

CEFD

CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E
DESPORTOS

BRINQUEDOTECA: APRENDER BRINCANDO

Articular e qualificar o processo de ensino, pesquisa e extensão, missão da Universidade pública e gratuita, é a direção que almejamos responder com a proposição deste projeto, firmando compromisso com a formação de recursos humanos melhor preparados para atuar com a educação inclusiva, produzir e socializar o conhecimento nessa área de atuação e de ampliar as possibilidades de atendimento educacional, esporte e lazer as pessoas com deficiência/autismo da comunidade. O Projeto desenvolvido no Laefa-Cefd-Ufes objetiva: a) promover campo de estágio/formação em Educação Física inclusiva para os acadêmicos; b) Expandir os serviços de Educação Física à comunidade, por meio do atendimento socioeducacional de crianças com e sem deficiência/autismo e; c) Incrementar a prática de pesquisa em Educação Física Adaptada e inclusão. Participam do projeto 70 crianças, com idades entre 3 e 6 anos, sendo 40 das turmas regulares de 4 e 5 anos do Colégio de Aplicação Criarte-Ufes e inclusão de 30 crianças com deficiência/autismo em condição de vulnerabilidade social, oriundas da comunidade da Grande Vitória. Os atendimentos aos beneficiários são realizados na sala da brinquedoteca e na sala de ginástica olímpica, todas as segundas-feiras, das 14 às 15h, turma 1 e 2 e das 15 às 16h, turma 3 e 4, com a participação de 25 voluntários e bolsista de extensão a cada semestre (envolvendo de forma interdisciplinar, alunos dos cursos de Educação Física, Terapia Ocupacional e Fonoaudiologia). Das 16 às 17h30min a equipe de trabalho se reúne para avaliação e planejamento. Além disso, todas as terças-feiras para planejamento e quintas-feiras para grupo de estudo. Os resultados, em termos de ensino, evidenciam o projeto como campo para o Estágio Supervisionado em Educação Física e Lazer (Bacharelado) e disciplinas curriculares: 1) Educação Física, Adaptação e Inclusão e; 2) Oficina de Docência em Práticas Corporais Inclusivas. Em termos de pesquisa, somam a produção de um artigo em revista, dois livros publicados e onze capítulos de livro, quatro apresentação de trabalhos e publicação nos anais do evento, dois TCC e um de IC, demarcando o impacto na formação dos acadêmicos envolvidos. Além disso, o conteúdo dessa produção literária tem contribuído para subsidiar a formulação de políticas públicas para a inclusão e acessibilidade das pessoas com deficiência na sociedade. Em termos de extensão, realizamos 1.920 atendimentos anuais e consolidamos a parceria com o Centro de Atenção Psicossocial Infanto-Juvenil de Vitória, Amaes e Apae que prestam assessoria ao projeto com o apoio da equipe multiprofissional. O projeto supre uma lacuna social existente na comunidade quanto à precariedade de oferta de serviços públicos e privados no âmbito socioeducacional para crianças com deficiência/autismo e está alinhado com os objetivos do desenvolvimento sustentável da ONU, relativos à Saúde e Bem-Estar e Redução das Desigualdades Sociais.

- O projeto conta com apoio da Pró-Reitoria de Extensão (bolsa) e apoio financeiro do Programa InterAção da ArcelorMittal.

ANDRADE, Livia Pires¹
PARADELA, Thálisson de
Oliveira¹
SILVA, Richard Bruno
Mesquita¹
TÓTOLA, Julha Zuccolotto¹
SILVA, Suzana Azevedo
Feltmann¹
REIS, Wendalla Souza¹
CHICON, José Francisco¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

PROGRAMA DE PESQUISA E EXTENSÃO “FORDAN: CULTURA NO ENFRENTAMENTO AS VIOLÊNCIAS” – A CRIAÇÃO DE METODOLOGIAS PARA ACOLHIMENTO ÀS MULHERES E ENCAMINHAMENTO DAS VIOLÊNCIAS

O Programa tem como objetivo realizar atividades de fortalecimento das famílias da Grande São Pedro e da UFES, contribuindo para a redução dos índices de violência urbana; Produzir atividades culturais que promovam a reflexão sobre as temáticas dos direitos humanos; Aproximar Universidade e Comunidade produzindo diálogos entre os dois espaços de produção de saberes. A relevância social das atividades do Fordan tem sido em salvar a vida das mulheres acolhidas pelo projeto, bem como cortar o ciclo de violência. Em 19 anos de trabalho, o programas acumula o Record de Zero morte de mulheres além de acolher as vítimas, temos também contribuído com a mudança nas políticas públicas, seja orientando produções de cartilhas, ajudando a repensar formulários de solicitação de Medidas Protetivas de Urgência (MPU), de pensão de alimentos etc.. A metodologia da pesquisa intervenção conectada com o paradigma indiciário nos direciona para a escuta das demandas vivenciadas pelas mulheres e assim produzir pesquisas e ações de acolhimentos pelos núcleos de Cultura, Psi, Saúde, Justiça, Comunicação e Tecnologias, ouvindo e observando as demandas de vulnerabilidades das mulheres e famílias acolhidas. O resultados alcançados pela ação de 2023 a 2024 são: 19 acolhimento de mulheres e encaminhamento de denúncia à vítimas de violências na UFES (incluindo servidoras, estudantes, docentes e até cargo de chefia); 23 mulheres fora da UFES (periferia de São Pedro e outras, advindas de políticas públicas, como vara de violências); 28 cursistas na ação de formação de Rede de Apoio para Acolhimento às Vítimas e Encaminhamento das Violências (5 escolas da EJA/SEDU); 145 estudantes e aos sábados em São Pedro e de segunda a sexta, em horários previamente agendados, no laboratório do Fordan na UFES. Pelos grupos de WhatsApp da equipe ou de grupos de mulheres, o programa atua de domingo a domingo. Gerou também um módulo no curso Especialização: Prevenção às Violências, Promoção da Saúde e Cuidado Integral, oferecido pela Superintendência de Educação à Distância (SEAD/UFES). Em 2023, a equipe do Fordan criou um APP para denúncia da violência contra mulheres e produção de banco de dados, com apoio da FAPES. Foi produzido também um podcast em parceria com o jornal Século Diário. Ao longo do projeto foram produzidas entrevistas nas principais redes de TV, jornais e redes sociais. Destacamos a entrevista no Fantástico e Série Cientistas Brasileiros da TV Brasil, que tem como objetivo mostrar o impacto da ciência na sociedade, e que foi ao ar em 06/01/2023.

- O Programa contou com bolsa (PROEX) no período 2023, contou também com apoio FAPES (2023), edital Mulheres na Ciência.

PIRES, Rosely Silva¹
COUZEMENCO, Fernanda¹
FREITAS, Layla¹
CASOLI, Rosemary¹
PIRES, Olavo Silva¹
SILVA, Sócrates Pereira¹
GALVÃO, Danubia¹
ACKER, Brener¹
SILVA, Victor Pereira¹
CONCEIÇÃO, Everton¹

¹Universidade Federal do Espírito Santo

CUIDADORES QUE DANÇAM

O projeto “Cuidadores que dançam” atende os/as familiares de pessoas com deficiência (seja com baixa visão e cegueira, crianças e adolescentes com deficiência intelectual e autismo), matriculadas no laboratório LAEFA (Laboratório de Educação Física Adaptada) do Cefed/Ufes. O projeto tem como princípio “cuidar de quem cuida”. Ou seja, cuidar daquelas pessoas que acabam assumindo socialmente esse lugar de cuidado, em sua maioria mulheres; muitas, em situação de vulnerabilidade social. O projeto se diferencia dos demais atendimentos disponíveis a essa população no Estado, pois os/as familiares são atendidos/as no mesmo horário que seus/suas filhos/as são atendidos/as por outros projetos no Laefa. Durante os atendimentos, são trabalhadas diferentes formas de dança, além de algumas práticas alternativas como yoga, automassagem, práticas corporais de aventura etc., que possibilitam experiências corporais diversas que estimulam a criatividade, a percepção de si, noções estéticas e as potencialidades corporais dos/das participantes; além de possibilitar a troca de informações e reflexões sobre temas transversais (relações de classe, raça/etnia, gênero, meio ambiente etc.). Semestralmente, são realizadas apresentações públicas de coreografias produzidas coletivamente que contribuem para ampliar seus laços, a troca de experiências e a autoestima. Com isso, buscamos produzir um olhar e uma escuta de cuidado diferenciado, criando uma nova tecnologia de ressignificação desses sujeitos. O grupo é composto por cerca de 30 pessoas da comunidade externa à Ufes, de 30 a 70 anos de idade. Sob orientação da coordenadora do projeto e de uma professora contratada pela ArcelorMittal Tubarão, que financia parte do projeto (via concorrência de edital), as aulas são ministradas, nas segundas e quintas de 14h às 16h, pelos/as acadêmicos/as do curso de Educação Física da Ufes. Desses, no ano de 2023, 5 eram acadêmicos vinculados/as aos estágios curriculares e 1 era voluntário. Nesse processo de formação docente, os/as acadêmicos/as são estimulados a elaborar relatórios, a produzirem seus TCC’s e dissertações com base no experienciado no projeto; além de posteriores publicações em periódicos. No ano de 2023, foi defendido o TCC intitulado “cuidadores que dançam” em tempos de pandemia: os efeitos sobre o bem-estar físico e emocional” bolsista da época Stephane Souza Chagas. O projeto realiza anualmente cerca de 1440 atendimentos à comunidade e recebe apoio acadêmico-científico do Núcleo Interinstitucional de estudos e pesquisas em gênero e sexualidade (Nupeges) do Cefed/Ufes. O projeto mantém sistematicamente informações das suas ações na plataforma *instagram*: <https://www.instagram.com/laefafestufes/>.

SANTANA, Ana Paula Silva¹
SILVA, Erineusa Maria da¹
JESUS, Joice Gottardo de¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

- Instituição e empresa financiadoras: Proex/Ufes e Arcelor Mittal Tubarão.

POR MAIS REBECAS ANDRADES: QUANDO A GINÁSTICA ARTÍSTICA CHEGA A TODOS

Rebeca Andrade, ginasta que encantou o mundo, é um exemplo de superação e talento. Nascida em Guarulhos, São Paulo, Rebeca é uma mulher preta que cresceu em um ambiente humilde, onde as dificuldades econômicas eram uma realidade constante. Apesar das adversidades, a sua paixão pela ginástica e o esforço contínuo a destacaram nas competições, rendendo medalhas e o título de maior medalhista olímpica do Brasil. Sua trajetória é inspiradora e mostra como o apoio recebido no decorrer de sua carreira foi determinante e pode transformar vidas. Não se trata apenas de levar alguém de um contexto desfavorecido ao pódio, mas de apoiar e proporcionar meios para superar injustiças sociais. A Ginástica Artística (GA) no Brasil foi, por muito tempo, uma modalidade elitizada, reservada às camadas mais privilegiadas da sociedade devido ao seu custo elevado e à infraestrutura necessária para a prática. Para a população preta, o abismo social é mais um obstáculo para praticar a GA. Embora o esporte pregue a igualdade, há uma disparidade nas condições entre os atletas quando se considera o contexto social e econômico. Regras podem uniformizar as disputas, mas as condições de treinamento, infraestrutura e suporte financeiro variam, criando desigualdades profundas. Destarte, o conceito de igualdade no esporte não pode se restringir às regras, pois o acesso e as oportunidades ainda precisam ser equitativamente distribuídos. Por isso, com o intuito de democratizar o acesso à ginástica, por meio de um projeto gratuito para a comunidade externa, surgiu a Escolinha de Iniciação à Ginástica, que aborda a GA na perspectiva dos 4Fs (*Fun, Fundamentals, Friendship e Fitness*). O projeto tem parceria com a Federação Espírito Santo de Ginástica (FESG) e está relacionada aos componentes curriculares: Fundamentos da Ginástica e GA. Desde 2012, para além de democratizar o ensino da ginástica para crianças no âmbito do *Fitness e Fundamentals*, essa ação extensionista busca privilegiar a dimensão humana-cultural dos jovens ginastas que possuem de 7 até 12 anos. E, ao mesmo tempo, apoia a formação inicial dos acadêmicos de Educação Física que atuam como monitores aliando ensino, pesquisa e extensão. Cabe mencionar que muitos alunos em formação inicial não tiveram a oportunidade de vivenciar a GA antes de ingressar na Universidade, o que aumenta o potencial do projeto em propiciar acesso a cultura corporal de movimento. A trajetória de Rebeca e os esforços da extensão universitária, como o da Escolinha de Iniciação à Ginástica, simbolizam a possibilidade de impactar os indivíduos por meio da inclusão e do acesso. Há que se criar oportunidades para que mais jovens superem barreiras e se desenvolvam como cidadãos. E o esporte pode contribuir com a formação completa dos indivíduos na direção de formar para além das arenas esportivas. Como Rebeca Andrade mostrou, quando o esporte chega a todos, ele tem o poder de mudar vidas inteiras.

KIRCHMAYER, Luisa C. M.¹
ANJOS, Clara Bastos dos¹
OLIVEIRA, Mauricio
Santos¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

- O projeto foi apoiado pelo edital PIBEX/2023.

PRÁTICA PEDAGÓGICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

O projeto assume o compromisso ético-político de promover ações sociais de atenção e cuidado para pessoas com deficiência, articuladas a processos de formação inicial e continuada de professores na perspectiva inclusiva, por compreender a necessidade de uma mudança paradigmática sobre a forma como a diferença é significada socialmente. Busca atuar em consonância com a missão institucional no sentido de: promover campo de formação na perspectiva da inclusão para acadêmicos/as do Curso de Educação Física e seus egressos/as; expandir os serviços de Educação Física adaptada para a comunidade em geral; incrementar a prática de pesquisa nesta área de interesse em Educação Física. Atende em torno de 50 jovens, adultos e pessoas idosas com cegueira, baixa visão, deficiência intelectual e autismo, com idade entre 15 e 75 anos. As aulas ocorrem semanalmente no Centro de Educação Física de Desportos da Ufes (Cefd/ Ufes), contendo uma hora e meia de duração, seguidas de reuniões de avaliação e planejamento. São ofertadas diversas práticas corporais das quais se destacam: Yoga, Meditação, Dança Circular, Temas Transversais e atividades de esporte e lazer. Envolve 40 acadêmicos do Curso de Educação Física (graduação e pós-graduação) e áreas afins. Para além, no ano de 2023, oferecemos formação para 10 professores/as do município de Cariacica/ES e 130 do município Venda Nova do Imigrante/ES. Além disso, são construídas mídias digitais para veiculação desse trabalho em redes sociais. No âmbito da avaliação do projeto, foi realizada uma investigação que buscou identificar o nível de contribuição do projeto em relação a possíveis melhorias relacionadas à qualidade de vida/saúde dos/as atendidos/as. Como resultado, 86,7% das pessoas com baixa visão e cegueira indicaram o nível máximo de contribuição, enquanto no público com deficiência intelectual e autismo o percentual foi de 93,8%. Concluímos que ações desse mote vêm contribuindo significativamente para a melhoria da qualidade de vida desse público, contribuindo em aspectos psicossociais, interacionais, no desenvolvimento da autonomia e da independência deste público. O acesso a tais práticas, oportunizam ainda, condições para que se tornem cada vez mais ativos/as, críticos/as e conscientes de seu papel social. Por fim, ressaltamos que a participação dos acadêmicos nas atividades de extensão contribui substancialmente para sua formação em uma perspectiva inclusiva, atendendo as demandas específicas da diversidade humana.

SÁ, Maria das Graças
Carvalho Silva de¹
FREITAS, Rayanne Rodrigues de¹
GAROZZI, Izabella Vighini¹
PORTES, Hacksa Piler¹
ROELLA, João Victor
Sousa¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

PROJETO CAPOEIRA UFES

O Projeto Capoeira Ufes, presente na Universidade desde 1978, vem, ao longo desses anos, ofertando aulas de capoeira para as comunidades interna e externa, se constituindo em espaço de formação para os acadêmicos envolvidos e possibilitando a vivência dessa importante manifestação cultural pelo público atendido. Desse modo, atua em consonância com a missão institucional de compartilhamento do conhecimento desenvolvido na Universidade com a comunidade, consolidando o processo educativo, cultural e científico que rege o fazer extensionista. A equipe é formada por três docentes, uma discente/bolsista e quatro colaboradores externos, professores de Educação Física e de capoeira. No último ano, nas cinco turmas oferecidas, foram atendidas em torno de 150 pessoas, entre crianças, adolescentes, adultos e idosos. Além das aulas, foram realizados um seminário com a temática “O assédio nas práticas corporais de lutas”; dois eventos de batismo, graduação e formatura; e oficinas de capoeira na Mostra de Profissões organizada pela Ufes, envolvendo, aproximadamente, 500 pessoas e promovendo ampla troca de saberes entre os participantes. Assim, além de contribuir para a qualidade de vida dos participantes, o projeto promoveu o contato da comunidade com a capoeira para além de seu viés esportivo, ampliando o acesso à cultura popular e proporcionando ampla formação cultural e humana ao valorizar a diversidade. Para o acompanhamento da discente/bolsista foram realizados encontros semanais visando ao planejamento das aulas, além de discussões sobre temáticas pertinentes à sua formação e atuação no projeto. Para a comunidade, as atividades realizadas buscaram respeitar o nível de desenvolvimento dos participantes e incluíram: abordagem de aspectos históricos da capoeira; abordagem dos aspectos musicais da capoeira, envolvendo o ensino-aprendizado dos instrumentos e das cantigas que fazem parte da roda de capoeira; e a gestualidade da capoeira por meio demonstração e execução de gestos, exercícios em duplas e jogos. A metodologia adotada, portanto, visou desenvolver, além dos aspectos técnicos, culturais e históricos da capoeira, elementos como gestualidade, musicalidade, expressividade e ritualidade, em um contexto lúdico que integra diferentes perspectivas e linguagens. A avaliação dos envolvidos no projeto é processual. Concluímos que as ações contribuíram para a formação pessoal e acadêmica da bolsista e, também, impactaram socialmente na medida em que o projeto se apresenta como espaço de aprendizagens, de produção cultural e de conhecimento para todos os participantes.

- Bolsa PIBEX no período 2023/2024.

LUIZ, Alessandra Vitória
Mendonça¹

LOUREIRO, Fabio Luiz¹

NASCIMENTO, Ana Cláudia Silverio¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

GAMIFICAÇÃO E TECNOLOGIA: UM DESAFIO NO ENSINO EM SAÚDE

Este projeto de extensão tem como objetivo principal promover a educação em saúde em escolas públicas e privadas da Grande Vitória, utilizando jogos educativos aliados a metodologias gamificadas. Foram confeccionados três jogos: Epidemia: Operação Capixaba, BioBingo: Contos e Saúde e o software Além da Superfície. Cada um desses jogos foi desenvolvido para abordar, de forma divertida e interativa, temas essenciais para a saúde pública, como prevenção de epidemias, doenças infecciosas e o conhecimento do corpo humano, respectivamente. A metodologia adotada incluiu não apenas a aplicação dos jogos, mas também o uso de recursos audiovisuais e tecnologias digitais como realidade virtual e aumentada melhorando a experiência dos estudantes. Os jogos foram construídos a partir de narrativas que envolvem situações do cotidiano, permitindo aos estudantes se identificarem com os temas abordados e facilitando a compreensão de conceitos complexos. Além disso, os torneios serviram como um espaço para desenvolver habilidades sociais, como trabalho em equipe, tomada de decisão e liderança. Participaram 400 estudantes do 4º e 7º ano do ensino fundamental (9-14 anos), de escolas da Grande Vitória. Nos torneios, os estudantes foram divididos em equipes temáticas e, por meio de atividades de resolução de problemas e desafios científicos, aplicaram seus conhecimentos em biologia e saúde para vencer as competições, de forma competitiva e colaborativa. Os resultados mostraram um aumento no engajamento e na motivação em relação aos temas de saúde e a gamificação mostrou-se eficaz na retenção de informações e no desenvolvimento cognitivo e crítico dos estudantes. O impacto foi percebido também entre os professores, que destacaram a abordagem como ferramenta pedagógica inovadora e eficaz para a promoção do aprendizado ativo. Dessa forma, o projeto demonstrou que a integração de jogos educativos e tecnologia no ensino é uma abordagem promissora, contribuindo para a conscientização sobre a importância da prevenção de doenças e promoção de hábitos saudáveis. O sucesso do projeto reforça o papel da extensão universitária em conectar o conhecimento acadêmico com a comunidade. A participação de estudantes de diferentes cursos da UFES (design, educação física, biologia) demonstra a força da interdisciplinaridade e destaca como a gamificação e a tecnologia transformam o aprendizado em um espaço dinâmico e motivador.

- Este projeto teve o financiamento da FAPES no Edital Extensão Universal 2022-2023.

SANTOS, Sâmelá Silva¹
PENITENTE, Yasmin
Loterio¹
TORRES, João Vitor
Santanna¹
GARONE, Priscilla Maria
Cardoso¹
ARAÚJO, Maria Teresa
Martins de¹
CUNHA, Márcia Regina
Holanda da¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

PROJETO “BALLROOM NA UFES”: UMA TECNOLOGIA TRANS DE SOBREVIVÊNCIA SOCIAL

O projeto ‘Ballroom na Ufes’, vincula-se ao núcleo de pesquisa Núcleo Interinstitucional de estudos e pesquisas em gêneros e sexualidades (NUPEGES), inscrito no Diretório de Grupos do CnpQ (dgp.cnpq.br/dgp/espelhogrupo/2633384337587899). Trata-se de um projeto de extensão inscrito na PROEX/UFES sob N. 3881, que visa criar espaço-tempo de acolhimento às pessoas Transvestigêneres, pretas, latinas e periféricas por meio do acesso à cultura da comunidade *Ballroom* no espaço acadêmico federal. É um projeto que nasce da comunidade para a Ufes, pois se realiza a partir de uma parceria com a casa de Boneketys e com o espaço Espírito Kuntty (organizações sociais LGBT’s da Grande Vitória), a pedido destas. Nele intenta-se resgatar a memória ancestral e transcultural da Cultura de Bailes, proporcionando acolhimento para corpos excluídos socialmente, em especial, do meio acadêmico. A *Ballroom* é uma comunidade cultural, artística e política criada nos anos 60, nos Estados Unidos, por pessoas Pretas, Transvestigêneres, Latinas e Periféricas. A comunidade *Ballroom*, traduzindo para o português como “Cultura de Bailes”, termo usado pela primeira vez por Pioneer Yagaga Kengaral (pioneira da cena *Ballroom* do Ceará), em sua maioria, é constituída e construída por pessoas racializadas e também por pessoas Transvestigêneres. Corpos marginalizados, que raramente são vistos como forma de potência social e cultural para instituições governamentais ou privadas. A dança na cultura ballroom é um elemento bastante central. Fonseca, Vecchi e Gama (2011) destacam a importância da dança para o desenvolvimento do sujeito, afirmando que a dança proporciona o se movimentar com e outro, gerando uma maior relação com o seu corpo e com o corpo de outro, devido aos diversos sentimentos e emoções desencadeados pela dança. Assim, avançar no conhecimento em dança de forma reflexiva significa se desenvolver também como pessoa. O projeto de extensão “*Ballroom* na Ufes”, tem se justificado por se constituir não apenas como espaço onde ocorrem os bailes, mas como lugar de acolhimento da comunidade transvestigêneres capixaba e, fundamentalmente, como uma tecnologia de sobrevivência para essa comunidade. A Ufes, por meio desse projeto, passou a acolher essa comunidade nas sextas feiras, de 18h às 22h, na sala de dança do Cefd/Ufes. Conta com uma coordenação colegiada de 7 pessoas, alunos da Ufes e externas, sendo uma dessas, a bolsista Proex. O projeto tem buscado ampliar a experiência de formação de estudantes da Ufes quanto ao conhecimento em dança e às relações de gênero, em ação interdisciplinar. No último ano realizou cerca de 1440 atendimentos a comunidade LGBTQIAPN+ interna e externa. Semestralmente organizamos as chamadas Balls (eventos com temas e categorias de dança, caracterização, performance e no formato de batalhas) com mais 30 pessoas participando ativamente das batalhas, além de grande público assistindo.

WENETZ, Ileana¹
SILVA, Erineusa maria da¹
BARBOZA, Malí Dayo de
Jesus¹
PAGOTTO, Maria Muriel
Entringer¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo

- Este projeto teve o financiamento da FAPES no Edital Extensão Universal 2022-2023.

TREINAMENTO TÁTICO CEFD-UFES

A natureza do trabalho de agentes de segurança caracteriza-se por apresentar atividades críticas exaustivas, bem como situações ocupacionais que exigem elevada aptidão física, como correr, saltar, puxar, empurrar e carregar. Embora obrigatórios a utilização dos equipamentos de proteção individual, a rotina de trabalho bem como os enfrentamentos em diferentes regiões de variedade geográfica proporcionam sobrecargas físicas, psicológicas, ocupacionais que comprometem a saúde e a conduta operacional do profissional de segurança pública. Dessa forma, o objetivo deste projeto é avaliar indicadores de saúde e ocupacionais promover e ofertar um programa de treinamento físico visando aprimorar a aptidão física de agentes de segurança pública das forças auxiliares. Considerando que alterações no estilo de vida em agentes de segurança pública tem recebido pouca importância é primordial a implementação de estratégias e estudos com viés de saúde ampliada no setor da segurança pública relacionando temas transversais visando a integridade geral dos agentes. O projeto até o momento esteve presente no Batalhão de Missões Especiais (BME), no Regimento de Policiamento Montado e no Batalhão de Ações com Cães. Resumidamente, os dados relativos aos militares do BME ressaltamos, que os militares apresentaram idade média de 37 anos, tempo de serviço de 15 anos e 6 horas de sono correspondendo a 67% de militares com sono insuficiente. Os militares apresentaram % de gordura, riscos cardiovasculares e elevados e altos níveis de atividade física. Diferenças foram encontradas entre os grupos nas horas de sono, na massa corporal, % de gordura, massa gorda e circunferência da cintura sem diferir na massa livre de gordura, bem como nos tempos de caminhada, atividades físicas moderada, intensa e semanal. O hábito de fumar é pouco observado, contudo, o etilismo bem como a indicação de alimentação equilibrada foi equivalente entre os policiais militares. Quanto à presença de doenças crônicas não transmissíveis apenas 22% dos militares indicaram a presença de doenças, sendo que 50% indicaram o diagnóstico de doenças cardiovasculares e metabólicas e cerca de 31% de ansiedade e depressão. O fardamento de policiamento ostensivo exerce um acréscimo de 13kg de massa proveniente dos equipamentos operacionais. Tal sobrecarga promove desconforto músculo esquelético em todas as partes do corpo apenas principalmente na região lombar. Relevantemente, o projeto é exitoso sobretudo pela participação, envolvimento e empenho dos militares e dos comandos dos batalhões. Além, disso, o projeto possibilitou a elaboração de um vasto campo de produção acadêmica permitindo que todos os integrantes do grupo participem de eventos acadêmicos publicizando a experiência do projeto bem como o desenvolvimento de dissertações e teses vinculadas ao programa de Pós-graduação em Educação Física e publicações nacionais e internacionais.

BOCALINI, Danilo Sales¹
OLIVEIRA, Geanderson
Sampaio¹
PINHEIRO, Manuela do
Amaral¹
SILVA, Pedro Henrique
Bromenschenkel¹
SILVA, Ruan Ferreira¹
REIS, Carlos Henrique de
Oliveira¹
MANOLLI, Sabriny Gianielli¹
POLETO, Fabia Maria
Boreli¹
SILVA, Camila Benevides
Brandão¹
FERREIRA, Rayrison
Gonçalves¹
GONÇALVES, Renalt
Rodrigues¹
FORTES JUNIOR, Pedro
Florencio da Cunha¹
RICA, Roberta Luksevicius¹

¹Universidade Federal do
Espírito Santo