

EDUCAÇÃO PERMANENTE E FORMAÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE

PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA ACADEMIA DA SAÚDE: EXPERIÊNCIAS INTERPROFISSIONAIS

Autor Principal¹ Victor Hugo Santos de Castro

Coautor 1² Claudiany Gomes de Lima Rodrigues

Coautor 2³ Lucélia Rodrigues Afonso

RESUMO: A fim de fortalecer as práticas que contribuem para a qualidade de vida da população, o Ministério da Saúde implementou o programa Academia da Saúde. Trata-se de ambientes dotados de infraestrutura, equipamentos e profissionais de saúde, dentre eles, os da categoria de Educação Física, que buscam incentivar a adoção de um estilo de vida ativo e hábitos saudáveis. Neste contexto, foi desenvolvido um programa intitulado *Pilatamente*, caracterizado por exercícios de pilates solo, executados pelo profissional de Educação Física (ênfase Saúde Mental Coletiva), em parceria com a Fisioterapeuta (ênfase Saúde da Família e Comunidade), da Residência Multiprofissional em Saúde, da Escola de Saúde Pública do Ceará. O objetivo deste estudo foi relatar as vivências do programa em questão na Academia da Saúde e os impactos no bem-estar dos participantes. Quanto ao método, os exercícios eram desenvolvidos uma vez por semana, com início em março de 2016 e término em junho do mesmo ano. A intervenção tinha duração de cinquenta minutos e era dividida em quatro momentos, a saber: exercícios respiratórios; exercícios de pilates solo; relaxamento; avaliação das práticas pelos integrantes. Participaram do programa apenas mulheres, apesar do convite para a prática não ter limitação quanto ao gênero. Ressalta-se que o diário de campo foi o instrumento utilizado para o registro das informações. Os resultados apontam que nas rodas de conversa para avaliar as práticas realizadas, foi mencionado pelas participantes que as intervenções lhes proporcionavam maior disposição física e controle da respiração, melhor flexibilidade e equilíbrio, além da sensação de bem-estar após as práticas, assim como disposição para outras atividades da vida diária, corroborando para a qualidade de vida. O estudo conclui que a Academia da Saúde é um espaço para o autocuidado e deve ser explorada pela comunidade, assim como pelos profissionais da Atenção Básica à Saúde, primando

¹ Graduação em Educação Física pela Universidade Estadual do Ceará. Mestrando em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual do Ceará. Email: vsantosdecastro@gmail.com.

² Graduação em Fisioterapia pela Faculdade de Tecnologia Intensiva. Especialista em Saúde da Família e Comunidade pela Escola de Saúde Pública do Ceará. Email: annydlima@gmail.com.

³ Graduação em Enfermagem pela Faculdade Integrada da Grande Fortaleza. Mestranda em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual do Ceará. Email: luceliarodriguess@yahoo.com.br.

pela perspectiva ampliada de saúde e minimizando fatores de risco das Doenças Crônicas Não Transmissíveis, como a inatividade física.

PALAVRAS-CHAVE: Academia da Saúde, Atividade Física, Interprofissionalidade.