



**UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE – UFF
ESCOLA DE ENFERMAGEM AURORA DE AFONSO COSTA
MESTRADO PROFISSIONAL EM ENSINO NA SAÚDE -
FORMAÇÃO DOCENTE INTERDISCIPLINAR NO SUS**

**TÍTULO: BANNER PARA DIVULGAÇÃO DA GINÁSTICA LABORAL:
“CÍRCULO DE CONVIVÊNCIA LABORAL”**

Adriana C.M. Fernandes, Elaine A. Cortez, Marcos P. F. Corvino

Este banner da **GINÁSTICA LABORAL: “CÍRCULO DE CONVIVÊNCIA LABORAL”** foi elaborado durante o Mestrado Profissional Ensino na Saúde (MPES) na Universidade federal Fluminense (UFF) do Rio de Janeiro, Brasil, como um dos produtos do trabalho de conclusão de curso. Ele teve como proposta ficar no local onde já acontecem os encontros para elucidar o trabalho, além de ser também uma forma de divulgação, já que esses lugares, em outros dias e horários são utilizados para reuniões pedagógicas, palestras, apresentação de vídeos e aulas. Demais informações, vide trabalho de conclusão de curso da UFF.

Palavras chave: Docentes; Trabalhadores; Educação continuada; Qualidade de vida; Promoção da saúde.

Linha de Pesquisa: Educação Permanente.

PARTICIPEM TRABALHADORES!!!!

Ginástica Laboral: "Círculo de convivência laboral"



Entende-se que nesses círculos de convivência, há uma grande possibilidade de obter o conhecimento para discussões da temática qualidade de vida no envelhecimento, nas etapas da vida. Com isso, foi utilizado o mapa conceitual, uma ferramenta para aprendizagem significativa, com a intenção de elucidar, significar e exemplificar as importantes interrelações dessa temática, com o olhar interdisciplinar, através do professor de Educação Física, contribuindo para qualidade de vida desses trabalhadores. Tendo como referencial teórico a Política Nacional da Educação Permanente em Saúde (PNEPS) e Paulo Freire.

MAPA CONCEITUAL



Definições dessas temáticas:

Qualidade de vida e envelhecimento: Na qualidade de vida, faz-se necessária a busca pela possibilidade de viver sem doenças e ultrapassar as dificuldades da morbidade (MINAYO, HARTZ e BUSS, 2000). O envelhecimento é percebido pelo movimento em direção a uma etapa futura da vida, que inicia no útero e finaliza no túmulo. (SANTIN, 2010).

Educação: Os homens se libertam em comunhão, por isso a importância de se estar em grupos. (FREIRE, 2010).

PNEPS: A PNEPS se apoia no conceito de ensino problematizador, em que o aprendizado se dá nas experiências e vivência do cotidiano, por isso a sua grande competência em transformar o serviço. (CECCIM e FERLA, 2015)

Prevenção e Promoção da saúde: Para prevenção, impedir a doença é o objetivo final, ou seja, ausência da mesma, já para promoção da saúde, a intenção continua é uma condição ótima de vida e saúde. (CZERESNIA E FREITAS, 2003).

Exercícios físicos: O professor de educação física deve apoderar-se não só das atividades recreativas, desportivas, mas alargar sua meta para educação em saúde, com o objetivo de favorecer aos seus praticantes, uma visão ampliada para um estilo de vida saudável ao longo de toda a vida. (SOARES, MARCONATO e GÜNTHER, 2014).

Alimentação: É preciso ousar com propostas inovadoras sobre a alimentação saudável no âmbito escolar. Faz-se necessário incluir oficinas com essas temáticas, para, se possível, obter-se mudanças nos hábitos alimentares. (JUZWIAK e BATISTA, 2013)

Terapias Psicológicas: Estudos mostram que, independente de abordagem terapêutica, processos psicoterápicos são eficazes na diminuição de sintomatologia depressiva, aumentando a pontuação dos instrumentos de qualidade de vida ou de relacionamentos sociais (BAPTISTA, 2007).

Meditação: Para Nakao (2001), programas com a prática da meditação, têm resultados expressivos, como menor somatização dos pacientes. Sabe-se que problemas emocionais refletem para o corpo físicos, gerando muitas doenças. (MENEZES et al., 2009)

Local: Centro de Idiomas e Informática. Horário: 11:45 / 2ª e 3ª feiras
Responsável: Profa. Adriana Fernandes - Tel.: (21) 98887-3544
e-mail: terapeuta.adriana@outlook.com

Banner. Fonte: Elaboração Própria



Imagem da Ginástica Laboral: “Círculo de Convivência Laboral” – Funcionários no Centro de informática.