



CONEXÃO UNIFAMETRO 2022

XVIII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

OS BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS NO TRATAMENTO DE DEPENDENTES QUÍMICOS

Ravena Olinda Teixeira; Roberta Oliveira da Costa; Julia Rocha Ribeiro; Thaís Freires Vasconcelos; Leila Maria Pereira do Nascimento; Jurandir Fernandes Cavalcante

Ex. Docente - Centro Universitário Fametro – Unifametro

ravenaolinda@gmail.com; roberta.costa@professor.unifametro.edu.br; juliarocharibeiro20@gmail.com; thais_farias13@hotmail.com; leila.maria@hotmail.com; ; jurandir.cavalcante@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Processo de Cuidar

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: X Encontro de Iniciação à Pesquisa

Atualmente há um índice crescente de usuários de drogas e do aumento da venda e do consumo destes entorpecentes no mercado. O uso destas substâncias ao serem introduzidas proporcionam mudanças no organismo, podendo alterar ou modificar suas funções. A necessidade do consumo de drogas muitas vezes ocorre para obter sensações de prazer, ilusão ou eliminar algum tipo de dor. Por ser uma substância entorpecente, alucinógena ou excitante. O estudo tem por objetivo confirmar a importância das atividades físicas no processo de recuperação de dependentes químicos, servindo tanto para a reabilitação, prevenção e para dar qualidade de vida aos usuários, oferecendo-lhes prazer e bem-estar. Para tanto procede-se à metodologia feita a partir da análise de conteúdo dos assuntos proposto utilizando a pesquisa bibliográfica da literatura disponível para tais fundamentações. Os resultados apresentados na nossa pesquisa, indicou que a prática da atividade física está associada a produção de grande quantidade de substâncias hormonais, que proporcionam ao ser humano estado de prazer e relaxamento, como, por exemplo, a endorfina que é um neuro-hormônio produzido pelo cérebro durante e depois da realização de atividades físicas, nos dando a sensação de prazer e bem-estar. Podemos também destacar a serotonina que atua como regulador do humor, sono, apetite, ritmo cardíaco, temperatura corporal, sensibilidades e funções cognitivas, que por sua vez atua na prática de atividades físicas. Com isso, podemos enfatizar que a prática de atividades físicas irá garantir melhorias da autoestima, pensamentos e sentimentos positivos, bom humor. Levando assim uma mudança para melhor na qualidade de vida no tratamento para os dependentes químicos.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2022

XVIII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

Palavras-chave: Atividade física. Dependência química.

Referências: BARBANTI, Eliane Jane. A importância do exercício físico no tratamento da dependência química. **Educação Física em Revista, São Paulo**, v. 6, p. 1-9, 2012.

BARBANTI, Eliane Jane. Efeito da atividade física na qualidade de vida em pacientes com depressão e dependência química. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 11, p. 37-45, 2012