

APLICAÇÃO DO SISTEMA PREVENTIVO SALESIANO NO PROJETO DE EXTENSÃO VIDA SAUDÁVEL

José Alexandre Curiacos de Almeida Leme¹

RESUMO: O sistema preventivo de Dom Bosco é uma método desenvolvido por este sacerdote e aplicado em diversos centros educacionais. As três colunas principais do sistema preventivo são a razão, a religião e a *amorevolezza*, termo italiano que pode ser parcialmente traduzido como afeto, amor e carinho. O projeto de extensão “Vida Saudável” desenvolvido pelo Centro Universitário Unisalesiano-Lins, promove a prática de exercícios físicos e mudança de estilo de vida para a sociedade linense. Desde sua concepção e durante sua execução o projeto utiliza de conceitos do sistema preventivo. O presente relato apresenta de forma concreta como os pilares do sistema preventivo foram inspiradores e norteadores para a execução do projeto. Pode ser concluído que o sistema preventivo pode ser aplicado em projetos de extensão da área da saúde. Futuros estudos poderão trazer resultados relacionados à esta prática.

Palavras-chave: Exercício Físico. Saúde. Extensão.

Área Temática: Saúde.

ABSTRACT: Salesian preventive system is a method developed by Dom Bosco and applied in several educational centers. The three main pillars of the preventive system are reason, religion and *amorevolezza*, an Italian term that can be partially translated as affection or love. The “Healthy Life” project of extension promotes the practice of physical exercise and lifestyle changes for the society of Lins. From its conception and during its execution, the project uses preventive system concepts. This report presents in concrete terms how the pillars of the preventive system were inspiring and guiding the execution of the project. It can be concluded that the preventive system can be applied in health extension projects. Future studies may provide results related to this practice.

47

Keywords: Physical Exercise. Health. Extention.

INTRODUÇÃO

O sedentarismo e a alimentação inadequada são apontados como fatores determinantes negativamente para a qualidade de vida, bem estar e promoção de saúde (PITANGA, 2019). A instauração de agravamento das doenças crônicas também podem ser catalisadas por estes dois fatores, sendo, por outro lado, a prática regular de atividade física e melhora no estilo de vida um fator que pode contribuir para prevenção e tratamento de diversas doenças crônicas (PITANGA, 2019).

¹Centro Universitário Católico *Auxilium* UniSalesiano - Lins - SP.

A relação entre a prática de atividade física regular e a promoção de saúde são observadas nas evidências que afirmam que o estilo de vida ativo é inversamente relacionado à mortalidade prematura, doenças cardíacas, hipertensão arterial, risco de doenças vasculares como o acidente vascular cerebral, osteoporose, doenças endócrino metabólicas como o diabetes mellitus, obesidade, depressão, alguns tipo de câncer, risco de quedas entre outros (LIGUORI *et al.*, 2023).

No ambiente acadêmico, a busca da excelencia na qualidade do processo ensino-aprendizagem encontra a consistente proposta de articulação entre ensino-pesquisa-extensão. A extensão universitária exerce um papel chave neste processo, podendo ser uma ação interdisciplinar, educativa, cultural e científica resultando na conexão de diversas áreas do conhecimento e contribuindo para formação do acadêmico, fomento de pesquisas e, sobretudo, articulando o meio universitário à diversos setores da sociedade (MOITA; ANDRADE, 2009).

O projeto de extensão “Vida Saudável” é desenvolvido no Centro Universitário Católico UniSALESIANO *Auxilium* e tem objetivos oferecer a pratica de exercício físicos supervisionados de forma regular, apresentar a adoção de um estilo de vida saudável, entender melhor as relações entre os cuidados com o corpo e adoção de estilo de vida saudável, melhorar a qualidade de vida, realizar avaliações e apresentá-las de forma educativa e estimular o participante a difundir os benefícios colhidos através do estilo de vida ativo junto à sua comunidade.

48

Aos acadêmicos envolvidos em sua execução, o projeto tem por objetivo promover condições para vivência da mudança do estilo de vida sedentário para o estilo de vida saudável em indivíduos com diversas características, fazer a experiência da atuação em equipe multi e interdisciplinar, pesquisar sobre o tema e gerar dúvidas a serem respondidas através projetos de iniciação científica e monografias.

O Sistema Preventivo Salesiano

João Melquior Bosco (1815-1888) foi um sacerdote católico nascido na região de Piemonte (Itália) e internacionalmente conhecido por Dom Bosco. Teve a educação dos jovens por um dos principais objetivos de sua vida. Nascido em Piemonte (norte da Itália) de família simples num povoado chamado Becchi, próximo à cidade de Turim.

Dom Bosco elaborou um sistema pedagógico novo que denominou sistema preventivo. Acreditava que a educação deveria estar escorada no tripé pedagógico razão, religião e amorevolezza (afeto) (SOFFNER; SANDRINI, 2012).

Apesar de Dom Bosco não ter criado todas as ideias que compõem o sistema preventivo, pode ser afirmado que ele deu sua identidade, aplicando e desenvolvendo-o na sua prática,

trazendo ao sistema preventivo algumas características peculiares como a assistência, a espiritualidade, a integralidade, a correção, a familiaridade, a acolhida entre outras (SCARAMUSSA, 1997).

A integralidade do sistema preventivo é encontrada na totalidade do ser humano oferecendo uma formação direcionada não apenas para uma área da vida humana, mas procura dar condições para a formação integral do ser humano, tendo por essência o cuidado, a sensibilidade (CASTRO, 2002).

Aplicação dos conceitos do sistema preventivo de Dom Bosco no projeto de extensão universitária “Vida Saudável”

Os pilares do sistema preventivo de Dom Bosco podem ser ferramentas norteadoras para o desenvolvimento de um projeto de extensão na área da saúde que vise a formação integral do ser humano, por vezes o acadêmico, o participante do projeto ou, até mesmo, o docente nele envolvido.

Para o projeto “Vida Saudável” as colunas que fundamentam o sistema preventivo, razão-religião-amorevolezza, tornaram-se a inspiração para a escrita do projeto e o desenvolvimento de suas ações. Desta forma, mesmo que sutilmente, estes ideais foram direcionando desde os planos de ação até o cotidiano do projeto. O relato de como cada componente do tripé interage no projeto auxilia na elucidação desta aplicação

49

Razão

Desde sua concepção, o projeto de extensão Vida Saudável foi fundamento no conhecimento científico visando facilitar a transição entre o conhecimento apresentado em sala-de-aula e a prática desenvolvida no projeto. Esta transição ocorre em duas vias, sendo os alunos participantes do projeto estimulados e desafiados a encontrar os conteúdos transmitidos nas aulas durante as ações do projeto, mas também conduzindo as experiências vivenciadas no projeto para a sala de aula em disciplinas afins.

Neste processo, os alunos baseiam as atividades do projeto nos achados científicos apresentados em sala de aula e trazem de forma adequada aos participantes do projeto para que entendam o que o estilo de vida saudável provoca no organismo.

Para complementar este processo, acadêmicos e docente se reúnem semanalmente para partilhar as experiências vividas no projeto e como podem, à luz do conhecimento, aprimorar as atividades desenvolvidas.

Por fim, tais experiências despertam nos acadêmicos o desejo do saber, e estimula-os à buscar respostas na literatura ou no desenvolvimento de pesquisas científicas através de projetos de iniciação científica ou monografias, posteriormente apresentados em encontros científicos ou congressos, estimulando o acadêmico a trilhar na busca pelo conhecimento.

Religião

Acadêmicos, participantes do projeto e seus familiares, docentes e demais membros da comunidade acadêmica (funcionários da instituição) são convidados a, através do projeto, encontrarem momentos de reflexão e espiritualidade.

Estas vivências são marcadas pelo carisma salesiano e ocorrem ao longo de todo o período de execução do projeto através de pequenas mensagens com valores de cuidado com a vida, transcendência, amor, fé, esperança, humildade, amizade entre outros.

O convite para a participação de celebração de ação de graças ao final de cada semestre e momentos reflexivos através de orientações dos sacerdotes durante ou fora da confissão também são oportunidades para os participantes vivenciarem os valores supracitados.

Amorevolezza

50

Apesar da complexidade na tradução do termo italiano para a língua portuguesa, sua essência é facilmente compreendida, sendo incompletamente traduzida como amor, afeto, amabilidade ou doçura. Na prática, a sensibilidade e o cuidado com os participantes, o carinho sobretudo com os mais idosos ou necessitados e a amizade impressa na confiança de ambos, participantes e acadêmicos, torna-se marca indelével do projeto de extensão.

A acolhida, o carinho e a alegria são propostas a cada encontro entre acadêmicos e participantes sendo indispensáveis e se tornando cada vez mais presentes e constantes no desenvolvimento do projeto.

Importante ressaltar que esta pode ser uma experiência profundamente transformadora para a carreira dos acadêmicos, bem como, para o participante e seus familiares que acabam sendo atingidos por estas mudanças.

CONCLUSÃO

Este breve relato de experiência traz de forma inovadora a aplicação de alguns conceitos do sistema preventivo de Dom Bosco no projeto de extensão universitária “Vida Saudável”.

O sistema preventivo tornou-se inspiração e norteador do projeto desde a concepção até

seu desenvolvimento. Isto pode ser comprovado principalmente pela ênfase no tripé razão-religião-amorevolezza nas ações do projeto.

Futuros estudos poderão apresentar como esta experiência impactou o desenvolvimento do projeto, seus resultados e direcionamentos para aplicação em outras circunstâncias. Todavia, fica evidente que os ideais do sistema preventivo de Dom Bosco podem ser aplicados em projetos de extensão da área da saúde.

REFERÊNCIAS

CASTRO, Afonso de. Carisma para educar e conquistar: espiritualidade, alegria e prazer na educação salesiana. São Paulo: Editora Salesiana, 2002.

LIGUORI, Gary; FEITO, Yuri; Charles Fountaine; et al. Diretrizes do ACSM para os Testes de Esforço e sua Prescrição. Grupo GEN, 2023.

MOITA, Filomena Maria Gonçalves da Silva Cordeiro; ANDRADE, Fernando César Bezerra de. Ensino-pesquisa-extensão: um exercício de indissociabilidade na pós-graduação. Revista brasileira de educação, v. 14, n. 41, p. 269-280, 2009.

PITANGA, Francisco José Gondim. Recomendações para a prática de atividade física e redução do comportamento sedentário. CREF4/SP, 2019.

SCARAMUSSA, Tarciso. O sistema Preventivo de Dom Bosco: um estilo de educação. São Paulo: Dom Bosco, 1997.

SOFFNER, Renato Kraide; SANDRINI, Marcos. A pedagogia e a práxis educativa de João Bosco. Revista de Ciências da Educação, p. 166-84, 2012.