

A prática da caminhada na comunidade quirinopolitana: uma visão antropológica

**Valdiléia de Souza Alves^{a*}, Noemar Magalhães Silva^b, Roger Vinícios Borges
Barcelos^c, Nilda Antônia Chaves Sousa^d, Wanderleia Silva Nogueira^e**

^aRua das Clemências, Quadra 24, Lote 11, Chico Junqueira, Quirinópolis, GO, Brasil, UEG, E-mail: valdilenia@gmail.com

^bAv. Lázaro Xavier, s/n, Centro, Quirinópolis, GO, Brasil, UEG, E-mail: noemarmagalhaes23@hotmail.com

^cAv. Brasil, s/n, Centro, Quirinópolis, GO, Brasil, UEG, E-mail: rogervilari@gmail.com

^dAv. Brasil s/n, Centro, Quirinópolis, GO, Brasil, UEG, E-mail: nildasousa@gmail.com

^eRua Frei João Batista, 94, Centro, Quirinópolis, GO, Brasil, UEG, E-mail: wanderleiasnogueira@hotmail.com

Recebido em 29 10 2013, Aceito para publicação em 15 11 2013, Disponível online dia 31 12 2013.

Resumo

No presente trabalho procuramos analisar a etnografia de rua, o andar por uma praça pública. Foi utilizada a técnica como observação e conservação desenvolvida no contexto da pesquisa, um olhar sobre o outro para delinear o seu trajeto, a sua prática corporal, o que é visível conforme propõe Régis Debry¹. Por meio de um deslocamento histórico na cidade, problematizou-se a “retórica do andar” perguntando qual o benefício da caminhada para estes sujeitos, o que levou os mesmos a buscarem esta prática em suas vidas e a orientação ou não desta atividade por um profissional da Educação Física. O resultado da pesquisa permitiu identificar que a respectiva prática concebe uma tradição na comunidade, que mesmo em um determinado momento sendo realizada sem a devida orientação ela é benéfica à saúde destes indivíduos. No entanto, tal estudo não se limitou somente em um olhar do pesquisador, mas também procurou contribuir com a sociedade local no desenvolver da sua história, através dos diferentes saberes que norteiam à Educação Física, advindos das ciências humanas e da saúde.

Palavras-chave: História. Caminhada. Saúde

Abstract

In this work we analyze the ethnographic street, walking through a public square. Technique was used as observation and conservation developed in the research context, a look at the other to outline your path, your body practice, which is visible as proposed Régis Debry. Through a historical shift in the city, is problematized "rhetoric of walking" wondering what benefit walk for these subjects, which led them to seek this practice and guidance in their lives or not this activity by a professional Physical Education. The survey results identified that their practice conceives a tradition in the community, even at a given time and place without proper guidance it is beneficial to the health of these individuals. However, this study was not limited to a look of the researcher, but also sought to contribute to the local society in developing its history, through the different knowledge that guides the Physical Education, arising from the humanities and health.

Keywords: History. Hiking. Health.

Introdução

O homem moderno é caracterizado por uma vida carregada de intensos afazeres, que os impede de tomar um tempo para si mesmo. Somam-se a isso, doenças e transtornos que podem surgir como consequências desse estilo de vida agitado, como estresse intenso, entre outros. Nesse sentido, a promessa de um tipo de atividade física que trabalhasse tanto o corpo como a mente se mostrou perfeita para que esse homem pudesse praticar atividade física cuidando do seu corpo e da sua cabeça, neste caso a caminhada, surgiu como uma solução prática que pudesse proporcionar ao homem uma prática física e que não dependesse de muito tempo ou de um ambiente específico.

Um olhar antropológico sobre a “retórica do andar” perguntando qual o benefício físico da caminhada? O que levou essas pessoas a buscarem essa prática? Eles têm orientação adequada para tal?

Para podermos tentar responder tais questões buscamos embasamento teórico em Régis Debray¹, que conceitua etnografia como um ramo dentro da antropologia, e procura descrever o conjunto de entendimentos e de conhecimento específico compartilhado entre participantes que guia seu comportamento num contexto específico, ou seja, a etnografia descreve a cultura, usos e costumes de um grupo de pessoas, interessada no ponto de vista dos sujeitos pesquisados, para ele o etnógrafo descreve, tradicionalmente em diários, relatos ou notas de campo, seus pensamentos ao agir no tempo e espaço histórico do outro-observado, delineando as formas que revestem a vida coletiva no meio urbano

Já para Laplantine²(2002):

Essa apreensão da sociedade tal como é percebida de dentro pelos atores sociais com os quais mantenho uma relação direta (apreensão esta, que não é de forma alguma exclusiva da evidência daquilo que lhes escapa, mas que, pelo contrário, abre o caminho para essa etapa anterior da pesquisa), e que distingue essencialmente a prática etnológica da prática do campo da do historiador ou do sociólogo. (p.49)

Por uma reflexão acerca da etnografia na rua observamos as praças públicas de Quirinópolis, as quais proporcionam além da academia de rua, pista específica para a caminhada; importante prática corporal realizada sem devida orientação. Neste contexto

elaborou-se uma breve análise das fontes orais contando suas histórias e histórias do dia-a-dia, utilizando as fotografias com imagens representativas da satisfação dos participantes.

Sendo assim utilizamos uma máquina fotográfica e diário de campo que depois de escrever o espaço pesquisados formulamos questionário com uma série de perguntas diretamente ao entrevistado em academias ao ar livre, com o objetivo de analisar quais o benefícios de prática da caminhada.

Para mostrar a conclusão escolhemos um trecho do nosso diário de campo que mostra que as pessoas estão em busca de uma vida saudável, que por meio da caminhada reduzem o nível de estresse, a glicemia em diabéticos, níveis de colesterol e triglicerídeos com reflexos na estética corporal. No entanto, tais indivíduos não têm orientação adequada e sem a realização de exames diagnósticos prévios.



Fotografia nº 01 – Senhoras praticando atividade física no Lago do Sol Poente em Quirinópolis-GO
Fonte: acervo pessoal

Na fotografia acima observamos duas senhoras que praticam atividade física regularmente no Lago do Sol Poente. Ao conversarmos com elas, percebemos que ambas nunca procuraram um médico ou outro profissional da saúde para que lhes fossem indicados os tipos de atividades físicas corretas ao biotipo de cada uma; dizem seguir orientações vistas em revistas, jornais e blogs da internet.

A caminhada é recomendada como uma das atividades físicas mais acessíveis para que a população se torne fisicamente ativa, podendo ser realizada em diferentes locais, não requerendo uso de equipamentos especiais. Além disso, tem sido relativamente comum no lazer entre grupos tipicamente sedentários, como mulheres e

idosos e apresenta pequeno risco de lesão em sua prática. Profissionais da saúde têm sido estimulados a orientar as pessoas a adotar um estilo de vida ativo, especialmente através da prática da caminhada. Os adeptos relatam que mesmo sem orientação devida, a caminhada lhes proporciona dormir melhor bem como reduzir níveis séricos de colesterol.

A análise dos dados mostrou que este é um dos primeiros trabalhos de base populacional a descrever cuidados e preferências da prática de caminhada no período de lazer. É necessário deixar bem claro que foi estudada uma amostra representativa da população, com um baixo percentual de perdas e recusas e a descrição das variáveis sociais e demográficas foi condizente com os dados censitários do município.



Fotografia nº 02 – Senhores praticam atividade física no Lago do Sol Poente
Fonte: acervo pessoal

Na fotografia acima, observamos três indivíduos do gênero masculino que praticam atividade física regularmente. Um dos senhores – em uma conversa informal – disse que procura praticar vários tipos de atividades físicas, como o futebol por exemplo, mas que é na caminhada que ele consegue relaxar, pois além de observar o lago e demais aspectos da natureza ao redor, encontra-se na companhia dos amigos/colegas tornando tudo mais prazeroso, e ele ainda relata: "caminhar faz bem pro coração e pro bolso (risos), pois eu não tenho que pagar nada".

Apesar da maioria das pessoas relatarem como principal motivo da prática de caminhada sua importância para a saúde, foi observada baixa prevalência dos cuidados necessários para que a prática dessa atividade amplie os possíveis benefícios por ela

produzidos. Nesse sentido, gostaríamos de expor o maior engajamento de profissionais de educação física nos serviços de atenção básica o que poderia ser uma estratégia importante na promoção da saúde e qualidade de vida da população, em especial daqueles pertencentes às classes socioeconômicas menos favorecidas.

Além disso, como citamos anteriormente, sabe-se que muitas pessoas, ou a maioria da população, não têm a possibilidade de realizar atividades físicas com acompanhamento de um profissional da área, ou mesmo ter acesso a informações sobre como praticar atividades físicas de forma a melhorar sua saúde.

Dessa forma, viabilizar a prática de diferentes atividades físicas, incluindo grupos de caminhada orientada aos usuários de serviços de saúde e da comunidade poderiam ser estratégias positivas. Acredita-se que intervenções realizadas nos bairros da cidade possam viabilizar o aumento do número de pessoas que praticam caminhadas no período de lazer.

Referências

- (1) Debray R. (1992) Vieetmort de l'image. Paris, Gallimard.
- (2) Laplantine F. Aprender Antropologia. Tradução Marie Agnes Chauvel. Brasiliense. São Paulo, 2002.

Outras leituras

- Benjamin W. Passagens. Tradução Cleonice Paes Barreto Mourão. Editora UFMG. São Paulo, 2009.
- De Certeau M. (1984) A invenção do cotidiano. Petrópolis, Vozes.