

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

IMPORTÂNCIA DO PROGRAMA AGITA BREJO ALEGRE PARA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DA POPULAÇÃO LOCAL.

Andréa Maria Castilho 1, Lilian Aparecida Jacob 1, Maristela Paula Amoroso 1, Emerson Abel Roseiro Pereira 1, Fernanda Carolina Benício Dos Santos 1

1 Prefeitura Municipal De Brejo Alegre - Prefeitura Municipal De Brejo Alegre

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Brejo Alegre, município paulista, apresenta as doenças crônicas não transmissíveis como um de seus principais problemas de saúde pública. Diante desse quadro, foi implantado em 2007, o Programa Agita Brejo Alegre. Este trabalho objetiva descrever a experiência de tal programa como meio da adoção de modos de vida mais ativos e saudáveis. O programa está organizado basicamente em atividades pontuais direcionadas à conscientização sobre temas de promoção de saúde, oferecimento de atividades físicas regulares e articulações intersetoriais para ampliação dos espaços públicos para realização de atividades físicas. Os principais resultados obtidos foram aumento do número de participantes nas atividades pontuais e permanentes, contribuição na redução da prevalência de hipertensos, além da concretização das articulações intersetoriais. Portanto, mostra-se fundamental sua manutenção como integrante das medidas para redução da morbimortalidade das doenças crônicas não transmissíveis e consequentemente, melhora da qualidade de vida da população.

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) representam a principal causa de mortalidade e incapacidade no mundo inteiro, principalmente doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade, câncer e doenças respiratórias¹. As DCNT são de etiologia multifatorial e compartilham vários fatores de risco modificáveis como o tabagismo, a inatividade física, a alimentação inadequada e a obesidade². Brejo Alegre, município do oeste paulista, possui 2790 habitantes (estimativa IBGE 2016). Pertence à área de abrangência da Direção Regional de Saúde de Araçatuba, possuindo uma Unidade Básica de Saúde da Família e apresentando as doenças crônicas não transmissíveis como um de seus principais problemas de saúde pública. Diante desse quadro e tendo-se em vista os claros benefícios da prática regular de atividade física, da boa postura corporal, da alimentação saudável e da prevenção do tabagismo para mudança desse panorama, foi implantado em 2007, o Programa Agita Brejo Alegre.

OBJETIVOS

Objetiva-se descrever a experiência de tal programa na melhora da qualidade de vida da população local por meio da adoção de modos de vida mais ativos e saudáveis, como prática regular de atividade física, boa postura corporal, alimentação saudável e prevenção do tabagismo.

METODOLOGIA

O programa está organizado basicamente em: • Atividades pontuais direcionadas à conscientização sobre importância da atividade física, alimentação saudável, boa postura corporal e prevenção do tabagismo. São elas: Dia Mundial da Atividade Física, Dia do Trabalhador Ativo, Dia Mundial Sem Tabaco, Agita Galera, Dia Idoso Ativo, Semana Educação Postural e Alimentação Saudável, Noite do Agita e Encerramento Projeto Terapêutico Singular.

- Oferecimento de atividades físicas regulares: SESI (musculação/ hidroginástica), musculação, vôlei adaptado, loga, pilates, pilates para gestantes, educação postural, ginástica laboral, balé, jazz, ginástica localizada, zumba, natação, hidroginástica, avaliação física e avaliação postural.
- Incentivar articulações intersetoriais para melhoria e ampliação dos espaços públicos para realização de práticas corporais/ atividades físicas.

RESULTADOS

Os principais resultados incluem: • Aumento significativo do número de participantes nas atividades pontuais de 1247 em 2007 para 3664 em 2016; • Aumento do número médio de participantes mensais nas atividades permanentes do programa de 89,71 em 2007 para 734,95 em 2016; • Redução da porcentagem de hipertensos de 20,3% em 2006 (anterior ao Programa) para 17,16% em 2016; • Tivemos também a conquista dos seguintes espaços públicos para a prática de atividades físicas desde a implantação do Programa: Praça Central com equipamentos ao ar livre e Praça do Idoso, Conjunto Aquático, Pista de Ciclismo e Caminhada e Academia da Saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, o Programa Agita Brejo Alegre está conseguindo aumentar a adesão da população local, como pode ser demonstrado pelo aumento dos participantes nas atividades pontuais e permanentes. Além disso, demonstrou contribuir na melhora de indicadores de saúde como a prevalência de hipertensos. Destaca-se também sua contribuição nas articulações intersetoriais para melhoria e ampliação dos espaços públicos para realização de práticas corporais/ atividades físicas. Portanto, mostra-se fundamental sua manutenção como integrante das medidas cabíveis para redução da morbimortalidade das doenças crônicas não transmissíveis e conseqüentemente, melhora da qualidade de vida da população local.