

Promoção da saúde, educação e cidadania e a efetivação dos direitos fundamentais

André Henrique Ricardo Estevam¹, André Rafael Silva², Gustavo de Lima Moura³, Julia Gabrielly Freitas Dias⁴, Rayane Custodio de Brito^{5*} e Alisson Henrique Gonçalves Rosário⁶.

¹ Curso de Direito, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

² Curso de Direito, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

³ Curso de Direito, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

⁴ Curso de Direito, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

⁵ Curso de Direito, Afya Centro Universitário de Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

^{6*} Autor correspondente: Professor, Especialista em Direito em Direito e Processo do Trabalho pela Universidade de Santa Cruz do Sul, 2020, Bacharel em Direito pelo Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná, 2017. E-mail:

alisson.rosario@afya.com.br.

1. Introdução

O estilo de vida contemporâneo é fortemente marcado pelo sedentarismo, fator que compromete a saúde pública e eleva os índices de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, hipertensão e obesidade.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), cerca de 81% (oitenta e um por cento) dos adolescentes e 25% (vinte e cinco por cento) dos adultos não atingem os níveis mínimos recomendados de atividade física, evidenciando um problema global de saúde e comportamento. Diante desse cenário, torna-se indispensável promover políticas públicas que integrem a atividade física, o esporte e o lazer como instrumentos de inclusão social e de fortalecimento da cidadania.

Entretanto, a falta de infraestrutura adequada e de programas permanentes de incentivo revela uma lacuna entre o reconhecimento constitucional do direito ao lazer e à saúde e sua efetiva implementação.

Assim, este estudo busca compreender como a promoção da atividade física, o esporte escolar e o lazer educativo podem atuar como mecanismos de inclusão social e de efetivação dos direitos fundamentais, destacando o dever do Estado em assegurar o acesso universal e igualitário a essas práticas.

O objetivo geral consiste em analisar a importância da promoção da atividade física, do esporte escolar e do lazer educativo como ferramentas de cidadania e bem-estar coletivo, ressaltando sua dimensão social, educativa e jurídica.

2. Metodologia

Este trabalho foi realizado por meio de uma pesquisa bibliográfica, com base em livros, artigos científicos e documentos oficiais que tratam dos temas saúde, educação e cidadania. O objetivo foi entender como esses três aspectos estão relacionados e como contribuem para o desenvolvimento das pessoas e da sociedade.

Foram consultadas fontes disponíveis na internet, especialmente em sites confiáveis como SciELO, Google Acadêmico e órgãos do governo (como o Ministério da Saúde e o Ministério da Educação).

A análise foi feita de forma qualitativa, ou seja, interpretando os textos e identificando ideias principais que mostram como a saúde e a educação são direitos fundamentais para o exercício da cidadania.

Este estudo não envolveu entrevistas, questionários ou coleta de dados com pessoas. As informações foram analisadas com base no conteúdo dos materiais pesquisados.

3. Resultados

3.1 Promoção da atividade física e combate ao Sedentarismo

A prática da atividade física é de suma importância, sendo necessário instituir programas e disponibilizar espaços públicos (p. ex., parques, praças, equipamentos de ginástica ao ar livre) que visem estimular a adesão populacional ao movimento regular, em observância ao princípio da universalidade do acesso.

Além disso, visando formalizar a prescrição de exercícios físicos como componente terapêutico integrante de planos de tratamento em unidades de saúde, notadamente no escopo das Práticas Integrativas e Complementares (PICs).

Todavia, promover ações informativas e educativas destinadas a evidenciar os benefícios da atividade física para a higidez física e mental da coletividade, e com isso, empregar o esporte e o lazer como ferramentas de intervenção terapêutica dirigidas a grupos populacionais específicos, incluindo, mas não se limitando a indivíduos idosos, pessoas com deficiência e pacientes em processos de reabilitação cardíaca ou motora.

Contudo, é crucial determinar a integração e a participação dos profissionais de Educação Física nas equipes multidisciplinares de saúde, garantindo a expertise técnica necessária para a segurança e a eficácia das intervenções.

3.2 Esporte escolar e Lazer Educativo

O Lazer Educativo emerge como um pilar fundamental para a promoção da saúde, educação e cidadania, atuando diretamente no desenvolvimento integral do indivíduo. Longe de ser apenas uma pausa, o lazer educativo é uma ferramenta poderosa que integra o aprendizado com o bem-estar físico e mental. Através de atividades lúdicas, jogos, artes e esportes, ele estimula o pensamento crítico, a criatividade e a capacidade de resolução de problemas, elementos cruciais para uma educação de qualidade (OLIVEIRA, 2018).

Ao proporcionar momentos de desconpressão e alegria, contribui significativamente para a saúde mental e emocional, reduzindo o estresse e fomentando relações sociais saudáveis (PINHEIRO & ALMEIDA, 2021). Mais do que isso, ao engajar os indivíduos em atividades que promovem o respeito às regras, a cooperação e a valorização da diversidade cultural, o lazer educativo fortalece o senso de pertencimento e a responsabilidade social. Assim, ele

pavimenta o caminho para a formação de cidadãos ativos, críticos e participativos, exercendo plenamente sua cidadania e contribuindo para uma sociedade mais justa e equilibrada (SANTOS, 2019).

3.3 Inclusão e Direitos

O Brasil elevou o direito ao lazer e a educação a patamar constitucional no Artigo 6º da Constituição Federal de 1988, integrando-os ao rol dos direitos sociais., todavia, especificamente, no Artigo 217º reconhece formalmente o dever do Estado de fomentar práticas desportivas formais e não formais, além de que no parágrafo 3º evidencia que “Poder Público incentivará o lazer, como forma de promoção social.” (Brasil, 1988).

A partir dessa previsão constitucional, as políticas de esporte e lazer deixam de ser "benesses" governamentais e tornam-se obrigações jurídicas exigíveis, à medida que, o cidadão pode buscar o amparo judicial para garantir a efetivação e o acesso a equipamentos públicos de qualidade.

A garantia do acesso deve observar o Princípio da Isonomia e da Não Discriminação, pois isso implica a criação de políticas afirmativas e a adaptação de infraestruturas, conforme previsto no Estatuto da Pessoa com Deficiência (Lei n. 13.146/2015), assegurando que o lazer e o esporte sirvam como vetores de inclusão social para grupos historicamente discriminados.

Juridicamente, o esporte e o lazer são reconhecidos como ferramentas eficazes de intervenção social, alinhando-se aos dispositivos de proteção de minorias e populações vulneráveis, em vista disso, utiliza-se o esporte em programas de ressocialização de apenados ou egressos do sistema prisional, com o objetivo de restaurar a dignidade humana e facilitar a reintegração social, conforme preconiza a Lei de Execução Penal (Lei n. 7.210/1984).

Portanto, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA - Lei n. 8.069/1990), salienta que o esporte e o lazer são essenciais para o desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social, além de que programas esportivos em áreas de alto risco criminal funcionam como medidas socioeducativas preventivas e de proteção, cumprindo o dever da família, da sociedade e do Estado.

Em suma, a harmonização entre Esporte, Lazer e Cidadania é uma questão de Direito Público

que impõe ao Estado um conjunto de obrigações positivas (fazer) e negativas (não impedir).

4. Conclusão

Diante dos resultados apresentados, conclui-se que a promoção da atividade física, o esporte escolar e o lazer educativo são pilares fundamentais para o bem-estar físico, mental e social, constituindo dever jurídico do Estado em conformidade com os direitos previstos na Constituição Federal. Os resultados demonstram que tais práticas fortalecem a inclusão, a cidadania e a saúde pública, devendo ser integradas a políticas que assegurem acesso universal e igualitário. Assim, reforça-se que a efetivação desses direitos demanda o aprimoramento contínuo dessas políticas para a consolidação de uma sociedade mais justa e participativa.

5. Referências

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Global status report on physical activity 2022. Geneva: World Health Organization, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240059153>. Acesso em 12 out.2025

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Planalto, Brasília, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 10 out. 2025.

BUSS, Paulo Marchiori; PELLEGRINI FILHO, Alberto. A saúde e seus determinantes sociais. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 77-93, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/dqvmz6wjRQ8kJPMN9dHcBfL/>. Acesso em: 12 out. 2025.

OLIVEIRA, J. C.; "Lazer e Desenvolvimento Humano: Um Diálogo entre a Teoria e a Prática". Revista Brasileira de Estudos do Lazer, v. 3, n. 1, p. 45-60, 2018.

PAULO, Ana Paula de; CUNHA, Maria Isabel. Cidadania, educação e saúde: interfaces para políticas públicas. Revista Brasileira de Educação, v. 22, n. 70, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/ZrQ8kKVL9JXjQkKptFcQQfs/>. Acesso em: 12 out. 2025.

PINHEIRO, R. S.; ALMEIDA, L. F.; "O Papel do Lazer na Promoção da Saúde Mental e Qualidade de Vida". Cadernos de Psicologia Social, v. 12, n. 2, p. 89-105, 2021.

SANTOS, M. A.; "Cidadania e Lazer: Oportunidades para o Exercício Pleno de Direitos e Deveres". Journal of Citizenship Studies, v. 7, n. 3, p. 112-128, 2019.