1997, p.160).

Com a chegada dos anos 80, a corporeidade ganhou vulto nunca antes alcançado, em termos de visibilidade e espaço no interior da vida social. Se no período anterior os cuidados com o corpo visavam a sua exposição durante o verão, a partir deste momento, as práticas físicas passam a ser mais regulares e cotidianas, expressando-se na proliferação das academias de ginástica, por todos os centros urbanos. (GRACIANI, 1997, p.160).

Paralelamente a esse processo temos o advento da chamada “geração saúde”. A febre do bem-estar físico invadiu as academias, tendo como marco a atriz Jane Fonda, começando aí, o culto ao corpo e a estética considerada ideal, que exige que os indivíduos pareçam fortes e tenham corpos perfeitos como as esculturas gregas. Ao ar livre crescia a febre das corridas incentivadas por Cooper, com seus métodos revolucionários de avaliação de condicionamento físico e, posteriormente, trazidas às academias com o desenvolvimento de esteiras elétricas, com inúmeros recursos que simulam até treinamentos intervalados. Na musculação, os filmes que induziam o treinamento de força e a

hipertrofia (um retorno aos anos 50) em conjunto com a ginástica aeróbica, foram os responsáveis pela invasão das mulheres nas academias. (FEATHERSTONE, 1995). A partir da década de 90, a atividade de maior aderência para homens e mulheres continua sendo a musculação.

Dessa forma, entendida como consumo cultural, a prática do culto ao corpo é hoje uma preocupação em todos os segmentos sociais, independente de faixa etária, porém, ora com uma visão na questão estética, ora na prevenção da saúde. Mas o que teria levado as sociedades contemporâneas a intensificar a preocupação com o corpo e colocá-la como um dos elementos centrais na vida dos indivíduos? Por que o culto ao corpo se passa numa academia? Para Featherstone (1995, p.68), além de ser um local em que os corpos são expostos, a academia caracteriza-se por ser um local freqüentado por jovens de classe econômica média e por outros indivíduos de diversas faixas etárias, demonstrando que o culto ao corpo assume - de fato – um lugar de centralidade na vida de cada um deles.

O fato dos idosos buscarem a juvenilização em seus estilos de vida, praticando esportes - alguns radicais - vestindo-se despojadamente, freqüentando salões de dança [...] viveríamos nas sociedades contemporâneas uma transformação no ciclo da vida, em que as barreiras entre juventude e velhice estariam rompendo e 'ser jovem' colocar-se-ia como um imperativo para os mais velhos. Na cultura de consumo a velhice é apresentada com imagens que a retratam como uma fase da vida na qual sua juventude, vitalidade e atratividade podem ser mantidas [...]. (FEATHERSTONE, 1995, p.68).

Sendo assim, desde os anos 80, a mídia tem o seu papel relevante nesse processo e a percepção do corpo na sociedade contemporânea é dominada pela existência de um vasto arsenal de imagens visuais. Neste sentido, Nieman (1999) define três categorias de comportamento de saúde: preventivo de saúde (para a prevenção de doença); de doença (por perceber-se doente); e, de adoecimento (por considerar-se doente e quer amar-se). (grifo nosso).

Soares Neto (2003) aponta que a vantagem da atividade física está em beneficiar o organismo independente de outro tipo de terapia. Por si só age de forma direta ou indireta no tratamento ou prevenção dos problemas que possam aparecer com o aumento da idade, pois cuidar do corpo é prepará-lo para se ter saúde sempre.

2.2 O Surgimento das Academias

A origem do termo “academia” está em Platão (427-347 a.C), filósofo heleno que foi a principal fonte de filosofia ocidental, mestre de Aristóteles. A escola de filosofia por ele fundada situava-se em um bosque e, em homenagem ao lendário herói grego Academos, recebeu o nome de Academia, onde se ensinava filosofia, matemática e ginástica. (NIEMAN, 1999).

Segundo Toscano (2001), data dos anos 30, as primeiras academias no Brasil, as quais eram destinadas à cultura do físico. Na sua raiz, o culto ao belo e não à questão da saúde como um todo. Uma proposta de preparar o indivíduo para as tarefas do cotidiano, não só dos movimentos corporais, como o estado emocional e/ou psíquico. Há um contrasenso no que diz respeito, por lei, quanto à educação física ser considerada uma profissão da saúde e, na prática, esta mesma profissão se prende ao marketing “corpo perfeito” – alusão à estética - isto é, o belo sem saúde e com muita desinformação.

No Brasil, a base filosófica da saúde ainda gira em torno da visão “curativa” e não “preventiva”. Faz-se necessário que o profissional de educação física se sensibilize e, assim, perceba que se faz necessário um processo de conscientização dos problemas de saúde em relação a si mesmo e aos freqüentadores das academias, que buscam qualidade de vida e, para tanto, a atividade física é um dos caminhos. “O profissional de educação física não tem tido a preocupação de oferecer conhecimento adequado sobre a relação prática de exercício e saúde do corpo-mente”. (NIEMAN, 1999).

O nível de conhecimento dos alunos de educação física, de diferentes períodos, das universidades de São Paulo, é inadequado, de acordo com as novas orientações do Colégio Americano de Medicina Esportiva na questão atividade física versus saúde. A maioria dos alunos não rompeu o paradigma no aspecto freqüência, duração, intensidade, e modo da prática do exercício. (TOSCANO, 2001).

O termo “atividade física” encontra-se na literatura com inúmeros conceitos e, dentre eles, selecionou-se a conceituação dada por Guedes e Guedes (1995), que diferenciam “atividade física” e “exercício físico”, a partir da

intencionalidade do movimento, considerando que o exercício físico é um subgrupo das atividades físicas.

Atividade física é qualquer movimento corporal com gasto energético acima dos níveis de repouso, incluindo as atividades diárias (banhar-se, vestir-se, trabalhar, andar, etc.) e as atividades de lazer (exercitar, praticar esportes, musculação, aeróbica, dançar, etc.).

Exercício físico é uma das formas de atividade física, planejada, estruturada, repetitiva que objetiva o desenvolvimento da aptidão física, de habilidades motoras ou a reabilitação orgânico-funcional. Incluem, geralmente, atividades de níveis moderados ou intensos, tanto de natureza dinâmica como estética. (GUEDES e GUEDES, 1995). (grifo nosso)

Contudo, conforme Nahas (2001, p.30), “atividade física e exercício físico, embora relacionados, não devem ser entendidos como sinônimos.” Esta associação entre atividade física, aptidão e saúde é uma relação altamente complexa e influenciada por múltiplos fatores (como por exemplo, o meio ambiente). Mas, qual a relação entre atividade física/exercício físico, aptidão física, saúde e qualidade de vida?

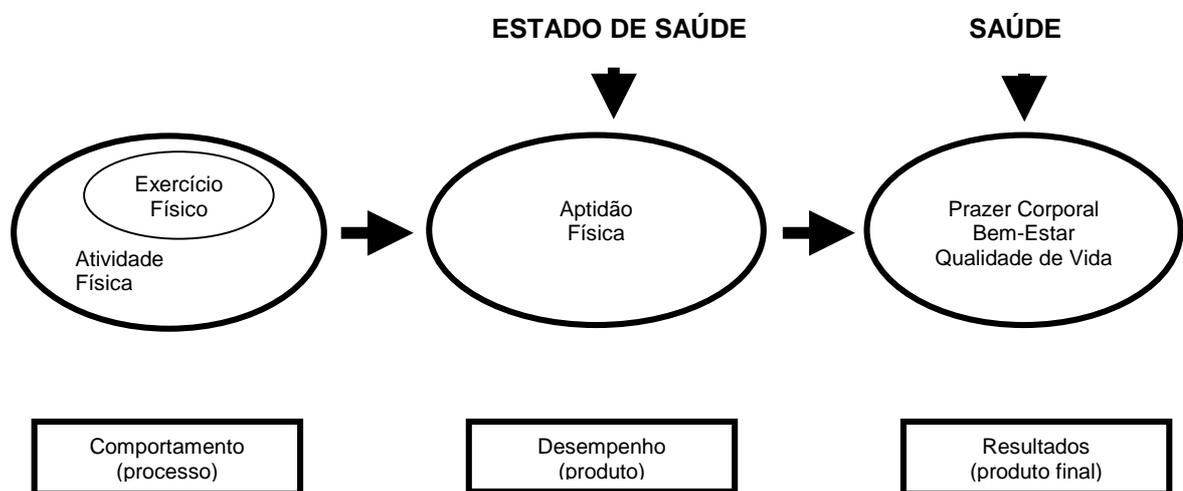


Figura 1 – Inter-relação e interdependência homem-atividade física.
Fonte: [Adaptado de Nahas (2001)].

A Figura 1 demonstra a inter-relação e interdependência do homem-atividade física para uma qualidade de vida. Sendo assim, nas relações sociais a atividade física pode aproximar o homem de seu semelhante e do seu “eu” muito

mais rápido do que o seu encontro com o corpo-mente, ou mesmo a interação homem-natureza.

Apesar da literatura oferecer conteúdo sobre a importância de um estilo de vida saudável para todos os indivíduos de todas faixas etárias, que estão em busca do bem-estar do corpo-mente, um número significativo ainda parece “desinformado ou desinteressado nos efeitos a médio ou longo prazo da prática de atividade física regular, de uma nutrição equilibrada e de outros comportamentos relacionados à saúde”, como por exemplo, relação homem-natureza. (NAHAS, 2001, p.222).

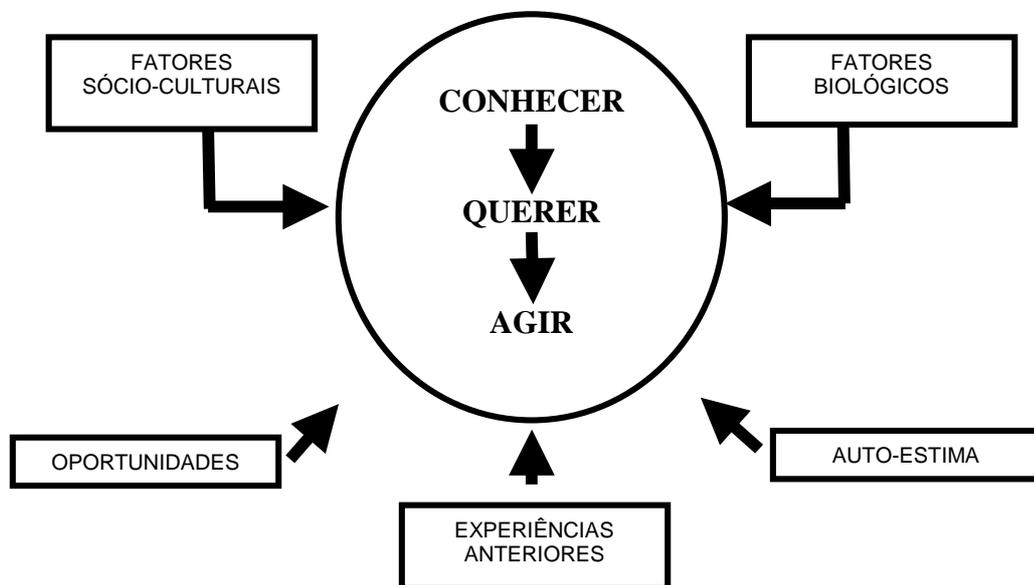


Figura 2 - Fatores intervenientes nas mudanças de comportamento.
Fonte: [Adaptado de Nahas (2001)].

Partindo da premissa descrita na Figura 2 fica demonstrada a necessidade da disseminação de informações sobre a importância da prevenção para uma saúde de qualidade, ou seja, um estímulo para a escolha de um estilo de vida. Conforme aponta Nahas (2001, 224), “o estilo de vida representa o conjunto de ações cotidianas que reflete as atitudes e valores das pessoas. Estes hábitos e ações conscientes estão associados à percepção de qualidade de vida.”

Diante disso, em meio a tantos aspectos como atividade física, equilíbrio corpo-mente, saúde do corpo humano e do meio ambiente, percepção, que uma pluralidade – enquanto um universo de possibilidades – de perspectivas

está inscrita, fazendo com que desperte no indivíduo a necessidade do re-encontro com a natureza para o contato com o seu “eu”. (ZIMMERMANN, 2001, p.7-8).

2.3 O Re-Encontro do Corpo com a Natureza

Neste momento histórico, a natureza torna-se um dos principais temas em destaque na sociedade global, com questões referentes à degradação, poluição e esgotamento dos recursos naturais causados pelo homem. Uma maior atenção por parte de cada indivíduo, faz com que surjam inúmeros movimentos de manifestações, com o intuito de se conservar o meio ambiente. Paralelamente, o surgimento de organizações não-governamentais, as mudanças de posturas e comportamentos – coletivo ou individual – com orientação para um restabelecimento do equilíbrio entre o homem-natureza.

Mas, o que significa “ambiente”, “ecologia” e “natureza”? O ambiente aqui citado é o natural, que pode ser considerado, numa visão mais próxima, o lugar em que se vive – o cotidiano, que é composto pelo ser humano nos seus aspectos históricos, sócio-culturais e tecnológicos, os quais envolvem o homem e suas relações com os elementos naturais. “O ambiente é tudo que envolve os seres vivos por todos os lados”. (ACOT, 1990).

Historicamente, por volta dos anos 1500 a 1800, o homem começou a olhar o mundo ao seu redor de forma diferente e, a partir daí, começaram a surgir os questionamentos diante do meio ambiente que estava sendo depredada gradativamente, fazendo com que os conceitos e os valores relativos aos direitos do homem, quanto à exploração dos recursos naturais, fossem fortemente contestados. O conceito de natureza foi revisto e ampliado por São Francisco de Assis como um conjunto – o todo. (ACOT, 1990).

Segundo Acot (1990), na ciência, a preocupação com o ambiente trazida pela ecologia, levou cientistas de diversos campos de pesquisa a considerarem o fator ambiente como causa e efeito de tudo aquilo que é observado. Porém, sendo o ser humano um ser vivo, não demorou muito para

que os cientistas relacionassem as atividades culturais humanas com os efeitos observados no plano da natureza, ou seja, eles perceberam que os problemas ambientais estavam diretamente relacionados com as atividades humanas e, foi a partir daí, que o meio ambiente passou a ser considerado de modo mais amplo e abrangente.

Acot (1990) aponta, ainda, que a ecologia é colocada como a ciência que estuda a dinâmica dos ecossistemas, de todos os seres vivos, com os aspectos químicos e físicos do meio ambiente, e com cada um dos demais, incluindo os aspectos econômicos, sociais, culturais e psicológicos, peculiares do homem. É um estudo interdisciplinar e interativo que deve, por sua própria natureza, sintetizar informação e conhecimento da maioria, senão de todos os demais campos do saber.

A ecologia é um saber das relações, interconexões, interdependências e intercâmbios de tudo em todos os pontos e em todos os momentos. Nessa perspectiva, a ecologia não pode ser definida em si mesma, fora de suas implicações com outros saberes. Ela não é um saber de objetos de conhecimento, mas de relações entre os objetos de conhecimento. Ela é um saber de saberes, entre si relacionados. (BOFF, 1995, p.117).

Para Stoklos (apud BRÜGGEMANN, 2001) é um termo derivado da ciência biológica que se refere às inter-relações entre organismos e seus ambientes. Deve-se entender como uma idéia geradora de outras idéias, as quais estão no seu conjunto e nas suas inter-relações ligadas à formação da nossa cultura, um conjunto de todos os seres - com ou sem vida - constituindo o ambiente de cada ser vivo e, este só pode ser conhecido a partir de seu ambiente de vida. A idéia central gira em torno de que a ecologia tem a capacidade de incluir tudo o que faz parte do mundo. Pensar em ecologia significa estudar o ambiente, ou segundo os ecologistas, estudar os ecossistemas - que devem estar em constante equilíbrio - caso contrário, poderá trazer conseqüências negativas ao próprio ambiente, e, por conseguinte, ao homem.

O meio ambiente é visto como fator de produção, como um reservatório a suprir os homens de alimentos e de bens materiais, de onde o homem pode extrair seus recursos “inesgotáveis”, isto é, a ecologia abastecendo a economia. Uma área sem cobertura de plantas e florestas é um pedaço de terra sem vida,

pois a vegetação protege e cria o solo, acumula e distribui a água e modifica o clima local. É através da vegetação que o meio ambiente recebe o fluxo de energia emitido pelo oxigênio liberado pelas plantas. (STOKLOS apud BRÜGGEMANN, 2001).

Na visão de Brüggemann (2001), as plantas são vitais para a vida animal e, conseqüentemente, também, para a sobrevivência do homem. O homem continua praticando atividades que poluem o ar e o mar, em conjunto com o aumento populacional acelerado - muito além do limite de tolerância que o ambiente pode suportar - contribuindo para a destruição do meio ambiente. Dentro deste contexto, meio ambiente se define como:

Um jogo de interações complexas entre o meio suporte (elementos abióticos), os elementos vivos (elementos bióticos) e as práticas sociais produtivas do homem. O todo ambiental compreende, então, flora, fauna e seres vivos em geral, processos físicos naturais, biogeocidos, riscos naturais, utilização do espaço pelo homem, etc. (GUINOVER apud BRÜGGEMANN, 2001, p.40).

Brüggemann (2001, p.40) coloca, também, que o meio ambiente inclui os domínios: natural-ecológico, social-cultural, artificial (econômico-político) e os recursos naturais e vida selvagem. Sendo assim, o ambiente significa aquilo que cerca ou envolve os seres vivos ou as coisas, por todos os lados, espaço, o conjunto de condições materiais e morais que envolvem alguém. Num sentido mais amplo, o ambiente é colocado como:

Toda energia, matéria e informação capaz de influenciar em todas as formas de vida, inclusive a do homem, com todo o seu potencial de recursos culturais, acumulados e presentes em suas estruturas sócio-culturais. Sob uma visão sistêmica, o ambiente pode ser considerado como um conjunto de partes ou eventos inter-relacionados, com relações tais que, se uma delas é modificada, todo o conjunto modifica-se também. (BRÜGGEMANN, 2001, p.41).

Segundo Gutiérrez (2000), nos dias atuais, com as constantes transformações ocorridas no século passado, tem sido alterado de forma marcante a relação do homem com o meio em que vive. São recentes estas mudanças, remontam a poucas décadas o modo de pensar o mundo pelas relações entre os seres vivos e os “não-vivos” e, principalmente, pelas relações entre cultura e natureza. Através da ecologia, os valores de vida e a integração

têm se modificado, renascendo numa linguagem prática e acessível para o homem moderno.

O sentido de trabalhar por um meio ambiente sadio constrói-se num fazer diário, numa relação pessoal e grupal e, por isso, a tomada de consciência ambiental cidadã só pode traduzir-se em ação efetiva quando segue acompanhada de uma população organizada e preparada para conhecer, entender e exigir seus direitos e exercer suas responsabilidades. (GUTIÉRREZ, 2000, p.14).

Para Goularte (2000), uma grande parte das organizações sociais se concentra em denunciar os problemas ambientais, na tentativa de despertar o interesse individual e coletivo. O cidadão crítico é aquele que compreende, exige, reclama seus direitos e que está disposto a exercer sua responsabilidade ambiental, mas quando se organiza, adquire poder político e uma capacidade de mudança coletiva.

Na visão de Gutiérrez (2000), depois de muitos anos de ativismo ambiental, a prática e a teoria se encontram distantes. Na contradição entre os valores defendidos e o comportamento cotidiano, constata-se que a consciência e a educação referente à questão ambiental não tem sido suficientemente pedagógica e transformadora. Ao se referir ao plano para o meio ambiente proposto pela Organização das Nações Unidas (ONU), em 1996, o autor enfatiza, ainda, que:

O tema ambiental se transforme no eixo articulador de um novo pacto social, cujo ponto de partida seja o cidadão organizado: um cidadão com capacidade de vigiar e participar na instrumentação de políticas públicas e com um projeto próprio para alcançar uma manipulação de recursos naturais mais racional e equitativo, e um entorno mais 'habitável'. (p.16-17).

Neste sentido, algumas responsabilidades dos grupos sociais são apontadas por Gutiérrez (2000):

- o parlamento tem várias responsabilidades, tanto na fiscalização do gasto público em matéria ambiental, como no trabalho legislativo para avançar no âmbito jurídico ambiental;
- a autoridade local deve facilitar a participação cidadã na gestão ambiental local e vincular as prioridades globais e os acordos internacionais com as realidades locais;
- o grupo religioso deve assumir a responsabilidade de participar na formação de uma consciência cívica ambiental;

- o consumidor deve contribuir para o debate dos padrões de produção e consumo insustentáveis gerados pelas economias de nossa região;
- os educadores devem fortalecer o papel estratégico na formação de crianças e jovens, incorporando valores humanistas e ambientais;
- o rádio-difusor deve reforçar seu papel de formador de opinião, fortalecer e orientar a consciência ambiental da sociedade.

Em decorrência disso, surgem os movimentos para conservação do meio ambiente, onde demonstram o nível de conscientização dos grupos sociais, bem como, as relações estabelecidas entre os homens “vão criando dependências entre o natural e o social, numa interação dinâmica que se realiza no tempo e no espaço.” (GOULARTE, 2000, p.5).

Um novo paradigma do termo ambiente vem surgindo, sendo inspirado por uma visão sistêmica de mundo, pois não há um conceito estruturado, visto que estão se formando de acordo com os novos princípios e valores em relação à qualidade de vida que cada um quer para si.

Essa visão transcende as atuais fronteiras disciplinares e conceituais e será explorada no âmbito de novas instituições. Não existe, no presente momento, uma estrutura bem estabelecida conceitual ou institucionalmente, que acomode a formulação do novo paradigma, mas as linhas mestras de tal estrutura já estão sendo formuladas por muitos indivíduos, comunidades e organizações que estão desenvolvendo novas formas de pensamento e que se estabelecem de acordo com novos princípios. (CAPRA, 1994, p.259).

O homem está em busca de mudanças para uma qualidade de vida. Uma re-avaliação das posturas envolve o “sentir-se” bem, “estar” saudável, sendo necessário o equilíbrio e respeito para com o meio ambiente, no uso de forma racional os recursos naturais, com base nos princípios preservacionistas. (CAPRA, 1994). Segundo a Organização Mundial da Saúde (2003), saúde ambiental é:

O equilíbrio ecológico que deve existir entre o homem e o seu meio e que torne possível seu bem-estar. Esse se refere ao homem em sua totalidade, não apenas à saúde física, mas também, à saúde mental e a um conjunto de relações sociais otimizadas em seu ambiente. Nesse sentido se refere ao meio ambiente em sua totalidade, desde a habitação individual até a atmosfera inteira.

Para Del Rio e Oliveira (1999, p.3), a percepção é compreendida como “um processo mental de interação do indivíduo com o meio ambiente, que

acontece através de mecanismos perceptivos propriamente ditos e principalmente cognitivos”. A percepção da qualidade ambiental está ligada à percepção que os indivíduos tem das nuances do meio ambiente e este é o patrimônio da humanidade.

Neste sentido, Oliveira (1997) enfatiza que o indivíduo percebe e constrói o mundo que o rodeia, principalmente com base na percepção visual. Esta visão é considerada uma sensação e a percepção é definida como o significado que se atribui às nossas sensações. O aspecto mais importante a respeito da qualidade ambiental não é em relação à percepção ou ao comportamento e seu significado, mas sim, a tomada de consciência.

Toda esta compreensão da sensibilidade e da corporeidade, foi sendo perdida pelo homem, que foi ao poucos negando o próprio corpo. Deixou de ser corpo. Lentamente o homem deixou de sentir. Porém, deixou de perceber, sem que o corpo perdesse essa capacidade. (SANTIN, 1994, p.70).

Há que ressaltar que esse processo de “descorporificação” ou “dessensibilização” pode ser percebido no ser humano, não entrando no mérito de especificar a quantidade de indivíduos.

A educação da sensibilidade não se faz com multidões. Nem mesmo por conceitos ou definições. Nem por teorias [...] Ela cresce existencialmente pelos quadros das valorações [...] A sensibilidade precisa de silêncio, da escuta atenta e da observação profunda. Exige tempo. As informações precisam atingir o ‘eu’. Amar a si mesmo integralmente. Amar o semelhante. Amar a natureza. E toda essa consciência está presente na corporeidade [...] (SANTIN, 1994, p.71-72).

As percepções são as únicas fontes de informação sobre o mundo em que vivemos. Estas percepções sensoriais são a fonte do significado humano que encontramos em nossa vida. As percepções são, na realidade, a própria fonte de abastecimento do nosso corpo-mente, onde ficarão registradas, armazenadas. (SANTIN, 1994). “Num dia como hoje, percebo o que já disse a você algumas vezes: não há nada de errado com o mundo. O que está errado é a nossa maneira de olhar para ele”. (MILLER apud LOVELOCK, 1991, p.145).

Os pensamentos e as ações do homem são o reflexo do que foi captado e armazenado em termos de informações e, por esse motivo, há que se

acentuar a importância da capacidade de “sentir” as coisas que dão prazer. Segundo Gonçalves (1994, p.152) “a relação de unidade homem/natureza é uma relação viva e funda-se na sensibilidade.” Sensibilidade essa, não só para sentir e perceber, mas sim, para interpretar as mensagens e melhorar o dia-a-dia. Mas, como se pode falar em conservação do meio ambiente, se o homem não consegue equilibrar nem o seu interior?

Isto é possível justamente pelo fato do ser humano ser um sistema aberto (interação com a natureza). Com isso, tem-se a possibilidade de entrar nesse sistema, introduzindo novas informações que possam alterar seu comportamento. Portanto, com base na simultaneidade entre ‘sentir’, ‘perceber’, ‘agir’ e a ‘influência’ que a natureza tem sobre o indivíduo é que se deduz que existe a possibilidade de interferir nesse processo, a fim de modificar o comportamento de um indivíduo a partir das informações que capta e interpreta. (GONÇALVES, 1994, p.152).

Com a intenção de que um indivíduo altere sua forma de interagir com a conservação do meio ambiente no qual vive, aprende e se relaciona, faz-se necessário acrescentar informações dessa ordem a ele. É aí que entra a educação ambiental, isto é, uma nova maneira de comportar-se e o porquê dela – despertar da consciência – e não apenas uma mudança de comportamento – sensibilização e conscientização. (DIAS, 2000).

Sahtouris (1999) coloca que há um vínculo entre o termo ecologia e espiritualidade. Por “ecologia”, entende-se o estudo e a compreensão das inter-relações entre os distintos sistemas que “convivem”, assim como a busca de leis que facilitem esta “convivência”, e por “espiritualidade”, o modo de consciência em que o indivíduo experimenta um sentimento de posse e de conexão com o cosmo como um todo. A vinculação de uma com a outra e, também, se propor uma hipótese de que a causa da destruição dos ecossistemas pela espécie humana deve-se ao fato desta ter perdido o contato com sua essência espiritual, o contato com sua mãe natureza, com seu núcleo vital.

Ainda, segundo Sahtouris (1999), os ecologistas conscientes devem antes de tudo, se preocupar com uma batalha essencial, isto é, facilitar a recuperação da identidade do indivíduo, a capacidade de sentir, emocionar, vibrar, sentir o cosmo, o prazer e o amor. Uma ecologia trabalhada de forma pluridisciplinar, buscando soluções para a saúde integral deste.

Soares Neto (2003) aponta que “é necessário o indivíduo viver uma corporalidade mais satisfatória. A separação do corpo da mente não contribui para uma qualidade de vida do corpo, sendo fundamental uma integração das partes.” O homem integral é aquele cujo pensar, sentir e agir reflete uma unidade quando na relação, adesão e construção da realidade. Por outro lado, segundo Gonçalves (2000), é também, aquele que quando frente ao processo mutável do meio, sabe reorganizar-se e adaptar-se com equilíbrio e coerência. Este processo quando não espontâneo é facilitado pela capacidade reflexiva, consciente.

Porém, no decorrer da existência do indivíduo, durante o processo adaptativo e renovador constante, seja em situações conflitivas ou tensionantes, nem sempre ele consegue resolvê-las satisfatoriamente, pois está sempre em permanente processo de mudanças, ficando em determinados momentos da vida desprotegido e mais frágil. Assim, o meio ambiente pode provocar diferentes tipos de reações e adaptação. (GUEVARA, 1998).

Daí, a importância da relação homem-natureza para o seu re-equilíbrio. Esta relação poderá evitar um abalo em sua auto-estima, que gera insegurança, uma atitude negativa em face de um objeto particular, concluindo que não é digno de afeto, não ser possuidor de valores, ser fraco e sem coragem, mesmo que transitoriamente. “Auto-estima é uma atitude para consigo mesmo, sendo nuclear na vida do indivíduo, se alterando em situações de proações”. (FRANCO, 1990).

A conservação do ego e a visualização de si são nucleares para cada ser [...] o ego e o *self* são básicos para a sobrevivência do indivíduo em qualquer circunstância. Saber amar a si mesmo é uma ‘ciência’, no sentido de uma observação cuidadosa de si mesmo e uma ‘arte’, pois precisamos aprender a transformar nossos sentimentos mais mesquinhos em jóias preciosas, em atitudes generosas [...] conosco, com as outras pessoas e com o que nos rodeia [...] (MOSQUERA, 1977, p.17).

Para Franco (1990), a mente do ser humano é o depósito de todas as experiências, todos os condicionamentos. A capacidade de amar a si mesmo e aos outros acaba definindo perante as exigências que é imposto a si mesmo, como a de perfeição, agradar aos demais, ser forte, não precisar de ninguém. Quanto mais humano se é, maior a capacidade de amar e de ser divino. Assim

faz parte de cada natureza humana errar e aí está o grande desafio, saber aceitar as suas limitações e amarmos os semelhantes tão imperfeitos quanto ele mesmo.

Viver é estar com os outros. Vive-se com outrem. A essência da vida é a intercorporeidade e a intersubjetividade. Os vivos estão entrelaçados. Estamos com os outros e eles estão conosco, somos para os outros e eles são para nós. (CHAUÍ, 1997, p.366).

Segundo Chauí (1997), o autodesamor é um treinamento adotado desde a infância, fazendo com que o indivíduo esqueça de si mesmo. É preciso começar a ouvir o corpo, as necessidades, os sentimentos, e só a partir daí se pode aprender a amar, a respeitar a si mesmo, compartilhar esse amor com o próximo e, conseqüentemente, com o meio ambiente.

Diante disso, Ouriques (2000) aponta que a complexidade de se estudar o ser humano em sua totalidade, com o intuito de auxiliá-lo no resgate de valores, na interação com o semelhante e na importância de conservar o meio ambiente, torna as pesquisas, muitas vezes, impraticáveis, ou talvez, longe de se conseguir conclusões definitivas.

É pelo corpo, na interação homem-natureza e na experiência perceptiva, que o indivíduo toma consciência do mundo, do semelhante e de si mesmo. Porém, mais do que ser possuidor de um corpo atlético - forte e saudável – pronto para as dificuldades de qualquer natureza faz-se necessário um corpo sensível, para que o indivíduo possa sentir as sensações do corpo em interação com a natureza, com a alma – possa viver intensamente. O contato corpo/natureza pode ser traduzido como uma busca pelas necessidades do indivíduo para encontrar o seu “eu”. (OURIQUES, 2000).

O corpo não é apenas a sede do sensível; é também a do inteligível. O inteligível se embebeda de sangue, suor e lágrimas, tanto quanto o sensível. O ser que pensa é o mesmo que sente. O ser que pensa, sem o ser que sente, já não é o ser. Se um dos dois faltar, é o mesmo que faltar tudo. (FREIRE, J.B., 1990, p.35).

Santin (1994) enfatiza que o corpo não é apenas corpo-objeto dos anatomistas e fisiologistas, mas também, é um corpo cultural, político, social e afetivo, pois carrega consigo os hábitos de sua sociedade, as marcas de sua história vivida no envolver-se com o mundo, onde há outros corpos humanos,

outros objetos, outras vidas que acabam por ser incorporadas e encarnadas, passando a fazer parte desse indivíduo.

Um corpo em constante transformação, um ininterrupto e sempre inacabado construir-se e reconstruir-se, em relação ao tempo e ao espaço no qual está inserido, participando das infinitas possibilidades de interações e vivências a que se está sujeito, isto é, um novo olhar sobre o corpo humano que traz a perspectiva da corporeidade. (SANTIN, 1994, p.91).

O indivíduo, ainda, se limita ao corpo apenas em seu aspecto motor e biológico, não aprendendo a pensar o homem enquanto corpo sensível, criativo, aprendiz, não reconhecendo o corpo como forma de existir, de ser e estar vivo, não percebendo o corpo como possibilidade para o encontro com a natureza, com o mundo. Não conhece o corpo que é, simplesmente não conhece a ele mesmo. Mas os corpos que os indivíduos são, não são frutos apenas dessa herança dualista de pensar o homem, fragmentando-o e desvalorizando-o do espírito-alma-mente. (SANTIN, 1994).

Porém, em nome da busca de um corpo saudável, o indivíduo mais uma vez faz dele um instrumento e, também, uma mercadoria em uma sociedade de consumo. O importante é fazer desse corpo mais que um consumidor, é fazê-lo um produto comercializável quando de seu enquadramento nos valores da cultura de consumo em que vive. Não se conseguiu “industrializar o corpo”, mas já se criou algum subterfúgio para tanto. Ancorados no tema da atividade física, numa procura da qualidade de vida - através da saúde e aparência - todos os dias são criados novos produtos, muitas vezes pela reciclagem do que já existe.

O indivíduo passa a fazer a “manutenção” do corpo com o intuito de ter uma boa forma física, o que basta para demonstrar a todos e a si mesmo que está bem - “de bem com a vida”. Assim, muitos indivíduos já não fazem as caminhadas com o objetivo de se sentirem melhor ou pelo prazer que há na mesma, mas sim, pelo bem que possa causar na busca de mais esta metáfora corporal. (SANTIN, 1994).

Santin (1994) enfatiza, também, que o que deveria ser levado em conta é que mente e corpo são e esta é uma boa razão para se cuidar do corpo – não se pensa a saúde como forma de melhor viver. Há muitos mitos

sobre o corpo, uma infinidade de significações sociais que envolvem cada uma das muitas dimensões humanas. Este mesmo corpo já foi alvo de tabus e liberações, de idolatrias e desprezos, de preocupações e esquecimentos. Assume papéis e recebe signos, dá sentido a si e ao mundo à sua volta, segundo a cultura a que pertence e a sua intervenção na mesma. É preciso retomá-lo como humano – por inteiro. Será preciso deixar que o corpo fale do corpo. A razão já falou muito tempo do corpo, seguindo as regras da racionalidade. “Por esse caminho obteve-se a corporeidade racional. Precisa-se encontrar o caminho que leve à corporeidade corporal.” (p.94).

Assim, para Santin (1994), pensar sobre a corporeidade é refletir sobre a vida, o humano e até mesmo, a felicidade. Este discurso busca um novo olhar sobre o corpo, o homem, o humano, bem como, a interação corpo-mente-alma e corpo-natureza-semelhante. O re-encontro com a natureza possibilitará um encontro consigo mesmo, com o seu “eu” - um repensar na sua relação com o mundo e com seu semelhante, de forma integral - o corpo experimentando o ambiente, proporcionando uma linguagem.

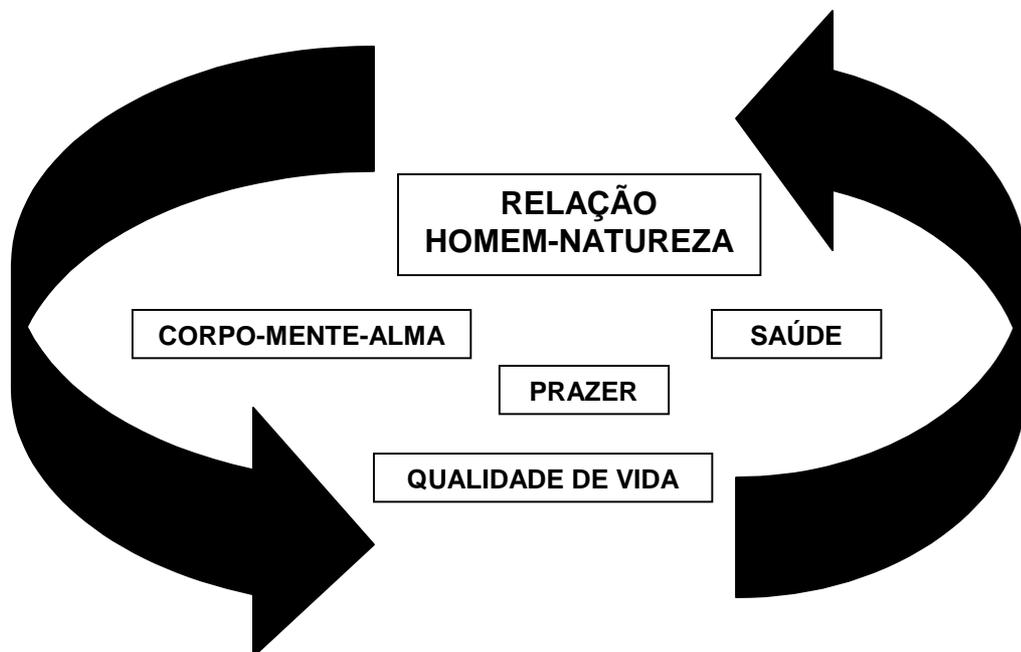


Figura 3 – Relação homem-natureza.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2004.

Diante do exposto, a partir da década de 60, começaram os estudos sobre a percepção do indivíduo quanto a sua qualidade de vida. É necessário priorizar a opinião do sujeito, pois “o dono da vida é quem deveria avaliar a qualidade de vida, pois se adaptar ao modelo construído, significa que sua qualidade de vida seria ruim [...]” (PASCHOAL, 2000, p.21).

Segundo Araújo (2001), a vida corresponde a uma qualificação de fatores como virtude, dom, atributo, propriedade ou escala de valores, que são dirigidos a coisas ou pessoas. A existência e o espaço de tempo que decorre desde o nascimento até a morte, biografia, conjunto de propriedades e qualidades, o estado ou condição dos organismos, que se mantêm nessa atividade desde o nascimento até a morte e o tempo de existência onde há o funcionamento de uma coisa.

[...] Qualidade de vida é um atributo, uma propriedade, uma condição das coisas ou pessoas, capaz de distingui-las umas das outras e de lhes determinar a natureza; escala de valores que permite avaliar e, conseqüentemente, aprovar, aceitar ou recusar qualquer coisa. (ARAÚJO, 2001).

Na visão de Paschoal (2000) é um direito à vida digna, com qualidade, “uma vida máxima (total de experiências, atividades, realizações, eventos e circunstâncias atribuídas ao indivíduo).” Assim, o termo qualidade de vida é tanto uma “questão individual”, pois depende dos objetivos de vida do homem (como ele viveu, vive e viverá na sociedade), quanto uma questão “coletiva”, no que se refere à preservação do meio ambiente (para que se possa, no futuro, ter ar, água, terra e fauna).

Corroborando com esta visão, Gadotti (2000, p.62) aponta que para o indivíduo ter qualidade de vida significa ter a possibilidade de decidir, autonomamente, sobre o seu próprio destino, porém, a busca por uma vida saudável tem que ser feita coletivamente. Viver mais e melhor, com saúde e felicidade é, com certeza, o maior objetivo da maioria dos indivíduos, mas para atingir a longevidade com qualidade, é necessário o equilíbrio harmônico de tudo que compõe o ser humano, bem como do ambiente que ele está inserido.

A condição da existência do ser humano, referida nos modos de viver em sociedade, isto é, dentro dos limites para se viver o cotidiano, devendo satisfazer as exigências e demandas que este cria, sendo que a não-satisfação dessas constituirá o sofrimento que se quer reverter ou evitar por meio das ações de saúde. (GUEDES e GUEDES, 1995, p.77).

Conforme Viezer e Ovalles (1995, p.115), a qualidade de vida dependerá “das possibilidades que tenham as pessoas de satisfazer adequadamente suas necessidades humanas fundamentais”. Para tanto, os indicadores de qualidade de vida no cotidiano demarcam a busca da igualdade de condições no momento de se elaborar as leis, as normas e as regras, pois transpor a barreira do global para o local - e vive-versa - exige romper com as estruturas que deram suporte à formação de cada um. Santos et al. (1997, p.273) aponta que “cada lugar é, ao mesmo tempo, objeto de uma razão global e de uma razão local, convivendo dialeticamente. O espaço não é nem uma coisa, nem um sistema de coisas, senão uma realidade relacional - coisas e relações juntas.”

Assim, para Farias (1998), a importância da qualidade de vida para o ser humano demonstra que também é fundamental o bem-estar bio-psico-sócio-fisiológico no seu processo da vida. Na sociedade atual a busca por objetivos se torna difícil perto das necessidades básicas de sobrevivência, sendo que o controle sobre a hereditariedade é muito pequeno, os hábitos de vida crescem paralelamente ao crescimento desordenado da sociedade e as informações relevantes a essa qualidade são jogadas de qualquer maneira para a população, como se todos tivessem o mesmo conceito de bem-estar físico, psíquico, social e cultural.

Conforme Farias (1998), um estudo aprofundado da influência do ambiente, seja natural ou artificial, sobre a saúde e o estado de bem-estar do ser humano, deve priorizar alguns aspectos ligados ao estado bio-psico-sócio-fisiológico do homem, tentando entender o seu modo de vida. Uma qualidade de vida mais adequada poderia ser conseguida com mudanças muitas vezes simples, seja no estilo ou nos hábitos de vida, ressaltando que a qualidade de vida inclui aspectos social-físico-mental - é o ambiente agindo em todas as direções.

O nível de satisfação para com a vida pode ser refletido nas escalas que avaliam a auto-estima de cada indivíduo, tanto em crianças e adultos jovens, como em idosos. Há evidências de que as pessoas que têm um estilo de vida mais ativo tendem a ter uma auto-estima e uma percepção de bem-estar psicológico positivos. (GILL e FEINSTEIN apud NAHAS, 2001, p.9).

Para Capra (1994), desde a Antigüidade a relação entre saúde-doença-ambiente vem sendo discutida, isto é, a saúde requer um estado de equilíbrio entre influências ambientais, modo de vida e componentes da natureza humana, que são humor e paixão, relacionados ao equilíbrio dos sentimentos de bem-estar e prazer, os quais são influenciados pelos fatores ambientais. A compreensão de saúde dentro de uma visão sistêmica de vida, homem-natureza, pode ser pensada como uma forma global, sem esquecer o ambiente individual de cada um, e que este pertence ao todo.

Hipócrates (apud CAPRA, 1994), coloca que “as doenças atacam as pessoas não como um raio em céu azul, mas são conseqüências de contínuos erros contra a natureza.” Esta compreensão está vinculada a do “modelo biológico” (vê a doença como algo que afeta ao corpo); ao “modelo ecológico” (vê a saúde abalada pelo ambiente degradado ou desequilibrada pelo processo de vida); como algo que se manifesta fora de sua estrutura corpórea; ou ainda, como uma visão sistêmica de vida, isto é, nova visão da realidade (que se baseia na consciência do estado de inter-relação e interdependência essencial de todos os fenômenos).

Porém, o ser humano não sente que o espaço meio ambiente faz parte do “seu” processo de vida, embora esteja presente no seu cotidiano. A importância da qualidade de vida para o ser humano demonstra que também é fundamental o bem-estar bio-psico-sócio-fisiológico no seu processo da vida. Na sociedade atual a busca por objetivos se torna difícil perto das necessidades básicas de sobrevivência, sendo que o controle sobre a hereditariedade é muito pequeno, os hábitos de vida crescem paralelamente ao crescimento desordenado da sociedade e as informações relevantes a essa qualidade são jogadas de qualquer maneira para a população, como se todos tivessem o mesmo conceito de bem-estar físico, psíquico, social e cultural. (SANTOS et al., 1997).

Mas o que significam necessidades básicas? Para qualquer ser humano são aquelas que ele precisa para sua sobrevivência. Nos países chamados desenvolvidos as necessidades já ultrapassaram este objetivo conquistando uma qualidade de vida, isto é, o padrão de vida está muito além do mínimo básico. Entretanto, nos países chamados subdesenvolvidos, essas necessidades básicas não estão sendo atendidas, tendo em vista a exploração excessiva dos recursos naturais pelos países desenvolvidos, fazendo com isso, com que aqueles tenham maiores dificuldades para atender o que ainda não conseguiram. (VIEZER e OVALLES, 1995).

Atualmente, são claros os sinais de um movimento de transformação da consciência que está ocorrendo com a humanidade. A preocupação com o destino do planeta que se forma em todos os povos, o cuidado com a natureza e a busca pela qualidade, evidenciam que algo está mudando na interação homem/natureza. (COLOMBO, 1996).

A qualidade de vida está relacionada à saúde. [...] são as atribuições avaliadas pela pessoa, incluindo sensação de conforto e bem-estar, extensivas a uma razoável aptidão para funções físicas, mentais, intelectuais e sociais nos aspectos familiares, laboral e comunitário. O termo saúde está sempre associado ao estilo de vida, quer seja na infância ou em idade mais avançada. O lazer, a diversão e a alegria devem estar sempre inseridos num contexto amplo de saúde total. (OURIQUES, 2000, p.8).

A saúde é um dos atributos mais valiosos que o ser humano possui, contudo, o mesmo só pensa em cuidar dela quando esta se acha ameaçada. A saúde não é entendida apenas como o estado de “ausência de doenças”, e dentro dessa perspectiva a saúde é avaliada.

Numa escala variando de ‘zero’ (morte) a 100% de saúde, está caracterizada por níveis ótimos de energia, resistência e força muscular, peso corporal, nutrição, capacidade de relaxamento e equilíbrio mental. (NAHAS, 1997, p.37).

Paschoal (2000) coloca que os termos “qualidade de vida” e “qualidade ambiental” estão intimamente ligados, porque o indivíduo é o ambiente, porém, diferenciado dos demais aspectos que o compõem, especialmente porque é

capaz de interferir profundamente na organização e funcionamento deste ambiente.

“Nessa perspectiva mais holística, a saúde é considerada como uma condição humana, com dimensão física, social e psicológica, caracterizadas num contínuo, com pólos positivo e negativo”. (NAHAS, 2001, p.10). Este processo pode ser visualizado na Figura 4.

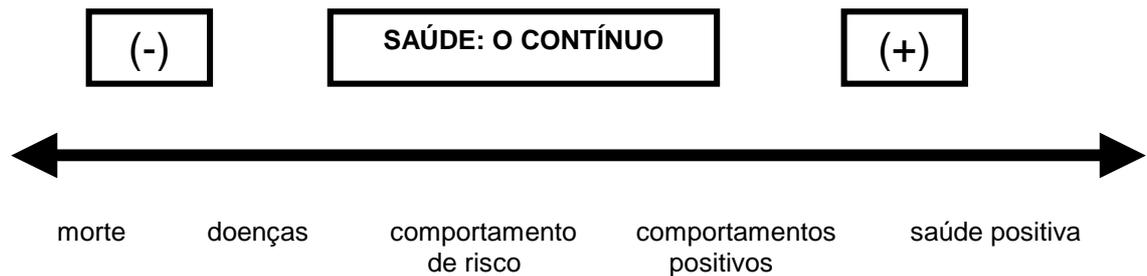


Figura 4 - Processo da saúde humana.
Fonte: [Adaptado de Nahas (2001, p.10)].

“Poucas coisas são mais importantes do que a saúde; e poucas coisas são tão essenciais para a saúde e o bem-estar como a atividade física.” (INSTITUTO AMERICANO DE PESQUISA DO CÂNCER apud NAHAS, 2001, p.10).

Gonçalves (2000, p.90) citando Caponi aponta que uma boa existência se constrói no dia-a-dia, não sendo algo que se dá de uma vez para sempre, e para que ela possa ser construída; é preciso que possamos assumir um compromisso inevitável: “o de tratar as pessoas como pessoas e nunca como coisas. Por isso, é preciso relativizar o próprio interesse, ter condições de adotar o ponto de vista do outro.”

“Limpar os rios, despoluir o ar, reflorestar os campos devastados para vivermos num planeta melhor num futuro distante, de dar uma solução, simultaneamente, aos problemas ambientais e sociais.” (GADOTTI, 2000, p.58).

O ambiente tem uma influência máxima no desenvolvimento de todos os seres vivos e a busca constante pelo equilíbrio é vista em todos os meios bióticos, os quais podem ser ou não influenciados pelos meios abióticos. Nesta

busca interminável pelo equilíbrio, a luta pela sobrevivência, a procura pelo alimento, os conflitos psicológicos, dentre outros fatores, fazem do homem um ser em constante busca de adaptação. A corrida pelo ideal (e isto é algo bastante individual), torna o ser humano alvo de muitos tipos de agressões e, este processo de adaptação tem o seu preço, muitas vezes, é a sua saúde abalada. Entretanto, o que não se pode esquecer é que a qualidade de vida está sempre associada com uma boa saúde mental, física e social. (COLOMBO, 1996).

Nas palavras de Farias (1998), um estudo aprofundado da influência do ambiente vivido e vivente, seja ele natural ou artificial, sobre a saúde e o estado de bem-estar do ser humano, deve priorizar alguns aspectos ligados ao estado bio-psico-fisiológico do homem, tentando entender seu modo de vida.

O ser humano é um ser de necessidades múltiplas, interdependentes e, que o ambiente onde vive é o meio onde encontra as possibilidades de satisfazê-las ou não, resultando ou não numa qualidade de vida saudável. (COLOMBO, 1996, p.23). O corpo não é apenas um agregado de células, mas considerado nas relações com a natureza e na capacidade de criar e (re) criar-se através da saúde. Sendo assim, contribuir com a qualidade de vida é um compromisso ético. (GONÇALVES, 1994).

Goularte (2000, p.15) coloca, ainda, que a qualidade de vida “transcende os aspectos meramente econômicos e sociais, e considera o corpo, a mente e o ambiente interligados.”

Esse termo deve ser considerado abstrato, pois implica na inter-relação mais ou menos harmoniosa de vários fatores, que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano. [...] Um conjunto de parâmetros individuais, sócio-culturais e ambientais, que caracterizam as condições em que vive o ser humano. (NAHAS apud DEBETIR, 1999, p.23).

A vida tem que transcender, bem como a relação homem-natureza revista e transformada, entender profundamente que esta age em conjunto com o processo de desenvolvimento do ser humano. “[...] A ciência antropossocial tem que se articular na ciência da natureza, e essa articulação requer uma reorganização na própria estrutura do saber.” (MORIN apud GOULARTE, 2000, p.6).

Sem uma mudança de postura e de valores não poderá ocorrer uma mudança positiva na melhoria das questões relacionadas com a qualidade ambiental e, conseqüentemente, com a qualidade de vida. Para se ter esta consciência há que se conhecer sobre as relações que o homem exerce neste ambiente, sem, no entanto, deixar distorcer a visão que se tem do homem-natureza. Sendo assim, o meio ambiente entendido de forma global supera a dicotomia homem-natureza, pois considera o homem em constante interação com a natureza. Neste sentido, Gonçalves (1990, p.15) entende esta relação como:

Uma relação social que constrói um quadro de vida, condição de reprodução da sociedade que o criou [...] Assim, o espaço, o habitat ou, se quisermos, a paisagem, não é neutro. É o quadro de reprodução da sociedade que o criou.

Este espaço social é obra do ser humano, é o seu espaço, a sua casa, mas para isso, a produção de espaço passa pela relação homem/natureza, no uso do solo, na apropriação dos recursos naturais, etc., ou seja, toda atividade produtiva dos homens “implica numa ação sobre a superfície terrestre, numa criação de novas formas, de tal modo que produzir é produzir espaços.” (SANTOS et al., 1997).

A maneira de pensar de cada ser humano e suas relações com o semelhante e com a natureza é a base para uma qualidade de vida, onde esta depende do meio no qual este ser vive, bem como, se este meio está sendo conservado por quem vive nele. O termo qualidade de vida é abrangente e significa uma busca constante do homem enquanto ser social e histórico, no prazer de viver, ser defensor do meio ambiente, objetivando uma melhor qualidade de vida, isto é, ter uma consciência ambiental.

Farias (1998) coloca que muitos fatores podem interferir na longevidade do ser humano, tais como: o tempo e a hereditariedade podem ser considerados como de pouco controle; o estilo de vida, a alimentação, e o nível de atividade física, enfim o ambiente em si (quando a pessoa já se encontra numa fase de escolha do local e maneira de viver), podem ser considerados como fatores que se pode ter algum ou quase um total controle; um elevado nível de estresse interfere na qualidade de vida das pessoas; o desenvolvimento e o progresso das cidades ocasionam um aumento na competição pelo trabalho,

causando ansiedade, depressão, distúrbios no sono, consumo excessivo de drogas e álcool, bem como acarreta uma baixa produtividade em todos os setores sociais e pessoais.

Segundo Patrício (1995), “a satisfação das necessidades em todas as suas dimensões é essencial à existência da vida e ao bem viver.” Aponta, ainda, que há diversidades quanto ao conceito do termo qualidade de vida, ou seja, para uns é trabalhar, ter uma quantia básica de renda, uma família com uma pitada de rotina, enquanto que para outros, é ter de estudar até o máximo da especialização existente, para com isso chegar a um cargo profissional de nível elevado, a fim de conquistar seus maiores objetivos. O que pode ser bom para um indivíduo pode ser ruim para outro, e isso depende da família, do ambiente onde vive, das experiências, dos hábitos que se tem, e principalmente, dos objetivos de vida de cada um.

Diante disso, as diferentes teorias que abordam o tema “qualidade de vida” têm focalizado aspectos diferentes da vida. É um conceito que está submetido a múltiplos pontos de vista, com variação de época para época, de cultura para cultura, e de classe social para classe social em cada indivíduo. Então, esta multiplicidade de conceituações – de forma heterogênea – dificulta comparações.

Uma razão para essa falta de consenso, talvez seja o fato do termo ser o de uso mais multidisciplinar da atualidade”, isto é, é um conceito utilizado por muitas disciplinas, multidimensional e incorpora, teoricamente, todos os aspectos da vida humana. (PASCHOAL, 2000, p.24).

Minayo (1994) explica o porquê de tanta variabilidade de conceitos, colocando que o termo abrange muitos significados, que refletem conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo, portanto, uma construção social com a marca da relatividade cultural. Há três formas que determinam a relatividade da noção de qualidade de vida: história, cultural e estratificações ou classes sociais.

Grande parte da estrutura conceitual do termo qualidade de vida derivou do conceito de saúde dada pela Organização Mundial da Saúde (OMS),

em 1947: “saúde é o estado de completo bem-estar físico, psíquico e social e não meramente ausência de doença ou enfermidade.” Tem-se a construção de um conceito, de significado, também, impreciso e de aplicação variada “qualidade de vida relacionada à saúde”. A sensação de bem-estar pessoal relaciona-se com a qualidade de vida orientada para a saúde e com autonomia para a vida.

Segundo Patrício (1995, p.58) “é a possibilidade de buscar, manter e recompor seu bem viver, através de componentes éticos e estéticos, incluindo o modo como o ser humano interage com a natureza e com seu semelhante.” (Figura 5).

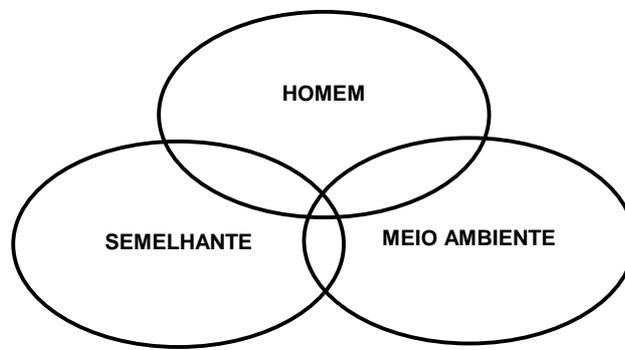


Figura 5 - Processo de interação homem-semelhante-natureza.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2004.

Outro fator de peso que o indivíduo pode se apropriar – além de preservar a sua saúde e conservar o meio ambiente – é a auto-avaliação da vida. Esta atitude é um processo complexo, abrangendo julgamentos, emoções e projeções para o futuro. A avaliação de vida constitui uma definição operacional de um estado interno que “expressa uma mistura de saúde mental positiva, qualidade de vida domínio-específica, determinação e propósito de vida.” (LAWTON et al. apud PASCHOAL, 2000, p.54).

Para Patrício (1995), os fatores ambientais e pessoais (negativos e positivos), saúde (doença e equilíbrio físico, mental e social), tudo é processado pelo indivíduo, determinando o “como” e o “quanto” ele valoriza sua vida. Isto é, o indivíduo faz um balanço de sua vida, usando valores, princípios e critérios por ele incorporados ao longo de sua existência, procurando determinar o grau de satisfação alcançado.

Depende não apenas de sensação de prazer e ausência de sofrimento, mas também, de esperança, visão de futuro, propósito, significado, persistência e auto-eficácia e o processo de auto-avaliação de vida é pessoal, único e diferente, variando de indivíduo para indivíduo. (PASCHOAL, 2000, p.55).

Mas, para que a busca por uma qualidade de vida ocorra, um dos instrumentos para atingir esta meta passa pela educação ambiental, que vem em auxílio da compreensão da inter-relação saúde do corpo e bem-estar do indivíduo com a saúde do meio ambiente. Sendo assim, o item a seguir abordará a trajetória dos movimentos ambientais, em sua evolução e conceituação, como contribuição à sensibilização do indivíduo para um processo frente às atitudes e competências quanto à preservação da saúde e do meio ambiente.

3 A EDUCAÇÃO AMBIENTAL NA SENSIBILIZAÇÃO DO INDIVÍDUO PARA UM PROCESSO DE CONSCIENTIZAÇÃO-AÇÃO

Este item tem por objetivo apresentar a evolução histórica da Educação Ambiental, e alguns conceitos sistematizados por estudiosos sobre o tema, com o intuito de se obter um suporte teórico-científico como base para o desenvolvimento do Programa proposto no Capítulo 6 a seguir, trazendo ações educativas para sensibilizar o indivíduo frente à saúde do corpo-mente e à preservação do meio ambiente, para o equilíbrio da relação homem-natureza.

3.1 Evolução Histórica e Conceitual

Desde a década de 20, movimentos anteriores já vinham acontecendo, como por exemplo, o surgimento do Movimento Conservacionista Brasileiro, através de biólogos, antropólogos e engenheiros florestais, que começaram a se organizar e promoveram o 1º Congresso Brasileiro de Conservação da Natureza.

Na década de 50 ocorreram alguns fatos que foram significativos.

ANOS	FATOS
1950	Criação da Fundação Brasileira para Conservação da Natureza (FBCN).
1952	A poluição industrial matou milhares de pessoas em Londres, os efeitos da poluição por mercúrio em Minamata e Niigata etc.
1953	Fundamentos da Ecologia, por Eugene P. Odum apontou os fundamentos da ecologia.
1956	Aprovação da Lei do Ar Puro, na Inglaterra.

Fonte: [Adaptado de Leripio, D. (2000)].

Os anos 60 trouxeram novos acontecimentos, com movimentos ambientais que criticavam o modo de produção e de vida, formado por jovens, mulheres, homens, e grupos étnicos, denunciando a insustentabilidade da civilização, considerando o atual sistema de valores. (GONÇALVES, 1994, p.11).

ANOS	FATOS
1962	Rachel Carson lançou o livro "Primavera silenciosa".
1965	Conferência de Educação da Universidade de Keele, na Inglaterra.
1967	Primeiro encontro de cientistas, pedagogos, industriais, economistas, funcionários públicos, humanistas e outros.

Fonte: [Adaptado de Leripio, D. (2000)].

Segundo Medina (2000), a partir daí foram surgindo inúmeros debates sobre "qualidade ambiental", que vieram em auxílio do reconhecimento da emergente globalidade dos problemas ambientais.

Na Conferência de Keele, o termo educação ambiental foi colocado pela primeira vez, com a recomendação de que ela deveria se tornar uma parte essencial da educação de todos os cidadãos.

Este Encontro originou o "Clube de Roma", que produziu uma série de relatórios de enorme impacto e, dentre eles, o intitulado "Os limites do crescimento", que trouxeram um modelo inédito para a análise do que poderia acontecer se a humanidade não mudasse seus métodos econômicos e políticos. (LERIPIO, D., 2000).

A década de 70 foi fortemente marcada pelos eventos referentes à conservação do Planeta, sendo significativos para o combate da crise ambiental no mundo. "Os problemas ambientais tomaram uma primeira importância desde que foram difundidos por ocasião da Conferência de Estocolmo." (LEFF, 1995, p.89). A Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO), em conjunto com o Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA), desempenhou um papel importante para a realização de eventos internacionais e nacionais de grande repercussão mundial, no que diz respeito à educação ambiental.

ANOS	FATOS
1972	Conferência de Estocolmo sobre Meio Ambiente e Ambiente Humano.
1973	Foi criada a Secretaria do Meio Ambiente (SEMA), ligada ao Ministério do Interior.
1975	Seminário Internacional sobre Educação Ambiental, em Belgrado, Iugoslávia.
1977	Conferência Intergovernamental sobre Educação Ambiental, em Tbilisi, Geórgia.
1979	Seminário sobre Educação Ambiental, realizado na Costa Rica e promovido pela UNESCO.

Fonte: [Adaptado de Leripio, D. (2000)].

A Conferência de Estocolmo sobre Meio Ambiente e Ambiente Humano foi o começo das preocupações do sistema político (governos e partidos) sobre temas, tais como, a emergência e consolidação das agências estatais de meio ambiente; a criação do Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA); e, a publicação do livro “Os limites do crescimento” pelo Clube de Roma.

Mediante a Declaração de Estocolmo (1972 *apud* DIAS, 2000), um conjunto de princípios para o manejo ecologicamente racional do meio ambiente, além de incorporar as questões ambientais na agenda internacional, representou o início de um diálogo entre países industrializados e em desenvolvimento, a respeito da vinculação existente entre o crescimento econômico, a poluição da água, dos rios e oceanos, o ar, e o bem-estar dos povos de todo planeta Terra.

Princípio 19 - É indispensável um trabalho em questões ambientais, dirigido tanto às gerações jovens como aos adultos, e que preste a devida atenção ao setor da população menos privilegiada, para ampliar as bases de uma opinião bem informada e de uma conduta de indivíduos, das empresas e da coletividade, inspirada no sentido de sua responsabilidade quanto à proteção e melhoramento do meio em toda a sua dimensão humana. (DIAS, 2000).

Com a criação da Secretaria do Meio Ambiente (SEMA), se oficializou a Educação Ambiental em todo o Brasil.

No Seminário Internacional sobre Educação Ambiental em Belgrado foi redigida a Carta de Belgrado e foram discutidos os temas relacionados à erradicação da pobreza; à fome; ao analfabetismo; à poluição; e, à dominação e

exploração humana. Para Dias (2000, p.4), “o documento preconiza que os recursos do mundo deveriam ser utilizados de modo que beneficiassem toda a humanidade e proporcionassem a todos a possibilidade de aumento de qualidade de vida.”

Na Carta de Belgrado, as categorias dos objetivos da educação ambiental se relacionam aos níveis de consciência do meio ambiente global e seus problemas conexos; ao conhecimento democratizado pelos diferentes tipos de conhecimento; aos comportamentos individuais e sociais modificados; à competência (aptidões) para solucionar os problemas; à avaliação das medidas e programas em função de fatores de ordem ecológica, política, econômica, social, estética pela ciência e pelas culturas milenares; e à participação, que faz com que o cidadão entenda suas responsabilidades, seus direitos e seus deveres para uma melhor qualidade de vida. (DIAS, 2000).

A partir deste Seminário foram sendo estruturados os conceitos sobre educação ambiental, através do intercâmbio internacional de opiniões. Esta educação passou a ser considerada como campo de ação pedagógica, uma forte aliada dos ambientalistas para a conservação do Planeta, como pode ser observado num dos princípios da Declaração do Meio Ambiente Humano a seguir.

Princípio 96 – [...] de enfoque interdisciplinar e com caráter escolar e extra-escolar, que envolva todos os níveis de ensino e se dirija ao público em geral, jovem e adulto, indistintamente, com vistas a ensinar-lhes as medidas simples que, dentro de suas possibilidades, possam tomar para ordenar e controlar o seu meio. (DIAS, 2000).

Na Conferência de Tbilisi foram desencadeados os primeiros passos para uma educação ambiental sistematizada em nível mundial e o momento em que se estabeleceram as bases conceituais que, para alguns países, era a etapa inicial para as mudanças que se faziam necessárias. Neste evento, seus participantes delimitaram objetivos, funções, estratégias, características, princípios e recomendações para a educação ambiental, em nível internacional e nacional.

Recomendação nº 1 – [...]

Item 9 - A educação ambiental deveria destinar-se a grupos de todas as faixas etárias e sócio-profissionais da população:

- a) público em geral, não especializado, composto de jovens e adultos cujos comportamentos cotidianos influenciam decisivamente na conservação e melhoria do meio ambiente;
- b) grupos sociais específicos, cujas atividades profissionais incidam sobre a qualidade do meio;
- c) cientistas e técnicos, cujas pesquisas e práticas especializadas constituam a base de conhecimentos, na qual se fundamentam a educação, a formação e a gestão eficaz relativas ao meio ambiente. (DIAS, 2000).

Esta Recomendação é um processo permanente, pois há uma renovação constante de conteúdos e métodos, onde apresentaria conhecimentos amplos e variados em consonância com o próprio entorno. A Conferência concedeu a condição de um modelo ético, ao reconhecer para todo o cidadão o direito à educação ambiental. Destacou, também, que os meios de comunicação desempenham um importante papel na disseminação das informações e como um grande potencial para a missão educativa.

O Informe final da Conferência é o grande desafio, difícil de ser conquistado em um curto espaço de tempo. Há necessidade de um processo de sensibilização dos indivíduos – que é o marco inicial para qualquer mudança de valores e posturas. Desta forma, a educação ambiental tem como uma das finalidades ser parte integrante do processo educativo, permitindo ao indivíduo ter uma visão sistêmica do ambiente. Segundo Dias (2000), a visão apontada pela ONU:

Deve girar em torno de problemas concretos e ter um caráter interdisciplinar. Sua tendência é reforçar o sentido dos valores, contribuir para o bem-estar geral e preocupar-se com a sobrevivência da espécie humana. Deve, ainda, aproveitar o essencial da força da iniciativa dos alunos e de seu empenho na ação, bem como, se inspirar nas preocupações, tanto imediatas, quanto futuras.

Diante disso, o Seminário sobre Educação Ambiental na Costa Rica teve como objetivo a discussão sobre a educação ambiental para a América Latina. O objetivo era ratificar a importância da educação ambiental não ser uma proposta isolada e a necessidade de, inicialmente, promover um processo de

sensibilização no indivíduo, com o amadurecimento de conceitos, valores e despertá-lo para mudanças de posturas.

A educação ambiental se trata da interação entre seres humanos, de troca de saberes cultural e empírico e um processo contínuo de aprendizagem, significando apreensão, compreensão, interpretação, análise e reflexão da realidade, mediada por ações dos indivíduos em seu meio. (OLIVEIRA, 2000, p.16).

Segundo Medina (2001) pensar em educação ambiental realmente é pensar em mudanças de valores, atitudes e comportamentos, que venham minimizar as desigualdades sociais, que implicam necessariamente em ultrapassar questões de ordem política. É uma questão de natureza política por se tratar de disputas entre atores sociais que lutam pelo acesso, uso e abuso dos recursos naturais, como pela responsabilização dos danos e riscos ambientais, caracterizados pela disputa, direito de poluir e dever de restaurar o dano.

Assim, tem pouca relação com a criação de uma consciência ecológica, mas muito a ver com a consciência crítica, como pode ser visto no artigo intitulado “A terra pede socorro”, que vem demonstrar que independente de muitas discussões, fóruns, reuniões e debates em nível local e até mesmo mundial, orientam sobre os problemas ambientais, os mesmos continuam ocorrendo - de maneira acelerada - em algumas áreas geográficas. (TEICH, 2002, p.80-87).

O processo de ensino-aprendizagem proporciona o desenvolvimento do indivíduo de forma integral.

Um processo de formação e informação, orientado para o desenvolvimento da consciência crítica sobre as questões ambientais e de atividades que levem à participação das comunidades na preservação do equilíbrio ambiental. (CONAMA, 1996 apud DIAS, 2000, p.98).

Na maioria das conceituações consta a criticidade como bandeira em seus discursos, mas o mais importante é o “processo” de desenvolvimento que abrange todas as fases da vida de um indivíduo.

Segundo a Declaração da Conferência de Tbilisi, a educação ambiental:

- [...] deve abranger pessoas de todas as idades e de todos os níveis, no âmbito do ensino formal e não formal. Os meios de comunicação têm a grande responsabilidade de colocar seus enormes recursos a serviço dessa missão educativa;
- [...] possibilitar ao indivíduo compreender os principais problemas do mundo contemporâneo, proporcionando-lhe conhecimentos técnicos e as qualidades necessárias para desempenhar uma função produtiva visando à melhoria da vida e à proteção do meio ambiente, atendo-se aos valores éticos;
- [...] ser dirigida à comunidade despertando o interesse do indivíduo em participar de um processo ativo no sentido de resolver os problemas dentro de um contexto de realidade. (apud LERÍPIO, D, 2000, p.38).

Na visão de Sorrentino (1995), a educação ambiental se baseia na concepção ecológica relacionada com o desenvolvimento sustentável, para a qual propõe participação e organização de cidadãos, uma educação que contemple a compreensão da questão ecológica em toda a sua dimensão. O autor destaca, ainda, o seu objetivo geral:

Contribuir para a conservação da biodiversidade, a auto-realização individual e comunitária e a auto-gestão política e econômica, através de processos educativos que promovam a melhoria do meio ambiente e da qualidade de vida. (p.49).

Já, nas palavras de Stapp (apud DIAS, 2000, p.99), educação ambiental é definida como “um processo que deveria objetivar a formação de cidadão, cujos conhecimentos acerca do ambiente biofísico e seus problemas associados pudessem alertá-los e habilitá-los a resolver seus problemas.”

É um processo que consiste em propiciar às pessoas uma compreensão crítica e global do ambiente, para elucidar valores e desenvolver atitudes, que lhes permitam adotar uma posição consciente e participativa, a respeito das questões relacionadas com a conservação e adequada utilização dos recursos naturais, para a melhoria da qualidade de vida e eliminação da pobreza extrema e do consumismo desenfreado. (MEDINA, 2001).

Segundo Dias (2000), a educação ambiental deve ser adaptada às condições de cada região ou país sob uma perspectiva holística. O autor enfatiza, também que:

A educação ambiental é um processo por meio do qual as pessoas aprendem como funciona o ambiente, como dependem dele, como o afetam e promovem sua sustentabilidade. Este desenvolvimento por etapas implica no processo de construção do conhecimento de cada indivíduo, isto é, as etapas de sensibilizá-lo e conscientizá-lo, provocando uma atitude (ação). (p.99-100).

Em contribuição, a década de 80 trouxe atribuições significativas.

ANOS	FATOS
1981	Edição da Lei nº 6.938 – Dispõe sobre a Política Nacional do Meio Ambiente (pautada nas Recomendações da Conferência de Tbilisi).
1986	I Seminário Nacional sobre Universidade e Meio Ambiente.
1987	2º Congresso Internacional sobre Educação Ambiental e Formação Ambiental, promovido pela UNESCO e realizado em Moscou. Editado o Parecer nº 226, do Conselho Federal de Educação. II Seminário Nacional sobre Universidade e Meio Ambiente, realizado em Belém, Pará.
1988	Conferência de Thessaloniki, realizada em Tessalônica, Grécia, tendo como tema “Ambiente e Sociedade”, sendo promovido pela UNESCO e o Governo da Grécia. Seminário Latino-Americano de Educação Ambiental, realizado em Buenos Aires, Argentina e foi promovido pela PNUMA/UNESCO. Publicação do Relatório Brundtland “Nosso Futuro Comum” pela Fundação Getúlio Vargas. I Fórum de Educação Ambiental, realizado em São Paulo.
1989	III Seminário Nacional sobre Universidade e Meio Ambiente, realizado em Cuiabá, Mato Grosso. Criado o Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais e Renováveis (IBAMA), pela fusão da SEMA, SUDPE, SUDHEVEA e IBDF. Programa de Educação Ambiental em Universidade Aberta da Fundação Demócrito Rocha (por meio de encartes nos jornais de Recife e Fortaleza). Criado o Fundo Nacional do Meio Ambiente (FNMA).

Fonte: [Adaptado de Leripio, D. (2000)].

No 2º Congresso, reuniram-se especialistas de diversos países, onde foram ratificadas as definições da Conferência de Tbilisi. Neste evento foi elaborado um documento que apresenta necessidades e prioridades do desenvolvimento da Educação e Formação Ambiental e aponta elementos para uma estratégia internacional de ação para a década de 90. Ficou concluído que havia necessidade de se introduzir a educação ambiental nos sistemas educativos dos países.

[...] Esse documento de estratégias avança mais no sentido de contribuir com a prática da educação ambiental, enfatiza a importância da formação dos educadores responsáveis por tais práticas, tanto no nível formal como no não formal. (KLOCKNER, 1999, p.52).

As dificuldades encontradas e os progressos alcançados pelos países, no que diz respeito à educação ambiental, foram analisados e avaliados. A conclusão da análise foi unânime, tendo em vista à educação ambiental estar voltada para um processo de sensibilização, para a promoção de mudanças, proporcionando modificações comportamentais nos campos cognitivo e afetivo, bem como, a resolução dos problemas sócio-econômicos, alertando para o fato de que esse último fator pode ser a causa da depredação ambiental.

O Parecer nº 226 ressalta a urgência da “formação de uma consciência voltada para a conservação da qualidade ambiental”, onde ratifica que a educação ambiental deve ser iniciada na escola, no Ensino Fundamental e Médio, bem como, devem ser criados os Núcleos de Educação Ambiental para os Estados atuarem como pólos irradiadores.

O desenvolvimento interno do ser humano promove a mudança de percepção de valores e atitudes, de busca do amor e sabedoria de vida. Para a construção dessa nova mentalidade se faz necessária:

Uma ética ‘ecológica’, todas as práticas são bem vindas – do lúdico à interdisciplinaridade, da conscientização à re-utilização de materiais recicláveis, do processo de sensibilização que desperte profundo questionamento sobre os problemas ambientais, os quais nos atingem, de forma direta ou indireta. (CAPRA, 1994).

Então, é importante uma “atitude”, independente da estratégia usada. Porém, é a partir de uma leitura particular do termo “sensibilizar”, que se identifica num sentido mais profundo e porque não mais abrangente, pois coloca a sensibilização como ato, através do qual estaria envolvido todo processo de educação (re-educação), para que se possa promover o processo de conscientização. O percurso do caminho da vida, o processo de educação deverá resgatar ou incluir valores éticos, principalmente, os relacionados ao meio ambiente, que a sensibilidade esteja presente, no corpo-mente, para que através

desta relação o indivíduo possa resgatar o direito à qualidade de vida. (PASCHOAL, 2000).

Ainda segundo este autor, é a partir dessa compreensão que o termo sensibilização se transforma no grande fio condutor dessa tarefa de tornar indivíduos mais suscetíveis às emoções e às sensações, através da leitura das informações que recebem, isto é, o indivíduo só aprecia aquilo que conhece [...] A forma que recebe e interpreta a informação é o maior agente cognitivo que o indivíduo pode ter. O acesso às informações e a maneira como estas se realizam são acontecimentos fundamentais quando nos referimos ao comportamento que um indivíduo tem (ou terá) na sua relação com o meio onde vive.

Porém, como sensibilizar o indivíduo a promover o restabelecimento e do equilíbrio existente entre homem-natureza? A educação ambiental está diretamente envolvida com essa questão, a partir não só de sua ação, mas na busca de respostas e práticas de ação mais aperfeiçoadas. A educação é como “o ato de conhecimento que se dá com a aproximação crítica da realidade, exemplifica a realidade e a urgência quanto à preservação do meio ambiente para uma qualidade de vida.” (FREIRE, P., 1980).

Sendo assim, para conviver de maneira mais coerente com as idéias de sociedade sustentável “é preciso uma educação que coaduz a repensar velhas fórmulas de vida do cotidiano, auxiliando a proposição de ações concretas de transformação”. (VIEZZER e OVALLES, 1995). O comportamento humano está, de certa forma, relacionado à sua evolução, sendo necessário reconhecer a relação do ser humano com o meio onde vive para identificar-se a complexidade dessa relação.

Na Conferência de Tessaloniki o princípio foi pautado em educação e conscientização pública para a sustentabilidade, tendo apoio de representantes de organizações governamentais e não-governamentais e da sociedade civil, que demonstram à humanidade que é possível melhorar a saúde do Planeta e dos seres vivos. (LERIPIO, D., 2000, p.30-39). “O progresso é entendido apenas como avanço técnico, material e crescimento econômico está sendo obtido dentro de padrões de consumo, de acumulação e de vida insustentável”. (LEFF, 2001, p.205).

A mudança de valores e crenças e de comportamentos, com um novo olhar para a questão ambiental faz-se necessária, tendo em vista a emergência da crise ambiental. Leff (2001, p.207) aponta, ainda, que o processo educacional “orientou um processo de conscientização para regular condutas sociais que evitem efeitos negativos sobre o ambiente e criar habilidades técnicas para resolver problemas ambientais”.

As questões que estão sendo trabalhadas no processo educativo em relação ao meio ambiente - como sendo incipientes para uma mudança de comportamento – avalia os problemas ambientais de forma global. A falta de um comprometimento das sociedades, em particular em áreas geográficas onde se fazem presentes o domínio da economia e do avanço tecnológico e a mudança e culturas e comportamentos não é uma tarefa fácil, principalmente quando são exigidas mudanças econômicas, para que as soluções ambientais sejam efetivadas. (LEFF, 2001, p.207).

As Recomendações do Seminário Latino-Americano de Educação Ambiental dizem respeito à elaboração de programas de educação ambiental de acordo com a realidade de cada país, com o objetivo de ações mais efetivas.

Recomendação nº 3 - Que a educação ambiental se adapte às características culturais e específicas das populações envolvidas no processo educativo. (DIAS, 2000).

Assim, trabalhar a educação ambiental com as especificidades de cada região é pertinente, pois educar é dar sentido às coisas, e isso só ocorre quando se está diante de fatos concretos do cotidiano. (LERIPIO, D., 2000). “O intenso debate político-cultural do final dos anos 70 e início dos anos 80, foi de fundamental importância para a formação de muitos profissionais da educação ambiental da minha geração”. (REIGOTA, 2000, p.17).

Diante disso, a década de 90 contribuiu com a ocorrência de fatos fundamentais para o avanço da educação ambiental, em sua trajetória evolutivo-conceitual.

ANOS	FATOS
1990	Curso Latino-Americano de Especialização em Educação Ambiental (PNUMA, IBAMA, CPNPq, CAPES, UFMT – 1990-1994) realizado em Cuiabá, Mato Grosso.
1990	IV Seminário Nacional sobre Universidade e Meio Ambiente, realizado em Florianópolis, Santa Catarina.
1991	Editada a Portaria nº 678, pelo Ministério da Educação.
1992	Conferência das Nações Unidas para o meio Ambiente e Desenvolvimento (Conferência de Cúpula da terra – ECO 92 ou RIO 92), realizada no Rio de Janeiro. Criação da Agenda 21. Criação dos Núcleos Estaduais de Educação Ambientais (NEA's). Fórum de Organizações Não-Governamentais. Redação do Tratado de Educação Ambiental para Sociedades Sustentáveis.
1993	Editada a Lei nº 3.792, pelo Ministério da Educação – Cria os Centros de Educação Ambiental. Foi publicado o livro “Amazônia: uma proposta interdisciplinar de educação ambiental (temas básicos)” e “Amazônia: uma proposta interdisciplinar de educação ambiental (documentos metodológicos) – 1991-1994”.
1994	Aprovado o Programa Nacional de Educação Ambiental (PRONEA). Publicada a Agenda 21 (em português), pelas crianças e jovens ligados ao UNICEF.
1995	Editada a Portaria nº 428, pelo Ministério da Educação.
1996	Criada a Câmara Técnica de Educação Ambiental (CONAMA). Lançados os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), que incluem a educação ambiental como tema transversal no currículo do Ensino Fundamental. Foi promulgada a Lei nº 9.276, do Governo Federal, estabelecendo o Plano Plurianual (1996-1999) e define a promoção da educação ambiental, garantindo a implementação do PRONEA. Assinado o Protocolo de Intenções do Ministério da Educação e o Ministério do Meio Ambiente.
1997	Criado o Curso de Capacitação, organizado pelo Ministério da Educação. 1ª Teleconferência Nacional de Educação Ambiental do Ministério da Educação.
1998	Editada a Lei nº 9.605, que trata de Crimes Ambientais.
1999	- Editada a Lei nº 9.795, que institui a Política Nacional de Educação Ambiental e dá outras providências.

Fonte: [Adaptado de Leripio, D. (2000)].

A Portaria nº 678 ratifica a necessidade da inclusão da educação ambiental nos currículos escolares.

Na Conferência das Nações Unidas para o Meio Ambiente, foi aprovado o documento denominado de “Carta Brasileira para a Educação Ambiental”. Foi um evento de grande importância política, onde foram firmados cinco acordos importantes: Declaração do Rio sobre Meio Ambiente (que ratifica a Declaração de Estocolmo); Agenda 21 e os meios para a sua implementação;

Declaração de Florestas; Convenção sobre Mudanças Climáticas; e, Convenção sobre Diversidade Biológica. (LERIPIO, D., 2000).

No relatório sobre a implantação da educação ambiental no Brasil o MEC aponta que:

[...] houve duas Assembléias Gerais da ONU, só para definir a proposta: uma em 1988 determinou que ela deveria ocorrer e que 1992 seria a data limite. Depois, em 1989, foi aprovada a Resolução 44/228, que determinou que a Conferência sobre Meio Ambiente e Desenvolvimento seria realizada no Brasil, duraria cerca de duas semanas e a data coincidiria com o Dia Mundial do Meio Ambiente, 5 de junho. (apud DIAS, 2000).

A partir daí, foram apresentadas as bases conceituais de educação ambiental como aquela que se caracteriza:

Por incorporar as dimensões sócio-econômicas, política, cultural e histórica, não podendo basear-se em pautas rígidas e de aplicação universal, devendo considerar as condições e estágio de cada país, região e comunidade sob uma perspectiva histórica. Assim sendo, a educação ambiental deve permitir a compreensão da natureza complexa do meio ambiente e interpretar a interdependência entre os diversos elementos que conformam o ambiente, com vistas a utilizar racionalmente os recursos do meio na satisfação material e espiritual da sociedade no presente e no futuro. (MEC apud DIAS, 2000).

Surge a globalização da economia e com ela as discussões sobre desenvolvimento sustentável e dos problemas ambientais globais – todos interligados. “Um processo de deterioração dos recursos naturais renováveis e não renováveis nos países do terceiro mundo, ou seja, os países que dependem de produtos básicos são debilitados.. (LERIPIO, D., 2000). “[...] os fatores globais passaram a influir na definição de políticas nacionais, que perdem força ante as forças econômicas mundiais.” (MEDINA, 1997 apud LERIPIO, D., 2000).

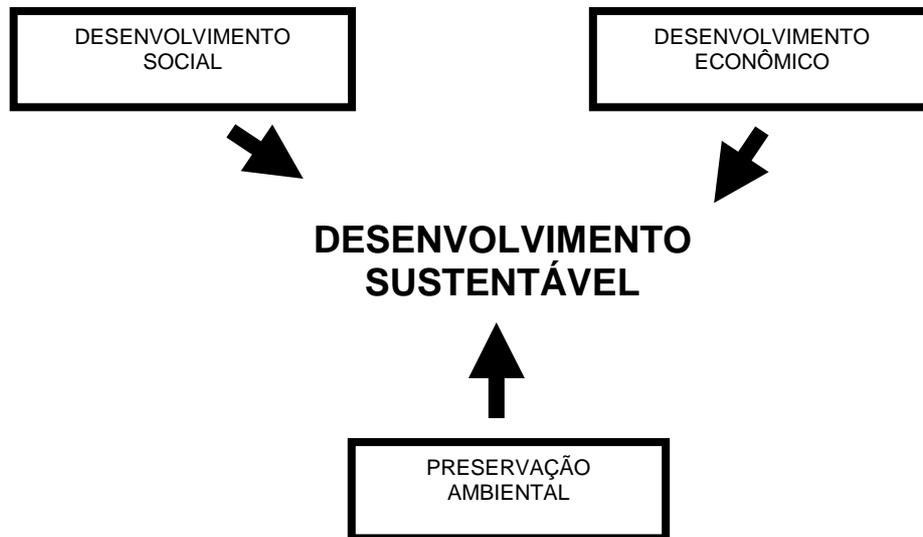


Figura 6 - Desenvolvimento sustentável.
 Fonte: [Adaptado de Dias (2000, p.120)].

Neste esquema, Dias (2000, p.120) aponta que o desenvolvimento sustentável “é aquele que atende às necessidades do presente, sem comprometer a possibilidade de as gerações futuras atenderem as suas próprias necessidades”.

Sendo assim, a criação da Agenda 21 passou a ser um marco no plano de ação para a sustentabilidade humana. A educação ambiental foi avaliada como prioridade para a busca desse novo modelo de desenvolvimento almejado. Ratifica os princípios da Conferência de Tbilisi definindo as áreas de programas de educação ambiental, re-orientando a educação para o desenvolvimento sustentável.

É um plano de ação que objetiva colocar em prática os programas para frear o processo de degradação ambiental e transformar em realidade os princípios da Declaração do Rio. É um roteiro e um desafio para garantir a qualidade de vida na Terra para o século XXI, bem como, tem como um dos compromissos, que cada país e região envolveriam todos os setores sociais para estabelecerem seus próprios documentos. (LERIPIO, D., 2000, p.40).

Com mais de seiscentas páginas, é um roteiro e um desafio para garantir a qualidade de vida na terra para o século 21. Divide-se em quarenta

capítulos, que funcionam como propostas de programas setoriais, com objetivos, métodos de ação e previsão de orçamento. Dentre os compromissos da Agenda 21, um deles é que cada país e cada região envolveriam todos os setores sociais para estabelecerem sua própria "Agenda 21".

Seção I - Trata de temas de dimensões sociais e econômicas como a pobreza, crescimento econômico, industrialização e degradação ambiental, sugerindo ações, objetivos, atividades e meios de implementação, na qual os mais diversos atores de uma sociedade, em nível mundial, são convocados a perseguirem o desenvolvimento sustentável que é o objetivo principal a ser alcançado pelos países que participaram do Rio-92, e que será abordado no próximo capítulo devido a sua grande importância. O sucesso na execução da Agenda 21 é responsabilidade principal dos governos.

Seção II - Trata da Conservação e Gestão dos Recursos para o Desenvolvimento, considerando-se a proteção da atmosfera, o gerenciamento dos recursos terrestres, combate ao desflorestamento, o manejo de ecossistemas frágeis na luta contra a desertificação e a seca, as montanhas, desenvolvimento rural e agrícola sustentável, biotecnologia, proteção de oceanos, recursos hídricos, substâncias químicas tóxicas, resíduos sólidos e radioativos.

Seção III - Trata da preocupação global com o Fortalecimento do Papel dos Grupos Principais, chegando ao Capítulo 36 onde é a Educação Ambiental é contemplada: "[...] a promoção do Ensino, da Conscientização e do Treinamento", além de apresentar um plano de ação para o desenvolvimento sustentável a ser adotado pelos países, a partir de uma nova perspectiva para a cooperação internacional. (LERIPIO, D., 2000, grifo nosso).

Segundo Reigota (2000), “a educação ambiental brasileira é uma das melhores e mais pertinentes do mundo.” O seu processo histórico data de cerca de trinta anos (década de 70). É revolucionária, pois propõe mudanças, mas para que essas transformações ocorram é necessário que haja um processo de sensibilização daqueles que educam, prática ou teoricamente, direta ou indiretamente, de forma intensa e constante, no desenvolvimento daqueles que representam a geração futura.

Uma re-avaliação do conceito de educação ambiental é proposta por Pedrini e De Paula (1998, p.91):

A prática da educação ambiental exige método, noção de escala, boa percepção das relações entre tempo, espaço e conjunturas, conhecimento sobre as realidades regionais e saber decodificar a linguagem técnico-científica para os diferentes estratos dos educandos.

Em contribuição com esta posição, Leripio, D. (2000, p.34) complementa enfatizando que:

A educação ambiental vincula-se diretamente com o exercício da cidadania na medida em que trata das questões relativas ao ambiente humano, o que envolve o trabalho e a busca de soluções para problemas sociais como a fome e a violência. A compreensão do termo 'ambiente' envolvendo o universo social humano é fundamental para que se possa desenvolver um ambiente saudável e para a formação de uma sociedade, realmente justa, especialmente ao questionar qual o tipo de desenvolvimento que interessa a todos: Para quem? Para quê? Como?

Corroborando com a posição de Leripio, Reigota (2000), a educação ambiental está relacionada diretamente com questões relativas ao ambiente humano, envolvendo o trabalho e a busca de soluções para problemas sociais e tem a preocupação de desenvolver e manter o ambiente saudável colaborando para formar a sociedade mais equilibrada e justa.

Diante disso, "o imenso debate político-cultural do final dos anos 70 e início dos anos 80, foi de fundamental importância para a formação de muitos profissionais da educação ambiental dessa geração." (REIGOTA, 2000, p.17).

A educação ambiental deve gerar, com urgência, as mudanças na qualidade de vida e uma maior consciência de conduta individual e coletiva, assim como, a harmonia entre os seres humanos com as outras formas de vida. (OLIVEIRA, 2000, p.31).

A busca pela qualidade de vida é a preocupação que o homem tem com o seu bem-estar, é uma busca de satisfação e condição favorável em todo campo de atividade relacionada à vida cotidiana, constitui o objetivo principal do ser humano. (OLIVEIRA, 2000, p.31).

Neste sentido, Dias (2000, p.124-126) refere que o processo de disseminação de informação na sensibilização do indivíduo é fundamental, pois sem observância da ameaça de degradação ou em sua concretização, não há valorização e muito menos envolvimento – o ser humano é movido por emoções, isto é, sem estímulos não há resposta. O processo de sensibilização tem o potencial de preparar as pessoas para as mudanças [...]

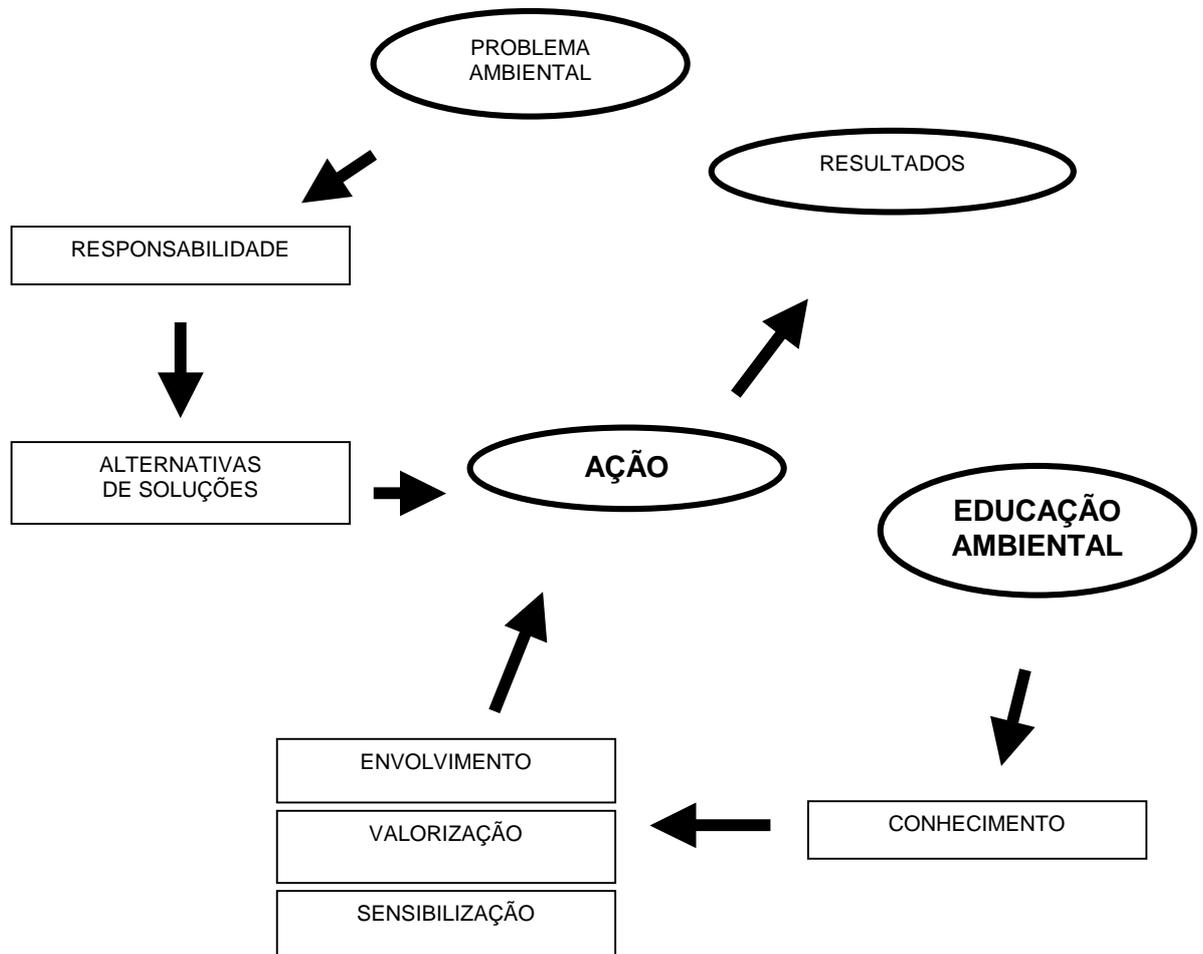


Figura 7 - Educação ambiental e as ações para mudanças.
Fonte: [Adaptado de Dias (2000, p.125)].

Para que isto aconteça, as ONG'S brasileiras deram sua contribuição na redação do Tratado de Educação Ambiental para Sociedades Sustentáveis, durante a realização do Fórum de ONG's em 1992. A implantação deste Tratado é um processo dinâmico, a ser construído permanentemente, dando oportunidade às reflexões, aos debates, e à transformação dos indivíduos reconhecendo, ainda, na educação ambiental, o processo pelo qual um indivíduo possa ter um aprendizado constante e desenvolver o respeito a todas as formas de vida.

Neste sentido, a educação ambiental vem trazendo à tona uma discussão dos valores e posturas, a fim de recuperar e re-apropriá-los aos dias atuais. A educação ambiental contribui para a recuperação da cidadania na

racionalidade emancipatória, prepara o indivíduo para se situar e atuar dentro deste contexto. (RIBEIRO, 2000).

Diante disso, Guimarães (1998) propõe objetivos para a educação ambiental e aponta que:

[...] o papel de fomentar a percepção da necessária integração do ser humano com o meio ambiente. Uma relação harmoniosa e consciente do equilíbrio dinâmico na natureza, possibilitando, por meio de novos conhecimentos, valores e atitudes, a inserção do educando no processo de transformação do atual quadro ambiental do planeta.

Sendo assim, a educação ambiental passou a incorporar objetivos mais amplos no decorrer dos anos. Fala-se da consciência individual, assimilação de valores éticos (solidariedade, união e cooperação), desenvolvimento sustentável, que buscam caminhos para atingir estes objetivos. Estes objetivos desenvolvem formas de intervenção para “informar os indivíduos, sensibilizá-los e conscientizá-los [...]” (RIBEIRO, 2000). A integração desses elementos pode ser observada no Diagrama de Cooper. (Figura 8).



Figura 8 - Diagrama de Cooper: interligação dos objetivos da educação ambiental. Fonte: [Adaptado de Dias (2000)].

Para Dias (2000, p.111), ao executar-se uma dada atividade de educação ambiental, cujo objetivo seja oferecer conhecimentos, este quando adquirido pode levar o indivíduo ou grupo a desenvolver uma dada habilidade; a

aquisição desta pode sensibilizá-lo e levá-lo a participar de alguma iniciativa, trazendo novos conhecimentos e desenvolvendo novas habilidades, levando-o a um sistema onde todos têm sucesso.

Diante disso, os Centros de Educação Ambiental do MEC foram criados com a finalidade de criar e difundir metodologias em educação ambiental.

Já, a Portaria nº 428 incluiu no Catálogo de Habilitação Profissional, em nível de 2º Grau, a profissão de Técnico e Auxiliar em Meio Ambiente. Os PCN's lançados incluem a educação ambiental como tema transversal no currículo do Ensino Fundamental.

[...] A forma como os recursos naturais e culturais brasileiros vêm sendo tratados é preocupante [...] A fome, a miséria, a injustiça social, a violência e a baixa qualidade de vida da grande maioria da população brasileira são fatores que pertencem ao ambiente humano, sendo assim, parte fundamental da questão ambiental. (LERIPIO, D., 2000, p.33).

Segundo Litto (2000) “não há dúvida de que a reflexão é importante e obrigatória; mas quando serve para mascarar a inércia, o imobilismo, o medo de substituir idéias e a resistência ao novo, então é destrutiva.”

É através da escola e da educação que se pode sensibilizar toda a camada da população, no que diz respeito aos problemas ambientais prioritários, de modo a perceber estes problemas e destacar os interesses e valores que intervêm em cada situação para que se chegue à solução dos mesmos. (LERIPIO, D., 2000).

O Protocolo de Intenções do MEC/MMA tem como objetivo a cooperação técnica e institucional na área de educação ambiental, fazendo com que estes órgãos trabalhem conjuntamente no desenvolvimento de projetos e programas.

Entretanto, apesar desses eventos históricos e a promulgação de legislações específicas, “a educação ambiental foi mais difundida através da educação não-formal”, uma vez que “os organismos públicos ligados à área ambiental se imbuíram dessa tarefa, obtendo alguns resultados positivos, através de atividades de capacitação e sensibilização de comunidades.” (DIAS, 2000).

Segundo Oliveira (2000), “a disseminação de informações sobre a conservação do meio ambiente ainda são insuficientes para a minimização da depreação ambiental”.

Para viabilizar a efetivação da educação ambiental - enquanto meio de se incentivar comportamentos - faz-se necessário, primeiramente, considerar as representações sociais acerca do ambiente, de maneira a conseguir compreender e atingir os indivíduos. É o senso comum que se tem sobre determinado tema, onde se incluem, também, os preconceitos, ideologias e características específicas das atividades cotidianas (sociais e profissionais) das pessoas. Porém, no que se refere à esfera da educação escolar, a visão de que a questão ambiental só pode ser compreendida e apreendida pela via da interdisciplinaridade, apesar da sua aceitação quase unânime, que ainda não é praticada. (REIGOTA, 1995, p.12).

Dias (2000, p.100) enfatiza que a educação ambiental seja um processo, “por meio do qual os indivíduos apreendam como funciona o meio ambiente, como dependem dele, como este afeta a todos e como podem promover a sustentabilidade.”

Para Buarque (1990, p.15) “criamos o poder de destruição planetária, mas não criamos uma consciência planetária.” As mazelas que ainda vêm ocorrendo são muitas. “[...] os interesses políticos, sobretudo das indústrias de patentes, onde as pressões econômicas imperam, têm demonstrado profundas distorções frente às necessidades da grande maioria.” (OLIVEIRA, 2000, p.66).

A capacidade de uma sociedade em conduzir o processo de modernização econômico-social mede-se, entre outros aspectos, pela existência de um sistema educacional capaz de desenvolver de tal forma o potencial da mão-de-obra social, “que essa possa satisfazer as exigências qualificacionais do sistema produtivo e, também, garantir a formação de cidadãos competentes.” (GÍLIO, 2000, p.79).

Assim, os documentos com as orientações/recomendações formuladas nos documentos oficiais ao término de cada evento sobre o tema em questão, têm contribuído, significativamente, para o alcance de fundamentações conceituais, que proporcionem uma prática educativa que sensibilize e provoque a conscientização, voltada para a ação. “O saber ambiental crítico e complexo, vai se construindo num diálogo de saberes e num intercâmbio interdisciplinar de conhecimentos.” (LEFF, 1995, p.13).

Sendo assim, a questão ambiental foi uma das grandes causas públicas do século XX. Os movimentos sociais e políticos comprometidos com a ecologia conseguiram sensibilizar as sociedades e as mais diferentes áreas de conhecimento, mudando mentalidades, paradigmas disciplinares e formas de ação sobre a natureza e a cultura. (ABRASCO, 2000).

A idéia de educação traz a noção de transmissão de regras, costumes, crenças e conhecimentos de geração em geração, e, neste sentido, educação é o mesmo que cultura. Sendo assim, a educação ambiental ensina aos indivíduos sobre a conservação do ambiente, modificando seus valores e crenças, preparando-o, também, para mudanças de ambientes culturais para o ambiente natural, bem como, leva o indivíduo a refletir e a compreender as coisas, os processos e as relações da natureza e da cultura. (OLIVEIRA, 1997, p.57).

No entanto, a necessidade de se empreender uma educação para o correto comportamento do indivíduo na conservação do meio ambiente, só foi levantada em função de inúmeros problemas causados pela ação do homem, ocasionados pelo seu estilo de vida. A evidência dos problemas ambientais foi sendo levantada continuamente, por pesquisadores e cientistas de todo o mundo, mas a educação ambiental foi proposta somente há pouco tempo, pressionada pela necessidade de modificar as atitudes do homem, em relação à conservação do meio ambiente e da vida humana. (REIGOTA, 1994).

A educação ambiental deve fazer parte da formação integral do indivíduo desde o seu nascimento. É necessário que, mais do que informações e conceitos, a escola se proponha a trabalhar com atitudes, a formação de valores, o ensino de habilidades e procedimentos, pois os comportamentos que serão apreendidos na prática do dia-a-dia no ambiente escolar, como a interação com o semelhante, solidariedade, respeito, inserção do aluno em sua própria realidade, que possibilita na apreensão maior do espaço e do tempo em que vive (OLIVEIRA, 1997).

Sob a ótica educacional, pode estar presente em todas as disciplinas, ou seja, se analisam os temas que permitem enfocar a relação homem-natureza e as relações sociais sem, contudo, deixar de lado as suas especificidades, pois a escola poderá auxiliar no processo de sensibilização/conscientização de todas as camadas sociais. (REIGOTA, 1995).

[...] A idéia de transformação, tão essencial ao próprio conceito de educação, ganha particular destaque em uma concepção que enfatiza o interesse em compreender, no curso do desenvolvimento, a emergência daquilo que é o novo na trajetória do indivíduo, 'brotos', ou as 'flores' do desenvolvimento, ao invés de seus frutos. (VYGOTSKY apud OLIVEIRA, 1993, p.60).

No Brasil, em particular, houve a edição dos PCN's, porém, ainda não houve a implementação dos mesmos. No entanto, o País demonstrou avanços quando houve a edição da Lei de Crimes Ambientais nº 9.605, de 12/12/1998, complementando com a promulgação da CF, em 1988. As leis obsoletas preocupadas apenas com alguns aspectos da proteção ambiental precisam ser revistas e acrescidas de outros pontos importantes e o homem precisa refletir e se questionar sobre até quando a natureza vai suportar tanta exigência, tanto desgaste? Como perceber que qualidade de vida é fundamental e que sem a re-elaboração de seus valores e crenças isso não será possível? (OLIVEIRA, 2000).

“O ambiente é o homem e o seu lugar [...] é o homem no seu lugar, no seu entorno e a integração sistêmica que se dá entre o homem e o restante interativo [...]” (OLIVEIRA, 1997, p.16). Assim, o que chama a atenção no campo da ecologia e da educação ambiental é a concordância de todos os envolvidos - dirigentes políticos, sociólogos ou humanistas - acerca da necessidade de mudanças sociais. Contudo, é preciso debater quanto à profundidade, a extensão e o alcance das transformações que as abordagens ambientalistas buscam promover na cultura.

Diante disso, o processo de sensibilização e conscientização do homem tem impulsionado inúmeras mudanças. A partir daí, os governantes começam a propor uma educação voltada para outra conduta ambiental no Brasil, porém, a esta se encontra de forma fragmentada e tímida, com uma grande distância entre o texto e a sua efetivação dentro do ensino escolar, embora criada oficialmente e amparada por lei, sendo defendida por muitos indivíduos em todo planeta Terra. Nos países do primeiro mundo, a educação ambiental tem sido implementada mais rapidamente, porém, pouco avançou na implementação de medidas concretas e está muito longe de poder promover mudanças significativas. (REIGOTA, 1995).

A educação ambiental exige uma postura crítica e um corpo de conhecimento produzido a partir de uma reflexão sobre a realidade vivenciada [...] materializa-se através de uma prática cujo objetivo maior é a promoção de um comportamento adequado à proteção ambiental [...] (LIMA apud REIGOTA, 1995, p.45).

Portanto, a questão ambiental transcende os ideais político-econômicos, pois está inserida na vida de cada ser humano. A destruição do ambiente é um meio para que haja uma reflexão daquilo que se quer para a vida, provocando, com isso, a busca do homem por valores positivos que resultem em bem-estar, se conscientizando, então, que a natureza influencia em sua qualidade de vida, e que cada um tem um papel determinado para que esse objetivo seja atingido. (REIGOTA, 1995).

Dentro de uma visão holístico-ecológica, a conservação ambiental passa por transcender os valores, a relação homem/natureza, isto é, são valores culturais, sentimentais e espirituais, valores esses que despertam um olhar do viver comunitário com o seu semelhante, solidário e integral com o meio ambiente e que conduzem a uma qualidade de vida – relação homem-natureza. (PATRÍCIO, 1995).

4 METODOLOGIA E ANÁLISE

4.1 Classificação da Pesquisa

Esta pesquisa foi realizada através do entrelaçamento das respostas dos entrevistados e a reflexão embasada na literatura. Assim, partindo do pressuposto de que o equilíbrio corpo-mente (corporeidade) e a relação homem-natureza é fundamental para uma qualidade de vida, esta pesquisa enquadra-se numa abordagem exploratória, “que visa efetuar uma análise comparativa e a conclusiva entre as bases teóricas e os resultados encontrados na experiência prática.” (SILVA e MENEZES, 2001, p.21).

A forma de abordagem foi do tipo qualitativa, uma vez que busca compreender questões de um nível de realidade que não pode ser quantificado. A abordagem qualitativa “aprofunda-se no mundo dos significados das ações e relações humanas, um lado não-perceptível e não-captável em equações médias e estatísticas [...]” (MINAYO, 1994, p.21-22). As pesquisas nas ciências humanas e sociais têm valorizado mais os aspectos qualitativos, expondo a complexidade da vida humana e evidenciando significados ignorados da vida social. (SILVA e MENEZES, 2001).

A pesquisa de campo aplicada a esta pesquisa tem o intuito de analisar a percepção dos indivíduos praticantes de atividade física em academias e os ambientalistas filiados nas ONG's, quanto à relação da saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente, bem como, se as academias e as ONG's estão contribuindo com o processo de conscientização quanto à sensibilização da importância da conservação ambiental e da prevenção da saúde. Para tanto, foram abordadas duas modalidades de pesquisa bibliográfica (estudo teórico e estudo de caso), sendo desenvolvido em quatro etapas distintas:

1) consiste-se, inicialmente, num estudo teórico, onde foram utilizadas conceituações de autores no que se refere aos temas “atividade física”, “culto ao corpo (imagem corporal)”, “equilíbrio corpo-mente (corporalidade)”, e “qualidade de vida”, que são questões pertinentes à sensibilização, em contribuição para um processo de conscientização frente às atitudes e competências quanto à saúde do corpo-mente e à importância da relação homem-natureza; e em seguida, o tema “educação ambiental”, como contribuição ao processo de conscientização quanto à necessidade da preservação do meio ambiente para uma qualidade de vida.

2) num estudo de caso foi efetuada uma coleta de dados por meio de um Questionário (Apêndice A), a ser respondido por praticantes de atividade física nas academias e por ambientalistas filiados nas ONG’S, instaladas em Florianópolis, na Lagoa da Conceição.

3) numa descrição e uma análise dos dados coletados buscou-se alternativas aos problemas de pesquisa que foram delimitados previamente, especificando-se suas variáveis e os indicadores que foram utilizados.

4) o desenvolvimento de um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e de Prevenção da Saúde para as academias e ONG’s.

4.2 Elaboração do Questionário

As questões propostas tiveram por objetivo analisar a percepção dos indivíduos que praticam atividade física em academias e os ambientalistas filiados nas ONG’S, no que se refere à saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente. Algumas destas questões não perguntam de forma direta o que se quer averiguar, necessitando proceder a interpretação das mesmas para que se possa chegar às conclusões e, para isto, a avaliação dos dados coletados baseou-se no ponto de vista de inúmeros estudiosos citados no Capítulo 2 e 3 desta pesquisa.

4.3 Identificação do Público-Alvo

A seleção dos sujeitos para a entrevista se deu a partir da definição de que deveria haver representantes dos dois segmentos e foi realizada, predominantemente, de forma aleatória – amostra por acessibilidade (GIL, 1995, p.97), sendo que todos foram abordados nos locais de prática, após um período de observação. Há que se ressaltar, que este estudo foi viável devido à disponibilidade e colaboração dos sujeitos envolvidos neste processo, permitindo uma caracterização da amostra.

O universo da pesquisa constituiu-se de 147 indivíduos praticantes de atividade física em academias e de 44 ambientalistas filiados nas ONG's, sendo os dois segmentos sediados na Lagoa da Conceição, no Município de Florianópolis, Estado de Santa Catarina, perfazendo um total de 191 entrevistados.

A aplicação do Questionário foi realizada no período de março a maio de 2002, em dias e locais diferentes para o mesmo objetivo.

O Questionário foi previamente aplicado em uma população piloto (10%), a qual fazia parte do universo a ser pesquisado, com o intuito de analisar a clareza e a objetividade de linguagem, bem como a contribuição sugestiva como crítica a uma reestruturação do mesmo. Este instrumento deve ser cuidadosamente experimentado antes da aplicação definitiva, pois por mais cuidadosa que tenha sido sua elaboração, “pode apresentar defeitos que somente poderão ser eliminados depois de uma experiência prática”. (SILVA e MENEZES, 2001).

4.4 Definição das Variáveis

Para realização desta pesquisa foram determinadas quatro variáveis, representadas por grupos de questões, quais sejam:

Grupo 1 - Identificação do entrevistado

(Parte 1 – questões de 1 a 6)

Grupo 2 - Percepção da saúde do corpo-mente e saúde do meio ambiente

(Parte 2 – questões 1 a 6)

(Parte 3 – questões 1, 5)

Grupo 3 – Revisão da literatura

(Parte 2 – questões 3, 6)

(Parte 3 – questões 1, 2, 3, 4, 5)

Grupo 4 - Alternativas e sugestões dos entrevistados

(Parte 3 – questões 2, 3, 4, 6)

Estas variáveis estão ligadas a uma ou mais questões formuladas no Questionário, conforme representado no esquema da Figura 9.

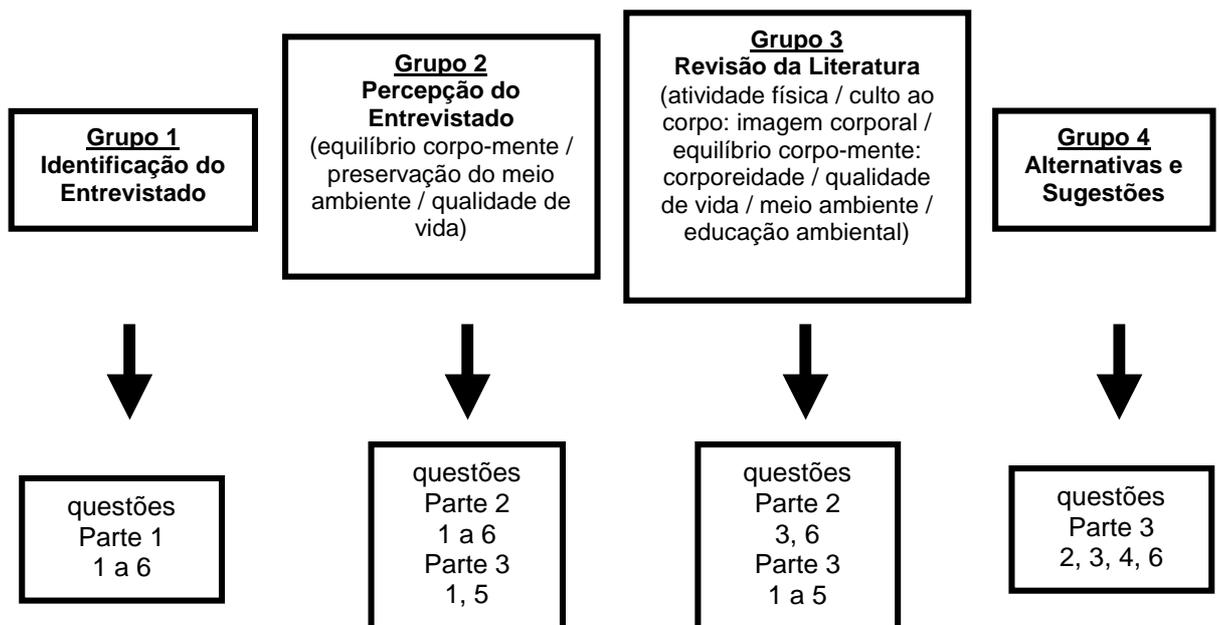


Figura 9 - Classificação das questões do instrumento de coleta de dados, de acordo com as variáveis consideradas.

Grupo 1 – IDENTIFICAÇÃO DO ENTREVISTADO

Na parte 1 (questões 1 a 6) foram levantadas as informações dos entrevistados, referentes ao local no momento da entrevista, faixa etária, hábito de beber, hábito de fumar, profissão e qual a movimentação do corpo no trabalho. Estes dados são importantes para que se possa situar o entrevistado quanto à percepção da relação homem-natureza para uma qualidade de vida.

Grupo 2 – PERCEPÇÃO DO ENTREVISTADO

Na Parte 2 (questões 1 a 6) e Parte 3 (questões 1, 5) foi possível verificar o grau de percepção dos entrevistados frente às atitudes e competências quanto à importância da atividade física (culto ao corpo) para a saúde do corpo e o equilíbrio corpo-mente (corporeidade); bem como a importância da preservação do meio ambiente em contribuição para a relação homem-natureza, na busca de uma qualidade de vida.

Grupo 3 – REVISÃO DA LITERATURA

Na Parte 2 (questões 3, 6) e Parte 3 (questões 1 a 5) verificou-se o conhecimento dos entrevistados sobre os temas abordados (atividade física, culto ao corpo, corpo-mente, saúde, qualidade de vida, meio ambiente, educação ambiental). Estas questões podem demonstrar a desinformação e/ou desinteresse, tanto daqueles que freqüentam as academias, como daqueles que são filiados nas ONG'S, no que diz respeito à relação da saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente.

Grupo 4 – ALTERNATIVAS E SUGESTÕES

Na Parte 3 (questões 2, 3, 4, 6) visam apontar no grupo estudado o interesse quanto às alternativas e sugestões que os entrevistados possam dar, no sentido de colaborar com a saúde do corpo em conjunto com a saúde do meio ambiente.

4.5 Descrição e Análise das Questões

Para análise dos dados obtidos, mediante a aplicação do questionário, optou-se por apresentar os dados versus à análise, tendo em vista o grande volume de informações coletadas. Conforme Minayo (1994, p.79), o “estabelecimento de articulações entre os dados e o referencial teórico, pode promover as relações entre concreto e abstrato, geral e particular, teoria e prática”.

Essa etapa da pesquisa proporcionou uma boa interação com o universo da pesquisa, o tema, os indivíduos, os lugares e os dados fundamentais para a elaboração deste estudo.

O trabalho de campo se apresentou como uma possibilidade de se conseguir, “não só uma aproximação com aquilo que se deseja conhecer e estudar, mas também, de se criar um conhecimento, partindo da realidade presente no campo.” (MINAYO, 1994, p.51).

5 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Na estruturação das informações coletadas, as respostas dos entrevistados foram associadas aos grupos pré-definidos no item 4.4 do Capítulo anterior.

5.1 Parte I – Caracterização do Público-Alvo (Academias e ONG's)

Questão 1: Local dos indivíduos entrevistados no momento deste estudo (Academias e ONG's)

Dos indivíduos entrevistados, 29,4% pertenciam às Academias e 44% às ONG's.

Questão 2: Faixa etária dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's)

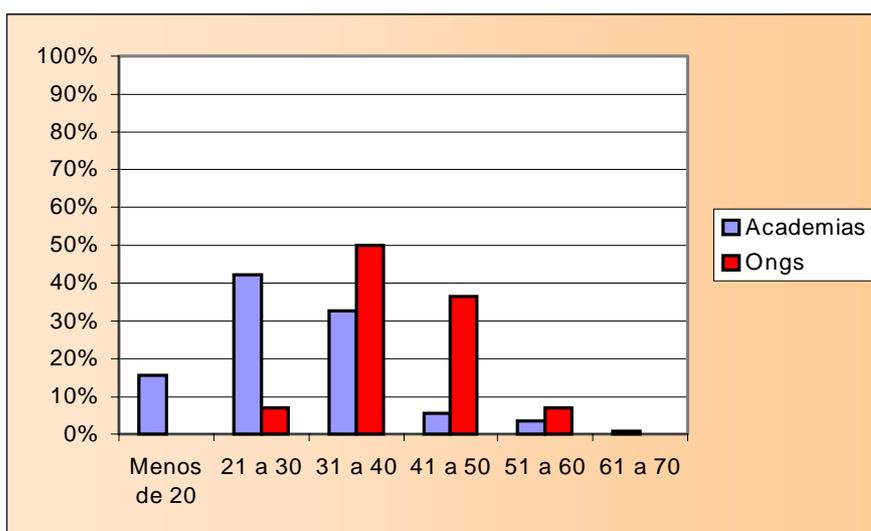


Gráfico 1 - Faixa etária dos entrevistados.

Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Pode-se constatar que nas academias os entrevistados têm entre 21 e 40 anos de idade, enquanto que nas ONG's (86%) entre 31 e 50 anos.

Segundo Nahas (2001), a atividade física tem sido associada ao bem-estar, à saúde e à qualidade de vida dos indivíduos, em todas as faixas etárias, principalmente na meia idade e na velhice, ratificando a teoria de que o cuidado com o corpo (culto ao corpo) independe da idade, mas sim, depende do grau de sensibilização de cada indivíduo.

Questão 3: Hábito de beber dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's)

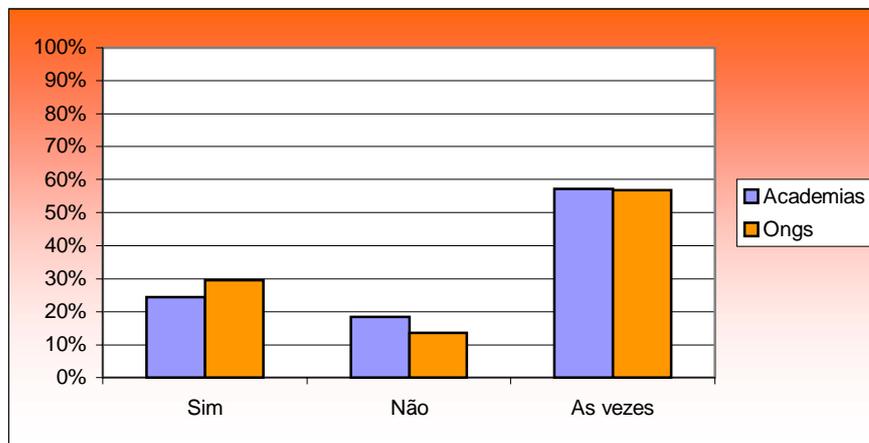


Gráfico 2 – Hábito de beber dos entrevistados.

Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Questão 4 - Hábito de fumar dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's)

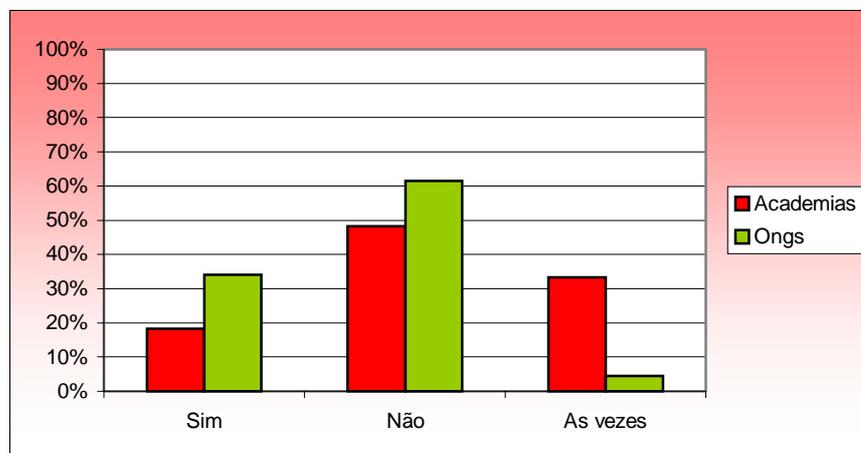


Gráfico 3 – Hábito de fumar dos entrevistados.

Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Na questão 3 as respostas demonstram que nas academias os entrevistados (81%) e nas ONG's (85%) ingerem bebida alcoólica.

Na questão 4 as respostas demonstram que nas academias os entrevistados (50%) e nas ONG's (79%) são fumantes.

Diante disso, destaca-se Nahas (2001), quando aponta que fatores como o uso de álcool e de fumo, a prática de atividade física, o cuidado com o meio ambiente, por exemplo, estão relacionados com a atitude que cada indivíduo tem diante dessas questões. Pode-se observar que as atitudes positivas em relação aos fatores negativos para a saúde do corpo e do meio ambiente podem ser influenciadas quando se tem um melhor conhecimento sobre os benefícios, princípios e práticas. Acrescenta-se a esta visão uma necessidade de campanhas de esclarecimentos a toda a população, por parte do Estado e do Governo Federal.

Questão 5: Profissão dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

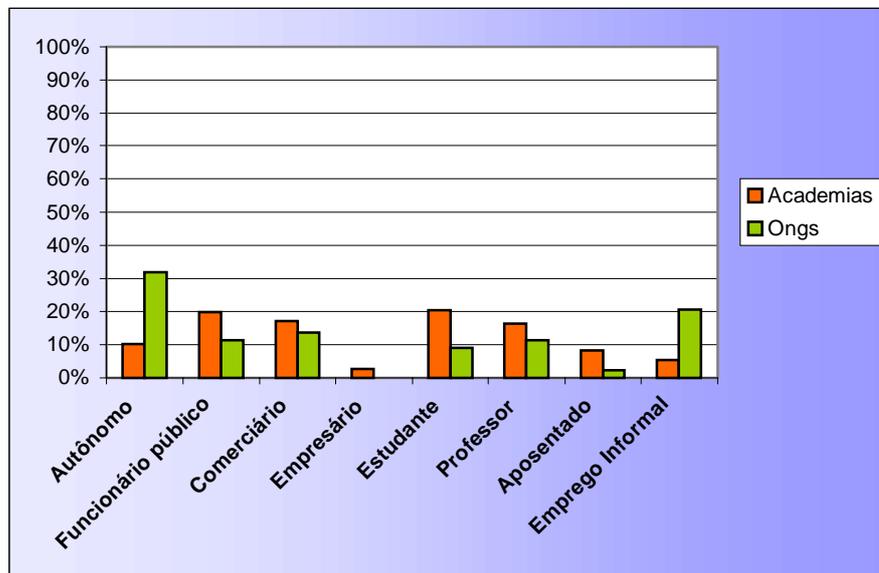


Gráfico 4 - Profissão dos entrevistados.

Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Apesar de saber que as situações de estresse provocam diferentes níveis de respostas (dependendo das características individuais) existem ocupações humanas que, por sua natureza, são mais atingidas pelo estresse.

Tanto a sobrecarga quanto à carga muito pequena de trabalho provocam ansiedade e frustração e, segundo opinião de especialistas da Organização Mundial da Saúde e dos profissionais que trabalham com Psicopatologia do Trabalho, as situações que trazem ansiedade ao profissional geram desgaste não apenas emocional, mas também físico, manifestando-se em diversos sintomas desagradáveis podendo agravar ou mesmo desencadear doenças. (ALBRECHT, 1990).

Neste estudo, 40% (academias) dos entrevistados são funcionários públicos e estudantes, enquanto que 52% (ONG's) são autônomos e tem emprego informal.

Questão 6: Forma de movimentação no trabalho (Academias e ONG's).

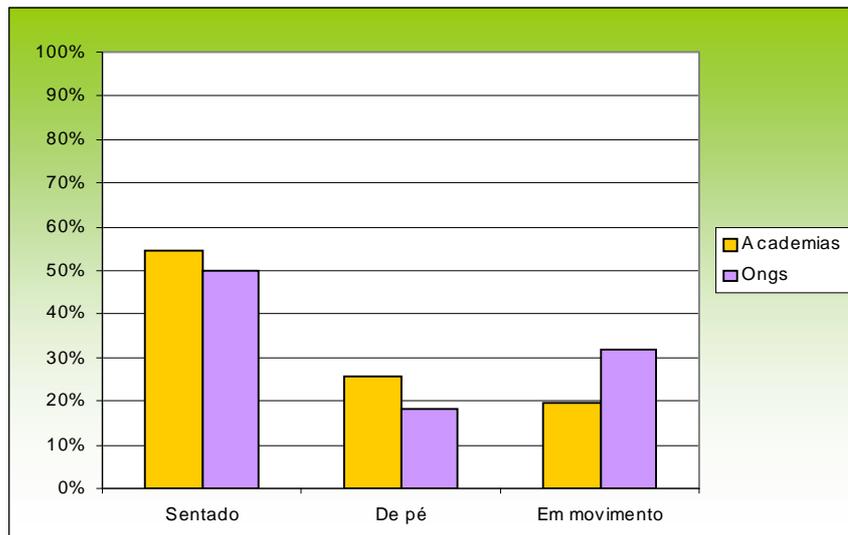


Gráfico 5 – Forma de movimentação no trabalho.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

A maioria dos indivíduos entrevistados das academias (54%) e das ONG's (50%) responderam que trabalha a maior parte do tempo sentado. Albrecht (1990) enfatiza que em relação à longa permanência durante a jornada de trabalho de forma sentada, a literatura de Segurança e Medicina do Trabalho (NR 17-3) aborda o mobiliário dos postos de trabalho. Sempre que o trabalhador executar atividades manuais de forma sentada, as cadeiras deverão proporcionar a ele condições de boa postura, visualização e operação para a realização das atividades. É importante, também, que tenha sustentação para os pés, se ajustando ao comprimento das pernas.

Segundo Albrecht (1990), a má postura na jornada de trabalho dos profissionais pode provocar ansiedade e frustração que desencadeiam doenças, fazendo com que estes não tenham qualidade de vida. Esta afirmação fica ainda mais evidente, quando se ressalta fatores como a necessidade do cumprimento de horários; qualidade e eficácia exigida no serviço, aliadas ao cansaço laboral (postura incorreta); as refeições não realizadas; e, a falta de horas de lazer e descanso não executadas, em função da necessidade do emprego. Não se pode negar a importância e a praticidade dos produtos tecnológicos e de informática para os trabalhadores.

É necessário acrescentar, ainda, as muitas horas diárias assistindo televisão ou diante do computador em casa destacando, assim, a importância da prática de atividade física laboral, em todos os ambientes profissionais, bem como os passeios na natureza.

Não existe nenhuma dúvida de que é fundamental refletir-se, cada vez mais, sobre as implicações e condições que facilitam ou dificultam a interação entre o indivíduo e o meio em que vive, independentemente se este meio é o laboral. Trata-se de um movimento que deve ser executado em duplo sentido, isto é, nem só o meio deve estar preocupado em oferecer ao indivíduo oportunidades nas quais ele possa sentir-se satisfeito em suas aspirações, mas, da mesma forma, não deve ser apenas do indivíduo a responsabilidade de correr atrás das expectativas, com o intuito de atingir os objetivos propostos pelo meio. Ambos os elementos têm potenciais que devem ser ativados para que as solicitações do meio e as aspirações individuais se encontrem, ou seja, sensibilização-conscientização. (ALBRECHT, 1990).

Porém, é necessário considerar quais os fatores que determinam as diferenças individuais de expectativas dos indivíduos, ao mesmo tempo em que podem determinar as várias oportunidades oferecidas pelo meio onde vivem. Dessa forma, a dinâmica da relação homem-natureza tem ligação com as formas pelas quais as solicitações dos indivíduos e os recursos oferecidos pelo meio se combinam e se trocam.

5.2 Parte II – Questões Específicas ao Problema de Pesquisa

I – EM RELAÇÃO À SAÚDE DO CORPO-MENTE/QUALIDADE DE VIDA

Questão 1: Prática de atividade física de exercício dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

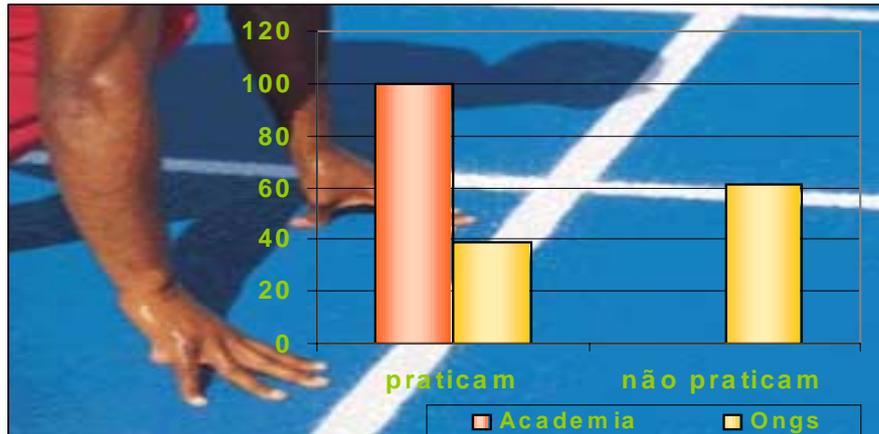


Gráfico 6 – Prática de atividade física dos entrevistados.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Em relação à prática de atividade física dos entrevistados nas academias 63% dos entrevistados praticam, enquanto que nas ONG's somente 39% tem este hábito.

- Preferência de exercício dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's)

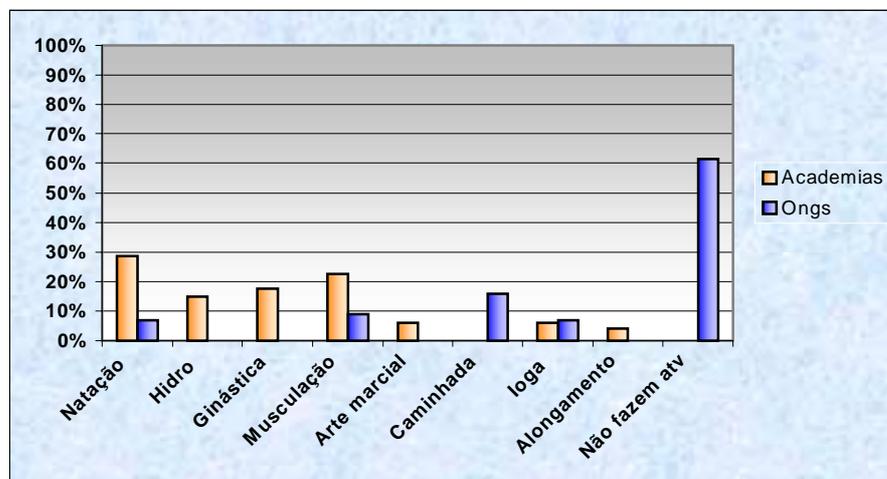


Gráfico 6-A – Preferência quanto ao exercício.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

A preferência de atividade física dos entrevistados das academias é por natação (28%) e musculação (22%), enquanto que nas ONG's a preferência é por caminhada (18%).

Neste sentido, segundo Nahas (2001), desde os anos 90 a atividade de maior aderência para homens e mulheres continua sendo a musculação. Muita coisa tem sido dita e escrita sobre a importância de um estado de vida saudável para indivíduos de todas as idades, entretanto, apesar de todas as evidências científicas acumuladas, um número significativo ainda parece desinformada ou desinteressada nos efeitos a médio e longo prazo da prática de atividade física regular, de uma nutrição equilibrada e de outros componentes à saúde.

Questão 2: Tempo de prática de atividade física dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

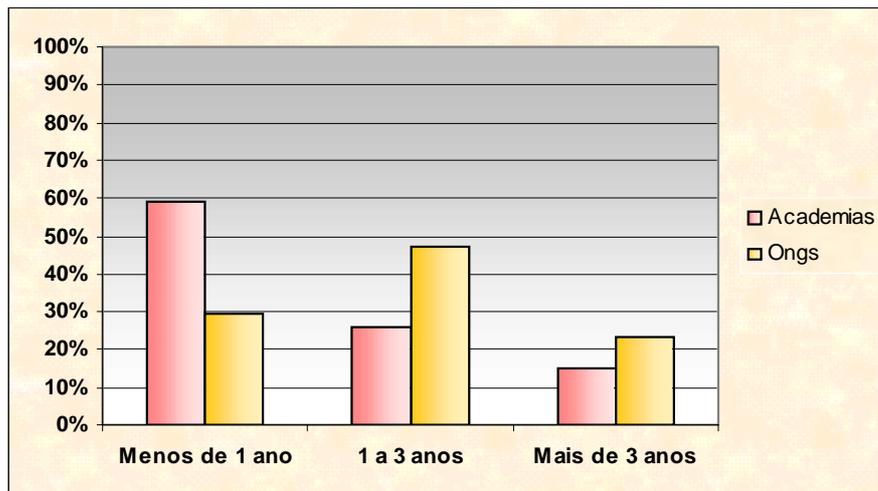


Gráfico 7 - Tempo de prática de atividade física.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Dentre os entrevistados das academias 59% praticam atividade física há menos de 1 ano, 27% de 1 a 3 anos, e 17% há mais de 3 anos.

Dos entrevistados nas ONG's 30% praticam atividade física menos de 1 ano, 48% de 1 a 3 anos, e 22% mais de 3 anos.

Questão 3: Motivo do começo da prática de atividade física dos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

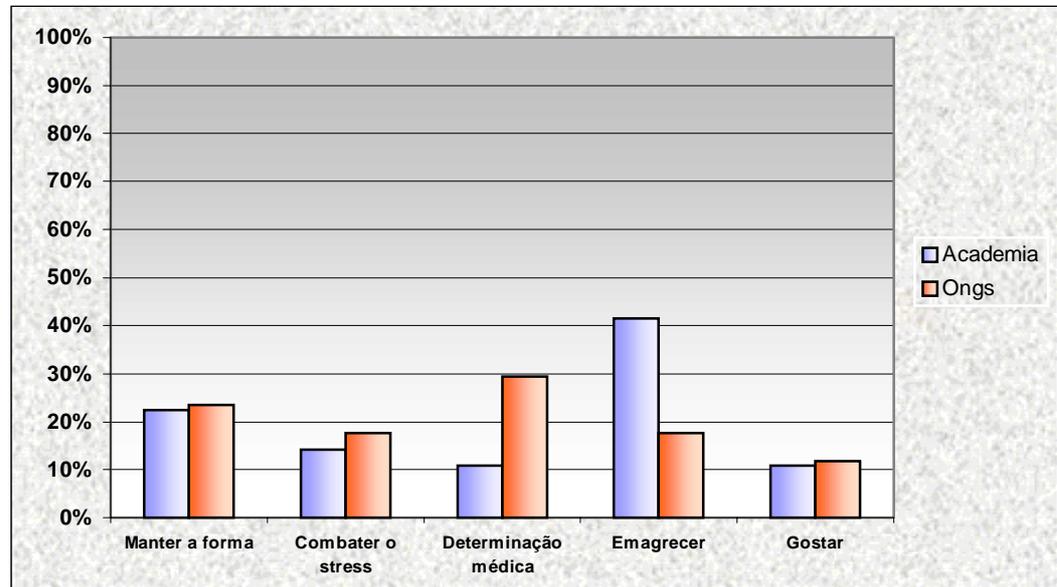


Gráfico 8 - Motivo do começo da prática de atividade física dos entrevistados.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Na questão 3, dentre os entrevistados das academias que praticam atividade física, os motivos que os levaram à prática de atividade física, 41% foi por emagrecimento e 22% para manter a forma.

Dentre os entrevistados das ONG's que praticam atividade física, os motivos que os levaram à prática de atividade física, 30% foi por determinação médica e 23% para manter a forma.

Pode-se perceber que o número de indivíduos que praticam atividades físicas vem aumentando. Entretanto, Nieman (1999) aponta que o profissional de educação física e o professor de academia não tem tido uma preocupação em oferecer informações adequadas sobre a importância e a relação da prática de atividade física com a saúde do corpo-mente. Neste sentido, Toscano (2001) ratifica esta colocação apontando que o nível de conhecimento dos alunos de educação física é inadequado na questão da atividade física versus saúde.

A Organização Mundial de Saúde (1985) considera que o termo qualidade de vida inclui uma variedade potencial maior de condições que podem afetar a percepção do indivíduo, seus sentimentos e comportamentos que estão

relacionados com seu funcionamento diário, incluindo sua alimentação e seu sono, mas não se limitando, à sua condição de saúde e as intervenções médicas.

Contudo, pôde-se constatar neste estudo que a procura pela atividade física não se dá pela saúde em seu amplo sentido, mas sim, para emagrecer e manter a forma. Neste sentido, Soares Neto (2003) enfatiza que há uma diferença entre “culto” e “cultivo” do corpo, com o intuito de valorizar a variação que existe nas motivações humanas e encarar a individualidade por trás da aparente massificação da padronização corporal. Portanto, o culto ao corpo nem sempre corresponde a cuidar do mesmo, mas sim, se adequar às regras impostas pelo social-moda e, por outro lado, o cultivo ao corpo sempre implica em cuidar de si mesmo, favorecer e afirmar seus próprios valores e escolhas.

Nas palavras de Soares Neto (2003), apesar da atividade física ser veiculada nos meios de comunicação como um referencial para a saúde, esta não está dissociada de indivíduos que a praticam e têm problemas de saúde. Existe uma questão social e cultural por trás deste discurso, isto é, a indústria da beleza e do culto ao corpo direciona a atenção dos indivíduos para uma imagem do corpo ideal, mas por mais que faça atividade física, este padrão é inalcançável. Assim, sendo entendida como consumo cultural, a prática de atividade física é hoje uma preocupação em todos os segmentos sociais, independente de faixa etária, ora com uma visão estética, ora na orientação médica para tal prática.

Probst e Vicent (1990) apontam que o culto ao corpo exige sacrifícios financeiros e éticos, que leva a um novo sentido de responsabilidade no que diz respeito estar de acordo com os cânones do momento. Esta percepção dos corpos/construção pelos indivíduos vai sendo incorporada quase que imediatamente, podendo-se concluir que a corporeidade tem grande influência sobre a vida social do indivíduo, fazendo com que o mesmo queira chegar mais perto possível de um padrão de beleza pré-estabelecido. A mídia tem o seu papel relevante nesse processo e a percepção do corpo na sociedade é dominada de imagens virtuais.

Segundo Soares Neto (2003), a vantagem da atividade física está em beneficiar o organismo, independentemente de outro tipo de terapia. Por si só, age de forma direta ou indireta no tratamento ou prevenção dos problemas que

possam aparecer com o aumento da idade, pois cuidar do corpo é prepará-lo para se ter saúde sempre.

Ao concordar com Soares Neto, ainda fica uma indagação? Por que o culto ao corpo se passa numa academia e não ao ar livre, na natureza? Em nome da busca de um corpo saudável o indivíduo, mais uma vez, faz dele uma mercadoria em uma sociedade de consumo. O importante para ele é fazer desse corpo mais que um consumidor; é fazê-lo um produto comercializável quando de seu enquadramento nos valores da cultura de consumo em que vive.

Conforme Santin (1995), ainda não se industrializou o corpo, mas já se criou algum subterfúgio para tanto. Ancorados no tema da atividade física, numa procura da qualidade de vida – através da saúde e aparência – todos os dias são criados novos produtos, muitas vezes pela reciclagem do que já existe. Sendo assim, o indivíduo não faz uma caminhada com o objetivo de se sentir melhor ou pelo prazer que há na mesma, mas sim, pelo bem que possa causar na busca de mais esta metáfora corporal. Há muitos mitos sobre o corpo, uma infinidade de significações sociais que envolvem cada uma das muitas dimensões humanas.

Diante disso, há necessidade de se buscar um novo olhar sobre o corpo, o homem e o humano. De avaliar as inter-relações corpo-mente-alma e corpo-natureza-semelhante de forma integral, o corpo experimentando o meio, proporcionando uma linguagem corpo-mente-alma-prazer-saúde-qualidade de vida.

Questão 4: Número de dias para a prática de atividade física pelos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

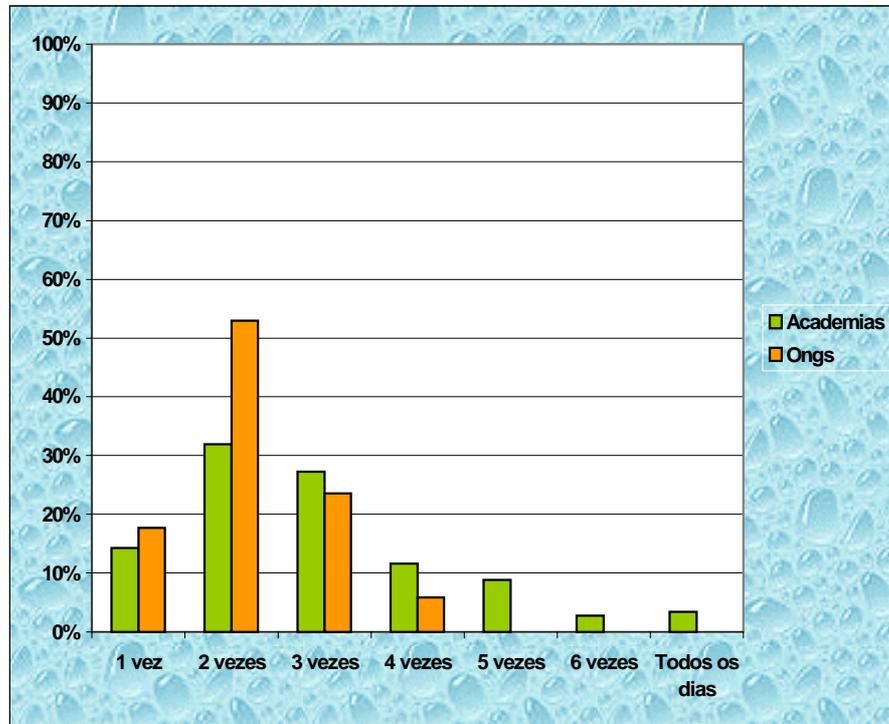


Gráfico 9 – Número de dias de prática de atividade física dos entrevistados. Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Do total de entrevistados que praticam atividade física 68% fazem de duas a três vezes por semana, enquanto que nas ONG's, 75% a fazem de duas a três vezes por semana.

Segundo Nahas (2001), desde o início deste século, os estudos da fisiologia têm demonstrado que os exercícios físicos regulares podem modificar a estrutura e o funcionamento orgânico em múltiplos aspectos. Um programa aeróbico ideal, a frequência deveria ser de três a cinco vezes por semana. Porém, independentemente do conteúdo divulgado sobre a importância de um estilo de vida saudável muitos indivíduos, ainda, parecem desinformados ou desinteressados nos efeitos da prática de atividade física, como comportamento para uma qualidade de vida, com base na inter-relação corpo-mente. Conforme o autor, a integração harmoniosa entre os componentes mentais, físicos, espirituais e emocionais. É o todo. É sempre maior que a soma das partes que o compõem.

Questão 5: Tipos de alimentos consumidos com mais frequência pelos indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

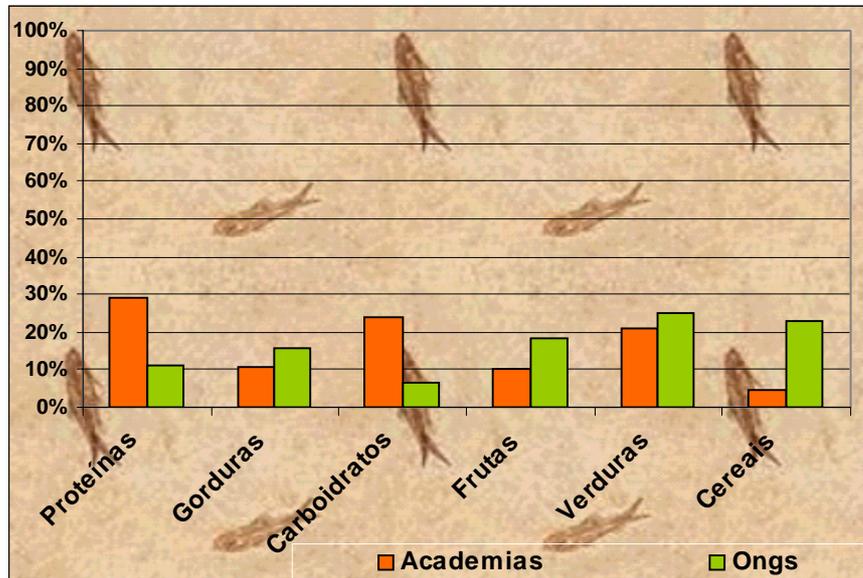


Gráfico 10 – Tipos de alimentos consumidos com mais frequência pelos entrevistados.

Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

As respostas demonstram que 29% dos entrevistados das academias consomem proteínas com mais frequência, enquanto que nas ONG's (48%) se alimentam com verduras e cereais.

Neste sentido, Nahas (2001) enfatiza que uma alimentação saudável deve ser rica em carboidratos (33 a 60%), seguido de gordura (20 a 30%) e finalizando com (10 a 15%) de proteínas.

Questão 6: Ações praticadas pelos indivíduos entrevistados para contribuição da saúde do corpo (Academias e ONG's).

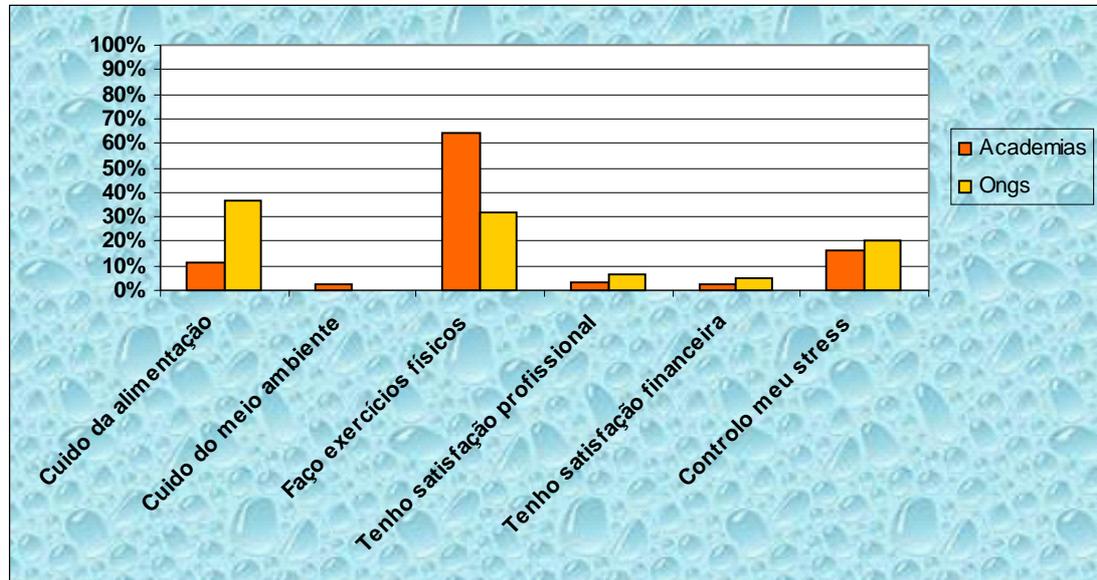


Gráfico 11 – Ações praticadas pelo entrevistado para saúde do corpo.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Nas academias, dos entrevistados que contribuem para a saúde do corpo, 66% fazem exercícios físicos, 12% cuidam da alimentação, 2% cuidam do meio ambiente.

Nas ONG's, dos entrevistados que contribuem para a saúde do corpo, 32% fazem exercícios físicos, 38% cuidam da alimentação, 36% cuidam do meio ambiente.

Os entrevistados das academias preferem a prática de atividade dentro da mesma, por ser um local em que os corpos são expostos, ser freqüentada por jovens de classe econômica média e por indivíduos de outras faixas etárias e classe social.

Pode-se constatar que o culto ao corpo assume, de fato, um lugar de centralidade na vida de cada um. Porém, Nahas (2001) ressalta que é fundamental a disseminação de informações sobre a importância da prevenção da saúde para uma qualidade de vida, bem como que o indivíduo seja estimulado na escolha de um estilo de vida, pois este representa o conjunto de ações

cotidianas que refletem as atitudes e valores de cada um. Estes hábitos e ações conscientes estão associados à percepção de qualidade de vida.

Diante disso, a proposta de um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para academias e organizações não-governamentais é uma forma de contribuir na sensibilização dos indivíduos, quanto à importância da dinâmica saúde do corpo humano - saúde do meio ambiente.

II – EM RELAÇÃO À SAÚDE DO MEIO AMBIENTE

Questão 1: Influência do meio ambiente na saúde do corpo (qualidade de vida), segundo os indivíduos entrevistados (Academias e ONG's).

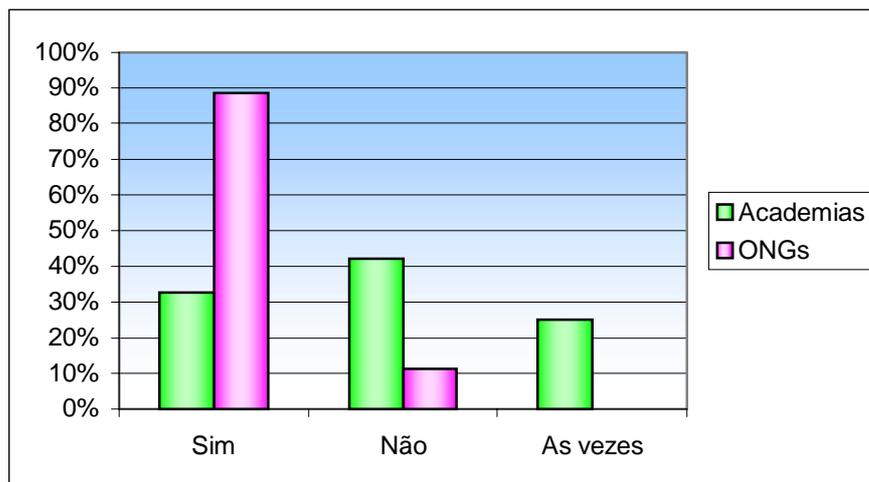


Gráfico 12 - Influência do meio ambiente na qualidade de vida.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Dentre os entrevistados das academias, 42% afirmam que o meio ambiente não tem influência na qualidade de vida, 32% que sim e 25% às vezes.

Dentre os entrevistados das ONG's, 11% afirmaram que o meio ambiente não tem influência na qualidade de vida e 88% que sim.

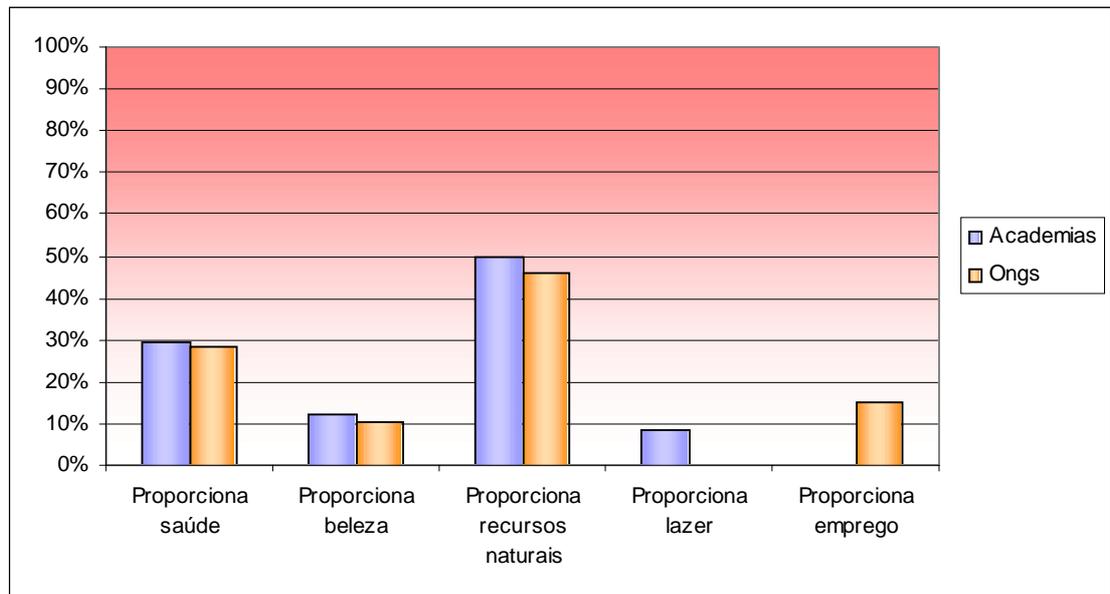


Gráfico 12-A – Tipo de influência do meio ambiente na qualidade de vida.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Dentre as respostas dos entrevistados das academias mais significativas, 50% responderam que o meio ambiente proporciona ao homem recursos naturais e 29% saúde.

Dentre as respostas dos entrevistados das ONG's mais significativas, 46% responderam que o meio ambiente proporciona recursos naturais e 28% saúde.

Neste sentido, Stokols (1997) aponta que o homem continua praticando atividades que poluem, em conjunto com o aumento populacional acelerado – muito além do limite de tolerância que o ambiente pode suportar – contribuindo para a destruição do meio ambiente.

Corroborando com esta visão, Gutiérrez (2000) enfatiza que o sentido de trabalhar por um meio ambiente sadio constrói-se num fazer diário, numa relação pessoal e grupal e, por isso, a tomada de consciência ambiental cidadã só pode traduzir-se em ação efetiva quando segue acompanhada de uma população organizada e preparada para conhecer, entender e exigir seus direitos e exercer suas responsabilidades.

Conforme Capra (1994), o homem está em busca de mudanças para uma qualidade de vida. Uma re-avaliação das posturas envolve o “sentir-se” bem, “estar” saudável, sendo necessário o equilíbrio e respeito para com o meio ambiente, no uso de forma racional dos recursos naturais, com base nos princípios preservacionistas. É uma relação equilibrada do homem com o meio ambiente. O indivíduo percebe e constrói o mundo que o rodeia, principalmente com base na percepção visual. A percepção da qualidade ambiental está ligada à percepção que os indivíduos tem das nuances do meio ambiente. Contudo, pode-se concluir que o aspecto mais importante a respeito da qualidade ambiental não é somente em relação à percepção ou ao comportamento e seu significado, mas sim, a tomada de consciência.

Questão 2: Discussão do tema meio ambiente no convívio social (Academias e ONG's).

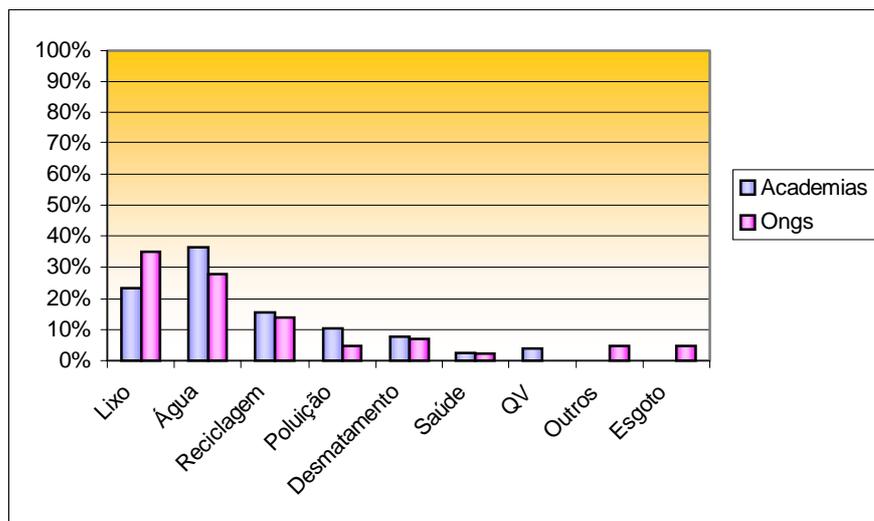


Gráfico 13 - Discussão do tema “meio ambiente” no convívio social.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Dentre os 52% entrevistados das academias, 20% responderam que discutem o tema “meio ambiente” no convívio social, 48% que não, e 4% as vezes.

Dentre os entrevistados das ONG's, 92% responderam que discutem o tema “meio ambiente” no convívio social, 2% que não, e 4% as vezes.



Gráfico 13-A – Temas mais discutidos no convívio social.
 Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Dentre os entrevistados das academias (52%) que discutem o tema meio ambiente 36% abordam sobre “água”, 23% “lixo” e, somente 6%, “saúde e qualidade de vida”.

Dentre os entrevistados das ONG’s (53%) que discutem o tema meio ambiente 34% abordam sobre “lixo”, 27% “água” e somente 2% “saúde e qualidade de vida”.

Pode-se constatar que os indivíduos entrevistados das academias e das ONG’s ainda não possuem a percepção da importância da saúde do meio ambiente na saúde do corpo humano.

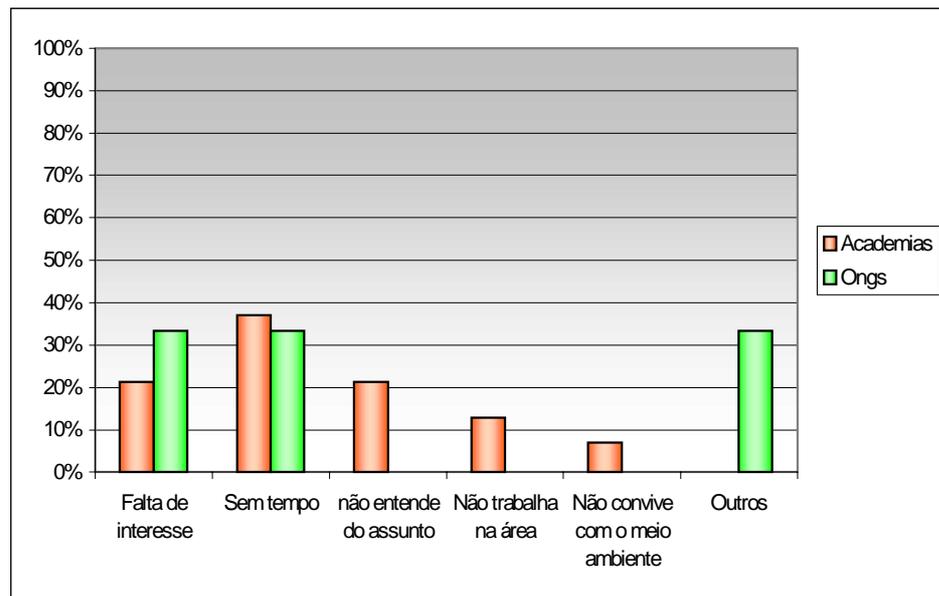


Gráfico 13-B – Justificativa da não discussão do tema “meio ambiente” no convívio social.

Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Na academias, no que se refere à justificativa da não discussão do tema meio ambiente no convívio social, dos entrevistados 37% colocam que não tem tempo, 21% não entendem do assunto e 21% não tem interesse.

Nas ONG's, 33% não tem interesse, 33% não tem tempo e 33% não respondeu.

Questão 3: Contribuição para a preservação do meio ambiente (Academias e ONG's).

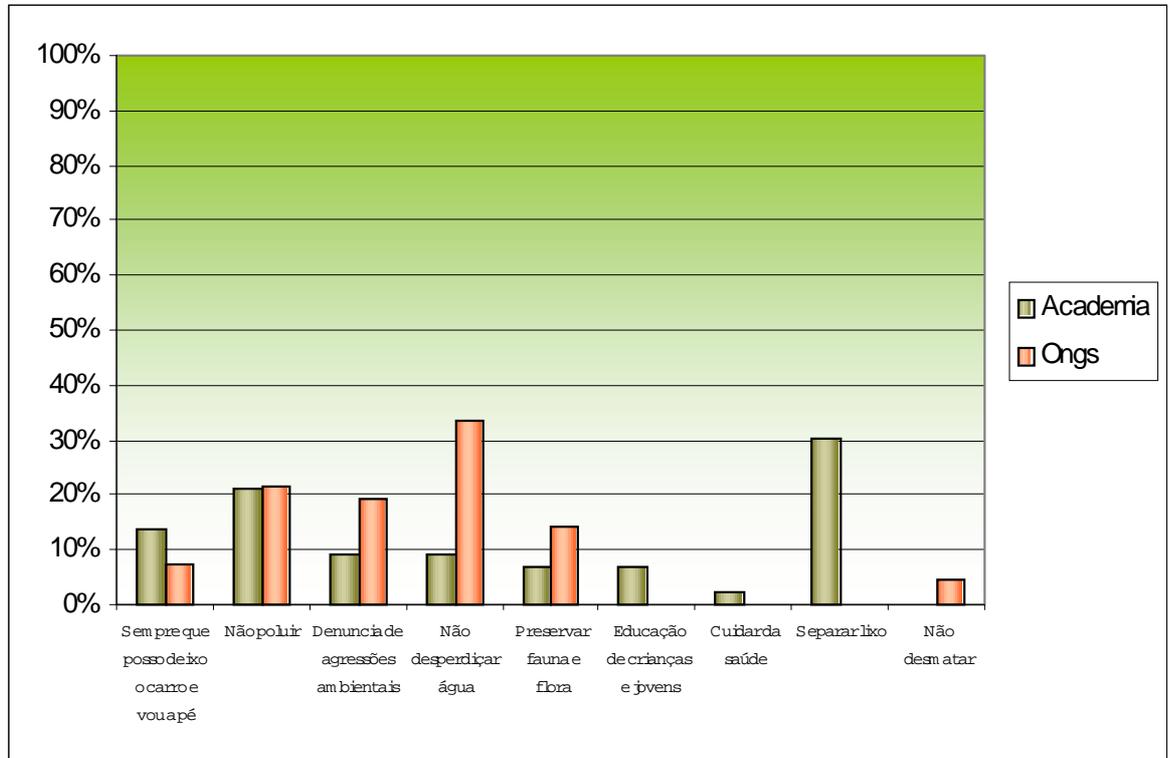


Gráfico 14 – Contribuições para a preservação do meio ambiente.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Pode-se concluir que os pensamentos e as ações do homem são o reflexo do que foi repassado e internalizado em termos de informações. Desta forma, percebe-se que dentre os entrevistados das academias e das ONG's que estes ainda não têm percepção da importância da saúde do meio ambiente na saúde do corpo humano.

Neste sentido, Gonçalves (1994) enfatiza que a relação de unidade homem-natureza é uma relação viva e funda-se na sensibilidade, isto é, a importância da capacidade de “sentir” as coisas que dão prazer. Sendo assim, essa sensibilidade não é só para “sentir” e “perceber”, mas sim, para “interpretar as informações” e aplicá-las no dia-a-dia de cada indivíduo.

Isto é possível justamente pelo fato do ser humano ser um sistema aberto (interação com a natureza). Com isso, tem-se a possibilidade de entrar nesse sistema, introduzindo novas informações que possam alterar seu

comportamento. Portanto, com base na simultaneidade entre “sentir”, “perceber”, “agir” e a “influência” que a natureza tem sobre o indivíduo, é que se deduz que existe a possibilidade de interferir nesse processo, a fim de modificar o comportamento de um indivíduo, a partir das informações que capta e interpreta. (GONÇALVES, 1994).

Diante disso, esta proposta de um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para as academias e organizações não-governamentais é uma das formas de sensibilizar os indivíduos praticantes de atividade física e os indivíduos ambientalistas filiados, no que se refere à dinâmica da saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente. Não é somente preservar, mas sim, entender o porquê desta ação.

Questão 4 – Conhecimento prévio para a compreensão do tema “meio ambiente” (Academias e ONG’s).

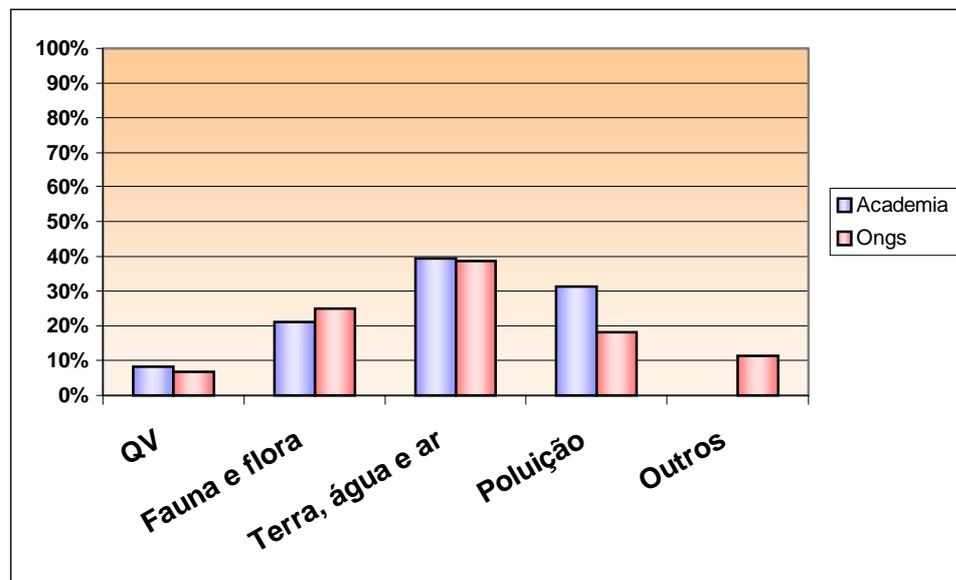


Gráfico 14-A – Conhecimento prévio para a compreensão do tema “meio ambiente”.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Para a compreensão do tema “meio ambiente” as respostas mais significativas dos entrevistados das academias e das ONG’s foram: terra, água, ar, poluição, fauna e flora.

Segundo Sahtouris (1991), é preciso recuperar a identidade do indivíduo, a capacidade de sentir, emocionar, vibrar, sentir o cosmo, o prazer e o amor – de forma conjunta – na busca de soluções para a saúde integral.

Relacionar os fatores mencionados anteriormente – nas respostas dos entrevistados - como conhecimento prévio do termo “meio ambiente” é não estar integrado com o todo, num processo reflexivo e consciente da importância da conservação ambiental para a saúde do corpo humano. A importância da relação homem-natureza para o processo de conscientização e re-equilíbrio de cada indivíduo, o resgate de valores, o ouvir do corpo e um novo olhar para o meio ambiente contribuirá com o despertar e o compartilhamento de sentimentos para com os semelhantes e para com o meio ambiente.

Questão 5: Percepção da relação meio ambiente-corpo-mente (Academias e ONG's).

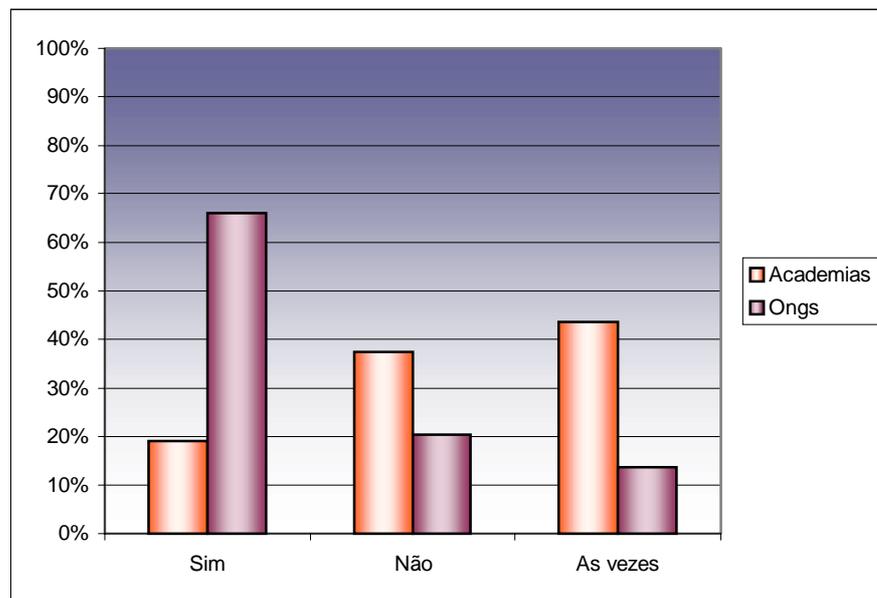


Gráfico 15 – Percepção da relação meio ambiente-corpo-mente.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

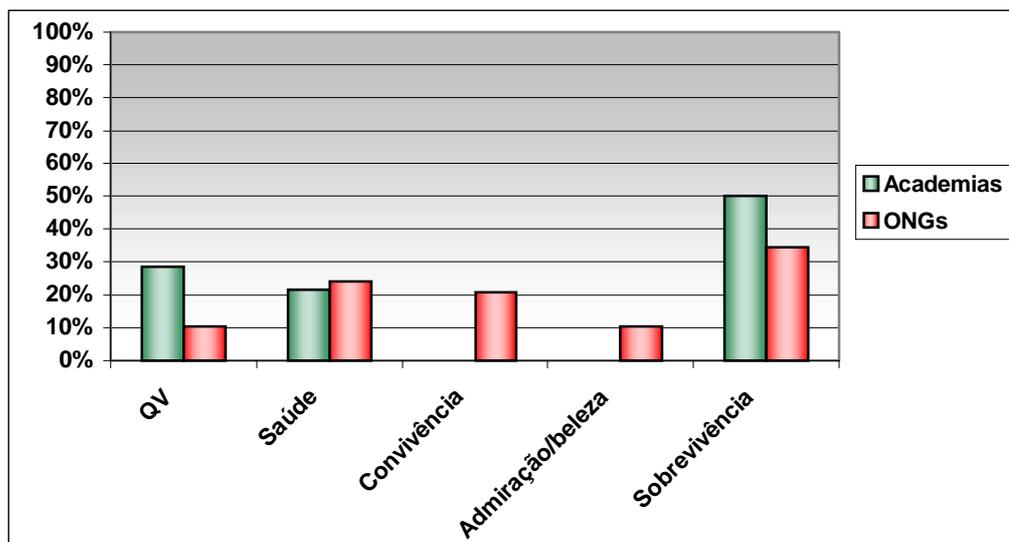


Gráfico 15-A – Tipo de relação meio ambiente-corpo-mente.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

Dos entrevistados nas academias, 37% afirmaram que não há uma relação meio ambiente-corpo-mente, 19% que há, e 43% tem dúvidas.

Dos 19% que afirmaram que há uma relação, 50% apontaram ser uma relação de sobrevivência, 28% de qualidade de vida e 21% de saúde.

Dos entrevistados nas ONG's, 20% afirmaram que não há uma relação meio ambiente-corpo-mente, 65% que há, e 13% tem dúvidas.

Dos 65% que afirmaram que há uma relação, 34% apontaram ser uma relação de sobrevivência.

Conforme aponta Ouriques (2000), é pelo corpo (na relação homem-natureza e na experiência perceptiva) que o indivíduo toma consciência do mundo, do semelhante e de si mesmo. Contudo, o olhar fragmentado da relação meio ambiente-corpo-mente nas respostas dos entrevistados, não permite o seu aprofundamento na relação homem-natureza. A relação meio ambiente-corpo-mente pode ser traduzida como uma busca das necessidades do indivíduo para encontrar o seu "eu". Assim, esta busca implica em se ter possibilidade de decidir, autonomamente, sobre o próprio destino e um estilo de vida, mas sem esquecer que a busca por uma vida saudável é de forma coletiva.

Freire, J.B. (1990) enfatiza que o corpo não é apenas a sede do sensível; é também a do inteligível [...]. O ser que pensa é o mesmo que sente [...]. Se um dos dois faltar é o mesmo que faltar tudo. Então, Pode-se concluir que a qualidade de vida pode ser conseguida com a re-estruturação do estilo de vida e dos hábitos adquiridos, bem como a sensibilização para um processo de conscientização quanto aos benefícios do meio ambiente na saúde do corpo (educação ambiental).

Assim, os termos “qualidade de vida” e “qualidade ambiental”, segundo Paschoal (2000) estão intimamente ligados, pois o homem é o ambiente, independentemente se o mesmo interfere no funcionamento deste ambiente. A qualidade de vida está relacionada à dinâmica da saúde do corpo humano e da saúde do meio ambiente. Portanto, pode-se concluir que a qualidade de vida é tanto na questão individual (dependendo dos objetivos de cada indivíduo) e questão coletiva (com a preservação do meio ambiente promovendo mudanças de atitudes).

Desta forma, a vida tem que transcender e a relação homem-natureza revista e transformada, entendendo que esta relação age em conjunto com o processo de desenvolvimento do ser humano e de sua sensibilização nas questões ambientais, isto é, a relação meio ambiente-corpo-mente é a base para uma qualidade de vida.

Diante disso, a educação ambiental surge como um instrumento para contribuir na sensibilização do indivíduo facilitando a compreensão da relação saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente.

5.3 Parte III – Questões Específicas quanto às Sugestões dos Entrevistados para um Processo de Conscientização do Indivíduo

I – EM RELAÇÃO ÀS SUGESTÕES PARA MUDANÇAS

Questão 1: Ações educativas para sensibilizar o indivíduo quanto às questões ambientais para uma qualidade de vida (Academias e ONG's).

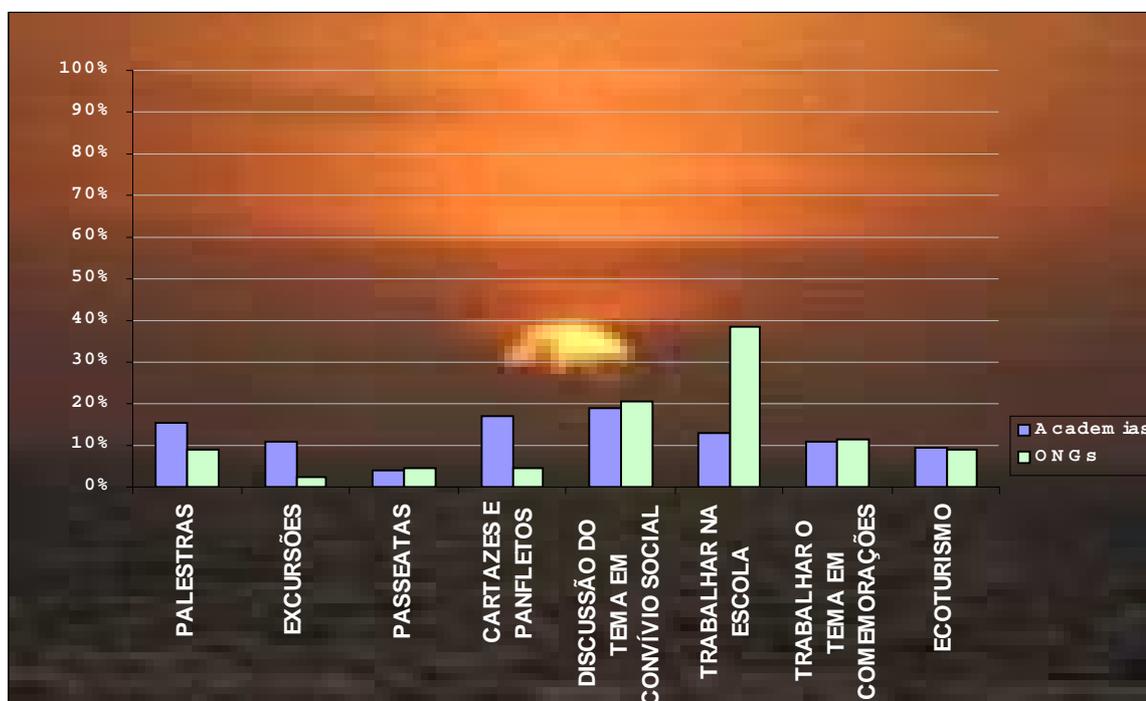


Gráfico 16 - Ações educativas para sensibilizar o indivíduo.
Fonte: A partir dos dados primários da pesquisa, 2002.

As respostas dos entrevistados das academias com percentuais mais significativos são: “discussão no convívio social” (19,5%), “colocação de cartazes” (17,01%), e “realização de palestras” (15,65%). Na opinião dos mesmos estas ações são as melhores formas de sensibilizar e conscientizar a população.

As respostas dos entrevistados das ONG's com percentuais mais significativos são: “trabalhar o tema meio ambiente nas escolas” (38,64%), e

“discussão no convívio social” (20,45%). Na opinião dos mesmos estas ações são as melhores formas de sensibilizar e conscientizar a população.

Na análise das respostas dos entrevistados das academias, quanto ao elemento mais significativo para contribuição no processo de sensibilização - “discussão no convívio social” - fica demonstrada que os praticantes de atividade física, bem como os professores e técnicos de academias ainda não têm a percepção da importância deste tema ser trabalhado nas escolas, onde o indivíduo já participaria do processo de conscientização, sensibilizando-se desde criança com os problemas ambientais.

Portanto, há necessidade de um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e na Prevenção da Saúde para as academias e as agências formadoras (cursos de educação física, cursos para técnicos, treinadores, dentre outros cursos formadores). Conforme Toscano (2001), o nível de conhecimento dos alunos de educação física é inadequado no que se refere à relação atividade física-saúde.

Mesmo com um percentual significativo quanto à escolha de elemento “discussão no convívio social”, os praticantes de atividade física em academias, ainda não têm um grau de maturidade, no que diz respeito à importância da saúde do meio ambiente na relação homem-natureza. Segundo Oliveira (2000). A educação ambiental trata da interação entre seres humanos, de troca de saberes cultural e empírico e um processo contínuo de aprendizagem, significando apreensão, compreensão, interpretação, análise e reflexão da realidade, mediada por ações dos indivíduos em seu meio. A partir disso, os praticantes de atividades físicas em academias podem se beneficiar deste instrumento para o processo de conscientização quanto à inter-relação corpo-mente-meio ambiente.

Portanto, propor um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para academias e organizações não-governamentais é pensar em mudanças de valores, atitudes e comportamentos, isto é, o indivíduo crítico – um homem integral – homem-natureza. (TEICH, 2002).

Na análise das respostas dos entrevistados das ONG's, quanto ao elemento mais significativo para contribuição do processo de sensibilização - “deve ser trabalho nas escolas” - fica demonstrado que se faz necessário que o

indivíduo desde pequeno comece a interagir com o meio ambiente, compreendendo que é preciso preservá-lo. Estas respostas foram ratificadas com o segundo elemento - “discussão no convívio social” – ou seja, a interação família-escola, mostra a importância da relação homem-natureza. Segundo Dias (2000), o processo de ensino-aprendizagem proporciona o desenvolvimento do indivíduo de forma integral; é um processo de formação e informação, orientado para o desenvolvimento da consciência crítica sobre as questões ambientais e de atividades que levem à participação das comunidades na conservação do equilíbrio ambiental.

Contudo, não se pode esquecer que estes mesmos entrevistados (61%) não praticam nenhuma atividade física e, aqueles que praticam, começaram por determinação médica, podendo-se concluir que a procura pela atividade física não se dá pela saúde em seu amplo sentido.

Conforme Paschoal (2000), uma “atitude”, independentemente da estratégia usada, se dá a partir de uma leitura particular do termo “sensibilizar”, num sentido mais profundo e porque não mais abrangente, pois coloca a sensibilização como ato, através do qual estaria envolvido todo processo de educação (re-educação), para que se possa promover o processo de conscientização, no resgate da interação corpo-mente, para o direito à qualidade de vida.

Pode-se constatar que a educação ambiental está diretamente envolvida com a questão de como promover o restabelecimento do equilíbrio existente entre o meio ambiente, o homem e a saúde, a partir não só de sua ação, mas na busca mais aperfeiçoada das respostas e práticas de ação. Segundo Freire, P. (1980), a educação é como o ato de conhecimento que se dá com a aproximação crítica da realidade, exemplifica a realidade e a urgência quanto à preservação do meio ambiente para uma qualidade de vida, sendo complementado por Leripio, D. (2000), quando questiona: Para quem? Para quê? Como? acontece a preservação ambiental.

Portanto, sendo o objetivo principal de cada indivíduo a busca pela qualidade de vida, o estímulo para a sensibilização despertará no mesmo as respostas que procura. Para Dias (2000), o indivíduo é movido por emoções, isto

é, sem estímulos não há resposta. Este processo de sensibilização tem o potencial de preparar as pessoas para as mudanças [...]

5.4 Conclusão do Capítulo

Analisando os dados coletados e relacionando-os aos objetivos predeterminados no início deste estudo, pode-se destacar que a educação é como um ato de conhecimento que se dá com a aproximação crítica da realidade (FREIRE, P. 1980). Desta forma, é fundamental um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para academias e organizações não-governamentais, com ações educativas que promovam a sensibilização para um processo de conscientização dos indivíduos praticantes de atividades físicas e dos ambientalistas filiados, frente à relação da saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente para uma qualidade de vida.

Segundo Leripio, D. (2000), é através da escola e da educação que se pode sensibilizar toda a camada da população. As recomendações formuladas nos documentos oficiais ao término de cada evento sobre o tema em questão têm contribuído significativamente para o alcance de fundamentações conceituais, que proporcionem uma prática educativa que sensibilize e provoque a conscientização voltada para a ação. Conforme Leff (1995), o saber ambiental crítico e complexo, vai se construindo num diálogo de saberes e num intercâmbio interdisciplinar de conhecimentos. O mesmo deve ocorrer no que se refere à importância da prática de atividade física para a saúde.

Sendo assim, sabendo-se que a qualidade de vida tornou-se um desafio a ser estudado neste novo milênio, tendo em vista o avanço tecnológico paralelamente à degradação ambiental, entende-se que estes são fatores mínimos que poderão vir em auxílio do ser humano, tanto para a preservação ambiental, como para uma qualidade de vida humana. Diante do exposto, este estudo viabilizou a elaboração de um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para academias e organizações não-governamentais, que será descrito no Capítulo a seguir.

6 PROGRAMA DE INTERVENÇÃO EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL E PREVENÇÃO DA SAÚDE PARA ACADEMIAS E ORGANIZAÇÕES NÃO-GOVERNAMENTAIS

Frente às constatações verificadas na pesquisa de campo propõe-se um Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde para academias e organizações não-governamentais, com base na revisão da literatura e na experiência profissional do pesquisador.

Para este intento, a Ilha de Santa Catarina possui caminhos e trilhas, com diversidade de tipo, função, forma e grau de dificuldade, apresentando inúmeras características: “de curto a longo percurso; de caminhadas simples; e, de orientação fácil.”, bem como alguns desses percursos exigem um preparo físico normal e outros mais apurados, contando, ainda, em seus percursos, ecossistemas e paisagens diversificadas. (ZEFERINO, 2001, p.20).

6.1 Justificativa

Trabalhar a prática de atividades físicas junto ao meio ambiente vem contribuir para o despertar dos indivíduos praticantes de atividades físicas em academia e dos ambientalistas filiados nas organizações não-governamentais, frente às atitudes e competências quanto à importância do equilíbrio corpo-mente para a saúde humana e da relação homem-natureza no resgate da qualidade de vida.

Vindo em auxílio do processo de sensibilização ecológica de cada indivíduo surgiu a Educação Ambiental, que é revolucionária, pois propõe mudanças, e a prática de atividades físicas na natureza contribuirá com o processo de conscientização.

Desta forma, a implantação de um Programa integrado de iniciativas educacionais para a promoção da preservação do equilíbrio corpo-mente e do meio ambiente é motivado por inúmeros fatores e, dentre eles, está o compromisso deste pesquisador para com o seu semelhante, no resgate da cidadania dos indivíduos, buscando uma educação integral.

Ressalte-se que o processo de sensibilização dos indivíduos praticantes de atividades físicas e dos ambientalistas filiados será constituído por etapas: divulgação do material informativo sobre a importância da prevenção da saúde e do meio ambiente (cartilha, folders, vídeos); distribuição de material bibliográfico científico; palestras; e cursos de capacitação para professores e técnicos das academias, bem como para os ambientalistas filiados. Este material deverá ser direcionado à demonstração da importância do equilíbrio corpo-mente e da relação homem-natureza na busca por uma qualidade de vida.

Faz-se necessário, também, inter-relacionar a teoria com a prática, com o intuito de reforçar o entendimento da necessidade de ser preservar a saúde humana e a do meio ambiente. Contribuindo com o processo de conscientização destes indivíduos é fundamental uma prática de atividades na natureza, sempre fundamentadas em atividades teóricas de suporte.

Desta forma, as atividades físicas propostas neste Programa podem ser realizadas nos 19 caminhos e 11 trilhas mapeados por Zeferino et al. (2001, p.26-88), que apresentaram em sua obra intitulada “Caminhos e trilhas de Florianópolis”, os quais estão demonstrados nas Fotos de 1 a 31, no término deste Programa.

Estas caminhadas irão proporcionar um bem-estar na condição física e psicológica e contribuirão, também, na sensibilização dos indivíduos frente às atitudes e competências quanto à preservação do equilíbrio corpo-mente e da relação homem-natureza. Ressalte-se que esta etapa é a que apresenta as ações de intervenção em Educação Ambiental.

Diante do exposto, este Programa se fundamenta na sensibilização para a conscientização dos indivíduos, com o intuito de alterar a forma de interpretação das informações recebidas do meio em que vive. Exercer a responsabilidade social é ter consciência maior sobre as questões culturais,

ambiental e defesa da vida humana. Somente isto já é uma justificativa suficiente para as mudanças estratégicas nas academias e organizações não-governamentais.

Sendo assim, os indivíduos praticantes de atividades físicas têm a oportunidade de interagir com a natureza por meio do resgate da relação homem-natureza, com um novo olhar quanto às questões ambientais e com os cuidados necessários para o equilíbrio do corpo-mente.

Já, os indivíduos ambientalistas filiados nas organizações não-governamentais têm a oportunidade de resgatar a imagem corporal, com um novo olhar para a importância da prática de atividades físicas para o equilíbrio do equilíbrio corpo-mente.

6.2 Objetivo

6.2.1 Objetivo geral

Proporcionar às academias e às organizações não-governamentais a oportunidade de participar do processo de disseminação de informações quanto à importância da preservação do equilíbrio corpo-mente e do meio ambiente, no resgate da relação homem-natureza, para uma qualidade de vida e, ao mesmo tempo, poderão conhecer os caminhos e trilhas de Florianópolis propostos por Zeferino et al. (2001).

6.2.2 Objetivos específicos

- 1) Promover palestras sobre a importância da atividade física na natureza para a preservação do equilíbrio corpo-mente;
- 2) Proporcionar sessões de vídeos educativos demonstrando a importância da relação homem-natureza;

- 3) Estimular os indivíduos praticantes de atividades físicas e dos ambientalistas filiados à prática de atividades físicas junto à natureza;
- 4) Planejar atividades práticas conjuntas na natureza a cada 15 dias;
- 5) Propor alternativas na utilização da natureza, para o resgate da imagem corporal e da corporeidade (equilíbrio corpo-mente).

6.3 Conteúdo

Uma das etapas do planejamento (conteúdo) das atividades físicas teórico-práticas é de fundamental relevância para o sucesso deste Programa, uma vez que este proporciona a definição das ações a serem realizadas para o alcance dos objetivos delimitados. Para tanto, é necessário:

- inserir nos programas de atividades físicas das academias alguns preceitos metodológicos de Educação Ambiental, direcionando as práticas à natureza, no sentido de proporcionar a utilização consciente do meio ambiente;
- inserir nos estatutos das organizações não-governamentais preceitos metodológicos de imagem corporal e inter-relação corpo-mente, direcionando as práticas de atividades físicas à natureza, no sentido de demonstrar a importância da atividade física na saúde humana;
- promover cursos de capacitação para professores e técnicos de academias, com o intuito de suprir as lacunas deixadas pelas agências formadoras, no que se refere à importância do equilíbrio corpo-mente e no resgate da relação homem-natureza;
- contextualizar a prática de atividades físicas no cotidiano e não apenas como prática especializada de academias;

- desenvolver material informativo (vídeos, cartilhas, folders, etc.) no que se refere à preservação do meio ambiente;
- desenvolver textos teóricos sobre a inter-relação corpo-mente e a percepção da imagem corporal;
- desenvolver material informativo (cartilhas, vídeos, folders etc), no que se refere à importância do equilíbrio corpo-mente e imagem corporal;
- desenvolver material teórico para o entendimento do homem e sua relação com o “eu”, e sobre a importância da relação homem-natureza, pois o meio é o todo;

6.4 Material Utilizado

1) Material Informativo (vídeo, cartilha, folders etc.).

Observação: recomenda-se que os textos e materiais que serão utilizados no Programa proposto sejam assuntos que despertem o interesse dos indivíduos, ligados ao cotidiano de cada um, com a inserção de problemas ambientais e de saúde a partir de um entendimento-conhecimento prévio. Os vídeos podem ser apresentados durante a prática de atividades físicas nas academias ou no período de trabalho nas organizações não-governamentais.

2) Programas de passeios em conjunto (caminhos e trilhas), com um plano de atividades físicas no meio ambiente, para os indivíduos praticantes de atividades físicas;

3) Programas de visitas dos ambientalistas filiados às academias, com um plano de atividade física em conjunto, praticadas na natureza (caminhos e trilhas);

4) Vídeos demonstrando a relação homem-natureza para o equilíbrio corpo-mente, a interação com o outro, a prática de atividades físicas na natureza, a prevenção da saúde humana e do meio ambiente, as ações educativas para a preservação ambiental etc.

A seguir, os caminhos e trilhas propostos por Zeferino (2001, p.26-88).



Foto 1 - Caminho do Córrego Grande ao Canto da Lagoa.

- preparo físico: normal e bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis em vertentes íngremes

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.26.



Foto 2 - Caminho da Costa da Lagoa ao Canto dos Araçás.

- preparo físico normal

- tempo: 2h

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis em longo percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.28.



Foto 3 - Caminho da Costa da Lagoa a Ratores.

- preparo físico normal

- tempo: 40 min

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis em curto percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.30.



Foto 4 - Caminho do Engenho (da Ponta do Morro).

- preparo físico normal

- tempo: 30 min

- grau de dificuldade: semi-leve – caminhada em desníveis pouco acentuados - curto percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.32.



Foto 5 - Caminho do Farol.

- preparo físico normal
- tempo: 35 min
- grau de dificuldade: semi-leve

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.34.



Foto 6 - Caminho da Grotta.

- preparo físico bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada em desníveis acentuados, exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.36.



Foto 7 – Caminho da Gurita.

- preparo físico bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: semi-leve – caminhada geralmente plana, exige a travessia de furnas e alguns pequenos trechos acidentados

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.38.



Foto 8 – Caminho da Igreja.

- preparo físico apurado.

- tempo: 30 min

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis acentuados, exige esforço, trecho curto

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.40.



Foto 9 – Caminho da Lomba do Ingá.

- preparo físico normal

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: semi-leve – caminhada geralmente plana com alguns desníveis de baixa inclinação

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.42.



Foto 10 – Caminho do Monte Verde à Costa da Lagoa.

- preparo físico apurado

- tempo: 2h e 30 min

- grau de dificuldade: radical – caminhada em trecho com exposição à altura; uso de apoio e equipamentos no treco que cruza a Cachoeira a Costa; caminhada com desníveis acentuados; exige esforço; longo percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.44.



Foto 11 – Caminho da Partida.

- preparo físico bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada em desníveis acentuados, exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.46.



Foto 12 – Caminho da Restinga.

- preparo físico normal
- tempo: 25 min
- grau de dificuldade: leve – caminhada simples em área plana

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.48.



Foto 13 – Caminho do Saco Grande a Ratonas.

- preparo físico apurado
- tempo: 1h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada em desníveis acentuados; trecho longo exige esforço
 Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.50.

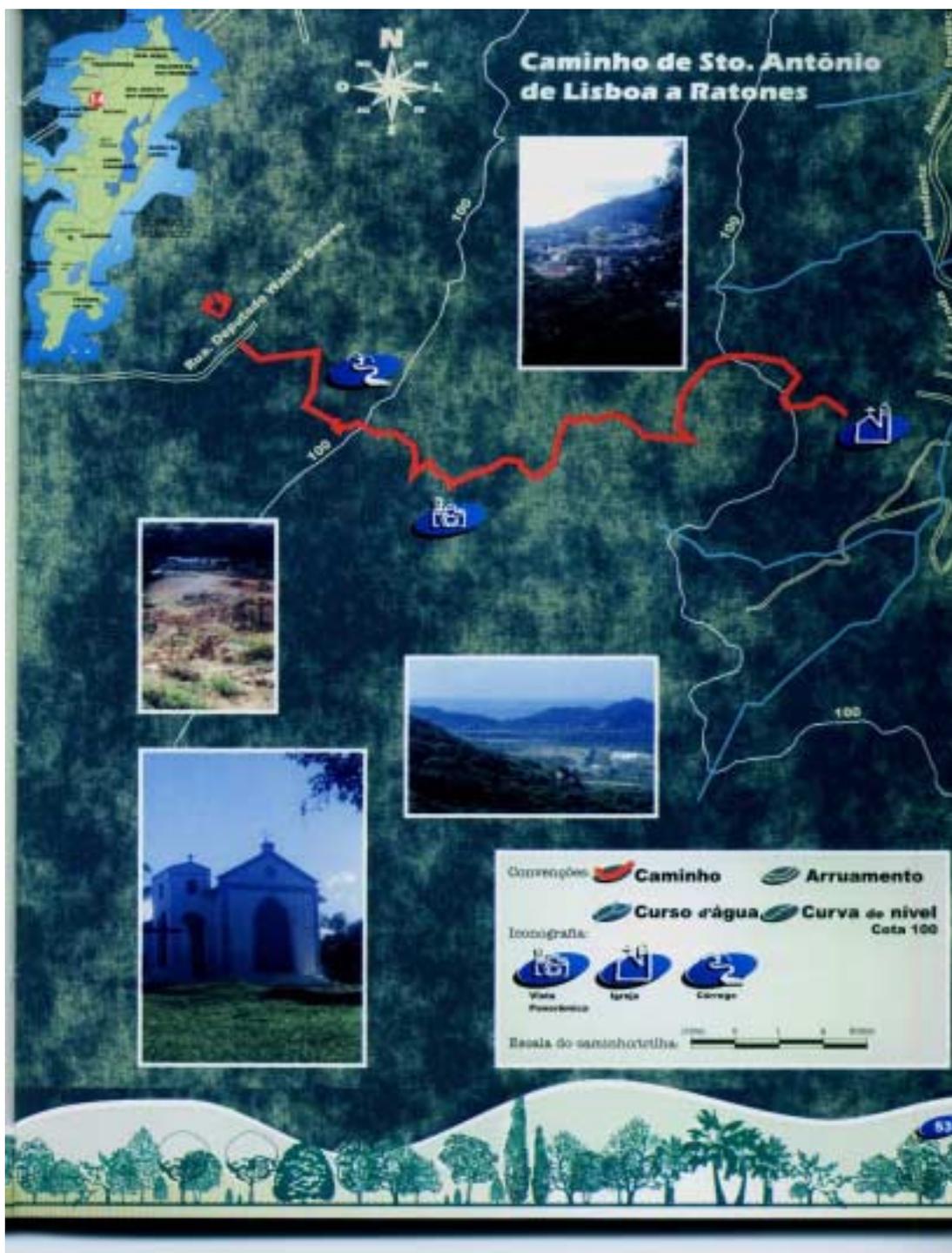


Foto 14 – Caminho de Sto. Antônio de Lisboa a Ratores.

- preparo físico bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desnível; acentuado, exigindo esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.52.



Foto 15 – Caminho do Saquinho (Peri).

- preparo físico normal

- tempo: 40 min

- grau de dificuldade: semi-leve – caminhada simples; geralmente plana

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.54.



Foto 16 – Caminho do Saquinho à Caieira da Barra do Sul.

- preparo físico bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada em desníveis acentuados; exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.56.

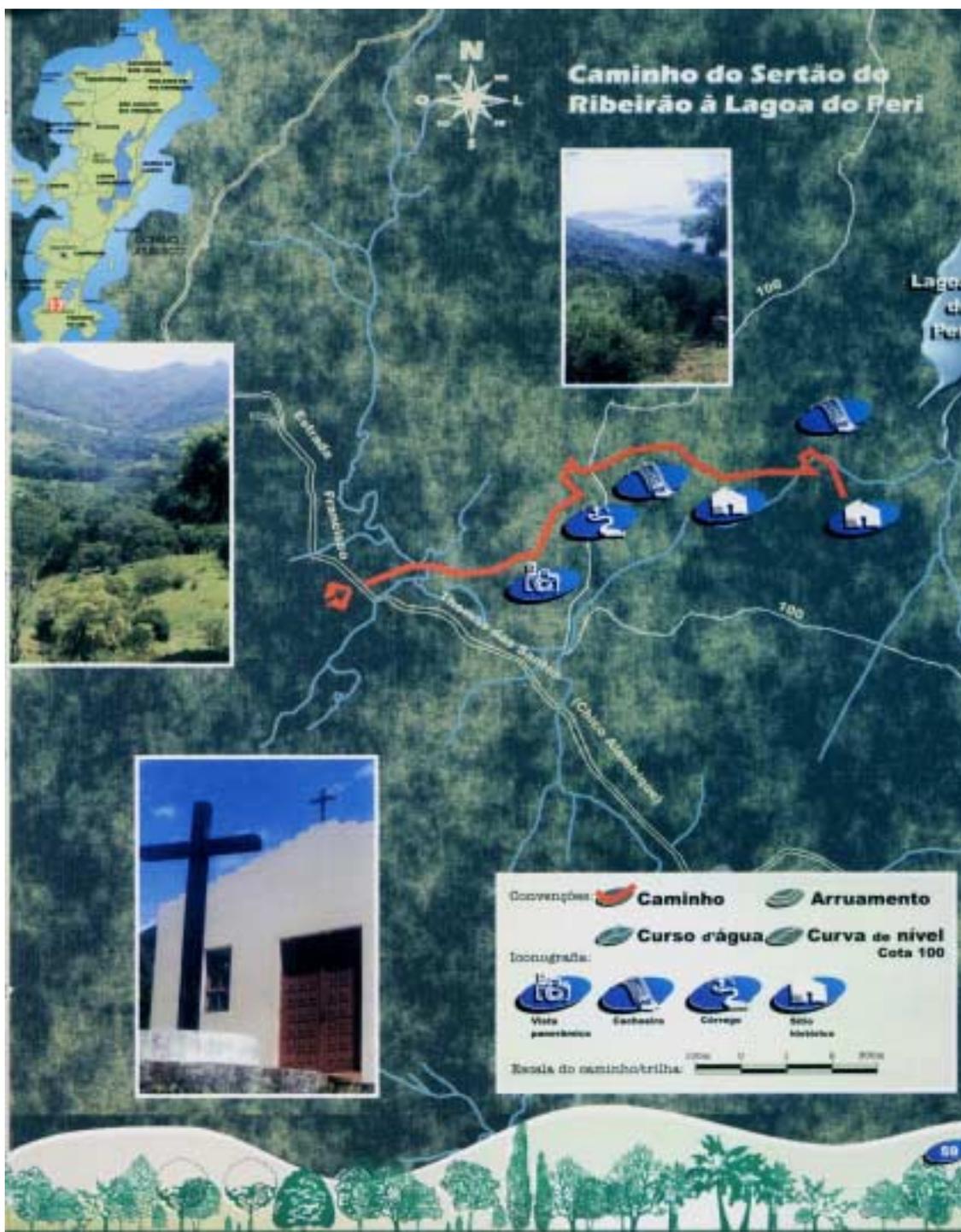


Foto 17 – Caminho do Sertão do Ribeirão à Lagoa do Peri.

- preparo físico normal

- tempo: 30 min

- grau de dificuldade: semi-leve – caminhada em desnível, descida no sentido Sertão / Lagoa

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.58.



Foto 18 – Caminho do Sertão do Ribeirão à Tapera do Ribeirão.

- preparo físico bom
- tempo: 1h e 30 min
- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em trechos acidentados; longo percurso, exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.60.

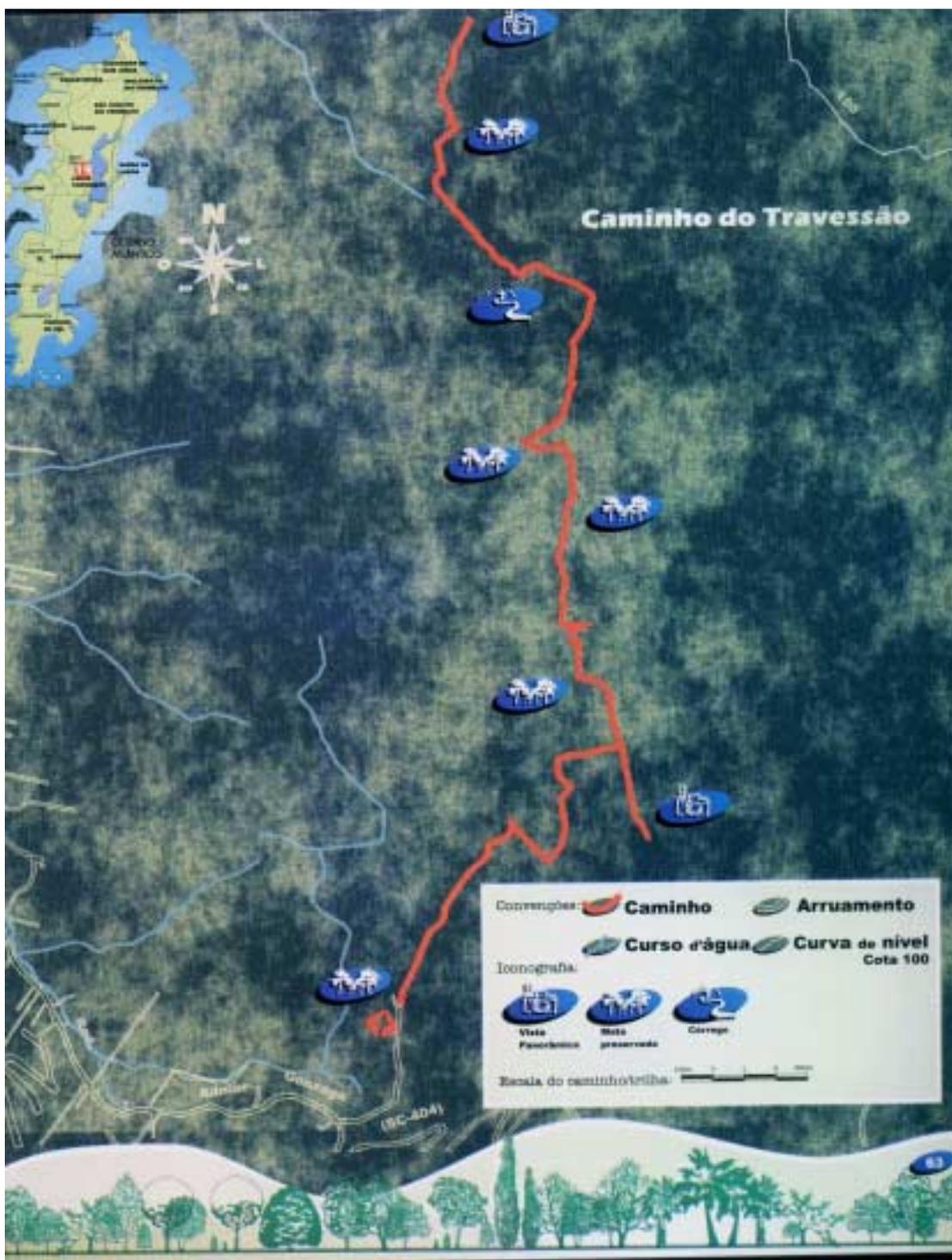


Foto 19 – Caminho do Travessão.

- preparo físico apurado

- tempo: 2h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada longa com muitos desníveis

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.62.



Foto 20 – Trilha do Churrão.

- preparo físico normal

- tempo: 25 min

- grau de dificuldade: semi-leve – caminhada em desníveis pouco acentuados; curto percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.64.



Foto 21 – Trilha da Feiticeira.

- preparo físico normal

- tempo: 50 min

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis; alguns pontos com exposição à altura sobre trechos do costão

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.66.



Foto 22 – Trilha da Galheta à Fortaleza da Barra.

- preparo físico bom

- tempo: 50 min

- grau de dificuldade: caminhada pesada – no sentido Galheta / Fortaleza, em desnível acentuado; exige esforço. Caminhada semi-pesada no sentido Fortaleza / Galheta, com menor inclinação da vertente

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.68.

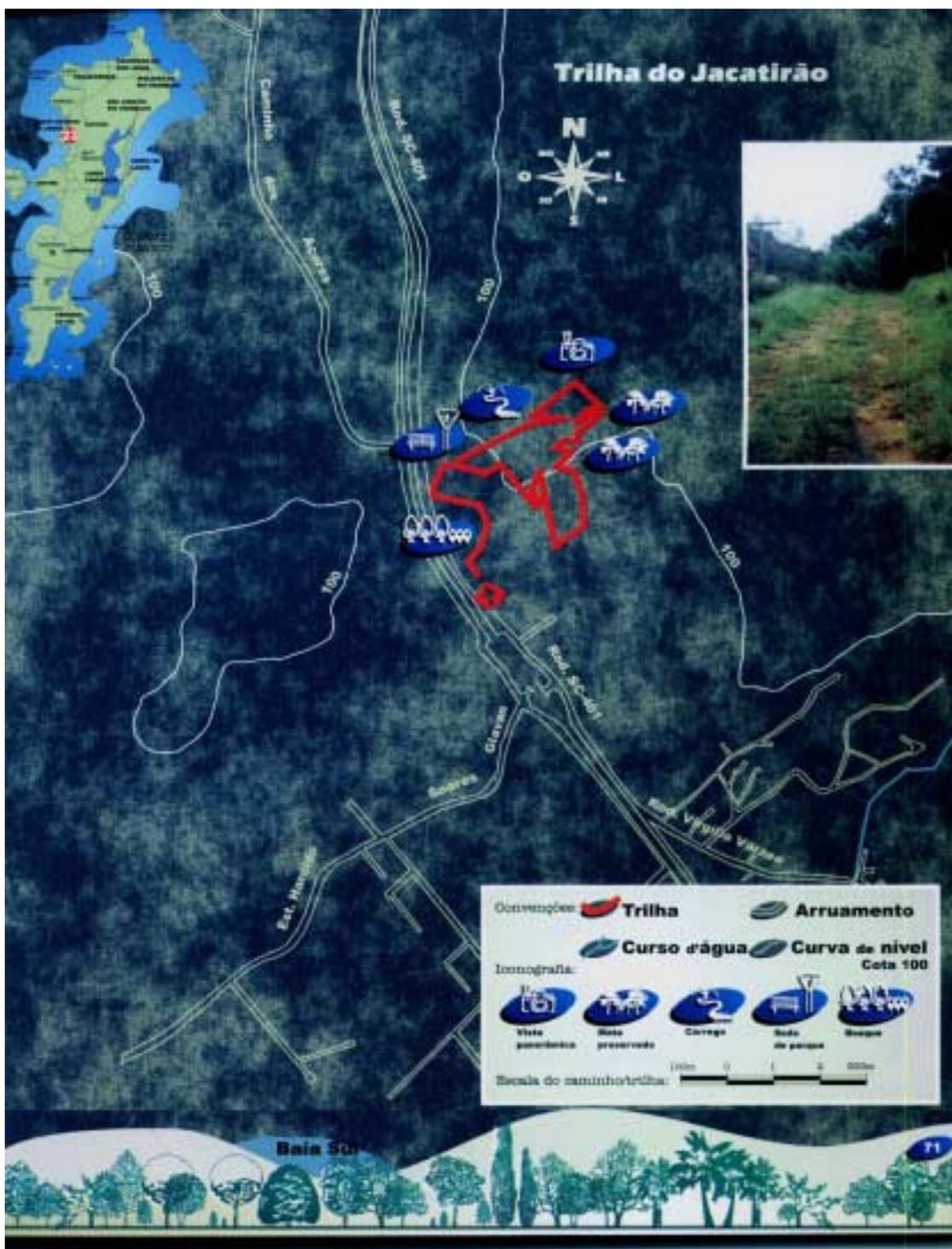


Foto 23 – Trilha do Jacatirão.

- preparo físico bom

- tempo: 1h

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis; curto percurso; trilha adaptada, com degraus elevados e corrimão

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.70.



Foto 24 – Trilha da Lagoa do Peri ao Alto Ribeirão.

- preparo físico apurado

- tempo: 2h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada longa em desníveis acentuados

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.72.



Foto 25 – Trilha da Lagoinha do Leste.

- preparo físico bom

- tempo: 45 min

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis acentuados; curto percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.74.



Foto 26 – Trilha do Matadeiro à Lagoinha do Leste.

- preparo físico apurado

- tempo: 2h

- grau de dificuldade: difícil – caminhada com desníveis acentuados; exposição à altura; longo percurso exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.76.

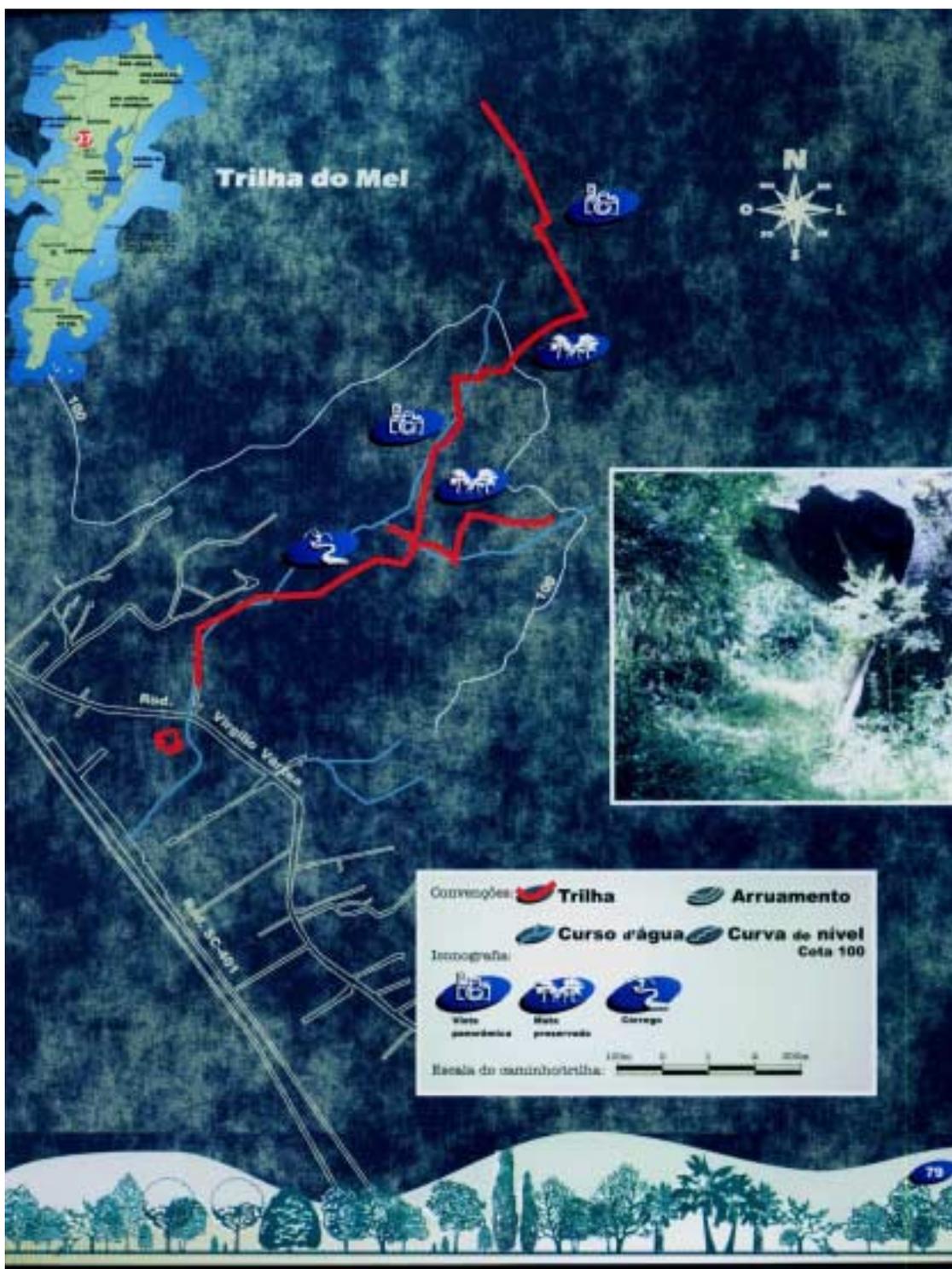


Foto 27 – Trilha do Mel.

- preparo físico apurado
- tempo: 1h e 15 min

- grau de dificuldade: pesada – exige esforço, caminhada em desnível acentuado, trecho longo

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.78.



Foto 28 – Trilha do Morro das Aranhas.

- preparo físico bom
- tempo: 1h

- grau de dificuldade: difícil – caminhada em desníveis, exigindo apoio das mãos e exposição à altura em alguns trechos; exige muito esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.80.



Foto 29 – Trilha dos Naufragados.

- preparo físico normal

- tempo: 40 min

- grau de dificuldade: semi-pesada – caminhada em desníveis curtos e pouco acentuados

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.82.



Foto 30-A – Trilha dos Naufragados à Solidão.

- preparo físico apurado

- tempo: 3h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada em desníveis ; longo percurso; exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.84.



Foto 30-B – Trilha dos Naufragados à Solidão.

- preparo físico apurado

- tempo: 3h

- grau de dificuldade: pesada – caminhada em desníveis ; longo percurso; exige esforço

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.86.

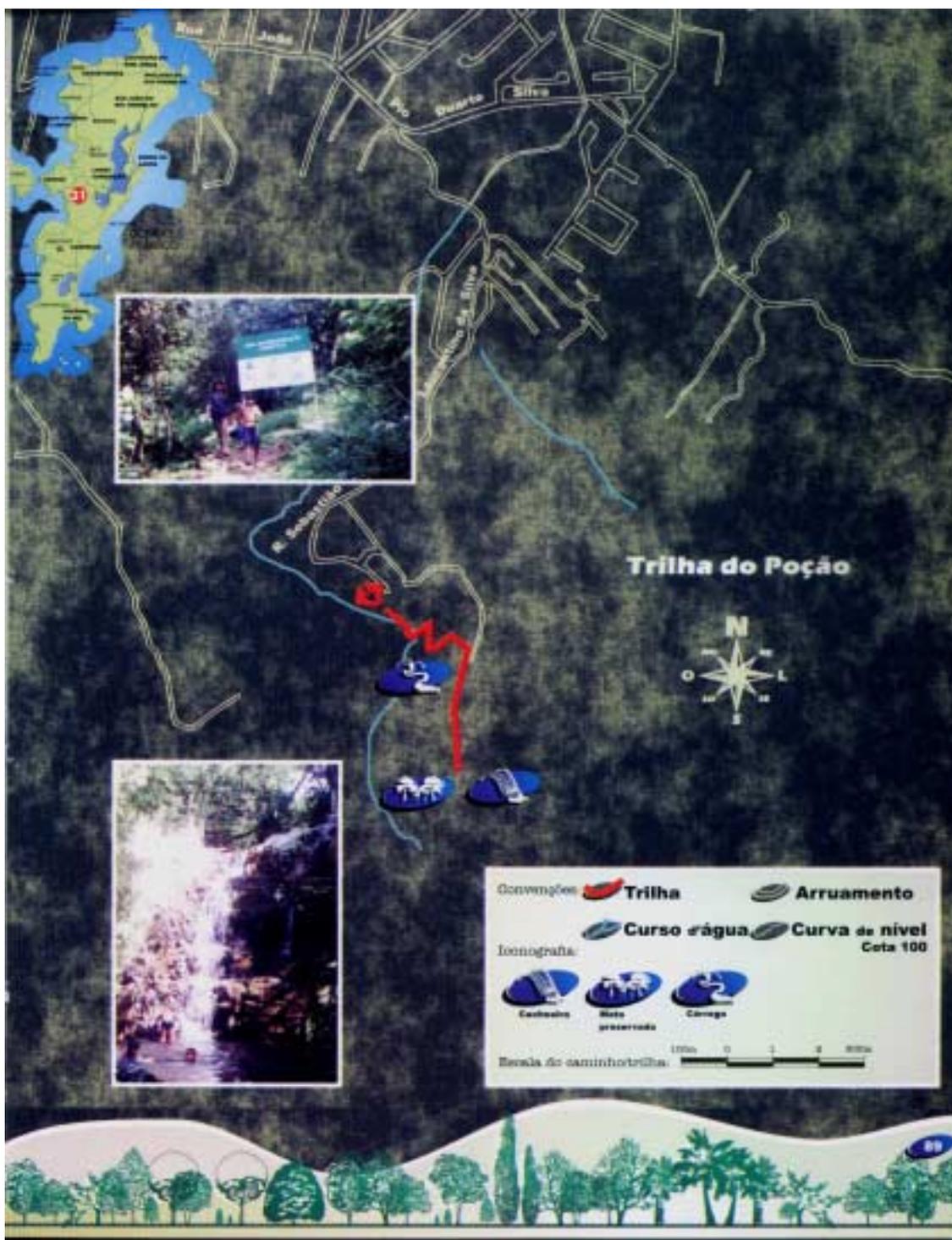


Foto 31 – Trilha do Poção.

- preparo físico normal

- tempo: 15 min

- grau de dificuldade: leve – caminhada simples, geralmente plana; curto percurso

Fonte: ZEFERINO et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis**. Florianópolis: IPUF, 2001. p.88.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS E RECOMENDAÇÕES

7.1 Conclusões

Considerando que a existência de um indivíduo está interligada ao outro, não há como evitar o encontro destes seres humanos. Mas, para que se possa ajudar o outro é necessário o desenvolvimento de uma ação integral, sendo fundamental o autoconhecimento. Desta forma, ficarão entendidas as atitudes e sentimentos do outro, isto é, o indivíduo parte do pessoal para o coletivo.

Partindo do pressuposto de que o ser humano está intimamente ligado a um ambiente, formando com ele um todo integrado, bem como, que a sociedade a que pertence pode, também, condicionar comportamentos e atitudes e influenciar na vida como um todo, é possível uma busca da qualidade de vida sendo hoje, um grande desafio para o ser humano.

Pode-se concluir que a interação homem-semelhante deverá se estender, também, para com o meio ambiente, isto é, o equilíbrio corpo-mente e a relação homem-natureza, em busca de uma qualidade de vida para ambos. Porém, é necessário e fundamental avaliar a qualidade de vida percebida pelo indivíduo, o quanto está ou não satisfeito com a qualidade de sua vida (auto-avaliação).

No que se refere ao atendimento dos objetivos delimitados neste estudo, face aos resultados na análise dos dados nas questões específicas à investigação previamente delimitada estes foram atendidos.

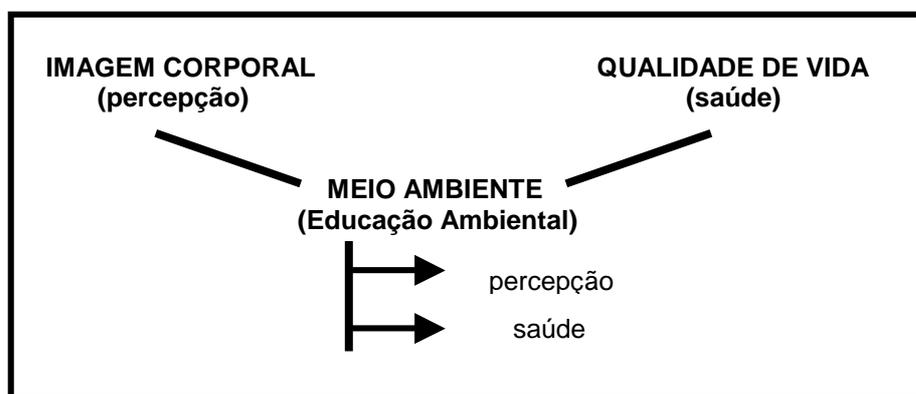
Quanto ao primeiro objetivo pôde-se constatar que as academias e as organizações não-governamentais pesquisadas carecem de ações que venham sensibilizar os sujeitos envolvidos nos dois segmentos, quanto ao processo de

conscientização no que se refere à importância da relação da saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente.

Ficou claro, também, que ao se buscar os temas “equilíbrio corporeamente (corporeidade)”, “atividade física”, “culto ao corpo (imagem corporal)”, e “qualidade de vida” como suporte para uma sustentabilidade ambiental e saúde humana - num resgate da relação homem-natureza – faz-se necessário levar em conta que é fundamental a elaboração de programas de educação ambiental e de prevenção da saúde voltados às mudanças de atitudes e competências, com comprometimento de atuação para a saúde do corpo humano em conjunto com a saúde do meio ambiente.

Há que se ressaltar que o contato do homem com a natureza possibilita o encontro com o seu “eu”, pois o espaço é um condicionante na maneira de ser, do viver humano. Isto é, não é apenas se afastar ou romper com limitações de ordem física, mas o que a ela se vincula. O “novo” que se procura, também, se refere ao ausente, no dia-a-dia e buscar outro ambiente é mais do que simplesmente ir ao encontro da natureza, pois ali a sensibilidade é muito forte, ou seja, ela é força da natureza.

Portanto, a natureza em meio a tudo isso, torna-se uma possibilidade de bem-estar, de reconciliação consigo mesmo, assumindo-se e entendendo-se como parte integrante do mundo, não somente com a natureza, mas com o próprio sentido de “ser” humano, ou seja, o re-encontro com a natureza. É preciso que o “corpo” vá à natureza, pois é este que experimenta o mundo estabelecendo-se, através de suas ações, um diálogo entre o homem e o meio, e assim, conhecer a natureza.



Desta forma, novas posturas sociais e atitudes em que a sensibilidade se faz presentes, uma vez que estes movimentos não se limitam apenas à preservação do meio ambiente, mas requer uma nova postura do homem em relação a si, ao planeta como um todo, à vida... O que se quer é um saber sobre uma natureza em que o ser humano se reconheça como parte integrante dela... O indivíduo que não cuida de seu corpo, não poderá cuidar da terra (meio em que vive).

Quanto ao segundo e terceiro objetivos, constatou-se que a ausência de disseminação de informações no que diz respeito à saúde humana e à importância da preservação ambiental não faz parte da rotina dos segmentos em estudo. Desta forma, é necessária a elaboração de campanhas periódicas sobre saúde e meio ambiente, para que a partir daí, este conhecimento possa ser repassado às comunidades dos sujeitos pesquisados. Porém, a participação dos agentes (donos de academias, professores, técnicos, etc.) e das organizações não-governamentais (ambientalistas filiados) contribuirá para a participação efetiva dos praticantes de atividades físicas e dos ambientalistas filiados.

No que se refere ao quarto objetivo, a prática da atividade física precisa participar do projeto político de saúde. O hábito de exercitar-se – uma mudança de estilo de vida – necessita ser estimulado em todas as práticas sociais. Entende-se saúde como um conceito de equilíbrio geral do homem, um ser complexo, em suas diferentes dimensões e não apenas uma ausência de doenças. A satisfação com o corpo, a consciência (percepção) corporal, a inter-relação corpo-mente (equilíbrio) e a interação homem-natureza são fatores para uma qualidade de vida voltada à saúde do corpo humano e à saúde do meio ambiente.

O respeito ao meio ambiente como um sistema integrado – nesse caso, o homem como parte integrante neste meio – merece atenção especial de todos os envolvidos no processo de transformação de uma sociedade. A partir desta visão pode-se dizer que a Educação Ambiental contribui com o processo de mudanças, quando são lançados novos conceitos, hábitos e atitudes.

Diante disso, é necessário um trabalho intensivo dinâmico e prático, para a viabilidade da implantação do Programa de Intervenção em Educação Ambiental e Prevenção da Saúde que está sendo proposto. Em primeiro lugar,

iniciar com as soluções dos problemas concretos do dia-a-dia (desinteresse e/ou desinformação da importância do meio ambiente na saúde humana e vice-versa), reforçando os valores e contribuindo para o bem-estar geral da população, ou seja, do individual para o coletivo, dando sentido à cidadania.

7.2 Recomendações para Pesquisas Futuras

O presente estudo situa-se na categoria de primeiro nível na categoria de pesquisa – o estudo exploratório. Com a constatação da desinformação e/ou desinteresse da população entrevistada nas academias e nas organizações não-governamentais sobre a inter-relação corpo-mente e a interação homem-natureza, muitas são as necessidades de aprofundamento teórico dos temas abordados e da pesquisa prática.

Para tanto, recomenda-se mensurar o grau de conscientização dos praticantes de atividades físicas em academias e dos ambientalistas filiados nas organizações não-governamentais, após a implantação do Programa de Intervenção de Educação Ambiental e Prevenção da Saúde.

7.3 Considerações Finais

Esta pesquisa possibilitou o repensar daquilo que provocava uma inquietação tão latente no decorrer da vivência deste pesquisador. Algumas das respostas dos entrevistados clarificaram e favoreceram uma compreensão para a análise dos fatores que foram delimitados na pergunta de pesquisa, isto é, entender que a atividade física sem perceber a relação homem-natureza, bem como o cuidado com a preservação ambiental sem levar em conta que o corpo faz parte do todo, não permitirá que se tenha uma qualidade de vida.

Conclui-se, portanto, que os termos “educação” e “saúde” não podem ser compreendidos na generalidade e como bens de consumo pessoal. Isso

porque esse binômio - fundamental para o crescimento intelectual e social do indivíduo - tem hoje sua concepção teórica ampliada, do ponto de vista dos cientistas sociais e analistas de recursos humanos. Os mesmos reconhecem que além da conquista pessoal, o fato de se ter saúde e ter acesso à educação representa um investimento certo também para o desenvolvimento coletivo.

REFERÊNCIAS

ABRASCO. **Boletim da Associação Brasileira de Pós-Graduação e Saúde Coletiva**, ano 17, n.77, p.3, abr./jun., 2000.

ACOT, P. **História da ecologia**. Rio de Janeiro: Campus, 1990.

ARAÚJO, D.S.M.S. de. **Autopercepção da aptidão física relacionada à saúde**. 2001. 159f. Tese (Doutorado) – Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Gama Filho, São Paulo.

BOFF, L. **Princípio-Terra: uma volta a terra como pátria comum**. São Paulo: 1995.

BORINI, M. **O impacto da aparência: transformação da década de 80**. 2003. TCC (Graduação) – Graduação em Moda, Habilitação: Estilismo, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis.

BRÜGGEMANN, F.M. **Recursos naturais, com potencial turístico, para o desenvolvimento local sustentável do município de Rancho Queimado no Estado de Santa Catarina**. 2001. 195f. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Engenharia Ambiental, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

CAPRA, F. **O ponto de mutação**. 18.ed. São Paulo: Cultrix, 1994.

_____. **A teia da vida: uma nova compreensão científica dos sistemas vivos**. São Paulo: Cultrix, 1996.

CARVALHO, Y.M. de. O 'mito' da atividade física: uma reflexão do corpo. In: ENCONTRO NACIONAL DE RECREAÇÃO E LAZER, 9, **Anais...** Belo Horizonte, UFMG, 1998.

_____; VENÂNCIO, S. Natureza: um caminho para o corpo lúdico. In: CONGRESSO LATINO-AMERICANO DE EDUCAÇÃO MOTORA, 1, **Anais...** Foz do Iguaçu, UNICAMP, 1998.

CASTILHO, K.; GALVÃO, D. **A moda do corpo e o corpo da moda**. São Paulo: Esfera, 2002.

_____. Do corpo à moda: exercícios de uma prática estética. In: CASTILHO, K.; GALVÃO, D. **A moda do corpo e o corpo da moda**. São Paulo: Esfera, 2002.

CHAUÍ, M. Laços do desejo. In: NOVAES, A. (Org.). **O desejo**. São Paulo: Companhia das Letras, 1997.

COLOMBO, C.R. **A QV de trabalhadores da construção civil numa perspectiva holístico-ecológica**. 1996. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Engenharia de Produção/CETD, Florianópolis.

DE ANGELIS de (espírito). **O homem integral**. [psicografado por] Divaldo Pereira Franco. Salvador, BA: Liv. Espírita Alvorada, 1990.

DEBETIR, E. **Preparação para aposentadoria e qualidade de vida**. 1999. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Administração, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

DEL RIO, V.; OLIVEIRA, L. (Orgs.). Cidade de mente, cidade real. In: **Percepção ambiental - A experiência brasileira**, 2.ed., São Paulo, 1999.

DIAS, G.F. **Educação ambiental: princípios e práticas**. 6. ed. São Paulo: Gaia, 2000.

FARIAS, S.F. **Ambiente e atividade física: a ecologia humana na sensação de prazer e bem-estar**. Florianópolis: UFSC, 1998. (mimeo.).

FEATHERSTONE, M. **Cultura do consumo e pós-modernidade**. São Paulo: Studio Nobel, 1995.

FREIRE, P. **Conscientização, teoria e prática da libertação**. São Paulo: Moraes, 1980.

_____. **De corpo e alma: o discurso da motricidade**. São Paulo: Summus, 1991.

FREIRE, J.B. **O sensível e o inteligível**. 1990. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Estadual Paulista, São Paulo.

GADOTTI, M. **Pedagogia da terra**. São Paulo: Peurópolis, 2000. (Série Brasil Cidadão).

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1995.

GÍLIO, I. **Trabalho e educação**: formação profissional e mercado de trabalho. São Paulo: Nobel, 2000.

GONÇALVES, D.C. **Modelo para compreensão de sustentabilidade no cotidiano do viver “com” a qualidade de vida**. 2000. Dissertação (Mestrado) – Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

GONÇALVES, C.W.P. **Os des(caminhos) do meio ambiente**. São Paulo: Contexto, 1990.

GONÇALVES, M.A.S. **Sentir, pensar e agir**: corporeidade e educação. Campinas, SP: Papirus, 1994.

GRACIANI, M.S.S. **Pedagogia social de rua**: análise e sistematização de uma experiência vivida. São Paulo: Cortez, 1997.

GUEVARA, A.J.H. As relações entre o natural e o artificial e suas implicações educacionais. In: GUEVARA, A.J.H. et al. **Conhecimento, cidadania e meio ambiente**. São Paulo: Peirópolis, 1998. (Série Temas Transversais, v. 2).

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. **Exercício físico na promoção da saúde**. Londrina, PR: Midiograf, 1995.

GUIMARÃES, V.N. Qualidade de vida no trabalho e introdução de inovações tecnológicas: estudo comparativo de casos de indústria mecânica de Santa Catarina. **Revista de Ciências da Administração**. Florianópolis, ano I, n. 9, 77-86, ago., 1998.

GUTIÉRREZ, F. **Ecopedagogia e cidadania planetária**. Tradução de Sandra Trabucco Valenzuela. 2.ed. São Paulo: Cortez / Instituto Paulo Freire, 2000. (Guia da Escola Cidadã, v.3).

HART, E.A. Avaliando a imagem corporal. In: TRITSCHLER, K.A. **Medida e avaliação em educação física e esportes de Barrow & McGee**. 5.ed. Barueri: Manole, 2003.

HERCULANO, S.C. A qualidade de vida e seus indicadores. **Ambiente & Sociedade**, ano 1, n. 2, 1º sem., 1998.

KANDELL, E.R.; SCHWARTZ, J.H.; JESSELL, T.M. **Fundamentos da neurociência e do comportamento**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.

KLÖCKNER, K.S. **Algumas diretrizes para programas de treinamento, conscientização e competência no âmbito de sistemas de gestão ambiental**. 1999. Dissertação (Mestrado em Engenharia e Produção) – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

LEFF, E. **Epistemologia ambiental**. Tradução de Sandra Valenzuela. São Paulo: Cortez, 2001.

_____. **Saber ambiental: sustentabilidade, racionalidade, complexidade, poder**. Tradução de Lúcia Mathilde E. Orth. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001.

_____. **Ambientalismo: um projeto realista utópico para a política mundial**. In: VIOLA, E. et al. **Meio ambiente, desenvolvimento e cidadania: desafios para as ciências sociais**. São Paulo: Cortez, 1995.

LERIPIO, D.L. **Educação ambiental e cidadania: a abordagem de temas transversais**. Florianópolis, 2000. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

LOVELOCK, J. **As eras de Gaia**. Rio de Janeiro: Campus, 1991.

MATURANA, L. **A imagem corporal sob a ótica fisiológica: analisando as obras de Paul Schilder**. São Paulo: UNICAMP-FEP, 2002.

MEDINA, N. M. e LEITE, A. L. T. de A. (Coords.). **Educação ambiental**. 2.ed. ampl. Brasília: MMA, 2001. 5 vols. (Curso Básico a Distância: documentos e legislação da educação ambiental).

_____ e MEDINA, E. da C.S. **Educação ambiental: uma metodologia participativa de formação**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

_____. **Educação ambiental para o século XXI & A construção do crescimento: suas implicações na educação ambiental**. Brasília: IBAMA, 1997. (Série Ambiente em Debate).

MINAYO, M.C.de S. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 3.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.

MOSQUERA, J. J. M. **Adolescência e provação. A auto-estima do adolescente**. 2.ed. Porto Alegre: Sulina, 1977.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 2. ed. Londrina, PR: Midiograf, 2001.

_____. **Quantos são os “sedentários” em nosso país?** In: NÚCLEO DE PESQUISA EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE, **Boletim...**, Florianópolis, 4(12), 1997.

NIEMAN, D.C. **Exercício e saúde: como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento**. São Paulo: Human Kinetics, 1999.

OLIVEIRA, A.S.D. Educação ambiental: história e rumos atuais. In: **Revista de Educação Ambiental da FURG - Ambiente & Educação**, v. 2, 2000.

OLIVEIRA, M.G. de. **O discurso e a prática de escolares na preservação ambiental e sua relação com saúde- doença**. 2000b. Dissertação (Mestrado) – Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

OLIVEIRA, L. A percepção da qualidade ambiental. In: **Ação do homem e a qualidade ambiental**. Rio Claro: Câmara Municipal / Associação Rioclarense de Geógrafos, 8, 1997.

OLIVEIRA, M.K. de. **Vygotsky**. São Paulo: Scipione, 1993.

OURIQUES, E.P.M. **Hábitos de atividades físicas e o histórico de vida associados à densidade mineral óssea de pessoas com idade acima de 80 anos**. 2000. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

PASCHOAL, S.M.P. **Qualidade de vida do idoso: elaboração de um instrumento que privilegia sua opinião**. 2000. Dissertação (Mestrado). Pós-Graduação em Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo.

PATRÍCIO, M.Z. **A dimensão felicidade-prazer no processo de viver saudável individual e coletivo**: uma questão biótica numa abordagem holístico-ecológica. 1995. Tese (Doutorado) - Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

_____. Qualidade do ser humano na perspectiva de novos paradigmas: possibilidades éticas e estéticas nas interações ser humano-natureza-cotidiano-sociedade. In: PATRÍCIO, M.Z.; CASAGRANDE, J.L.; ARAÚJO, M.F. de. **Qualidade de vida do trabalhador**. Florianópolis: Ed. do Autor, 1999.

REIGOTA, M. Educação ambiental: autonomia, cidadania e justiça social. In: **Revista Debates Sócio-Ambientais**, São Paulo: CEDEC, ano II, n. 7, jun./set., 2000.

_____. **Meio ambiente e representação social**. São Paulo: Brasiliense, 1995.

_____. **O que é educação ambiental?** São Paulo: Brasiliense, 1994. (Coleção Primeiros Passos).

REIS, R.S. **Determinantes ambientais para a realização de atividades físicas nos parques urbanos de Curitiba**: uma abordagem sócio-ecológica da percepção dos usuários. 2001. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

RIBEIRO, M.A. **Ecologizar**: pensando o ambiente humano. Belo Horizonte: Rona, 2000.

_____. et al. Nível de conhecimento sobre atividade física para a promoção da saúde de estudantes de educação física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 9, n. 3, p.31-37, jul., 2001.

RIBEIRO, I. de C. **Ecologia de corpo & alma e transdisciplinariedade em educação ambiental**. 1998. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Ciências da Motricidade – Motricidade Humana, São Paulo.

SAHTOURIS. A dança de gaia. **Revista Planeta**, 27(3), Portugal, 1999.

SANTIN, S. Perspectiva na visão da corporeidade. In: MOREIRA, W.W. **Educação física & Esportes**: perspectivas para o século XXI. Campinas, SP: Papyrus, 1994.

_____. **Educação física: ética, estética, saúde.** Porto Alegre: EST, 1995.

SILVA, E.L.; MENEZES, E.M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação.** 3. ed. rev. atual. Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da UFSC, 2001.

SOARES NETO, J.F. **Culto e cultivo do corpo: que diferença faz?** Disponível em: <cultoaocorpo.mix.brasil.com.br>. Acesso em: 10 fev. 2003.

SORRENTINO, M. **Formação do educador ambiental: um estudo de caso.** 1995. Tese. (Doutorado). Universidade do Estado de São Paulo, São Paulo.

TEICH (2002)

TOSCANO, J. J. de O. Academia de ginástica: um serviço de saúde latente. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 9, n. 1, p.4-42, jan., 2001.

ZEFERINO, Augusto Cesar et al. **Caminhos e trilhas de Florianópolis.** Florianópolis: Prefeitura Municipal de Florianópolis / IPUF, 2001.

ZIMMERMANN, A.C. **Atividade física na natureza: elementos teórico-práticos dessas atividades na Ilha de Santa Catarina.** 2001. 133f. Dissertação (Mestrado) – Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ALBRECHT, K. **O gerente e o stress**. 2.ed. Rio de Janeiro: J. Z. E., 1990.

ARENDT, H. **A condição humana**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1983.

BOFF, L. **Saber cuidar – ética do humano – compaixão pela terra**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

BRUHNS, H.T. **Conversando sobre o corpo**. 4.ed. Campinas, SP: Papyrus, 1991.

_____. Lazer e meio ambiente: corpos buscando o verde e a aventura. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, Florianópolis, v. 18, n. 2, p.86-91, jan., 1997.

CAPISANO, H.F. **O corpo: visão psicodinâmica**. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1990. (Coleção Psicologia Psicanalítica).

COMISSÃO MUNDIAL SOBRE MEIO AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO. **Nosso Futuro Comum**. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas, 1998.

CONFERÊNCIA DAS NAÇÕES UNIDAS SOBRE MEIO AMBIENTE E DESENVOLVIMENTO. Secretaria de Estado do Meio Ambiente. **Agenda 21**. 2.ed. Brasília: Secretaria do Meio Ambiente / Senado Federal, Sub-Secretaria de Edições Técnicas, 1997c.

CRUZ NETO, O.C. O trabalho de campo como descoberta e criação. In: MINAYO, M. C. S. (Org.). **Pesquisa e criatividade: teoria, método e criatividade**. 3.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.

DAOLIO, J. **Da cultura ao corpo**. Campinas, SP: Papyrus, 1995.

DE ANGELIS, J. de (espírito). **O ser consciente**. [psicografado por] Divaldo Pereira Franco. 10.ed. Salvador, BA: Liv. Espírita Alvorada, 2002.

_____. **O despertar do espírito.** [psicografado por] Divaldo Pereira Franco. Salvador, BA: Liv. Espírita Alvorada, 2000.

_____. **Autodescobrimento.** [psicografado por] Divaldo Pereira Franco. Salvador, BA: Liv. Espírita Alvorada, 2000.

DONABEDIAN, A. **Qualidade em exercício.** 2.ed. São Paulo: Ed. São Paulo, 1985.p 43.

FARIA JÚNIOR, A.G. **Exercício e promoção da saúde.** Oeiras: Câmara Municipal, 1991.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional.** Rio de Janeiro: Objetiva, 1999.

_____; GURIN, J. (Orgs.). **Equilíbrio mente corpo:** como usar sua mente para uma saúde melhor. Tradução de Ana Beatriz Rodrigues e Priscila Martins Celeste. Rio de Janeiro: Ed. Campus, 1997.

GONÇALVES, G. **A dimensão ambiental na educação.** Campinas, SP: Papyrus, 1995.

GUEDES, C.M. **Corpo:** tradição, valores, possibilidades de desvelar. 1995. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, São Paulo.

GUEDES, D.P. Atividade física, aptidão física e saúde. In: CARVALHO, T.; GUEDES, D.P.; SILVA, J.G. **Orientações básicas sobre atividade física e saúde para profissionais das áreas de educação e saúde.** Brasília: Ministério da Saúde / Ministério da Educação, 1996.

GUISELINI, M. Atividade física e qualidade de vida. **Informe Phorte,** São Paulo, p.1-3, 1999.

HAMED, (espírito). **Renovando atitudes.** [psicografado por] Francisco do Espírito Santo Neto. Catanduva, SP: Boa Nova Editora, 1997.

HAY, L.L. **O poder dentro de você.** São Paulo: Ed. Best Seller, 1991.

HORTELANO, X.S. **Sufrimento emocional e crise ecológica.** Ensaios ecológicos pós-reichianos. 2003. (Coletânea de textos sobre ecologia no mundo atual - Espanha). (mimeo.)

LEAL, O.F. (Org.). **Corpo e significado**: ensaios de antropologia social. Porto Alegre: Ed. da UFRGS, 1995.

LITTO, F. **Aprender a pensar não pode ser um subproduto da educação**, 2000. Disponível em: <www.uol.com.br/aprendiz/colunas/frederic_litto/index-15.html>. Acesso em: 20 out. 2003.

LYRA, B.; GARCIA, W. et al. (Orgs.). **Corpo & Imagem**. São Paulo: Arte & Ciência, 2002.

MARCELINO, N.C. **Lazer e humanização**. 2.ed. Campinas, SP: Ed. Papyrus, 1995.

MAY, R. **O homem a procura de si mesmo**. 13.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1987.

MEDINA, N.M. **A educação física cuida do corpo... e mente**. Campinas, SP: Ed. Papyrus, 1985.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: meio ambiente. Brasília: MEC/SEF, 1997.

_____. **A implantação da educação ambiental no Brasil**. Brasília: MEC, 1998.

_____. **Educação Ambiental**: documentos de referência. Disponível em: <www.mec.gov.br>. Acesso em: maio 2002.

NAHAS, M.V. Revisão de métodos para determinação dos níveis de atividade física habitual em diversos grupos populacionais. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DE ESPORTE, **Anais...** São Paulo, 1996.

PELLETIER, K.R. Entre a mente e o corpo: estresse, emoções e saúde. In: GOLEMAN, D. et al. **Equilíbrio e corpo**: como usar sua mente para uma saúde melhor. 3.ed. Rio de Janeiro: Campus, 1997.

SANTARÉM, J.M. **Exercício e saúde**. 2000. Disponível em: <<http://www.saudetotal>>. Acesso em: jun. 2003.

SILVEIRA, F.L.A. da. **Pelas trilhas de Santa Catarina**: ecoturismo e aventura. 1996. 200f. Dissertação (Mestrado) – Pós-Graduação em Antropologia Social, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

APÊNDICES

Apêndice A: Questionário aplicado aos praticantes de atividade física regular e aos ambientalistas filiados nas ONG'S.

Prezados Senhores:

O presente Questionário faz parte do diagnóstico de uma Dissertação de Mestrado do Curso de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, da Universidade Federal de Santa Catarina, tendo como objetivo investigar como é percebida a relação da saúde do corpo humano com a saúde do meio ambiente.

As questões poderão ser respondidas com facilidade, não sendo necessário se identificar, somente responder de forma objetiva e, com isso, já estará colaborando para que este estudo possa identificar de que forma se pode contribuir para que as informações sobre a importância da saúde do corpo e da saúde do meio ambiente para uma qualidade de vida.

PARTE 1 – CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO ALVO

1) LOCAL ONDE SE ENCONTRA O ENTREVISTADO NO MOMENTO DA ENTREVISTA

ONG Academia

2) QUAL A SUA FAIXA ETÁRIA:

menos de 20 de 21-30 de 31-40

de 41-50 de 51-60 de 61-70

mais de 70

3) VOCÊ TEM O HÁBITO DE BEBER?

sim não as vezes

4) VOCÊ TEM O HÁBITO DE FUMAR?

sim não as vezes

5) QUAL SUA PROFISSÃO?

- funcionário público comerciante empresário
 estudante professor aposentado
 emprego informal autônomo/profissional liberal
 outra: qual? _____

6) NA SUA PROFISSÃO VOCÊ FICA A MAIOR PARTE DO TEMPO:

- sentado de pé em movimento
 outros: qual? _____

PARTE 2 – QUESTÕES ESPECÍFICAS AO PROBLEMA DE PESQUISA**I – EM RELAÇÃO À SAÚDE DO CORPO HUMANO / QUALIDADE DE VIDA****1) VOCÊ PRÁTICA ATIVIDADE FÍSICA REGULARMENTE?**

- sim - qual? _____ não

2) HÁ QUANTO TEMPO VOCÊ PRÁTICA ATIVIDADE FÍSICA REGULARMENTE?

- menos de 1 ano entre 1 e 3 anos mais de 3 anos

3) PORQUE VOCÊ COMEÇOU A PRATICAR ATIVIDADE FÍSICA?

- para manter a forma/saúde por determinação médica
 para emagrecer por gostar
 para combater o estresse outras: quais? _____

4) COM QUE FREQUÊNCIA SEMANAL VOCÊ PRÁTICA ATIVIDADE FÍSICA?

- 1 vez 2 vezes 3 vezes 4 vezes
 5 vezes 6 vezes todos os dias

5) QUAIS OS ALIMENTOS QUE VOCÊ CONSUME COM MAIS FREQUÊNCIA?

NUMERE DE 1 A 5 EM ORDEM DE MAIOR FREQUÊNCIA.

- proteínas (carnes, queijos, ovos e iogurtes)
 carboidratos (leite, açúcar, massas, cereais)
 frutas
 gorduras (óleos, gordura animal, ovos, leite, margarina e manteiga)
 verduras
 cereais

6) VOCÊ CONTRIBUI PARA A SAÚDE DO SEU CORPO?

- sim não

6-A) EM CASO AFIRMATIVO, NUMERE DE 1 A 6, EM ORDEM DE MAIOR IMPORTÂNCIA COMO VOCÊ CUIDA DA SAÚDE DO CORPO-MENTE.

- tenho uma alimentação saudável faço exercícios físicos
 controlo meu estresse cuido da natureza
 tenho satisfação profissional tenho satisfação financeira

II - EM RELAÇÃO À SAÚDE DO MEIO AMBIENTE

1) VOCÊ ACHA QUE O MEIO AMBIENTE TEM INFLUÊNCIA NA SUA QUALIDADE DE VIDA?

sim não

1-A) EM CASO AFIRMATIVO, NUMERE DE 1 A 6, EM ORDEM DE MAIOR IMPORTÂNCIA.

proporciona saúde proporciona lazer
 proporciona recursos naturais proporciona beleza
 ele proporciona emprego proporciona bens materiais

2) VOCÊ COSTUMA DIALOGAR O TEMA “MEIO AMBIENTE” NO SEU CONVÍVIO SOCIAL?

sim não as vezes

2-A) EM CASO AFIRMATIVO, NUMERE DE 1 A 10 AS TEMÁTICAS DE FORMA QUE A NÚMERO 1 SEJA A MAIS ABORDADA E ASSIM POR DIANTE:

transgênicos lixo água reciclagem
 poluição desmatamento saúde qualidade de vida
 esgoto outros _____

2-B) EM CASO NEGATIVO ASSINALE O MOTIVO.

falta de interesse não convivo com o meio ambiente
 não trabalho na área não tenho tempo
 não entendo do assunto

3) VOCÊ CONTRIBUI PARA A CONSERVAÇÃO DO MEIO AMBIENTE?

sim não as vezes

3-A) EM CASO AFIRMATIVO, NUMERE DE 1 A 10, EM ORDEM DE IMPORTÂNCIA, O QUE VOCÊ FAZ PARA CUIDAR DO MEIO AMBIENTE.

separo lixo
 não poluo
 não desmato
 cuidado da minha saúde
 não desperdiço água
 ajudo na educação de crianças e jovens
 preservo a fauna e flora
 denuncio agressões ambientais
 faço campanha e passeatas
 sempre que posso deixo o carro e vou a pé

4) NO SEU ENTENDER, O TERMO “MEIO AMBIENTE” IMPLICA EM UM CONHECIMENTO PRÉVIO DE QUE ASSUNTOS?

qualidade de vida terra, água, solo e ar poluição
 fauna e flora outros _____

5) VOCÊ ACHA QUE O MEIO AMBIENTE TEM RELAÇÃO COM O SEU CORPO?

sim não talvez

5-A) EM CASO AFIRMATIVO, NUMERE EM ORDEM DE MAIOR IMPORTÂNCIA, QUE TIPO DE RELAÇÃO.

- () qualidade de vida () saúde () admiração/beleza
 () convivência () lazer () sobrevivência

III - EM RELAÇÃO ÀS SUGESTÕES PARA AS MUDANÇAS NECESSÁRIAS

1) DO SEU PONTO DE VISTA, O QUE PODE SER FEITO PARA QUE A POPULAÇÃO SE CONSCIENTIZE COM AS QUESTÕES AMBIENTAIS PARA UMA QUALIDADE DE VIDA?

NUMERE 1 PARA A ALTERNATIVA DE MAIOR IMPORTÂNCIA, E ASSIM SUCESSIVAMENTE, ATÉ 10 PARA A DE MENOR IMPORTÂNCIA.

- () palestras
 () excursões
 () passeatas
 () cartazes, panfletos, outdoors
 () diálogo dos temas em convívio social
 () trabalhá-lo nas escolas de maneira consciente
 () criar animais em cativeiro
 () ecoturismo - interação homem-natureza
 () outras _____