

Nota editorial

Da falácia da 'actividade física'

Jorge Bento

1. As presentes considerações surgem como reacção a um refinado ataque ao desporto, perpetrado por quem tem com ele uma relação ditada por reservas, equívocos, complexos e preconceitos mentais, casados em comunhão de bens com uma confrangedora indigência cultural e filosófica. O dito ataque está a acontecer em duas frentes: no plano da lei e nas orientações perfilhadas por algumas entidades académicas. Numa e noutra frente confluem correntes de proveniências diversas, umas ingénuas e confusas e outras bem espertas e oportunistas, contribuindo todas elas para alimentar e aumentar a onda neoliberal (revestida do verniz de um hipócrita e falso humanismo) e a sua pretensão de neutralidade ideológica e axiológica, de negar e retirar ao desporto dimensões constituintes do seu património e legado de princípios e valores.

No primeiro caso trata-se da designação da nova Lei de Bases que visa regular o sector em Portugal. Ela introduziu e chamou a primeiro plano a expressão 'actividade física', desconsiderando e relegando o desporto para um lugar secundário.¹

No segundo caso trata-se da proliferação da tendência — oriunda do espaço americano e com ramificações noutros quadrantes — de promover igualmente a 'actividade física' a categoria e referência centrais, não apenas no tocante à criação de cursos de pós-graduação, como também no estabelecimento e desenvolvimento de programas de acção e de linhas de pesquisa.

É contra esta tentativa de aplicar um garrote em torno do desporto que urge desencadear um movimento que faça frente aos equívocos e traga à colação a extraordinária valia da actividade desportiva. Eis uma responsabilidade e uma obrigação indeclináveis para todos quantos amam o desporto, entendem e apreciam a sua

incumbência cultural ao serviço do processo de civilização dos humanos e da respectiva sociedade.

2. O pretexto para este renovado ataque ao desporto é fornecido pelos dados de numerosos estudos, bem como pelas preocupações da OMS — *Organização Mundial de Saúde*. Ambos apontam a inactividade física e a obesidade como as duas grandes ameaças à saúde pública no século XXI. A partir daí a 'actividade física', sem clarificar o seu tipo e a sua forma, é erigida em panaceia para combater a doença e para garantir a saúde; ela passa a ser recomendada e receitada para a generalidade da população, enquanto o desporto é reduzido à sua versão profissional e comercial e perspectivado como prática de uma elite, com toda a aversão, condenação e rejeição que isto suscita.

Conhece-se bem o zelo fervoroso e ideológico que anima, em regra, os arautos da dicotomia 'povo-élite'. Assim a 'actividade física' é a actividade que deve ser postulada e consumida por ser saudável, sã, genuína e depurada dos excessos do desporto. Este deve consequentemente ser abandonado, por ter em cima de si os desvios, estigmas e opróbrios que cobrem, aos olhos dos populistas, todos quantos não se conformam à norma por baixo, à pequenez e insignificância, ao apoucamento e à mediania e gostam de triunfar e vencer, de almejar a superação e a excelência.

Mais, para os apologistas da 'actividade física' e para que se consiga o efeito 'saúde' basta que o indivíduo ande, se mexa e agite, que consuma minutos e calorias, que diga letras e sílabas, sem necessidade de compor palavras e frases e, muito menos, textos com sentido e significado; basta-lhe ser instintivo, natural e primitivo, não sendo necessário que melhore o seu vocabulário e reportório motores, que aprenda e

aprimore gestos e actos codificados, com técnica e estética, que atinja competência desportiva, que tenha um corpo ágil e hábil, culto e civilizado, que desenvolva relações com os outros e com eles construa o seu auto-conceito e a sua auto-estima.

A falácia vai mais longe: para ter saúde e ser 'activo' o indivíduo não carece de enfrentar os 'horrores' e incómodos, a 'opressão' e obrigações da competição desportiva, de suportar os odores e olhares, as finitas, forças e resistências, a superioridade e humilhações infligidas pelos adversários; nem precisa de ouvir e aceitar os conselhos e reparos, as críticas e recriminações dos colegas. Não, esse fardo é dispensável, chega um qualquer empenho muscular e dispêndio energético. Como se vê, o conceito pluridimensional de 'saúde' conta pouco, sendo mesmo atirado para debaixo do tapete!

Há outras 'razões' de fundo que servem de fonte de inspiração para os conselheiros da 'actividade física'. O desmesurado enaltecimento da recreação e lazer e a insana desvalorização do trabalho — tão em voga nos dias de hoje em muitos quadrantes intelectuais - conjugam-se também para encomendar o funeral apressado do desporto. Eis aqui uma outra faceta do delírio mental! E porquê? Porque é no desporto que mais refulgem princípios caros ao trabalho (rigor, seriedade, empenho, afinco, exigências, objectivos, regras, disciplina, compromissos etc.), sem que isso leve à anulação ou subjugação dos valores e dimensões associadas ao lúdico e prazeroso. Pelo contrário, o desporto é a demonstração exuberante e cabal do quanto é possível humanizar e sublimar o labor esforçado e suado, por constituir uma síntese extraordinária e ímpar de coisas que apenas são opostas e contraditórias na aparência, nomeadamente trabalho e jogo, dor e felicidade, exigência e diversão, obrigação e liberdade, natureza e cultura, ter e ser etc.

Em suma, no modismo e americanismo da 'actividade física' escondem-se, embora deixem um grosso, reluzente e comprido rabo de fora, tanto o apelo ao regresso à 'pureza' original e selvagem como a recusa do progresso, da cultura, da tecnologia e da civilização. Rousseau, se fosse vivo, por certo não faria melhor!

3. A defesa do desporto não é, pois, ditada por uma oposição ou questão de natureza linguística; nem, muito menos, por uma embirração ou preferência

terminológica. Trata-se, sim, de uma importante diferença conceptual e esta, por sua vez, contém em si essenciais diferenças filosóficas e ideológicas, que não podem ser ignoradas e escamoteadas. Não, não é ingénuo ou indiferente que a *LBAFD* (Lei de Bases) introduza na sua designação a 'actividade física' e que coloque esta à frente do desporto.

Ademais a utilização, no contexto aqui em apreço, da expressão 'actividade física' é absolutamente esta-pafúrdia. É provável que com ela se queira enfatizar a relação das formas básicas da exercitação desportiva com a saúde, assim como chamar a atenção para outra maneira, diferente da tradicional, de olhar o desporto; porém isso não autoriza semelhante aberração. 'Actividade física' é, neste contexto, uma expressão imprópria e equivocada, chegada tardiamente e a más horas, porquanto ela engloba tudo o que exige dispêndio de energia.² Nisto cabem tanto actividades laborais (cavar, lavar, jardinar, podar, assentar tijolos, pintar muros etc.), como movimentos do quotidiano e actos desportivos (andar, correr, saltar, nadar, jogar etc.), como ainda acções destinadas à satisfação de elementares necessidades sexuais e biológicas (fornicar, urinar, defecar e outros termos cuja inclusão nesta lista a educação não consente) etc. Ora não parece, nem é crível que os autores de orientações académicas e de documentos legais pretendam envolver-se, elaborar e impor normativos, prescrições e sentenças em toda esta vasta panóplia de actividades.

'Actividade física' é, pois, um conceito vago, difuso e transversal, sem qualquer relação de exclusividade ou de intimidade preferencial com o desporto, tomado este tanto em sentido lato como em sentido restrito; isto é, não se coaduna de modo claro com o vasto campo de exercitação desportiva, lúdica e corporal. É tudo e nada, logo é impreciso e inadequado para o fim em vista e não vai além de um pretensiosismo bacoco. Assim, por detrás da imprecisão e do acrescimento não distraído nem ingénuo da nova designação, moram estigmas e complexos académicos que revelam mau relacionamento com o desporto, uma compreensão deficiente do que este representa, do sentido cultural, social, educativo e humano que ele encerra.

O país não carece de 'actividade física'; precisa sim de fomentar a actividade desportiva, de aumentar e melhorar a prática do desporto, em toda a sua multi-

plicidade. É isto que o movimento associativo (com o COP à cabeça) e as instituições que cuidam séria e responsabilmente da educação e do desporto do nosso país devem afirmar. Para que não volte o tempo em que perdíamos por muitos e já era uma alegria quando perdíamos por poucos. Não se lembram do que sucedia, p. ex., no andebol, basquetebol e voleibol? Éramos os bombos certos da festa, zurzidos de forma implacável e sem apelo nem agravo. Não são preferíveis a melhoria que hoje exibimos, as vitórias que vamos conseguindo? Não sabe melhor ganhar do que perder?!

Na mesma linha de raciocínio, os cidadãos não carecem de um corpo e de um estilo de vida moldados pela 'actividade física'; precisam sim de acrescentar ao corpo do trabalho (seja ele predominantemente manual e 'físico' ou mental e intelectual) e à vida quotidiana outros corpos e dimensões enriquecedores da existência; para adentrarem a porta da humanidade, precisam de ser senhores de muitos corpos e de muitas vidas num só corpo e numa só vida. O corpo 'desportivo' e o estilo correspondente da vida fazem parte desse ideário.

4. O desporto instala em conceitos e preceitos, princípios e ideais, deveres e obrigações, ilusões e utopias. Implica metas e compromissos, hábitos e rotinas de trabalho para lá chegar. Coloca barreiras, desafios e dificuldades e convida a nossa natureza a não se dar por satisfeita com o seu estatuto, a suplantar-se e a obter carta de alforria, procurando alcandorar-se a níveis para os quais não se apresenta como particularmente predestinada. Nele aprendemos que não podemos descansar e que o mérito e o sucesso sérios e honrados custam entrega porfiada e suada, uma vez que o talento é raro, porquanto, ao contrário do que consta no registo bíblico, Deus não criou o homem conforme à Sua imagem e semelhança; somente quando se distrai, em dia de aniversário, é que faz uma criatura à Sua medida. O desporto é uma opção pela dificuldade, em face da tentação da facilidade. Socializa no trabalho em grupo e em equipa e leva a partilhar anseios e projectos com os demais. Civiliza a conduta corporal, ética e moral em relação a nós e aos outros. E é também com o seu concurso, estímulo e ideário que, parafraseando Richard Bach (autor do hino à liberdade humana

intitulado *Fernão Capelo Gaivota*), "podemos sair da ignorância, podemos ser criaturas perfeitas, inteligentes e hábeis. Podemos ser livres! Podemos aprender a voar!" E é isto mesmo que eu vou tentar.

Se nos dermos a comparações para o medir e avaliar, só aumentam as razões para nele acreditar; a todas as depreciações ele consegue ganhar. 'Actividade física' é accionismo natural; desporto é acto cultural. Ela é imanência da nossa condição; ele é prótese criada pela civilização. Ela é ditada pelo peso da excrescência; ele provém da noção de insuficiência. Desporto é algo mais e além; ela é algo menos e aquém. Nele moram a consciência da falta de forças e capacidades e a vontade da sua criação e exaltação; ela cinge à conformação, limitação e resignação. Ele aponta a lonjura e o cume da elevação; ela contenta-se com o umbigo e em olhar o chão. Nele enfrenta-se o vento e as marés; nela gasta-se o tempo e os pés. Ele quer fazer do corpo uma encarnação do espírito e inteligência; ela satisfaz-se em queimar gordura e aligeirar a indolência. Ele é marco civilizacional; ela é moda ocasional.

Ele ocupa-se da formação do carácter e do quanto este obriga; ela cuida da forma das pernas e do volume da barriga. Ele é beleza, paixão e encantamento; ela é penitência, obrigação e sofrimento. Ela é remédio e necessidade; ele é opção e exercício da liberdade. Ela pode diminuir a obesidade; ele gera riso e habilidade. Ele assume o risco com optimismo; ela segue a regra do conformismo. Ele visa o tecto ilimitado e infinito; ela o gesto contido e restrito. Ele é comunicação, partilha e comunhão; ela cumpre-se no isolamento e solidão. Ele é impulso, orgasmo, êxtase e ousadia; ela é medicamento, bula de calorias e sensoria. Ele é euforia e sublimação da vida; ela é expiação da culpa assumida. Ela é comum ao animal; ele é próprio do ser cultural.

¹ LBAFD - *Lei de Bases da Actividade Física e do Desporto*.

² 'Actividade física' é definida por Caspersen, Powell & Christenson (*Symposium: Public health aspects of physical activity and exercise*, 1985, p.126), especialistas de renome mundial, "como qualquer movimento produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em dispêndio energético para além do metabolismo de repouso". Somente isto e nada mais; tudo e nada ao mesmo tempo. Fica assim claro quão inapropriado é o uso daquela expressão numa lei destinada a regular o sistema desportivo.