Boletim de avaliação da actividade fisica e desporto para as crianças e jovens de Moçambique

2014

Preparado por: NIAFS Núcleo de Investigação em Actividade Física e Saúde

Produzido por:

Boletim de avaliação da **actividade fisica** e **desporto** para as **crianças** e **jovens** de **Moçambique**

2014

Av. Eduardo Mondlane nº 3241, Maputo - Moçambique
e-mail: niafs.moz@gmail.com, niafs@up.ac.moz
Cell: 258 82 7764190, Tel/Fax: 258 21 426678,
Caixa Postal 2107

Design Gráfico: Mário Tique, On Design
Impressão: On Design

Indice e Ficha Tecnica	2
O que é o Boletim de Avaliação	3
Como se procede a avaliação	4
A importancia da actividade fisica para as crianças e jovens	4
Nivel de Actividade Física	5
Participação no Desporto Organizado	5
Jogos Activos	5
Transporte Activo	6
Comportamento Sedentário	6
Família e Parceiros	6
Escola	6
Comunidade e Ambiente Construidos	7
Governo	7

O que é o Boletim de Avaliação

O crescimento e desenvolvimento das criancas e jovens está intimamente associado a actividade fisica. Uma grande quantidade de elementos essenciais a um crescimento e desenvolvimento saudável depende da experiência regular de actividade física diversificada. Essa vivência é natural no ser humano realizando se numa intima interacção com o ambiente. Pela sua constituição genética, o movimento na crianca e jovem é não apenas importante como vital.

Se ao longo dos séculos o ambiente rural proporcionava condições para a a actividade de forma expontanea, a migração do campo para a cidade, o aumento da mecanização e os avanços tecnologicos transformaram o habitat de muitas das criancas e jovens mocambicanos. Da necessidade de caminhar muito tempo para o transporte motorizado, das actividades domesticas activas para a aquisicao de electrodomesticos e produtos já manufacturados, do transporte da agua para a a torneira e dos jogos ao ar livre para os electronicos, as actividades vao gradualmente se transformando de energéticas para sedentárias. Essa transformaçao originou já alteracões importantes e relevantes nos indicadores de saude, cresicmento e desenvolvimento das criancas e jovens mocambicanos, em particular nos centros urbanos.

O Report Card pretende assim de tudo motivar as instituicões e personalidades directa ou indirectamente responsáveis pela criação de condiceos de vida activiva para as crianás e jovens em Moçambique. Trata se de avaliar cada um dos factores que concorrem para que as nossas criancas e jovens sejam activas ou, pelo contrario, tendam ao sedentarismo.

Como se procede a avaliação

O Boletim de avaliacao é realizado simultaneamente em varios paises com metodologias identicas (internacionalmente é conheido por Report Card). Assim os itens escolhidos são os mesmos para cada pais. Um grupo de peritos nacionais em matérias realcionadas com a actividade física é constituido em cada pais. O grupo reune todas as informcoes disponiveis no que respeita a cada matéria dos itens em avaliacao. No ano de 2014 os itens em avaliacao foram s o NIVEIS DE ACTIVIDADE FÍSICA, a PARTICIPAÇÃO NO DESPORTO ORGANIZADO, a PRATICA DE JOGOS ACTIVOS, a UTILIZAÇÃO DE TRANSPORTE ACTIVO, o COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO, a INFLUENCIA DA FAMILIA E PARCEIROS, a ESCOLA, a COMUNIDADE E AMBIENTE CONSTRUIDO e a POLITICA E ACÇÃO GOVERNAMENTAL. Em cada item existe um escala de calssificacao que vai da A a F. Dentro das possibilidades procura-se recolher o máximo de objectividade através das fontes existentes. Quando é possivel avaliar percentagens de população abrangida no item respectivo é atribuido de acordo a classificacao é objectiva, nomeadamente: A = 80-100%; B = 60-80%; C = 40-60%; D = 20-40%; F = Menor que 20%

A inexistencia de daodos objectivos pode originar a ausencia de classificacoa, ou, por decisao do painel, a atribicao de um valor em funcao de dados qualitativos disponiveis.

A importancia da actividade fisica para as crianças e jovens

A necessidade de actividade fisica para o ser humano é inquestionavel. No casos das criancas e jovens essa necessidade é vital. Ser fissicamente activio é condiçao fundamental para que a crianca se desenvolva de forma harmoniosa e saudavel. O cresciuente sedentarismo das sociedades modernas provocou um aumento da prevalencia de doencas não transmissiveis como seja a hipertansao, os idabietes, a obesidade, o cancro, as deocnas depressivas. A pesquisa cientifica demosntrou já que a realcao entre sedentarismo a aumanto das docencas nao transmissiveis começa muito desde crianca. Por outro lado a falta vivencia motora apresenta efeitos negativos em outros dominios do desenvovimento infantil que nao apenas o das doencas. Infelismente em Mocambique o auamento do sedentarismo em criacnas e jovens das cidades já está documentado com varias consequencias nefastas na saude e aptidaco fisica da populcacao infantul e juvenil.

Nivel de Actividade Física

B

Os dados disponíveis mostram que mais de 60% das crianças e adolescentes em áreas rurais e peri urbanas andam mais de 1 hora por dia sendo bastante ativos em atividades de sobrevivência. No entanto, nas áreas urbanas a percentagem de crianças e adolescentes que andam mais de 1 hora por dia é de apenas 32%, estando a reduzir ao longo dos ultimos 20 anos. Tendo em conta os níveis globais de Actividade Física em conta em Moçambique foi atribuida a classificação B. Sendo a maioria da população ainda rural a maioria das crianças e adolescentes são muito ativos . No entanto, o declínio da actividade física nos centros urbanos é preocupante

---

Participação no Desporto Organizado

D

Embora os programas de educação física incluam desportos como o basquetebol, andebol, futebol, voleibol e atletismo, a maioria das escolas não têm instalações e equipamentos desportivos. A percentagem de escola com instalações desportivas é infrerior a 20%. Assim foi atribuida a classificação D

Jogos Activos

C

Embora o acesso à tecnologia seja cada vez maior, jogos ativos jogados ao ar livre ainda predominam nas zonas rurais. A prática dos chamados "Jogos Tradicionais" diminuiu nas áreas urbanas, mas é incentivada por uma competição nacional regular promovido pelo Ministério da Educação. Estudos têm demonstrado que a prevalência de jogo ao ar livre é maior que 80% nas áreas rurais, mas caíu de 67% para 57% entre a população em idade escolar nas áreas urbanas ao longo dos últimos 20 anos. Não há informações sobre crianças em idade pré-escolar. Tendo em vista a elevada practica nas zonas rurais, por um lado, e a redução em áreas urbanas, por outros, fois atribuida a nota C

Transporte Activo — **B**

A maioria da população ainda se desloca a pé para escola, trabalho ou actividades sociais. No caso das cidades esta tendencia começa reverter sendo que um estudo mostrou apenas 52% das crincas e adolscentes vão a pé para a escola. O grau B deve se ao facto de nas zonas rurais ainda a deslocacao a pé ser a prevalente.

Comportamento Sedentário

Não existem estudos sobre os hábitos sedentários das crianás e jovens em Moçambique. O aumento do tempo de televisão e outros meios audio visuais é evidente mas não existem dados que permitam quantificar. Deste modo não foi atribuida classificação neste item.

Família e Parceiros

Não existem infromacões que permitam classificar

Escola — **C**

A educação física é obrigatória em todo o ensino basico e médio havendo professores de Educação Física específicos a partir da 6 ª classe. A possibilidade de praticar desporto na escola é elevada nas escolas secundárias , mas baixa no nível primário. A maioria das escolas não têm instalações desportivas e os recursos são muito escassos.. A maioria das novas construcoes escolares não incluem instalações desportivas no projecto. O grau C foi atribuido por se reconhecer que existe um programa de promocao que contudo tem enfrentando dificuldades operativas relevantes.

Comunidade e Ambiente Construidos

F

A prática de atividade física em Moçambique está essencialmente relacionada com actividades de sobrevivência , particularmente nas áreas rurais. A migração do campo para a cidade tem contudo vindo a crescer provocando uma consideravel redução nos níveis de actividade. No processo de urbanização observa nao se observam acções de planificacao que pormovam a construcao de infra estruturas de lazer activo como parques, playgrounds e instalacoes desportivas estando até a desaparecer muitos dos existentes. Por outro lado a percepção comum da segurança e manutençao das cidades é da existencia de deteriorizaáo deste inidcador. Do ponto de vista das politicas e ac;coes dos municipios para a promoção do desporto e da actividade física , não se observam planos , programas ou actividades regulares. Na verdade, o número de campos de esportes e áreas de lazer disponíveis está caindo para dar lugar a grandes edifícios novos e de expansão urbana. As áreas comuns estão cada vez menores , o que reduz as possibilidades de crianças e adolescentes a passar o tempo ser ativo. Considerando todos estes factores foi atribuida a classifição F .

Governo

C

Existem várias leis e regulamentações governamentais que se destinam a promover a prática da actividade física e do desporto.. Existem vários planos e iniciativas não-governamentais , em associação com as instituições do governo, embora não sejam implementados nacionalmente . Existem regras e leis que procuram promover e dar um papel importante ä actividade fisica e desporto, incluindo das crianças e jovens. Embora essas leis e regras não possam criar todas as condições necessárias , estabelecer uma posição oficial que reconhece a atividade física como um fator importante para a saúde pública e desenvolvimento da criança. Assim e de e um modo geral , os níveis de actividade física e a prática do desporto não são prejudicadas pela falta de regulamentação. Há, contudo, uma necessidade de estratégias mais eficazes que tenham impacto sobre os hábitos existentes de atividade física.

Boletim de avaliação da actividade fisica e desporto para as crianças e jovens de Moçambique

2014

Preparado por:

NIAFS
Núcleo de Investigação em Actividade Física e Saúde

Produzido por: