

RELATÓRIO FINAL DAS ATIVIDADES DE EXTENSÃO

1. IDENTIFICAÇÃO DA ATIVIDADE

TIPO: Projeto

TÍTULO: O IMPACTO DA VIDA MODERNA NA SAÚDE DAS PESSOAS. COMO RESGATAR A QUALIDADE DE VIDA E O BEM-ESTAR?

CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA

MÓDULO: 1

PROFESSOR RESPONSÁVEL: FRANCISCO PAULINO DE ABREU NETO

PERÍODO DE REALIZAÇÃO: 1º SEMESTRE/2020

2. DESENVOLVIMENTO E CONSIDERAÇÕES

Contextualização

Concerne em um estudo de caso de um jovem de 28 anos chamado Pedro, com rotina de maus hábitos, alega-se que o mesmo sofreu de um Infarto agudo do miocárdio recentemente, após a alta hospitalar, buscou ajuda de um profissional de educação física, onde dentro das necessidades do mesmo vamos dar início a uma atividade física orientada e supervisionada. O objetivo do projeto foi realizar uma revisão da literatura, integrando as unidades de ensino estudadas com o caso de Pedro, enaltecendo a importância de cada momento de interação do profissional de educação física com casos de doenças cardiovasculares, ou até mesmo prevenção por antecedentes de histórico familiar.

Desafio

O desafio consistiu no desenvolvimento de uma apresentação que abordasse temas como importância do lúdico, de anamneses, da preparação para primeiros socorros em profissionais de educação física e os melhores exercícios para indivíduos com queixa de histórico familiar com doenças cardiovasculares.

Cronograma das Ações

10/02/2020 - Encontro inicial;
10/03/2020 - Encontro 2;
28/04/2020 - 1ª Etapa;
05/05/2020 - 2ª Etapa;
21/05/2020 - 3ª Etapa;
09/06/2020 - 4ª Etapa.

Síntese das Ações

10/02/2020 - Encontro inicial: No primeiro encontro realizamos um bate papo com o orientador Francisco Neto, que nos instruiu sobre o Projeto, os objetivos e processos do mesmo, e nos apresentou o tema trazido.

10/03/2020 - Encontro 2: Já no segundo momento sucedeu a divisão dos membros dos grupos e suas devidas funções para o decorrer das etapas futuras do desafio proposto no estudo de caso. Que são:

28/04/2020 - 1ª Etapa: Pesquisar 3 artigos sobre a importância do lúdico, do brincar na saúde de crianças e a importância de adquirir hábitos saudáveis na vida adulta. A revisão foi apresentada em slides para o orientador.

05/05/2020 - 2ª Etapa: A proposta da segunda etapa, se deu pela seleção de 3 artigos científicos que relataram a importância do histórico familiar, anamnese e os principais modelos aplicados, e sua influência na prevenção de antecedentes cardiovasculares.

21/05/2020 - 3ª Etapa: Já na terceira etapa a revisão bibliográfica teve por objetivo saber quais os melhores exercícios para prevenção de doenças cardiovasculares e porque são fundamentais para tais cuidados com a saúde.

09/06/2020 - 4ª Etapa: Para a última etapa os artigos buscados para a apresentação foram sobre a importância de noções de primeiros socorros para os profissionais de educação física e como proceder em casos de emergência, como o de Pedro.

a. Aspectos Positivos:

Diante de todo o já narrado, consta indicar como aspectos positivos o impacto da revisão em razão da contextualização do conteúdo estudado em aula, com possíveis casos reais, e o porque se torna necessário a atuação e intervenção da educação física em prol da saúde e qualidade de vida.

b. Dificuldades encontradas:

Não houveram grandes dificuldades no discorrer do projeto, talvez a mais evidente foi em relação ao primeiro contato com pesquisas acadêmicas, que foi facilmente sanadas seguindo orientações dos docentes responsáveis.

c. Resultados atingidos:

Como resultados podemos citar uma frase de Helena Santa-Clara: o exercício físico deve ser prescrito como primeira linha de tratamento para diversas doenças, estando diretamente associada à diminuição da taxa de mortalidade nas doenças cardiovasculares. Deixando claro a importância da atuação do profissional da educação física na busca da saúde e melhora da qualidade de vida.

d. Sugestões / outras observações:

Sem sugestões/observações