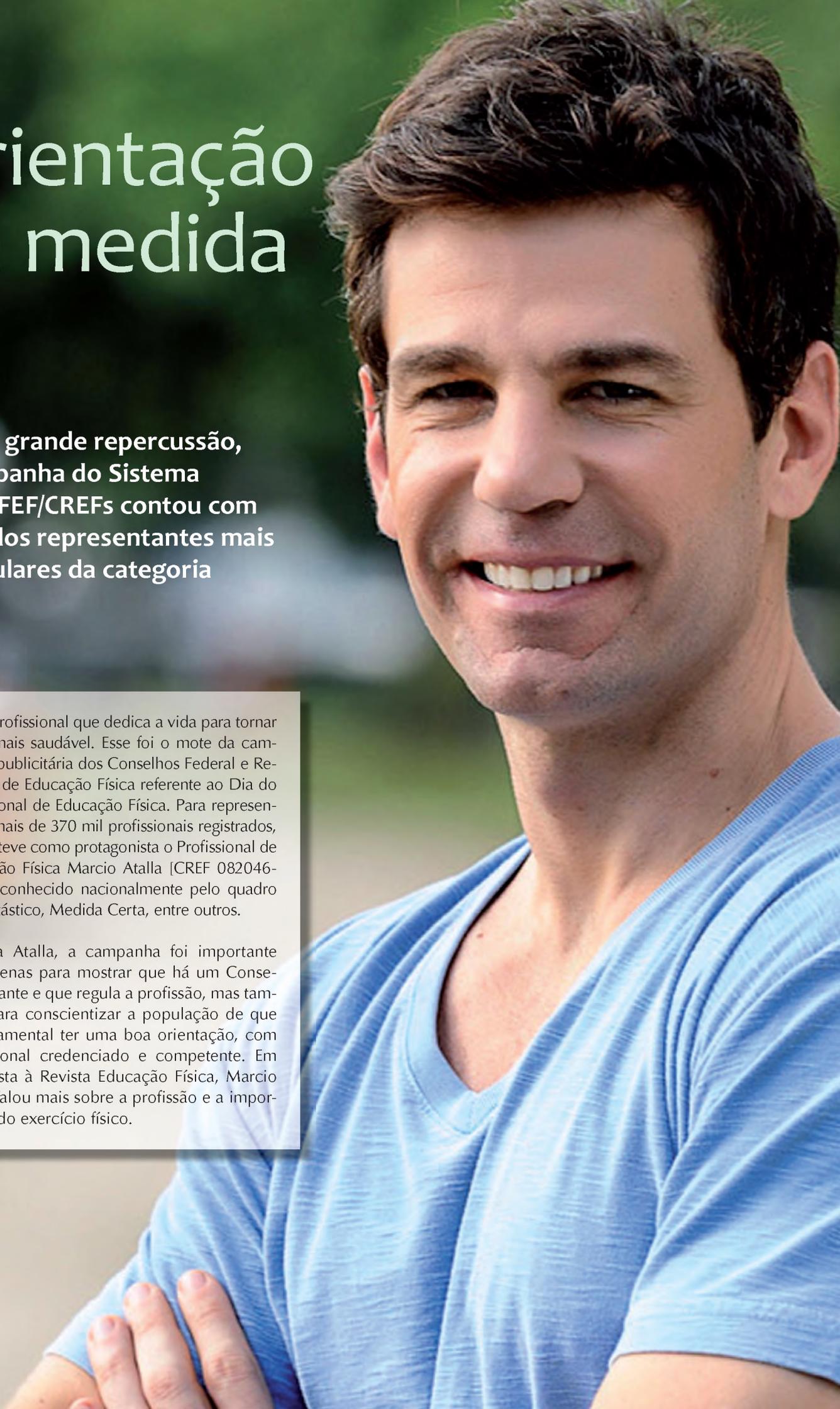


# Orientação na medida

**Com grande repercussão,  
campanha do Sistema  
CONFED/CREFs contou com  
um dos representantes mais  
populares da categoria**

O profissional que dedica a vida para tornar a sua mais saudável. Esse foi o mote da campanha publicitária dos Conselhos Federal e Regionais de Educação Física referente ao Dia do Profissional de Educação Física. Para representar os mais de 370 mil profissionais registrados, a ação teve como protagonista o Profissional de Educação Física Marcio Atalla [CREF 082046-G/SP], conhecido nacionalmente pelo quadro do Fantástico, Medida Certa, entre outros.

Para Atalla, a campanha foi importante não apenas para mostrar que há um Conselho atuante e que regula a profissão, mas também para conscientizar a população de que é fundamental ter uma boa orientação, com profissional credenciado e competente. Em entrevista à Revista Educação Física, Marcio Atalla falou mais sobre a profissão e a importância do exercício físico.



**REVISTA Educação Física** - O senhor acredita que a população está mais consciente da importância da prática de atividades físicas para manutenção da saúde?

**Marcio Atalla** - *Acredito que aos poucos as pessoas têm se conscientizado, mesmo assim ainda não entendem que a atividade física regular é a medicina preventiva mais barata e eficiente. Também é necessário que os governantes entendam isso para que possam realizar programas populares de atividade física.*

**REVISTA Educação Física** - De acordo com dados da pesquisa Vigitel 2014, mais da metade da população está acima do peso. O que ainda é preciso ser feito para mudar esse panorama?

**Marcio Atalla** - *É preciso incluir movimento na vida das pessoas. A atividade física é fundamental para se combater a obesidade. Achar que o problema principal é a alimentação é um erro. O nível de atividade física das pessoas diminuiu em média 350 kcal, por dia, nos últimos 30 anos. A atividade física regular é a arma mais poderosa no combate da obesidade e, volto a dizer, a melhor e mais barata medicina preventiva, evitando inúmeras doenças.*

**REVISTA Educação Física** - Sem orientação profissional, quais são os riscos que os praticantes de atividade física podem enfrentar?

**Marcio Atalla** - *Sem a orientação de um profissional, as chances de executar de maneira errada, seja o movimento, a intensidade ou a programação, são muito grandes e isso pode gerar inúmeros problemas de saúde. Desde os mais simples, como algumas dores, até problemas mais sérios do sistema cardiorrespiratório. A atividade física é como uma caixa de ferramentas: Existem muitas opções, mas é preciso usar uma para cada necessidade, escolhendo a ferramenta certa e da maneira correta. Para essa orientação, o Profissional de Educação Física é fundamental.*

**REVISTA Educação Física** - O senhor é um exemplo de profissional bem-sucedido. Que conselho o senhor daria para os profissionais que desejam trilhar um caminho parecido?

**Marcio Atalla** - *Não tem um caminho ou um segredo, meu conselho é que o profissional foque na parte do conteúdo, isso é o mais importante. É preciso ter uma postura mais séria e entender que o Profissional de Educação Física é o profissional de saúde que está mais próximo da população, ou seja, que tem mais chance de interferir na saúde das pessoas. É preciso passar credibilidade para os alunos e para sociedade.*

*É ruim para a categoria ver profissionais vendendo soluções milagrosas ou criando produtos que se aproveitam da necessidade da população em se exercitar. Este profissional pode até ganhar dinheiro, mas não tem credibilidade e acaba por desmoralizar a classe.*

**REVISTA Educação Física** - Qual é a importância das campanhas de valorização profissional como esta? O senhor gostou de participar?

**Marcio Atalla** - *As campanhas são importantes em vários aspectos. Para população se conscientizar que é fundamental ter uma boa orientação, com um profissional credenciado e competente. Assim como para os profissionais, pois mostra que temos um Conselho que regula a profissão e que somos profissionais aptos para cuidar das pessoas, nos dando credibilidade perante a sociedade.*

*Fiquei muito honrado e feliz em ser convidado para fazer essa campanha. Precisamos de um Conselho forte e atuante pra que a profissão seja cada vez mais respeitada.*

“A atividade física é como uma caixa de ferramentas: Existem muitas opções, mas é preciso usar uma para cada necessidade, escolhendo a ferramenta certa e da maneira correta. Para essa orientação, o Profissional de Educação Física é fundamental”.

