



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - DEF
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

SÉRGIO DOS ANJOS ARAÚJO

**A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO NÚCLEO
AMPLIADO DE SAÚDE DA FAMÍLIA E ATENÇÃO BÁSICA (NASF-AB) NO
MUNICÍPIO DE SOLÂNEA: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

CAMPINA GRANDE – PB
2018

SÉRGIO DOS ANJOS ARAÚJO

**A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO NÚCLEO
AMPLIADO DE SAÚDE DA FAMÍLIA E ATENÇÃO BÁSICA (NASF-AB)
MUNICÍPIO DE SOLÂNEA: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Graduação, Bacharelado em Educação
Física, da Universidade Estadual da Paraíba,
como requisito de obtenção do título de Bacharel
em Educação Física.

Orientador: Prof. Ms. Anny Sionara Moura Lima Dantas

CAMPINA GRANDE – PB
2018

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

A659a Araújo, Sérgio dos Anjos.

A atuação do profissional de Educação Física no Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) no município de Solânea [manuscrito] : relato de experiência / Sérgio dos Anjos Araújo. - 2018.

28 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.

"Orientação : Profa. Ma. Anny Sionara Moura Lima Dantas, Coordenação do Curso de Bacharelado em Educação Física - CCBÉF."

1. Exercício físico. 2. Práticas corporais. 3. Programa Academia da Saúde - PAS. I. Título

21. ed. CDD 613.71


SÉRGIO DOS ANJOS ARAÚJO

**A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO NÚCLEO
AMPLIADO DE SAÚDE DA FAMÍLIA E ATENÇÃO BÁSICA (NASF-AB) DO
MUNICÍPIO DE SOLÂNEA: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

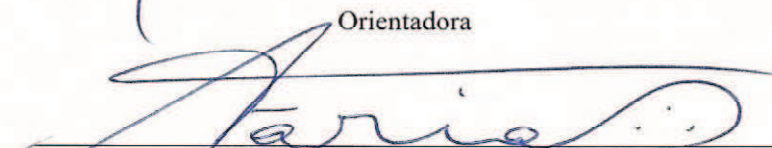
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Graduação, Bacharelado em Educação
Física, da Universidade Estadual da Paraíba,
como requisito de obtenção do título de Bacharel
em Educação Física.

Aprovada em: 10/12/2018.


BANCA EXAMINADORA


Prof.ª Ms. ANNY SIONARA MOURA LIMA DANTAS - UEPB

Orientadora


Prof.ª Dr. ÁLVARO LUÍS PESSOA DE FARIAS - UEPB

Examinador


Prof.ª Dr.ª REGIMENA MARIA BRAGA DE CARVALHO - UEPB

Examinadora

Dedico Esse estudo a toda a minha família,
principalmente a minha mãe Adélia Luzia dos
Anjos que pela Concepção divina me deu o dom
da vida.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, por ter me proporcionado as oportunidades de superar as frustrações e obstáculos a mim apresentados durante toda trajetória de vida, dando-me forças, para que a cada dia vencido seja mais um motivo para continuar buscando melhorar, de maneira respeitosa e transparente, pois sem Ele não somos nada e não conseguimos nada.

Aos meus irmãos, Suênia dos Anjos Chaves e Saulo dos Anjos Araújo que me ajudaram nessa longa caminhada.

À minha Orientadora Professora Mestra Anny Sionara Moura Lima Dantas que me auxiliou e ajudou no desenvolvimento deste trabalho.

Ao meu amigo, Professor Sammy A. Siqueira que esteve sempre ao meu lado durante esses anos que estive na faculdade, sempre me auxiliando nos momentos mais difíceis do curso.

SUMÁRIO

1. – INTRODUÇÃO07
2. – REFERENCIAL TEÓRICO	09
2.1. O ESTÁGIO SUPERVISIONADO	09
2.2. O NASF-AB	11
2.3. O POLO ACADEMIA DA SAÚDE	13
3. – METODOLOGIA	15
4. – O RELATO DE EXPERIÊNCIA	17
5. – CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
6. – ANEXOS	26

RESUMO

O material por hora apresentado, tem como principal objetivo relatar minha atuação como profissional de educação física dentro do Programa Academia da Saúde (PAS) e a convivência na academia da saúde e nas praças de saúde instaladas em diversas áreas do município de Solânea - PB. Este estudo ocorreu durante a prática do estágio supervisionado III, experiência desenvolvida em relação à execução das metodologias vivenciadas em sala de aula como também as práticas executadas durante o estágio na academia da saúde, onde preliminarmente foram feitas observações para estudos e em seguida intervenções diretas a partir dos exercícios praticados pelos alunos. O trabalho foi realizado em especial, com pessoas de idade acima dos 50 anos com as quais foi possível conseguir alcançar resultados através das atividades físicas desenvolvidas, tanto no que diz respeito aos alunos, que conseguiram, durante e após o seu desenvolvimento, enxergar a importância do Profissional de Educação Física para a prática de exercícios físicos regulares, como na contribuição prático-intelectual do próprio profissional. No estágio, percebi a importância das Práticas Corporais e Atividades Físicas - PC/AF (assim reconhecido pelo Ministério da Saúde - MS), para a melhoria da qualidade de vida dos praticantes/usuários, pois, além de contribuir com autoestima, contribui também, no convívio social dos mesmos, melhorando, assim, sua saúde. A experiência no Estágio foi de grande valia, sendo uma descoberta positiva, pois, possibilitou conhecer mais um campo de atuação na área da Educação Física.

Palavras-chave: Estágio, NASF-AB, Exercícios Físicos.

INTRODUÇÃO

O Estágio Supervisionado, como um todo, torna-se importante na formação de qualquer Profissional de Educação Física (PEF), tendo em vista que este instrumento serve para pôr em prática todo o conhecimento teórico adquirido na vida acadêmica, o mesmo tem sido alvo de grandes estudos que revelam suas dificuldades e seu potencial, gerando transformações na vida dos futuros profissionais.

Diante disto podemos dizer que o estágio torna-se o instrumento de suma importância na fase de pré-formação de um profissional de qualquer área de atuação, pois é nesta etapa que o discente conhece todas as características indispensáveis à preparação do ser prático, através da obtenção, assimilação e execução do teórico e do prático.

Sabemos que nem todo acadêmico durante sua vivência dentro do cotidiano “estudantil” não se encontra dentro do seu curso de graduação específico, isto passa a tornar-se perceptível a partir do momento em que os discentes se envolvem em programas de iniciação científica quanto docência.

No que diz respeito a este último descrito, não podemos deixar de lado a importância do estágio supervisionado e suas atividades práticas, deixando o graduando totalmente envolvido, com muita empatia e coragem para vivenciar o dia a dia do Profissional de Educação Física.

Porém, sabemos que tudo isso ocorre quando a instituição de ensino superior proporciona-lhes a eficiente participação em que, o graduando/estagiário, consiga colocar os conhecimentos teóricos ministrados, em prática, este aluno no momento em que vai a “campo” observar em loco as práticas vividas por profissionais mais experientes ou então, deve primeiramente observar as instruções repassadas pelo professor ministrante e/ou supervisor quando a universidade possui uma instituição conveniada e que possui um contato constante com o profissional que pertence à esta instituição.

Segundo a literatura, todo o período de estágio supervisionado vivenciado pelo graduando é fundamental em sua formação acadêmica e profissional, pois é neste momento que acontece, na prática, a transição de aluno para professor, é quando o mesmo consegue perceber em si a figura do professor, Este é um momento da formação acadêmica em que o “discente” pode vivenciar experiências, conhecendo melhor sua área.

Esta ação possibilita ao graduando desenvolver a postura desejada para que torne-se apto a exercer suas atividades ligadas diretamente a sua área de atuação profissional, que neste caso, ao Bacharel de Educação Física.

Durante este processo não podemos deixar de lado o fato que todo estágio supervisionado, antes de tudo, permite com que o aluno do curso de Bacharelado em Educação Física, torne-se um pesquisador, principalmente nas referências bibliográficas já descritas sobre o tema por alguns teóricos especialistas na área. Após este primeiro momento, o graduando vai a “campo” vivenciar, in loco todo o ensinamento adquirido em sala de aula durante todo o período do curso.

Este trabalho primeiro trará a descrição do que é o estágio supervisionado, em seguida, discorrerá o que é Núcleo de Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) e do Polo Academia da Saúde (PAS) e como são desenvolvidas as ações pactuadas com as Unidades Básicas de Saúde (UBS).

Através de um amplo relato de experiência pessoal, ele irá descrever toda as intervenções de saúde e atividades planejadas no período do Estágio supervisionado no NASF-AB/PAS/UBSs do Município de ¹Solânea-PB, por mim executadas, durante as horas totais necessárias para plena execução do mesmo. Sempre enfatizando a sua importância para todo e qualquer profissional que encontra-se prestes a enfrentar os mais diversos obstáculos que surgem no desenvolvimento das atividades profissionais principalmente do Profissional de Educação Física.

Por fim, o fito deste trabalho é relatar minha experiência como Estagiário do curso de Bacharelado em Educação Física, atuando como Profissional de Educação Física (PEF) Estagiário no Núcleo de Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB), mais especificamente nas ações de saúde coletivas dentro do programa Federal do Polo Academia da saúde (PAS) da secretaria Municipal de Saúde da cidade de Solânea-Pb, descrevendo como são executadas as pactuações entre os instrumentos da rede de saúde do referido município e o papel do profissional de Educação Física na Saúde dentro desse contexto.

¹ Solânea, Município do estado da Paraíba (Brasil), localizado na região geográfica imediata de Guarabira, Sua população é de 26.693 habitantes, com densidade demográfica de 115.01 hab/km² de acordo com o último censo do IBGE.

REFERENCIAL TEÓRICO

O ESTÁGIO SUPERVISIONADO

É sabido que durante o processo de formação acadêmica o discente tem a oportunidade de aprender e apreender uma gama de conhecimento e atividades práticas que lhe proporcionará um leque de possibilidades dentro de sua futura área de formação. No transcorrer desse processo o aluno se propõe a adquirir conhecimentos técnicos, científicos e vivência na aplicabilidade desses estudos na prática, preparando-o para os mais diversos contextos sociais de sua futura vida profissional.

Assim, as instituições de ensino superior tem como objetivo de preparar/formar com excelência seus discentes, tornando-os multiplicadores do conhecimento, cidadãos honrados, e excelentes profissionais aptos para o mercado de trabalho.

O artigo 43º da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que dispõe sobre as Diretrizes e Bases da Educação Nacional; in verbis:

A educação superior tem por finalidade:

I - estimular a criação cultural e o desenvolvimento do espírito científico e do pensamento reflexivo;

II - formar diplomados nas diferentes áreas de conhecimento, aptos para a inserção em setores profissionais e para a participação no desenvolvimento da sociedade brasileira, e colaborar na sua formação contínua;

III - incentivar o trabalho de pesquisa e investigação científica, visando o desenvolvimento da ciência e da tecnologia e da criação e difusão da cultura, e, desse modo, desenvolver o entendimento do homem e do meio em que vive;

IV - promover a divulgação de conhecimentos culturais, científicos e técnicos que constituem patrimônio da humanidade e comunicar o saber através do ensino, de publicações ou de outras formas de comunicação;

V - suscitar o desejo permanente de aperfeiçoamento cultural e profissional e possibilitar a correspondente concretização, integrando os conhecimentos que vão sendo adquiridos numa estrutura intelectual sistematizadora do conhecimento de cada geração;

VI - estimular o conhecimento dos problemas do mundo presente, em particular os nacionais e regionais, prestar serviços especializados à comunidade e estabelecer com esta uma relação de reciprocidade;

VII - promover a extensão, aberta à participação da população, visando à difusão das conquistas e benefícios resultantes da criação cultural e da pesquisa científica e tecnológica geradas na instituição.

Para que o graduando seja melhor preparado e ciente das possíveis situações que por ventura venha a enfrentar em sua área de atuação profissional, as instituições de ensino

superior com base na Lei nº 11.788, de 25 de setembro de 2008, oferecem a seus graduandos a oportunidade de vivenciar os Estágios Supervisionados.

O Artigo 1^a da Lei nº 11.788 de 25 de setembro de 2008, que dispões sobre os Estágios; in verbis:

Estágio é ato educativo escolar supervisionado, desenvolvido no ambiente de trabalho, que visa à preparação para o trabalho produtivo de educandos que estejam freqüentando o ensino regular em instituições de educação superior, de educação profissional, de ensino médio, da educação especial e dos anos finais do ensino fundamental, na modalidade profissional da educação de jovens e adultos.

§ 1^a O estágio faz parte do projeto pedagógico do curso, além de integrar o itinerário formativo do educando.

§ 2^a O estágio visa ao aprendizado de competências próprias da atividade profissional e à contextualização curricular, objetivando o desenvolvimento do educando para a vida cidadã e para o trabalho.

De acordo com o “instrumento” mencionado anteriormente o **estágio supervisionado** para o graduando é fundamental durante sua vida acadêmica, e posteriormente, no campo profissional, isso em qualquer que seja a área de atuação, pois é através dele que o aluno pode expor os conhecimentos adquiridos durante sua vivência no período da graduação.

É também o momento onde o mesmo passa a sentir segurança para enfrentar a vida profissional, sendo, na verdade, o primeiro contato com os instrumentos de trabalho e com o público, uma vez que vai oportunizar a experiência necessária para prosseguir no mercado de trabalho que hoje tem se tornado cada vez mais competitivo.

Segundo o ilustre doutrinador BEZERRA (2017, p.10), “*o estágio possibilita ao graduando (licenciado) estabelecer critérios de diferenciação entre a sua vida acadêmica e o cotidiano do seu provável campo de atuação*”.

De igual maneira corrobora NASCIMENTO (2014, p.08), ao destacar que o discente pode assimilar as distinções entre aprendizado em sala de aula e o que se pratica, culminando para a formação profissional, senão vejamos:

O estudante poderá ter um feedback, e compreender as distinções entre mundo do aprendizado em sala de aula o que se coloca em prática na intervenção docente em confronto com a realidade e, de com as mesmas culminam na consolidação do conhecimento para a formação profissional..

Enfaticamente, os mestres TEIXEIRA, BISCONSINI, BETTIN, BARBOSA-RINALDI, OLIVEIRA (2017, P.02) asseveram que:

O estágio é um componente curricular que se fundamenta na necessidade de aproximar o graduando do seu futuro campo de intervenção profissional. Com as experiências proporcionadas por este momento do processo formativo, o acadêmico tem a oportunidade de se ambientar com a conjuntura de sua profissão, além da possibilidade de estabelecer conexões entre os saberes trabalhados nos demais componentes curriculares e as problemáticas evidenciadas na prática.

Corroborando com os autores acima, BEZERRA (2017, p.11) acrescenta:

O estágio é um dos momentos mais importantes para a formação profissional, de qualquer profissão, e, entendemos ser o divisor de águas da formação docente. É nesse momento que o potencial profissional (em formação) tem a oportunidade de entrar em contato direto, não apenas com a realidade profissional na qual será inserido, mas tem a oportunidade de concretizar pressupostos teóricos adquiridos pela observação de determinadas vivências, leituras e pesquisas específicas e do diálogo com seus orientadores.

Assim, é possível compreender que o papel do estágio supervisionado é um processo que deve ser construído e desempenhado ao longo da formação do acadêmico. A docência supervisionada é uma ação eficaz e colaborativa para os estudantes, uma vez que engloba todos os envolvidos no processo de aprendizagem teoria e prática, caracterizando um contínuo no espaço de construção profissional.

Como dito alhures, a preparação para estágios curriculares são de suma importância nos campos de treinamento da graduação, da aprendizagem de um rol de situações sobre a realidade profissional. As experiências são significativas para os acadêmicos, pois além de serem diferenciadas de outras etapas de ensino, se enquadram como uma forma de identificar um segmento para a futura atuação profissional do estudante.

O NASF-AB

Em meados de 2008, o Ministério da Saúde criou o Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF), mediante a portaria GM n° 154, de janeiro de 2008, cuja portaria foi republicada em 04 de março de 2008. Tal criação teve como objetivo primordial apoiar a inserção da Estratégia de Saúde da Família na rede de serviços, além de ampliar a abrangência e o escopo das ações da atenção básica, e aumentar a resolutividade dela, reforçando os processos de territorialização e regionalização em saúde.

Os autores Ferreira, Cipolotti, Marques, e Miranda (2016, p.01.) em sua obra, destaca o surgimento do programa NASF pelo Ministério da Saúde e seu principal objetivo, senão vejamos:

Com o propósito apoiar a consolidação da Atenção Primária à Saúde/Estratégia da Saúde da Família (APS/ ESF), em 2008 o Ministério da Saúde (MS) criou os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), buscando ampliar a abrangência, a resolubilidade, a territorialização, a regionalização e a ampliação das ações da Atenção Básica no cuidado em saúde.

As unidades de NASFs “são equipes multiprofissionais, composta de profissionais de diferentes áreas e especialidades, que devem atuar de maneira integrada e apoiando os profissionais das equipes de saúde da família e das equipes de atenção básica para populações específicas (consultórios de rua, equipes ribeirinhas e fluviais), compartilhando práticas e saberes em saúde com as equipes de referência apoiadas, buscando auxiliá-las no manejo ou resolução de problemas clínicos e sanitários, bem como agregando práticas, na atenção básica, que ampliem o seu escopo de ofertas.” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, p.17).

O NASF é uma estratégia de saúde inovadora que consegue abrangência de suas ações interventoras devido ao fato de possuir agenda flexível, isso quer dizer que atua de maneira direta e/ou indireta atendendo as necessidades da localidade a qual encontra-se inserido.

Esse instrumento de saúde pública atua como apoio matricial das ações de saúde desenvolvidas nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) podendo atuar intersetorialmente com outros equipamento da rede da Atenção Básica (AB). A missão do NASF “*é a de apoiar o trabalho dessas equipes na Rede de Atenção à Saúde (RAS), ampliado a abrangência, o escopo e a qualidade das ações na Atenção Básica, e de contribuir para o aumento de suas capacidades de cuidado*” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015, p.45).

Para alguns autores o NASF é um programa que dentro dos últimos dez anos vem se moldando de acordo com as realidades as quais estão inseridas. De modo que,

Dentre as estratégias de promoção e prevenção de saúde a prática de atividades físicas tem sido referida como uma das ações importante. Neste sentido, uma das áreas que passou a ter a possibilidade de inserção no NASF foi a Educação Física. Entretanto, na mesma medida que isto representa importante conquista para a área, não se pode perder de vista as possíveis dificuldades encontradas pelos profissionais recentemente inseridos, haja vista que de algum modo, estes são pioneiros e apresentam um papel histórico importante para a consolidação da área neste novo e importante contexto (SOUZA e LOCH, 2011. p.06.).

Com a **PORTARIA Nº 2.436, DE 21 DE SETEMBRO DE 2017**, publicada no diário Oficial da União, o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), ganha alterações em suas diretrizes funcionais, deixando de apoiar as equipes específicas da AB, passando a atuar “de maneira integrada oferecendo suporte (clínico, sanitário e pedagógico) aos profissionais das

equipes de Saúde da Família (eSF) e da Atenção Básica (eAB)” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017,p.?). Passando assim a complementar as equipes “tradicionais” por este motivo sua nomenclatura muda para **Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB)**.

O POLO ACADEMIA DA SAÚDE

O Polo Academia da Saúde é um programa federal implantado pelo Ministério da Saúde (MS), com base nos escritos da Política Nacional Promoção de Saúde (PNPS), o programa foi instituído pela Portaria N° 791, de 07 de abril de 2011. Onde, inicialmente, tinha o *“objetivo de contribuir para a promoção de saúde e o modo de vida saudável no processo de produção de cuidado na atenção básica”* (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017. p.170.).

De acordo com a portaria n° 719, de 7 de abril de 2011. Que institui o programa Academia da saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde; in verbis:

Art. 2º O Programa Academia da Saúde tem como objetivo principal contribuir para a promoção da saúde da população a partir da implantação de polos com infraestrutura, equipamentos e quadro de pessoal qualificado para a orientação de práticas corporais e atividade física e de lazer e modos de vida saudáveis.

O artigo acima transcrito, mostra a preocupação do Ministério da Saúde com a melhoria na qualidade de vida, ou seja, com a promoção da saúde da população brasileira. Contudo, tal portaria foi revogada no ano de 2013 pela portaria n° 2.681, de 07 de Novembro de 2013, redefinindo o Programa Academia de Saúde do Sistema Único de Saúde, conforme se verifica em seu artigo 2º, in verbis:

Art. 2º O Programa Academia da Saúde tem como objetivo principal contribuir para a promoção da saúde e produção do cuidado e de modos de vida saudáveis da população a partir da implantação de polos com infraestrutura e profissionais qualificados

Em sua redefinição, o texto ministerial mantém a preocupação/objetivo de cuidados com a promoção da saúde, e amplia sua estratégia de atuação, acrescentando em sua redação os cuidados com os modos de vida saudáveis da população e usuários, porém, *“abriu mão da ênfase na realização de práticas corporais e atividades físicas para conceber os polos como espaços voltados ao desenvolvimento de **ações culturalmente inseridas e adaptadas aos territórios** e que adotam como valores norteadores de suas atividades o **desenvolvimento de autonomia, equidade, empoderamento, participação social**, entre outros.”* (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017. p.171.).

De acordo com a portaria em vigor, as ações de saúde devem obedecer estrategicamente eixos temáticos interventores, de modo que o programa consiga atingir seus objetivos com maior eficácia, como descrito no artigo a seguir, *in verbis*;

Art. 6º. As atividades desenvolvidas no âmbito do Programa Academia da Saúde serão desenvolvidas conforme os seguintes eixos:

- I - práticas corporais e atividades físicas;
- II - produção do cuidado e de modos de vida saudáveis;
- III - promoção da alimentação saudável;
- IV - práticas integrativas e complementares;
- V - práticas artísticas e culturais;
- VI - educação em saúde;
- VII - planejamento e gestão; e
- VIII - mobilização da comunidade.

Dentro das abordagens do artigo 6º da portaria nº 2681 de 07 de novembro de 2013 que redefine o Polo Academia da Saúde do Sistema Único de Saúde, é possível notar que maioria das ações interventoras de saúde são todas direcionadas aos profissionais de educação física, e do profissional da nutrição.

Os mestres Guarda, Silva, Junior, Freitas e Neto, (2014. p.63) destaca que a execução constante de atividades físicas é imprescindível para a estratégia de promoção da saúde, pois gera benefícios biopsicossociais, vejamos:

A prática regular de atividades físicas vem sendo identificada como importante estratégia de promoção da saúde, pois promove uma série de benefícios biopsicossociais, sendo considerada pelo Ministério da Saúde (MS) brasileiro como prioridade entre as estratégias da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), tanto na rede básica, quanto por meio de ações intersetoriais e de aconselhamento e divulgação.

Para o MINISTÉRIO DA SAÚDE (2009), a promoção da saúde é uma das estratégias de organização da gestão e das práticas em saúde, e que não deve ser compreendida apenas como um conjunto de procedimentos que informam e capacitam indivíduos e organizações, ou que buscam controlar determinantes das condições de saúde em grupos populacionais específicos.

Sua maior importância reside na diversidade de ações possíveis para preservar e aumentar o potencial individual e social de eleição entre diversas formas de vida mais saudáveis, indicando duas direções: (I) integralidade do cuidado e (II) construção de políticas públicas favoráveis à vida, mediante articulação intersetorial.

Conforme mencionado/descrito nos artigos da portaria nº 2681 / 2013 a seguir, in verbis;

Art. 11. O Programa Academia da Saúde é um serviço da Atenção Básica e deve promover a articulação com toda a rede de atenção à saúde do SUS, bem como com outros serviços sociais realizados na respectiva região.

Art. 12. As atividades do Programa Academia da Saúde também serão desenvolvidas por profissionais da Atenção Básica, inclusive aqueles que atuam na Estratégia Saúde da Família e nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família, quando houver.

Parágrafo único. Além dos profissionais mínimos da equipe, o Distrito Federal e os Municípios poderão acrescentar profissional (ais) de outras áreas de conhecimento para o desenvolvimento de atividades afins aos objetivos, princípios e diretrizes do Programa Academia da Saúde.

Art. 13. Fica recomendado ao Distrito Federal e aos Municípios a constituição de grupo de apoio à gestão para cada polo implantado, formado pelos profissionais que atuam no Programa Academia da Saúde e na Atenção Básica da área de abrangência do polo, por representantes do controle social e por profissionais de outras áreas envolvidas no Programa, a fim de garantir a gestão compartilhada do espaço e a organização das atividades.

Art. 14. O Programa Academia da Saúde será desenvolvido nos espaços dos polos, não havendo impedimento para extensão das atividades a outros equipamentos da saúde ou sociais.

Visando os pensamentos principais que regem os artigos acima mencionados, o Programa Academia da Saúde, torna-se um campo de trabalho bastante propício e favorável aos profissionais da área, visto que, existe um interesse mútuo entre população x profissional, para poder, além das atividades físicas, implantar em conjunto com outros profissionais, contratados pelo “gestor municipal”, uma gestão compartilhada do espaço como um todo (podendo até haver a participação do público alvo nesta gestão) e a organização das atividades.

METODOLOGIA

Este trabalho surgiu a partir da necessidade de descrever a importância do estágio supervisionado na vida acadêmica de qualquer estudante, seja em um curso de licenciatura ou de bacharelado.

Assim, esse material trata-se de um relato experiências, onde, não houve necessidade de catalogação de dados coletados. O mesmo apresenta abordagem descritiva de cunho qualitativa. Que segundo Minayo (2010, p. 22),

Corresponde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Em outras palavras, este relato expressa, a realidade encontrada e vivenciada, quanto acadêmico estagiário no campo de atuação do Profissional de Educação Física, e suas intervenções nos serviços da Atenção Básica do Município de Solânea - PB.

Neste trabalho, as ações descritas e sua aplicabilidade quanto referente às atividades físicas diárias, são diretamente relacionadas ao público-alvo e foram desenvolvidas durante o período de estágio supervisionado III, que consta de carga horária de 105 horas, e executadas durante os meses de Março a Junho, totalizando 82 dias de atividades, e realizadas nas praças de Saúde existentes no município e no Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) da cidade de Solânea PB.

Onde, são realizadas semanalmente, de segunda a Quinta-feira, das 17 às 19 horas às Práticas Corporais e Atividades Físicas (PC/AF) com os usuários do Serviço Público de Saúde do referido Município, que estrategicamente para manter a resolutividade e eficácia das abordagens em saúde, todas as segundas e quartas-feiras são realizados encontros com o **“Grupo Bem Viver”** na Praça João Elísio da Rocha (conhecida como quadra do DER), situada na Rua Eptácio Pessoa S/N. E todas as terças e quintas-feiras acontecem os encontros com o **“Grupo Viver Com Saúde”**, que são realizados na Praça Geralda Dantas (conhecida como Praça do mercado público Municipal), situada na Rua Francisco Manoel de Souza, S/N.

Além dos grupos já mencionados, existe um terceiro grupo carente de Abordagens mais específica, o **“Grupo Viver Mais”**. O mesmo é direcionado a pessoas com doenças crônicas não transmissíveis com faixa etária acima de 65 anos, e seus encontros acontecem semanalmente das 06 as 07 horas da manhã, todas as terças e quintas-feiras no CRAS, situado na rua Mestre Jorge Pereira N° 490.

dos os usuários que compõem cada um dos três grupos mencionados anteriormente, são exclusivamente do sexo feminino, sendo possível quantificar cada um deles da seguinte maneira;

- **Grupo Viver Mais**, com 51 mulheres entre 60 e 80 anos.
- **Grupo Bem Viver**, com 83 mulheres entre 30 a 60 anos.
- No **Grupo Viver Com Saúde**, temos 49 mulheres entre 30 e 85 anos.

Diante a distribuição descrita, pode-se observar que de maneira abrangente temos, em todos os grupos um total de 183 mulheres. De certa forma, esta descrição deixa claro que as pessoas a partir dos 30 anos possui certa preocupação para poder aliar qualidade de vida a exercícios físicos.

O RELATO DE EXPERIÊNCIA

LOCUS DA PESQUISA

Atuo como profissional de Educação Física da Saúde desde o segundo semestre do ano de 2014, dedicando-me especialmente a grupos terapêuticos onde desenvolvo Atividades Físicas e Práticas Corporais (PC/AF) com usuários dos equipamentos do serviço público da Atenção Básica (AB), mais especificamente, em dois programas federais implantados no município ao qual presto serviços, o Núcleo Ampliado da Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) e o Polo Academia de Saúde (PAS). Tais programas objetivam o trabalho preventivo como a promoção da saúde, a prevenção de doenças, e a melhoria na qualidade de vida da população.

Durante o primeiro semestre do ano de 2017, atendendo aos requisitos da disciplina Estágio supervisionado III, fui inserido no programa Academia da Saúde, que por sua vez é coordenado pelo Núcleo Ampliado da Saúde da Família e Atenção Básica do município de Solânea. Onde, como graduando estagiário do curso de Bacharelado em Educação Física, tive a oportunidade de vivenciar situações diretamente ligadas às patologias crônicas não transmissíveis em diferentes faixas etárias e assim criar estratégias de Promoção da Saúde e prevenção a doenças.

Ter a oportunidade de estagiar em unidades de NASF-AB e/ou em Polo Academia da Saúde é uma experiência única, pois exige muito do conhecimento teórico-prático e técnico-

científico do profissional. Esse campo de atuação requer estudos de áreas direcionados às patologias de maior predominância de cada localidade, assim é possível traçar perfis epidemiológicos e desenvolver estratégias interventoras que busquem resolutividade de cada problema identificado, como preconizado pelo Ministério da Saúde. Assim, seguindo tal linha de pensamento foi possível conhecer melhor a cidade de Solânea que apesar das dificuldades, estruturais e financeiras, dispõe de seis (06) UBSs em funcionamento na sua área urbana.

O campo da saúde pública é bastante vasto quando se tratando da atuação do PEF, porém, será tratado aqui, apenas as ações relacionadas às experiências com atividades coletivas. Para tanto, faz-se necessário falar um pouco mais sobre os grupos “**Viver Mais**”, “**Bem Viver**” e “**Viver Com Saúde**”, já mencionados anteriormente. Foram eles que tive o prazer de implantar no município, bem como as ações de PC/AF para a população, e através dessas conseguir mudar o pensamento e a visão de muitos usuários do serviço público de saúde com relação às práticas de atividades físicas regulares, os hábitos de vida, e alimentação saudável.

Mas vale salientar que no momento da implementação das atividades coletivas e criação de cada um dos grupos, não foi fácil, fazer com que algumas pessoas mudassem a sua forma de pensar e de agir quanto a rotina diária para práticas de exercícios físicos.

Por isso, que em determinados momentos das descrições das atividades iremos observar que aparecerá diversos obstáculos que de certa forma tenderá a dificultar o trabalho do estagiário, mas assim como qualquer profissional estagiário, deve-se criar modos para se chegar ao êxito das atividades e práticas coletivos dentro de cada um dos grupos por aqui já mencionados.

O primeiro e mais complexo dos obstáculos foi conseguir montar cada um dos grupos, que inicialmente surgiu do conhecimento popular da existência de um grande número de pessoas que praticavam caminhadas matinais e vespertinas pelas ruas da cidade. Surge então a iniciativa de frequentar/observar das quatro e trinta (04:30) às sete (07) horas da manhã, durante 15 dias ininterruptas os percursos dos caminhantes locais, que surpreendente em sua maioria se tratava de idosos, os mesmos através breves diálogos informais relataram os motivos que os levava a realizar tal atividade, deste modo foi constatado que a maioria dos indivíduos as realizavam por indicação médica.

O segundo passo foi visitar cada uma das UBSs da área urbana para verificar quais os números de idosos que havia em cada uma e relacioná-las as patologias predominantes.

Assim, constatou-se a existência total de 3.157 Idosos, 2.672 Hipertensos, 764 diabéticos, e 371 indivíduos com obesidade. Com base nos dados expostos é possível justificar o grande número de indicações/recomendações médicas a população realizarem caminhadas.

Definido o público alvo, a estratégia mais indicada no momento foi por meio de atividades coletivas compartilhadas, realizando orientação através de rodas de conversas e palestras sobre o autocuidado de portadores de doenças crônicas não transmissíveis (hipertensão, diabetes, obesidade e as relações com o processo de envelhecimento), mediante esses momentos foram inseridas orientações alimentares, posturais, condutas e avaliações (com o nutricionista e o fisioterapeuta do NASF-AB, respectivamente) e início dos primeiros encontros do grupo de Práticas Corporais e Atividades Físicas (com o PEF da Academia da Saúde).

Inicialmente sem credibilidade (parte dos usuários não apresentava interesses algum, pois julgava ser perda de tempo e totalmente irrelevante), não aconteceu como o esperado, havendo a necessidade da integração com os médicos de todas as UBSs urbanas. A partir daí as indicações médicas passaram a ter ²encaminhamentos para grupos terapêuticos do NASF-AB e/ou PAS, assim, dando início ao primeiro grupo de idosos do município, carinhosamente chamado de “**Viver Mais**”, neste momento foi que surgiram os demais problemas.

Então as estratégias das ações precisavam ser elaboradas de maneiras a utilizar o mínimo possível de materiais, pois os insumos de trabalhos eram escassos para o NASF-AB (que constavam de materiais direcionados às práticas fisioterapêuticas, que por sinal, eram insuficientes e em condições precárias) e inexistentes para Academia da Saúde (não dispunha de qualquer material), mesmo havendo o compromisso dos gestores para a instalação de materiais nas praças existentes na cidade, de modo que a atuação do Profissional de Educação Física na Saúde do referido município era sempre limitada a realizar palestras de Educação em saúde, finalizando com breves momentos de alongamentos e relaxamento.

E com base no **Art. 14 da Portaria nº 2681/2013**, já mencionado anteriormente, foi possível ampliar as possibilidades de atuação, tornando possível o desenvolvimento das atividades nas instalações do CRAS, onde foi disponibilizado espaço físico coberto e insumos básicos de trabalho.

² Procedimento realizado por profissionais de saúde para direcionar pacientes intersetorialmente.

O “**Viver Mais**” é um grupo composto por 51 mulheres acima dos 60 anos, onde $\frac{1}{3}$ delas são diabéticas e todas são hipertensas e com quadro de sobrepeso a obesidade grau II, e foram infectadas pelo mosquito *Aedes aegypti* e contraíram a infecção viral da febre Chikungunya, sendo necessário abordagens específicas. Essas mulheres praticam atividades físicas diariamente nos horários matinais, onde duas vezes por semana (terças e quintas-feiras) das 05:30 às 07hs (sob a orientação do PEF da academia da saúde), nas instalações do CRAS, nesses encontros são trabalhadas as valências físicas como velocidade, reflexos, coordenação motora, cognição e fortalecimentos muscular.

As atividades realizadas com essas mulheres inicialmente foram focadas no bem estar e na qualidade de vida, e seguindo esse pensamento, foi solicitado uma avaliação médica e nutricional para que pudéssemos dar continuidade ao trabalho conhecendo melhor as limitações e condições de saúde de cada uma delas, respeitando o processo natural de envelhecimento, e suas condições patológicas. Deste modo, foram inseridas atividades focadas na interação do grupo objetivando a socialização e criação de vínculos e gradativamente as atividades físicas propriamente ditas, que inicialmente tratou do desenvolvimento das capacidades elásticas, sempre associado às atividades cognitivas e ao relaxamento.

Mais adiante foi trabalhado as valências motoras relacionadas a agilidade e reflexo sempre associados a trabalhos de força e cognição. Foi dada uma atenção especial aos treinos de agilidade (claro que adaptados à faixa etária) e atividades aeróbicas como ginástica coletiva e/ou zumba (também respeitando as limitações e faixa etária), este último é a atividade que proporciona maior momento de alegria e descontração, e tem total aceitação pelo grupo, é durante as aulas com música e dança que percebemos a satisfação e prazer em realizar as práticas corporais e atividades físicas.

Com as experiências vivenciadas no “**Grupo Viver Mais**”, conseqüentemente houve um amadurecimento profissional, de modo a não repetir determinados erros, e passar a investir nas possibilidades de acertos. Assim foi possível passar para as próximas estratégias “ousadas” de ação em saúde coletiva no município. Desta vez com ações compartilhadas e integradas com equipes de saúde para um novo e arriscado desafio, focado em atender a demanda gigantesca existente no município, então o NASF-AB e a PAS juntos definiram um planos de ação dividindo o público da cidade em dois pontos estratégico, posteriormente e quase que simultaneamente e estrategicamente lançaram a proposta em duas UBSs (UBS II e UBS III).

Primeiro partindo para a UBS III, que apresenta a maior área de cobertura por famílias e consequentemente o maior número de pessoas com as patologias predominantes, deu-se início a formação de mais um grupo de Práticas Corporais e Atividades Físicas, que mais tarde recebeu o nome de “**Grupo Bem Viver**”.

Para este, a estratégia foi diferente, houve um planejamento prévio entre as equipes de saúde (NASF-AB/PAS/UBS), a definição dos ³apoiadores, as abordagens ao público alvo, e uma elaboração da proposta a ser apresentada a população. Em seguida, a equipe de Agentes Comunitários de Saúde (ACS) da UBS III realizou visitas convidando os usuários da área. Posteriormente aconteceu o primeiro encontro com a população na UBS, onde foi apresentada e esclarecida a proposta do grupo e realizado uma anamnese/triagem (com encaminhamentos e solicitações de avaliações médicas e nutricionais), finalizando o momento com atuação do PEF em um aulão de ginástica coletiva no pátio da UBS III.

O “**Grupo Bem Viver**” é um público misto composto por 83 indivíduos de sexo feminino com idades de 30 a 60 anos, dessas $\frac{3}{4}$ encontram-se em quadro de sobrepeso a obesidade II, onde temos também $\frac{1}{4}$ representando as diabéticas, e surpreendentemente todas são hipertensas. Neste grupo temos especificamente três faixas etárias distribuídas da seguinte maneira; de 30 a 39 anos com **27** usuárias; de 40 a 49 anos com **39** usuárias; e de 50 a 60 anos com **16** usuárias. Dentro desses total há uma oscilação de 40 a 60 pessoas por cada encontro, Porém, estima-se que durante as aulas esse número curiosamente chegue acima de 100 pessoas como já tem acontecido.

Este fenômeno curioso acontece devido ao fato de que todas as atividades realizadas são executadas em ambiente aberto de uma praça pública, tornando o trabalho complexo uma vez que fica inviável quantificar com exatidão e controlar todos os participantes, especialmente quando se trata de aulas de ginástica coletiva e/ou de zumba (são atividades que não requer muitos recursos para acontecer, onde basicamente só é necessário um espaço amplo e um aparelho sonoro). Por outro lado, quando se trata de treinos de agilidade ou circuito multifuncionais a realidade é outra. O número de pessoas diminui drasticamente, sendo possível controlar e supervisionar esses indivíduos.

Às Práticas Corporais e Atividades Físicas acontecem de maneira bem particular. Por se tratar de um grupo muito grande é necessário dividir em subgrupos considerando e

³ Diz respeito aos ACS que se dispõem e mantêm o compromisso de trabalhar no projeto submetendo-se a um horário especial para estarem atuando nos grupos.

respeitando as faixas etárias e as limitações de cada usuário, tornando possível manter o controle e a supervisão de cada atividade. Todas as atividades desenvolvidas são planejadas mensalmente e colocados em ⁴ cronogramas mensais que são distribuídos em todas as UBSs e demais aparelhos da AB, essa metodologia diferenciada de atuação segue esse de maneira a respeitar o calendário anual do Ministério da Saúde, que determina um tema de saúde diferente a ser trabalhado a cada mês.

Na mesma semana que ocorreu o encontro com a equipe da UBS III, também foi realizado um encontro com a equipe da UBS II, na mesma ocorreu todos os procedimentos que foram realizados com a equipe da UBS III, e assim demos início às atividades com o terceiro Grupo de Práticas Corporais e Atividades Físicas do município de Solânea que viria a ser chamado de **“Viver Com Saúde”**. Neste grupo temos em sua composição 49 indivíduos de sexo feminino, de idades entre 30 a 85 anos, onde podemos classificar em três faixas etárias de 30 a 45 com 08 usuárias; de 46 a 61 com 16 usuárias e de 62 a 85 com 25 usuárias. Dentre esse total temos um quadro de diabete com $\frac{1}{5}$, com $\frac{3}{5}$ em sobrepeso a obesidade grau III, metade delas sofrem com dores articulares provocadas pela infecção viral da febre Chikungunya (que apesar de curadas ainda sentem muitas dores, principalmente quando não estão em atividades físicas), e surpreendentemente todas são hipertensas.

Esses dados mostram que a maioria dos usuários é de público idoso, porém, no local onde são realizadas as atividades também sofre uma variação no número de participantes, podendo chegar a 60 pessoas como já tem ocorrido. Considerando a predominância de pessoas idosas e suas patologias identificadas, isso não quer dizer que as atividades aplicadas ao **“Grupo Viver Mais”** sejam semelhantes às aplicadas ao **“Grupo Viver Com Saúde”**.

Apesar das participantes serem pessoas ativas elas apresentam mais dificuldades nos quesitos coordenação motora, cognição, e reflexos, por outro lado, este grupo é o que mais surpreende quando se trata de interação de grupo, socialização e criação de vínculos. Elas são totalmente resolutiva e objetivas, são perspicazes e buscam sempre as melhores maneiras de se manter em qualidade de vida.

O trabalho realizado durante o estágio mostrou claramente que todas as intervenções realizadas com a população participante de todos os três grupos foi de incrível relevância, onde podemos perceber a evolução de cada uma dessas mulheres tanto no aspecto psicossocial quanto físico, onde houve uma melhoria significativa na qualidade de vida dessas

⁴ Plano de ação elaborado e com o objetivo melhorar a logística do trabalho. Segue em anexo

pessoas, como por exemplo, melhoria no condicionamento físico (referente a força, agilidade, reflexo, tônus muscular, percepção motora) controle das taxas metabólicas, perda de peso, ausências das dores articulares provocada pela febre Chikungunya, e melhoria nas relações sociais dentro e fora do ambiente familiar.

Essas mulheres notoriamente estão vivendo uma nova fase da vida, descobrindo novos prazeres conscientizando-se da importância do autocuidado, aprendendo que o envelhecer pode ser muito produtivo e realizador, descobrindo que ter uma vida social associada a alimentação saudável e atividades físicas regulares podem mudar drasticamente suas vidas, e que a qualidade de vida pode lhes proporcionar longevidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se concluir que, o estágio supervisionado é um instrumento fundamental na vida de um aluno estagiário e tem uma grande importância no processo de formação profissional, já que ele é constituído em um treinamento o qual possibilita ao estudante vivenciar o que foi aprendido durante as aulas das disciplinas teóricas em sala de aula na Universidade.

O Estágio, no(s) local(is) descrito(s) neste material teve e tem como grande valia, pois permitiu-me a obter conhecimentos através de um aprendizado técnico, humano e prático, com o objetivo de observar e aplicar os conhecimentos adquiridos nas disciplinas estudadas durante os períodos.

Por meio dele pude perceber as diferenças do “mundo acadêmico” para vivência no campo profissional, como também exercitar-me e adaptar-me ao mercado de trabalho do educador físico, além de enriquecer e atualizar a formação acadêmica desenvolvida.

Durante o estágio tive a oportunidade de conviver com diversas situações as quais serviram e servirão como aprendizagem e experiências para o resto da minha vida como profissional, como ponto positivo posso destacar o meu crescimento pessoal e profissional.

Acredito que de modo geral consegui em parte alcançar tanto as necessidades do público alvo que em conjunto vivenciei todo o período descrito neste relato, quanto as minhas, pois no começo, houve diversas dificuldades, me senti meio sem jeito para começar a desenvolver as atividades e pôr em prática o que aprendi em sala de aula, porém fui buscando

informações, revi diversos materiais da área, conversei com alguns profissionais e fui aos poucos perdendo o receio em pôr em prática, tudo que encontra-se descrito no relato, dessa forma consegui desenvolvê-lo tranquilamente e acredito que acima de tudo com eficiência.

Os frequentadores do grupo descrito no relato, também pelo que pude observar ficaram satisfeitos com a minha colaboração e o meu desempenho, e acredito que daqui por diante é aprender e aprender, pois só assim conseguirei sempre alcançar os meus objetivos, já que todos os dias são dias para buscar conhecimentos, aprender e estar apto às mudanças.

ABSTRACT

The material per hour presented has as main objective to report my work as a physical education professional within the Health Academy Program (PAS) and the coexistence in the health academy and health centers installed in several areas of the municipality of Solânea - PB. This study was carried out during supervised internship III, experience developed in relation to the execution of the methodologies lived in the classroom, as well as the practices performed during the internship at the health academy, where preliminary observations were made for studies and then direct interventions to from the exercises practiced by the students. The work was carried out in particular, with people over 50 years of age with whom it was possible to achieve results through the physical activities developed, both for students, who were able, during and after their development, to see the importance of the Professional of Physical Education for the practice of regular physical exercises, as in the practical-intellectual contribution of the professional himself. At the internship, I realized the importance of Body Practices and Physical Activities - PC / AF (thus recognized by the Ministry of Health - MS), to improve the quality of life of practitioners / users, in their social life, thus improving their health. The experience in the Internship was of great value, being a positive discovery, because, it made possible to know another field of action in the area of Physical Education.

Keywords: Stage, NASF-AB, Physical Exercises.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, Ailton Sérgio Leal. **Estágio Supervisionado em Educação Física: Implicações Para a Formação Docente**. Natal - RN, 2017. Disponível em: https://monografias.ufrn.br/jspui/bitstream/123456789/5449/1/Estagio%20supervisionado%20em%20educacao%20fisica_2017_TCC
Acesso em: 04/out/2018.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cadernos de atenção básica nº27, Diretrizes do NASF: Núcleo de Apoio a Saúde da Família**. Brasília - DF, 2010.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cadernos de atenção básica nº39, Núcleo de Apoio a Saúde da Família - volume 1: Ferramentas para gestão e para o trabalho cotidiano**. Brasília - DF, 2015.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Curso de Aperfeiçoamento em Implementação da Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde / Ministério da Saúde; Universidade Federal de Santa Catarina**. - 2. ed. - Brasil Ministério da Saúde, 2017.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria nº 719, de 07 de abril de 2011**. Disponível em; http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt0719_07_04_2011.html
Acesso em; 14/11/2018
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria nº 2.436, DE 21 DE SETEMBRO DE 2017**. http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html
Acesso em; 04/12/2018
- FERREIRA, Talitha Bonini. CIPOLOTTI, Mariana Dantas. MARQUES, Bruna Gabriela. MIRANDA, Maria Luiza de Jesus. **A inserção do Profissional de Educação Física nos Núcleos de Apoio a Saúde da Família: visão dos profissionais**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde. São Paulo - SP, 2016.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa social: Teoria, método e criatividade**. 29. Ed. Petrópolis: Vozes, 2010.
- NASCIMENTO, Maria Aparecida Barbosa. **O estágio supervisionado e sua contribuição no processo de formação do professor de educação física**. UEPB Campina Grande 2014.
- NETO, José de Caldas Simões. NASCIMENTO, Maria do. **O Papel do Professor-Colaborador no Contexto do Estágio Supervisionado em Educação Física: Uma Análise da Produção Científica**. Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências V.1, N.2. Icó - CE, 2018.
- Disponível em: <http://www.fvs.edu.br/riec/index.php/riec/article/viewFile/22/14>
Acesso em: 09/out/2018
- SOUZA, Silvana Cardoso de. LOCH, Mathias Roberto. **Intervenção do profissional de educação física nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família em municípios do norte do Paraná**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde. São Paulo - SP, 2011.

ANEXOS

NÚCLEO AMPLIADO DA SAÚDE DA FAMÍLIA E ATENÇÃO BÁSICA/ POLO ACADEMIA DA SAÚDE CRONOGRAMA DE ATIVIDADES DO MÊS DE ABRIL (TEMAS; SEGURANÇA DO TRABALHO E AUTISMO)				
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
Primeira Semana	As 17hs GRUPO BEM VIVER (Na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 17hs GRUPO BEM VIVER (Na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Educação em saúdeTrabalhar as capacidades elásticas	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Educação em saúdeTrabalhar as capacidades elásticas
		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Educação em saúdeTrabalhar as capacidades elásticas		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)
Segunda Semana	As 17hs GRUPO BEM VIVER (Na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 17hs GRUPO BEM VIVER (na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Treino de agilidade	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Treino de agilidade
		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO). <ul style="list-style-type: none">Treino de agilidade		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)
Terceira Semana	As 17hs GRUPO BEM VIVER (Na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 17hs GRUPO BEM VIVER (na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Educação em saúdeFortalecimento MMSS/MMII	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Educação em saúde.Fortalecimento MMSS/MMII
		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Educação em saúdeFortalecimento MMSS/MMII		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)
Quarta Semana	As 17hs GRUPO BEM VIVER (Na quadra do DER) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)	As 17hs (na quadra do DER) G. Bem Viver. <ul style="list-style-type: none">Treinamento multifuncional	As 06hs GRUPO VIVER MAIS (No CRAS) <ul style="list-style-type: none">Treinamento multifuncional
		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Treinamento multifuncional		As 17hs GRUPO VIVER COM SAÚDE (PRAÇA DO MERCADO PÚBLICO) <ul style="list-style-type: none">Ginástica coletiva (Aeróbico)

NÚCLEO AMPLIADO DA SAÚDE DA FAMÍLIA E ATENÇÃO BÁSICA/ POLO ACADEMIA DA SAÚDE
Cronograma das atividades nos grupos “bem viver” e “viver com saúde”

<i>Mês</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>
ABRIL	03/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento	04/09 Explorando a consciência corporal (Alongamento/Amplitude de movimentos) ➤ Alongamento (cada exercício deve ter aproximadamente 15 segundos) ➤ Conhecendo o corpo com movimentos que explorem a amplitude do movimento ➤ Caminhada (nível leve a moderado) ➤ Finalizando com 05 minutos de alongamento	05/09 Explorando a consciência corporal (Alongamento/Amplitude de movimentos) ➤ Alongamento (cada exercício deve ter aproximadamente 15 segundos) ➤ Conhecendo o corpo com movimentos que explorem a amplitude do movimento ➤ Caminhada (nível leve a moderado) ➤ Finalizando com 05 minutos de alongamento	06/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica 10 minutos de alongamento
	10/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento	11/09 Treino de agilidade ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de atividades <ul style="list-style-type: none"> ● Aquecimento com caminhada e trote ● Deslocamento lateral ● Deslocamento frente e costa ➤ 10 minutos de alongamento	12/09 Treino de agilidade ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de atividades <ul style="list-style-type: none"> ● Aquecimento com caminhada e trote ● Deslocamento lateral ● Deslocamento frente e costa ➤ 10 minutos de alongamento	13/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento
	17/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento	18/09 Treino de fortalecimento de MMSS (com bastão) ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de atividades <ul style="list-style-type: none"> ● Aquecimento com corrida estacionaria (05 min) ● 3 series de 15 repetições de cada um dos seguintes exercícios: flexão, extensão, adução, e abdução do ombro. ➤ 10 minutos de alongamento	19/09 Treino de fortalecimento de MMSS (com bastão) ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de atividades <ul style="list-style-type: none"> ● Aquecimento com corrida estacionaria (10 min) ● 3 series de 15 repetições de cada um dos seguintes exercícios: flexão, extensão, adução, e abdução do ombro. ➤ 10 minutos de alongamento	20/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento
	24/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento	25/09 Treino de fortalecimento de MMII ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de atividades <ul style="list-style-type: none"> ● Aquecimento com caminhada e trote intervalando a cada minuto (10 min) ● 3 series de 10 repetições de agachamento ● Poli chinelo intercalado com corrida estacionaria, intervalando a cada dois minuto (10 min.) ➤ 10 minutos de alongamento	26/09 Treino de fortalecimento de MMII ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de atividades <ul style="list-style-type: none"> ● Aquecimento com caminhada e trote intervalando a cada minuto (10 min) ● 3 series de 10 repetições de agachamento ● Poli chinelo intercalado com corrida estacionaria, intervalando a cada dois minuto (10 min.) ➤ 10 minutos de alongamento	27/09 Aeróbico dançante ➤ 10 minutos de alongamento ➤ 40 minutos de Ginastica Aeróbica ➤ 10 minutos de alongamento

Obs.:

Todas as propostas de atividades devem ser aplicadas de acordo com as necessidades e limitações de cada grupo sendo possível a divisão em sub-grupos de acordo com as faixas etárias e/ou limitações.