

Estudos do Movimento Humano e Saúde

ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE CARDIOMETABÓLICA PARA A POPULAÇÃO RESIDENTE NOS DISTRITOS DE GOVERNADOR VALADARES

Lívia Vilela Barros, Amanda Marinho Brasil, Letícia Silveira, Andressa Oliveira Silva Pimenta, Marina Ferreira de Lima, Yara de Oliveira Cândido Silva, Pedro Ian Barbalho Gualberto, Diego Alves dos Santos; Andréia Cristiane Carrenho Queiroz
E-mail: liviavilelabarros@gmail.com

Financiamento: CAPES, CNPq - 432314/2016-4, PROEX-UFJF.

A catástrofe socioambiental provocada pelo rompimento da barragem do Fundão, da mineradora Samarco em Mariana, impactou e impactará a saúde de milhares de pessoas ao longo de toda a bacia do Rio Doce; com efeitos a curto, médio e longo prazo. A maioria dos projetos existentes em Governador Valadares-MG são voltados para o atendimento da população residente na região urbana de Governador Valadares. A população residente nos distritos de Governador Valadares (zona rural da cidade) também foi sujeita aos desafios proporcionados pelo desastre, sendo que nessas regiões alguns desafios ainda foram agravados devido ao difícil acesso aos serviços de saúde e à ajuda humanitária. O presente projeto de extensão tem o objetivo de avaliar a saúde cardiometabólica e oferecer atividades educativas com orientações em relação à adoção de um estilo de vida ativo, visando à melhora da saúde das comunidades residentes nos distritos de Governador Valadares. O projeto ocorre através da realização de eventos de saúde em parceria com o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS Central). Devido à distância de cada distrito em relação ao centro urbano da cidade, é possível a realização em um evento por dia no período da manhã. Durante esses eventos foi possível realizar o atendimento de 249 indivíduos adultos e idosos, distribuídos por 14 distritos diferentes. Durante os eventos os estudantes de graduação e pós-graduação, sob supervisão da orientadora, realizam as seguintes atividades junto à população: medidas de pressão arterial, peso, altura, circunferência de cintura, glicemia; informações educativas por meio de palestra e entrega de folhetos sobre doenças cardiometabólicas e sobre os benefícios da adoção de estilo de vida ativo; e aulas práticas de alongamento, ginástica e/ou atividade recreativas. Espera-se que o projeto contribua para que os atendidos adquiriram um estilo de vida ativo, favorecendo o bem estar físico e mental.

Palavras-Chave: Atividade Física. Saúde. Aptidão Física.