

Recife, 09 de maio de 2025.

OFÍCIO/PRES/CREF12/PE/0701/2025

**Excelentíssimo Senhor
Alberto Feitosa
Deputado Estadual**

Assunto: Obrigatoriedade de apresentação do atestado médico para praticar exercício físico (desestímulo à prática orientada de exercício físico)

O Conselho Regional de Educação Física da 12ª Região/Pernambuco (CREF12/PE) – autarquia federal criada através da Lei 9.696/98 que conta atualmente com mais de 21 mil Profissionais de Educação Física registrados em todas as cidades pernambucanas e mais de 3 mil pessoas jurídicas, que atua combatendo o exercício ilegal da profissão e na defesa da ética profissional, cumprindo atividades de representação, orientação, normatização, disciplina, defesa e fiscalização dos Profissionais de Educação Física, bem como das Pessoas Jurídicas prestadoras de serviços nas áreas de atividades físicas, desportivas e similares, em prol da sociedade, atuando ainda como órgão consultivo, **vem por meio deste manifestar seu posicionamento em relação a obrigatoriedade de apresentação do atestado médico para prática de exercício físico.**

O Conselho Nacional de Saúde (CNS), através das Resoluções 218/1997 e 287/1998, reconheceu a Educação Física como **profissão da saúde** de nível superior, que juntamente com outras categorias profissionais, pode desenvolver atendimento individual e interdisciplinar na promoção, proteção e recuperação da saúde.

As academias e demais espaços de saúde são ambientes seguros! A presença do Profissional de Educação Física, por lei, é obrigatória nesses locais.

A prática de exercícios físicos, orientada pelo Profissional de Educação Física, é uma grande aliada para combater doenças físicas e mentais e melhorar a qualidade de vida. A ciência já provou que atividades físicas previnem doenças crônicas, como câncer, diabetes, cardiopatia e eventos de acidente vascular cerebral, além de diminuir a mortalidade por todas as causas. De acordo com o Ministério da Saúde, a falta de atividades físicas é responsável por 15% das internações no SUS (Sistema Único de Saúde).

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é o país mais sedentário da América Latina e ocupa a quinta posição no ranking mundial. Conforme dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), cerca de 47% dos brasileiros são sedentários. Já entre os jovens, o número é maior e ainda mais alarmante: 84%. A OMS indica que a cada dólar investido em esportes e promoção de atividade física, pode-se economizar US\$ 3,20 com gasto em saúde. Dados divulgados em 2022 pela Organização Mundial de Saúde (OMS) mostram que quase 1 bilhão de pessoas vivem com transtorno mental, sendo 14% adolescentes. Segundo a pesquisa, depressão e ansiedade aumentaram mais de 25% apenas no primeiro ano da pandemia. O Brasil é considerado o país mais ansioso do mundo e o quinto mais depressivo. Os gastos diretos com cuidados de saúde devido à inatividade física chegam a quase 4 bilhões de dólares anuais no Brasil, evidenciando a necessidade de políticas públicas eficazes para incentivar a prática de atividades físicas.



O sedentarismo está ligado à maior parte das doenças crônicas, como obesidade, diabetes, demência, câncer, hipertensão e dislipidemia, que são os fatores de risco principais da doença cardiovascular. O exercício físico sistematizado e orientado por Profissional de Educação Física combate doenças metabólicas, cardiovasculares, pulmonares, musculoesqueléticas, psiquiátricas, neurológicas e diversas outras. A sociedade precisa cobrar dos governantes a presença do Profissional de Educação Física nas escolas, praças, parques, academias, hospitais, atenção primária, bem como nas políticas públicas transversais de educação, saúde, esportes, turismo, cultura, assistência, ressocialização, segurança, entre outras para promover bem estar, além de prevenir e curar doenças.

O Guia de Atividade Física para a População Brasileira, documento de 2021 do Ministério da Saúde, recomenda que devem ser oferecidas, pelo menos, três aulas de educação física de 50 minutos cada, por semana, ao longo de todos os anos da Educação Básica, incluindo a Educação Infantil. Ministério e Secretarias de Educação, lamentavelmente, ignoram tais evidências.

É imprescindível pensarmos em políticas transversais. A articulação de diferentes políticas, sobretudo as de educação, saúde, assistência social, juventude e esportes faz diferença na vida das pessoas. Os países com os melhores índices de desenvolvimento humano (IDH) são aqueles que investem em educação, cultura e esportes. É preciso estimular/criar pessoas e sociedades ativas, elaborar espaços ativos, o fortalecimento e ampliação do acesso à atenção básica em saúde e também a redução do tempo de espera para o acesso à atenção em saúde (física, mental e emocional).

É necessário ampliar e valorizar as ações intersetoriais na Estratégia de Saúde da Família, Atenção Primária, Saúde Mental e Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Quadras cobertas em todas as escolas, três aulas de educação física, semanais (por turma), em toda a educação básica e valorização profissional (pagar bem, reconhecer direitos e melhorar as condições de trabalho).

O CREF12/PE reforça a importância de aliar sempre o acompanhamento multiprofissional (médicos, nutricionistas, psicólogos, fisioterapeutas, etc), rotina e monitoramento de exames, com a prática regular de exercícios físicos estruturados e orientados por Profissional de Educação Física. As avaliações (e reavaliações) ajudam o profissional a individualizar o atendimento para que os objetivos traçados sejam alcançados. O CREF12/PE ratifica que apenas o Profissional de Educação Física tem a prerrogativa de orientar, dar dicas ou prescrever exercício físico! Saúde e segurança andam juntas, e com informação de qualidade, podemos promover uma vida mais ativa, consciente e protegida.

A **obrigatoriedade de apresentação do atestado médico** para praticar exercício físico seria uma grande barreira e um desestímulo à prática orientada de exercício físico. É imprescindível menos regulação, menos barreiras para que mais pessoas saiam do sedentarismo! Treino seguro somente com o Profissional de Educação Física!!!

Estrutura sozinha não é cuidado!!! Quadra, piscina, pista, academia da saúde, praças, entre outros espaços não são sinônimo de qualidade de vida. O que faz a diferença é o exercício físico sistematizado e orientado pelo Profissional de Educação Física! É imprescindível valorizar quem se dedica à formação com responsabilidade, ética e conhecimento. O Profissional de Educação Física é o único capacitado e habilitado para orientar da forma correta e segura!

A Lei Estadual nº 15619/2015 dispõe sobre o funcionamento de Academias de musculação e demais estabelecimentos de Condicionamento Físico, Iniciação e Prática Esportiva, de Ensino de Esportes e de Recreação Esportiva. Tais locais deverão manter em tempo integral: Profissionais de Educação Física, devidamente registrados no Conselho Regional de Educação Física de Pernambuco, sendo um deles o responsável técnico; e, Certificado de Registro do próprio estabelecimento no



Conselho Regional de Educação Física de Pernambuco. Para a frequência aos estabelecimentos de que trata a Lei, é obrigatória a resposta ao Questionário de Prontidão para Atividade Física, sendo facultativa a realização de avaliação física, avaliação funcional e anamnese. Dos interessados que responderem positivamente a qualquer das perguntas do Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q), será exigida a assinatura do Termo de Responsabilidade para Prática de Atividade Física. A Lei Estadual deixa claro que é facultado ao cidadão o direito de apresentar sua avaliação médica no ato de sua matrícula.

Utilizado internacionalmente, o PAR-Q (Physical Activity Readiness Questionnaire) permite identificar a necessidade de avaliação médica com base em critérios objetivos, sem criar barreira para o acesso à atividade física. Ele foi concebido pela Sociedade Canadense de Fisiologia do Exercício, adotado pelo Ministério da Saúde do Canadá, recomendado pelo ACSM (American College of Sports Medicine) e também pela Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte. Além de Pernambuco, outros estados brasileiros, tais como Santa Catarina, Rio de Janeiro e São Paulo, bem como o Distrito Federal e capitais como São Paulo e Belo Horizonte, já o adotaram como requisito padrão para prática de atividade física em academias. Em vários casos, como os de São Paulo (Estado e Capital), essas leis substituíram a exigência de atestado médico pela resposta ao PAR-Q, método muito mais eficaz para prevenir riscos.

A Lei Estadual nº 16124/2017 obriga as academias de ginásticas, musculação e afins, a dispor, em local visível e adequado, de kits de primeiros socorros, estojo contendo: curativos; hastes de algodão flexíveis; algodão; fita microporosa; atadura elástica; uma caixa de comprimidos de ácido acetilsalicílico 500 mg; uma caixa de comprimidos de paracetamol 500 mg; compressa de gaze; bolsa térmica gel quente-fria reutilizável; uma caixa de anti-histamínico; um frasco de água oxigenada; um antidiarreico; um termômetro; um par de luvas de látex descartáveis; incluindo tensiômetro digital, oxímetro e termômetro, e a disponibilizar, durante todo o período de funcionamento, Profissional de Educação Física capacitado em noções básicas de primeiros socorros.

O Profissional de Educação Física é, sem dúvidas, vetor de desenvolvimento global para todas as idades!

Reiteramos nosso compromisso com a promoção da Educação Física e colocamo-nos inteiramente à disposição para prestar esclarecimentos adicionais, bem como para colaborar no que for necessário para o fortalecimento desta parceria institucional.

Atenciosamente,

Lúcio Francisco Antunes Beltrão Neto
CREF 003574-G/PE
Presidente do CREF12/PE