

Educação Física na Saúde Pública



Atividade física, somente com profissional de Educação Física.
Ele é o único que pode prescrever e orientar
exercícios físicos e atividades esportivas.

Idealização e Apoio:



Conselho Regional de Educação Física
Santa Catarina

www.crefsc.org.br



Conheça um pouco sobre o NASF no Brasil e a inserção
da Educação Física neste contexto multidisciplinar em Santa Catarina.

LEGISLAÇÃO ESPECÍFICA

Conselho Nacional de Saúde

Resolução N.º 218, de 06 de Março de 1997

Reconhece e inclui o profissional de Educação Física como profissional de saúde de nível superior.

Resolução Nº 287 de 08 de Outubro de 1998

Reconhece e inclui o profissional de Educação Física na categoria de profissionais de saúde de nível superior para fins de atuação do Conselho.

Portaria Nº 154, de 24 de Janeiro de 2008

Cria os Núcleos de Apoio a Saúde da Família - NASF

Lei Complementar Nº 323, de 02 de Março de 2006

Estabelece Estrutura de Carreira, reestrutura o sistema de remuneração e dispõe sobre o regime disciplinar dos servidores da Secretaria de Estado da Saúde.

Portaria Nº 719, de 7 de Abril de 2011

Institui o Programa Academia da Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde - SUS.

Portaria Nº 1.401 de 15 de Junho de 2011

Institui, no âmbito da Política Nacional de Atenção Básica, o incentivo para a construção de Pólos da Academia da Saúde.

Portaria Nº 1.402 de 15 de Junho de 2011

Institui, no âmbito da Política Nacional de Atenção Básica e da Política Nacional de Promoção da Saúde, os incentivos para custeio das ações de promoção da saúde do Programa Academia da Saúde.

Portaria Nº 2.488 de 21 de Outubro de 2011

Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes e normas para a organização da Atenção Básica, para a Estratégia Saúde da Família (ESF) e o Programa de Agentes Comunitários de Saúde (PACS).

Iniciativa:



Conselho Regional de Educação Física Santa Catarina

Presidente: Marino Tessari - CREF 000007-G/SC

Ano 2012

Rua Afonso Pena, 625 - Bairro Estreito - Florianópolis/SC
Fone: (48) 3348.7007 - cref@crefsc.org.br - www.crefsc.org.br

Consultoria e desenvolvimento:

Aline Pascale Palma

Consultora de Comunicação

e Gestão Empresarial

ali.pascale@gmail.com

Apoio:



Colaborações:

Marli Trentin - CREF 1624-G/SC

Prof. de Educação Física e Gestora do CREF3/SC

Diego Drago - CREF 014316-G/SC - Prof. de Educação Física

Consultor Esportivo, Esp. em Gestão Empresarial, Esp. em Desenvolvimento e Implementação de Projetos Esportivos

Gustavo Vaz - Acadêmico de Educação Física

A Educação Física que poucos conhecem.



Em 2012 fez exatamente 15 anos que a Educação Física foi incluída nas profissões da área da saúde. No ano de 1998 foi ratificada sua inclusão entre as 14 profissões, com a promulgação da Lei nº 9696/98 pelo então Presidente da República Fernando Henrique Cardoso. E o que mudou desde então?

Quais foram os principais impactos na sociedade? O que está faltando para a Educação Física ser verdadeiramente reconhecida como prática fundamental para saúde humana?

Essas e outras perguntas ainda estão sem respostas e talvez por isso que iniciativas importantes como a inserção da Educação Física na Saúde Pública ainda são tão pouco percebidas e consequentemente pouco valorizada pelo poder público.

A Educação Física no NASF - Núcleo de Apoio à Saúde da Família, no Brasil ainda precisa evoluir muito, mas já tem histórias para contar. Em Santa Catarina isto não é diferente, porém a lacuna a ser preenchida ainda é muito grande diante de outros estados brasileiros. A Prefeitura de Florianópolis foi a primeira a tomar a iniciativa de abrir vagas em concurso público para profissionais da Educação Física para compor a equipe multidisciplinar da Saúde Pública.

Lamentavelmente os resultados alcançados pelos NASF em Florianópolis ainda não chamaram atenção de políticos em outras cidades, tão pouco de formadores de opinião, mas o objetivo deste trabalho é justamente contar parte desta história e do que o primeiro grupo de profissionais de Educação Física na Saúde Pública do Estado de Santa Catarina está fazendo para desenvolver exemplarmente a profissão e suas atividades no dia-a-dia com as comunidades em cada bairro. Além disso, esta publicação pretende mostrar mais uma das grandes oportunidades no mercado de trabalho da área da saúde para quem pretende ingressar no setor público e falaremos também de como a convivência com uma equipe multifuncional pode ser altamente produtiva tanto profissionalmente como em resultados para cada cidadão que frequenta o NASF.

Inspire-se e una-se ao CREF3/SC nesta luta por mais vagas para profissionais de Educação Física nos concursos públicos.

A inserção da Educação Física no Programa da Saúde da Família

O Conselho Nacional de Saúde através da Resolução 218/97 ao incluir a Educação Física no rol das profissões da saúde enquanto área de conhecimentos específicos para a promoção, prevenção e reabilitação da saúde e de acordo com a regulamentação da profissão efetivada por meio da Lei No 9696/98 ao definir um novo paradigma para a área de conhecimento ampliou a visibilidade social e acadêmica da profissão.

O Deputado Ernandes Amorim foi o autor do Projeto de Lei No 3513/08 que inclui atividades de educação física no Programa Saúde da Família - PSF que determina que o gestor do Sistema Único de Saúde - SUS de cada esfera de governo definirá a forma de inserção e de participação dos Profissionais de Educação Física nas equipes do programa, de acordo com as necessidades de saúde da população sob sua responsabilidade.

A promoção de atividades físicas pela equipe multidisciplinar tem por fim fortalecer um estilo de vida saudável, por meio de práticas corporais.

O pontapé inicial foi dado em Florianópolis

O secretário de Saúde de Florianópolis, Dr. João Cândido da Silva, criou a vaga de Profissional de Educação Física no quadro de servidores efetivos no Estado (enquanto Secretário estadual de Saúde) e levou a experiência ao município por atribuir à Educação Física uma grande parcela da diminuição dos casos de internação.

Para o secretário, a Educação Física faz parte da estratégia da saúde.



Foto: Esquerda - Ex-Secretário de Saúde de Florianópolis, Dr. João Cândido Silva
Direita - Prof. Marino Tessari, Presidente do CREF3/SC

“ A Educação Física foi uma das profissões que lutamos para incluir, junto com o CREF3/SC, na saúde do Estado, em 2002. É a profissão que mais trouxe contribuições para a promoção e a recuperação das pessoas que precisaram utilizar o Sistema de Saúde, tanto no Estado quanto no município de Florianópolis. ”

Núcleos de Apoio a Saúde da Família em Florianópolis

O case dos NASF em Florianópolis só foi possível ser contado devido ao envolvimento e a total dedicação do primeiro grupo de profissionais de Educação Física na história da capital de Santa Catarina a ingressar na Saúde Pública do estado.

Cada processo e atividades apresentadas a seguir, foram pensados e implementados por este grupo e assim começaram a construir a Educação Física nos Núcleos de Apoio a Saúde da Família na capital.

Este grupo é composto pelas seguintes profissionais de Educação Física:

Andrea Ferreira Cardoso - CREF 011511-G/SC - Especialista em Saúde da Família - UFSC e Mestre em Educação Física - UFSC

Cecilia Stähelin Coelho - CREF 011356-G/SC - Bacharel de Educação Física e de Nutrição - UFSC

Gabriele Candido Chiodelli - CREF 011240-G/SC - Especialista em Fisiologia do Exercício e Treinamento Personalizado para Grupos Especiais - UniFOA e Mestre em Ciências do Movimento Humano - UDESC

Karine Elmisan Zolet - CREF 010218-G/SC - Especialista em Exercício Físico aplicado à Reabilitação Cardíaca e a Grupos Especiais - UGF

Katiucia Souza de Amorim - CREF 009090-G/SC - Especialista em Reabilitação Cardíaca – UTL e Mestre em Atividade Física Relacionada à Saúde - UFSC

Sibele Holsbach Costa - CREF 003215-G/SC - Especialista Fundamentos Curriculares de Educação Especial e Mestre em Psicologia - UFSC

O profissional de Educação Física no NASF

A portaria do Ministério da Saúde Nº 154 publicada em Janeiro de 2008 e republicada em 04 de março de 2008, instituiu a criação dos Núcleos de Apoio a Saúde da Família (NASF), vindo a atender uma das maiores reivindicações dos profissionais da Saúde da Família: a inserção de áreas co-relatas às atividades dos profissionais da Atenção Básica, isto é, contando com a decisão dos gestores locais estes profissionais de diferentes áreas de conhecimento para atuarem em conjunto com os profissionais das Equipes de Saúde da Família (ESF), compartilhando as práticas em saúde nos territórios sob responsabilidade das Equipes de Saúde da Família no qual esteja cadastrado.

“



”

Responsabilidade: Atuar e reforçar as nove diretrizes na atenção à saúde.

1. Interdisciplinariedade
2. Intersetorialidade
3. Educação popular
4. Território
5. Integralidade
6. Controle social
7. Educação permanente em saúde
8. Promoção da saúde
9. Humanização

Organização

O NASF está dividido em nove áreas estratégicas sendo elas:

1. Atividade física/práticas corporais
2. Práticas integrativas e complementares
3. Reabilitação
4. Alimentação e nutrição
5. Saúde mental
6. Serviço social
7. Saúde da criança/ do adolescentes e do jovem
8. Saúde da mulher
9. Assistência farmacêutica

Garantia dos princípios constitucionais do SUS

Integralidade

O cidadão deve ser atendido em todas as suas necessidades.

Eqüidade

Os recursos do sistema de saúde devem ser distribuídos de forma atenta às desigualdades existentes, com o objetivo de ajustar as suas ações às necessidades de cada parcela da população.

“



”

Segundo o Ministério da Saúde

“ Um Nasf deve ser constituído por uma equipe, na qual profissionais de diferentes áreas de conhecimento atuam em conjunto com os profissionais das equipes de Saúde da Família, compartilhando e apoiando as práticas em saúde nos territórios sob responsabilidade das equipes de SF. Tal composição deve ser definida pelos próprios gestores municipais e as equipes de SF, mediante critérios de prioridades identificadas a partir das necessidades locais e da disponibilidade de profissionais de cada uma das diferentes ocupações. O Nasf não se constitui porta de entrada do sistema para os usuários, mas sim de apoio às equipes de SF.

O Nasf deve atuar dentro de algumas diretrizes relativas à APS, a saber: ação interdisciplinar e intersetorial; educação permanente em saúde dos profissionais e da população; desenvolvimento da noção de território; integralidade, participação social, educação popular; promoção da saúde e humanização.

Assim, a organização dos processos de trabalho dos Nasf, tendo sempre como foco o território sob sua responsabilidade, deve ser estruturada priorizando o atendimento compartilhado e interdisciplinar, com troca de saberes, capacitação e responsabilidades mútuas, gerando experiência para todos os profissionais envolvidos, mediante amplas metodologias, tais como estudo e discussão de casos e situações, projetos terapêuticos, orientações e atendimento conjunto etc.

”

Fatores potencializadores do trabalho do profissional de Educação Física no NASF

1. Profissional capacitado, dedicado, conhecedor do SUS, comprometido, envolvido, interage com a comunidade.
2. Trabalha com as potencialidades da comunidade na resolução de problemas.
3. Envolve a comunidade na realização das ações programadas e juntamente com ela apresenta resultados (co-responsabilidade e co-gestão).



A Educação Física nos NASF em Florianópolis



- Processos
- Atividades
- Situações
- Públicos atendidos

Composição do NASF em Florianópolis

Os NASF implementados em Florianópolis e região é são classificados como NASF 1, o qual deve ser composto por no mínimo cinco das profissões de nível superior (Psicólogo; Assistente Social; Farmacêutico; Fisioterapeuta; Fonoaudiólogo; Profissional da Educação Física; Nutricionista; Terapeuta Ocupacional; Médico Ginecologista; Médico Homeopata; Médico Acupunturista; Médico Pediatra; e Médico Psiquiatra) vinculados de 08 a 20 Equipes de Saúde da Família (BRASIL 2011b).

“



”

A trajetória da Educação Física na Saúde em Florianópolis

Os profissionais de Educação Física foram reconhecidos pelo Conselho Nacional de Saúde, em sua Resolução nº 218 /1997 como profissionais de saúde. A construção da integralidade da atenção à saúde, preceito constitucional do Sistema Único de Saúde (SUS), requer a atuação em equipes multiprofissionais e nesse sentido, a Educação Física é reconhecida como área de conhecimento e de intervenção acadêmico-profissional envolvida com a promoção, prevenção, proteção e reabilitação da saúde. É por essa amplitude quanto as possibilidades de atuação que se destaca a importância dos Profissionais de Educação Física como profissionais de saúde.

Com a finalidade de promover maior qualidade de vida e reduzir a vulnerabilidade e riscos à saúde, em 2002, Santa Catarina deu um grande passo com a criação de vagas específicas para os Profissionais de Educação Física na saúde pública. A experiência exitosa da presença do Profissional de Educação Física no quadro de servidores efetivos no Estado de Santa Catarina foi então implementada no município de Florianópolis.

No ano de 2009, a Secretaria Municipal de Saúde de Florianópolis, por meio de concurso público, fomentou a contratação de Profissionais de Educação Física para atuarem no NASF. Essa inclusão é uma conquista para a Profissão, alcançada em razão do trabalho realizado pelo Sistema CONFEF/CREF e da ampla divulgação sobre a importância da prática de atividade física para a melhoria da saúde e qualidade de vida da população.

Atuação

A atuação dos Profissionais de Educação Física nos Centros de Saúde busca fomentar a prática de atividade física aos usuários do SUS. Em Florianópolis, a atuação está dividida em cinco Distritos Sanitários de Saúde, contendo atualmente sete NASFs, no qual fazem parte, além da Educação Física, as seguintes categorias profissionais: Serviço Social, Farmácia, Medicina (Pediatria e Psiquiatria), Nutrição e Psicologia.

Enquanto equipe multidisciplinar, os profissionais do NASF, devem identificar as atividades, ações e práticas a serem adotadas em cada área de atuação. Entre as estratégias de atuação do NASF, destaca-se a promoção da saúde e da qualidade de vida, visando à prevenção de doenças. (MS, 2008).

A organização dos processos de trabalho dos NASFs tendo como foco o território sob sua responsabilidade, deve ser estruturada priorizando o atendimento compartilhado e interdisciplinar, com troca de saberes, capacitação e responsabilidades mútuas, gerando experiência para todos os profissionais envolvidos, mediante metodologias, tais como estudo e discussão de casos e situações, projetos terapêuticos, orientações e atendimento conjunto, entre outras. (BRASIL, 2010)

Dessa forma, caracteriza-se o apoio matricial a ser realizado por Profissionais de Educação Física nas equipes de saúde da família, seja pela modalidade de atendimento compartilhado, pela discussão de casos/formulação de projetos terapêuticos, seja pelos projetos de saúde no território.

O atendimento compartilhado consiste em realizar intervenção tendo como sujeitos de ação o profissional de saúde e o apoiador matricial em regime de coprodução. A intenção é possibilitar a troca de saberes e de práticas em ato, gerando experiência para ambos os profissionais envolvidos. A discussão de casos e formulação de projetos terapêuticos consiste na prática de reuniões nas quais participam profissionais de referência do caso em questão, de um usuário ou um grupo deles, e o apoiador ou equipe de apoio matricial. A ideia é rever e problematizar o caso contando com aportes e possíveis modificações de abordagem que o apoio pode trazer e, daí em diante, rever um planejamento de ações que pode ou não incluir a participação direta do apoio ou de outros serviços de saúde da rede, de acordo com as necessidades levantadas (BRASIL, 2010).

Para desenvolver suas atividades o Profissional pode utilizar, além do Centro de Saúde, espaços físicos localizados na sua área de abrangência tais como áreas de lazer, centros comunitários, ginásios de esporte, parques, praças, entre outros.



Apoio Matricial

O apoio matricial, como citado anteriormente é uma metodologia de trabalho que tem como objetivo oferecer retaguarda especializada e suporte técnico-pedagógico às equipes de saúde da família (equipes de referência). É uma forma de ampliar as possibilidades de realizar-se clínica ampliada e integração entre distintas especialidades e profissões. Desta forma, implica em um trabalho conjunto em que os profissionais envolvidos se coresponsabilizam pelo problema de saúde do usuário, construindo um projeto terapêutico integrado.

Portanto, o apoio matricial se concretiza por meio de: espaços de educação permanente; discussão de casos e atendimentos conjuntos; construção coletiva de planos terapêuticos; grupos compartilhados entre apoiadores e ESF; intervenções conjuntas no território e ações intersetoriais; atendimentos específicos (individual ou em grupos) do apoiador.

O processo se dá inicialmente pela participação mensal nas reuniões de cada equipe de saúde da família, de forma a discutir e problematizar os casos e as possibilidades do território e definir o planejamento e projetos terapêuticos. Além desse planejamento prévio, ainda são disponibilizados horários para os casos mais urgentes.

Reuniões de Equipe, de Planejamento e do NASF

Dentro do trabalho do NASF, o Profissional de Educação Física participa de reuniões voltadas para o planejamento das atividades. São elas:

1. Reuniões de Planejamento: acontecem uma vez ao mês, quando todos os funcionários do Centro de Saúde participam, estando a Unidade fechada para a comunidade.
2. Reuniões de Equipe: a ESF se reúne uma vez por semana para discutir casos, temas, e ações entre a própria equipe e com o NASF.
3. Reunião do NASF: são realizadas por Distrito, uma vez ao mês, com todos os profissionais do NASF e sua coordenação.



Visitas Domiciliares

A visita domiciliar constitui uma atividade utilizada com o intuito de subsidiar as intervenções no processo saúde-doença de indivíduos ou o planejamento de ações visando à promoção de saúde da coletividade. A sua execução ocorre no local de moradia dos usuários do serviço de saúde e obedece a uma sistematização prévia. Ela possibilita ao Profissional de Educação Física conhecer o contexto de vida do usuário do serviço de saúde e a constatação das reais condições de habitação, bem como a identificação das relações familiares.

Além disso, facilita o planejamento da intervenção por permitir o reconhecimento dos recursos que a família dispõe. As visitas domiciliares acontecem juntamente com as ESF, assim o Profissional de Educação Física é acionado conforme a demanda da equipe.

Interconsultas

A interconsulta é um espaço dentro do que se caracteriza o atendimento compartilhado. Ela compreende em um atendimento a um único usuário, com a presença de mais um profissional de saúde, seja da equipe ESF ou do NASF.

Atendimento Individual

O Atendimento Individual na Educação Física é realizado quando a demanda apresentada requer atenção especial ou quando o usuário não tenha indicação para os grupos existentes em sua unidade de saúde. O atendimento consiste em anamnese, problematização e orientações individualizadas. Todas as informações são atualizadas no prontuário do usuário por meio da evolução. Demandas como incontinência urinária, gestante, obesidade, diabetes, hipertensão, acidente vascular cerebral, fibromialgia, dores articulares, lombalgia, cervicalgia, e DORT serão debatidas em reuniões da Educação Física para definição de protocolos de atendimento. Além desses, ressalta-se a orientação para indivíduos já praticantes e para os que estão iniciando a prática de exercício físico, para que essa seja de forma segura e eficaz.



Grupos de Educação em Saúde

Grupo de Promoção de Saúde com Crianças

Grupo voltado para crianças que apresentam dificuldades relacionais e/ou de aprendizado e tem como objetivo potencializar os aspectos saudáveis das mesmas, promovendo a resiliência e o convívio social. As atividades realizadas têm caráter lúdico e psicoeducativo, buscando-se desenvolver um ambiente de cooperação mútua, incluindo componentes terapêuticos. Busca-se dentro deste encontro desenvolver ainda habilidades como desenvolvimento físico, motor, concentração e raciocínio.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física, Psicólogo, Pediatra.

“



”

Grupo de Relaxamento e Consciência Corporal

A metodologia se pauta na associação de técnicas de alongamento, respiração, visualização e execução de posturas corporais que, além de outros benefícios, permitem a ampliação da consciência corporal, buscando minimizar as tensões musculares e as emoções retidas. Dessa forma, as práticas corporais propiciam o relaxamento físico e mental, retomando o estado de equilíbrio do corpo.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física, Psicólogo, Psiquiatra.

Grupo de Apoio Psicológico

É voltado para pessoas com sofrimento psíquico, como depressão, ansiedade, transtornos de humor e personalidade, entre outros. É um grupo de ajuda mútua, com troca de experiências e espaços de escuta.

O Profissional de Educação Física contribui propondo exercícios de alongamento, relaxamento e respiração e ainda explicando os benefícios da atividade física no tratamento dessas doenças e na qualidade de vida.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física e Psicólogo.

Grupo de Emagrecimento e Obesidade

Ofertado a pessoas que buscam emagrecer com saúde, por meio de modificações no estilo de vida. A metodologia se pauta em orientações alimentares, construção conjunta de cardápio, orientações de atividade física, construção de metas, aprendizado de técnicas de diminuição da ansiedade e estresse, orientação para o uso racional de medicamentos, entre outras. A cada encontro é aferido a massa corporal dos participantes para acompanhamento e um dos temas acima é abordado pelo profissional especializado.

Profissionais envolvidos:

Profissional de Educação Física, Nutricionista, Farmacêutico, Psicólogo e Psiquiatra.



Grupo de Reabilitação de Dor Crônica

Grupo voltado para pessoas que freqüentemente queixam-se no CS de dores associadas geralmente ao trabalho e à falta de atividade física. A metodologia se pauta na associação de técnicas de alongamento, respiração, posturas de ioga, orientação para atividades da vida diária (AVD) e fortalecimento do centro de equilíbrio, com intuito de ampliar a consciência corporal, no sentido de localizar e diminuir tensões e dores musculares.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física e Fisioterapeuta.

Grupo de Orientações Posturais

O grupo de orientações posturais objetiva incentivar mudanças nas posturas adotadas diariamente que levam a uma sobrecarga músculoarticular e conseqüente dor, em especial cervicalgia e lombalgia. Consiste em roda de conversa sobre a dor e os momentos em que ela acontece, orientações para AVD com demonstração em objetos e espaços de discussão, e métodos não-farmacêuticos de alívio da dor. O grupo se fundamenta na premissa de que pequenas mudanças no dia-a-dia ao longo do tempo, como a forma de dormir, sentar e realizar algumas atividades, trazem resultados a longo prazo mais efetivos que o simples cessar da dor com outros métodos a curto prazo.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física, Fisioterapeuta e Farmacêutico.



Grupo de Lesão de Ombro

O grupo tem como objetivo a orientação de usuários com lesão em ombro sobre como realizar as atividades diárias no trabalho e em casa, de forma a evitar a progressão da lesão, diminuir as queixas, bem como seu reaparecimento. É realizada roda de conversa, para identificar as causas e o perfil dos participantes, orientações para AVD específicas para ombro e orientações para alívio da queixa, como mobilização da cintura escapular, relaxamento e uso do frio.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física e Fisioterapeuta.

Grupo de Dor em Calcâneo

Esse grupo objetiva orientar pessoas com queixa de esporão de calcâneo e fascíte plantar. Sua programação é dividida em: roda de conversa para identificação dos motivos que levaram os pacientes a ter a indicação e discussão sobre as causas; orientação quanto aos métodos de alívio de dor, como alongamento e relaxamento, bem como uso de palmilhas e do frio.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física e Fisioterapeuta.

Grupo Floripa Ativa

É um programa de prevenção e reabilitação de doenças cardiopulmonares e metabólicas, por meio da prática de exercício físico supervisionado, direcionado à terceira idade. As sessões duram uma hora, com frequência semanal de três vezes. São trabalhados exercícios aeróbios, resistência muscular localizada, flexibilidade, equilíbrio, coordenação motora fina e ampla, esquema corporal e organização espaço temporal. Os principais objetivos destas atividades são incentivar a prática de exercício físico na população idosa, visando à reabilitação, prevenção e promoção da saúde; contribuir para a melhoria e manutenção da capacidade funcional do idoso; oferecer um momento de encontro e socialização nas comunidades; e reduzir os gastos públicos relacionados a medicamentos e internações hospitalares.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física e Fisioterapeuta.



*Os Cursos de Bacharelado em Educação Física da UDESC, através das professoras **Giovana Zarpellon Mazo** CREF 006515-G/SC e da UFSC, **Tania Rosane Bertoldo Benedetti** CREF 009694-G/SC, tiveram participação importante através do **Programa Floripa Ativa**, na criação das vagas para Profissional de Educação Física na Prefeitura Municipal de Florianópolis – SC através da parceria com as duas universidades.*

Grupo de Caminhada Orientada

O Programa de Caminhada Orientada (PCO) é uma atividade aberta às comunidades atendidas pelos centros de saúde, acompanhado por Profissional de Educação Física. O acompanhamento deste profissional é realizado semanal ou quinzenalmente. Em geral, a metodologia de trabalho consiste em exercícios de aquecimento articular, caminhada, corrida e exercícios de volta à calma e alongamentos. Dedica-se ainda um tempo para orientações individuais e coletivas sobre cuidados com a saúde. O principal objetivo é oferecer uma atividade de encontro e de socialização, estimulando a utilização de espaços públicos na própria comunidade para a prática de atividade física. O programa está inserido no cenário da atenção básica, espaço adequado para atuação na prevenção do sobrepeso e sedentarismo e promoção da saúde.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física, Nutricionista e Farmacêutico.

“



”

Grupo HIPERDIA

O HIPERDIA tem como público alvo portadores de hipertensão e diabetes, de todas as idades. Consiste em espaços de troca de saberes sobre temas pertinentes, como causas e consequências da hipertensão e do diabetes, medicamentos, nutrição e atividade física. O Profissional de Educação Física destaca a importância da atividade física como forma de tratamento não-medicamentoso, orientando a prática segura e eficaz. Podem ainda ser realizadas atividades práticas objetivando estimular a autonomia e o autocuidado.

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física, Enfermeiro, Farmacêutico, Nutricionista e Médico.

“



”

Grupo de Gestantes

O grupo tem como público alvo grávidas em qualquer idade gestacional. É um espaço de troca de saberes sobre assuntos relacionados a gestação, parto e puerpério. O Profissional de Educação Física orienta as futuras mães quanto os benefícios do exercício físico na gravidez visando controlar o ganho de peso excessivo, evitar as dores decorrentes das modificações posturais, melhorar a circulação periférica (retorno venoso), auxiliar no momento do parto e pós-parto e prevenir hipertensão e diabetes gestacional. O Profissional pode ainda realizar exercícios práticos de alongamentos, relaxamento, consciência corporal, técnicas de respiração, resistência muscular e atividades aeróbias, visando o bem estar geral da gestante e respeitando sempre sua individualidade. A prática de atividade física objetiva estimular a reprodução dos exercícios em casa, auxiliando no auto-

Profissionais envolvidos:
Profissional de Educação Física, Enfermeiro e Médico.



Tabagismo

O sistema único de saúde disponibiliza para seus usuários o programa deixando de fumar sem mistérios. O programa é destinado a ajudar os participantes a deixarem de fumar, fornecendo-lhes todas as informações e estratégias necessárias para direcionar seus próprios esforços nesse sentido. Ele consiste em uma abordagem ativa e pragmática, em que os participantes são incentivados a aplicar o que aprenderam com o programa em outros aspectos da sua vida. Dentro destas estratégias estão uma maior prática de atividade física e o aprendizado de técnicas de respiração e relaxamento, que junto a outras ações, ajudarão no processo de parar de fumar. Este é um processo que normalmente gera estresse, fissura, tensão, tonturas e formigamentos, podendo ser atenuados com a prática correta de exercícios físicos, técnicas de relaxamento e alongamentos, que devem ser corretamente orientados pelo profissional de educação física.

Profissionais envolvidos: Profissional da área da saúde que têm capacitação para atuar em grupos de controle do tabagismo, ESF e NASF.



Programa Saúde na Escola (PSE)

Dentro do PSE há o Momento da Escuta, com frequência variável (semanal, quinzenal, mensal) conforme a necessidade de cada escola. Discutem-se casos de saúde de escolares selecionados pela escola ou pela equipe de saúde. São debatidos problemas e dificuldades relacionadas à saúde do escolar (violência, doença, dificuldades escolares, de relacionamento, sexualidade, uso de drogas, planejamento familiar etc.). O Profissional de Educação Física faz avaliação do desenvolvimento psicomotor; orientação a profissionais e ou alunos a assuntos relacionados a sua área de atuação; capacitação relacionada a processos inclusivos no ambiente escolar; orientações a alunos com algum tipo de deficiência e a seus familiares (locomção; processos de ensino-aprendizagens específicas, adaptações no ambiente familiar).

Profissionais envolvidos: Profissional de Educação Física, Médico, Odontólogo, Enfermeiro, Psicopedagogo, Pedagogo, Psicólogo, Diretor de Ensino e

de mais
colabora-
dores da escola.



”

Integração Ensino-Serviço (PET, Pró-Saúde, RDA e Estágio)

Destaca-se a inserção da Educação Física no Programa Nacional de Reorientação da Formação em Saúde – Pró-Saúde, com 19 cursos de graduação, e no Programa de Educação pelo Trabalho em Saúde – PET Saúde, com 44 cursos. Na pós-graduação, no apoio que o Ministério da Saúde aporta por meio do financiamento das Residências Multiprofissionais em Saúde, o Profissional de Educação Física está inserido e foram formados, até o momento, 63 Profissionais de Educação Física nessa modalidade de formação multiprofissional, com ênfase na Estratégia de Saúde da Família.

“



”