



# CRIANÇAS ATIVAS, SE POSSÍVEL NUM GINÁSIO, MAS SEMPRE NA IDADE E NA ATIVIDADE CERTAS

Alexandre Miguel Mestre  
Advogado e Docente Universitário

Sempre que, como no corrente ano, se realizam Jogos Olímpicos, e se assiste a fenómenos de jovens atletas, com apenas 12, 13 ou 14 anos, a obterem medalhas ou diplomas, regressa o debate em torno da especialização precoce, reiterando-se a questão: não deveria haver uma idade mínima de participação em grandes eventos desportivos internacionais? Estarão atletas tão jovens devidamente preparados física e psiquicamente para as exigências do alto rendimento? Estarão esses atletas já dotados da devida maturidade? Não se estará a colocar em crise a sua integridade física e moral, expondo-os a sobrecargas intensivas de treinos e a pressões e exigências psicológicas de diversa índole? A decisão, para já, recai nas federações internacionais, de acordo com a Carta Olímpica. Em todo o caso, findos os Jogos Olímpicos parece que o debate se desvanece, como se já não houvesse quadros competitivos...

Vem este introito a propósito de um outro debate que, a meu ver, também é útil fazer-se (mais) e que se prende com a questão da idade a partir da qual uma criança/um jovem pode frequentar um ginásio.

A 'Lei dos Ginásios'<sup>1</sup> é omissa a este respeito, pelo que cada ginásio se autorregula. Consultados diversos contratos de adesão/regulamentos internos de ginásios, constata-se diferentes soluções consagradas

“ Estarão atletas tão jovens devidamente preparados física e psiquicamente para as exigências do alto rendimento? ”

relativamente aos menores. Assim, em alguns casos, menores de certa idade (v.g. 12 anos) apenas podem frequentar aulas de grupo dirigidas especificamente a essa faixa etária; noutros casos por vezes prevê-se que menores com idade compreendida entre os 13 e os 15 anos só podem frequentar a sala de exercícios se acompanhados de um *Personal Trainer*; também há normas que preveem que menores dos 16 aos 17 anos apenas podem treinar com termo de responsabilidade assinado por quem exerce responsabilidades parentais<sup>2</sup> ou a obrigatoriedade de os menores estarem sempre acompanhados de um adulto na execução do treino. Já no domínio da balneoterapia, verifica-se que vários ginásios não autorizam menores de 16 anos a utilizar a sauna e o banho turco ou ainda não autorizam os menores a utilizar a piscina sem a supervisão de um adulto. Por seu turno, em regra os ginásios que prestam serviços de electroestimulação/electrofitness indicam que tais serviços não são indicados a menores, ou chegam mesmo a proibi-los.

Vejamos agora se, tais exemplos e outros que restrinjam o acesso ou o exercício dos menores num ginásio têm, ou não, cobertura legal.

É verdade que, constitucionalmente, “[t]odos têm direito à cultura física e ao desporto”<sup>3</sup>. Mas verdade também é que, também de acordo com a nossa Constituição, “[a]s crianças têm direito à proteção da sociedade e do Estado”<sup>4</sup> e os jovens “gozam de proteção especial para efetivação dos seus direitos económicos, sociais e culturais, nomeadamente (...) [n] a educação física e no desporto” e “no aproveitamento dos tempos livres”<sup>5</sup>, pelo que o direito ao desporto (numa conceção ampla do termo – a que sempre seguimos – que inclui a atividade física) pode ser restringido se necessário para a proteção das crianças e jovens. E não se esqueça ainda o direito fundamental à proteção da saúde<sup>6</sup>, e, bem assim, o direito dos consumidores [*in casu* os utentes dos ginásios] “à qualidade dos bens e serviços e à “proteção da saúde”<sup>7</sup>.

Ademais, não se desconhece o artigo 14.º, n.º 4 do ‘Regime Jurídico do Contrato de Seguro’, sob a epígrafe “Seguros proibidos”, segundo o qual “[n]ão é proibida a cobertura do risco de morte por acidente de crianças com idade inferior a 14 anos, desde que contratada por instituições escolares, desportivas ou de natureza análoga que dela não sejam beneficiárias”.

Daqui pode resultar a interpretação de que o legislador admite que a partir de 14 anos uma criança pode e deve aceder a um ginásio. Todavia, esse direito, tal como resulta das diversas normas constitucionais acima referidas, não é um direito absoluto, devendo ser sopesado com outros direitos.

Por outro lado, há que ter presente a Convenção Europeia dos Direitos da Criança, da UNESCO<sup>8</sup>. Há várias disposições sobre fixação de idades mínimas, mas não no âmbito do desporto<sup>9</sup>. Em todo o caso, mesmo na ausência de norma específica, penso que não se deve entender que os Estados tenham querido significar que noutros domínios da sociedade não se possa impor limites mínimos de idade, e para esta minha conclusão concorre o artigo 3.º, cujo n.º 1 dispõe que “[t]odas as decisões relativas a crianças, adoptadas por instituições públicas ou privadas de protecção social, por tribunais, autoridades

*administrativas ou órgãos legislativos, terão primacialmente em conta o interesse superior da criança*” – ora, salvo melhor opinião, é do interesse superior da criança protegê-la de eventuais ameaças à sua integridade física e moral que poderiam advir do uso de máquinas ou da participação em aulas desadequados ao seu desenvolvimento psíquico-motor.

Aqui chegados, julgo ser de concluir que só mesmo com uma resposta multidisciplinar das Ciências do Desporto poderemos ter mais certezas quanto à defesa dos superiores interesses das criança, que queremos que pratique atividade física, designadamente nos ginásios, o mais cedo possível, para ser ativa, não obesa e não sedentária, integrada socialmente, mas que igualmente pugnamos que o faça com saúde e segurança, nos exatos moldes adequados à sua idade, nos planos físico e psíquico.

<sup>1</sup> Cf. Lei n.º 39/2012, de 28 de Agosto.

<sup>2</sup> Nos termos do artigo 123.º Código Civil, “[s]alvo disposição em contrário, os menores carecem de capacidade para o exercício de direitos”. O suprimento dessa incapacidade é assegurado mediante o instituto da representação. Por seu turno, o artigo 1877.º do Código Civil disciplina que “os filhos estão sujeitos às responsabilidades parentais até à maioridade e emancipação”.

<sup>3</sup> Cf. artigo 79.º, n.º 1 da Constituição da República Portuguesa.

<sup>4</sup> Cf. artigo 69.º, n.º 1 da Constituição da República Portuguesa.

<sup>5</sup> Cf. artigo 70.º, n.º 1, alíneas d) e) da Constituição da República Portuguesa.

<sup>6</sup> Cf. artigo 64.º, n.º 1 da Constituição da República Portuguesa.

<sup>7</sup> Cf. artigo 60.º da Constituição da República Portuguesa.

<sup>8</sup> Adoptada pela Assembleia Geral nas Nações Unidas em 20 de Novembro de 1989 e ratificada por Portugal em 21 de Setembro de 1990.

<sup>9</sup> O artigo 32.º prevê a possibilidade de os Estados fixarem uma idade mínima ou idades mínimas para a admissão de um emprego; o artigo 38.º institui o dever de os Estados adoptarem medidas para impedir que crianças com menos de 15 anos participem directamente em guerra/nas hostilidades; o artigo 40.º incide sobre o “estabelecimento de uma idade mínima abaixo da qual se presume que as crianças não têm capacidade para infringir a lei penal”.

“ (...) é do interesse superior da criança protegê-la de eventuais ameaças à sua integridade física e moral que poderiam advir do uso de máquinas ou da participação em aulas desadequados ao seu desenvolvimento psíquico-motor. ”

