

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, conseqüentemente, 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 éacutec; 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 subseqüentes. 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, conseqüentemente, 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

freqüentar este tipo de programas e se passe a praticar outro ou outros tipos de atividades.

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, Sarmiento 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 término.

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 atividades 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 virológico, bacteriológicos 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 atividades 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 frequência 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 Objectivos 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; Sarmiento 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 irraizada 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, Sarmiento 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 cardiorespiratório.

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 Saakslähti, 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 propuliona-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 Objectivos 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; Saakslähti, 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). Recommendations 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 CEDEL. 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. Jyväskylä.

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. Jyväskylä.

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