

## PROGRAMA ITAJAÍ ATIVO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maíra Naman<sup>1</sup>  
Hamilton Barwinski Junior<sup>2</sup>  
Renato Schmitt Júnior<sup>3</sup>  
Dionei Raulino<sup>4</sup>

*PALAVRAS-CHAVE: saúde pública; atividade física; educação física;*

### INTRODUÇÃO

A promoção da saúde consiste em políticas, planos e programas de saúde pública com ações voltadas em evitar que as pessoas se exponham a fatores condicionantes e determinantes de doenças, a exemplo dos programas de educação em saúde que se propõem a ensinar a população a cuidar de sua saúde. Além disso, incentiva condutas adequadas à melhoria da qualidade de vida, distinguindo-se da atenção primária ou ações da medicina preventiva que identificam precocemente o dano e ou controlam a exposição do hospedeiro ao agente causal em um dado meio-ambiente.

A Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde foi realizada em 1986 em Ottawa, definindo as principais estratégias promocionais que deveriam nortear as expectativas por uma nova saúde pública. Na mesma década no Brasil ocorreu uma intensa movimentação social em torno das políticas públicas de saúde, sendo assim o Brasil influenciou o marco da Reforma Sanitária que culminou com a criação do SUS - Sistema Único de Saúde.

Atualmente as ações específicas a serem realizadas nas três esferas de governo (federal, estadual, municipal) são: divulgar, sensibilizar e mobilizar para promoção da saúde; alimentação saudável; prática corporal e atividade física; prevenção e controle do tabagismo; redução da morbimortalidade em decorrência do uso abusivo do álcool e de outras drogas; redução da morbimortalidade por acidentes de trânsito; prevenção da violência e estímulo à cultura da paz; promoção do desenvolvimento sustentável (BRASIL, 2011).

Para atuar nas ações específicas, a diminuição do número de sedentários na população brasileira, e o aumento da atividade física poderão contribuir para a diminuição do desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis, principal causa de mortes no Brasil (SCHMIDT et al., 2006). A inatividade física é influenciada por fatores como falta de acesso aos profissionais devido à condição socioeconômica, posição geográfica (longe de praças e locais que facilitaríamos a prática de exercícios) e redes sociais e comunitárias desfavoráveis (PAFFERNBARGER, LEE, 1996; BRASIL, 2011).

### APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA ITAJAÍ ATIVO

Para que Itajaí pudesse se adequar às políticas públicas da saúde, surgiu a necessidade de implantar ferramentas de prevenção de doenças e promoção da saúde, tendo em vista que no contexto do município não existia nenhum programa voltado especificamente para a prática de atividade física. Assim, em julho de 2006 foi criado um grupo piloto com o nome de “Programa Itajaí Ativo”, e desde então o programa vem crescendo em número de participantes e locais de atendimento. O Itajaí Ativo é um dos programas da Fundação Municipal de Esporte e Lazer (FMEL) que, através de concurso público, efetivou 10



Profissionais de Educação Física em 2014, sendo que seis foram direcionados para o Itajaí Ativo.

A parceria com a Secretaria Municipal de Saúde deve-se ao fato das similaridades dos objetivos estratégicos do “Itajaí Ativo” com a “Academia da Saúde”, programa fundamentado pela seguinte portaria nº 2.681, de 7 de novembro de 2013 que redefine o Programa Academia da Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e seus objetivos.

A inclusão do Itajaí Ativo no SUS foi de forma lenta e gradual, porém todos os profissionais do SUS apoiaram o programa. A aproximação com a Secretaria de Saúde se deu pelo fato também de que no contexto do município a FMEL possui uma forte relação dos investimentos com os esportes de alto rendimento, não investindo recursos no programa, somente responsável pela remuneração dos profissionais.

Para maior eficiência e eficácia do programa, surgiu a necessidade de ampliação dos serviços do Itajaí Ativo nas Unidades básicas de Saúde (UBS), favorecendo o acolhimento da comunidade e adesão dos participantes. Os Profissionais de Educação Física atuam nas UBS no período matutino (cada profissional atenderá 3 UBS), atualmente atendemos 18 UBS, ao todo são 21 UBS no município. Além disso, o programa acontece em praças municipais, salões paroquiais, ruas e avenidas.

Os polos foram selecionados nos anos iniciais do programa, devido a isso se manteve os polos já existentes, a inclusão de novos polos depende da inclusão de mais profissionais no programa. Os pedidos emergem da comunidade diariamente, porém ainda não se podem abrir novos polos.

As atividades desenvolvidas são definidas de acordo com as características da comunidade inserida, como caminhada, alongamento, fortalecimento muscular, danças, atividades com materiais reciclados, atividades de relaxamento, corrida, treinamento funcional, passeios educativos, palestras/debates, entre outros.

No período vespertino o Itajaí Ativo atua nos grupos de idosos e nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), sendo inserido em nove grupos de idosos, o Centro de Convivência do Idoso e três CAPS do município (CAPS I – crianças e adolescentes; CAPS AD - Alcool e drogas e CAPS II – transtornos mentais).

Todo e qualquer indivíduo residente em Itajaí (crianças somente acompanhadas de um responsável). Atualmente no programa estão cadastrados 672 participantes, dentre a faixa de 8 a 94 anos.

Objetivo geral do programa Itajaí Ativo é promover a saúde e qualidade de vida aos moradores de Itajaí através de atividades físicas orientadas e ações de educação em saúde, quanto aos objetivos específicos são estimular o uso de áreas públicas e academias ao ar livre; desenvolver a capacitação contínua aos profissionais responsáveis pelo programa; integrar o “Programa Itajaí Ativo” ao “Programa Academia da Saúde”; propiciar ambiente favorável (saudável e oportunizando interação social); favorecer equidade em saúde; auxiliar na redução e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

## CONCLUSÕES

Os indicadores do Itajaí Ativo registrados desde 2006 demonstram o impacto na melhoria da qualidade de vida da população, reduzindo custos com intervenções medicamentosas para o SUS (redução de medicamentos para hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, anti-inflamatórios), reduzindo ainda o número de visitas nas UBS. O programa demonstra ser uma forma eficiente e eficaz na estratégia de promoção da saúde e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis, porém ainda há grande parte da



população que não possui acesso ao programa, tendo em vista os horários de funcionamento das atividades em horário comercial.

Sobre itens como motivação, autoestima, autonomia funcional, qualidade de vida, foram relatados pelos participantes melhorar acima da média devido a participação e aderência ao programa, visto que a integração e socialização são marcas do programa Itajaí Ativo.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. Brasília: Ministério da Saúde; 2011. p. 148.

PAFFENBARGER RS, JR., LEE IM. Physical activity and fitness for health and longevity. Res Q Exerc Sport 1996; 67(S3): S11-28.

SCHMIDT MI, Duncan BB, Hoffmann JF, Moura L, Malta DC, Carvalho RM. Prevalence of diabetes and hypertension based on self-reported morbidity survey, Brazil, 2006. Rev Saude Publica. 2009 nov;43 Suppl 2:74-82.

---

<sup>1</sup> Mestre em Ciências do Movimento Humano pela UDESC – mairanaman@hotmail.com

<sup>2</sup> Especialista em Atividade física e Saúde – contatohbj@gmail.com

<sup>3</sup> Graduado em Educação Física pela FURB - renato\_schmitt@hotmail.com

<sup>4</sup> Graduado em Educação Física pela FURB - dionei.r@pop.com.br