

NOME: LUCAS OTAVIO PAZZOLINI RIBEIRO

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

AUTORES: CAROLINE ALVARENGA DE ASSIS SANTANA, LUCAS OTAVIO PAZZOLINI RIBEIRO , CAROLINE ALVARENGA DE ASSIS SANTANA, LUCAS OTAVIO POZZOLINI RIBEIRO, FABIO PERON CARBALLO, CAROLINE DE PAULA GOMES, OSMAR LEANDRO DE SOUZA JUNIOR, TAYNÁ BESSA XAVIER, JOÃO PAULO GONTIJO CASTRO, JÉSSICA APARECIDA C. SILVA, TÚLIO ROBERTO RIBEIRO OLIVEIRA, TALLE RAFAEL RIBEIRO OLIVEIRA, FLÁVIA SANTOS VICTOR

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): PAEx

PALAVRA CHAVE: PROMOÇÃO DE SAÚDE, INTERDISCIPLINARIDADE, ATIVIDADE FÍSICA

#### RESUMO

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. Os objetivos deste Projeto são manter o grupo de atividade física supervisionada na UBS Niterói em Divinópolis, expandir esta ação para outros espaços públicos, realizar educação em saúde e oportunizar a vivência da interdisciplinaridade. Participam deste Projeto acadêmicos dos cursos de Fisioterapia e Educação Física Bacharelado que conduzem um grupo para prática de atividade física supervisionada e rodas de conversa sobre cuidados com a saúde. O grupo acontece duas vezes por semana com duração de noventa minutos. Até o momento, participam do grupo 09 indivíduos, sendo 8 mulheres e 1 homem, média de idade do grupo de 62,2 anos. Foram realizadas avaliações fisioterapêuticas e verificou-se que a maioria dos indivíduos tem queixas ortopédicas e relatam dor crônica (66%). 77% dos indivíduos tem diagnóstico médico de hipertensão arterial e usam medicamentos para controle da hipertensão. No teste de caminhada de 6 minutos, a distância percorrida foi menor que o previsto para cada indivíduo. As avaliações dos participantes, prescrição dos exercícios e as rodas de conversa são realizadas pelos acadêmicos integrando o conhecimento específico dos cursos envolvidos. A prática de atividade física foi oferecida também na Praça Benedito Valadares no centro de Divinópolis, com a participação da comunidade. O trabalho interdisciplinar capacita os futuros profissionais dando-lhes autonomia, habilidade e uma formação abrangente que o instrumentaliza para atuar em sintonia com as necessidades e demandas da população. 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 doenças crônicas.