



**Telessaúde**  
Santa Catarina



apresentam

# **Academia da Saúde: qualidade de vida à disposição de todos em Flor de Sertão/SC**

**ADRIANO PEREIRA**

Enfermeiro da Estratégia Saúde da Família, atua em Flor do Sertão/SC

# FLOR DO SERTÃO/sc

- É um município de pequeno porte, com área de 58 Km<sup>2</sup>, situado na Região Sul do Brasil, Extremo Oeste do Estado de Santa Catarina e integra a Associação dos municípios Entre - Rios (AMERIOS);
- População estimada de 1588 habitantes (IBGE);
- Possui 564 famílias, totalizando 1.710 habitantes, sendo 879 do sexo masculino, 831 do sexo feminino e 69% das famílias residem na área rural;
- As crianças de zero a nove anos compreendem o número de 190, jovens de 10 a 19 somam 292, adultos de 20 a 59 anos somam um total de 902 pessoas e os idosos compreendem um total de 326;



# ATENÇÃO BÁSICA EM FLOR DO SERTÃO/SC

- Possui uma UBS com uma equipe ESF, uma equipe NASF e uma ESB;
- O presente trabalho é um relato de experiência desenvolvido pelos profissionais das equipes ESF e NASF que atuam diretamente e indiretamente no Programa da Academia da Saúde;
- Principais agravos em saúde: doenças cardiocirculatórias e patologias da ordem musculoesqueléticas;
- A Academia da Saúde foi inaugurada em agosto de 2017, atuando desde então na perspectiva da promoção da saúde.



# ACADEMIA DA SAÚDE E NOVAS PERSPECTIVAS DE PROMOÇÃO DE SAÚDE

- O Programa Academia da Saúde atualmente é regido pelas Portarias nº [1.707/GM/MS, de 23 de setembro de 2016](#), e nº [2.681/GM/MS, de 7 de novembro de 2013](#)
- Foi criado em 2011 visando principalmente à promoção de práticas corporais e atividades físicas com diretrizes específicas, estrutura e quadro de profissionais diferente das estruturas tradicionais dos serviços de saúde;
- Foi redefinido em 2013, com seu objetivo ampliado para contribuir para a promoção da saúde e produção do cuidado e de modos de vida saudáveis da população, configurando nova porta de entrada e novas possibilidades de encontros e aproximações com os usuários;
- Atua articulado com os demais serviços, favorecendo maior integralidade nos projetos terapêuticos e vínculos entre a comunidade local e os serviços.



# ARTICULAÇÃO COM A REDE DE SAÚDE



# FORMAS DE ADESÃO

ADESÃO - Parte de uma análise da situação de saúde do município, identificando a necessidade e as potencialidades.

FORMAS DE ADESÃO: via recursos do Programa ou via emendas parlamentares.

INSCRIÇÃO: via SISMOB - Sistema de Monitoramento de Obras e precisa ter edital aberto para a inscrição de novas propostas tanto para via recursos ou emendas parlamentares.

# RECURSOS E MODALIDADE



- O Programa prevê recursos de investimento para construção do polo e recurso de custeio para manutenção e funcionamento, de acordo com as três modalidades de polos da Academia da Saúde:
- Modalidade Básica: R\$ 80.000,00 – 300 m<sup>2</sup>;
- Modalidade Intermediária: R\$ 100.000,00 – 312 m<sup>2</sup>;
- Modalidade Ampliada: R\$ 180.000,00 – 550 m<sup>2</sup>.



# **Relato de experiência de Flor do Sertão/SC**

# POLO ACADEMIA DA SAÚDE DE FLOR DO SERTÃO/SC



2014 -  
Inaugurado no  
mês de agosto  
para apoio  
direto da toda  
equipe de  
Atenção Básica  
e demais  
serviços.

**O espaço físico apresenta  
dimensões de 604,82m<sup>2</sup>  
de área construída**

Conta com dois  
profissionais de  
educação física  
que compõem a  
equipe da saúde  
ESF/NASF



O investimento das obras  
contaram com valor  
licitado de R\$ 234.944,00,  
sendo destes R\$  
180.000,00 repasse do  
Governo Federal e R\$  
54.944,00 contrapartida  
municipal

Investimento de  
aproximadamente  
R\$ 80.000,00 em  
aquisição de  
equipamentos  
internos

# FLUXO DAS ATIVIDADES



# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Programa Mexa-se:**
- Tem o objetivo de desenvolver ações de promoção de saúde através da realização regular de atividades físicas, treinamento da força e resistência muscular, incentivo aos contatos sociais, manutenção ou desenvolvimento de equilíbrio e flexibilidade, aquisição de hábitos saudáveis e melhora da autoestima na pessoa idosa;
- **Responsáveis:** educadora física e fisioterapeuta;





# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Grupo Viver a Vida:**
- Tem por finalidade a inclusão e socialização de pacientes com dificuldade com a coordenação motora e deficiência mental;
- Os encontros são realizados mensalmente na Unidade de Saúde e na Academia da Saúde, com a realização de atividades de arte-terapia, recreativas, artesanais;
- **Responsáveis:** a farmacêutica da Unidade em rede com o CRAS;







# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Voltando a Sorrir:**
- Projeto de Saúde Mental com uma proposta de acompanhamento interdisciplinar, que visa contribuir para o tratamento de fazendo o uso contínuo de medicamentos pertencentes à Portaria da ANVISA nº 344 de 12 de maio de 1998;
- As atividades do grupo são realizadas semanalmente, onde é realizada uma roda de conversa com o tema escolhido pelo grupo, atividades artesanais, realização de atividades físicas;
- **Responsável: educadora física e psicóloga**





# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Medida Certa:**
- Desenvolvido com crianças de 6 a 11 anos com índice de sobrepeso, tem como objetivo melhorar a qualidade de vida através de implantação de atividades práticas e educativas que contribuam para a eficácia do tratamento e prevenção da obesidade, promovendo hábitos de vida saudáveis;
- As atividades são realizadas mensalmente na Academia de Saúde;
- **Responsáveis:** Educadora Física e nutricionista NASF;



# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Treinamento funcional kids:**
- Tem como principal objetivo criar hábitos saudáveis melhorando a coordenação motora e psicomotora, o equilíbrio, a resistência e a velocidade e controle de peso;
- O grupo atende crianças de faixa etária de 6 a 12 anos, em dois dias da semana e turnos;
- **Responsáveis: equipes NASF e ESF**





# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Grupo de coluna:**
- Trata-se de um programa de caráter educativo, direcionado a prevenção de problemas de coluna, geralmente, decorrentes de hábitos inadequados, que tem como finalidade capacitar o aluno a proteger-se ativamente de lesões durante seus movimentos nas suas atividades de vida diária e profissional;
- As atividades do grupo acontecem semanalmente;
- **Responsáveis:** educadora física e fisioterapeuta;





# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Pilates:**
- Destinado à municipalidade que necessita de modalidades alternativas de tratamento. A ação surgiu da necessidade emergente devido o grande índice de munícipes buscarem o serviço de saúde apresentando diversas patologias de ordem musculoesqueléticas;
- Recebe pessoas de ambos os sexos e de faixas etárias diversas, acontece em três turnos;
- **Responsável: educadora física**





# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Mixturadão:**
- O grupo Mixturadão foi criado para a população de ambos os sexos e da faixa etária acima de 14 anos, tem como objetivo proporcionar uma vida saudável aos participantes. O conceito, antes de tudo, gira em torno de fazer amigos, se divertir e buscar saúde; são realizados exercícios físicos e práticas corporais como: dança, treinamento funcional, Hiit, GAP;
- **Responsável: educadora física;**





# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Grupo de Diabéticos :**
- Atualmente o município conta com aproximadamente 60 diabéticos. Para atender esse grupo é realizado encontro mensal com educação em saúde e acompanhamento domiciliar contínuo com conferência medicamentosa, bem como incentivo à prática de exercício físico;
- **Responsável:** enfermeiro e educador físico;



# GRUPOS DE ATIVIDADES

- **Grupo de gestantes:**
- Buscando preparar a mulher para o parto e puerpério são realizados encontros quinzenais com acompanhamento médico, arteterapia e exercícios físicos;
- **Responsável:** enfermeira e educadora física;



# CONTRIBUIÇÃO DA ACADEMIA DA SAÚDE

- No município de Flor do Sertão, que conta com o Polo da Academia da Saúde em funcionamento desde 2014, os serviços têm se tornado referência do ponto de vista epidemiológico;
- As diversas modalidades oferecidas apresentam melhor percepção de satisfação com a saúde, também é aferível a melhora do perfil epidemiológico individual;
- Atualmente são beneficiados aproximadamente 200 munícipes através dos programas oferecidos, que participam de forma regular;

# CONTRIBUIÇÃO DA ACADEMIA DA SAÚDE

- Redução de dislipidemias, fortalecimento muscular, diminuição do percentual de gordura e aumento de massa magra, melhoramento das queixas de dor, além de um completo bem estar físico e mental;
- Avançamos para a ampliação da compreensão do exercício físico como potentes ferramentas de transformação biopsicossocial, reconhecendo que essas práticas favorecem a obtenção de benefícios biológicos à saúde individual;
- Fortalecendo equidade, a autonomia, o empoderamento e protagonismo do sujeito, além de contribuir para a integralidade e sustentabilidade do cuidado no sistema de saúde;

# REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 719, de 7 de abril de 2011. Institui o Programa Academia da Saúde. no âmbito do Sistema Único de Saúde. **Diário Oficial da União**. 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 354, de 10 de Março de 2014. Institui “Boas Práticas para organização e funcionamento de serviços de urgência e emergência”. **Diário Oficial da União** 2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – 3. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Flor do Sertão-SC, 2008. Disponível em:<<http://www.cidades.ibge.gov.br/painel/historico.php?lang=&codmun=420535&search=santa-catarina|flor-do-sertao|infograficos:-historico>>.
- FLOR DO SERTÃO/SC. Dados do município, 2018. Disponível em:<<http://www.flordosertao.sc.gov.br/>>.
- NOGUEIRA, Vera Maria Ribeiro. A importância da equipe interdisciplinar no tratamento de qualidade na área da saúde. **Revista Katálisis**. Florianópolis, SC, v. 0, n. 3, p. 40 – 48, 1998.

# Perguntas e respostas



**Avalie a webpalestra de hoje:**

<https://goo.gl/forms/xSMaKIFM6I9IFS652>