



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 12, Issue, 03, pp. 54418-54421, March, 2022

<https://doi.org/10.37118/ijdr.24104.03.2022>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO SOB A ÓTICA DE ADOLESCENTES GRÁVIDAS: UMA ANÁLISE À LUZ DOS TEÓRICOS DA BIOÉTICA DA PROTEÇÃO

Samily B. Silva*¹, Edylany A. de Oliveira², Vanessa G. de Souza², Nely Dayse S. Mata³, Camila Rodrigues Barbosa Nemer⁴, Demilto Y. Pureza⁵, Marta Verdi⁶ and Luzilena Prudêncio⁷

¹Profissional de Educação Física. Especialista em Saúde Coletiva pelo Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Federal do Amapá – UNIFAP; ²Enfermeira. Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Federal do Amapá – UNIFAP; ³Enfermeira, Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal do Amapá. Doutora em Ciências pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo – EEUSP. Rod. Juscelino Kubitschek, km 02 - Jardim Marco Zero, Macapá-AP, 68903-419, Brasil; ⁴Enfermeira, Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal do Amapá. Doutoranda em Saúde Pública pela Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca – ENSP/FIOCRUZ. Rod. Juscelino Kubitschek, km 02, Jardim Marco Zero, Macapá-AP, 68903-419, Brasil; ⁵Profissional de Educação Física, Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física. Doutor em Ciências pela Universidade de São Paulo. Rod. Juscelino Kubitschek, km 02 - Jardim Marco Zero, Macapá-AP, 68903-419, Brasil; ⁶Enfermeira. Docente do Departamento de Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina. Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Coordenadora do Programa de Pós-graduação em Saúde/UFSC. Líder do Núcleo de Pesquisa em Bioética e Saúde Coletiva – NUPEBISC/UFSC. Campus Reitor João David Ferreira Lima, Rua Delfino Conti, s/n. Bloco H, CEP 88040-900; ⁷Enfermeira. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal do Amapá. Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Federal de Santa Catarina. Líder do Núcleo de Pesquisa em Bioética em Saúde Coletiva - NUPEBISC/Amapá, Universidade Federal do Amapá – UNIFAP. Rod. Juscelino Kubitschek, km 02 - Jardim Marco Zero, Macapá - AP, 68903-419, Brasil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 10th January, 2022

Received in revised form

20th January, 2022

Accepted 15th February, 2022

Published online 19th March, 2022

Key Words:

Atividade física. Bioética da proteção.
Exercício Físico. Gravidez na adolescência.

*Corresponding author: Samily B. Silva

ABSTRACT

O presente estudo objetivou investigar o entendimento de adolescentes grávidas sobre a prática de atividade física e exercício físico no período gestacional e as possíveis implicações bioéticas que envolvem a necessidade de oferta deste serviço nas Unidades Básicas de Saúde vinculadas ao Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro. Trata-se de um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa, com dados coletados a partir da aplicação de questionário socioeconômico e entrevista semiestruturada. Participaram do estudo, adolescentes na faixa etária entre 12 e 19 anos de idade que fazem acompanhamento de pré-natal em Macapá-AP. Os dados foram organizados por meio do software Atlas.ti® versão 8.0, sendo que a técnica de Análise de Conteúdo, proposta por Bardin, subsidiou a análise dos dados. Foi identificado que há ausência da oferta de atividade física/exercício físico para gestantes nos serviços públicos. Conclui-se que as adolescentes são um grupo vulnerável e portanto necessitam de atenção integral e políticas públicas voltadas para a promoção da saúde materno-fetal nessa faixa etária e período gravídico, com destaque para atividade física.

Copyright © 2022, Samily B. Silva et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Samily B. Silva, Edylany A. de Oliveira, Vanessa G. de Souza, Nely Dayse S. Mata, Camila Rodrigues Barbosa Nemer, Demilto Y. Pureza, Marta Verdi and Luzilena Prudêncio. "Atividade física e exercício físico sob a ótica de adolescentes grávidas: uma análise à luz dos teóricos da bioética da proteção", *International Journal of Development Research*, 12, (03), 54418-54421.

INTRODUCTION

Compreende-se como adolescente grávida toda a mulher que gesta com idade até 19 anos. As complicações obstétricas que podem surgir com uma gravidez em um corpo insuficientemente desenvolvido vão desde a toxemia gravídica, parto prematuro e lacerações uterinas. As taxas elevadas de gravidezes na adolescência é um problema que ainda persiste nos países em desenvolvimento e possivelmente seja consequência direta dos casamentos de crianças. Hoje o Brasil ocupa o 4º lugar no ranking de países com maior número de casamentos de crianças, quase que exclusivamente de meninas.

Possivelmente a justificativa para isso está ligada à problemática social, relacionada à pobreza (FREITAS, 2017; SANTOS; SCHMIDT, 2021). Em relação ao desenvolvimento de patologias, a gravidez na adolescência é agente determinante de vulnerabilidade quando associada ao sedentarismo, portanto na ausência de contraindicações clínicas ou obstétricas relativas e/ou absolutas, o *American College of Obstetrics and Gynecology* (ACOG 2015) e o mais recente documento publicado em 2019 do *Canadian Guideline for Physical Activity Throughout Pregnancy* (CGPATP) recomendam o Exercício Físico (EF) para gestantes. O mesmo deve ser estimulado para a melhora do condicionamento e aptidão física, objetivando benefícios como um período de trabalho de parto mais curto e controle do peso

corporal. A Atividade Física (AF) também tem sido proposta como medida preventiva ou terapêutica para reduzir as complicações na gravidez e otimizar a saúde materna e também fetal (MOTTOLA *et al.*, 2019; FIGUEIREDO, 2020; FIGUEIRÔA *et al.*, 2020). Há inúmeras modalidades de AF que a gestante pode praticar, desde exercícios de baixa intensidade até os de intensidade moderada. O programa de AF/EF deve ser prescrito e adaptado (se necessário) por um Profissional de Educação Física (PEF) qualificado que possua conhecimento quanto as necessidades fisiológicas e o risco associado à prática, principalmente se tratando de gestação na adolescência (SOARES *et al.*, 2017). A temática da gravidez na adolescência, bem como as necessidades de atividade física nessa idade e condição, nos faz refletir sobre as implicações bioéticas que a omissão deste serviço pode ocasionar a este grupo populacional. Assim, entendemos que é importante relacionarmos a bioética nesta discussão, mais especificamente a bioética da proteção. Portanto, o presente estudo teve como objetivo, investigar o entendimento de adolescentes grávidas sobre a prática de atividade física e exercício físico no período gestacional e as possíveis implicações bioéticas que envolvem a necessidade de oferta deste serviço nas Unidades Básicas de Saúde.

MATERIAIS E MÉTODO

Estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa realizado em três Unidades Básicas de Saúde (UBS) localizadas na Zona Norte, Oeste e Sul de Macapá-AP, Brasil. A população do estudo foi constituída por adolescentes grávidas em processo de pré-natal nas referidas UBS. As adolescentes foram selecionadas de forma aleatória, totalizando 10 gestantes com idade entre 12 e 19 anos. As entrevistas paracoletadas foram realizadas nos meses de setembro e outubro do ano de 2021, sendo submetido e aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa sob parecer de nº 46535221.3.0000.0003. Os dados foram coletados por meio de questionário socioeconômico e entrevistas gravadas, semiestruturada com perguntas abertas. Destaca-se que o número de participantes se deu pelo método de saturação, pois segundo Nascimento *et al.*, (2017) “quando nenhum novo elemento é encontrado e o acréscimo de novas informações deixa de ser necessário, pois não altera a compreensão do fenômeno estudado”. Para análise utilizou-se a técnica de Análise de Conteúdo, proposto por Bardin (2015), que consiste em 3 fases de organização: a pré-análise, a exploração do material, o tratamento dos resultados e a interpretação. Para subsidiar a análise dos dados foi utilizado o software Atlas.ti® versão 8.0 desenvolvido especificamente para o armazenamento, manipulação e análise de dados qualitativos, facilitando o gerenciamento dos dados codificados a serem analisados (JUSTICIA; PADILLA, 2017). Após a transcrição das entrevistas foi realizada a codificação das falas das adolescentes e por fim a categorização dessas narrativas. Para preservar o anonimato das participantes os relatos foram transcritos com abreviaturas alfanuméricas, onde “A” corresponde a Adolescente, seguido do número (Adolescente 1- A1) A2, A3 e assim sucessivamente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre as participantes, 70% estão na faixa etária entre 17 e 19 anos, 20% entre 15 e 16 anos e 10% estão entre 12 e 14 anos de idade. Em relação ao estado civil, 60% alegaram ser casadas ou morarem com companheiro, enquanto 40% são solteiras. Quanto ao nível de escolaridade, 30% possuem o ensino médio incompleto; 20% o ensino médio completo; 20% o ensino fundamental incompleto; 20% o ensino fundamental completo e 10% o ensino superior incompleto. Destaca-se que 60% das adolescentes moram com seus companheiros na casa de seus familiares e consideram-se casadas. Quanto a isso, percebe-se que possivelmente a gravidez era desejada mas não foi planejada. Na fase da adolescência, muitas garotas fantasiavam a maternidade, mas não a planejam. Quanto a isso, a literatura menciona que fatores como idade, nível de escolaridade baixo e falta de recursos econômicos, casamento e maternidade podem se configurar em uma expectativa de melhores condições de vida para a

adolescente, o que teoricamente faz com que o desejo pela gravidez se mostre como uma forma de realização e reconhecimento social (SILVA *et al.*, 2019). Quanto à ocupação, 40% são estudantes; 20% são donas de casa; 20% trabalham fora e 20% trabalham eventualmente. Destas, 80% afirmam não trabalhar, até mesmo as que alegaram trabalho eventual, pois não consideram trabalho eventual como uma forma de renda para a família. Quando questionadas sobre sua participação na renda familiar, 80% disseram não participar, enquanto que 10% alega trabalhar e receber ajuda financeira da família e 10% relatou que trabalha e que é responsável pelo próprio sustento. Quanto a renda total mensal, 70% relataram viver com a renda inferior ou igual a um salário mínimo; 20% relataram de 1 a 2 salários mínimos, 10% de 3 a 4 salários mínimos, sendo que 60% afirmaram receber auxílio do governo como Bolsa Família ou Auxílio Emergencial, enquanto que 40% afirmaram não receber nenhum tipo de auxílio. Segundo Rosaneli, Costa e Sutile (2020), entre os determinantes de uma gestação não planejada na adolescência e seus contextos, “a falta de conhecimento sobre sua saúde, a educação e a renda limitada foram identificadas como fatores-chave que contribuem para a gravidez na adolescência na América Latina e Caribe”. Isso corrobora com os achados deste estudo visto que 70% das adolescentes alegaram que a renda total da família é de até um salário mínimo mensal; 80% não trabalham e somente 20% delas concluíram o ensino médio. Na organização dos dados para análise emergiu a identificação de uma categoria temática, a citar: Mapeando os serviços para a prática de atividade física e exercício físico destinados a adolescentes grávidas.

Mapeando os serviços para a prática de atividade física e exercício físico destinados a adolescentes grávidas

Nesta categoria os códigos criados previamente tiveram o objetivo de identificar: se as adolescentes desenvolviam ou não atividade física e exercício físico -AF/EF no sistema público; o entendimento das adolescentes quanto a ausência deste serviço e responsabilidade do Estado quanto a disponibilização destes no setor público; o conhecimento sobre a oferta de AF/EF no setor privado ou público e por último identificar as condições financeiras de cada adolescente para custeio de AF/EF no setor privado.

O quantitativo de adolescentes que não desenvolvem AF/EF no serviço público corresponde a 80%, as quais apresentaram as seguintes narrativas:

Sim. Faço atividade com o pessoal da zumba, na praça. Eles falam pra eu fazer o que eu conseguir, mas sem me esforçar muito, por exemplo, não posso fazer saltos, então não faço, nem girar muito. Ela é professora de dança (A6).

A maioria das diretrizes recomendam pelo menos 150 minutos de atividade física acumulada durante a semana, ou de 20-30 minutos por dia. Essas recomendações também são válidas para grávidas e as mesmas estão embasadas no ACOG e CGPATP. Pode ser difícil para algumas adolescentes grávidas seguir as recomendações das Diretrizes sem apoio ou aconselhamento, portanto, os profissionais de cuidados obstétricos, incluindo o PEF, devem considerar atenciosamente os possíveis custos e barreiras referidas para a AF durante o pré-natal para facilitar a participação desse público (ROMÁN-GÁLVEZ *et al.*, 2021; SOUZA, 2018). Quanto ao entendimento das mesmas sobre a ausência deste serviço e os deveres do Estado quanto a disponibilização destes no setor público, foi identificado que 70% das entrevistadas não souberam responder a este questionamento. Essa mesma porcentagem se apresentou quando questionamos as adolescentes quanto ao conhecimento sobre a oferta de AF/EF no setor privado ou público, conforme narrativas que seguem:

Eu nunca nem ouvi falar sobre isso (A4). É complicado porque eu acho que eles não valorizam muito as gestantes, porque parece que a gente tá à mercê, primeiro que já temos medo de engravidar porque sabemos que vai ser difícil, pelas coisas que vai passar no serviço público (A7).

Eu acho que o Estado não disponibiliza porque nós não lutamos por nossos direitos, se todas as gestantes fossem lá brigar, rápido eles mudariam a situação, mas como não sabemos que é direito nosso ter esse profissional nos acompanhar, eles não fazem questão de colocar (A8).

Quanto ao conhecimento das adolescentes sobre a oferta de AF/EF nos setores privado ou público foi possível identificar as seguintes narrativas:

[...] o Pilates, mas é no privado, e é difícil o acesso por ser muito caro (A1).

Não conheço (A2).

Me falaram do pilates e da hidroginástica, que é muito bom para as gestantes, mas é pago (A5).

Eu conheço a dança e o pilates, e eu queria muito que o pilates fosse gratuito, que fosse disponibilizado para as grávidas porque pelas minhas pesquisas eu descobri que ele ajuda muito a ter um parto rápido, ajuda a controlar a respiração, a flexibilidade (A8).

As adolescentes são um grupo vulnerável por estar em desenvolvimento físico e psicológico e, uma gravidez não planejada nesta fase as torna ainda mais vulneráveis. Neste sentido, a bioética da proteção emerge com o objetivo de auxiliar os profissionais de saúde a garantir que essas adolescentes superem esses impasses que uma gestação em idade precoce pode ocasionar. Informações claras e objetivas realizadas durante as consultas ou palestras propiciam na tomada de decisão voluntária e responsável sobre a própria saúde e direitos (ROSANELI; COSTA; SUTILE, 2019). Quanto ao mapeamento dos serviços de saúde disponíveis para prática de AF/EF durante a gestação percebemos a inexistência dos mesmos no setor público. Isso vai de encontro ao princípio base da bioética da proteção que se configura como sendo uma ética de responsabilidade social em que o Estado deve assumir suas obrigações para com as populações humanas, considerando em sua totalidade a diversidade de culturas, visões de mundo, hábitos e sistemas morais que fazem parte da vida em comum (SCHRAMM; BRAZ, 2008).

O Estado deveria oferecer espontaneamente a proteção como um serviço gratuito, sem que isso fosse requerido a todo tempo pelos sujeitos a serem protegidos. Isso nos mostra que deveria haver a oferta de serviços gratuitos e de qualidade às adolescentes grávidas, a citar serviços voltados a prática de AF/EF. Referente às condições financeiras das adolescentes para custeio de AF/EF no setor privado, nenhuma das entrevistadas (100%) relatou dispor de condições para custear um serviço no setor privado.

Se eu tivesse dinheiro eu pagava (A3).

Se eu tivesse condições financeiras eu pagaria com certeza pois vejo como um investimento na nossa própria saúde (A9).

Se minha família pudesse pagar, eu aceitava fazer (A10).

O Estado é responsável por definir as prioridades e organizar as políticas públicas necessárias para os serviços. Para tanto, ele precisa formular ações em diversas áreas como saúde, educação e meio ambiente de acordo com as necessidades territoriais (SCHRAMM; BRAZ, 2008). O Estado deve reconhecer as situações de desigualdades de acesso, necessidade dos usuários e desenvolver políticas públicas para solucionar essas fragilidades, mas para isso é necessário que haja uma conscientização ainda maior a respeito das diversidades culturais e hábitos, e mesmo sendo frisada a regionalização dos serviços, ainda sim vemos a precariedade na disponibilização de profissionais nos serviços de saúde, mencionando o PEF, que atua diretamente na prevenção de doenças e seus agravos e na promoção da saúde. A Educação Física se insere no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS) por meio, principalmente, dos Núcleos Ampliados de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB). Aos profissionais de Educação Física cabe atuar diretamente no apoio matricial às equipes de Saúde da Família da(s) unidade(s) à(s) qual(is) o NASF-AB está vinculado e no território destas equipes, desenvolvendo atividades físicas/práticas corporais. Esse profissional

é responsável por atender a demanda da comunidade local. Porém, as atividades físicas direcionadas para as gestantes ainda são restritas (OLIVEIRA; WACHS, 2018). O atendimento integral com os diversos profissionais de cuidados obstétricos incluindo o PEF, deveria ser de escolha da própria adolescente, pois neste sentido a experimentação de delegação de poder para grupos sociais comunitários agrega a Saúde Pública/Coletiva, visando uma mudança social que altere a perspectiva alienada dos sujeitos buscando a emancipação dos indivíduos, onde os governos continuam tomando decisões sobre situações-problema e formulando políticas para enfrentá-las, mesmo por estâncias não-governamentais (PONTES; SCHRAMM, 2004; PAIM, 2006).

Considerações Finais

O estudo evidenciou que o pré-natal ofertado nas Unidades Básicas de Saúde em estudo é marcado por adversidades no atendimento integral às gestantes, a considerar que não há inserção de atividade física e exercício físico para adolescentes grávidas. Identificou-se que ainda há uma fragilidade quanto a composição da equipe multiprofissional de saúde e a necessidade de um olhar especial para a inserção do Profissional de Educação Física, já que este é responsável por orientar, planejar e prescrever atividade física e exercícios físicos. As adolescentes são consideradas um grupo populacional vulnerável, necessitando de atenção integral e políticas públicas voltadas para a promoção da saúde materno-fetal nessa faixa etária. Portanto o período gravídico, a considerar as condições de saúde da gestante, suscita a oferta de atividade física, porém neste estudo identificou-se que as diretrizes preconizadas, que garantem a inserção do profissional de educação física na equipe multiprofissional de saúde, ainda estão distantes da prática na assistência pré-natal de adolescentes.

Conflito de interesse: Os autores declaram que a pesquisa foi realizada na ausência de quaisquer relações comerciais ou financeiras que pudessem ser interpretadas como potencial conflito de interesses.

REFERÊNCIAS

- BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. 7.ed. Lisboa: Edições 70, 2015.
- FIGUEIRÓA, N. M. C. et al. Avaliação do nível de atividade física em gestantes. Brazilian Journal of Development, 2020, Curitiba-PR, v. 6, n. 11, p. 92384-92394. <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/20351>.
- FIGUEIREDO, V. Contribuições do enfermeiro especialista em enfermagem de saúde materna e obstétrica na capacitação da mulher grávida para a atividade física. Dissertação (Mestrado) - Escola Superior de Saúde de Santarém-PA, 2020. <https://repositorio.ipsantarem.pt/handle/10400.15/3090>.
- FREITAS, G. Enfermagem e a prática de exercícios físicos durante a gravidez. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Enfermagem) - Universidade do Mindelo Escola Superior de Saúde, 2017. <http://www.portaldocconhecimento.gov.cv/handle/10961/4992>. https://www.researchgate.net/publication/344386480_Physical_activity_before_and_during_pregnancy_A_cohort_study.
- JUSTÍCIA, J. M; PADILLA, M. S. Hacer análisis cualitativo com Atlas.ti 7, v.1, n.1, 2017.
- MOTTOLA, M, F. et al. Diretriz Canadense de 2019 para atividade física durante a gravidez (traduzido). Journal of Obstetrics and Gynecology, Canada. Versão em inglês: 2018; v. 40 n.11, p. 1549 - 1559. <https://bjsm.bmj.com/content/bjsports/52/21/1339.full.pdf>.
- PAIM, J. S. Desafios para a saúde coletiva no século XXI. Salvador: EDUFBA, 2006.
- PONTES, C. A. A; SCHRAMM, F. R. Bioética da proteção e papel do Estado: problemas morais no acesso desigual à água potável. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro-RJ, v. 20, n. 5, p. 1319-1327, set-out, 2004. <https://www.scielo.br/j/csp/a/Z7TbP3dZncsdVsSrmVpYzv/?lang=pt>.

- ROMÁN-GÁLVEZ, M. R. et al. Physical activity before and during pregnancy: A cohort study, *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 2020, v. 152, n. 128.
- ROSANELI, C. F.; COSTA, N. B; SUTILE, V. M. Proteção à vida e à saúde da gravidez na adolescência sob o olhar da Bioética. 2020. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Curitiba-PR, 2020, v. 30, n. 1. https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01037331202000010060.
- SANTOS, V. B; SCHMIDT, S. P. Casamento de crianças no Brasil: um ensaio sobre comunicação, pobreza e direitos humanos. *Perspectivas em diálogo*, Naviraí-MS, v. 08, n. 17, p. 432-448, maio/ago. 2021.
- SOARES, D. S. C. et al. Atividade física na gestação: uma revisão integrativa. *Perspectiva Ciência e Saúde*, Florianópolis-SC, 2017, v. 2, n.2, p. 71-84. <http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/138>
- SOUZA, L. C. Expectativas de gestantes adolescentes relacionadas à assistência no pré-natal e parto. Dissertação (mestrado) - Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira, Rio de Janeiro - RJ, 2018. <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/30937>.
- SCHRAMM, F. R; BRAZ, M. Bioethics of protection: a proposal for themoral problems of developing countries?. *Journal International de Bioéthique*, 2008, vol. 19, n. 1-2, p. 73-86. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18664002/>.
- SILVA, M. J. P. da; et al. Planejamento da gravidez na adolescência. *Cogitare Enfermagem*. v. 24, 2019. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v24i0.59960>.
