

## PROJETO AGITO NA PRAÇA

MARQUES, L.S.O.<sup>1</sup>; BRITO, L.X.<sup>1</sup>; PAULA, C.S.<sup>1</sup>; FARIA, R.C.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Acadêmico do curso de Educação Física, Faculdade de Ciências da Saúde (FACISA), Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM), Patos de Minas – MG

<sup>2</sup> Orientadora e Docente do curso de Educação Física, FACISA, UNIPAM

Atualmente, muito se fala e se faz, sobre a prevenção de doenças e promoção da saúde, especialmente com grupos de pessoas em processo de envelhecimento. A partir de uma proposta da Secretaria Municipal de Saúde de Patos Minas, professores e alunos do Curso de Educação Física do UNIPAM foram convidados a serem parceiros do Projeto “Agito na Praça”, supervisionando e orientando as atividades físicas que estão sendo desenvolvidas em local público. Estas atividades têm como objetivo a melhora da qualidade de vida sobretudo para os diabéticos, hipertensos e pessoas acima de 40 anos de idade, fazendo uso dos conhecimentos adquiridos pelos alunos no curso de Educação Física. O Projeto se desenvolve de forma regular, às segundas, quartas e sextas-feiras na Praça do Coreto Municipal. O Centro Universitário vem participando ativamente, observando-se o envolvimento crescente dos alunos com a população. Vários relatos de normalização dos níveis de glicose e pressão arterial, melhora da auto estima e de estados depressivos, melhora do desempenho físico para as atividades da vida diária, entre outros, são freqüentes. Portanto, percebemos com as experiências vivenciadas, a importância do envolvimento da comunidade universitária contribuindo de forma efetiva para a transformação da qualidade de vida da população de Patos de Minas.