



ISSN: 2526-3250

## Qualidade de Vida e Saúde na Comunidade do Englert

Autor: Cezar Augusto Camera

Coautores: Jonatan Fernando Simon

Orientador: Leila De Almeida Castillo Iabel

Coorientador: Luiz Valerio Rossetto

Nível: Graduação

Categoria: Extensão: Saúde

Resumo:

O IFRS - Câmpus Sertão localiza-se no Distrito Eng.º Luiz Englert, 15 km do município de Sertão, essa distância resulta na dificuldade da comunidade acadêmica e comunidade externa em praticar alguma atividade física de forma regular e sistematizada. Sabemos que a prática da atividade física traz melhorias significativas na qualidade de vida das pessoas, pois a necessidade de ter hábitos saudáveis tem sido divulgada na sociedade como forma de combater os danos causados à saúde, pela forma de vida urbana atual. Esta concepção mostra uma de suas faces na motivação para a prática de atividades físicas, a qual pode ser observada na procura e frequência aumentada às praças de esporte, lugares públicos destinados à prática do exercício físico, clubes esportivos e às academias de ginástica. Sendo assim, coube à instituição através dos professores de Educação Física pensar uma forma de dirimir tais dificuldades. Criou-se o Laboratório Espaço Consciência Corporal - Academia (LECCA) para atender ao conjunto de servidores e alunos (comunidade acadêmica do campus), além da comunidade externa, surgindo assim para atender uma antiga demanda do Campus Sertão no que diz respeito à prática de atividade física não desportiva. O Projeto de Extensão aqui proposto se apresenta então, com a pretensão de atender essa demanda e promover a saúde e a melhoria da qualidade de vida, abrindo um ambiente com equipamentos de 1ª geração, com a orientação de um qualificado quadro de professores de educação física. A relação Ensino, Pesquisa e Extensão se dá a partir da melhora da qualidade de vida de servidores, alunos e comunidade externa praticantes que poderão ter maior disposição no desempenho de suas funções. Para saber se a prática de esportes estão trazendo resultados, os dados anotados e armazenados serão importantes para o acompanhamento de indicadores de saúde. O projeto que está se desenvolvendo nos propicia pensar em várias possibilidades de outros projetos, não só de extensão, como também de pesquisa. A abertura que se dá ao curso superior do campus, na área de informática que poderá desenvolver softwares que permitirão a total integração de dados para a elaboração do plano de exercício individual.