



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

TIAGO OLIVEIRA PEREIRA

**O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE:
RELATO DE EXPERIÊNCIA**

CAMPINA GRANDE

2022

TIAGO OLIVEIRA PEREIRA

**O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE:
RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Relato de Experiência) apresentado ao Departamento do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Regimênia Maria Braga de Carvalho.

CAMPINA GRANDE

2022

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.

P436p Pereira, Tiago Oliveira.
O profissional de educação física na unidade básica de saúde [manuscrito] : relato de experiência / Tiago Oliveira Pereira. - 2022.
14 p. : il. colorido.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2022.
"Orientação : Prof. Dr. Regimênia Maria Braga de Carvalho, Departamento de Educação Física - CCBS."
1. Profissional de educação física. 2. Unidade básica de saúde. 3. Qualidade de vida. I. Título

21. ed. CDD 613.7

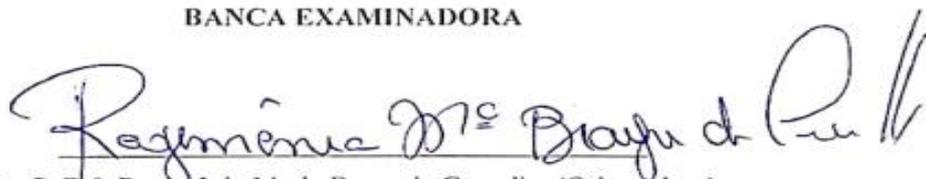
TIAGO OLIVEIRA PEREIRA

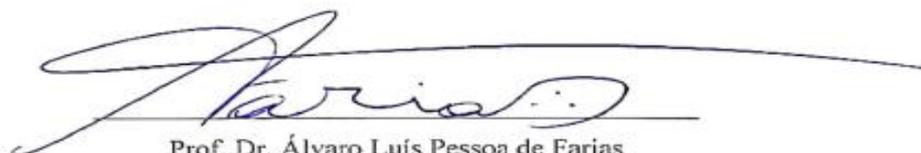
**O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE:
UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

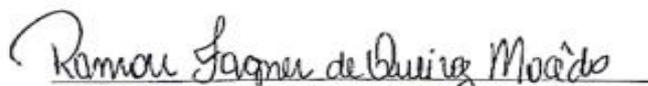
Trabalho de Conclusão de Curso (Relato de Experiência) apresentado ao Departamento do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Aprovado em: 31/07/2022.

BANCA EXAMINADORA


Prof.^a Dr.^a Regimênia Maria Braga de Carvalho (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Esp. Ramon Fagner de Queiroz Macêdo
Universidade Paulista (UNIP)

Dedico a minha família e amigos, pelo
companheirismo, amor e amizade.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	6
2	REFERENCIAL TEÓRICO	7
2.1	Contexto histórico e sociológico das unidades básicas de saúde	7
2.2	Ações do profissional de educação física na unidade básica de saúde	8
3	METODOLOGIA	9
4	RELATO DE EXPERIÊNCIA	10
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	11
	REFERÊNCIAS	12
	APÊNDICE A – REGISTROS FOTOGRÁFICOS DAS	
	VIVÊNCIAS	13

O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

PHYSICAL EDUCATION PROFESSIONAL IN THE BASIC HEALTH UNIT: AN EXPERIENCE REPORT

Tiago Oliveira Pereira¹

RESUMO

Este estudo tem como principal objetivo apresentar as vivências desenvolvidas no Estágio Supervisionado II na Unidade Básica de Saúde – UBS do município de Caturité – PB, expondo a importância do profissional de educação física na saúde pública brasileira. Por meio de ações desenvolvidas nas unidades básicas de saúde o profissional pode, juntamente com uma equipe multiprofissional, expor a população a presente necessidade de cuidado com o corpo e com a saúde, tendo como finalidade uma melhor qualidade de vida para cada paciente atendido pelo programa de saúde da família. A promoção de saúde desenvolvida pelo profissional de Educação Física tem uma função essencial na prevenção de patologias, além de auxiliar na reabilitação física e cardiopulmonar. O corrente projeto apresenta como arcabouço metodológico o modelo de estudos baseado no relato de experiência. Concluímos apontando que a orientação para uma prática de atividades físicas adequadas para a população irá promover inúmeros benefícios para a mesma.

Palavras-chave: Profissional de Educação Física, Unidade Básica de Saúde e Qualidade de Vida.

ABSTRACT

This study has as main objective to present the experiences developed in the Supervised Internship II in the Basic Health Unit - UBS of the city of Caturité - PB, exposing the importance of the physical education professional in the Brazilian public health. Through actions developed in the basic health units the professional can, together with a multidisciplinary team, expose the population the present need for care with the body and health, quality of life for each patient attended by the family health program. The health promotion developed by the Physical Education professional has an essential function in the prevention of pathologies, in addition to assisting in physical and cardiopulmonary rehabilitation. The current project presents as a methodological framework the model of studies based on the experience report. We conclude by pointing out that the orientation to practice adequate physical activities for the population will promote numerous benefits for it.

Keywords: Physical Education Professional, Basic Health Unit and Quality of Life.

¹Graduando no Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba. Graduado na Licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual da Paraíba. Graduando da Licenciatura em Pedagogia pelo Centro Universitário Internacional – UNINTER.

1 INTRODUÇÃO

As Unidades Básicas de Saúde são geralmente instaladas nas proximidades geográficas de seus usuários com o objetivo de facilitar o acesso e a disponibilidade a uma saúde pública adequada e eficiente para cada membro da comunidade. Elas oferecem uma vasta quantidade de serviços executados pelo SUS (Sistema Único de Saúde), como por exemplo, o processo de triagem que possibilita determinar a prioridade de atendimento e tratamento dos pacientes, consultas médicas para análise da enfermidade, tratamento bucal, acompanhamento da enfermagem durante o processo de atendimento, vacinas, curativos, distribuição de medicamentos, entre muitos outros.

A vivência na Unidade Básica de Saúde possibilita o ato de enxergar como cada cidadão ao se deparar com múltiplas situações adversas quanto a sua saúde - ou a de membros familiares próximos a ele - pode supri-las após chegar a UBS e receber a atenção primária por parte dos profissionais responsáveis. A atenção primária por meio da UBS é a principal fonte de acesso do Sistema Único de Saúde a população brasileira, sendo assim uma entidade conscientizadora e formadora de conhecimentos básicos para a sociedade.

Com base em Melo *et al.* (2018), em seu estudo sobre a Unidade Básica de Saúde, a atenção básica “inicia-se com o ato de acolher, escutar e oferecer resposta resolutiva para a maioria dos problemas de saúde da população, minorando danos e sofrimentos e responsabilizando-se pela efetividade do cuidado”.

Tendo em vista a importância da atenção primária, devemos abordar uma prática fundamental na busca por uma vida saudável, a atividade física. Tal prática auxilia não apenas na recuperação dos pacientes, mas também os auxilia na prevenção de possíveis enfermidades futuras além de proporcionar uma melhor qualidade de vida para os seus adeptos.

A promoção de saúde desenvolvida pelo profissional de Educação Física tem uma função essencial na prevenção de patologias, além de auxiliar na reabilitação física e cardiopulmonar. Sendo assim, ele avalia cada paciente para conhecer suas peculiaridades e limitações físicas, buscando melhor se adaptar a necessidade de cada paciente. O Profissional de Educação Física orienta onde cada exercício deve ser executado, os respectivos intervalos de descanso de um exercício para outro, além de sua intensidade e duração dos movimentos. Todas essas práticas são adotadas para uma melhor segurança do praticante durante a sua execução.

Dado o exposto, a UBS tem um papel primordial nos cuidados com a saúde da população, sendo ela o principal acesso do SUS com a sociedade, além de compreender a

importância do exercício físico ao atendimento primário da saúde pública e sua necessidade indispensável na busca por uma melhor qualidade de vida.

Este estudo tem como principal objetivo apresentar as vivências desenvolvidas no Estágio Supervisionado II na Unidade Básica de Saúde – UBS do município de Caturité – PB, expondo a importância do profissional de educação física na saúde pública brasileira.

Apresentaremos a seguir o contexto histórico da unidade básica de saúde e seu processo de desenvolvimento até os presentes dias, assim como também mostraremos um arcabouço teórico sobre as ações do profissional de Educação Física dentro da UBS e a sua importância no processo de reabilitação do paciente.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Contexto histórico e sociológico das unidades básicas de saúde

Surgidas na década de 1980, as Unidades Básicas de Saúde (UBS), conhecidas ainda hoje por alguns como “postos de saúde”, tinham por objetivo uma melhor organização dos serviços de atendimento primários a saúde da população, possibilitando uma maior eficácia nos tratamentos oferecidos. Sendo o principal ponto de acesso do Sistema Único de Saúde (SUS) a população, cada Unidade de Saúde se responsabilizava por uma determinada área geográfica e a elas cabiam às ações básicas de prevenção, promoção e recuperação segundo o grau de complexidade de cada caso (CHIAPINOTTO *et al.*, 2007).

A atenção básica inicia do ato de acolher, ouvir e fornecer respostas decisórias para os principais problemas de saúde dos cidadãos, diminuindo os danos e se tornando responsável pelo cuidado da população. Com o surgimento do SUS em 1990, tem início no Brasil uma transformação nas políticas de saúde, visando um melhor desenvolvimento no processo de assistência, tendo como base a equidade e a integridade do indivíduo em sofrimento. Já em 1994 surge por meio do Ministério da Saúde o Programa de Saúde da Família (PSF), possibilitando ao núcleo familiar o efetivo acesso à saúde pública e melhores atendimentos por parte da assistência básica. (MELO *et al.*, 2018).

A Atenção Básica por meio da UBS, é compromissada com a promoção de saúde da população de sua área geográfica. Ela possui em sua composição uma equipe multiprofissional que trabalha de forma interdisciplinar, sendo alguns deles o fisioterapeuta, o nutricionista, o psicólogo, o profissional de educação física, o enfermeiro, o médico

plantonista, entre outros. É responsável pelo cuidado com a saúde de uma população entre 2400 a 4000 pessoas em seu território de abrangência (BRASIL, 2006).

“A equipe da Unidade Básica de Saúde deve se constituir tanto como o primeiro contato, como o contato longitudinal e perene do usuário com o SUS (BRASIL, 2006, p. 15).” A esse respeito, Medeiros *et al.* (2010) chama a atenção para o processo de acolhimento à população, onde ele passa a ser um instrumento de serviço adequado para o cidadão, não mais se limitando a recepção de um paciente, mas se tornando uma sequência de atos e modos de se fazer o cuidado no processo trabalho da saúde.

O acolher tem início no instante inicial do contato com o paciente, um processo de ouvir e dar atenção que torna o processo da assistência básica na UBS mais humanizado, e que acaba, por influência, auxiliando na organização de uma sociedade mais empática, passíveis a mudanças de acordo com a necessidade e menos individualistas.

A qualidade do atendimento ao usuário implica em comunicar disponibilidade e interesse, demonstrar compreensão e ajudá-lo a descobrir alternativas para seu problema (MEDEIROS *et al.*, 2010, p. 4).

Dialogaremos adiante, a respeito da necessidade do profissional de Educação Física na equipe multiprofissional de atendimento da atenção básica na Unidade Básica de Saúde.

2.2 Ações do profissional de educação física na unidade básica de saúde

Compreendendo a necessidade de um trabalho multidisciplinar para apoiar a atenção básica ao cidadão, o Ministério da Saúde criou em 2008 os Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) buscando ampliar a abrangência do cuidado à saúde em todo o território nacional. Poderão compor as o NASF os seguintes profissionais: Assistente Social; Profissional de Educação Física; Farmacêutico; Fisioterapeuta; Fonoaudiólogo; Médico Ginecologista/Obstetra; Nutricionista; Médico Pediatra; Psicólogo; Médico Psiquiatra; entre outros profissionais (FERREIRA *et al.*, 2016).

Aos profissionais corresponde a responsabilidade de promover ações e serviços que considerem os determinantes e condicionantes da saúde e, ao mesmo tempo, promover práticas educativas que contemplem as condições de vida, com o propósito de conscientizar os usuários e a comunidade para escolhas e condições de vida saudáveis (FERREIRA *et al.*, 2016, p. 2).

A atividade física desenvolvida pelo profissional de educação física é atualmente uma área de importante destaque no meio científico com a finalidade da promoção de saúde, bem estar e qualidade de vida para a população, entretanto, ainda é possível notar que esse

conhecimento é pouco aplicado ao serviço da Saúde Pública. Nesse aspecto, a unidade básica de saúde (UBS) juntamente com o Programa de Saúde da Família (PSF) representa uma alternativa de instrução no modo de se cuidar da atenção à saúde, e tem dentre suas diretrizes a multidisciplinaridade. Com isso, a UBS se apresenta como um possível campo de intervenção do Profissional de Educação Física, que é capaz de desenvolver ações de promoção, proteção e recuperação da saúde (COQUEIRO *et al.*, 2006).

Esse profissional, em conjunto com outros da área da saúde, é capaz de desenvolver ações de prevenção, proteção e recuperação da saúde, proporcionando práticas de vida saudável, dando suporte ao processo como um todo, facilitando o êxito do trabalho proposto pelos programas do governo que objetiva uma boa qualidade de vida. (OLIVEIRA, 2011, p. 1).

A prática regular de exercício físico é capaz de prevenir doenças, principalmente àquelas que envolvem desdobramentos cardiometabólicos. Além disso, a atividade física é muito utilizada também como forma de tratamento e reabilitação de patologias que envolvam não somente componentes cardiovasculares e metabólicos, mas também doenças que envolvam ossos e articulações, sendo o profissional de educação física, o responsável pela promoção de tais práticas.

Diante disso, Silva (2013) *apud* Silva (2019, p. 3) expõe que

[...] o profissional de educação física é capacitado para intervir através da prevenção, promoção e reabilitação da saúde por meio da educação, oferecimento de eventos, lazer e esportes, desempenhando deste modo, atividades muito importantes no âmbito da saúde coletiva.

O profissional de educação física é o especialista da área da saúde responsável por desenvolver atividades que proporcionem um progresso na condição física do paciente. Quando tal ação ocorre por meio de uma iniciativa pública, como a disponibilizada na UBS por meio do NASF, acaba tornando-se mais acessível para o cidadão, tendo em vista que a maior parte da população não dispõe de um poder aquisitivo para contratar serviços privados do profissional.

Argumentaremos adiante a respeito dos termos metodológicos utilizados no desenvolvimento desse estudo.

3 METODOLOGIA

O presente trabalho está caracterizado em um relato descritivo qualitativo de uma experiência durante o Estágio Supervisionado II, que possa contribuir de forma relevante para

sua área de atuação. Ele traz as motivações ou metodologias para as ações tomadas na situação e as considerações/impressões que a vivência trouxe àquele que a viveu. De acordo com Daltro *et al.* (2019), o relato de experiência caracteriza-se por uma multiplicidade de opções teóricas e metodológicas; e valoriza a explicitação descritiva, interpretativa e compreensiva de fenômenos, circunscrita num tempo histórico.

O presente relato de experiência se configura como um trabalho de conclusão de curso e aponta para as vivências e experiências desenvolvidas pelo aluno do Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, Tiago Oliveira Pereira, no Estágio Supervisionado II na Unidade Básica de Saúde – UBS do município de Caturité – PB.

4 RELATO DE EXPERIÊNCIA

A vivência em questão pode ser experimentada durante o segundo semestre letivo de 2021, no estágio supervisionado II sobre a orientação da Professora Doutora Doris Nobrega de Andrade Laurentino. O campo de estágio escolhido para o desenvolvimento do mesmo foi na unidade básica de saúde da cidade de Caturité – PB, sobre a supervisão da profissional de educação física Flávia Faustino.

É no estágio supervisionado, o momento que o acadêmico deve começar a adquirir experiências práticas da profissão. É também, um momento em que o acadêmico reafirma sua escolha profissional de ser professor, pois até então os conhecimentos que a maioria dos acadêmicos possui sobre a profissão é apenas teórico.

O estágio supervisionado é considerado o momento em que as teorias aprendidas pelos acadêmicos são aliadas à prática bem como o momento em que o futuro profissional experimenta e atua efetivamente em seu campo de formação (CORTE *et al.*, 2015, p. 1).

Durante o processo de estágio pudemos passar por reuniões juntamente com demais profissionais (fisioterapeuta, nutricionista, psicóloga) que compunham a equipe multiprofissional de atendimento do NASF, e tínhamos como finalidade o planejamento das ações posteriormente desenvolvidas, tal como a delimitação de metas para execução das atividades previstas.

A importância desse profissional pode ser avaliada pela responsabilidade que possui, uma vez que, um programa de exercícios mal elaborado, pode causar ao praticante hipoglicemia, sangramento na retina, perda de proteínas na urina, complicações cardíacas e até morte súbita, principalmente se o indivíduo for também hipertenso além de diabético. Os participantes devem ter seus níveis glicêmicos adequados para obter as vantagens proporcionadas pelo exercício, pois do contrário a probabilidade

de riscos do exercício físico pode ser maior do que a de benefícios (DIAS *et al.*, 2007, p. 3).

No decorrer das ações podemos desempenhar momentos de conscientização com a população presente na UBS por meio de palestras que visavam esclarecer sobre a importância do exercício físico regular para uma vida saudável, prevenindo doenças e patologias, como também proporcionando uma qualidade de vida melhor. Além disso, de forma prática, podemos demonstrar para os grupos especiais em atendimento (diabéticos, hipertensos, gestantes, lactantes, idosos) exemplos de atividade física adequada para reabilitação e/ou fortalecimento em seu estado atual.

Após cada momento, era oferecido aos ouvintes um momento para exporem dúvidas e apontarem uma opinião quanto as nossas ações de conscientização, uma pequena mesa de redonda de debates com a finalidade de melhorar cada vez mais as atividades da equipe multidisciplinar e oferecer o melhor serviço à população.

No decorrer do projeto serão expostas as considerações finais do presente estudo em nível de graduação.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante ressaltar a exposição da necessidade de inserção/manutenção do profissional de educação física no atendimento de atenção básica, podendo ter como ambiente de execução a Unidade Básica de Saúde no contexto da saúde pública, voltada para a saúde da família.

Constata-se que o papel da Educação Física é de grande valia e de suma importância para o Programa de Saúde da Família, uma vez que, por meio de uma grande variedade de ações a ser desenvolvida, a atividade física, por si só, já desempenha um acréscimo à saúde e à qualidade de vida. Por meio de palestras, jogos, brincadeiras e ginásticas é possível chegar-se ao bem-estar, a alegria e uma série de benefícios ao organismo.

Diante disso, finalizamos apontando que a orientação do profissional de educação física para uma prática de atividades físicas adequadas para a população irá promover inúmeros benefícios para a mesma. Através de uma melhor qualidade de vida para o cidadão, as pessoas e o próprio governo poderiam evitar gastos tendo em vista uma menor necessidade de medicamento e um gasto inferior com eles.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Manual de Estrutura Física das Unidades Básicas de Saúde. **Saúde da Família**. Brasília – DF, 2006.
- CHIAPINOTTO, L. et al. O modo de Fazer Saúde: Reflexões sobre o cotidiano de uma unidade básica de saúde de Porto Alegre - RS. **Saúde e Sociedade**, v.16. Porto Alegre – RS, 2007.
- COQUEIRO, R. S. et al. Inserção do professor de educação física no Programa de Saúde da Família. Discussões preliminares. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, 2006.
- CORTE, A. C. D. et al. O Estágio Supervisionado e sua Importância para a Formação Docente Frente aos Novos Desafios de Ensinar. **XI Congresso Nacional de Educação**, 2015.
- DALTRO, M. R. Relato de Experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. **Psicologia Clínica e Psicanálise**, 2019.
- DIAS, J.A. et al. A importância da execução de atividade física orientada: uma alternativa para o controle de doença crônica na atenção primária. **EFDeportes.com**. Buenos Aires, 2007.
- FERREIRA, T. B. et al. A inserção do Profissional de Educação Física nos Núcleos de Apoio a Saúde da Família: visão dos profissionais. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. São Paulo - SP, 2016.
- MEDEIROS, F. A. et al. Acolhimento em uma Unidade Básica de Saúde: a satisfação do usuário em foco. **Rev. Salud Pública**. Natal – RN, 2010.
- MELO, G. A. et al. Unidades Básicas de Saúde: Uma análise à luz do programa nacional de melhoria do acesso e da qualidade a atenção básica. **Temas de Saúde**. João Pessoa – PB, 2008.
- OLIVEIRA, C. S. O profissional de Educação Física e a sua atuação na saúde pública. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, 2011.
- SILVA, D. L. O profissional de educação física na saúde pública: atividade física e o nasf. **Brasil Escola**. 2019.

APÊNDICE A

REGISTROS FOTOGRÁFICOS DE ALGUNS MOMENTOS DO ESTÁGIO

Figura 1 – Instrução sobre uma prática de atividade física segura



Fonte: Próprio autor, 2022.

Figura 2 – Palestra sobre o exercício físico na terceira idade



Fonte: Próprio autor, 2022.

Figura 3 – Exposição dos benefícios do exercício físico para uma melhor qualidade de vida



Fonte: Próprio autor, 2022.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ser sempre meu guia e porto seguro em todos os momentos de minha vida, andar ao seu lado me traz segurança mesmo em meio aos maiores desafios.

A minha família por sempre acreditar em mim e em cada um de meus sonhos. Por de forma abnegada dar o melhor para que eu pudesse passar e suportar a cada novo passo de minha jornada.

Aos meus amigos e colegas de curso pelo companheirismo e confiança depositada em mim. Juntos seremos sempre mais fortes.

A minha orientadora Prof^a. Dr^a. Regimênia Maria Braga de Carvalho, por cada ensinamento e conselhos passados durante a construção desse projeto. Sua paciência e resiliência, sua forma de trabalhar e seu amor a profissão são exemplos que transcendem o cunho acadêmico. Meu muito obrigado por seu exemplo!