



CONEXÃO UNIFAMETRO 2020

XVI SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

## A FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO E PROMOÇÃO A SAÚDE EM ACADEMIAS AO AR LIVRE

**Brenda Almeida Germano**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

[bagbrenda@hotmail.com](mailto:bagbrenda@hotmail.com)

**Carla Raylane Fragoso de Sousa**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

[rayfragoso@gmail.com](mailto:rayfragoso@gmail.com)

**Denise Moreira Lima Lobo**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

[denise.lobo@professor.unifametro.edu.br](mailto:denise.lobo@professor.unifametro.edu.br)

**Natália Aguiar Moraes Vitoriano**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

[natalia.vitoriano@professor.unifametro.edu.br](mailto:natalia.vitoriano@professor.unifametro.edu.br)

**Patrícia da Silva Taddeo**

Centro Universitário Fametro - Unifametro

[patricia.taddeo@professor.unifametro.edu.br](mailto:patricia.taddeo@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Promoção da Saúde e Tecnologias Aplicadas

**Encontro Científico:** VIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

**Introdução:** O ministério da saúde aprovou, em 2011, a portaria nº 719, que implementou o programa academia da saúde, onde foram instaladas academias ao ar livre, para motivar a população a praticar exercícios e conscientizar sobre o ingresso de uma vida ativa e longe do sedentarismo. É importante ressaltar que a utilização de ambientes e espaços públicos pela população permite a socialização e a interação, o que proporciona que esses espaços se destaquem como locais de prevenção e promoção a saúde. As academias ao ar livre são frequentadas por pessoas de todas as idades, com o principal objetivo de sair do sedentarismo, e promover qualidade de vida. A promoção e prevenção em saúde fazem parte da atenção básica. Dentro da equipe multiprofissional que compõe a atenção primária, a fisioterapia atua na promoção de diálogos, troca de informações, orientações em diversos públicos sobre posturas, alongamentos e exercícios, o que proporciona a prevenção de doenças e agravos.

**Objetivos:** Reconhecer a importância da fisioterapia nas academias ao ar livre. **Métodos:** Trata-



se de uma revisão de literatura utilizando o buscador acadêmico Google Acadêmico e o diretório de revistas SciELO. Foram selecionados artigos do ano de 2011 a 2019 nos idiomas português e inglês com o cruzamento das palavras chaves: academias ao ar livre, prevenção, fisioterapia.

**Resultados:** Dentro dos espaços de academias ao ar livre foram desenvolvidas ações benéficas de assistência multiprofissional, onde a fisioterapia atua promovendo reabilitação física, desenvolvimento de hábitos posturais, prevenindo agravos, orientando sobre prevenção de lesões, desenvolvendo exercícios físicos, promovendo assim bem estar, melhora no humor, melhora da saúde em geral, minimizando o quadro algico, além de aliviar a sensação de peso para os indivíduos que frequentam esses espaços. **Considerações finais:** É notória a importância das instalações de academias ao ar livre, pois as mesmas beneficiaram a população em geral, oportunizando aos indivíduos que não tem poder aquisitivos para pagar academias privadas, a possibilidade de manter-se ativos. Aliada a isso, a fisioterapia contribui de forma significativa para a saúde dos usuários, agindo de forma preventiva e promovendo saúde, através do seu conhecimento técnico aliado à uma equipe multidisciplinar de saúde.

#### **Referências:**

DOS SANTOS, Mara Lisiane de Moraes. Competências e atribuições do fisioterapeuta na Atenção Primária à Saúde. **Fisioterapia Brasil**, v. 15, n. 1, p. 69-76, 2016.

NOGUEIRA, Renato Souza; FERNANDES, VL da C. O espaço saúde e lazer: a academia ao ar livre em questão. **Universidade do Estado do Pará**, p. 1-15, 2013.

PORTES, Leonardo Henriques et al. Atuação do fisioterapeuta na Atenção Básica à Saúde: uma revisão da literatura brasileira. **Revista de APS**, v. 14, n. 1, 2011

RAMALHO, Ricardo Cezar et al. Academia ao ar livre como estratégia para a promoção de saúde da população da terceira idade. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 1, n. Esp, p. 183-192, 2018.

RODRIGUES, Franciani; DE SOUZA, Priscila Soares; BITENCOURT, Lisiane Tuon Generoso. A fisioterapia na atenção primária. **Revista do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica/Saúde da Família**, v. 1, n. 1, 2013.

ZAMAI, Carlos Aparecido. Resultados alcançados através da prática de exercícios físicos em academia ao ar livre em diversas localidades. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, v. 9, n. 3, p. 41-49, 2019.

**Palavras-chave:** Academia ao ar livre; Prevenção; Fisioterapia.