



B0279

**ATIVIDADE FÍSICA E DEPENDÊNCIA QUÍMICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Amanda Nunes Rabello (Bolsista PIBIC/CNPq) e Prof. Dr. Edison Duarte (Orientador),  
Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

O termo droga tem como definição substância entorpecente alucinógena ou excitante, ingerida com a intenção de alterar momentaneamente a personalidade do usuário. Segundo o Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas a dependência é o impulso que leva a pessoa a usar uma droga de forma contínua ou periódica para obter prazer. Tornam-se dependentes pessoas que fazem uso da mesma para manterem seu equilíbrio psicológico e, algumas vezes fisiológicos, ao ponto de serem levadas a se afastar das normas e padrões culturais. Sabe-se que a atividade física pode contribuir na recuperação da dependência química, tanto social quanto fisiologicamente (GRAEFF, 1989). Essa pesquisa teve como objetivo atualizar informações sobre atividade física para dependentes químicos e dar subsídio teórico para o profissional de Educação Física sobre o tema. Foi realizada revisão de literatura (CERVO e BERVIAN, 1975). Foram encontrados 636 trabalhos em nossa busca bibliográfica. Concluiu-se que a sensação de bem-estar e prazer, que o exercício físico pode proporcionar, aumenta significativamente a motivação pela integração com grupos de pessoas que estejam preocupadas com sua saúde e tenham hábitos saudáveis, reforçando assim, a auto-avaliação e o sentir-se útil, sentimentos estes de grande importância na vida de uma pessoa que está em recuperação (MIALICK, 2006).

Atividade física - Dependência química - Práticas corporais