



PROEXC
PRÓ-REITORIA
DE EXTENSÃO E CULTURA

PROJETO DE EXTENSÃO
ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

Condicionamento Físico para Grupos Especiais

Edital 2020 - 01 - Edital de Credenciamento de Programas e Projetos de Extensão

COORDENADOR(A): Ary Gomes Filho

E-MAIL: arygomesf@hotmail.com

UNIDADE GERAL: CAV - Centro Acadêmico de Vitória

UNIDADE DE ORIGEM: Núcleo de Pesquisa e Extensão

INÍCIO DO PROJETO: 20/07/2020 FIM DO PROJETO: 20/12/2020

CARGA HORÁRIA: 126 H

LOCAL DE REALIZAÇÃO: NEFD - Núcleo de Educação Física e Desportos - UFPE

OBSERVAÇÃO:

RESUMO: O objetivo de nossa proposta é impactar a formação acadêmica dos discentes do CAV através da aplicabilidade da prescrição e acompanhamento de atividades físicas (AF) para grupos especiais, pertencentes a comunidade de Vitória de Santo Antão. Metodologia: Os participantes serão selecionados pelos próprios médicos e deverão realizar um teste de esforço, que auxiliará na prescrição dos exercícios físicos. A divulgação será feita através visitas aos consultórios médicos. A AF será realizada três vezes por semana das 07:00 às 08:15 hs, monitorada remotamente durante o isolamento social ou presencialmente no CAV. Serão disponibilizadas inicialmente 30 vagas podendo se estender para mais 30 vagas com mais 2 dias na semana. Antes da AF os participantes responderão a uma anamnese e em seguida serão submetidos a uma avaliação física. A AF contará com exercícios de coordenação, ritmo equilíbrio, flexibilidade, atividades aeróbias (caminhada, caminhada estacionária), exercícios resistidos (halteres, bastões, etc.). Os discentes terão um protagonismo nas ações do projeto. Os discentes do curso de Educação Física prescreverão e acompanharão as atividades aeróbias e anaeróbias. Os discentes de enfermagem serão responsáveis pelas mensurações da pressão arterial, glicemia, medida da frequência cardíaca e também para ações que venham ocorrer de urgência. Os discentes de nutrição ficarão responsáveis pelo acompanhamento nutricional. Serão programadas uma vez por semana reuniões científicas e não científicas para interações dialógicas interdisciplinares e interprofissionais com os discentes, docentes e a comunidade. Para o enfoque científico com os dados obtidos no projeto serão elaborados resumos, artigos, TCCs etc.