

NOME: LETICIA FERREIRA SOARES

TÍTULO: VIDAD ATIVA: UMA ESTRATÉGIA INTERDISCIPLINAR DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

AUTORES: CAROLINE ALVARENGA DE ASSIS SANTANA, LETICIA FERREIRA SOARES , SANTANA, CAROLINE ALVARENGA DE ASSIS, CARBALLO, FÁBIO PERON, LIMA, VIRGÍNIA V. A. F., SOARES, LETÍCIA FERREIRA, RIBEIRO, LUCAS OTÁVIO POZZOLINI

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): PAEX

PALAVRA CHAVE: ATIVIDADE FÍSICA, DOENÇAS CARDIOVASCULARES, PROMOÇÃO DA SAÚDE

RESUMO

Introdução: A Vigilância em Saúde fomenta ações de prevenção e controle das Doenças Crônicas Não-Transmissíveis e aponta a atividade física e as práticas corporais como principais ações de intervenção sobre os fatores de risco destas doenças. Objetivos: Manter um grupo de atividade física supervisionada, realizar ações de educação em saúde, promover trabalho interdisciplinar. Metodologia: Projeto de Extensão Universitária, vinculado ao Programa de Apoio à Extensão da UEMG onde participam acadêmicos do curso de Fisioterapia e profissionais da área de Educação Física. Há 2 anos criou-se um grupo para prática de atividade física supervisionada e rodas de conversa sobre cuidados com a saúde na Rede Básica de Saúde em Divinópolis. Os usuários são encaminhados para o grupo de atividade física por estagiários do curso de Fisioterapia, em estágio curricular na UBS, após a realização da avaliação fisioterapêutica. A prescrição dos exercícios e organização das rodas de conversa são realizadas pelos acadêmicos extensionistas orientados pelos docentes. Os encontros são realizados duas vezes semanais, com duração de noventa minutos. São realizados exercícios para condicionamento cardiorrespiratório e metabólico, fortalecimento muscular e flexibilidade. Resultados Parciais: Participam 22 usuários da UBS Niterói, com média de 62 anos e fatores de risco para doença cardiovascular. Foram realizados 48 encontros para a prática de atividade física e rodas de conversa na UBS e uma ação social de educação em saúde aberta a comunidade. A interdisciplinaridade foi trabalhada através da discussão das ações executadas. Considerações: A maior participação da população no grupo de atividade física reflete a conscientização e a auto responsabilização do usuário por sua condição de saúde. A prática regular e supervisionada de atividade física aliada à educação em saúde é uma importante estratégia de promoção da saúde e de prevenção de agravos.