

Questão 27

Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar

A educação para a saúde deverá ser alcançada mediante interação de ações que possam envolver o próprio homem mediante suas atitudes frente às exigências ambientais representadas pelos hábitos alimentares, estado de estresse, opções de lazer, atividade física, agressões climáticas etc. Dessa forma, parece evidente que o estado de ser saudável não é algo estático. Pelo contrário, torna-se necessário adquiri-lo e construí-lo de forma individualizada constantemente ao longo de toda a vida, apontando para o fato de que saúde é educável e, portanto, deve ser tratada não apenas com base em referenciais de natureza biológica e higienista, mas sobretudo em um contexto didático-pedagógico.

GUEDES, D. P. *Motriz*, n. 1, 1999.

A educação para a saúde pressupõe a adoção de comportamentos com base na interação de fatores relacionados à

- A adesão a programas de lazer.
- B opção por dietas balanceadas.
- C constituição de hábitos saudáveis.
- D evasão de ambientes estressores.
- E realização de atividades físicas regulares.

Assunto: Interpretação (Educação Física)

O texto tem como base que a educação deve ser alcançada por meio da interação de ações e que saúde é educável, não é algo estático. Nesse sentido, a educação para a saúde tem base na interação de fatores relacionados à constituição de hábitos saudáveis.

Item: C