



**XIX  
CONBRACE**  
**VI CONICE**  
08 a 13 de setembro de 2015  
VITÓRIA-ES

TERRITORIALIDADE E DIVERSIDADE  
REGIONAL NO BRASIL E AMÉRICA LATINA:  
SUAS CONEXÕES COM A EDUCAÇÃO  
FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

## PRESENÇA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE DO IDOSO: CASO DA UNIDADE DE ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE DA FAMÍLIA EM GOIÂNIA/GO

Elen Cristine Gomes Prado<sup>1</sup>  
Nayara Queiroz de Santana<sup>2</sup>  
Thamara Cardoso Jacob<sup>3</sup>  
Ricardo Lira de Rezende Neves<sup>4</sup>

*PALAVRAS-CHAVE: Saúde do idoso; Envelhecimento; Educação Física; SUS*

### INTRODUÇÃO

O Estágio Supervisionado em um curso de formação superior representa uma forma de aproximar o acadêmico dos possíveis campos de atuação profissional, possibilitando também trocas de experiências entre estudantes e trabalhadores ou profissionais em um campo de intervenção. Este relato de experiência retrata parte das atividades da área da Educação Física (EF) que foram desenvolvidas em uma Unidade de Atenção Básica Saúde da Família (UABSF) de uma região periférica da cidade de Goiânia – GO.

A partir de um processo de diagnóstico e da compreensão do campo realizamos intervenções em um grupo de usuários conduzido, inicialmente, pelos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) da unidade. O trabalho ocorreu em um ginásio de esportes próximos à UABSF. O grupo variava entre 30 a 40 pessoas semanalmente e era composto predominantemente por idosos, em sua maioria mulheres. Utilizamos no decorrer do trabalho referenciais teórico-metodológicos estudados durante a disciplina de estágio do curso de Educação Física da Universidade Federal de Goiás, próprios dos campos da Saúde Pública, da Educação Física e da Saúde Coletiva.

### OBJETIVO

Este artigo relata a experiência vivenciada por acadêmicos do último ano do curso de EF com um grupo de praticantes de esportes e lazer com o objetivo de contribuir com as práticas corporais já existentes e criadas pelo grupo, mas também potencializando e diversificando as vivências a partir das dimensões culturais, sociais e biológicas do grupo participante.

### METODOLOGIA

O trabalho desenvolvido na UABS foi construído coletivamente com reuniões entre todo o grupo de estagiários. Nesse contexto conhecer e entender o campo de atuação foi muito importante para propor atividades que mais se aproximassem das necessidades dos idosos.

A aproximação com o cotidiano da unidade ocorreu durante um ano, sendo o primeiro semestre para conhecer melhor toda a dinâmica dos trabalhadores com a comunidade e o território e desenvolver um projeto com intervenções para o semestre seguinte, criando assim



primeiramente o vínculo com o campo de estágio. De acordo com Minayo (2007, p. 198) “[...] os primeiros contatos possibilitam iniciar uma rede de relações, correções iniciais dos instrumentos de coleta de dados e produzir uma agenda e um cronograma de atividades posteriores”.

As atividades realizadas com os idosos ocorreram sem perder de vista as características das já realizadas pelos agentes no campo, tais como os arremessos à cesta de basquete, chute ao alvo, atividades de equilíbrio, de roda e atividades em grupos. Cabe destacar que as aulas sempre terminavam com os avisos, recados, orientações básicas de saúde e uma oração.

O grupo decidiu por tornar as atividades mais animadas e diversificadas, ou seja, eliminar as estafetas e filas e dinamizar as vivências corporais levando as estafetas relacionadas ao arremesso do basquete, pequenas corridas, gincanas que trabalhavam o deslocamento e a percepção do espaço.

Também foram incentivadas outras formas de arremesso e a utilização de outros materiais como bola de meia, bolas de vôlei, bola de massagem, isto porque antes eram feitas somente com a bola de basquete; outra proposta foi explorar o trabalho de respiração, e exercícios para a melhoria da autonomia.

## ANÁLISES E DISCUSSÕES

Ao considerar o aumento da expectativa de vida surge uma nova conjuntura na qual passam a existir novas perspectivas de ação junto a diferentes grupos de usuários do SUS. Deste modo, as concepções que redimensionam as novas pesquisas sobre o envelhecimento são potencializadas (COSTA, 2001). E assim entender a saúde é resultante de ações individuais e coletivas para proteger, cuidar e melhorar a autonomia dos idosos são fundamentais e devemos considera-las um direito social previsto na constituição e resguardado pela Lei nº 8.080 de 19 de Setembro de 1990 em seu Art. 3º:

A saúde tem como fatores determinantes e condicionantes, entre outros, a alimentação, a moradia, o saneamento básico, o meio ambiente, o trabalho, a renda, a educação, o transporte, o lazer e o acesso aos bens e serviços essenciais; os níveis de saúde da população expressam a organização social e econômica do País.

Assim, as Políticas de Saúde devem contribuir para que mais pessoas envelheçam com melhor qualidade de vida, redescobrando as possibilidades de uma vida saudável mantendo-as com uma vida plena socialmente. Neste aspecto, as atividades ligadas às práticas corporais e ao lazer são ferramentas construtoras de uma saúde ampliada dos idosos nas UABSFs. Nesta Unidade em que desenvolvemos nosso trabalho vimos o quanto tem significado positivo estas atividades corporais. As ações coletivas com participação da comunidade possibilitaram conhecer melhor os moradores da região assistida e potencializar sua saúde (BRASIL, 2006).

As propostas de intervenção foram atividades inclusivas nas quais todos participavam, respeitando as dimensões culturais, sociais, biológicas e religiosas de cada sujeito do processo e incentivando-os para desenvolverem a autonomia, o que de acordo com Cunha (2012) seria o momento em que a pessoa tem a capacidade de aprender novas habilidades por iniciativa própria.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificamos que a UABSF é um espaço aberto que têm as suas potencialidades para o trabalho multiprofissional e interdisciplinar em que a Educação Física também faz parte enquanto profissão da saúde. Desta forma, conseguimos apreender que mesmo que as ações tenham sido poucas durante um semestre, com criatividade conseguimos quebrar algumas resistências e mudar alguns estímulos e percepções tanto de idosos como dos trabalhadores da UABSF.

Os idosos demonstraram satisfação com a maioria das atividades e diversas vezes expressaram que nossa participação motivou a realização das atividades. A intensidade do grupo do esforço foi aumentada, talvez pela inserção de novas possibilidades de práticas corporais. Entretanto, sabemos que saúde não se restringe apenas à prática de atividades e a assistência médica, uma vez que envolve muitos outros fatores determinantes do processo saúde doença. Porém não se deve negar que a incorporação de práticas corporais contribui para um reconhecimento do estilo de vida de cada idoso e também de um estilo de vida coletivo. Com muita alegria conseguimos criar novos laços de amizade, companheirismo e fidelidade, aspectos positivos para uma intervenção com um grupo de idosos que necessita de cuidado em saúde e sobretudo, deixamos de lado o receio de iniciar um trabalho diferenciado da Educação Física no SUS.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006.
- \_\_\_\_\_, **Lei n 8.080 de 19 de setembro de 1990**. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília (DF): Guia do Conselheiro; 2002.
- COSTA, Geni de Araújo. Corporeidade, atividade física e envelhecimento: desvelamentos, possibilidades e aprendizagens significativas In: KACHAR, Vitória (org.) **Longevidade um novo desafio para a educação**. São Paulo: Cortez, 2001.
- CUNHA, Eugênio. **Práticas pedagógicas para inclusão e diversidade**. 2. Ed. Rio de Janeiro: Wak editora, 2012.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento pesquisa qualitativa em saúde** 10ª ed, São Paulo, Hucitec, 2007.

<sup>1</sup> Bacharel em Educação Física – FEFD/UFG ([elencristine88@gmail.com](mailto:elencristine88@gmail.com))

<sup>2</sup> Bacharel em Educação Física – FEFD/UFG ([nayaraqueiroz\\_go@hotmail.com](mailto:nayaraqueiroz_go@hotmail.com))

<sup>3</sup> Licenciada em Educação Física – FEFD/UFG ([jacob.thamara@hotmail.com](mailto:jacob.thamara@hotmail.com))

<sup>4</sup> Doutor em Educação Física; Professor FEFD/UFG ([rlrneves@gmail.com](mailto:rlrneves@gmail.com))



**XIX  
CONBRACE**  
**VI CONICE**  
08 a 13 de setembro de 2015  
VITÓRIA-ES

TERRITORIALIDADE E DIVERSIDADE  
REGIONAL NO BRASIL E AMÉRICA LATINA:  
SUAS CONEXÕES COM A EDUCAÇÃO  
FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE