



# Levando a Educação Física para a mídia

Em praticamente todos os tipos de mídia, o Profissional de Educação Física Marcio Atalla ressalta a importância do exercício físico orientado.

Zeca Camargo e Renata Ceribelli, apresentadores do “Fantástico”, da Rede Globo, toparam o desafio proposto pelo quadro “Medida Certa”: incorporar a rotina de exercícios físicos ao seu dia a dia e adquirir hábitos saudáveis em três meses. Para orientá-los, contam com o Profissional de Educação Física Marcio Atalla (CREF 082046-G/SP), idealizador do quadro. Em pouco tempo, viraram tema de conversas casuais por todo o Brasil. E, com eles, a prática de atividades físicas orientadas por profissional habilitado também foi parar na boca do povo.

O quadro faz parte de um projeto de Atalla que começou há 11 anos, durante as Olimpíadas de Sydney, quando o profissional criou o site BemStar. “Depois de trabalhar sete anos com atletas de tênis feminino e vôlei de praia masculino, queria fazer algum projeto que trouxesse qualidade de vida para pessoas comuns”, relembra.

Para chegar à grande mídia, o processo foi difícil. Em 2005, Atalla levou o BemStar ao GNT – mas não sem antes enfrentar resistências do canal de TV por assinatura. “Não compravam a ideia de que através da atividade física é que se começa, de fato, um programa de qualidade de vida”, conta. Por fim, conseguiu 15 minutos de programa, que eram exibidos às 23h de quarta-feira. O resultado de audiência provou o grande interesse que a prática orientada de atividades físicas desperta, e o programa passou a ter 30 minutos de duração.



Em 2009, Atalla teve uma ideia e propôs às revistas “Época” e “Marie Claire”, onde é colunista: acompanhar uma pessoa por 13 semanas, durante cinco ou seis vezes na semana, estimulando-a a incorporar bons hábitos, tendo a atividade física como carro-chefe. Atalla sugeriu o projeto “Época Saúde”, que foi encampado pela editora Globo e angariou o apoio imediato do CONFEF, em que acompanhava seis pessoas sedentárias, com fatores de risco aumentados para doenças crônicas e obesos, que iam incorporar a atividade física diária e comer melhor. “Depois de três meses, os fatores de risco estavam controlados sem medicação, mostrando que o exercício físico é a melhor maneira de conseguir qualidade de vida. O projeto foi um sucesso!”, atesta.

Estimulado por esse sucesso do “Época Saúde”, Atalla procurou o diretor do “Fantástico”, Luiz Nascimento. “Querida repetir esse meu método em um programa de credibilidade e enorme alcance. Ele adorou a ideia e chegamos aos nomes de Zeca Camargo e Renata Ceribelli”, conta.

Já faz tempo que o CONFEF vem divulgando, de forma reiterada, a importância da orientação de um Profissional de Educação Física para a promoção do bem-estar e da saúde da população. Campanhas publicitárias e atuações junto aos órgãos de imprensa nacionais são algumas das ações que a comunicação do Conselho tem desenvolvido nos últimos anos para atingir esse objetivo. E essas ações contribuíram para que houvesse um espaço cada vez maior para o Profissional de Educação Física na mídia – como prova o sucesso contundente de Marcio Atalla e seu projeto BemStar. **EF**