

Conheça dois Trabalhos de Conclusão de Curso de Educação Física

Na última semana, os formandos do curso de Educação Física da UFPR apresentaram os resultados dos seus Trabalhos de Conclusão de Curso (TCC). A seguir, apresentamos dois deles, que tratam do aconselhamento para atividades físicas em unidades de saúde e os benefícios da natação para pessoas com paralisia cerebral.

ACONSELHAMENTO E BARREIRAS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

O aconselhamento para atividades físicas é uma orientação presente na Política Nacional de Promoção à Saúde. Trata-se da ação que busca desenvolver a autonomia, por meio da escuta, compreensão e suporte para que a população adquira comportamentos saudáveis, incluindo a prática de atividade física.

A acadêmica de Educação Física Ana Luísa Kuehn de Souza realizou uma análise do aconselhamento e barreiras para a prática de atividade física em seis das 27 Unidades Básicas de Saúde (UBSs) de São José dos Pinhais. “É importante compreender quais são as barreiras encontradas pelos usuários das UBSs, para que as equipes de saúde possam operar de maneira mais efetiva”, explica a aluna. Como o convite para participar da pesquisa era feito enquanto os pacientes aguardavam atendimento, havia certa dispersão durante a entrevista. Mesmo assim, ela conseguiu conversar com 339 pacientes.

O estudo de Ana Luísa demonstrou que o aconselhamento para atividade física ainda é baixo e é realizado, na maioria das vezes, pelo médico em consultas individuais. As barreiras mais frequentes relatadas pelos usuários foram: a falta de tempo, de companhia e o cansaço para começar uma rotina de exercícios. “Foi feita a relação entre aconselhamento e barreiras para atividade física, foi observado a associação significativa para ‘não gostar de exercício’, podendo o aconselhamento ser efetivo para a diminuição dessa barreira”, aponta a estudante. Com o final do curso, Ana Luísa pretende buscar formação continuada na área de saúde, por meio da Residência Multiprofissional em Saúde da Família. “Enquanto Profissional de Educação Física a atuação será em uma equipe multiprofissional de saúde, visando promover mais acesso à atividade física para a população, fortalecendo essa temática nas equipes de saúde”, destaca.



O trabalho de Ana Luísa está vinculado ao projeto “Cidade Ativa Cidade Saudável - CACS”, coordenado pelos professores Rogério César Fermino e Ciro Romelio Rodriguez-Anez, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR, que envolve pesquisas com frequentadores de espaços públicos como escolas, parques e unidades de saúde. Foto - Divulgação/PMSJP

NATAÇÃO E PARALISIA CEREBRAL

O estudante Mayco de Souza Martins tratou em sua monografia dos benefícios da natação para pessoas com paralisia cerebral, um distúrbio que acomete dois em cada mil nascidos vivos. Para tanto, o aluno buscou documentos que demonstrassem os benefícios referentes ao efeito da natação adaptada para esse público.

De acordo com os dados coletados, a natação promove alívio da dor e espasmos musculares, aumenta a amplitude de movimento articular, melhora a circulação, traz encorajamento das atividades funcionais e melhora o equilíbrio, coordenação e postura.

Além disso, a natação bem orientada serve como um exercício físico que contribui com a saúde e bem-estar dos praticantes. “O meio líquido para a pessoa com deficiência pode significar um momento de liberdade e independência”, explica o estudante, uma vez que é possível deslocar-se na piscina sem o auxílio da bengala, das muletas, das próteses mecânicas ou das cadeiras de rodas. Assim, Mayco apresentou algumas possibilidades que foram trabalhadas em intervenções práticas e que podem ser utilizadas no planejamento de qualquer profissional. A série de exercícios envolve caminhada aquática, circuitos e passeios com auxílios de tapete e outros instrumentos.

Como conclusão, o aluno evidenciou que, além de ser indicado também para outras deficiências, a natação adaptada, se realizada através de um programa bem traçado e desenvolvido com base nas limitações e potencialidades de cada aluno, pode ser instrumento na promoção da saúde e bem-estar, assim como garantir aprendizado e evolução na sua forma de nadar.



Na observação e na prescrição de atividades físicas a pessoas com paralisia cerebral, deve-se levar em consideração a extensão do distúrbio motor e sua intensidade. Foto - David Mark, Pixabay

Pesquisas da UFPR sobre lazer recebem premiação

Três pesquisas do Geplec (Grupo de Estudos e Pesquisas em Lazer, Espaço e Cidade), do Departamento de Educação Física da UFPR, foram premiadas no 30º ENAREL (Encontro Nacional de Recreação e Lazer) e IX Seminário de Estudos do Lazer realizado na PUCPR, entre os dias 14 a 16 de novembro. Os artigos vencedores serão publicados na Revista Licerne no decorrer do ano de 2020 e assim, as pesquisas de mestrado, doutorado e programas de iniciação científica realizada pelo grupo, poderão ter impacto social.

Os trabalhos agraciados no evento foram:

• Tema: **“A importância da formação para o lazer nas escolas municipais no bairro Uberaba, Curitiba/PR”**

Autores: Felipe Sobczynski Gonçalves, Emília Amélia Pinto Costa Rodrigues e Simone Rechia.

• Tema: **“Lazer na universidade: espaço e equipamentos possíveis?”**

Autores: Gabriela Resende Cardoso, Sabrina Monique Bora de Andrade, Karine do Rocio Vieira dos Santos, Amanda Correa dos Santos e Simone Aparecida Rechia.

• Tema: **“O lazer de pessoas com deficiência intelectual: barreiras e facilitadores na Mobilidade Urbana em Curitiba/PR”**

Autores: Vania Lucia Girardi, Simone Rechia, Emília Amélia Pinto Costa Rodrigues e Daniella Tschöke Santana.

2º Encontro das Pós-Graduações promove interação, divulgação e empreendedorismo na ciência

Entre os dias 2 e 6 de dezembro, o Setor de Ciências Biológicas sediou do 2º Encontro dos Programas de Pós-Graduação em Biologia Celular e Molecular, e de Microbiologia, Parasitologia (PPMPP) e Patologia da UFPR. No total, 185 inscritos da UFPR e de outras instituições participaram das atividades.

O evento foi organizado pela comissão de pós-graduandos dos dois programas, que optaram por temas abrangentes e trouxeram novidades, como o aplicativo com a programação, registro de presença e emissão de certificados, que reduziu o uso de papel. Outra novidade foi o concurso "Tese em 3 minutos", em que os estudantes enviaram vídeos mostrando a importância de suas teses ou dos seus trabalhos, com o intuito de popularizar a ciência produzida dentro da universidade. Nesse sentido a, vice-reitora da UFPR, professora Graciela Bólon de Muniz comentou sobre a importância dos cursos do SCB e da popularização da ciência, mostrando os resultados e as soluções das pesquisas realizadas para a sociedade. "Nós sabemos, mas a população não sabe. Então temos que mostrar a importância da UFPR. Apesar da crise, nós temos coisas boas para oferecer", disse Graciela.

De acordo com a comissão organizadora do evento, as palestras sobre empreendedorismo, inovação e mercado de trabalho também tiveram bastante repercussão, uma vez que o assunto surgiu pela demanda dos próprios estudantes. "Os alunos têm ansiedade e a indústria precisa de doutores. Só que desconhece angariar essas mentes, discutir demandas aqui dentro. A universidade tem que continuar pública, mas pode interagir com a indústria", reflete a professora Juliana de Moura, coordenadora do PPMPP.

Um dos diferenciais do evento foi a participação de pesquisadores de outros departamentos da UFPR, como também de outras instituições, como UTFPR, UFRJ, USP e Unioeste, o que potencializou a interação científica entre os participantes. "Enxergar parcerias dentro da UFPR, com a interação entre as pós-graduações vizinhas foi inovador, pois muitas vezes temos dificuldade de contato, com possibilidades muito próxima da gente", ressalta a doutoranda em Biologia Celular e Molecular Bruna Aparecida Comotti de Oliveira, da organização do encontro.

Acesse [aqui](#) mais fotos do evento.



Parte da comissão organizadora do encontro, que contou com o apoio das empresas Kasvi, Alesco, Zeiss, Harpia, Dsyclab, Altamar, MetaSystem, Biomin e Ants



Cerimônia de abertura, com a presença da vice-reitora da UFPR, Graciela Muniz (em pé), da coordenadora do PPMPP, Juliana Moura, do diretor do SCB, Edvaldo Trindade, e da coordenadora do PPBCM, Carolina Oliveira.



As apresentações de trabalhos ocorreram de forma oral e em póster



Além das palestras, houve bancas de qualificação dos dois programas organizadores do encontro

Fotos: João Cubas, Juliana Barbosa e Marjorie Teixeira - ASPEC

Mestranda da UFPR participa de evento internacional sobre a indústria agrícola

A mestranda em Ciências-Bioquímica da UFPR Kalinka Pereira Gonzales participou no mês de novembro do Youth Ag Summit. O evento, que ocorreu em Brasília, discutiu soluções da agricultura para combater a fome mundial e reuniu 100 jovens de 45 países.

A pesquisadora apresentou um projeto que envolve enriquecimento nutricional de plantas. Com a aplicação de bactérias que convertem o nitrogênio de forma a ser absorvido pelas plantas, é possível produzir novos nutrientes ou potencializar os já existentes, aumentando o valor nutricional por área plantada.

Além de compartilhar sua ideia, Kalinka conheceu inovações na agricultura com outros jovens do Brasil e do exterior, como o aproveitamento de alimentos que seriam descartados, dessalinização de águas para irrigação e produção de carne in vitro.

Uma iniciativa que chamou a atenção da mestranda foi o de fazer comunicação científica a agricultores, inserindo-se em grupos de redes sociais. "Este é um problema recorrente em diversos países, não só o Brasil. É importante disseminar o conhecimento especializado, para que os agricultores possam aplicar de maneira eficiente. A gente precisa sair dessa bolha e estar mais perto da população", destaca. Para colocar a ideia em prática, Kalinka pretende fazer em breve visitas em propriedades rurais próximo à sua casa, em Colombo.

Para a mestranda, interagir com pessoas de diferentes formações e origens é enriquecedor, pois podem surgir novas possibilidades de pesquisa. Além disso, estar entre pares mostra a relevância do trabalho feito dentro da universidade. "Percebi que o que eu faço é importante para mudar o mundo. Várias vezes, dentro da academia, sentimos que o nosso trabalho é muito pequeno. O evento me fez enxergar que nossas pesquisas podem ser globais, grandes de verdade", conclui.

Kalinka incentiva que outros estudantes, de qualquer área do conhecimento, participem das próximas edições do Youth Ag Summit. Para saber mais sobre o evento, acesse o site <https://www.youthagsummit.com/>



Kalinka (ao centro, de azul) e o grupo de participantes que ofereceu alternativas para uma agricultura sustentável



Kalinka (à direita) e garotas de diversos países usando acessórios do Quênia durante o Youth Ag Summit. Foto - arquivo pessoal

Curso de especialização em prescrição clínica do exercício da UFPR é destaque e propõe abertura de nova turma

O Departamento de Prevenção e Reabilitação em Fisioterapia (DPRF) da UFPR iniciou em 2018 o primeiro curso do Brasil em Prescrição Clínica do Exercício, idealizado e coordenado pela professora Ana Carolina Brandt de Macedo.

O Curso tem duração de 24 meses com carga horária total de 360 horas/aula, com disciplinas teórico-práticas ao longo de 15 meses, às sextas à noite e aos sábados dia todo, permitindo que os profissionais curse, conciliando trabalho e estudo.

Em novembro de 2019, a primeira turma concluiu a última disciplina, denominada Seminários. Os alunos apresentaram trabalhos com resultados preliminares dos trabalhos de conclusão de curso. De acordo com a professora Anna Raquel Gomes, "Os alunos se sobressaíram mostrando a aplicabilidade prática da prescrição clínica do exercício físico para diferentes perfis de indivíduos como, por exemplo, para pacientes com doenças neurológicas; gestantes; corredores; indivíduos submetidos a procedimentos cirúrgicos ortopédicos; cardiopatas; idosos; entre outros".

O sucesso do curso motivou a proposta de abertura de nova turma, para agosto de 2020. Na visão da coordenação, a próxima turma contará com mais inovação, considerando as novas tendências do mundo do trabalho e evidências científicas sobre a prescrição clínica do exercício físico.



"A pós-graduação em prescrição clínica do exercício UFPR foi de imenso valor, tanto profissionalmente quanto pessoalmente. Hoje tenho melhor compreensão e senso crítico sobre as fisiopatologias das doenças e as prescrições de exercícios baseadas em evidências científicas, agregando e melhorando minha atuação como profissional de educação física, me permitindo compreender sob outro ponto de vista a importância da minha função perante a sociedade, sempre com ética e profissionalismo, respeitando cada indivíduo como um ser único."

Depoimento do Profissional de Educação Física e aluno da especialização Alexandre Rodrigues dos Santos

"Agradeço imensamente pelos conhecimentos adquiridos no curso de especialização em Prescrição Clínica do Exercício da UFPR, que contribuiu para meu crescimento profissional e pessoal. E a importância de prescrever o exercício físico adequado para cada indivíduo como único."



Depoimento da Fisioterapeuta e aluna da especialização Aline Francieli de Mattos



Equipe de coordenação da Especialização em Prescrição Clínica do Exercício: a Fisioterapeuta do DPRF Viviane Jarek; professora Anna Raquel S. Gomes (vice-coordenadora) e Ana Carolina Brandt de Macedo (coordenadora).



Turma 2018 do curso de Especialização em Prescrição Clínica do Exercício da UFPR. Fotos: arquivo pessoal da professora Anna Raquel S. Gomes

Fisioterapia e Hidrotermalismo: novos aprendizados para estudantes da UFPR

No final de novembro, os estudantes do 6º período de Fisioterapia da UFPR, a fisioterapeuta Viviane Jarek e a professora Vera Lúcia Israel realizaram visitas técnicas ao Termas Resort Plaza Imperatriz, ao Hotel Caldas (Santo Amaro da Imperatriz-SC) e ao SPA do Costão do Santinho (Florianópolis - SC). A atividade fez parte da disciplina "Fisioterapia e Hidrotermalismo" e tem por objetivo as vivências práticas da atuação do fisioterapeuta em ambientes hidrotermais.

Os estudantes puderam experimentar diferentes terapias com práticas aquáticas. Segundo a aluna Beatriz Hartman, "A experiência foi extremamente válida, tendo em vista que é apenas na prática que podemos realmente conhecer e vivenciar os efeitos benéficos das águas termais em nosso corpo. Foram três terapias bem diferentes, sendo que cada uma proporcionou sensações e benefícios únicos que se complementaram".

De acordo com a professora Vera, a disciplina "Fisioterapia e Hidrotermalismo" proporciona uma experiência fundamental para os fisioterapeutas graduados pela UFPR. Com diversas possibilidades de atuação, eles tornam-se um diferencial no mercado de trabalho, com ênfase na saúde, bem-estar e qualidade de vida para a população.

Com informações de Beatriz Hartman, Giovanna Leveck, Heloisa Araújo, Luiza Martins e Vera Lúcia Israel



Para complementar o aprendizado, a turma irá elaborar um material teórico sobre Fisioterapia e os espaços hidrotermais, com a produção de um texto científico e um portfólio digital



Conforme a aluna Beatriz Hartman, a visita foi benéfica pois apenas na prática que se pode conhecer e vivenciar os efeitos benéficos das águas termais



A banheira de Talassoterapia promove drenagem e relaxamento. Fotos - arquivo pessoal