



PROEXC
PRÓ-REITORIA
DE EXTENSÃO E CULTURA

PROJETO DE EXTENSÃO
ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

Ser ATIVO: Desenvolvimento de práticas multidisciplinares em busca da melhoria da qualidade de vida para adultos e idosos normotensos e hipertensos na UFPE

Edital 2020 - 01 - Edital de Credenciamento de Programas e Projetos de Extensão

COORDENADOR(A): Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

E-MAIL: prc2005@globo.com

UNIDADE GERAL: CCS - Centro de Ciências da Saúde

UNIDADE DE ORIGEM: Educação física

INÍCIO DO PROJETO: 19/04/2020 **FIM DO PROJETO:** 30/12/2021

CARGA HORÁRIA: 840 H

LOCAL DE REALIZAÇÃO: NEFD - Núcleo de Educação Física e Desportos - UFPE

OBSERVAÇÃO:

RESUMO: Objetivo: Promover atividades multidisciplinares através de atendimentos remotos de exercício físico e saúde a adultos e idosos normotensos e hipertensos servidores e residentes nos bairros situados nas adjacências da UFPE. Metodologia: O presente projeto será realizado através de atividades remotas por meio da internet, de teleatendimentos, whatsapp, facebook e redes sociais, métodos realizadas devido às limitações impostas pela contaminação do CORONAVÍRUS e das medidas de isolamento social recomendadas pelo Governo do Estado de Pernambuco, e ao iniciar os indivíduos serão avaliados por uma equipe multidisciplinar composta por docentes e discentes regularmente matriculados nos cursos de educação física, nutrição, enfermagem, farmácia, medicina e psicologia, onde irão verificar a pressão arterial, qualidade de vida, promoção da saúde, capacidade funcional, nutrição, consultas médicas, tratamento da hipertensão arterial, utilização de fármacos, falta de adesão a compra do fármaco, programa de exercício físico e realizar os protocolos multidisciplinar com a equipe realizados através de uma cartilha domiciliar de atividades remotas através de teleatendimento. Serão desenvolvidos programas de exercícios físicos três vezes por semana tendo um total de 40 sessões de treino todos domiciliares, será realizado também um monitoramento do peso, toda vez que acabar o treino na semana será proposto os protocolos realizados pelos docentes e discentes sobre práticas de saúde domiciliar. Ambas as atividades serão realizadas conforme e relacionadas com as disciplinas da graduação dos docentes da equipe interdisciplinar, visando a indissociabilidade Ensino-Extensão-Pesquisa procurando sempre articular os saberes acadêmicos e não acadêmicos.