# O PAPEL DO EDUCADOR FÍSICO NA PROMOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS

ANDREA MARIA BRANDAO MENDES

RESUMO
O papel do educador físico na promoção de hábitos saudáveis é essencial para o desenvolvimento de uma sociedade mais ativa e consciente sobre a importância do bem-estar físico e mental. Esse profissional atua como um agente transformador, incentivando a prática regular de atividades físicas, a adoção de uma alimentação equilibrada e a manutenção de um estilo de vida que previna doenças e melhore a qualidade de vida. Além disso, o educador físico desempenha um papel fundamental na educação em saúde, promovendo a conscientização sobre os benefícios de uma rotina ativa e na criação de programas que atendam às necessidades individuais de diferentes públicos. A atuação vai além do ambiente escolar ou das academias, estendendo-se à comunidade, onde pode influenciar positivamente as práticas de saúde coletiva. Assim, contribui significativamente para a formação de uma sociedade mais saudável e consciente.

Palavras-chave: Educador físico; Promoção da saúde; Hábitos saudáveis.

ABSTRACT
The role of the physical educator in promoting healthy habits is essential for the development of a more active and aware society about the importance of physical and mental well-being. This professional acts as a transformative agent, encouraging the regular practice of physical activities, the adoption of a balanced diet and the maintenance of a lifestyle that prevents diseases and improves quality of life. Furthermore, physical educators play a fundamental role in health education, promoting awareness about the benefits of an active routine and creating programs that meet the individual needs of different audiences. The action goes beyond the school environment or gyms, extending to the community, where it can positively influence collective health practices. Thus, it contributes significantly to the formation of a healthier and more conscious society.

Keywords: Physical educator; Health promotion; Healthy habits.

## INTRODUÇÃO

O educador físico desempenha um papel fundamental na promoção de hábitos saudáveis, contribuindo diretamente para a melhoria da qualidade de vida de indivíduos em diferentes faixas etárias. Em um mundo cada vez mais sedentário, com a crescente prevalência de doenças relacionadas ao estilo de vida, como a obesidade, hipertensão e diabetes, a atuação do educador físico vai além do simples ensino de exercícios. Ele se torna um agente transformador na sociedade, promovendo a conscientização sobre a importância da atividade física e criando estratégias eficazes para envolver as pessoas em práticas que visam o bem-estar físico e mental. Este artigo explora a importância da atuação do educador físico na promoção de hábitos saudáveis, destacando suas funções, desafios e estratégias para incentivar a prática regular de atividade física em diferentes contextos.

O educador físico é um profissional essencial na promoção da saúde e na prevenção de diversas doenças, desempenhando um papel crucial na melhoria da qualidade de vida da população. Sua atuação vai além do ensino de atividades físicas, abrangendo também a educação sobre hábitos saudáveis, a motivação dos indivíduos para um estilo de vida ativo e a adaptação de programas de exercícios para diferentes necessidades e condições de saúde.

Com o aumento do sedentarismo e das doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, hipertensão e diabetes tipo 2, a necessidade de profissionais qualificados para incentivar a prática de atividades físicas se torna ainda mais evidente. O educador físico trabalha diretamente na prevenção e controle dessas doenças, desenvolvendo programas de exercícios personalizados que atendem às necessidades específicas de cada indivíduo, respeitando suas limitações e objetivos.

Além do impacto na saúde física, a atividade orientada por um educador físico também contribui para o bem-estar mental. Estudos demonstram que a prática regular de exercícios reduz os níveis de estresse, ansiedade e depressão, promovendo uma melhora significativa na qualidade do sono e no humor dos praticantes. Isso ocorre porque o exercício estimula a liberação de endorfinas, conhecidas como "hormônios da felicidade", proporcionando uma sensação de bem-estar e relaxamento.

Os educadores físicos atuam em diversos contextos, como escolas, academias, clubes esportivos, empresas, hospitais e centros de reabilitação. Na educação infantil e no ensino fundamental, esses profissionais têm um papel fundamental na introdução da atividade física na rotina das crianças, ajudando a desenvolver habilidades motoras, coordenação, disciplina e socialização. Já na vida adulta, a orientação de um educador físico é essencial para garantir que os exercícios sejam praticados corretamente, prevenindo lesões e potencializando os benefícios da atividade física.

Um dos desafios enfrentados por esses profissionais é a conscientização da população sobre a importância da prática regular de exercícios. Muitas pessoas ainda acreditam que a atividade física deve ser realizada apenas para fins estéticos, negligenciando seus impactos positivos na saúde. Por isso, o educador físico deve atuar também como um agente motivacional, utilizando estratégias para incentivar a adesão e a permanência dos indivíduos na prática de exercícios.

Entre essas estratégias, destacam-se a personalização dos treinos, a criação de metas realistas e progressivas, o uso de tecnologias e aplicativos para monitoramento da atividade física, além da inclusão de atividades lúdicas e prazerosas que tornam o exercício mais atrativo. A adoção de metodologias ativas e dinâmicas pode contribuir significativamente para o engajamento dos praticantes, tornando a experiência mais agradável e eficaz.

Outro fator importante é a acessibilidade à prática de atividades físicas. O educador físico pode atuar na criação de programas comunitários e políticas públicas que incentivem a população a se movimentar mais, seja por meio da implementação de espaços ao ar livre para exercícios, campanhas de conscientização ou eventos esportivos.

Dessa forma, o educador físico se consolida como um profissional indispensável na sociedade contemporânea, promovendo mudanças significativas no estilo de vida das pessoas e contribuindo para a construção de uma população mais saudável e ativa. Seu trabalho vai além da prescrição de exercícios, envolvendo também a educação para a saúde, a motivação e o acompanhamento contínuo dos praticantes, garantindo que a atividade física seja incorporada como um hábito essencial para o bem-estar e a qualidade de vida.

DESENVOLVIMENTO

O educador físico é um profissional especializado na área do movimento humano, com formação em licenciatura ou bacharelado em Educação Física. Sua atuação vai muito além da simples prescrição de atividades físicas. Ele é capacitado para analisar as necessidades individuais de cada aluno, levando em consideração aspectos físicos, psicológicos e sociais, com o objetivo de promover saúde e qualidade de vida. Sua formação abrange não só o ensino de atividades físicas, mas também o conhecimento sobre anatomia, fisiologia, nutrição e psicologia do esporte, tornando-o apto a atuar de maneira ampla e integrada.

Uma das principais funções do educador físico é transformar a prática de atividade física em um hábito diário. Para isso, ele precisa criar estratégias que tornem o exercício uma parte prazerosa e necessária da rotina dos indivíduos. Isso envolve desde a adaptação de exercícios para diferentes níveis de condicionamento físico, até o incentivo para que os alunos encontrem prazer em se exercitar.

O educador físico pode incentivar a prática de exercícios físicos por meio de atividades coletivas, como esportes e ginástica em grupo, além de orientar a prática de exercícios mais individuais, como caminhadas e corridas. A chave está na personalização do treino, que deve ser adaptado às condições físicas, psicológicas e até mesmo sociais de

cada pessoa. Essa abordagem personalizada aumenta as chances de adesão ao programa de exercícios e, consequentemente, promove um estilo de vida mais saudável.

O educador físico desempenha também um papel educacional, promovendo a conscientização sobre os benefícios da atividade física para a saúde. Isso inclui a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardíacas, diabetes tipo 2, hipertensão e problemas musculoesqueléticos. Além disso, a atividade física regular está associada à melhora da saúde mental, diminuindo os níveis de estresse, ansiedade e depressão.

Por meio de palestras, workshops e campanhas educativas, o educador físico tem a oportunidade de esclarecer dúvidas e estimular as pessoas a adotarem hábitos saudáveis, mostrando que o movimento não se resume apenas à prática esportiva, mas a qualquer ação que envolva o corpo de forma saudável. Ele é o agente de transformação da informação e da motivação, incentivando as pessoas a praticarem atividades físicas não só para emagrecimento, mas também para fortalecer o corpo e a mente.

O papel do educador físico também é fundamental na inclusão de diferentes faixas etárias e públicos. Desde a infância até a terceira idade, ele adapta as práticas de exercício para as necessidades específicas de cada grupo etário. No caso das crianças, por exemplo, o educador físico deve focar no desenvolvimento motor, utilizando atividades lúdicas e recreativas para estimular o movimento e o prazer em se exercitar. Já para os adultos, o foco é promover a saúde cardiovascular, a força muscular e o controle do peso, enquanto para os idosos, as atividades devem ser orientadas para o fortalecimento muscular, o equilíbrio e a flexibilidade, com o objetivo de prevenir quedas e melhorar a mobilidade.

Além disso, o educador físico tem um papel importante na promoção de atividades físicas inclusivas, levando em consideração as pessoas com deficiência. Ao adaptar exercícios e atividades para atender às necessidades desses indivíduos, o educador físico contribui para a inclusão social e para a melhora da saúde dessas pessoas, permitindo-lhes viver com mais independência e qualidade de vida.

Embora muitas pessoas associem a prática de atividades físicas apenas ao ambiente da academia ou da escola, o educador físico pode ampliar as possibilidades de prática, incentivando os indivíduos a se exercitarem fora desses ambientes formais. Ele pode promover caminhadas ao ar livre, corridas em parques, atividades aquáticas e outros exercícios que possam ser feitos em espaços públicos, criando uma relação mais próxima com a natureza e o ambiente urbano.

Ao incentivar a prática em espaços abertos, o educador físico contribui para a democratização da atividade física, tornando-a mais acessível e menos dependente de estruturas formais, como academias ou clubes. Isso facilita a adesão a longo prazo, principalmente para aqueles que não possuem recursos financeiros para frequentar academias.

Além de prescrever exercícios, o educador físico também atua como motivador, ajudando as pessoas a se manterem comprometidas com a prática regular. Isso envolve não apenas o desenvolvimento de programas de exercícios, mas também o acompanhamento do progresso dos alunos, fornecendo feedback contínuo e ajustando os treinos conforme necessário.

O educador físico tem um papel importante em quebrar esses estigmas, promovendo o exercício como parte integrante do cotidiano, acessível a todos. Uma das estratégias é trabalhar com atividades que podem ser feitas em casa ou em espaços públicos, como caminhar, correr, fazer exercícios de alongamento ou até mesmo dançar. Além disso, ele pode engajar as famílias na prática de exercícios em grupo, criando atividades físicas que promovam a interação social, como esportes coletivos ou caminhadas em grupo, fortalecendo laços e, ao mesmo tempo, estimulando o movimento.

Além disso, o educador físico pode atuar na orientação de programas de reabilitação física para pessoas com doenças crônicas, oferecendo estratégias para melhorar a mobilidade e a qualidade de vida dessas pessoas. Ele também pode trabalhar em colaboração com outros profissionais da saúde, como médicos, fisioterapeutas e nutricionistas,

para desenvolver programas integrados de saúde e bem-estar, atendendo às necessidades específicas de cada grupo.

Ao atuar como um líder comunitário e um educador, o profissional da Educação Física contribui não apenas para a saúde individual, mas também para a promoção de uma sociedade mais saudável e mais inclusiva, transformando as vidas das pessoas por meio da prática de atividade física regular e da conscientização sobre a importância dos hábitos saudáveis.

O papel do educador físico na promoção de hábitos saudáveis é fundamental para o desenvolvimento de uma sociedade mais consciente e ativa. Esse profissional é um agente transformador que, por meio de sua atuação, impacta diretamente na qualidade de vida das pessoas, ajudando-as a adotar práticas que promovem a saúde física, mental e social. O educador físico atua em diversas frentes, como academias, escolas, clubes esportivos, empresas e projetos comunitários, sempre com o objetivo de estimular comportamentos que favoreçam o bem-estar e previnam doenças relacionadas ao sedentarismo e aos hábitos inadequados.

Ao orientar a prática de atividades físicas regulares, o educador físico ajuda a combater uma série de condições crônicas que têm se tornado cada vez mais comuns, como obesidade, hipertensão, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e até mesmo transtornos mentais como ansiedade e depressão. A atividade física, quando bem orientada, não só fortalece o corpo, mas também promove a liberação de hormônios como as endorfinas, que estão diretamente ligados à sensação de prazer e bem-estar. Assim, o educador físico não apenas contribui para o desenvolvimento do condicionamento físico dos indivíduos, mas também desempenha um papel importante na saúde emocional e psicológica.

Além disso, o educador físico tem a capacidade de trabalhar com diferentes públicos e faixas etárias, adaptando suas abordagens às necessidades específicas de cada grupo. No caso de crianças e adolescentes, ele desempenha um papel educacional, ensinando a importância de incorporar a atividade física desde cedo como parte de um estilo de vida saudável. Através de jogos, esportes e atividades recreativas, ele não apenas promove o desenvolvimento motor, mas também incentiva valores como disciplina, trabalho em equipe e respeito ao próximo. Já com os adultos, o foco muitas vezes está em combater os efeitos do sedentarismo e em criar estratégias para que a prática de exercícios seja sustentável e compatível com a rotina diária. No caso dos idosos, o educador físico trabalha na manutenção da funcionalidade, ajudando a preservar a independência e a prevenir quedas e outras complicações relacionadas ao envelhecimento.

A promoção de hábitos saudáveis vai além da prática de exercícios. O educador físico também desempenha um papel educativo, informando sobre os benefícios de uma alimentação equilibrada, o impacto do sono adequado na saúde e a importância de evitar comportamentos prejudiciais, como o uso excessivo de álcool, o tabagismo e o estresse crônico. Ele funciona como um guia para a adoção de um estilo de vida que equilibre corpo e mente, ajudando os indivíduos a entenderem como diferentes aspectos do cotidiano estão interligados e afetam sua saúde.

A relação entre o educador físico e seus alunos é um dos principais fatores que contribuem para o sucesso na promoção de hábitos saudáveis. Essa relação é construída com base na confiança, no respeito e na motivação. O educador físico não apenas ensina, mas também inspira seus alunos, mostrando que é possível superar desafios e alcançar metas. Ele atua como um incentivador, especialmente para aqueles que enfrentam barreiras como a falta de motivação, a baixa autoestima ou o medo de não conseguir realizar certas atividades. Com uma abordagem acolhedora e empática, ele cria um ambiente onde cada pessoa se sente motivada a dar o seu melhor, independentemente de seu nível inicial de condicionamento físico.

Outro aspecto importante do trabalho do educador físico é a conscientização sobre a importância da regularidade na prática de atividades físicas. Ele ajuda a desmistificar a ideia de que é necessário passar horas se exercitando ou realizar atividades extenuantes para obter benefícios à saúde. Em vez disso, o foco está na consistência, mostrando que mesmo pequenas mudanças, como

realizar caminhadas regulares, usar escadas em vez de elevadores ou dedicar alguns minutos por dia a exercícios simples, podem trazer melhorias significativas na saúde a longo prazo. Esse enfoque torna a adoção de hábitos saudáveis mais acessível e menos intimidadora, especialmente para iniciantes.
O educador físico também tem um papel fundamental em campanhas e projetos de saúde pública, colaborando para combater os índices alarmantes de sedentarismo e doenças relacionadas a ele. Em muitas comunidades, ele atua em projetos sociais que buscam levar a prática de atividades físicas a populações de baixa renda ou a grupos vulneráveis, como idosos e pessoas com deficiências. Essas iniciativas mostram como a atuação do educador físico pode ir além do campo individual, impactando coletivamente a sociedade e promovendo a equidade no acesso à saúde.
Outro campo de atuação relevante para o educador físico é a promoção de saúde no ambiente corporativo. Muitas empresas estão cada vez mais conscientes da relação entre saúde dos colaboradores e produtividade, e o educador físico tem um papel essencial ao implementar programas que incentivem os funcionários a adotar hábitos mais saudáveis. Esses programas podem incluir ginástica laboral, palestras sobre saúde e qualidade de vida, além de campanhas internas que motivem os colaboradores a participarem de atividades físicas dentro e fora do ambiente de trabalho.
Na era digital, o educador físico também tem encontrado novos meios para alcançar as pessoas. Plataformas online, redes sociais e aplicativos de treino permitem que ele compartilhe informações, dicas e até mesmo aulas completas, atingindo um público muito maior. Essa transformação digital tem sido especialmente importante em tempos de restrições de mobilidade, como durante a pandemia de COVID-19, quando muitas pessoas buscaram formas de se manterem ativas em casa. Nesse contexto, o educador físico mostrou-se indispensável ao oferecer orientações sobre como realizar exercícios de forma segura e eficaz em espaços limitados e com poucos recursos.
Em suma, o educador físico é um profissional multifacetado, cuja atuação vai muito além de simplesmente prescrever exercícios. Ele é um promotor da saúde integral, ajudando as pessoas a construírem uma relação positiva com seus corpos e a adotarem práticas que melhoram sua qualidade de vida. Ao orientar, motivar e educar, ele contribui para a formação de uma sociedade mais saudável, consciente e ativa. Seu trabalho é indispensável tanto no âmbito individual quanto no coletivo, sendo um dos pilares fundamentais para a promoção de hábitos saudáveis e a prevenção de doenças.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O papel do educador físico na promoção de hábitos saudáveis vai além da simples orientação e prescrição de exercícios, sendo fundamental para a construção de uma cultura de saúde e bem-estar. Este profissional atua em diversas frentes, desde a conscientização sobre a importância da atividade física até o incentivo à prática regular, oferecendo uma abordagem personalizada que considera as necessidades e limitações de cada indivíduo. Sua função inclui não apenas promover a saúde física, mas também agir como motivador, educador e facilitador, auxiliando seus alunos a superarem barreiras culturais, sociais e econômicas.
No ambiente escolar, o educador físico desempenha um papel crucial na formação de hábitos saudáveis desde a infância, criando experiências positivas com a atividade física e incentivando a socialização e a cooperação. Fora das escolas, sua atuação pode impactar comunidades inteiras, promovendo a inclusão e democratizando o acesso à prática de exercícios. Ao atuar em programas comunitários, ele pode transformar a vida de populações vulneráveis, oferecendo alternativas acessíveis de cuidado com o corpo e saúde.
Em um mundo em que o sedentarismo e as doenças relacionadas aos hábitos de vida pouco saudáveis são cada vez mais prevalentes, o educador físico se torna um agente transformador, não apenas pelo conhecimento técnico que possui, mas pela capacidade de inspirar, motivar e orientar as pessoas a adotarem práticas de vida que promovam a saúde e o bem-estar de forma holística e sustentável.

No ambiente escolar, o educador físico desempenha um papel fundamental na formação de hábitos saudáveis desde os primeiros anos de vida, influenciando diretamente o comportamento das crianças e adolescentes. Sua atuação vai além das aulas práticas, envolvendo também o ensino de valores, como trabalho em equipe, respeito às diferenças, disciplina e resiliência. Por meio de atividades dinâmicas e diversificadas, ele promove o interesse pela atividade física, criando experiências positivas que contribuem para que os alunos associem o movimento ao prazer e ao bem-estar. Essa relação saudável com o corpo e a prática de exercícios, desenvolvida na infância, é essencial para que esses jovens mantenham hábitos ativos ao longo da vida adulta.

Além disso, o educador físico na escola tem um papel pedagógico importante, ajudando os alunos a entenderem a importância da atividade física para a saúde física e mental. Ele trabalha conceitos como os benefícios do fortalecimento muscular, da flexibilidade, da coordenação motora e do controle do peso, contextualizando esses aspectos no dia a dia dos estudantes. Esse aprendizado não apenas amplia o conhecimento dos alunos sobre o funcionamento do próprio corpo, mas também os incentiva a tomar decisões mais conscientes e saudáveis. Em um mundo onde o sedentarismo infantil tem se tornado um problema crescente, com o aumento do tempo gasto em frente a telas e a redução de brincadeiras ao ar livre, o papel do educador físico na promoção de hábitos saudáveis nas escolas é mais relevante do que nunca.

Fora do ambiente escolar, o educador físico também tem o potencial de transformar comunidades inteiras. Ao trabalhar em programas comunitários, ele tem a oportunidade de levar a prática da atividade física a populações que, muitas vezes, não têm acesso a academias, clubes esportivos ou outros espaços voltados para o exercício. Esses programas são especialmente importantes em áreas de maior vulnerabilidade social, onde questões como violência, pobreza e falta de infraestrutura esportiva podem dificultar a adoção de hábitos saudáveis. O educador físico, nesses casos, torna-se um agente de inclusão e transformação, criando espaços seguros e acolhedores onde pessoas de todas as idades podem participar de atividades físicas de forma gratuita ou a baixo custo.

Por meio de esportes, jogos e outras atividades, o educador físico nesses contextos não apenas promove a saúde, mas também fortalece os laços comunitários, incentivando a cooperação, o respeito e a convivência. Além disso, essas iniciativas podem funcionar como um meio de prevenção contra comportamentos de risco, como o envolvimento com drogas, a delinquência juvenil e o sedentarismo extremo. Jovens que participam de programas comunitários liderados por educadores físicos têm a oportunidade de canalizar sua energia de forma positiva, desenvolvendo habilidades físicas e sociais que serão valiosas para toda a vida.

A atuação do educador físico também abrange populações específicas, como idosos, pessoas com deficiência e portadores de doenças crônicas. Para os idosos, ele trabalha na manutenção da funcionalidade, prevenção de quedas e promoção da independência. Com pessoas com deficiência, ele adapta atividades para atender às necessidades individuais, garantindo que todos tenham acesso aos benefícios da atividade física. No caso de portadores de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, o educador físico desempenha um papel importante na orientação e supervisão de exercícios que ajudam no controle dessas condições, melhorando a qualidade de vida dos participantes.

Em todas essas áreas, a presença do educador físico não se limita à orientação de exercícios. Ele também funciona como um educador em saúde, ajudando os participantes a compreenderem os benefícios de uma alimentação equilibrada, a importância de um sono de qualidade e os riscos associados ao sedentarismo e a outros comportamentos prejudiciais. Essa abordagem holística reforça a ideia de que a saúde vai além do aspecto físico, abrangendo também o bem-estar mental, emocional e social.

Além disso, o educador físico pode atuar em campanhas de saúde pública, contribuindo para a conscientização e o combate a problemas de saúde de grande impacto, como a obesidade, o sedentarismo e as doenças

cardiovasculares. Por meio de eventos, palestras e atividades práticas, ele leva informações e experiências práticas às comunidades, incentivando a mudança de hábitos de forma acessível e motivadora. Sua capacidade de comunicação e de engajamento é essencial para atingir diferentes públicos, desde crianças até idosos, adaptando a linguagem e as atividades para cada faixa etária.

Outro aspecto relevante do trabalho do educador físico é a promoção da saúde no ambiente corporativo. Com o aumento do número de pessoas em empregos sedentários e expostas a altos níveis de estresse, muitas empresas têm buscado incluir programas de qualidade de vida para seus funcionários. Nesse contexto, o educador físico desempenha um papel crucial ao implementar atividades como ginástica laboral, treinamentos funcionais no local de trabalho e ações educativas sobre a importância da atividade física e de hábitos saudáveis. Essas iniciativas não apenas melhoram a saúde dos funcionários, mas também aumentam a produtividade e reduzem os índices de absenteísmo relacionados a problemas de saúde.

Com os avanços da tecnologia, o educador físico também encontra novas formas de ampliar seu alcance e impacto. Através de plataformas digitais, redes sociais e aplicativos de treino, ele pode compartilhar conteúdos educativos, treinos personalizados e dicas de saúde com um público muito maior. Durante a pandemia de COVID-19, por exemplo, muitos educadores físicos se adaptaram rapidamente ao formato online, oferecendo aulas ao vivo e conteúdos gravados para ajudar as pessoas a se manterem ativas em casa. Essa digitalização da atuação profissional abriu novas oportunidades para que o educador físico alcance ainda mais pessoas, independentemente de barreiras geográficas ou financeiras.

Por fim, o papel do educador físico na promoção de hábitos saudáveis é essencial para o desenvolvimento de uma sociedade mais consciente, ativa e saudável. Sua atuação vai além do ensino de exercícios, abrangendo também a educação em saúde, a motivação e o apoio à adoção de práticas que promovem o bem-estar físico, mental e social. Em diferentes contextos, desde escolas até comunidades vulneráveis, e com diversos públicos, o educador físico é um agente de transformação que inspira mudanças positivas e duradouras na vida das pessoas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes do NASF: Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Caderno de Atenção Básica, n. 27. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

FREITAS, Maria L. A.; MANDÚ, Edir N. T. Promoção da saúde na Estratégia Saúde da Família: análise de políticas brasileiras. Acta Paulista de Enfermagem, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 200-205, 2010.

SANTOS, Sueyla F. S.; BENEDETTI, Tânia R. B. Inserção da educação física no Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Pelotas, v. 17, n. 3, p. 188-194, 2012.

SOUZA, Silvana C.; LOCH, Mathias R. Intervenção do profissional de educação física nos núcleos de apoio à saúde da família em municípios do norte do Paraná. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Pelotas, v. 16, n. 1, p. 5-10, 2011.