EDITORIAL

Edição Especial Unisanta Health Science "Natação e Saúde"

Unisanta – Universidade Santa Cecília
65 anos de Ensino Superior, sempre presente na natação universitária

Periódico Científico – Unisanta Health Science
10 anos de história divulgando as ciências da área da saúde

Prof.ª Dr.ª Maressa D'Paula Gonçalves Rosa Nogueira (Editora)

A *Unisanta Health Science* tem a honra de apresentar a seus leitores a **Edição Especial Natação e Saúde**, publicada em um momento profundamente simbólico para a Universidade Santa Cecília e para nosso periódico. Em 2026, celebramos **65 anos da Unisanta**, reconhecida nacional e internacionalmente por sua trajetória na natação universitária — modalidade esportiva que consolidou a Instituição como uma das mais tradicionais e respeitadas do país no cenário competitivo, bem como referência no uso da natação como instrumento de promoção da saúde.

Neste mesmo período, comemoramos **uma década de existência da revista**, coroada pelo **ingresso inédito na Classificação Qualis da CAPES**, em janeiro de 2026. Trata-se de um marco histórico para todos aqueles que contribuíram para a construção deste periódico, cuja trajetória resulta de empenho coletivo, rigor acadêmico e compromisso com a produção científica na área da saúde.

Chegar até aqui não foi obra de um único momento nem de um único nome. A revista nasceu, se fortaleceu e se projetou graças ao trabalho incansável de editoras e editores que, ao longo dessa década, conduziram processos, enfrentaram desafios e impulsionaram sua consolidação. Registro, portanto, meu mais profundo reconhecimento aos colegas **Prof. Dr. Walber Toma**, **Profa. Dra. Luciana Lopes Guimarães** e **Prof. Dr. Hermes Toros Xavier**, que dedicaram anos de cuidado editorial, seriedade e compromisso com a ciência. Esta edição comemorativa também é deles.

A escolha do tema **Natação e Saúde** não é aleatória: reflete a essência interdisciplinar dos cursos da área da saúde da Unisanta e reafirma a importância crescente das práticas aquáticas no desenvolvimento humano, no rendimento esportivo e na promoção da qualidade de vida. A natação, especialmente no contexto universitário, configura-se como um espaço de formação integral — motora, cognitiva, social e emocional —, e os artigos reunidos nesta edição demonstram como o esporte pode ser analisado sob múltiplas perspectivas, todas complementares e necessárias.

O primeiro artigo do dossiê apresenta uma análise aprofundada sobre o **Treinamento a Longo Prazo (TLP) na natação**, estruturado a partir de sólidos fundamentos da aprendizagem motora e do desenvolvimento humano. O autor integra referências clássicas da área a modelos contemporâneos, destacando a necessidade de processos progressivos, individualizados e sustentáveis. Em uma época marcada pela especialização precoce e pela exposição excessiva a cargas de treino, o texto reafirma o valor de uma pedagogia orientada ao ciclo vital, colocando o aluno-nadador no centro das decisões metodológicas. Ao discutir o *Mix Gallahue-Newell*, oferece

aos profissionais da área uma ferramenta teórico-prática de grande aplicabilidade, coerente com princípios que conciliam ciência, técnica e sensibilidade pedagógica.

Na sequência, o segundo artigo apresenta um olhar humano e necessário sobre o impacto da **natação competitiva na vida pós-carreira esportiva**. A pesquisa revela que, embora desafios como lesões, pressões psicológicas e conciliação de rotinas façam parte da trajetória esportiva, os benefícios sociais, psicológicos e de saúde permanecem como marcas duradouras na vida dos ex-atletas. O estudo amplia a compreensão de que as práticas esportivas formam mais do que competidores: formam cidadãos resilientes, disciplinados, colaborativos e saudáveis. Trata-se de uma reflexão que dialoga diretamente com as políticas de cuidado integral da Unisanta e com a concepção do esporte como ferramenta de bem-estar social.

O terceiro artigo apresenta uma **revisão crítica e inédita sobre a respiração no nado crawl**, ao revisitar mais de cinco décadas de publicações e colocar em evidência o distanciamento persistente entre recomendações empíricas e o conhecimento científico contemporâneo. Ao resgatar obras clássicas, identificar convergências e contradições e problematizar a ausência de diálogo entre biomecânica, fisiologia e pedagogia, o estudo convida o leitor a repensar fundamentos historicamente naturalizados no ensino da natação. Mais do que sistematizar o conhecimento existente, o artigo provoca reflexões sobre a necessidade de renovação metodológica das práticas aquáticas e abre caminhos para o desenvolvimento de novas investigações científicas.

Por fim, este número apresenta um inspirador **relato de experiência profissional** que atravessa décadas de dedicação ao esporte. O autor narra, com sensibilidade e autenticidade, uma trajetória marcada pela superação pessoal, pela formação de atletas de excelência, por vivências olímpicas e por um profundo compromisso com a pedagogia da natação. Suas reflexões sobre os desafios do cenário brasileiro, a valorização do profissional de Educação Física e a necessidade de políticas sistêmicas de formação e massificação esportiva oferecem aos leitores um testemunho valioso sobre trabalho multidisciplinar e visão humanizada do esporte. Trata-se de um registro histórico que dignifica esta edição especial.

Esses quatro textos, distintos em metodologia e abordagem, dialogam diretamente com o propósito maior desta revista: **promover ciência aplicada, inspirar boas práticas e fortalecer a integração entre ensino, pesquisa, extensão e esporte**. Eles representam fielmente a riqueza da natação como fenômeno educativo e de saúde, reafirmando por que a Unisanta sustenta, há 65 anos, uma das equipes universitárias mais respeitadas do país.

Como editora atual, sinto-me honrada em apresentar este número e profundamente grata a todos os leitores, autores, avaliadores, atletas, profissionais e estudantes que constroem a história da *Unisanta Health Science*. Que esta edição comemorativa inspire novas pesquisas, motive práticas pedagógicas inovadoras e celebre não apenas o passado, mas também as possibilidades futuras da natação como instrumento de desenvolvimento humano e de promoção da saúde.

Desejo a todos uma excelente leitura.

Prof.ª Dr.ª Maressa D'Paula Gonçalves Rosa Nogueira
Editora – Unisanta Health Science