

## **PROMOVENDO A SAÚDE, PRESERVANDO A QUALIDADE DE VIDA.**

**Mostra Local de:** Palmas – PR

**Categoria do projeto:** I – Projetos em Andamento (projetos em execução atualmente)

**Nome da Instituição/Empresa:** IFPR CÂMPUS PALMAS UNED CORONEL VIVIDA

**Cidade:** Coronel Vivida e Manguueirinha – PR

**Contato:** heloi.carli@ifpr.edu.br

**Autor (es):** Heloi Aparecida de Carli

**Equipe:** Heloi Aparecida De Carli: Proponente e Coordenadora Geral do projeto.

Adineia Ruffato Gubert: Docente do Curso Técnico em Massoterapia (Contratada por meio de Chamada Pública) – Coordenadora de ações da Turma de Massoterapia.

Dirceia Borges: Docente do Curso de Agente Comunitário de Saúde (Contratada por meio de Chamada Pública). - Coordenadora de ações da Turma de Agente Comunitário de Saúde.

Tania Malage: Docente do Curso Técnico em Massoterapia (Contratada por meio de Chamada Pública). - Coordenadora de ações da Turma de Massoterapia.

Alunas do Curso Técnico em Massoterapia:      Membros das equipes de Massoterapia.

Alunas do Curso de Agente Comunitário de Saúde:      Membros das equipes de Agente Comunitário de Saúde.

**Parceria:** Prefeitura Municipal de Coronel Vivida, através da Secretaria Municipal de Educação, Cultura e Esportes e da Secretaria Municipal de Saúde.

**Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto:** ODM 2 - Educação básica de qualidade para todos, ODM 6 - Combater a AIDS, a malária e outras doenças, ODM 7 - Qualidade de vida e respeito ao meio ambiente.

### **RESUMO**

Este projeto envolve as turmas de Técnico em Massoterapia e Agente Comunitário de Saúde. Consta de eventos de intervenção junto à população, com ações que caracterizam o fazer profissional dos cursos envolvidos. O Curso de Técnico em Massoterapia realiza manobras de massagens ante estresse, num primeiro momento, em estande, na Praça central de Coronel Vivida; o 2º evento, em Manguueirinha; o 3º, na Associação dos Idosos; o 4º, no Colégio Est. A. Busato de Cel. Vivida, o 5º e o 6º, previstos para espaço aberto, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde e com a Associação de Mulheres Empresárias Vividenses. O curso de



Agente Comunitário de Saúde realiza campanhas educativas e de promoção de saúde. Conscientização sobre os malefícios do tabaco; preservação do meio ambiente; conscientização sobre a saúde da mulher e do homem (em dois eventos diferentes); prevenção de acidentes domésticos.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, Promoção da Saúde, Massagem corporal, Educação e Aprendizagem significativa.

## **INTRODUÇÃO**

A Unidade Educacional de Coronel Vivida, pertencente ao IFPR campus Palmas, caracteriza-se como um Centro Vocacional Tecnológico – CVT e está em funcionamento desde 2011, com a oferta de dois cursos técnicos de nível médio: Massoterapia e Agente Comunitário de Saúde. O prédio próprio passou a ser utilizado a partir de 2012.

Como cursos profissionalizantes, há necessidade de se aliar teoria e prática, bem como de se promover experiências significativas que gerem aprendizagem, o que pode ser feito pela metodologia de projetos, aliando o ensino, a pesquisa e a extensão.

Por ser uma instituição pública, considerou-se imperiosa a necessidade de se beneficiar a população do entorno da instituição com ações que caracterizam o fazer profissional dos cursos, o que se traduziu na oferta à comunidade de serviços de promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida, traduzidos em eventos periódicos, que vêm sendo realizados, em Coronel Vivida, desde o mês de maio de 2012 (1º evento). O 2º evento ocorreu no município de Mangueirinha em 15/09/2012. O 3º evento envolveu os idosos, em 10/10/2012. Estão programados outros três grandes eventos, dois para o mês de outubro e um para o mês de novembro de 2012.

### **1. JUSTIFICATIVA:**

Considerando que os Institutos Federais têm por objetivo desenvolver programas de extensão e de divulgação científica e tecnológica, em estreita articulação com os setores produtivos e a sociedade, por meio de ações imbuídas dos princípios e finalidades da educação profissional e tecnológica, em articulação com o mundo do trabalho e os segmentos sociais, e com ênfase na produção, desenvolvimento e difusão de conhecimentos científicos e tecnológicos, é de vital importância a aquisição de materiais de caráter permanente. Tendo em vista que o Instituto Federal do Paraná (IFPR) vive um momento de consolidação das práticas de extensão, a aquisição dos bens abaixo elencados atenderá às necessidades do projeto “PROMOVENDO A SAÚDE, PRESERVANDO A QUALIDADE DE VIDA DOS VIVIDENSES”, que oportuniza a divulgação do nome do IFPR, Campus Palmas, em especial de sua Unidade Educacional de Coronel Vivida, recente, como também dissemina no município os benefícios das ações dos cursos profissionalizantes aí ofertados, além de contribuir para a promoção da saúde e a preservação da qualidade de vida da população vividense.

### **2. OBJETIVO GERAL**

Envolver alunas e professoras dos cursos de Agente Comunitário de Saúde e Técnico em Massoterapia, do IFPR, campus Palmas, Unidade Educacional de Coronel Vivida em atividades de extensão, para tornar significativa a aprendizagem, divulgar o perfil dos profissionais técnicos em formação e promover a saúde e qualidade de vida da população.

### **3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Realizar eventos de intervenção junto à comunidade vividense, em local aberto, realizando manobras de massagem ante estresse em pessoas que o desejarem, informando a sociedade sobre os benefícios da Massoterapia.
- Sensibilizar a população para os malefícios do tabagismo e os benefícios de práticas saudáveis de vida e conseqüente melhoria da qualidade de vida.
- Realizar eventos junto a públicos específicos, como Grupo de Idosos, Clubes de Mães, estudantes de colégios e professores, tanto da sede do município quanto da zona rural.

### **4. METODOLOGIA**

Sabendo-se da importância da metodologia de projetos para a construção da aprendizagem, principalmente em cursos técnicos profissionalizantes e da necessidade de se aliar o ensino à pesquisa e à extensão, até para consolidar o aprender a aprender, elaborou-se este projeto.

O Curso de Técnico em Massoterapia optou por realizar manobras de massagens, num primeiro momento, em local aberto, em estande montado na Praça central da cidade; os demais eventos, destinados a públicos específicos (estudantes, professores, idosos, clubes de mães).

O curso de Agente Comunitário de Saúde decidiu realizar campanhas educativas e de promoção de saúde. O primeiro evento consistiu em conscientizar sobre os malefícios do tabaco e divulgar a existência de grupo de apoio a interessados em deixar o vício, associando campanha de preservação do meio ambiente, com a distribuição de mudas de plantas. Os próximos eventos, conscientização sobre a saúde da mulher, prevenção contra câncer de próstata, prevenção de acidentes domésticos.

Cada etapa do projeto possui unidade em si mesma, gerando um sub-projeto de planejamento, devidamente subsidiado por referencial teórico, organização de material de apoio, de infraestrutura; parcerias; divulgação; equipes de trabalho para todas as fases do projeto; avaliação das etapas; questões de pesquisa; elaboração do relatório; registros visuais. Dessa forma, consegue-se dinamizar as aulas, pensando em subsidiar as ações que compõem os eventos, pequenas mostras do que será a vivência profissional, ainda com o respaldo seguro da instituição formadora e a presença das professoras.

Durante e após o processo que permeia cada um dos três eventos, o contínuo diálogo entre a teoria e a prática, enfatizando o processo crítico-reflexivo que leva a aprender a aprender.

### **5. MONITORAMENTO DOS RESULTADOS**

Registro de indicadores de aceitação e participação do público (lista de pessoas que receberam massagem); número de pessoas que realizaram a coleta de material para exame de próstata - PSS; nº de pessoas que receberam requisição para realizar mamografia; nº de pessoas que concordaram em trocar um cigarro por muda de planta ornamental, etc.

### **6. VOLUNTÁRIOS**

São 22 as alunas de Massoterapia e 15 as de Agente Comunitário de Saúde que participam de todas as ações do Projeto, de forma voluntária. São quatro as docentes, três professoras das turmas e uma coordenadora dos cursos e proponente do projeto.

## **7. CRONOGRAMA**

### **ATIVIDADE/MÊS**

Planejamento geral: maio.

Planejamentos dos eventos: julho; agosto; setembro; outubro.

Revisão da Literatura: maio a outubro.

Elaboração de materiais de apoio e de divulgação: maio a setembro.

Divulgação: maio a outubro (nos períodos que antecedem cada evento).

Eventos:

- 1º Comemoração ao Dia do Massoterapeuta e Campanha contra o Tabagismo: 26 de maio;

- 2º Participação no Mês de Promoção da Saúde do Homem em Mangueirinha/PR: 15 de setembro;

- 3º Participação no evento promovido pela Secretaria Municipal de Ação Social e de Saúde de Coronel Vivida: 10 de outubro;

- 4º Educação e Qualidade de Vida: Campanha de Prevenção ao Câncer e Massagem Ante estresse para Professores da rede pública de Coronel Vivida: 16 de outubro;

- 5º Evento: Participação no evento da Secretaria Municipal de Saúde: Outubro Rosa, com eventos nos três turnos, durante a semana de 22 a 26 de outubro, em diversos locais, do município de Coronel Vivida;

- 6º Participação no VI Fórum da Mulher Executiva e Empresária, a ser realizado em 03 de novembro de 2012.

Elaboração de relatórios parciais e final: de maio a dezembro.

## **8. RESULTADOS ALCANÇADOS**

Dia Mundial Sem Tabaco (1º Evento):

1. Entregues 1200 folders;
2. Colocados 100 cartazes no comércio;
3. Colocados/entregues 300 adesivos;
4. Entregues 100 mudas de árvores frutíferas;
5. Entregues 150 mudas de flores;
6. Atingiram-se cerca de 2000 pessoas durante o dia;
7. Recolhidos 47 cigarros e 2 paieros.

Calculando-se pela população vividense, atingimos aproximadamente 8% dos munícipes; E desses 8%, o índice de tabagistas é de 2,45%.

1º evento, Massoterapia:

Vinte e duas alunas do curso de Massoterapia, sob a coordenação das professoras Adineia Rufatto Gubert (Reflexologia) e Tania Malage (Massagem Laboral), estiveram realizando massagem em todas as pessoas que passaram pelo local, por, aproximadamente, 15 minutos cada, durante todo o dia de sábado. Participaram dessa atividade 145 pessoas.

## 9. ORÇAMENTO

Os custos são oriundos de materiais para divulgação, materiais informativos (panfletos, faixas, banners), alimentação, transporte.

O que não se consegue com a Prefeitura, é rateado entre as participantes.

## 10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A cada evento que se realiza é mais visível a motivação com que o fazem as alunas e professoras. Acredita-se que seja consequência dos resultados atingidos, bem como da resposta que recebem da comunidade, valorizando as ações desenvolvidas.

Para o IFPR, os benefícios mais evidentes são a divulgação da presença e da missão do mesmo, já que se constitui em instituição recente tanto em nível nacional, como local.

Para a comunidade, os benefícios oriundos do emprego das técnicas de massoterapia e a conscientização e melhoria da qualidade de vida, proveniente das campanhas e ações de promoção de saúde, realizadas pelas alunas de ambos os cursos envolvidos no projeto.

Como indicador de sucesso do projeto, citamos os convites que chegam para que o IFPR, através desses dois cursos, em Coronel Vivida, se faça presente.

## REFERÊNCIAS

LOURENÇO, Osni Tadeu. Reflexologia Podal: Sua saúde através dos pés. 3 ed. São Paulo: Editora Groud, 2008.

MILLER, Erica. Curso Básico de Massagem : Um guia para técnicas de massagem sueca, Shiatsu e Reflexologia. São Paulo: Cengage Learning, 2009.

KEET, Louise. A BÍBLIA DA REFLEXOLOGIA. São Paulo: Editora Pensamento, 2011.

BARROS & FISCHER. RESUMÃO REFLEXOLOGIA. São Paulo.: BF&A, 2008.

CHIA, Mantak. REFLEXOLOGIA SEXUAL. São Paulo: Cultrix, 2004.

LOURENÇO, Osni Tadeu. Mapa Reflexologia Podal. São Paulo: Groud, 2008.