

Alexandre Mestre
Ana Santos
António Fonseca Ferreira
António Marques
Francisco Sobral Leal
João Joanaz de Melo
João Leal Amado
José Manuel Constantino
Luís Casanovas
Luís Sardinha
Manuel Sérgio
Mário Marques Pinto
Paulo Cunha e Silva
Rui Machado Gomes
Vasco Pinto Magalhães, s.j.

O Desporto para além do óbvio



Instituto do Desporto de Portugal

In: O Desporto para além do óbvio, IDN, 2003

**Educação, Ambiente e Desportos de Natureza –
Uma simbiose possível**

João Joanaz de Melo*

Introdução

No nosso mundo citadino e artificializado, o desporto é, desde há um século para cá, o principal modo como se concretiza a actividade física natural à espécie humana. O desporto satisfaz, simultaneamente, diversas necessidades: o exercício essencial para uma vida saudável; a socialização; o sentimento de pertença a um grupo, clube ou equipa; a ocupação dos tempos de lazer.

Modernamente, o espaço urbano tornou-se demasiado asfíxiante, a vida civilizada demasiado rotineira. Por outro lado, a qualidade de vida já não se mede apenas em valor monetário ou bens materiais, mas também no acesso a um ambiente de qualidade e a novas experiências. Passar as férias ou os tempos de lazer em espaços naturais, quanto mais belos e selvagens melhor, tornou-se, mais do que uma moda, um verdadeiro hábito na nossa sociedade.

A procura cada vez mais frequente das actividades de lazer em espaços naturais não fez desaparecer a necessidade do exercício físico ou da prática desportiva, antes potenciou o florescimento dos desportos de Natureza, embora em moldes diversos dos praticados nos espaços urbanos. Com a procura crescente, sobressaem as potencialidades e também os problemas deste novo campo de actividade.

Os desportos de Natureza

Os desportos de Natureza podem definir-se muito simplesmente pelo espaço em que se praticam: têm necessariamente lugar em ambiente natural (ou em

* Professor na Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa. Dirigente do GEOTA. Monitor federativo de espeleologia.

paisagens humanizadas com forte componente natural), por oposição ao desporto praticado em espaços urbanos.

Os desportos de Natureza incluem actividades em todos os meios, desde o ar, à água, à superfície do solo e ao subsolo. Citemos alguns dos mais populares, sem preocupações de exaustividade:

- Passeio pedestre e orientação: o prazer de passear pela Natureza, com ou sem uma meta definida;
- Observação de aves, baleias ou foto-safari: muito menos ruidoso e agressivo do que caçar os animais com armas de fogo;
- Passeio equestre: todo-o-terreno a quatro patas;
- Escalada: o virtuosismo de trepar por um rochedo mais ou menos vertical;
- Montanhismo: esta denominação engloba diversas actividades realizadas em montanha ou alta montanha, desde o trilho de montanha à escalada em rocha, neve e gelo;
- Esqui e patinagem no gelo: os desportos de inverno por excelência;
- Espeleísmo: a visita lúdico-desportiva às grutas, um mundo subterrâneo completamente diferente da nossa experiência do dia-a-dia (não confundir com espeleologia, uma actividade idêntica na sua componente técnica, mas com objectivos de exploração e estudo científico);
- Bicicleta todo-terreno: os sítios fantásticos por onde se pode passar em duas rodas;
- *Surf*, *body-board* e outros desportos da beira-mar: as atracções da praia aliadas ao desporto;
- Mergulho em apneia ou com garrafas: viajar debaixo de água, uma viagem a outro mundo;
- Vela: uma velha e honrada tradição nacional, a liberdade e o desafio de viajar ao sabor do vento;
- Canoagem e *rafting*: reproduzir o modo de locomoção dos nossos antepassados, para quem os rios eram as estradas disponíveis;
- *Canyoning*: o desafio das quedas de água;

- Asa delta e parapente: concretizar um dos mais antigos sonhos da humanidade, imitar as aves, ver o mundo lá do alto.

Todos os desportos supracitados usufruem a Natureza como suporte essencial da própria actividades desportiva: na maioria dos casos, não são possíveis, ou atractivos, sem os espaços naturais onde se praticam.

Foram deliberadamente excluídos desta lista os desportos motorizados, por dois motivos: primeiro, o seu objecto principal é a máquina, sendo a Natureza relegada ao papel de agradável pano de fundo ou desafio a vencer; segundo, são tendencialmente muito intrusivos para o ambiente (não quer dizer que não tenham o seu lugar, mas ficam claramente fora do âmbito do que aqui se classifica como desporto de Natureza).

Porque a actividade no espaço natural é de molde a reduzir-nos à nossa pequenez humana, convidando à contemplação, à introspecção e ao desafio individual, os desportos de Natureza não são inerentemente competitivos nos termos clássicos. Claro que muitos podem ser objecto de competições desportivas, mas não é isso que os caracteriza: a maioria dos praticantes destes desportos não tem qualquer interesse na competição.

Por outro lado, todos os desportos de Natureza têm um inequívoco carácter lúdico, nalguns casos dir-se-ia mesmo turístico. Tanto ou mais que o exercício físico, o que aqui se procura é a ocupação de tempos livres com o prazer de uma actividade diferente.

Virtudes e riscos dos desportos de Natureza

O facto de terem lugar em meio natural e não num ambiente controlado faz com que estes desportos tenham características específicas, tanto potencialidades como riscos, bem distintos dos desportos praticados em espaço urbano.

Do lado das virtudes e potencialidades podem salientar-se:

- A promoção do trabalho de equipa em níveis sem paralelo nos “desportos de salão”, porque aqui a vida de cada um está literalmente nas mãos dos outros;

- A criação de laços de amizade e confiança excepcionais, forjados entre pessoas que superam em conjunto situações difíceis e fisicamente arriscadas;
- O conhecimento directo da Natureza, essencial para uma educação completa e para uma postura cívica de defesa do Ambiente;
- Múltiplas oportunidades para a educação científica no terreno, uma componente educacional importante, quase ausente noutros desportos;
- Um desenvolvimento físico equilibrado: o exercício físico faz-se no ambiente onde a espécie humana evoluiu, pelo que os desportos de Natureza são pouco propensos aos problemas de distorção física (maior ênfase numa parte do corpo do que noutra) que muitos outros desportos acarretam.

Do lado dos riscos avultam:

- O risco para a saúde e, eventualmente, para a vida dos praticantes. Tratam-se de actividades potencialmente perigosas, dependentes de técnicas mais ou menos complexas, praticadas à mercê das intempéries e frequentemente longe de meios de socorro. Apresentam, portanto, riscos não desprezáveis, só limitados por normas de segurança rigorosas e treino adequado;
- O risco para os espaços naturais. Estamos a falar de zonas de elevada sensibilidade ecológica e patrimonial, como a alta montanha, as grutas, as zonas escarpadas, ribeirinhas e litorais. Muitos destes espaços encontram-se, não por acaso, em áreas protegidas ou classificadas, exactamente porque são os sítios menos atingidos pela artificialização humana. Estas áreas podem sofrer impactos ambientais muito significativos devido a actividades mal planeadas ou demasiado intensivas, o que requer tanto regras de ordenamento como auto-controlo dos praticantes.

Lamentavelmente, a maioria dos praticantes e mesmo dos organizadores destas actividades tem escassa consciência, quer das potencialidades, quer dos riscos referidos. Muitas destas modalidades nem sequer dispõem de uma organização capaz de estabelecer normas coerentes de ensino e segurança — quer para os praticantes, quer para o meio natural onde a actividade decorre.

Muitos praticantes experimentam os desportos de Natureza por mera curiosidade, ou porque as chamadas "actividades radicais" ou "de aventura" estão na moda, e nunca chegam a realizar uma aprendizagem consistente (nem a perceber o significado da palavra "radical"). Muitos outros encaram a actividade como um desporto como outro qualquer, desprezando tanto os riscos pessoais e ambientais, como as potencialidades educativas.

Em suma, os desportos de Natureza são actividades extremamente interessantes, mas devem ser praticados com cautelas especiais, para explorar as suas potencialidades e evitar os riscos que comportam.

Os riscos ambientais

Não é demais chamar a atenção para os riscos ambientais dos desportos de Natureza. Idealmente, todas as áreas protegidas ou sensíveis deveriam ter uma carta de desporto de Natureza, que regulasse estas actividades em função da capacidade de carga do meio, por forma a garantir a sua não degradação. Em muitos países, esta é uma prática corrente. Podemos citar como bons exemplos, entre outros, os EUA, pioneiros dos parques nacionais a nível mundial, a Costa Rica, um ex-libris do ecoturismo, ou a vizinha Espanha, onde (apesar de falhas a outros níveis na política ambiental) as questões do desporto de Natureza e do turismo em áreas protegidas são levadas muito a sério.

Em Portugal, foi pioneiro, na carta de desporto, o Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros, cujo exemplo, infelizmente, ainda não foi seguido por outras áreas protegidas.

Independentemente de haver ou não cartas de desporto de Natureza, todos os praticantes destas actividades devem ter consciência de que se movem em meios sensíveis — que poderão lá não estar amanhã, ou ter ficado profundamente degradados, se não forem tomadas as devidas precauções. Cada desportista de Natureza deve necessariamente comportar-se como um defensor do ambiente, olhando para o espaço natural de que usufrui como estando transitoriamente à sua guarda, para a próxima geração.

De uma forma geral, o desporto ou turismo em ambiente natural deve ser praticado de forma não intrusiva. O mote deve ser "não levar nada para lá ficar, não trazer nada senão saudades". Algumas regras gerais de conduta:

- Abandono de resíduos: zero, muito em especial os não biodegradáveis;
- Recolha de plantas, animais ou minerais: zero, salvo por motivos científicos e mesmo assim com prioridade à salvaguarda das espécies e habitats;
- Acampamento: fora de parques de campismo com infra-estruturas adequadas, só em regime de bivaque (dormida nocturna) e com autorização das autoridades competentes;
- Montagem de instalações e equipamentos, incluindo abrigos e fixações para a escalada, *canyoning* ou a descida a grutas: o mínimo indispensável para garantir as condições de segurança, e sempre salvaguardando os valores naturais e patrimoniais em presença.

Para além destas orientações gerais, citemos alguns riscos ambientais específicos de diversos tipos de meios:

- O litoral. As praias são zonas de baixa sensibilidade ambiental, devido ao seu elevado dinamismo: suportam tantas pessoas quantas lá caibam. Mas os outros *habitats* litorais, como as dunas, as arribas ou os sapais, têm elevadíssima sensibilidade a acções tão simples como o pisoteio. O acesso às praias e ao litoral deve, portanto, ser objecto do máximo cuidado;
- As zonas ribeirinhas. Os *habitats* das margens de rios, lagos e estuários, bem como as zonas húmidas como paúis e juncais, são essenciais para a manutenção de corredores ecológicos, diversidade de *habitats* e controlo da erosão, sendo bastante susceptíveis à intervenção humana;
- O mar. O oceano parece muito grande e vasto, mas os seus habitantes são sensíveis à nossa presença. Animais como baleias e golfinhos podem ser seriamente perturbados se as visitas forem demasiado próximas, frequentes ou em momentos críticos (alimentação, aleitação);
- A montanha. Especialmente nas zonas escarpadas e em alta montanha, há *habitats* e espécies sensíveis, muito susceptíveis à presença humana. Isto

implica, por exemplo, que não se deve praticar a escalada em zonas de abrigo de aves rupícolas durante a época de nidificação (tipicamente na Primavera, mas o período exacto depende das espécies e da região);

- As grutas. São *habitats* isolados, estáveis e sem luz, com comunidades bióticas altamente sensíveis a influências externas. Qualquer coisa feita na zona fóssil (sem circulação hídrica) de uma gruta pode perdurar séculos. Servem frequentemente de abrigo a morcegos, casos em que não devem ser visitadas de dia, nem em épocas de criação ou hibernação (Inverno e Primavera).

A segurança e a formação de formadores

Estão, hoje em dia, muito difundidas em Portugal, escolas de pensamento que vêem o desporto de Natureza como uma simples actividade desportiva, que pode ser liderada por um professor de educação física, ou como um qualquer evento cultural, que pode ser dirigida por um guia turístico ou animador cultural. Ora, estas concepções estão completamente erradas.

Em primeiro lugar, a maioria dos desportos de Natureza são actividades altamente técnicas, que requerem compreensão profunda e à-vontade com o equipamento, e comportam riscos graves para um não iniciado. Requerem ainda, por parte de quem orienta a actividade, a capacidade para resolver uma variedade de problemas, da logística complicada ao equipamento de segurança, dos incómodos da sujidade e dos insectos aos efeitos do mau tempo, do *stress* psicológico às lesões físicas. Lidar com tais situações exige, não apenas um grande domínio técnico da actividade em causa, que só um praticante regular consegue ter, como também capacidades de liderança e de resposta a emergências, que não fazem parte do currículo, nem podem fazer, de nenhuma escola de educação física ou turismo.

Um monitor ou animador de desportos de Natureza tem que ser, portanto, em primeiro lugar, ele próprio um praticante experimentado, devidamente formado, e apoiado em regras e procedimentos de segurança claros. Qualquer coisa menos

que isto é um convite ao desastre (como infelizmente já aconteceram alguns em Portugal).

Em segundo lugar, tais monitores ou animadores têm que receber formação específica no domínio do ambiente, sob pena de serem os principais causadores de danos à própria Natureza de que pretendem usufruir. Têm que conhecer a sensibilidade do meio onde vão actuar, e saber como limitar os impactes específicos do desporto em causa. Acima de tudo, têm que ser imbuídos de uma ética de verdadeiro defensor do ambiente, porque deles depende o comportamento de todo o grupo, e as consequências ambientais daí resultantes.

O corolário destes requisitos é que os monitores ou animadores de desportos de Natureza devem ser praticantes experientes da actividade em causa; e devem ter, adicionalmente, uma formação específica nos domínios ético, ambiental, desportivo e organizativo, com base em currículos padronizados e sob supervisão de entidades capacitadas para o efeito.

Por uma questão de eficácia, a formação e credenciação de tais monitores ou animadores deve ser realizada por entidades autónomas, sejam as federações sectoriais e/ou as escolas superiores, desde que cumpram os requisitos acima formulados. É, no entanto, desejável a acreditação de tais entidades pelo Estado.

De todos os desportos de Natureza citados, são poucos os que já se aproximam destes requisitos. Seria importante que as entidades formadoras, bem como as entidades gestoras das zonas procuradas para os desportos de Natureza, promovessem um ensino que oferecesse garantias, simultaneamente, de maior segurança aos praticantes e de necessária salvaguarda do ambiente.

Ainda quanto à segurança dos praticantes, seria muito importante criar um seguro obrigatório, cujo prémio deve ser função do grau de exigência da formação e do rigor das normas de segurança. Idealmente, tal seguro deveria cobrir tanto os acidentes pessoais como o custo de operações de resgate (felizmente ainda raros em Portugal, mas cuja eventualidade não devemos ignorar). Deve referir-se, a propósito, que a frequência de lesões e acidentes nos desportos de Natureza não é superior à que ocorre nos desportos mais clássicos; isto resulta, por um lado, de

não serem desportos de contacto e, por outro, das regras de segurança serem relativamente exigentes.

O potencial educativo

Para além da educação física, os desportos de Natureza apresentam um enorme potencial educativo em diversas vertentes:

- A educação para o ambiente: não se defende o que não se ama, e a prática de um desporto em ambiente natural é uma das melhores formas de conhecer a Natureza que temos, e fomentar a paixão pela defesa desse património, que é de todos nós. Nenhuma aula, livro, página de internet ou realidade virtual podem substituir este contacto directo;
- A educação para a ciência: os desportos de Natureza prestam-se muito bem à demonstração prática de conhecimentos científicos, por exemplo de matemática, astronomia, física, química, biologia, geologia, ecologia, geografia, história, economia, ciências da saúde, só para citar algumas das disciplinas mais óbvias. Na realidade, a educação científica no campo é muito mais apelativa e eficaz do que na sala de aula;
- A educação para a cidadania: muito do desporto de Natureza é realizado no âmbito de associações, que são o melhor meio de promover hábitos de intervenção cívica, para além da aprendizagem de tarefas de organização e gestão que a actividade envolve.

Turismo, desporto e ambiente

As paisagens naturais que ainda subsistem em Portugal constituem um dos principais, e melhores, "cartazes de propaganda" para o turismo nacional. O ecoturismo, em geral, e os desportos de Natureza, em particular, têm um enorme potencial no nosso País: temos uma fantástica variedade paisagística, que vai da alta montanha ao oceano, dos *habitats* ribeirinhos às arribas e planícies; temos um clima excelente, que permite a prática da maioria das actividades ao longo de quase todo o ano; temos (ainda) áreas significativas de espaços naturais ou seminaturais, principalmente nas áreas protegidas (parques e reservas).

Infelizmente, tem-se usado e abusado deste potencial, com o resultado frequente de fomentar empreendimentos turístico-imobiliários que destroem o próprio património em que originalmente se basearam. Esta é uma forma de crescimento completamente insustentável, o exemplo paradigmático da proverbial matança da galinha dos ovos de ouro.

Naturalmente, o potencial do ecoturismo e do desporto de Natureza só poderá ser explorado a prazo se garantirmos a salvaguarda dos espaços que os suportam, e que, em muitos casos, estão a sofrer enormes pressões: já quase não existem rios com "águas brancas", porque se constroem barragens em todo o lado; já quase não há um troço de costa sem mamarrachos de betão à vista; já quase não se vê um monte sem antenas arvoradas ou com uma mata não devastada por incêndios. A defesa do património natural compete institucionalmente às autoridades públicas, desde os municípios aos diversos serviços de ambiente, com destaque para o Instituto de Conservação da Natureza. Mas isso não chega: a sociedade civil tem um papel indispensável na defesa do ambiente, pelo contrapeso que representa frente ao "lobby do betão", perante a opinião pública e os decisores políticos.

Os praticantes e promotores dos desportos de Natureza, sejam associações ou empresas, devem, portanto, estar na primeira linha de defesa dos espaços naturais: porque os conhecem como ninguém, e porque têm interesse directo na sua conservação, além do benefício de proteger um património que é de todos nós.

Conclusão

Os desportos de Natureza têm múltiplas virtudes e potencialidades nos domínios da saúde e da educação em diversos níveis. Acarretam, no entanto, riscos não desprezáveis, tanto para a segurança dos praticantes, como para o espaço ecologicamente sensível em que frequentemente decorrem.

Tais riscos podem ser limitados através da adopção de normas de conduta rigorosas, nas vertentes da segurança e do ambiente. Isto implica uma eficaz

formação de formadores, e uma boa cooperação entre as diversas entidades interessadas.

Se estes requisitos forem cumpridos, os desportos de Natureza podem ser um factor muito positivo, tanto para a salvaguarda do ambiente, como, em termos económicos, para o sector do ecoturismo.