



GINÁSTICA PARA TODOS PARA PACIENTES ONCOLÓGICOS: CAMINHOS INICIAIS AINDA QUE EM TEMPOS DE PANDEMIA

Shaianny Fontenelle Sá Flores*
Michele Viviene Carbinatto**

RESUMO

Uma vez que a Ginástica para Todos pressupõe a prática da ginástica para pessoas sob quaisquer condições, este estudo apresenta os caminhos iniciais da implantação da GPT em dois institutos que atendem pacientes oncológicos. Como estratégia para minimizar os efeitos negativos do tratamento, o projeto de GPT foi instituído de maneira remota para elevar momentos de vida ativa e voltada ao lazer para os pacientes e à perspectiva da participação do grupo no maior evento de GPT organizado pela Federação Internacional de Ginástica, a Ginastrada Mundial.

Palavras-chave: pacientes oncológicos; ginástica; qualidade de vida.

GYMNASTICS FOR ALL FOR PATIENTS WITH CANCER: INITIAL PATHS EVEN DURING PANDEMIC

ABSTRACT

Gymnastics for All (GfA) is a practice of gymnastics for people under any conditions, this study presents the initial paths for the implementation of GfA in two institutes that offers activities for oncology patients. The GfA project was established remotely, not only as a strategy to minimize the negative effects of the treatment, but also to boost the lifestyle of patients with moments of active life and leisure, envisioning the group's participation in the World Gymnastrada, the largest GfA event organized by the International Gymnastics Federation (FIG).

Keywords: oncology patients; gymnastics, quality of life.

GIMNASIA PARA TODOS PARA PACIENTES ONCOLÓGICOS: RUTAS INICIALES AUN EN TIEMPOS DE PANDEMIA

RESUMEN

Gimnasia para Todos (GPT) presupone la práctica de gimnasia para personas en cualquier condición, este estudio presenta los caminos iniciais para la implementación de GPT en dos institutos que atienden pacientes con cáncer. Como estrategia para minimizar los efectos negativos del tratamiento,

* Mestranda do programa de pós-graduação da Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo – EEF/USP. Professora de Educação Física do Ensino Fundamental - Prefeitura do Rio de Janeiro. Membro do grupo de estudos e pesquisas em Ginástica da USP GYMNUSP. E-mail: sha.fontenelle@gmail.com

** Doutora em Ciências pela Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo – EEF/USP. Professora da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo – EEF/USP. Coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisa em Ginástica da USP/ GYMNUSP. Coordenadora do Comitê de Ginástica para Todos da Confederação Brasileira de Ginástica. E-mail: mcarbinatto@usp.br

el proyecto GPT se instituyó de forma remota para elevar los momentos de vida activa y orientada al ocio de los pacientes y dar perspectiva a la participación del grupo en el evento de GPT más grande organizado por la Federación Internacional de Gimnasia, la World Gymnaestrada.

Palabras clave: pacientes con cáncer; aptitud física; calidad de vida.

DO REVISITAR A SAÚDE E A DOENÇA: O PACIENTE COMO PROTAGONISTA DO SE-MOVIMENTAR

Os discursos da Educação Física (EF) e suas interseções com a promoção da saúde cresceram consideravelmente neste século como consequência das mudanças paradigmáticas na Epidemiologia e na própria área da EF (HALLAL; KNUTH, 2011), que tem incentivado as inferências no plano das práticas corporais e atividade física (PCAF) ao indivíduo em sua integridade.

Do ponto de vista histórico, algumas fases marcaram a epidemiologia: a) miasma (séc. XIX): entendia-se que as doenças eram adquiridas pelo ambiente (solo, água, ar, dentre outros), refletindo a revolução industrial e o crescimento abrupto das cidades; b) germe (final séc. XIX): quando da confirmação dos organismos vivos como agentes de epidemias, inaugurando a ideia multicausais das doenças; c) caixa-preta (meados séc. XX): incutindo a sombridade das doenças e inferindo estilo de vida, meio ambiente aspectos sociais como fatores e, por fim, d) caixas chinesas (atual): relevando aspectos macro (sociedade) e micro (genética) na determinação das doenças (PITANGA, 2016).

Dos paradigmas indicados, a relação efetiva entre atividade física e saúde ocorre, apenas, no período da “caixa-preta”, quando da ampliação dos estudos sobre doenças crônico-degenerativas. Uma luz é apontada ao sedentarismo e às visões preliminares sobre a EF acionada.

Informes sobre atividade física e sedentarismo, obesidade, processo de envelhecimento intercorrem ao inegável papel do profissional na promoção da saúde. Recentemente, a sua clara interferência na prevenção e na promoção de saúde junto àqueles acometidos pelo câncer (BRASIL, 2020), público-alvo da intervenção em ginástica para todos exposta neste artigo.

O Brasil vem passando por uma transição epidemiológica a partir de transformações demográficas, sociais e econômicas e com a diminuição das doenças infecciosas e crescimento proporcional acelerado das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT),

com destaque para os diferentes tipos de câncer (HALLAL; KNUTH, 2011; CARVALHO; PINTO; KNUTH, 2020; INCA, 2019). Levando em consideração sua magnitude epidemiológica, social e econômica, pode-se afirmar que o câncer vem se tornando um dos problemas de saúde pública mais complexos de enfrentamento do sistema de saúde brasileiro (INCA, 2019). Além disso, apresenta perda significativa de qualidade de vida, incapacidades, e impactos econômicos para famílias e a economia dos países (BRASIL, 2005).

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), o termo câncer abrange mais de 100 diferentes tipos de doenças malignas que têm em comum o crescimento desordenado de células, que invadem tecidos próximos ou órgãos a distância. Essa doença surge a partir de uma mutação genética, uma alteração no DNA da célula, que passa a receber instruções erradas para as suas atividades, transformando células normais em células cancerosas.

De acordo com o INCA (2019, p. 38), a vigilância do câncer é realizada por meio da implantação, acompanhamento e aprimoramento dos Registros de Câncer de Base Populacional (RCBP) e dos Registros Hospitalares de Câncer (RHC). Esses levantamentos auxiliam no conhecimento de novos casos e na realização das estimativas de incidência do câncer, possibilitando o planejamento das ações para seu controle é necessário o envolvimento de todos os profissionais de saúde, objetivando sucesso das ações de controle da doença.

Não há uma causa definida para a incidência de câncer, essa pode ser externa ou interna ao organismo e até mesmo inter-relacionadas. A inatividade física e o comportamento sedentário são considerados uma causa externa e aumentam o risco de mortalidade por câncer. A atividade física é primordial nos esforços de prevenção e controle de câncer em toda a sociedade. No mais, ser fisicamente ativo protege contra ganho de peso, sobrepeso e obesidade, que estão diretamente relacionados como fator de risco a diversos tipos de câncer (INCA, 2019; CEAP, 2021)

A cura, o prolongamento da vida e a melhora da qualidade de vida são consideradas as principais metas do tratamento do câncer (BRASIL, 2005; INCA, 2019). Entretanto, os cuidados não se referem apenas aos procedimentos clínicos. Os pacientes devem ser vistos enquanto sujeitos, com o seu histórico de vida encarnado, condições socioculturais, anseios e expectativas. O atendimento aos indivíduos com câncer deve considerar as diferentes dimensões do sofrimento (físico, espiritual e psicossocial) e objetivar o controle da doença com a preservação da qualidade de vida (INCA, 2019; CEAP, 2021).

Uma das evidências notadas pela pandemia da COVID-19 fora a afirmação da saúde por uma perspectiva biológica, individual e social, e não somente por uma visão etiológica.

Logo, a saúde tem acionado conceitos que a afasta da “ausência de doença”. Ou seja, o que determina e condiciona o processo de saúde-doença são vários fatores relacionados aos aspectos econômicos, socioculturais, à experiência pessoal e estilos de vida (SEIDL; ZANNON, 2004).

Nesse sentido, Lima e Portela (2010, p. 1652) afirmam que a qualidade de vida “pode ser considerado, também, como a avaliação do estado de saúde subjetivo, pois pontua aspectos das experiências vividas pelo indivíduo que são decorrentes de alguma intervenção de cuidado em saúde”. Poderiam as PCAF serem auxiliadoras nesta percepção?

As PCAF, na ótica das redes multicausais da saúde, instituiu-a como uma importante ferramenta para o fator de risco para doenças (CEAP, 2021). No Brasil, são conhecidas as políticas de implantação de práticas corporais e atividades físicas no Brasil (ARAÚJO VIEIRA; CARVALHO, 2021). Porém, pesquisas revelam que as práticas são tratadas com resquícios históricos de paradigmas não somente da área da Saúde, como também da Educação Física e Esportes, como o enfoque em exercícios físicos com discursos biomédicos, relação quase exclusiva com prevenção e controle de DCNT’s, centrados nos profissionais e sem abertura à experiência de vida, a noções culturais e sociais dos/as praticantes .

Ao que parece, falta-nos as dimensões da intencionalidade e da intensidade das experiências vividas. Aproxima-se da profundidade, da perfeição, da participação e da criação. “Está mais para o ser do que para o ter” (DEMO, 1994). Ao levantar um braço, não aciono meros conjuntos musculares. Explano um gesto. Revelo um ato. E, quanto mais sentido ele tiver a mim, mais se torna um ato significativo e culturalmente construído. Minha história, a dos meus pares, e do meu entorno podem, então, desvelar e anunciar potencialidades, esperanças e utopias. Mas é, sobretudo, a práxis da vida.

DA (RE)TOMADA DOS LAÇOS ENTRE GINÁSTICA E SAÚDE: A GINÁSTICA PARA TODOS COMO PROPOSTA

A Ginástica para Todos (GPT) é uma prática que foca na oferta dos fundamentos biomecânicos inerentes aos elementos das ginásticas com características de competição reconhecidas pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), quais sejam a ginástica artística, a ginástica rítmica, a ginástica acrobática, a ginástica de trampolim, a ginástica aeróbica e, mais recentemente, o *parkour*. Esses fundamentos podem partir de posições estacionárias (apoios, equilíbrios e suspensões) e não estacionárias (deslocamentos, saltos,

rotações e balanços). Ademais, acoplam o desenvolvimento da aptidão física (resistência, força, potência e flexibilidade) com o estímulo ao divertimento e ao prazer pela prática e as relações sociais (TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016; FIG, 2020).

A polivalência da GPT é revelada no fato de que a exploração corporal dos fundamentos das ginásticas não converge para um padrão, melhor dizendo, para uma codificação específica. Essa codificação é exposta no Código de Pontuação das ginásticas citadas anteriormente. Na GPT, é importante que a técnica não seja ignorada para que a segurança e a identidade da prática sejam mantidas, mas há variabilidade no acesso ao se-movimentar gímnico. Por exemplo, o manejo de aparelhos de pequeno porte pode ocorrer não, apenas, pelas maçãs, fitas, arco, bola e corda (aparelhos oficiais da ginástica rítmica), mas também por aparelhos complementares (barangandã, tule), aparelhos adaptados (garrafas PET; galão de água) ou mesmo aparelhos construídos. Dessa maneira, ampliam-se formas, pesos, modelos. A circundação do braço é repetida por diversas vezes, mas sempre única (PATRÍCIO; CARBINATTO, 2021). Ademais, a GPT integra outras manifestações, como o teatro, a dança, os jogos, as lutas e as manifestações folclóricas em geral.

Além disso, a GPT é potencializada pela produção, elaboração e apresentação de composições coreográficas. Tais ações não são obrigatórias na GPT, mas no projeto fora proposto para transparecer temáticas que os praticantes gostariam de expor, bem como a participação em eventos gímnicos de natureza diversa ou mesmo eventos de alcance distintos, como palestras e congressos relacionados à oncologia. Não obstante, em longo prazo, a participação no maior evento de ginástica organizado pela FIG – e o mais inclusivo – a Ginastrada Mundial¹.

Acreditamos que as experiências que podem ser obtidas com a GPT promovem ao praticante uma sensibilidade ao fazer gímnico que, além de respeitar as limitações corporais, também amplia as relações com o outro e com o mundo e oportuniza novas sensações em função do conjunto de alterações cinestésicas, fisiológicas e emocionais que são processadas pela corporeidade aprendente, buscando a superação de seus limites, entendendo-se como um ser único, que sente, sofre, se autoconhece e incorpora as múltiplas vivências e aprendizados, reconhecendo a si próprio e a seu espaço na sociedade.

O projeto implementado dialoga com a GPT com os Estudos do lazer e Saúde, uma vez que evita o lazer alienado, mas reconhece ser uma atividade não obrigatória,

¹ Para saber mais sobre a Ginastrada Mundial, indicamos o texto de Patrício, Bortoleto e Carbinatto (2016), bem como os boletins informativos sobre as Ginastras Mundiais 2015/2019 da Confederação Brasileira de Ginástica, disponíveis por solicitação.

com premissas lúdicas e que incentiva a liberdade, a criatividade e o se-movimentar como aspecto motivador chave em prol dos dispositivos da saúde do/a praticante.

DA TEORIA PARA A PRÁTICA: A GINÁSTICA PARA TODOS PARA PACIENTES ONCOLÓGICOS

Expor os caminhos iniciais do projeto não pressupõe ofertar uma receita fechada do trabalho realizado. Ao contrário, indicamos aspectos que perpassaram nosso projeto com o intuito de alertar e de inspirar projetos futuros. Adicionamos que a perspectiva para pessoas acometidas com câncer pode ser adaptada (com coerência na justificativa e nos estudos para implantação de metodologias) para qualquer grupo específico, como os hipertensos, diabéticos, pessoa com espectro autista, dentre outros.

Desde a sua criação, no ano de 2017, o Instituto ZENcancer (IZC) desenvolve práticas integrativas e complementares ao tratamento do câncer (atividades práticas, aulas expositivas, contação de histórias, oficinas de criação, workshops, publicações científicas, dentre outros).

Após o diagnóstico, os pacientes passam a ter suas rotinas conduzidas e determinadas por comissões médicas que enfatizam o cuidado e a manutenção da saúde (MELLO *et al.*, 2021). Diante disso, os pacientes vão, gradativamente, perdendo sua autonomia, momentos de lazer e a capacidade de sonhar. Com isso, o Instituto Rope (IR) busca atender aos desejos de pessoas que têm suas vidas ameaçadas por doenças graves com uma rede de apoio composta por equipe médica, por familiares e por voluntários empenhados em atuar junto ao tratamento da doença.

Inspirada pelas experiências na participação da XVI Ginastrada Mundial (2019), uma das voluntárias do IZC manifestou o desejo de criar um grupo de GPT voltado para os pacientes oncológicos. Além de possibilitar o bem-estar geral dos pacientes por meio dos benefícios biopsicossociais desta prática enquanto atividade física complementar ao tratamento para o câncer (SEIXAS; KESSLER; FRISON, 2010; CARVALHO; PINTO; KNUTH, 2020), perspectiva a participação do grupo na 17ª edição da Ginastrada Mundial a ser realizada entre 30 de julho e 05 de agosto de 2023 em Amsterdã, Holanda.

Então, foi elaborado um projeto-piloto para a criação de um grupo de GPT formado por pacientes oncológicos e apresentado aos diretores responsáveis do IZC e IR. Após aprovação, voluntários de diferentes núcleos do IZC e voluntários com experiência na área gímnica

se reuniram por meio de reuniões virtuais para apresentação e ajustes na proposta do projeto “*GYM for DREAM*”, que foi apresentado aos pacientes oncológicos que fazem parte do IZC.

Posteriormente, foi divulgado um formulário via *Google forms*® para inscrição. Após duas semanas de inscrições, o projeto teve início no mês de junho de 2021 atendendo a pacientes oncológicos com predominância do sexo feminino entre 34 e 72 anos de idade com dois encontros semanais e um sábado quinzenal via plataforma *Zoom*®.

Em suma, o objetivo geral do projeto é ofertar a Ginástica para Todos (GPT) como uma prática complementar para pacientes oncológicos, em tratamento ou não, por meio de encontros semanais virtuais com o intuito de vivenciar movimentos no campo da ginástica.

Vale ressaltar que um dos pontos de maior motivação dos voluntários foi a possibilidade de diálogo com os demais projetos em andamento. Como exemplo, citamos o projeto “O incrível universo celular”, que inspirou a primeira ideia de composição coreográfica. Tal proposta organiza oficinas de “contação” de histórias sobre o funcionamento do sistema imunológico inato e adaptativo, os mecanismos de ação dos quimioterápicos e como emoções influenciam nossas células (psicoimunologia) para crianças que estejam passando pelo tratamento oncológico de maneira lúdica e descontraída. Dessa forma, as crianças adquirem consciência sobre os mecanismos da doença e podem enfrentá-la com mais confiança e otimismo.

O primeiro contato com as² pacientes foi a partir de um “aulão” de apresentação teórico-prática sobre o projeto. Na exposição, organizamos uma apresentação em *PowerPoint*®, com informações conceituais da GPT, imagens que mostrassem a sua diversidade [materiais, aparelhos, locais de apresentações, pessoas (técnica, raça, gênero e condições físicas, idades), elementos de ginástica, figurino, dentre outros]. Também apresentamos o cronograma, inserindo a participação em eventos locais, nacionais e mesmo internacionais.

No quesito prático, solicitamos que as alunas levantassem de seus assentos e realizassem alguns movimentos, iniciando com um aquecimento corporal das grandes articulações, exercícios de alongamento e experimentação de elementos gímnicos de equilíbrio. Após a preparação corporal, foi proposta uma pequena composição corporal com os movimentos propostos na primeira parte da aula, utilizando a música “Trem bala” com o intuito de acolher e motivar as participantes por ser uma música conhecida e por passar uma mensagem de sensibilidade e inclusão.

² Até o momento, o grupo é composto – apenas – por mulheres e, portanto, faremos a referência, apenas, ao gênero feminino.

O projeto compreende o desenvolvimento de dois encontros semanais com uma hora de duração e sábados quinzenais com duas horas de duração, todas de forma virtual³. As aulas são planejadas semanalmente por duas voluntárias responsáveis pelo núcleo de GPT do IZC.

FIGURA 1 – Estrutura das aulas



Fonte: Produção das autoras

O **1º momento** da aula consiste na recepção e no acolhimento dos pacientes com perguntas sobre o seu bem-estar e percepções sobre as últimas aulas, que contribui para um ambiente afetivo e a sensação de pertencimento a um grupo, no qual todas se sintam confortáveis para conversar sobre suas experiências, tratamento e sintomas, corroborando com um espaço de desenvolvimento das ações de acordo com os fundamentos da GPT.

Após a acolhida, inicia-se a explanação sobre o conteúdo a ser desenvolvido na aula, os cuidados necessários e material a ser utilizado. Reforça-se as alunas realizarem, apenas, o que está dentro das suas limitações, pois a segurança é primordial. Indicamos que se sentirem qualquer desconforto podem (e devem) parar, solicitar adaptações ou, até mesmo, retirar-se da plataforma virtual. Em seguida, há espaço para que as alunas se manifestem sobre o conteúdo a ser desenvolvido, explanar alguma dúvida, acrescentar algo ou até mesmo emitir qualquer opinião.

O **2º momento** da aula destina-se a atividades voltadas para a preparação corporal, a aptidão física geral. Normalmente, iniciamos com o aquecimento articular seguido por exercícios de alongamento, coordenação, força ou resistência, de acordo com o conteúdo da aula e com o intuito de melhorar o condicionamento das participantes. Essa etapa condiz com os fundamentos da GPT no qual o condicionamento físico contribui para que os indivíduos tenham maior segurança para a prática das habilidades gímnicas de forma mais segura e eficiente, do mais simples para os mais complexos, garantindo que os compreendam a importância da prática da atividade física como um hábito de vida (FIG, 2020; DOMINGUES; TSUKAMOTO, 2020).

³ Texto escrito ainda em momento pandêmico e, portanto, com a premissa virtual. O retorno está previsto, mas ainda com a cautela que as alunas requerem para proteção da saúde.

No **3º momento** da aula, são desenvolvidos os fundamentos ginásticos de acordo com o conteúdo planejado para a aula que compreende o ensino-aprendizagem de um ou mais movimentos gímnicos (saltos, equilíbrios e rotações), elementos de apoio (educativos de vela, educativos de pontes) e manipulação de aparelhos alternativos (lenços) e vivência de diferentes práticas corporais (dança, yoga, dentre outros) de acordo com os princípios da GPT a partir do desenvolvimento dos movimentos característicos das ginásticas (TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016).

O **4º momento** da aula refere-se ao ensaio das pequenas composições coreográficas criadas pelas voluntárias responsáveis pelo projeto. Relevante indicar que acreditamos na centralidade das alunas no processo, porém, o pouco ou insuficiente repertório e conhecimento sobre ginástica, bem como sobre composição (que inclui a organização de transições, posicionamentos corporais, sincronia e ritmo), levou-nos a indicar, de maneira mais diretiva, as primeiras coreografias. Logo, a construção coletiva ocorria anterior a composição propriamente dita, com a anotação de sugestões pelas professoras voluntárias que, ao final da aula, expunham a proposta final. Ainda que, de maneira morosa, o processo tem se tornado mais coletivo e colaborativo. Por vezes, a ideia-guia é apresentada e as praticantes contribuem com suas ideias e opiniões sobre a coreografia em todos os seus aspectos: a escolha da música, elementos de ginástica, materiais (ou mãos livres), maquiagem, figurino. Estima-se que, brevemente, as praticantes terão mais subsídios para participarem do processo desde seu momento inicial, como a indicação de conteúdos das aulas.

Enfim, no **5º momento** da aula, são realizadas atividades com objetivo de estabelecer a volta à calma com um breve alongamento ou relaxamento e, em seguida, abre-se novamente o espaço para que as praticantes possam compartilhar suas percepções sobre o que foi desenvolvido na aula, possíveis dificuldades, pontos positivos e sugestões para os próximos encontros.

Vale ressaltar que, no primeiro e no último momento, fica evidenciado o caráter afetivo do projeto, pois as praticantes dividem suas angústias e vitórias, trocam experiências sobre o tratamento do câncer e como lidar com as possíveis limitações, apoiam umas às outras quando necessário e incentivam a cada conquista. Ao longo de cada encontro, criam uma rede de apoio e de motivação que se estende à aula propriamente dita com trocas em outras mídias sociais e grupos virtuais.

No primeiro mês de aulas, houve ensaio da composição coreográfica criada e apresentada no “aulão inaugural”. As praticantes tiveram um mês para ensaiar nas aulas e por meio de vídeos explicativos. Essa composição foi apresentada em um novo “aulão”, no qual

as praticantes escolheram o figurino, maquiaram-se e fizeram a sua primeira apresentação, de forma virtual, apenas para as próprias participantes e demais voluntários do IZC.

Por fim, estimulou-se a gravação de vídeos com partes da composição nos espaços que cada praticante tinha. Os vídeos foram encaminhados para uma das voluntárias do projeto que sistematizou a edição final de uma composição coreográfica do grupo. Essa composição recebeu o nome de “Os giros da vida” e fora apresentada nos seguintes eventos de Ginástica para Todos de maneira remota: II Congresso de Cuidados Paliativos do Rio de Janeiro – II CP RIOGINPA (outubro/2021); Festival MaturIDADE de Ginástica para Todos da Federação Paulista de Ginástica (outubro/2021); 5ª Jornada de Mastologia, Nosso Dia Pink da PróOnco Mulher (outubro/2021); Festival do IX Congresso Brasileiro de Ginástica para Todos (novembro/2021); Festival Estadual de GPT da Federação de Ginástica do Estado do Rio de Janeiro (novembro/2021); Festival UFBA de Ginástica do Grupo de Estudos em Ginástica da UFBA, GEGINBA (novembro/2021); II GINPA virtual, Festival de GPT da Federação Paulista de Ginástica (dezembro/2021).

As apresentações efetivaram-se como momento de muita emoção e empoderamento das praticantes, confirmado por trocas de mensagens e afetos nas mídias sociais. Não por menos, o grupo mobilizou-se para realizar 5 ensaios presenciais aos domingos e participar de um evento presencial, Festival Estadual de GPT, organizado pela Federação de Ginástica do Rio de Janeiro (novembro/2021).

A composição já é a premissa base a ser apresentada na XVII Gynastrada Mundial e os organizadores do evento citado anteriormente solicitaram à Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) que as gravações das coreografias possam ser utilizadas para efetivar o credenciamento dos referidos grupos cariocas. Nesse mesmo dia, foi apresentada a primeira ideia guia de composição coreográfica que será criada com intuito de participação na World Gymnastrada. As músicas pré-selecionadas pelos voluntários do IZC e IR foram apresentadas e aprovadas pelo grupo e, a partir daí, as praticantes tiveram o espaço para colocar suas ideias acerca da montagem da coreografia.

Devido à justificativa coreográfica, as alunas se motivaram a encontrar-se aos sábados, quinzenalmente, para o que chamaram de “sábados coreográficos”. Com 2 horas de duração, o intuito é exclusivamente a montagem e o ensaio de blocos coreográficos a fim de integrar a composição final original do grupo.

DA PERSPECTIVA FUTURA

Investimos neste escrito para uma concepção que vá além dos “consensos recomendatórios”. Não ignoramos os estudos que comprovam a eficácia dos estímulos da atividade física para melhorias substanciais nos componentes da aptidão física, por exemplo, mas limitar a potencialidade do “se-movimentar” e, no caso descrito, da ginástica, não pode se limitar a um estímulo meramente biológico, mas uma opção para retratar toda a sua plenitude (PRISTA, 2006).

Não é novidade a recomendação da atividade física AF para a promoção da saúde. No entanto, arguimos pela transcendência instrumental de suas possibilidades. Sim, é interessante ter AF como forma de deslocamento. Ser capaz de realizar funções da vida diária ou estar apto ao labor (se este se assenta nos movimentos corporais). Mas, acentuamos a premissa do lazer e, esta, a perspectiva da AF como prática intencional do se-movimentar que estimule o acesso as manifestações da cultura corporal do movimento e suas variáveis.

Marcadores biológicos que confirmem por meio de números a relevância de uma prática corporal são importantes. Mas, à luz de outras pesquisas, indicar as intencionalidades de uma prática parece crucial. Ora, se pensamos o ser humano como ser-no-mundo-e-com-o-outro, porque ainda acoplamos os objetivos do trato físico-biológico como premissa única às práticas corporais? Revelar as relações estabelecidas entre os pares. Instigar a reflexão sobre o corpo que se empodera e se mostra nos eventos esportivos. Incutir uma intervenção contra hegemônica e assente na descolonização das práticas corporais revelam, também, marcadores balizares para que o ser humano perceba a si mesmo, o outro e o mundo de forma mais integrada em prol de uma percepção do bem-estar e da qualidade de vida mais efetiva.

Diante da implementação e do início das aulas do projeto “*GYM for DREAM*”, foi possível perceber que a prática da GPT para pacientes oncológicos é possível, desde que seja adaptada às especificidades do tratamento, respeitado as limitações, os prazos e as exigências com o objetivo de garantir vivências significativas para todos que participam do projeto.

Esperamos que o estudo contribua com o desenvolvimento de futuras ações envolvendo a GPT como atividade possível para pacientes com câncer, encorajando profissionais e instituições a partir das bases teóricas e práticas aqui relatadas.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO VIEIRA, Leonardo; CARVALHO, Fabio Fortunato Brasil de. As práticas corporais e atividades físicas nos 15 anos da política nacional de promoção da saúde: a defesa da equidade em um contexto de austeridade. **Pensar a Prática**, v. 24, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **A vigilância, o controle e a prevenção das doenças crônicas não-transmissíveis: DCNT no contexto do Sistema Único de Saúde brasileiro**. Brasil. Ministério da Saúde – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA). **Dieta, Nutrição, Atividade Física e Câncer: Uma perspectiva global: um resumo do terceiro relatório de especialistas com uma perspectiva brasileira**. 2020.
- CARVALHO, Fabio Fortunato Brasil de.; PINTO Thatiana de Jesus Pereira; KNUTH Alan Goularte. Atividade Física e Prevenção de Câncer: Evidências, Reflexões e Apontamentos para o Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Cancerologia**, Rio de Janeiro, v. 66 n. 2, abr./maio/jun., 2020.
- CEAP. Centro de Educação e Assessoramento Popular. **O SUS e a efetivação do direito humano à saúde** [recurso eletrônico] / Centro de Educação e Assessoramento Popular; Organização Pan-Americana da Saúde. – 3. ed. – Passo Fundo: Saluz, 2021.
- DEMO, Pedro. **Educação e qualidade**. Campinas: Papyrus, 1994.
- DOMINGUES, Laís Santos; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Ginástica para Todos e Lazer: Onde seus caminhos se cruzam? **Corpoconsciência**, v. 25, n. 1, p. 171-186, 2021.
- FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE. **Gymnastics for all Manual**. 2020.
- HALLAL, Pedro Curi; KNUTH Alan Goularte. A epidemiologia da atividade física e a aproximação necessária com as pesquisas qualitativas **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 33, n. 1, p. 181-192, jan./mar. 2011.
- INCA – INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. **ABC do câncer: abordagens básicas para o controle do câncer** / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva; organização Mario Jorge Sobreira da Silva. Rio de Janeiro: Inca, 2019.
- LIMA, Maria José Barbosa de; PORTELA, Margareth Crisóstomo. Elaboração e avaliação da confiabilidade de um instrumento para medição da qualidade de vida relacionada à saúde de idosos independentes. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 8, p. 1651-1662, 2010.
- MELLO, André da Silva. *et al.* O Brincar e a Criança em Tratamento Oncológico: Relações para além da Dimensão Terapêutica. **Licere**, Belo Horizonte, v. 24, n. 2, jun/2021.
- PATRICIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. Merleau-Ponty e Ginástica para Todos: repensando paradigmas na Educação Física/Esporte. **Conexões** (Campinas), v. 19, n. 1, 2021.
- PITANGA, Francisco José Gondim. Epidemiologia aplicada à atividade física e saúde. In, SILVA, Junior Vagner Pereira da, GONÇALVES-SILVA, Luiza Lana; MOREIRA, Wagner Wey. **Educação Física e seus diversos olhares**. Campo Grande: UFMS, p. 117-134, 2016.
- PRISTA, Antônio. Desporto: saúde e qualidade de vida. In TANI, Go; BENTO, Jorge Olímpio; PETERSEN, Ricardo. **Pedagogia do Desporto**, p. 113-120, 2006.
- SEIDL, Eliane Maria Fleury; ZANNON, Célia Maria Lana da Costa. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 580-588, 2004.
- SEIXAS, Raquel Jeanty de; KESSLER, Adriana; FRISON, Verônica Baptista. Atividade Física e Qualidade de Vida em Pacientes Oncológicos durante o Período de Tratamento Quimioterápico. **Revista Brasileira de Cancerologia**, [S. l.], v. 56, n. 3, p. 321-330, 2010.
- TOLEDO, Eliana; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz; CARBINATTO, Michele Viviene. Fundamentos da ginástica para todos. In NUNOMURA, Myrian (Org.). **Fundamentos das ginásticas**. 2ª edição. Ed. Fontoura, Várzea Paulista, p. 21-48, 2016.