

PARA UMA CLARIFICAÇÃO DOS OBJETIVOS DOS PROGRAMAS DE NATAÇÃO PARA BEBÊS*

Tiago Barbosa* (Portugal)
barbosa@ipb.pt

RESUMO

Partindo de uma breve reflexão sobre a terminologia vulgarmente utilizada para as práticas aquáticas dos bebês – "Natação para bebês" – emergem um conjunto de equívocos relativamente aos seus propósitos, aos seus objetivos e, consequentemente, aos seus conteúdos e às suas metodologias. Assim, este trabalho tem o intuito de clarificar esse conjunto de equívocos sobre os objetivos dos programas de "Natação para bebês".

Palavras Chaves: Natação para bebês, População Alvo, Objetivos

1 INTRODUÇÃO

Tradicionalmente as aulas de natação são centradas no ensino-aprendizagem das técnicas formais de nado, de saída e de virada.

No entanto, antes das aulas de natação se centrarem nesses conteúdos é necessário que os alunos adquiram um conjunto de habilidades, comportamentos e conhecimentos específicos do meio aquático. LANGENDORFER e BRUYA (1995) denominam esse processo de aquisição da "prontidão aquática", porque antes de se aprender as habilidades motoras específicas de cada atividade aquática, o indivíduo terá de apropriar-se de comportamentos, habilidades e conhecimentos que o preparem para as aquisições subsequentes. Já CARVALHO (1984; 1985; 1992) e MOTA (1990) denominam esse processo de "adaptação ao meio aquático".

Ou seja, só após a adaptação ao meio aquático é que se inicia a aprendizagem das habilidades motoras específicas das diversas atividades aquáticas, como por exemplo, da Natação Pura, do Polo Aquático, da Natação sincronizada, dos Saltos para a Água ou, da Hidroginástica, entre muitas outras atividades.

Se usualmente se assumia que a adaptação ao meio aquático deveria ser realizada a partir do momento em que a criança passava a freqüentar a Ensino Pré-Escolar, ou seja, ao terceiro ano de vida; hoje em dia, frequentemente, o processo de adaptação ao meio aquático ocorre bem mais cedo, ainda em bebê. Esse processo é

* Artigo Disponível on line via: <http://www.efdeportes.com/efd15/natacao.htm>

realizado através das vulgarmente denominadas aulas de "Natação para Bebês" (N.B.).

Na realidade, é freqüente, a utilização de outras denominações, em alternativa, como por exemplo, "Adaptação ao meio aquático na primeira infância", "Natação precoce", "Atividades aquáticas do bebê", etc.. Para alguns autores, ao referir-se a aulas de "natação" para bebês, a comunidade em geral, inclusive os pais, associaria esta atividade ao ensino precoce das técnicas formais de nado. Daí que optem usualmente pela utilização de outras denominações.

No entanto, atualmente, o conceito de saber nadar é diferente do que se tinha no passado. Numa concepção tradicional, "saber nadar" consiste em saber-se deslocar, no meio aquático, usando as técnicas de Crawl, de Costas, de Peito ou de Borboleta. Todavia, segundo CARVALHO (1985; 1992) e MORENO e SANMARTÍN (1998), saber nadar não é saber as técnicas formais de nado. Mais do que isso, é saber estar no meio aquático, de evidenciar uma boa relação com a água, sabendo adaptar os comportamentos adequados face ao meio em questão.

E o bebê não irá aprender as técnicas de nado formais; irá apropriar-se das condutas, dos conhecimentos e das vivências essenciais para que saiba estar, para que saiba comportar-se corretamente no meio aquático. Nesta perspectiva, a denominação de "N.B." não será totalmente descabida.

Em síntese, efetuando uma breve reflexão sobre a terminologia vulgarmente utilizada para as práticas aquáticas dos bebês – "Natação para bebês" – emergem um conjunto de equívocos relativamente aos seus propósitos, aos seus objetivos e, consequentemente, aos seus conteúdos e às metodologias a adaptar.

Desta forma este trabalho tem o intuito de clarificar esse conjunto de equívocos sobre os objetivos dos programas de N.B.

2 POPULAÇÃO ALVO

2.1 Faixa Etária

Para uma clara definição dos objetivos dos programas de N.B., será necessário antes de mais caracterizar a população alvo deste tipo de atividade aquática.

As aulas de N.B., como o próprio nome indica, destinam-se a indivíduos que se encontrem numa faixa etária bastante baixa. Todavia, não existe consenso quanto à idade precisa para se dar início às aulas bem como, para que se deixe de

frequêntar este tipo de programas e se passe a praticar outro ou outros tipos de afetividades.

FOUACE (1980), refere que as aulas de N.B. deverão ter o seu início aos 3 meses, dado que é a partir dessa idade que a criança passa a manter a cabeça na vertical e culminará aos 36 meses. Já SAAKSLAHTI (no prelo), indica como critérios para o início das aulas ter, no mínimo, 3 meses de idade e 5 Kg de peso. Por sua vez, PEREZ (1987), sustenta que os 2 meses de idade é o ideal para se começar a praticar atividades aquáticas. LUQUE (1995), refere a faixa etária entre os 3 meses e os 24 meses de idade como sendo consagrada às aulas de N.B.. Finalmente, Sarmento e Montenegro (1992), estabelecem os 6 meses como sendo a idade para se iniciar a prática da atividade e os 36 meses para o seu términos.

Em resumo, apesar de não existir consenso sobre quando se pode começar e cessar a participação neste tipo de programas, parece que o início ocorrerá entre os 3 e os 6 meses e, terminará entre os 24 e os 36 meses.

A justificação para a adoção deste intervalo de idades para se iniciar as aulas terá por base diversos motivos. Em primeiro lugar, antes de se começar a freqüentar afetividades aquáticas será necessário que o bebê aumente um pouco o seu peso. Isto tendo em vista que as probabilidades da criança exibir estados de hipotermia - freqüentes em águas com uma temperatura relativamente abaixo do normal - sejam menores. Em segundo lugar, dado que o sistema imunológico do recém-nascido é bastante deficitário, será necessário dar algum tempo para que esse mesmo sistema se desenvolva, antes de passar a frequentar um meio propenso à contração de diversos tipos de problemas de saúde, como são os de foro vírológico, bactérológicos ou, micótico.

O motivo para se indicar, usualmente, o fim das aulas de N.B. aos 36 meses, parece que tem por base o desenvolvimento motor da criança. Ou seja, os tipos de programas a proporcionar aos sujeitos devem-se coadunar com o nível de desenvolvimento ontogenético que eles evidenciam. Daí que se deva planejar as afetividades aquáticas do bebê e da criança tomando em consideração o seu nível de desenvolvimento (PEREZ et al., 1997).

De acordo com GALLAHUE (1982), a primeira fase do desenvolvimento motor é a fase dos movimentos reflexos, a qual durará desde o nascimento até ao primeiro ano de idade. Esta fase é caracterizada pelas manifestações motoras da criança traduzirem-se, essencialmente, por respostas reflexas a vários estímulos sensoriais. A fase seguinte, e que durará até aos 2 anos de idade, caracteriza-se pelo aparecimento dos primeiros movimentos voluntários – é a fase dos movimentos rudimentares, como sejam, a preensão intencional, o gatinhar e o andar. É a partir desta idade, ou seja, aproximadamente a partir dos 2 anos de idade, os movimentos rudimentares darão lugar aos movimentos fundamentais, isto é, correr, saltar, lançar, agarrar, etc.

Ora, aparentemente, as crianças terminam a sua freqüência às aulas de N.B., no período de transição da fase dos movimentos rudimentares para a fase dos movimentos fundamentais. Que é o mesmo que dizer que, em consequência da passagem da criança de uma fase de desenvolvimento motor para uma outra, os conteúdos, as metodologias e os princípios de trabalho a adotar também serão alterados. Por outras palavras, dado que entre os 2 e os 3 anos ocorre um período de transição de uma fase do desenvolvimento motor para outro, isso significa que, os conteúdos a apresentar à criança deverão ser outros, de modo a que se adequem à nova fase de desenvolvimento do sujeito.

2.2 O Papel do Pediatra

Antes de começar a frequentar as aulas de N.B., a criança deverá ser consultada por um médico pediatra (O'brien et al., 1983; Perez et al., 1997). Essa consulta terá em vista que o médico dê o seu aval à participação do bebé nas aulas. E, se for caso disso, indicar ao professor qualquer tipo de limitação ou cuidado especial a ter com o aluno.

Para mais, o próprio professor deverá ter na sua posse uma declaração médica que autoriza a criança a participar nas aulas (O'brien et al., 1983; Dorado, 1990). Esse documento deverá ser um elemento chave para a criação e implementação de um programa de trabalho individualizado, de acordo com as características ou limitações específicas de cada bebé. Isto é, com base nas indicações que o médico pediatra fizer, será possível criar programas de trabalho individualizados, segundo as informações fornecidas pelo clínico, tendo em consideração as possibilidades e as necessidades particulares de cada sujeito.

2.3 Contra-Indicações

Existem situações em que a prática das actividades aquáticas em termos gerais e, no caso particular da N.B., estão contra-indicadas. Ou seja, existem determinadas situações em que a prática de actividades aquáticas por parte dos bebés se encontram interditas ou condicionadas.

Essas contra-indicações podem ter um carácter quer temporário, quer permanente. Já as contra-indicações permanentes podem ser ou absolutas ou relativas.

Camus (1995) refere enquanto contra-indicações temporárias, para a prática de N.B., a presença de estados febris e de infecções. Por sua vez, Fouace (1980) e Dorado (1990) acrescentam a estas contra-indicações o período após a vacinação anti-varíola, durante o período de cicatrização de feridas ou, o período pós-cirúrgico.

É considerada como sendo uma contra-indicação permanente mas relativa, segundo Camus (1995), a epilepsia. À qual se poderá acrescentar as deficiências mentais ligeiras e moderadas ou, as deficiências motoras.

No que se concerna com as contra-indicações permanentes e absolutas, Camus (1995), indica as cardiopatias congénitas e as otites crónicas. Dorado (1990), para além das cardiopatias congénitas, aponta as dificuldades de deglutição, as insuficiências pulmonares e a deficiência mental profunda. Já Fouace (1980) a estas contra-indicações adiciona os problemas renais.

3 OBJETIVOS

Independentemente da actividade física que a criança ou o jovem pratique, esta deverá promover o seu desenvolvimento de forma harmoniosa e integral. No seguimento deste pressuposto, é possível afirmar que um programa de actividades aquáticas na primeira infância também deve estimular o desenvolvimento integral dos seus participantes (Cárdenas et al., 1998).

Assim sendo, as aulas de N.B. deverão ter em vista objectivos de índole psicomotor, cognitivo e social, com o propósito de promover o desenvolvimento harmonioso e integral do sujeito.

3.1 Objetivos Psicomotores

Os objectivos psicomotores são os mais referidos na literatura. Talvez porque se associe facilmente as actividades físicas a objectivos deste género, apesar de ser possível atingir outras categorias de objectivos.

E de todos eles, o autosalvamento é o mais citado pelos diversos autores (Fouace, 1980; Dorado, 1990; Sarmento e Montenegro, 1992; Ahr, 1994; Luque, 1995). Porventura porque, historicamente, as primeiras classes de N.B. surgiram com essa intenção (Perez et al., 1997), ficando, consequentemente, essa ideia irraízada em todos os quantos leccionam a actividade.

Com efeito, o autosalvamento remete-se para a possibilidade da criança se deslocar com "à vontade" no meio aquático, com pouca probabilidade de se afogar. Ou seja, que a criança domine o meio aquático, estando adaptada a este.

Para que tal objectivo seja cumprido, Sarmento e Montenegro (1992) dizem que a criança terá de ser capaz de: (i) aceitar a água nos olhos, nos ouvidos, na boca e, no nariz; (ii) bloquear a respiração; (iii) colocar-se na posição horizontal e vertical, à superfície e profundidade e; (iv) utilizar os quatro membros como segmentos propulsivos.

Contudo, o Comité de Medicina Desportiva da American Academy of Pediatrics (1985), afirma que será pouco provável que as crianças aprendam a salvar-se de situações de afogamento. Pelo contrário, segundo o Comité, criará um falso sentido de segurança nos pais e nas próprias crianças.

Na realidade, caso se considere autosalvamento a capacidade de indivíduos bastante novos sem auxílio de alguém mais velho, em situação de afogamento, conseguirem salvar-se será um erro. Com as aulas de N.B., a criança adquirirá um conjunto de comportamentos que, no máximo, permitem que não se apodere um sentimento de medo ou receio ao ter a face imersa, sem poder respirar e, que seja capaz de se manter a flutuar, bloqueando a respiração até que alguém venha em seu socorro.

Concomitantemente, as aulas de N.B. mais do que possibilitarem à criança salvar-se de situações de afogamento, promoverão uma adaptação ao meio aquático desde cedo, o que irá favorecer a relação do sujeito com a água ao longo de toda a vida. Isto porque a água será um meio privilegiado para experimentar novas sensações, novos comportamentos motores e estimular os diversos sentidos.

A N.B. decorre num meio particular, diferente dos demais. Por exemplo o meio aquático é mais denso que o meio terrestre. Logo, para realizar uma tarefa a uma dada intensidade nos dois meios, o gasto calórico será superior na água do que no meio terrestre. Assim sendo, a prática da N.B., também permitirá diminuir a percentagem de tecido adiposo (Ahr, 1994), fortalecer os músculos e o tecido conjuntivo (Ahr, 1994) e, desenvolver o sistema cardiorrespiratório.

Em resumo, a N.B. permitirá o desenvolvimento psicomotor da criança, enriquecendo as suas experiências sensoriais e motoras (Fouace, 1980; Dorado; 1990; Luque, 1995; Moreno e Sanmartín, 1998; Numminen e Saakslahti, no prelo).

3.2 Objetivos Cognitivos

A nível cognitivo, também é possível cumprir alguns objectivos nas aulas de N.B. (Dorado, 1990; Cárdenas et al., 1998). Apesar de muitas vezes se ter a ideia que as crianças nestas idades são seres passivos, que reagem única e exclusivamente a motivações relacionadas com a sua sobrevivência, como por exemplo, comer e dormir. Contudo, elas tendem a absorver todas as informações, todos os estímulos oriundos do meio envolvente.

A sistematização dos objectivos, em termos cognitivos, a atingir nas aulas de N.B., baseiam-se nos estádios de desenvolvimento cognitivo proposto por Piaget (1970).

Segundo o psicólogo, numa primeira fase, entre o nascimento e os dois anos de idade, a criança ao relacionar-se com o meio através do movimento, organiza e estrutura o seu conhecimento da realidade que a rodeia. É a etapa da inteligência

sensório-motora. Por exemplo, através das aulas de N.B., aprende a distinguir diversos objectos, espaços ou pessoas.

Numa segunda etapa, aproximadamente entre os dois e os sete anos, com base nas representações sensório-motoras que vivenciou no passado, consegue antecipar os acontecimentos. É a etapa da inteligência pré-operatória. Por exemplo, nas aulas de N.B., durante a etapa sensório-motora a criança apercebe-se que ao mover os quatro membros propulsiona-se. Já na etapa seguinte, ao colocarem um determinado brinquedo fora do seu alcance, o bebé sabe que se mover os quatro membros desloca-se e poderá alcançar o referido objecto.

3.3 Objetivos Sociais

A segunda categoria de objectivos mais referidos na literatura, após os psicomotores, são os sociais.

Pertencemos a uma sociedade onde se vive a um ritmo acelerado. Na maioria dos casos, os pais desempenham a sua actividade profissional fora de casa, saindo cedo para o emprego e chegando a casa, quantas vezes bastante tarde. Logo, os períodos de interacção, de convívio com o seu filho, não será o suficiente.

Todavia, dado que os pais estão presente e participam nas aulas de N.B., eles têm de ter um papel activo, interagindo com o seu filho. Assim sendo, as aulas também terão como objectivo promover e aumentar o tempo de interacção, de convívio dos pais com o seu filho (Ahr, 1994). Ou seja, as aulas de N.B. serão uma excelente justificação para os pais poderem dar mais alguma atenção, carinho, afecto e amor ao seu filho.

Por outro lado, muitos dos bebés durante o dia mantém contacto com poucas pessoas, especialmente os que passam grande parte do tempo em casa ao cuidado de familiares. Nesses casos, o campo de relações dessas crianças limita-se a um reduzido número de pessoas. Portanto, a N.B. também terá como objectivo promover as primeiras interacções sociais do bebé, permitindo que este se relacione com outros bebés e com outros adultos, que não são os familiares mais próximos (Ahr, 1994). Por outras palavras, as aulas de N.B. também poderão favorecer o processo de socialização da criança (Perez et al., 1997; Moreno e Sanmartín, 1998).

Em síntese, a aula de N.B. será um momento de uma relação rica, intensa e privilegiada dos pais com o seu filho (Fouace, 1980; Luque, 1995; Moreno e Sanmartín, 1998; Saakslahti, no prelo) e de socialização do bebé (Perez et al., 1997; Moreno e Sanmartín, 1998).

4 CONCLUSÕES

Efectuando uma resenha do que foi dito anteriormente, a N.B. não se limita a perseguir única e exclusivamente objectivos de índole psicomotriz. E muito menos, o ensino das técnicas formais de nado, de partida e de viragem.

Pelo contrário, deverá promover um desenvolvimento harmonioso e integral de cada criança que participe neste tipo de actividade aquática, uma vez que se encontram adstritos a ela objectivos de diversa ordem, como os psicomotores, os cognitivos e os sociais. Logo, a N.B. mais do que uma mera actividade motora, deverá ser entendida como um espaço privilegiado de educação infantil, com a particularidade de se realizar num meio menos habitual: o aquático.

Bibliografia

- AHR, B. (1994). Nadar com bebés y niños pequeños. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. (1985). Recomendations for infant swimming programs. *Pediatrics*. 75(4).
- CAMUS, J. (1995). Las prácticas acuáticas del bebé. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- CARDENAS, J.; NAVARRO, Y. e VALLVERDU, N. (1998). Una nueva perspectiva en los planeamientos de actividades acuáticas para bebés: una propuesta integradora. *Comunicaciones Técnicas*. (6). pp. 19-26.
- CARVALHO, C. (1984). Uma perspectiva didáctica da natação. *Ludens*. 9(1). pp. 25-31.
- CARVALHO, C. (1985). Contributo para uma definição de "saber nadar". *Horizonte*. II(8). pp. 45-51.
- CARVALHO, C. (1992). A didáctica da natação. *Natação*. V(19). pp. 11-25.
- DORADO, R. (1990). Natación para bebés – principios generales del método. Deporte, ocio y recreación. (6). pp. 24-29.
- FOUACE, J. (1980). Nadar antes de andar. Los niños anfibios. Editorial CEDEI. Barcelona.
- GALLAHUE, D. (1982). Understanding motor development in children. Wiley & sons. NY.
- LANGENDORFER, S. e BRUYA, L. (1995). Aquatic readiness. Developing water competence in young children. Human Kinetics. Champaign, IL.
- LUQUE, R. (1995). Guía de las actividades acuáticas. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- MORENO, J. e SANMARTIN, M. (1998). Actividades acuáticas educativas. INDE Publicaciones. Barcelona.
- MOTA, J. (1990). Aspectos metodológicos do ensino da Natação. Edição da Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto. Porto.
- NUMMINEN, P. e SAAKSLAHTI, A. (no prelo). Water as a stimulation for infant's motor development. In: K.L. Keskinen, P.V. Komi e, A.P. Hollander (eds.). Biomechanics and Medicine in Swimming VIII. Gummerus Printing. Jyvaskyla.

- O'BRIEN, M.; SMITH, J. e BOLGER, M. (1883). Medical advice for baby swimmers. In: P. Hollender, P. Huijing e G. de Groot. Biomechanics and Medicine in Swimming. pp. 62-65. Human Kinetics Publishers. Champaign, IL.
- PEREZ, R. (1987). Desarrollo motor y actividades físicas. Editorial Gymnos. Madrid.
- PEREZ, E.; PEREZ, F.; TORRES, L. (1997). Educación infantil en el medio acuático. Editorial Gymnos. Madrid.
- PIAGET, J. (1970). Science of education and the Psychology of the child. Viking. N.Y.
- SAAKSLAHTI, A. (no prelo). Infant swimming in Finland. In: K.L. Keskinen, P.V. Komi e, A.P. Hollander (eds.). Biomechanics and Medicine in Swimming VIII. Gummerus Printing. Jyvaskyla.
- SARMENTO, P. e MONTENEGRO, M. (1992). Adaptação ao meio aquático. Edição da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação. Lisboa.

INDICE

1	INTRODUÇÃO	1
2	POPULAÇÃO ALVO	2
2.1	Faixa Etária.....	2
2.2	O Papel do Pediatra.....	4
2.3	Contra-Indicações	4
3	OBJETIVOS	5
3.1	Objetivos Psicomotores	5
3.2	Objetivos Cognitivos	6
3.3	Objetivos Sociais.....	7
4	CONCLUSÕES	8