

A QUALIDADE DE VIDA DO HOMEM PRESENTE NO CAMPO E AS ATIVIDADES COTIDIANAS

Valdirene Junkes¹

Douglas Ortiz Hamermüller²

RESUMO

O homem do campo está passando por situações difíceis, como a necessidade de buscar sempre melhorar a qualidade de seus produtos, assim como aumentar a quantidade dos mesmos em suas terras, o que aumenta a competição e coloca o pressões capitalistas no ambiente rural. Por esses motivos o homem do campo também deve ter um cuidado especial com a sua qualidade de vida. O presente trabalho mostra que estudantes, que vivem nessas áreas, têm uma visão bem ampla sobre os possíveis problemas e dificuldades que passam no campo. Porém, os mesmos também sabem que é possível melhorar a sua qualidade de vida de várias maneiras, nesse contexto a educação do campo pode ser um auxílio importante.

Palavras-chave: Atividade Física, Qualidade de Vida e Cuidados.

¹ Educando do Curso de Especialização em Educação do Campo-EaD, Universidade Federal do Paraná, Pólo UAB de Nova Tebas, e-mail: .valdirenejunkes@yahoo.com.br

² Educador Orientador, UFPR Litoral.

1 CONTEXTO

Diante das mudanças que o homem do campo está passando, num contexto em que há uma busca pela qualidade e pela produtividade cada vez maior, as condições de trabalho começam a causar problemas de saúde que tradicionalmente não afetavam ao homem do meio rural. O grande volume de informações, inovações tecnológicas e a competitividade começam a constituir um cenário muito difícil, no qual, devido à necessidade de tomar conta de todos os seus afazeres, muitas vezes faz com que o homem do campo esqueça-se dele e de sua saúde.

Em tempos anteriores essas pessoas viviam do que produziam manualmente, hoje isso não é possível. Atualmente existe a necessidade crescente uso de um grande número de tecnologias para que o homem do campo consiga produzir e sobreviver no campo em pequenas propriedades. Essas tecnologias são utilizadas para aperfeiçoando o plantio, porém a crescente utilização de máquinas e processos automatizados, mesmo que em pequena escala, tem contribuído para a diminuição de atividades físicas por esses trabalhadores. Dessa forma, o homem começa a ter a necessidade de estabelecer cuidados especiais com sua qualidade de vida, o que pode acontecer com a prática de algumas atividades físicas orientadas. Por esses motivos que esse estudo se faz necessário, na tentativa de responder a seguinte pergunta. Será que a educação do campo pode contribuir para melhorar a qualidade de vida do homem do campo por meio de atividades físicas disseminadas por estudantes das escolas rurais?

Para responder essa pergunta é necessário investigar como está a qualidade de vida do homem presente no campo e como ele se prepara para as atividades suas diárias. Também será necessário conceituar o que é a qualidade de vida nesse contexto, e destacar quais cuidados devem ser tomados em relação ao trabalho do homem do campo.

A partir desses objetivos foi possível integrar ao estudo a responsabilidade do professor do campo de trabalhar alguns conceitos e conhecimentos para auxiliar seus alunos em suas casas, em especial as crianças e os adolescentes que estão inseridos no meio rural, os quais podem propagar os conceitos sobre a qualidade de vida e os cuidados para alcançá-la. Sendo assim, é necessário trabalhar a conscientização das pessoas do campo sobre a importância de se tomar cuidados com a saúde.

No ambiente escolar da região estudada é possível observar que as crianças e os adolescentes que são originados do ambiente rural tem expectativas de aprender alguma conceitos e práticas que possam ser úteis dentro do seu meio. Na maioria das vezes eles acreditam que a escola irá ajudar a melhorarem de vida. Acreditam que ao estudar poderão entender melhor como lidar com os novos agrotóxicos, com novos conceitos de hortas, enfim, que o conhecimento escolar pode ajudá-los entender melhor as mudanças que estão chegando ao campo. Dessa forma, os educadores podem aproveitar esse imaginário para introduzir um trabalho sobre a qualidade de vida e os cuidados com a saúde, o que poderá auxiliar no bom desenvolvimento das atividades diárias do campo.

A realização deste trabalho poderá favorecer um maior contato entre os estudantes, professores e demais interessados no assunto, pois todos terão um olhar mais atento em relação às pessoas que vivem no campo. Sendo assim, os interessados terão a oportunidades de repensar a sua prática educativa.

Para esse estudo o conceito de educação utilizado está apoiado em Caldart, pois a autora afirma que

Educação do Campo nasceu como mobilização/pressão de movimentos sociais por uma política educacional para comunidades camponesas: ocorreu uma combinação das lutas dos Sem Terra pela implantação das escolas públicas nas áreas de Reforma Agrária com as lutas de resistência de inúmeras organizações e comunidades camponesas para não perder suas escolas, suas experiências de educação, e até mesmo a sua identidade (CALDART, 2007, p.2).

A autora ainda afirma que:

Essa educação precisou tomar posição no diante dos projetos de campo: contra a lógica do campo como lugar de negócio, que expulsa as famílias, que não precisa de educação nem de escolas porque precisa cada vez menos de gente, a afirmação da lógica da produção para a sustentação da vida em suas diferentes dimensões, necessidades, formas. E ao nascer lutando por direitos coletivos (CALDART, 2011, p. 2-03).

Com relação ao conceito de qualidade de vida esse estudo adotará um escopo de idéias. A variedade conceitual com relação ao tema pode ser trabalhada com os estudantes do campo de forma que os mesmos possam, a partir deles, buscar uma conceituação própria. Partindo de um conceito mais geral, pode-se tomar Koslowsky, esse autor que a qualidade de vida

[...] engloba diversos aspectos da vida de uma pessoa, tendo em vista, a população em geral. Do ponto de vista positivo, essa expressão é feita a uma pessoa que tem um grau de satisfação elevado com a vida. Mas uma boa qualidade de vida depende de uma série de fatores: como a dimensão emocional e principalmente a dimensão física (KOSLOWSKY, 2004, p.1).

Para Gonçalves e Vilarta (2004, p.3) possui vários significados, ela diz respeito a como as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano, “Envolve, portanto, saúde, educação, transporte, moradia, trabalho e participação nas decisões que lhe dizem respeito e determinam como vive o mundo”.

Para Nahas

a qualidade de vida é relativa de pessoa para pessoa, existindo uma inter-relação mais ou menos harmoniosa de inúmeros fatores que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano. Na qualidade de vida podem ser destacados fatores determinantes como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e espiritualidade (NAHAS, 2003, apud GERALDES et. al., 2006).

Levando em consideração esses conceitos, para trabalhar com os mesmos foi pensada uma abordagem que busca contribuir para a melhora da qualidade de vida a partir da atividade física relacionada à saúde. A atividade física, segundo Saba, “é

natural do homem, movimentar-se, é todo e qualquer movimento que homem faz, isso quer dizer que a atividade física é um corpo em ação” (SABA, 2008, p.46).

Para Oliveira,

[...] atualmente a atividade física é uma necessidade absoluta para o homem, pois com todo o desenvolvimento tecnológico que vem se instalando desde os tempos da revolução industrial, temos observado uma grande transformação da sociedade numa população de indivíduos estressados e ansiosos que, embora gozem do relativo conforto proporcionado pelos avanços tecnológicos da modernidade, padecem com a quebra da harmonia orgânica em função da inatividade física (OLIVEIRA, 2005, p.20).

Segundo VAZ e GUTIERREZ

Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta que a atividade física refere-se ao aspecto inteiro de movimentos corporais que cada pessoa pode assumir na vida ativa diária, mas também abrange uma infinidade de situações que contem movimentos corporais, desde condições normais de vida ativa, até atividades físicas intencionais, como exercícios físicos repetitivos muitas vezes estruturados ou qualquer atividade esportiva e de lazer (VAZ e GUTIERREZ, 2011, p.193).

Para Caspersen, Powel e Roger atividade física é “definida como qualquer movimento corporal, produzido pela musculatura esquelética, que resulte em gasto energético, tendo componentes e determinantes de ordem biopsicosocial, cultural e comportamental” (1985, apud PITANGA, 2004, p.12).

Os cuidados necessários na vida do homem do campo, segundo Erdmann et all, (2004, p. 467), os quais servem para manter e melhorar a vida, devem permitir a coexistência com a natureza e permitir a sobrevivência de outras espécies. Portanto, a busca por viver de maneira mais confortável deverá ser acompanhada de reflexão sobre o seu dia a dia, na prevenção de acidentes de trabalho, no uso adequado de equipamentos, nos cuidados com o corpo.

2. DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A experiência se deu por meio das aulas de Educação Física, no Colégio Estadual Olídia Rocha Poema/Nova Tebas-PR. No primeiro momento foi trabalhado com os estudantes como seriam as atividades e quais os conteúdos a serem trabalhados. As atividades físicas presentes no dia a dia foram o tema gerador, a partir dele os estudantes fizeram leituras sobre a educação do campo e a qualidade de vida e as atividades diárias. Após, houve um trabalho de reflexão sobre o tema apresentado. Em outro momento os alunos fizeram uma pesquisa, e após um debate sobre o tema, no qual a proposta era pensar possibilidades de mudanças na sua realidade cotidiana a fim de promover a qualidade de vida. Essa reflexão desencadeou outra atividade que utilizou um questionário, o qual serviu como instrumento de pesquisa com o qual pretendeu coletar as impressões de agricultores sobre a importância da atividade física para a qualidade de vida dos indivíduos do campo.

Para realizar a efetiva aplicação do questionário foi necessário que cada aluno procurasse uma família para desenvolver essa pesquisa sobre a qualidade de vida do homem do campo, investigando como era o seu trabalho no seu dia a dia. Logo após o término todos tiveram que analisar os dados apresentados. A abrangência da população pesquisada foi a das famílias de 28 alunos do 1º ano do ensino médio. Para apresentar um resumo da investigação são apresentadas a seguir as questões e uma síntese das respostas ou algumas mais emblemáticas:

1- O que é qualidade de vida? E o que é atividade física?

Nestas questões a maioria das pessoas respondeu algo relacionado a saúde e algum exercício, como jogar futebol.

2- Como você faz as suas atividades diárias? Existe um cuidado com o seu corpo?
Não foi descrito que existe um cuidado apropriado. O que ficou evidente é que não se sabe o que pode ser prejudicial a saúde. As atividades são feitas normalmente, sem preocupação com acidentes ou com a postura corporal.

3- Você gosta de viver no campo?

Crianças – “adoro morar no sítio, mas tem horas que gosto mais da cidade porque as coisas estão mais fáceis.”

Adultos – “Gostamos muito de viver aqui, mas tem época que se torna difícil, pois não queremos que nossos filhos vão embora, mas sabemos que eles devem crescer na vida.”

Jovens – “Gosto de viver aqui, mas sei que aqui não é possível continuar, pois cada ano a situação fica mais difícil, falta de emprego no município e o campo para os pequenos produtores não compensa.”

4- Quais são as dificuldades apresentadas no campo, no seu dia a dia?

“Muitas vezes falta oportunidade de emprego para os jovens e adultos, estrada para que o leiteiro vá buscar o leite, falta de veterinário, outras vezes os comerciantes não colaboram quando vendemos algum produto como verduras, pois ficam uns dias no mercado caso não for vendido quem perde é o produtor, outro caso cita do é a falta de um agrônomo para estar ajudando os agricultores, pois tem para quem é associado a cooperativa da Coamo, os outros não tem pra onde recorrer.”

5- Qualidade de vida tem vários significados, entre as quais, pode ser considerada como as “condições que as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano,

envolve a saúde, educação, transporte, moradia, trabalho e a maneira que se vive no mundo”. Depois dessa definição, fale como vai a sua qualidade de vida.

Em alguns casos foram considerados que tem uma qualidade de vida adequada. Em outros casos a qualidade de vida foi descrita como mais difícil, pois não tem transporte, a moradia é ruim, água não é tratada, falta de fossa. O acesso a saúde é muito difícil, pois faltam medicamentos no hospital, o qual somente se consegue ficha para atendimento no período da manhã, e se tem que esperar quase o dia todo até ser atendidos.

3 CONSIDERAÇÕES

A experiência educacional realizada com os estudantes mostrou que os mesmos têm uma visão ampla sobre os possíveis problemas e imprevistos que podem ocorrer no seu dia a dia no campo. Também foi possível perceber que há uma consciência sobre a necessidade de melhorar a sua qualidade de vida. Porém, para que isso ocorra não é necessário apenas melhorar as condições infra-estruturais do trabalho no campo. Foi possível perceber que a crescente necessidade de aumento da produção fez com que surgissem incompatibilidades entre o antigo estilo do trabalho no campo e os meios atuais.

Foi possível perceber que o homem do campo deverá melhorar os cuidados ao manusear equipamentos perigosos. Um exemplo disso é a falta de preparo físico adequado, muitas vezes os agricultores erguem pesos sem fazer um aquecimento prévio. Outro exemplo é a alimentação feita de maneira inadequada para a execução e o sustento físico frente a esforços físicos prolongados.

Ao conhecer e entender essa realidade foi possível trabalhar cuidados básicos com relação à saúde. Os estudantes ao debaterem sobre esse temas puderam exercitar possibilidades de prevenir acidentes de trabalho no campo. Puderam procurar soluções simples, como fazer um pequeno aquecimento no corpo

antes de realizar esforços físicos para evitar lesões. Portanto, esses pequenos conhecimentos trabalhados na ótica da educação do campo puderam auxiliar para o desenvolvimento de uma boa qualidade de vida no campo.

Referências

OLIVEIRA, R.J. **Saúde e atividade física**. Rio de Janeiro: Shap, 2005.

PEREIRA, E. P.; BONA, J.R.; LOPES, .; LIMA,T.B.; LIPOSCK, D. B. **Atividade física e estilo de vida de idosos com idade entre 60 e 90 anos**. Revista digital: Buenos Aires, 2008.

PITANGA, F. J. G. **Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde**. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2004.

SABA F. **Mexa se: atividade física, saúde e bem estar**. 2. ed. São Paulo, Phorte, 2008.

CALDART, Roseli Salete. Sobre a educação do Campo. In: Clarice dos Santos (Org.). **Educação do Campo: Campo - políticas públicas – educação**. Brasília: Inkra; MDA, 2008.

CALDART, Roseli Salete. **Educação do campo**. Disponível em: http://www.ce.ufes.br/educacaodocampo/down/cdrom1/pdf/ii_03.pdf acesso em 16/02/2011.

KOSLOWSKY, M. **Influências da atividade física no aumento da qualidade de vida.** Canoas: Editora, 2004

GONÇALVES, A.; VILARTA, R. **Qualidade de vida e atividade física explorando teoria e pratica.** São Paulo: Manole, 2004.

GERALDES, C.F.; GRILLO,D.L.; MERIDA,M.; SOUZA,J.X.; CAMPANELLI,J.R. **Nível de qualidade de vida dos colaboradores da diretoria de esporte e lazer do SESI-SP.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte,2006. Disponível em: <http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos> Acessado em: 06/11/2008.

ERDMANN, Alacoque Lorenzini, MELLO, Ana Lúcia Schaefer Ferreira de, MEIRELLES, Betina Hörner Schlindwein, MARINO, Selma Regina de Andrade. **AS ORGANIZAÇÕES DE SAÚDE NA PERSPECTIVA DA COMPLEXIDADE DOS SISTEMAS DE CUIDADO.** Rev Bras Enferm, Brasília (DF) 2004 jul-ago;57(4):467-71.Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v57n4/v57n4a16.pdf> acesso em: 16/02/2011.

VAZ, Luciana; GUTIERREZ, Gustavo Luis. **Atividade Física e Aptidão Física: Intervenção Dirigida à Saúde do Trabalhador.** Disponível em: http://www.fef.unicamp.br/departamentos/deafa/qvaf/livros/foruns_interdisciplinares_saude/ambiente/ambiente_cap21.pdf